



Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 13%

Date: Tuesday, August 18, 2020

Statistics: 1060 words Plagiarized / 7970 Total words

Remarks: Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

BAB I PENDAHULUAN Latar Belakang Masalah Bermain adalah kegiatan yang dilakukan oleh anak yang--dilaksanakan secara spontan. Menurut Rosdiani (2012), bermain adalah aktivitas yang bertujuan untuk mendapatkan kesenangan, dan kebahagiaan, yang artinya tidak ada peraturan yang mengikat tanpa ada syarat-syarat tertentu dalam bermain. Menurut-Yulianty (2012), bermain adalah sesuatu yang dibutuhkan dalam masa perkembangan anak, baik itu perkembangan motorik dan kognisinya. Bermain juga dapat meningkatkan stimulasi perkembangan anak, sehingga dapat meningkatkan kecerdasan pada anak.

Menurut Hughnes (2010), karakteristik dalam bermain yaitu 1) Bermain didoronga oleh motivasi intrinsik, yang artinya anak didorong untuk melakukan kegiatan bermain yang didorong oleh orang tua untuk mendapatkan hadiah, atau yang lain sebagainya; 2) Bermain bersifat aktif dan bebas dan bisa diikuti oleh siapa saja, yang artinya bermain yang bertujuan untuk anak terlibat aktif dan anak bebas untuk memilih jenis kegiatan permainan apa yang akan dipilih; 3) Bermain itu menyenangkan; 4) Bermain lebih berorientasi pada proses bukan hasil yang sesungguhnya. Dalam permainan terdapat peraturan-peraturan yang harus disepakati dan ditentukan bersama dalam permainan berjalan dengan baik.

Dalam kehidupan manusia, bermain merupakan sebuah aktivitas menyenangkan yang sangat mudah untuk membuat akrab sesama manusia dan dilakukan oleh generasi ke generasi secara berkelanjutan. Bermain untuk anak adalah apa yang mereka lakukan sepanjang hari, permainan adalah hidup dan hidup adalah bermain (Iwandana, 2018 : 410). Saat manusia berproses pembentukan diri dari kanak-kanak ke dewasa tidak di antara mereka yang tidak mengenal dengan permainan (Syarif, 2018).

Menurut (Kusumawati, 2017), Permainan merupakan salah satu jenis kegiatan populer dikalangan pada anak-anak (Nugroho, 2012). Permainan adalah alat bagi anak untuk menjelajahi dunianya, dari yang belum dikenal sampai pada yang diketahui, dan dari yang tidak dapat diperbuatnya sampai anak mampu melakukannya. Permainan bertujuan untuk kesenangan dan ketenangan pikiran (Ekunsanmi, 2012; Sahay, 2013). Permainan memiliki nilai dan ciri yang penting untuk kemajuan perkembangan anak dalam kegiatan sehari-hari.

Dalam permainan secara tidak langsung semua fungsi tubuh baik jasmani maupun rohani ikut terlatih (Saputra, 2015 : 289). Masyarakat mengenal permainan dengan beragam jenis, namun permainan dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu permainan modern dan permainan tradisional (Nuriman, 2016 : 29). Permainan modern adalah permainan yang menggunakan teknologi yang sudah berkembang dimasyarakat dan dapat dimainkan kurang lebih dari dua orang, bahkan bisa dilakukan dengan sendiri tanpa adanya teman (Saputra, 2017). Sedangkan permainan tradisional adalah permainan tanpa tersentuh oleh teknologi modern dan dapat menghasilkan timbulnya inisiatif, kreatifitas anak untuk menciptakan dan dapat berinovasi untuk memproduksi sendiri. Permainan tradisional dari generasi sebelumnya ke generasi selanjutnya melalui lisan, suara, atau presentasi (Gipit, 2017). Permainan tradisional dikenal memiliki beberapa keunggulan dibandingkan dengan permainan modern masa kini, karena didalam permainan tradisional dapat memperkenalkan, melestarikan, sekaligus dapat menciptakan kecintaan terhadap warisan budaya bangsa dan nilai-nilai luhur yang terkandung didalamnya (Pratiwi & Kristanto, 2014). Selain itu permainan tradisional juga dapat mengembangkan kemampuan dasar pada anak (Saputra, 2017).

Dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional dapat mendorong pola berpikir anak sesuai dengan budaya dengan selalu meningkatkan kebugaran fisik, hubungan sosial, pengendalian emosi, dan moral pada anak. Permainan tradisional memiliki beberapa keunggulan dibandingkan dengan permainan modern zaman sekarang, dalam permainan tradisional dapat memperkenalkan, melestarikan, dan juga dapat meningkatkan kecintaan terhadap warisan budaya bangsa dan nilai luhur yang terkandung didalamnya.

Selain itu permainan tradisional juga tidak banyak mengeluarkan biaya dan juga menyehatkan, permainan tradisional sangat baik untuk melatih fisik dan mental pada anak, secara tidak langsung anak akan terlihat kreatifitasnya, kecerdasan, jiwa kepemimpinan, ketangkasan, dan luas wawasan tentang permainan tradisional. Contohnya seperti permainan bentengan, gobak sodor, kasti, lompat tali, egram, sumpitan, bekel, petak umpet, boy-boyan, dan lain sebagainya. Permainan tradisional juga dapat melatih kemampuan sosial anak. Karena dalam permainan tradisional memerlukan lebih dari satu pemain.

Berbeda dengan permainan modern, yang tidak terlalu mementingkan kemampuan sosial pada anak, bisa dibilang cenderung permainan individual karena pada umumnya anak bermain sendiri tanpa kehadiran teman-temannya. Permainan modern juga cenderung bersifat agresif yang nantinya dapat berpengaruh terhadap sifat anak. Pada proses perkembangan gerak pada anak, gerak dapat dilakukan dengan cara bermain. Menurut Lutan (1991) dalam Wahyu haerudin (2008), mengungkapkan bahwa "Bermain adalah suatu kegiatan hakiki atau kebutuhan dasar bagi manusia".

Dengan bermain, anak dapat mengasah kemampuan geraknya dan dengan melakukan aktivitas tersebut, anak dapat merangsang kemampuan berfikir, berimajinasi dan dapat mempengaruhi tingkah laku dalam memecahkan suatu masalah ketika anak beranjak menjadi dewasa. Menurut Lutan (1992) dalam Wahyu Haerudin (2008), menyatakan bahwa "Bermain berguna untuk merangsang perkembangan fisik dan mental pada anak". Permainan tradisional adalah warisana dari nenek moyang, seharusnya mampu ditanamkan pada olahraga, khususnya pada sekolah tingkat dasar.

Hal ini sebagai upaya yang perlu dilakukan secara sadar dan secara konseptual dengan aktivitas fisik tertentu (permainan atau olahraga) untuk mengembangkan potensi peserta didik secara menyeluruh, baik secara keterampilan (keterampilan fisik dan motorik, keterampilan sosial, dan keterampilan berpikir), menciptakan karakter peserta didik yang sehat, baik secara jasmani, secara rohani maupun sosial (Mashuri & Pratama, 2019). Permainan tradisional dapat diajarkan pada siswa sekolah dasar dalam melatih kelincahan pada siswa. Kelincahan adalah kemampuan untuk menggerakkan badan atau mengubah posisi tubuh dengan cepat dan tepat (Giri, 2015 : 46).

Kelincahan tersebut dengan melakukan tes gerak non lokomotor pada siswa secara bergantian dengan beragam aktivitas permainan tradisional inovatif dan sederhana. Gerak non lokomotor adalah aktivitas yang menggerakkan anggota tubuh pada porosnya dan pelaku tidak pindah tempat (Hanief & Sugito, 2015). Gerak non lokomotor contohnya seperti gerakan menghindar, mengayunkan, peregangan, melipat, dan lain-lain (Pradipta, 2017). Ragam permainan ini diantaranya meliputi kegiatan permainan seperti bentengan, gobak sodor dan kasti..

