



Journal Physical Health Recreation (JPHR)

Volume 4 Nomor 1 November 2023

<https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JPHR>

e-ISSN : 2747- 013X

Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Siswa SD N 06 Rambang Kuang

Bagus Pribadi¹, Ilham Arvan Junaidi², Hengki Kumbara³

{ baaguuss12@gmail.com¹, ilhamarvanjunaidi@univpgri-palembang.ac.id²,
hengkikumbara88@gmail.com³}

Universitas PGRI Palembang, Jl. Jend. A. Yani Lorong Gotong Royong, 9/10 Ulu, Kec. Seberang Ulu II, Kota Palembang, Sumatera Selatan 30116¹, Universitas PGRI Palembang, Jl. Jend. A. Yani Lorong Gotong Royong, 9/10 Ulu, Kec. Seberang Ulu II, Kota Palembang, Sumatera Selatan 30116², Universitas PGRI Palembang, Jl. Jend. A. Yani Lorong Gotong Royong, 9/10 Ulu, Kec. Seberang Ulu II, Kota Palembang, Sumatera Selatan 30116³

Abstrak. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui apakah setelah diterapkan permainan tradisional bisa berpengaruh secara signifikansi terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar siswa SD N 06 Rambang Kuang. Jenis Penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode eksperimen dan desain rancangan one group pretest-posttest, dengan populasi terbatas yang mengambil 1 kelas yaitu kelas IV dan sampel berjenis purposive sampling dengan pertimbangan tertentu yang sebanyak 16 siswa. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan berupa observasi, tes, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji-t dimana dengan taraf kesalahan 5% atau 0,05. Hasil penelitian yang dilakukan dengan uji-t didapatkan sebuah nilai thitung > ttabel (8,529 > 1,753) dengan taraf kesalahan 5% atau 0,05, maupun pada taraf P-Value (0,000 < 0,05) dan hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini Ha diterima dan H0 ditolak artinya ada pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan motorik kasar siswa SD N 06 Rambang Kuang.

Kata Kunci: Permainan Tradisional, Kemampuan Motorik Kasar dan Siswa.

1 Pendahuluan

Olahraga merupakan bagian dari kehidupan serta salah satu dari kebutuhan jasmani yang penting bagi manusia. Olahraga merupakan bentuk perilaku gerak manusia yang dilakukan secara spesifik cabang olahraganya yang memiliki arah dan tujuan beragam sehingga olahraga merupakan fenomena yang relevan dengan kehidupan sosial untuk setiap orang. Menurut . (Bangun, 2016) Olahraga adalah kegiatan pelatihan jasmani, yaitu kegiatan jasmani untuk memperkaya dan meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar maupun gerak keterampilan (cabang olahraga). Kegiatan itu merupakan bentuk pendekatan ke aspek sejahtera jasmani atau sehat jasmani yang berarti juga sehat dinamis yaitu sehat yang di sertai dengan kemampuan gerak yang memenuhi segala tuntutan gerak kehidupan sehari-hari.

Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran wajib di laksanakan di sekolah dengan tujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa dan meningkatkan keterampilan gerak motorik siswa guna menunjang aktifitas siswa di sekolah. Menurut (Kusmiyati, 2017) bahwa struktur belajar di dalam pendidikan jasmani berkaitan dengan bagaimana siswa belajar untuk mencapai tujuan pendidikan dengan menggunakan

medium aktifitas fisik. Kegiatan pendidikan jasmani di sekolah dasar di lakukan dalam bentuk olahraga permainan. Hal ini sejalan dengan dengan yang di sampaikan (Gumantan & Imam, 2018) Bahwa kegiatan olahraga permainan di sekolah yang di berikan oleh guru-guru bidang studi pendidikan jasmani akan banyak membantu pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh. Hal ini di lakukan salah satunya untuk meningkatkan keterampilan motorik anak.

Keterampilan motorik sangat penting di ajarkan pada siswa sekolah dasar, karena karakteristik mereka sebagai anak-anak yang selalu bergerak dengan riang sehingga keterampilan motorik yang baik sangat di perlukan untuk perkembangan anak. Menurut Hurlock di dalam (Mahfud & Fahrizqi, 2020) Perkembangan motorik anak adalah suatu proses kematangan yang berhubungan dengan aspek deferensial bentuk atau fungsi termasuk perubahan sosial emosional. Proses motorik adalah gerakan yang langsung melibatkan otot untuk bergerak dan proses persyarafan yang menjadikan seseorang menggerakkan anggota tubuh.