Berdasarkan pra survey yang peneliti lakukan di MI Islamiyah Jatisari Lengkong, terlihat permainan tradisional hanya sekedar sebagai kebugaran dan hanya untuk mengisi waktu olahraga saja, bukan untuk meningkatkan gerak kelincahan pada siswa. Dengan ini peneliti mencoba untuk menerapkan pengaruh permainan tradisional bentengan, gobak sodor, dan kasti terhadap peningkatan kelincahan pada siswa. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, peneliti bermaksud mengadakan

penelitian dengan judul "Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kelincahan" Identifikasi Masalah Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat diidentifikasi sebagai berikut : Permainan tradisional hanya sekedar sebagai kebugaran dan hanya untuk mengisi waktu olahraga saja, bukan untuk meningkatkan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkung Kabupaten Nganjuk; Belum diketahui tingkat kemampuan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkung Kabupaten Nganjuk; Belum ada latihan khusus untuk meningkatkan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkung Kabupaten Nganjuk.

Pembatasan Masalah Berdasarkan latar belakang masalah yang diidentifikasi serta karena keterbatasan waktu, maka perlu adanya pembatasan masalah, pokok permasalahan yang akan diteliti pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkung Kabupaten Nganjuk. Rumusan Masalah Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan permasalahan yang akan diteliti yaitu : Adakah pengaruh permainan tradisional bentengan terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkung Kabupaten Nganjuk? Adakah pengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkung Kabupaten Nganjuk? Adakah pengaruh permainan tradisional kasti terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A

MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk? Tujuan Penelitian Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah : Untuk mengetahui seberapa baik pengaruh permainan tradisional bentengan terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk.

Untuk mengetahui seberapa baik pengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk. Untuk mengetahui seberapa baik pengaruh permainan tradisional kasti terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk. Kegunaan Penelitian Adapun manfaat yang dapat diperoleh melalui penelitian ini yaitu manfaat secara praktis dan teoritis : Manfaat Teoritis Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang baik bagi ilmu pengetahuan pada umumnya dan peneliti pada khususnya, terutama pada bidang pendidikan jasmani, selain itu teori-teori dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan motivasi, manfaat dan hasil sebagai salah satu wacana dalam bidang olahraga.

Manfaat praktis Bagi Peneliti Dapat digunakan sebagai karya ilmiah, dan memperkaya referensi bagi peneliti untuk kedepannya. Bagi Guru Pendidikan Jasmani Diharapkan dapat dipergunakan sebagai bahan pengajaran dan masukan bagi para guru pendidikan jasmani MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk dalam meningkatkan keterampilan bermain.

BAB II KAJIAN TEORI DAN HIPOTESIS Kajian Teori Hakikat Permainan Tradisional Indonesia adalah Negara yang memiliki beraneka ragam budaya, termasuk permainan tradisional. Permainan tradisional berkembang sejak zaman nenek moyang yang berasal dari permainan rakyat yang dilestarikan secara turun-temurun. Setiap wilayah di Indonesia memiliki beragam permainan tradisional. Menurut Khamdani, A. (2010), permainan tradisional adalah permainan yang berkembang dari permainan rakyat yang timbul pada tiap-tiap etnis dan suku di Indonesia. Permainan tradisional memiliki karakteristik yang berbeda-beda, seperti persyaratan-persyaratan, peraturan yang digunakan dan sarana prasarana yang digunakan dalam permainan.

Contohnya seperti permainan bentengan, gobak sodor, kasti, lompat tali, egrang, sumpitan, bekel, petak umpet, boy-boyan, dan lain sebagainya. Permainan tradisional adalah permainan yang dilakukan masyarakat secara turun-temurun dan merupakan hasil dari kreatifitas masyarakat lokal yang dikemas dalam bentuk kegiatan permainan olahraga serta didalamnya terdapat banyak nilai-nilai budaya, dan tentunya terdapat unsur menyenangkan hati. Olahraga tradisional dilakukan untuk mengisi waktu luang dan bersifat hiburan yang pada umumnya dilakukan oleh anak-anak.

Contoh olahraga yang sifatnya untuk permainan meliputi bentengan, gobak sodor, kasti, lompat tali, egrang, sumpitan, bekel, petak umpet, boy-boyan dan lain sebagainya. Permainan tradisional terdapat beberapa nilai budaya yang terkandung dalam permainan tradisional diantaranya : 1) melatih sikap mandiri; 2) berani mengambil keputusan; 3) penuh tanggung jawab; 4) jujur; 5) sikap dikontrol oleh lawan; 6) melatih kerja sama; 7) saling membantu dan saling menjaga; 8) membela kepentingan kelompok; 9) berjiwa demokrasi; 10) patuh terhadap peraturan; 11) penuh perhitungan; 12) ketepatan berpikiran dan bertindak; 13) tidak cengeng; 14) berani; 15) bertindak sopan; 16) bertindak luwes.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional yaitu kegiatan yang ditandai dengan sebuah persyaratan dan peraturan yang telah disepakati bersama. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional adalah permainan yang merupakan warisan dari zaman dahulu, yang diatur oleh peraturan yang dilakukan oleh anak-anak dengan tujuan untuk kesenangan dan kegembiraan, contohnya seperti permainan bentengan, gobak sodor dan kasti. Permainan bentengan adalah permainan tradisional yang terdiri dari dua kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari empat anak atau lebih dan masing-masing kelompok memilih tiang atau pohon sebagai bentengnya.

Tugasnya setiap kelompok adalah untuk merebut benteng lawan. Hanya saja tidak semudah untuk "menduduki" benteng lawan, karena mereka akan berusaha mempertahankan bentengnya dari merebut juga benteng lawannya. Menurut Husna (2009), permainan bebentangan berfungsi sebagai pengisi kekuatan pemainnya. Orang yang berada diluar benteng, kekuatannya akan berkurang sehingga dapat ditangkap oleh lawan yang baru keluar dari bentengnya. Untuk itu, setiap pemain harus memperbarui kekuatannya dengan menyentuh tiang bentengnya agar bisa menangkap musuh yang berada lebih lama di luar bentengnya. Pemain yang tertangkap akan menjadi tawanan lawan dan dipenjarakan disebelah benteng lawan.

Ia bisa diselamatkan asaldisentuh oleh teman satu kelompoknya. Gobak Sodor Permainan gobak sodor disebagian besar sudah ada di Provinsi Indonesia. Permainan gobak sodor di Jawa Tengah dikenal dengan nama gobak sodor, di Jakarta disebut dengan nama galasin, di Sumatera Utara disebut dengan nama margalah dan lain sebagainya. Permainan gobak sodor adalah permainan tradisional yang terdiri dari dua kelompok yang dibatasi oleh bilik yang digariskan ditanah. Masing-masing kelompok terdiri dari empat anak atau lebih.

Kelompok pertama bertugas sebagai penyerang, sedangkan kelompok lainnya sebagai penjaga. Menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (2016 : 34), permainan gobak sodor dilakukan dilapangan. Arena permainannya adalah kotak persegi dan persegi panjang dan dibagi menjadi beberapa bagian secara horisontal dan vertikal. Menurut I Wayan Sudarma dalam pelatihan wasit dan juri olahraga tradisional di Universitas Nusantara PGRI Kediri pada 2019, berikut adalah jalannya permainan gobak sodor : _ Gambar 2. 1.; Permainan gobak sodor.

Lapangan a) dapat dilakukan di lapangan tertutup atau di lapangan terbuka; b) bentuk lapangan empat persegi panjang berpetak-petak ukuran : 1) panjang 25 meter dan lebar 5 meter, dibagi 6 petak masing-masing 4,5 x 5 meter; 2) Lapangan permainan ditandai dengan garis selebar 5 cm; 3) garis pembagi lapangan menjadi 2 bagian memanjang disebut garis tengah. _ Gambar 2. 2.; Lapangan gobak sodor. Sumber : I Wayan Sudarma pelatihan OLTRAD (2019) Peralatan a) bendera untuk hakim garis dengan ukuran 30 x 30 cm, panjang tangkai 40 cm.

Bendera berwarna hijau dan merah persegi empat; b) white board atau papan nilai untuk mencatat nilai; c) kapur atau tepung untuk menandai garis; d) peluit; e) stopwatch; f) meja dan kursi untuk kesekretariatan; g) alat tulis kantor; h) formulir pertandingan, susunan pemain dan hasil pertandingan. Pemain a) pemain terdiri dari dua regu, masing-masing 5 orang dan 3 cadangan; b) pertandingan hanya untuk beregu putra dan putri. Seragam Pemain Setiap regu diharuskan memakai kostum bernomor dada

dan punggung ukuran 15 cm dari nomor 1-8. Kapten regu diberi tanda lengan kanan berbentuk pita melingkar.

Lamanya Pertandingan Permainan berlangsung 2 x 15 menit bersih/kotor (tergantung kesepakatan meeting). Petugas Pertandingan a) setiap pertandingan dipimpin oleh 2 orang wasit, keduanya mempunyai tugas dan kewenangan yang sama; b) setiap pertandingan terdapat dua hakim garis membantu wasit dengan membawa bendera warna merah, dan bendera warna hijau; c) petugas dua orang pencatat nilai ditempatkan disudut garis depan dan dua orang disudut garis belakang; d) 1 orang petugas meja, satu orang petugas waktu. Jalannya Permainan.

a) diadakan undian sebelum permainan mulai, yang menang sebagai penyerang yang kalah sebagai penjaga; b) regu penyerang menempati garis jaganya masing-masing dengan kedua kaki berada diatas garis, sedangkan regu penyerang siap untuk masuk; c) permainan dimulai setelah wasit membunyikan peluit; d) penyerang berusaha melewati garis di depannya dengan menghindari tangkapan, atau sentuhan dari penjaga.; e) setiap pemain penyerang yang telah berhasil melewati seluruh garis langsung dapat melanjutkan permainannya seperti semula; f) kaki penyerang tidak boleh keluar dari garis samping kanan atau kiri; g) kaki penyerang yang telah menginjak garis di depannya harus melangkah maju, apabila menarik kaki dari garis yang di injaknya dinyatakan salah; h) penyerang yang telah dinyatakan mati oleh wasit, maka permainan harus dihentikan, penyerang menjadi penjaga; i) penjaga berusaha menyentuh penyerang dengan tangan tidak boleh mengepal, dan kedua kaki tetap diatas garis; j) penjaga tidak boleh menyentuh penyerang yang telah melewati garis jaganya; k) penjaga tidak boleh menyentuh penyerang dalam posisi badan menghadap ke depan, sedangkan telapak tangannya menghadap ke belakang; l) penjaga dapat menyentuh penyerang dengan menjatuhkan badan dengan posisi kedua kaki diatas garis; m) penjaga dikatakan sah menyentuh penyerang yang telah melewati garis dalam satu lintasan kejaran penjaga; n) penjaga garis tengah atau sodor sentuhan sah hanya berlaku pada awal garis sampai garis belakang; o) apabila permainan telah berjalan 25 menit wasit membunyikan peluit tanpa istirahat, dan posisi pemain dicatat; p) permainan babak kedua dilanjutkan, posisi pemain sama seperti babak pertama dihentikan. Waktu istirahat 5 menit. Pelanggaran dan Hukuman. Bagi Penjaga (1) menyentuh penyerang dengan tangan dikepal atau meninju penyerang; (2) mendorong penyerang dengan sengaja; (3) menyerang wasit dan membuat keributan.

Bagi Penyerang (1) mengait kaki penjaga; (2) mengganggu penjaga yang telah dilalui/dilewati; (3) mengejek penjaga; (4) menyerang wasit dan membuat keributan; (5) menyerang maupun penjaga yang melakukan pelanggaran permainan yang hentikan, dan yang melakukan pelanggaran diperingatkan, jika masih melakukan pelanggaran

dikasih kartu kuning, bila dipandang pelanggaran berat langsung kartu merah. Nilai a) pemain yang telah berhasil melewati garis depan sampai garis belakang diberi nilai 1; b) pemain yang melewati garis belakang sampai garis depan diberi nilai 1. Penentu Kemenangan.

a) pemenang ditentukan dari besarnya nilai setelah pertandingan berakhir selama 2 x 15 menit; b) apabila kedua regu memperoleh nilai yang sama, maka penentuan pemenang ditentukan dari regu yang memperoleh jumlah nilai yang tertinggi. Menurut Achroni (2012), permainan gobak sodor memiliki manfaat yaitu 1) melatih kerja sama anak dalam tim; 2) melatih kepemimpinan; 3) mengasah kemampuan otak; 4) meningkatkan kemampuan dan ketangkasan pada anak; 5) mengasah kemampuan anak untuk mencari strategi yang tepat untuk memenangkan permainan; 6) melatih semangat juang (pantang menyerah) anak untuk meraih kemenangan dalam bermain.

Selain itu, tanpa disadari anak akan diajari bagaimana untuk menghadapi dan dapat menyelesaikan konflik yang terjadi antar teman. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa permainan gobak sodor adalah permainan yang bersifat bukanlah individual, melainkan permainan berkelompok yang dapat dimainkan oleh anak laki-laki dan perempuan. Dalam permainan gobak sodor terdapat unsur untuk melatih keterampilan, ketangkasan, kelincahan. Permainan gobak sodor dilakukan dengan cara berjalan, berlari, berputar untuk mengecoh lawan.

Kasti Permainan kasti adalah salah satu permainan bola kecil yang mengutamakan teknik dasar melempar, menangkap, memukul, dan keterampilan menghindar. Permainan ini dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari 12 orang. setiap regu berfungsi sebagai penjaga (defense team) dan kelompok lainnya sebagai pemukul (offense team). permainan ini dilakukan dilapangan terbuka, dan dapat dilakukan pada segala jenjang usia. Pada usia sekolah dasar, permainan ini dapat melatih kedisiplinan diri, memupuk rasa kebersamaan dan solidaritas antar sesama teman. Menurut Blegur, J., dkk.

(2018), tujuan permainan kasti yaitu 1) dapat melatih dan meningkatkan kecepatan, ketepatan, kelenturan dan keseimbangan pada siswa; 2) dapat melatih dan meningkatkan derajat kebugaran jasmani pada siswa; 3) dapat melatih dan meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif siswa; 4) dapat melatih dan meningkatkan kerja keras, kerja sama, kekompakan dan konsentrasi pada siswa; 5) dapat melatih dan meningkatkan kejujuran, keadilan, fair play, sportivitas, kepemimpinan, dan kepercayaan diri pada siswa; 6) dapat melatih dan meningkatkan keterampilan berpikir kreatif pada siswa; 7) dapat melatih dan meningkatkan keterampilan memecahkan masalah siswa; 8) dapat melatih dan meningkatkan keterampilan memecahkan masalah

pada siswa; 9) dapat melatih dan meningkatkan keterampilan menemukan solusi pada siswa; 10) dapat melatih dan meningkatkan keterampilan mengembangkan gerakan dan permainan baru dalam rumpun permainan bola kecil. Menurut Jusuf Blegur dan M. Rambu P.

Wasak dalam buku Permainan Kecil Teori dan Aplikasi, berikut adalah jalannya permainan kasti: Media Pendukung Lapangan (1) Panjang ukuran lapangan permainan 45 meter s.d 60 meter, ditambah ruang bebas 5 meter dan lebar 30 meter; (2) batas lapangan ditandai dengan garis kapur/tali; (3) daerah tempat memukul berukuran 15 meter x 5 meter yang dibagi menjadi tiga bagian masing-masing 5 meter yaitu dua bagian tempat memukul dan satu bagian tempat pelambung; (4) daerah ruang bebas berukuran 15 meter x 5 meter. Kayu Pemukul Terbuat dari kayu yang panjangnya 50 s.d 60 cm, berbentuk pipih. Penampangnya begaris tengah 5 meter dan tebalnya 3,5 cm.