Gerakan motorik dapat di bedakan menjadi 2 yaitu motorik halus dan motorik kasar. Menurut (Primayana, 2020) motorik halus adalah gerakan yang melibatkan bagian-bagian tubuh tertentu dan melakukan gerakan pada otot-otot kecil, seperti menggerakkan jari-jemari tangan dan gerakan pergelangan tangan yang tepat oleh karena itu, gerakan ini tidak banyak membutuhkan tenaga namun gerakan ini membutuhkan koordinasi mata dan tangan. Sedangkan motorik kasar menurut (Panggung, 2022) Motorik kasar yaitu gerakan yang di kendalikan oleh otot-otot yang tersusun dari otot lurik. Otot ini berfungsi untuk melakukan gerakan dasar, seperti berjalan, berlari, melompat dan lain-lainnya.

Berdasarkan observasi yang di lakukan peneliti di SDN 06 Rambang Kuang banyak siswa sekolah dasar pada saat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani motorik kasar siswa terlihat bahwasahnya masih banyak kekurangan, contoh seperti saat berjalan, berlari, melompat, dan melempar masih kurang baik dan benar. Kemudian Ketika melakukan lari badan kurang seimbang dan gampang sekali terjatuh, Saat melompat dan melakukan pendaratan tidak sempurna badan kurang stabil dan kaki kurang seimbang dalam melakukan pendaratan karena tidak kuat menopang tubuh, dalam melakukan tendangan tidak sesuai dan tidak tepat sasaran.

Oleh karena itu untuk mengatasi masalah upaya yang dapat di lakukan untuk mengatasi permasalahan motorik kasar Siswa

SD adalah membuat kegiatan permainan, salah satunya dengan mengenalkan permainan tradisional Engkle. karena dengan permainan tersebut dapat mengembangkan motorik kasar selain itu permainan tradisional mudah sekali di mainkan sederhana, hemat biaya dan pastinya sangat menyenangkan ketika di mainkan. Salah satu manfaat permainan tradisional menurut (Eirin, 2022) Permainan tradisional dapat membantu melatih koordinasi tubuh dan kemampuan motorik kasar karena sebagian besar permainan tradisional di mainkan dengan gerakan yang dinamis dan membutuhkan lapangan yang luas, misalnya gobak sodor, engklek, sepak raga dan

lainnya permainan tersebut membutuhkan gerakan tubuh yang dinamis seperti melompat, berlari dan menendang

Berdasarkan uraian di atas dan penelitian yang telah di lakukan sebelumnya, maka penelitian tertarik dalam mengambil judul penelitian dan untuk mengetahui lebih lanjut tentang “Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Pada Siswa SDN 06 Rambang Kuang”.

2 Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan rancangan yang di gunakan adalah pre –eksperimental yang meliputi, one group pretest posttest.

3 Hasil

Adapun deskripsi hasil tes yang diperoleh dalam penelitian ini adalah data yang bersumber dari pelaksanaan tes awal (pretest) dan tes akhir (posttest) yaitu data kemampuan motorik kasar siswa SD Negeri 06 Rambang Kuang.

1. Frekuensi Data Awal (Pretest)

Langkah-langkah penjabaran data tes awal kemampuan motorik kasar siswa kelas IV SD Negeri 06 Rambang Kuang dijabarkan sebagai berikut :

- Diperoleh nilai paling besar adalah 93 dan nilai paling kecil adalah 53.
- Dicari nilai rentang yaitu nilai terbesar dikurangi nilai terkecil ($93 - 53 = 40$) sehingga nilai rentang adalah 40
- Dicari nilai banyak kelas dengan rumus $1 + 3,3 \log N$ dimana $1 + 3,3 (\log 16)$ adalah 4,97 dibulatkan menjadi 5 kelas interval.
- Dicari panjang interval kelas dengan rumus banyak rentang dibagi dengan banyak kelas dimana $40 : 5$ adalah 8, sehingga panjang interval kelas adalah 8.
- Selanjutnya interval kelas kemampuan motorik kasar siswa kelas IV SD Negeri Rambang Kuang di atas, dapat dipaparkan dalam tabel distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 1. Frekuensi Tes Awal (Pretest)

| Interval Kelas | Frekuensi | |
|----------------|-----------|-------|
| | Fa | Fr |
| 53 – 60 | 3 | 18,75 |
| 61 – 68 | 6 | 37,5 |
| 69 – 76 | 0 | 0 |
| 77 – 84 | 3 | 18,75 |
| 85 – 93 | 4 | 25 |

Jumlah 16 100

Berdasarkan tabel di atas, dapat dipaparkan bahwa siswa yang memperoleh kemampuan motorik kasar dengan nilai 53-60 sebanyak 3 orang (18,75%), nilai 61-68 sebanyak 6 orang (37,5%), tidak ada siswa yang memperoleh nilai 69-76, nilai 77-84 sebanyak 3 orang (18,75%) dan nilai 85-93 sebanyak 4 orang (25%).