Bola Bola terbuat dari karet, kelilingnya antara 15 cm s.d 21 cm dan berat bola 70 gram s.d 80 gram. Tiang Penolong Tiang berada di sebelah kiri lapangan berjarak 5 meter dari garis pemukul dan garis samping. Tiang Hinggap Tiang berada 5 meter dari garis belakang dan 10 meter dari batas samping lapangan, dibuat dua tiang hinggap. Tinggi ukuran tiang sekurang-kurangnya 1,5 meter. Bendera Bendera dipasang pada setiap sudut atau tengah lapangan setinggi 1,5 meter. Bendera bisa menggunakan satu model warna atau berbagai model warna dalam satu bendera.

Kapur atau Tali Kapur warna putih atau dengan warna cerah (d disesuaikan dengan kondisi pada lapangan) untuk membatasi lapangan pemain, sehingga memudahkan petugas referee dalam mengambil keputusan selama permainan sedang berlangsung. Simulasi Permainan _ Keterangan : _ Gambar 2. 3.; Simulasi permainan kasti Sumber : Jusuf Blegur dan M. Rambu P. Wasak dalam buku Permainan Kecil Teori dan Aplikasi (2018) Cara Bermain a) siswa berbaris dalam dua barisan ke samping dan melakukan undian untuk mencari posisi dalam bermain (sebagai penyerang atau penjaga); b) berhitung dan membagikan tanda-tanda untuk membedakan offense team/ regu pemukul dan defense team/ regu bertahan; c) regu pemukul berada diruang bebas dan bersiap untuk melakukan pukulan diruang pemukul secara bergantian sesuai dengan urutan yang telah ditentukan; d) setelah melakukan pukulan (pukulan dengan benar), pemukul harus berlari ke tiang penolong, selanjutnya dapat berlari ke tiang hinggap dan dilanjutkan ke ruang bebas; e) tiang penolong dan tiang hinggap dapat ditempati oleh banyak pemain (lebih dari satu pemain); f) pada saat permainan berlangsung (bola dipukul oleh offense team), pemain dapat tinggal atau berganti posisi pada tiang penolong/hinggap, jika pemain tersebut ingin menjaga keselamatannya pada saat berlari menuju ruang bebas; g) selama permainan berlangsung, baik pada saat berlari ke tiang penolong, ke tiang hinggap, maupun ke ruang bebas, pemain (offense team) harus

berusaha untuk tidak terkena lemparan bola.

Manfaat Permainan Tradisional Terdapat kekayaan tersendiri dalam permainan tradisional dibandingkan dengan permainan modern yang sedang ramai-ramainya dikalangan anak-anak. Permainan tradisional mempunyai banyak manfaat yang masih tetap dilestarikan keberadaannya. Permainan tradisional sangatlah penting, karena didalam permainan tradisional terdapat mengetahui nilai yang terkandung didalamnya merupakan kualitas yang berfungsi untuk mengendalikan, mengarahkan, menentukan perilaku anak. Menurut Kusumawati, O. (2017), Manfaat yang diperoleh dari olahraga tradisional antara lain : a) meningkatkan kekuatan otot dan kepadatan tulang; b) meningkatkan kelentukan (fleksibiliti) pada tubuh sehingga dapat mengurangi cedera; c) meningkatkan kerja dan fungsi jantung, paru-paru dan pembuluh darah; d) meningkatkan metabolisme tubuh untuk mencegah kegemukan dan mempertahankan berat badan ideal; e) mengurangi resiko terjadinya berbagai penyakit; f) meningkatkan sistem hormonal melalui peningkatan sensitifitas hormon terhadap jaringan tubuh; g) meningkatkan aktivitas sistem kekebalan tubuh terhadap penyakit melalui peningkatan pengaturan kekebalan tubuh. Non Lokomotor Gerak dasar adalah kemampuan yang dimiliki seseorang sejak masih kecil.

Sejalan dengan meningkatnya kemampuan fisik, maka akan meningkat ukuran tubuh dan meningkatnya kemampuan fisik, maka akan meningkat pula kemampuan gerakannya. Kemampuan yang perlu ditingkatkan pada peserta didik tingkat Sekolah Dasar adalah kemampuan gerak dasar, yaitu pada pola gerakan yang mendasari suatu gerakan mulai dari gerak dasar. Istilah umum gerak adalah untuk berbagai perilaku gerak manusia. Gerak dasar terdiri dari tiga macam yaitu lokomotor, non lokomotor dan manipulatif.

1) gerak lokomotor adalah gerak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain; 2) gerak non lokomotor adalah aktivitas yang menggambarkan anggota tubuh pada porosnya dan pelaku tidak berpindah tempat. 3) gerak manipulatif adalah keterampilan motorik yang memerlukan koordinasi mata dengan anggota tubuh yang lain untuk menyiasati objek untuk bergerak. Menurut Suparmin (2012 : 71), gerak lokomotor adalah gerak yang berpindah tempat, sedangkan gerak non lokomotor adalah gerak ditempat, dan gerak manipulatif adalah kegiatan memainkan suatu benda atau tanpa alat.

Bentuk gerak lokomotor seperti berjalan, berlari, lempar, melompat, berjingkat melompat dan meloncat, merayap dan memanjat. Bentuk gerak non lokomotor seperti menarik dan mendorong, menghindari, mengayunkan kaki, memutar dan berputar, meregangkan otot, menghindari, bergantung. Bentuk manipulatif seperti

mengelindingkan benda, menangkap, melempar, menendang dan menggiring. Menurut Yulingga (2015), bentuk gerakan non lokomotor yaitu 1) latihan menghindar; 2) latihan peregangan; 3) memutar (meliuk) dan berputar; 4) bergantung; 5) menarik dan mendorong. Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa gerak non lokomotor adalah gerak tubuh yang tidak berpindah tempat. Bentuk gerak non lokomotor seperti mengubah arah lari dan mengubah posisi tubuh, contohnya seperti kelincahan. Kelincahan (Agility) kelincahan adalah kemampuan merubah arah **tubuh dengan cepat dan tepat**.

Menurut Dwikusworo (2009), **Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk merubah posisi dan arah secepat mungkin, sesuai dengan situasi yang dianggap dan dikehendaki.** Seseorang bisa dikatakan lincah apabila **orang yang mempunyai kemampuan mengubah gerak arah dan posisi tubuh dengan cepat, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan tubuhnya.** Bagi anak kelincahan adalah sesuatu yang khas sesuai dengan kodratnya, karena anak identik dengan karakteristiknya yang lincah agar dapat menggerak-gerakkan tubuh.

Salah satunya adalah gerakan pada saat bermain permainan tradisional bentengan dan gobak sodor, pemain diharuskan bergerak secepat mungkin agar tidak tersentuh oleh lawan, dan begitu pula permainan tradisional kasti agar tubuh tidak terkena bola lambung dari lawan. Menurut Suharno (1986) kegunaan kelincahan yaitu : a. untuk koordinasi gerakan-gerakan ganda; b. mempermudah gerakan-gerakan yang efisien efektif dan ekonomis; c. mempermudah orientasi terhadap lawan. Faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan yaitu antropometri, usia, jenis kelamin, tipe tubuh dan berat badan. Melalui kelincahan, anak diharapkan dapat melakukan berbagai aktivitas yang dapat melibatkan motorik kasarnya dengan baik, sesuai dengan perkembangannya.