2. Frekuensi Data Akhir (Postest)

Langkah-langkah penjabaran data tes akhir kemampuan motorik kasar siswa kelas IV SD Negeri 06 Rambang Kuang dijabarkan sebagai berikut:

- Diperoleh nilai paling besar adalah 93 dan nilai paling kecil adalah 67.
- Dicari nilai rentang yaitu nilai terkecil dikurangi nilai terbesar ($93 - 67 = 26$) sehingga nilai rentang adalah 26
- Dicari nilai banyak kelas dengan rumus $1 + 3,3 \log N$ dimana $1 + 3,3 (\log 16)$ adalah 4,97 dibulatkan menjadi 5 kelas interval.
- Dicari panjang interval kelas dengan rumus banyak rentang dibagi dengan banyak kelas dimana $26 : 5$ adalah 5,2, sehingga panjang interval kelas adalah 5.
- Selanjutnya interval kelas kemampuan motorik kasar siswa kelas IV SD Negeri Rambang Kuang di atas, dapat dipaparkan dalam tabel distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 2. Frekuensi Tes Akhir (Postest)

| Interval Kelas | Frekuensi | |
|----------------|-----------|-------|
| | Fa | Fr |
| 67 - 71 | 1 | 6,25 |
| 72 - 76 | 3 | 18,75 |
| 77 - 81 | 4 | 25 |
| 82 - 86 | 0 | 0 |
| 87 - 93 | 8 | 50 |
| Jumlah | 16 | 100 |

Berdasarkan tabel di atas, dapat dipaparkan bahwa siswa yang memperoleh kemampuan motorik kasar dengan nilai 67-71 sebanyak 1 orang (6,25%), nilai 72-76 sebanyak 3 orang (18,75%), nilai 77-81 sebanyak 4 orang (25%), tidak ada siswa yang memperoleh nilai 82-86, dan nilai 87-93 sebanyak 8 orang (50%).

4 Pembahasan

Hasil penelitian tes awal (pretest) siswa yang memperoleh kemampuan motorik kasar dengan nilai 53-60 sebanyak 3 orang (18,75%), nilai 61-68 sebanyak 6 orang (37,5%), tidak ada siswa yang memperoleh nilai 69-76, nilai 77-84 sebanyak 3 orang (18,75%) dan nilai 85-93

sebanyak 4 orang (25%) dan kemudian tes akhir (posttest) siswa yang memperoleh kemampuan 67-71 sebanyak 1 orang (6,25%), nilai 72-76 sebanyak 3 orang (18,75%), nilai 77-81 sebanyak 4 orang (25%), tidak ada siswa yang memperoleh nilai 82-86, dan nilai 87-93 sebanyak 8 orang (50%), artinya tes (pretest) yang dilakukan awalnya tingkat persennya rendah lalu setelah diterapkan permainan tradisional dan dilakukan tes (posttest) tingkat persennya menjadi naik hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan dalam penilaian yang dilakukan peneliti terhadap kemampuan motorik kasar siswa SD N 06 Rambang Kuang.

Kemudian hasil penelitian dilanjutkan dengan menguji hipotesis dengan uji-t paired sample test dimana hipotesis tersebut apabila H_a diterima dan H_0 ditolak maka ada pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar siswa SD N 06 Rambang Kuang, namun apabila H_a ditolak dan H_0 diterima maka tidak ada pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar siswa SD N 06 Rambang Kuang, setelah menentukan hipotesis tersebut peneliti menghitung dengan uji-t dan mendapatkan nilai hasil uji thitung $>$ ttabel ($8,529 > 1,753$) dengan taraf kesalahan 5% atau 0,05, menurut (Bambang Sudaryana, 2022) menjelaskan bahwa jika thitung $>$ ttabel α (0,05) maka H_0 ditolak, namun jika thitung $<$ ttabel α (0,05) maka H_0 diterima, artinya uji-t hitung yang dilakukan lebih besar dibanding uji-tabel artinya hipotesis yang diperoleh yaitu H_a diterima dan H_0 ditolak menunjukkan bahwa Ada pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar siswa SD N 06 Rambang..