Menurut Mikdar (2006), dengan kelincahan anak dapat melatih kesegaran jasmaninya. Ketika anak dalam keadaan segar jasmaninya, maka anak mampu melakukan aktivitas tanpa merasakan lelah dengan cepat dan layu. Menurut Mikdar (2006), kelincahan adalah salah satu komponen dalam mencapai kebugaran jasmani. Seorang anak yang bugar, maka dia mempunyai **kondisi fisik yang memungkinkan seseorang mampu menghadapi tantangan hidup dari lingkungannya secara total, dan memiliki fisik yang sehat.**

Unsur-unsur dalam kelincahan terdiri dari empat unsur yaitu unsur kecepatan (speed movement), kekuatan, keseimbangan (balance) dan kelentukan (fleksibilitas) yang tergambar dalam bentuk gerak yang terkoordinasi yang baik. Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kelincahan adalah kemampuan seorang anak yang bertujuan untuk mengubah arah lari dan mengubah posisi tubuhnya dengan cepat yang dilakukan

dengan gerakan lain, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran pada posisi tubuhnya. Kelincahan anak bisa terlihat saat anak sedang melakukan gerakan perpindahan seperti anak melakukan permainan tradisional bentengan, gobak sodor dan kasti.

Kajian Hasil Penelitian Terdahulu Penelitian yang dilakukan oleh Ramdhan Nuriman, Nurlan Kusmaedi dan Sumardiyanto (2016), yang berjudul "Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bebentengan Terhadap Kemampuan Kelincahan Anak Usia 8-9 Tahun". Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan model pretest, perlakuan dan posttest Hal ini dibuktikan dengan rata-rata skor sebelum menggunakan model Rata-rata hasil tes kepada kelompok eksperimen yang berjumlah sampel 10 orang yaitu hasil rata-rata tes awal 19.63 dan standart deviasi 1.45 serta varians 2.131. hasil skor terendah 17.08 dan skor tertinggi 20.65, tes akhir dengan rata-rata 17.18 dan standart deviasi 0.74 serta varians 0.55, hasil skor (16.06-18.46).

Sedangkan kelompok kontrol dengan jumlah sampel 10 orang yaitu dengan rata-rata hasil tes awal 19.65 dan standart deviasi 0.86 serta varians 0.75, hasil skor terendah 18.46 dan skor tertinggi 20.88. hasil tes akhir menunjukkan rata-rata 19.67, dan standart deviansi 0.90 serta varians serta varians 0.81, hasil skor terendah 17.41 dan skor tertinggi 20.85.. kesimpulan bahwa terdapat pengaruh permainan tradisional bebentengan terhadap kemampuan kelincahan siswa elas III di SDN Cilobas. Penelitian yang dilakukan oleh I Gusti Ngurah Agung Cahya Prananta (2016), yang berjudul "Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Megala-gala Terhadap Kemampuan Kelincahan Mahasiswa Putra FPOK Semester VI Kelas A Tahun 2015" mendapat kesimpulan bahwa pebedaan kelncahan kelompok perlakuan berupa permainan megala-gala sebelum dan sesudah pelatihan memiliki nilai $p < 0,05$.

Penelitian yang dilakukan oleh Dani Nurdiansyah (2018), yang berjudul "Pengaruh Permainan Tradisional Hadang Tehadap Agility" dapat diambil kesimpulan bahwa pengaruh permainan tradisional hadang dapat meningkatkan agility peserta ekstrakurikuler pencak silat tapak suci SMK Negeri 1 Ciams. Peningkatan agility tampak setelah sswa diberikan perlakuan permainan tradisional hadang dengan intensitas tinggi, pemberian beban latihan yang tepat dan waktu istirahat yang tepat. Peningkatan dapat dilihat dari peningkatan rata-rata sebelm diberikan perlakuan permainan tradisional hadang yaitu 8,9 dan hasil setelah diberi perakuan meningkat menjadi 8,1.

Penelitian yang dilakukan oleh Silvia Martha Agustin (2015) yang berjudul "Pengaruh Aktivitas Gerak Permainan Tradisional Terhadap Kelincahan Siswa" dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh yang signifikan permainan tradisional yaitu permainan beteng-betengan dan gobak to door terhadap kelincahan siswa kelas IV SDN

Ngampelsari, Kecamatan Candi, Sidoarjo dengan rata-rata menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Penelitian yang dilakukan oleh Intan Fitri Nur baiti (2014) yang berjudul "Pengaruh Permainan Kasti Tradisional dan Modifikasi terhadap Peningkatan Kelincahan Anak Usia 8-9 Tahun Di SDN Pabelan 03 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo" dapat diambil kesimpulan bahwa adanya pengaruh yang bermakna permainan kasti tradisional terhadap peningkatan kelincahan anak usia 8-9 tahun. Kerangka Berpikir Kelincahan bagi anak adalah sesuatu yang khas sesuai dengan kodratnya.

Kelincahan harus menempati prioritas utama dalam melatih perkembangan motorik kasar pada anak, karena kelincahan adalah salah satu komponen motorik yang ada dalam kebugaran jasmani. Anak yang dalam keadaan bugar jasmaninya maka akan mampu meghadapi tugas-tugas perkembangan selanjutnya. Agar kelincahan anak berkembang dengan baik sehingga dapat mendukung perkembangan motorik kasarnya, maka diperlukan kegiatan yang daat menarik dan menyenangkan bagi anak.

Salah satunya dengan permainan tradisional bentengan, gobak sodor, dan kasti, karena dipergunakan permainan tersebut adalah salah satu permainan yang tepat untuk meningkatkan gerak dasar non lokomotor pada anak, didalam permainan tersebut juga mengandung unsur-unsur untuk melatih mengubah arah lari dan posisi tubuh pada anak. Melalui permainan tersebut diharapkan dapat menjadi kegiatan yang tepat dalam mendukung perkembangan kelincahan pada siswa putra MI Islamiah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk. Hipotesis Berdasarkan kajian teoritis yang berhubungan dengan permasalahan dan di dukung dengan kerangka hasil-hasil penelitian, dapat dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut: Ada pengaruh permainan tradisional bentengan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk; Ada pengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk; Ada pengaruh permainan tradisional kasti terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk.

BAB III METODE PENELITIAN Identifikasi Variabel Penelitian Menurut Sugiyono (2010 : 59), Variabel adalah segala suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Menurut Arikunto (2010), Variabel adalah wujud penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Dengan demikian variabel adalah penelitian dengan sasaran atau objek utama untuk diteliti. Berhubungan dengan hal tersebut, pada penelitian yang berjudul "Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kelincahan Siswa Putra Kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkonng Kabupaten Nganjuk", ini terdapat pula variabel bebas dan variabel terikat. Variabel tersebut meliputi: Variabel bebas (variabel independent) Menurut Sugiyono (2010).

Variabel bebas (variabel independent) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat (variabel dependen). Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebasnya yaitu permainan tradisional bentengan, gobak sodor dan kasti. Variabel Terikat (variabel dependen) Menurut Sugiyono (2010) Variabel Terikat (variabel dependen) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas.

Pada penelitian ini yang menjadi variabel terikat yaitu untuk mengetahui pengaruh treatment (perlakuan) yaitu gerak dasar non lokomotor. Teknik dan Pendekatan Penelitian Pendekatan Penelitian Pendekatan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2010), Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang dimana data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/ statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Teknik Penelitian Menurut Sugiyono (2015), dari segi tujuan, teknik/ metode penelitian dapat dibedakan menjadi : penelitian eksperimen, survey, expostfacto, naturalistik, policy research, evaluation research, action research, sejarah, dan research and development (R&D). Ada beberapa teknik penelitian yang digunakan yaitu eksperimen, deskriptif, korelasional, komparatif, evaluasi, simulasi, dan studi kasus. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono (2003), metode eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh treatment (perlakuan) tertentu.

Untuk memperoleh data yang sesuai dengan tujuan penelitian ini, maka peneliti

mempergunakan eksperimen yaitu dengan memberikan perlakuan pada siswa berupa kegiatan tes awal, treatment atau latihan-latihan dan tes akhir. Penelitian menggunakan desain dengan bentuk satu kelompok dengan tes awal dan tes akhir (one group pretest and posttest design) yaitu eksperimen yang dilaksanakan dengan satu kelompok, tanpa kelompok pembandingan. Desain penelitian tersebut dapat digambarkan seperti berikut: O1_X_O2 _ _ Gambar 3. 1.; Rancangan Penelitian one group pretest and posttest design. Sumber : Sugiyono (2012) Keterangan: O1 : Nilai pretest. O2 : Nilai posttest.

X : Perlakuan (model permainan tradisional bentengan, gobak sodor dan kasti). Tempat dan Waktu Penelitian Tempat Penelitian Tempat penelitian dilaksanakan di MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk. Pertimbangan dalam memilih sekolah tersebut adalah karakteristik yang dimiliki oleh warga di sekolah tersebut yang selalu menerima berbagai pembaharuan yang bersifat membangun. Waktu Penelitian Penelitian ini berlangsung pada bulan Januari 2020, adapun pelaksanaan pretest pada tanggal 3 Januari 2020 dan posttest pada tanggal 11, 20, 28 Januari 2020.

Sedangkan untuk perlakuan menggunakan permainan tradisional bentengan, gobak sodor dan kasti dilaksanakan pada tanggal 5-27 Januari 2020. Populasi dan Sampel Menurut Sugiyono (2010), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi berdasarkan pernyataan tersebut adalah populasi merupakan keseluruhan objek yang dibatasi oleh ketentuan tertentu.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk tahun pelajaran 2019/2020 yang jumlahnya 20 siswa. Sampel Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan penelitian tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka penelitian dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu.

Sampel dari penelitian ini di ambil dari jumlah populasi. Menurut Sugiyono (2013), Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang akan digunakan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik sampling jenuh. Menurut Sugiyono (2013), sampel jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Karena anggota populasi digunakan sebagai sampel yang berjumlah 20 siswa putra kelas V-A.

Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data Pengembangan Instrument

Menurut Sugiyono (2014), instrumen penelitian adalah suatu alat pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Dalam penelitian ini menggunakan tes lari bolak balik dengan mengacu pada instrument tes dari Albertus Fenanlampir, dkk (2015). Tujuan dari tes bolak-balik adalah untuk mengukur kelincahan seseorang dalam mengubah arah lari dan posisi tubuh. Sasarana untuk laki-laki usia 10 tahun keatas. Alat dan perlengkapan yang dibutuhkan antara lain : stopwatch meter rol, lintasan datar dan formulirates. Tes ini diperuntukan bagi usia mulai 10 tahun ke atas. Petunjuk pelaksanaan.

Pada aba-aba "bersedia", siswa berdiri dibelakang garis lintasan. Pada aba-aba "siap", siswa lari dengan start berdiri. Dengan aba-aba "ya", Siswa segera berlari menuju garis kedua dan setelah kedua kaki melewati garis kedua, segera berbalik dan Menuju ke garis pertama. Siswa berlari dari garis pertama ke menuju garis kedua dan kembali lagi ke garis pertama dihitung satu kali. Pelaksanaan lari dilakukan smpa empat kali bolak-balik, sehingga menempuh 40 meter. Setelah melewati finish digaris kedua, pencatat waktu dihentikan.

Catatan waktu untuk menentukan norma kelincahan dihitung sampai sepuluh detik (0,1 detik), atau perseratus detik (0,1). Lintasan lari pada bidang yang datar, dengan panjang 10 meter, dan garis batasa 5meter di tengah lintasan. _ Gambar 3. 2.; Lapangan tes lari bolak-balik. Sumber : Albertus Fenanlampir dan Muhammad Muhyi Faruq (2015) Tabel 3.1.; Norma kelincahan No _Norma _Prestasi laki-laki _1 _Baik Sekali _12.10 _2 _Baik _12.11 – 13.52 _3 _Sedang _13.53 – 14.36 _4 _Kurang _14.97 – 16.39 _5 _Kurang Sekali _16.40 _ _Sumber : Albertus Fenanlampir dan Muhammad Muhyi Faruq (2015) Validasi Instrumen Agar perangkat tes dikatakan baik sebagai alat ukur, maka perangkat tes tersebut harus memenuhi persyaratan validitas.

Menurut Azwar (2012), Validitas adalah pertimbangan yang paling utama dalam mengevaluasi kualitas tes sebagai instrument ukur. Menurut Sugiyono (2010), validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Sehingga berdasarkan pernyataan tersebut validitas adalah ukuran yang menyatakan tingkat kebenaran suatu data.

Langkah-langkah Pengmpulan Data Dalam suatu penelitian proses pengumpulan data sangat penting, karena dengan hasil yang diperoleh dari pengukuran, dapat dilihat gejala atau perkembangan yang terjadi pada sampel yang diteliti. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen desain one group pretest and posttest design dengan memberikan treatment yaitu permainan tradisional.

Pelakuan diberikan sebanyak 18 pertemuan. Sedangkan pengukuran dengan tes lari bolak balik dilaksanakan sebelum perlakuan (pretest) dan setelah diberikan perlakuan (posttest).

Adapun langkah-langkah pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Tahap persiapan Melakukan observasi lokasi dan objek penelitian; Menyusun perangkat penelitian; Penyusunan instrumen penelitian; Koordinasi dengan pihak sekolah. Tahap pelaksanaan memberikan pretest pada siswa putra kelas V-A; Memberikan perlakuan pada siswa putra kelas V-A, sebagai berikut: Enam kali pertemuan permainan tradisional bentengan; Enam kali pertemuan permainan tradisional gobak sodor; Enam kali pertemuan permainan tradisional kasti. Memberikan posttest pada siswa putra kelas V-A dan; Menganalisis data.

Teknik Analisis Data Jenis Analisis Uji Normalitas Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi datanya menyimpang atau tidak dari distribusi normal. Data yang baik dan layak untuk membuktikan model-model penelitian tersebut adalah data yang memiliki distribusi normal. Konsep dasar dari uji normalitas Kolmogorov Smirnov adalah membandingkan distribusi data (yang akan diuji normalitasnya) dengan distribusi normal baku.

Distribusi normal baku adalah data yang telah ditransformasikan kedalam bentuk Z-Score dan diasumsikan normal. Kelebihan dari uji ini adalah sederhana dan tidak menimbulkan perbedaan persepsi diantara satu pengamat dengan pengamat yang lain, yang sering terjadi pada uji normalitas dengan menggunakan grafik. Uji normalitas ini dianalisis dengan bantuan program SPSS. Kriteria jika $\text{Hit} > \text{tabel}$ maka sebaran berdistribusi tidak normal dan jika $\text{Hit} < \text{tabel}$ maka sebaran berdistribusi normal.

Uji Homogenitas Uji homogenitas dan uji normalitas dimaksudkan untuk memperhatikan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variasi yang sama. Hasil uji homogenitas yang dilakukan menggunakan One Way Anova dengan menggunakan SPSS dengan taraf signifikan 5% atau 0,05. Jika nilai signifikan lebih besar dari 0,05 maka sampel berasal dari populasi yang homogen. Uji Hipotesis (jit) Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui penerimaan atau penolakan hipotesis yang diajukan, uji hipotesis menggunakan uji-t pada taraf signifikan 5% kriteria uji t.

Jika $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$ 0,05 maka rata-rata nilai sebelum latihan dengan setelah latihan adalah berbeda dan jika $t \text{ hitung} < t \text{ tabel}$ 0,05 maka nilai rata-rata nilai sebelum latihan dengan setelah latihan adalah sama. Norma Keputusan Apabila nilai probabilitas lebih dari atau sama dengan dari 5%, maka koefisien t signifikan, berarti H_0 ditolak dan H_a

diterima. Apabila nilai probabilitas kurang dari 5%, maka koefisien t tidak signifikan, berarti H_0 diterima dan H_a ditolak.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN Laporan hasil penelitian adalah laporan kegiatan selama mengadakan penelitian serta hasil yang di dapat sewaktu berlangsungnya penelitian terhadap suatu sampel.