5 Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang sudah diuraikan pada bab sebelumnya, penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan motorik kasar pada siswa SD Negeri 06 Rambang Kuang karena thitung $>$ ttabel ($8,529 > 1,753$), hal ini dilihat dari uji t hitung lebih besar dibanding t tabel ditaraf kesalahan 5% atau 0,05 dan didukung juga dengan teori hasil penelitian terdahulu yang memang mengatakan bahwa permainan tradisional bisa mempengaruhi peningkatan motorik kasar siswa..

Daftar Pustaka

- Arifin, S. (2017). PERAN GURU PENDIDIKAN JASMANI DALAM PEMBENTUKAN. Jurnal Multilateral, 78-92.
- Bangun, S. y. (2016). Jurnal Publikasi Pendidikan. PERAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA, 157.
- Bangun, S. Y. (2016). Jurnal Publikasi Pendidikan. PERAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA, 158.
- D. I., Muslihin, H. Y., & S. M. (2021). Manfaat Permainan Tradisional Engklek dalam Aspek Motorik . Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha, 352.
- Eirin, G. (2022, JULI jum'at). 4 Manfaat dari Permainan Anak Tradisional, Mulai dari Manfaat Kesehatan hingga Sosial. Retrieved from Bobo i.d: <https://bobo.grid.id/read/083377379/4-manfaat-dari-permainan-anak-tradisional-mulai-dari-manfaat-kesehatan-hingga-sosial>

- Eva Faridah. (2016). Mengajar Pendidikan Jasmani Melalui Permainan . Jurnal.Unimed.acc.id, 2.
- Fatmawati, F. A. (2020). Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. Gersik: Caremedia Communication.
- Gumantan, A., & I. M. (2018). Journal of S.P.O.R.T Vol. PERBANDINGAN LATIHAN DENGAN MENGGUNAKAN, 2.
- Kusmiyati. (2017). DIAGNOSIS KESULITAN KOMPONEN UTAMA KETERAMPILAN. Jurnal Pembelajaran Olahraga, 76-88.
- Kusmiyati. (2017). Jurnal Pembelajaran Olahraga. DIAGNOSIS KESULITAN KOMPONEN UTAMA KETERAMPILAN, 77.
- KUSMIYATI. (2017). Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. urnal Pembelajaran Olahraga, 77.
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). SPORT SCIENCE AND EDUCATION JOURNAL UNIVERSITAS TEKNOKRAT INDONESIA. PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KETERAMPILAN MOTORIK MELALUI OLAHRAGA TRADISIONAL UNTUK SISWA SEKOLAH DASAR, 32.
- Mayar, F., & Sriandila, R. (2021). Pentingnya Mengembangkan Fisik Motorik Anak Sejak Dini. jptam.org, 4.
- Muzakki, A. (2022). BIKU AJAR PEMBELAJARAN PENJAS SEKOLAH DASAR. BANDUNG: cv. Feniks Muda Sejahtera.
- Nurkamelia. (2019). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini (Standar Tingkat Pencapaian PerkembanganAnak. Jurnal Of Islamic Early Childhood Education, 116.
- P. S. (2022). pengembangan dan pembelajaran motorik pada usia dini. DEPOK: PT KANISIUS.
- Primayana, K. H. (2020). Meningkatkan Keterampilan Motorik Halus Berbantuan Media Kolase. JURNAL AGAMA DAN BUDAYA, 93.
- Prof.Dr.Sugiyono. (2019). Metode penelitian Kuantitatif,Kualitatif,dan R&D. Bandung: ALFABETA,CV.
- Rohyana Fitriani. (2018). Perkembangan Fisik Pada Anak Usia Dini. jurnal golden age hamzawadi university, 3.
- Sudarsinah. (2021). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Bagi Anak Usia Sekolah Dasar. PGSD STKIP PGRI BANJARMASIN, 6.
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif,kualitatif,dan R&D. Bandung: ALFABETA,CV.
- Sukamti, E. R. (2018). Perkembangan motorik . Yogyakarta: UNY Pres.
- Surahni. (2017). Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Sebagai Sarana Pendidikan Moral. Journal.unimma.ac.id, 6.

Uswatun Hasanah. (2016). Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional. Journal.uny.ac.id, 9.