Dalam bab ini akan dipaparkan hasil penelitian berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di MI Islamiyah Jatisari Lengkong pada tanggal 3 sampai dengan 27 januari 2020. Serangkaian perhitungan dan kriteria pengujian yang telah ditetapkan sebagai langkah-langkah untuk menguji hipotesis penelitian. Dalam penelitian ini, hasil penelitian akan diuraikan ke dalam 4 hal : Deskripsi Data Variabel Deskripsi Data Variabel Bebas Dalam penelitian ini yang berkedudukan sebagai variabel bebas adalah pengaruh permainan tradisional bentengan, gobak sodor dan kasti. Deskripsi Data Variabel Terikat Dalam penelitian ini yang berkedudukan sebagai variabel terikat adalah penggunaan treatment (perlakuan) yaitu gerak dasar non lokomotor. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan pre-test dan posttest.

Adapun data-data dapat dideskripsikan di bawah ini : Tabel 4.1. Data Pre Test dan Post Test (Permainan Tradisional) Descriptive Statistics

	_N	_Range	_Minimum	_Maximum	_Sum	_Mean	_Std. Deviation	_Variance
_Data Pre Test	20	4.91	12.09	17.00	291.82	14.5910	1.61870	2.620
_Data Post test (Bentengan)	20	3.95	12.05	16.00	269.65	13.4825	1.27284	1.620
_Data Post test (Gobak Sodor)	20	3.68	12.02	15.70	267.22	13.3610	1.20687	1.457
_Data Post test (Kasti)	20	3.50	11.90	15.40	263.89	13.1945	1.11543	1.244

_Valid N (listwise)
20

Output : SPSS versi 21.0

Hasil paparan pada tabel diatas tentang data pre test dan post test (permainan tradisional) telah diketahui bahwa pada data pretest (sebelum diberi perlakuan) menunjukkan bahwa dengan jumlah sampel sebesar 20 siswa menunjukkan nilai rata-rata (mean) sebesar 14.59, nilai standar deviasi sebesar 1.618, nilai range sebesar 4.91, nilai total (sum) sebesar 291.82, nilai minimal sebesar

12.09, nilai maksimal sebesar 17.00, dan nilai variasi sebesar 2.620. Untuk selanjutnya tentang data post test setelah diberi perlakuan permainan bentengan dengan jumlah sampel sebesar 20 siswa menunjukkan bahwa nilai range sebesar 3.95, nilai minimal sebesar 12.05, nilai maksimal sebesar 16.00, nilai total (sum) sebesar 269.65, nilai rata-rata (mean) sebesar 13.48, nilai standar deviasi sebesar 1.272, dan nilai variasi sebesar 1.620.

Untuk selanjutnya tentang data post test setelah diberi perlakuan permainan gobak sodora dengan jumlah sampel sebesar 20 siswa menunjukkan bahwa nilai range sebesar 3.68, nilai minimal sebesar 12.02, nilai maksimal sebesar 15.70, nilai total (sum) sebesar 267.22, nilai rata-rata (mean) sebesar 13.36, nilai standar deviasi sebesar 1.206, dan nilai variasi sebesar 1.457.

Untuk selanjutnya tentang data post test setelah diberi perlakuan permainan kasti dengan jumlah sampel sebesar 20 siswa menunjukkan bahwa nilai range sebesar 3.50, nilai minimal sebesar 11.50, nilai maksimal sebesar 15.40, nilai total (sum) sebesar 263.59, nilai rata-rata (mean) sebesar 13.19, nilai standar deviasi sebesar 1.115, dan nilai variasi sebesar 1.224. Analisis Data Prosedur Analisis Data Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini meliputi pengujian normalitas, homogenitas, dan uji-t. Untuk proses analisis data normalitas, homogenitas, uji-t dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 21.0.

Uji prasyarat Normalitas dan Homogenitas Uji Normalitas Uji normalitas dapat digunakan untuk mengetahui bahwa data sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test pada aplikasi SPSS versi 21.0 dengan signifikan 5%. Tabel 4.2. Tests of Normality

Statistic	df	Sig.
Kolmogorov-Smirnov		
Bentengana	236	.121
Gobak Sodor	283	.283
Kastia	385	.385

Shapiro-Wilk
Lilliefors Significance Correction Output : SPSS versi 21.0

Hasil uji normalitas pada pengaruh permainan tradisional dengan menggunakan uji Shapiro-Wilk dengan taraf signifikan 5% didapatkan bahwa nilai signifikansi sebesar $0.094 > 0.05$ pada permainan tradisional bentengan, $0.272 > 0.05$ pada permainan tradisional gobak sodor, dan $0.100 > 0.05$ pada permainan kasti, sehingga dapat dibuktikan data yang digunakan berdistribusi secara normal. Uji Homogenitas Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui seragam atau tidaknya variasi sampel yang diambil dari populasi yang sama. Pengujian homogenitas dilakukan dengan menggunakan One Way Anova dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 21.0 dengan taraf signifikan $0,05 = 5\%$.

Data dikatakan signifikan apabila $Sig > 0,05$, sehingga dapat diketahui bahwa sampel yang digunakan berasal dari populasi yang homogen. Berikut hasil pengujian homogenitas: Tabel 4.3. Test of Homogeneity of Variances Bentengana

Statistic	df1	df2	Sig.
Levene Statistic	3	15	.052

Output : SPSS versi 21.0 Tabel 4.4. Test of Homogeneity of Variances Gobak Sodor

Statistic	df1	df2	Sig.
Levene Statistic	3	16	.056

Output : SPSS versi 21.0 Tabel 4.5. Test of Homogeneity of Variances Kastia

Statistic	df1	df2	Sig.
Levene Statistic	3	16	.264

Output : SPSS versi 21.0

Hasil uji homogenitas pada permainan tradisional bentengan yakni data hasil uji homogenitas data pretest dan posttest pada tabel 3 dengan taraf signifikan 5% didapatkan bahwa nilai signifikansi pada data sebesar $0,052 > 0,05$, permainan tradisional gobak sodor yakni data hasil uji homogenitas data pretest dan posttest pada tabel 4 dengan taraf signifikan 5% didapatkan bahwa nilai signifikansi pada data sebesar $0,056 > 0,05$, dan permainan tradisional kasti yakni data hasil uji homogenitas data pretest dan post test pada tabel 5 dengan taraf signifikan 5% didapatkan bahwa nilai signifikansi pada data sebesar $0,264 > 0,05$, sehingga dapat diambil pembuktian secara keseluruhan bahwa data bersifat homogen atau mempunyai varian yang sama.

Pengujian Hipotesis Pengujian hipotesis 1 menggunakan rumus uji Paired Sample t-test pada kelompok permainan tradisional Bentengan (X1) sebagai berikut: Tabel 4.6. Permainan Tradisional (Bentengan) Paired Samples Test

	Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference						
	Lower	Upper												
Pair 1	Pre test-	Post test	95000	.68633	.15347	.62879	1.27121	6.190	19	.000				

Output : SPSS versi 21.0

Berdasarkan tabel 6 di atas didapatkan nilai Sig (2-tailed) $0,000 < 0,05$ (pedoman taraf signifikansi), maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat perbedaan antara sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan. Selain itu t -hitung $> t$ -tabel yakni $6,190 > 2,093$ (df; 19), sehingga terdapat pengaruh secara signifikan permainan tradisional bentengan (X1) berpengaruh kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. Tabel 4.7. Permainan Tradisional (Gobak sodor) Paired Samples Test

	Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference					
	Lower	Upper											
Pair 1	Pre Test – Post test	1.10000	.71818	.16059	.76388	1.43612	6.850	19	.000				

Output : SPSS versi 21.0

Berdasarkan tabel 7 di atas didapatkan nilai Sig (2-tailed) $0,000 < 0,05$ (pedoman taraf signifikansi), maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya Terdapat perbedaan antara sebelum diberikan perlakuan dan setelah, diberikan perlakuan. Selain itu t -hitung $> t$ -tabel yakni $6,850 > 2,093$ (df;19), sehingga terdapat pengaruh secara signifikan permainan tradisional Gobak Sodor (X2) berpengaruh kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong.

Tabel 8. Permainan Tradisional (Kasti) Paired Samples Test _ _ _ Paired Differences _t _df _Sig. (2-tailed) _ _ _ Mean _Std. Deviation _Std. Error Mean _95% Confidence Interval of the Difference _ _ _ _Lower _Upper _ _ _ _Pair 1 _Pre Test – Post test _1.45000 _94451 _21120 _1.00795 _1.89205 _6.866 _19 _000 _ _Output : SPSS versi 21.0 Berdasarkan tabel 8 di atas didapatkan nilai Sig (2-tailed) $0,000 < 0,05$ (pedoman taraf signifikansi), maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat perbedaan antara sebelum diberikan perlakuan dan setelah/diberikan perlakuan.

Selain itu $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ yakni $6,866 > 2,093$ ($df; 19$), sehingga terdapat pengaruh secara signifikan permainan tradisional Kasti (X3) berpengaruh kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. PEMBAHASAN Merujuk pada hasil perhitungan, dan analisis data, maka selanjutnya akan dibahas secara terperinci sebagai berikut : Permainan tradisional bentengan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh Permainan tradisional bentengan merupakan permainan tradisional yang terdiri dari 2 kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari 4 anak, dan masing-masing kelompok memilih tiang atau pohon sebagai bentengnya.

Menurut Husna (2009), permainan bentengan memiliki fungsi yang penting bagi permainan anak – anak yaitu mengisi dan memperbarui kekuatan dengan menyentuh bentengnya agar dapat menangkap musuh yang berada lama di luar bentengnya. Posisi permainan bentengan pada penelitian ini yakni sebagai variabel (X1) dengan memberikan perlakuan pertama terhadap variabel Y dengan uji-t sebagai alat analisisnya. Berdasarkan analisis pada tabel 6.0 diketahui bahwa permainan tradisional jenis bentengan dapat memberikan representasi keberhasilan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh sebesar $0,000 = 0,05$.

Hal ini membuktikan bahwa permainan tradisional bentengan memberikan pengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. Permainan tradisional bentengan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh Permainan tradisional gobak sodor merupakan permainan tradisional yang terdiri dari 2 kelompok yang dibatasi oleh bilik yang digariskan tanah. Tempat bermainnya dilakukan di tanah lapang dengan peralatan yang memadai. Permainan gobak sodor bersifat berkelompok yang sering dimainkan anak laki-laki maupun perempuan. Permainan ini dapat melatih keterampilan, ketangkasan, dan kelincahan.

Posisi permainan gobak sodor pada penelitian ini yakni sebagai variabel (X2) dengan memberikan perlakuan pertama terhadap variabel Y dengan uji-t sebagai alat analisisnya. Berdasarkan analisis pada tabel 7.0 diketahui bahwa permainan tradisional jenis gobak sodor dapat memberikan/ representasi keberhasilan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh sebesar $0,000 = 0,05$. Hal ini membuktikan bahwa permainan tradisional gobak sodor memberikan pengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong.

Permainan tradisional kasti terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh Permainan kasti merupakan salah satu permainan bola kecil yang mengutamakan teknik dasar melempar, menangkap, memukul, dan keterampilan menghindar. Permainan ini dilakukan di lapangan terbuka dan dapat dilakukan pada segala usia. Permainan ini dapat melatih kedisiplinan diri, memupuk rasa kebersamaan, dan solidaritas antar sesama anggota. Posisi permainan kasti pada penelitian ini yakni sebagai variabel (X3) dengan memberikan perlakuan pertama terhadap variabel Y dengan uji-t sebagai alat analisisnya. Berdasarkan analisis pada tabel 8.0 diketahui bahwa permainan tradisional jenis kasti dapat memberikan representasi keberhasilan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh sebesar $0,000=0,05$.

Hal ini membuktikan bahwa permainan tradisional kasti memberikan pengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong.

BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN Simpulan Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa: Ada pengaruh permainan tradisional bentengan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. Hal ini dapat dibuktikan dengan nilai uji statistika permainan tradisional bentengan (X1) terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh (Y) yakni $6,190 > 2,093$ (df;19), sehingga berpengaruh secara signifikan.

Ada pengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. Hal ini dapat dibuktikan dengan nilai uji statistik permainan tradisional gobak sodor (X2) terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh (Y) yakni $6,850 > 2,093$ (df;19), sehingga berpengaruh secara signifikan. Ada pengaruh permainan tradisional kasti terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong.

Hal ini dapat dibuktikan dengan nilai uji statistik permainan tradisional kasti (X3) terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh (Y) yakni $6,866 > 2,093$ (df;19), sehingga berpengaruh secara signifikan. Implikasi Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa pengaruh permainan tradisional bentengan, gobak sodor dan kasti terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. Implikasi dalam penelitian olahraga Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengungkapkan ada tidaknya pengaruh permainan tradisional bentengan, gobak sodor dan kasti terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh.

Masalah ini dipandang sangat penting karena variabel-variabel ini dapat dijadikan sebagai penilaian pada keefektifan dalam kelincahan siswa dalam mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa. Penelitian ini menurut peneliti adalah untuk membuka jalan ke arah peneliti yang lebih lanjut, karena masih banyak masalah-masalah yang berkaitan dengan variabel-variabel yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan kelincahan melalui permainan tradisional. Untuk itu penelitian ini dapat dijadikan acuan dasar oleh peneliti-peneliti selanjutnya. Saran-saran Setelah mengetahui dari hasil penelitian maka peneliti memberikan saran yang mungkin nantinya dapat bermanfaat.

Adapun saran-saran tersebut sebagai berikut: Bagi Guru Bagi guru Penjas khususnya

yang berhubungan langsung dengan siswa kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong, sekiranya hasil penelitian di dapat dijadikan tolak ukur pada saat mengajarkan untuk mrningkatkan kelincahan mengubah arah lari pada siswa dan selanjutnya dijadikan bahan acuan membuat program-program latihan intensif untuk dapat meningkatkan kemampuan secara impresifademi tercapainya prestasi belajar. Bagi Penelti Selanjutnya Saran yang terakhir adalah bagi peneliti selanjutnya yang hendaknya mampu mengembangkan dan menyempurnakan berbagai variabel dan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini agar menjadi lebih baik dan bermakna.

DAFTAR PUSTAKA Achroni, Keen. 2012. *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Melalui Permainan Tradisional*. Jakarta: Javalitera. Agustin, M. S., & Muhammad, N. H. 2015. Pengaruh Aktivitas Gerak Permainan Tradisional Terhadap Kelincahan Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 549–553. (online), tersedia: <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/13829>. diunduh 12 Juni 2020. Andriani, Tuti. 2012. Permainan Tradisional dalam Membentuk Karakter Anak Usia Dini. *Jurnal Sosial Budaya*. 9 (1). (Online), tersedia: <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/SosialBudaya/article/view/376>, diunduh 12 Desember 2019. Aqib, Zainal. 2013.

Model-model, Media, dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif). Bandung: Yrama Widya. Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi 2013. Jakarta: PT Rineka Cipta. Badan Standar Nasional Pendidikan. 2006. *Standar Isi Pendidikan Jasmani Kelas 1-6*. Badeni. 2013. *Kepemimpinan dan Perilaku Organisasi*. Bandung: Alfabeta. Baiti, Intan Fitri Nur. 2014. Pengaruh Permainan Kasti Tradisional dan Modifikasi terhadap Peningkatan Kelincahan Anak Usia 8-9 Tahun Di SDN Pabelan 03 Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Naskah Publikasi. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Blegur, Jusuf. dan Wasak, M. Rambu P. 2018. *Permainan Kecil : Teori dan Aplikasi*. Kupang: Jusuf Aryani Learning. Academia, (Online), tersedia: https://www.academia.edu/36749264/PERMAINAN_KECIL_TEORI_DAN_APLIKASI, diunduh 20 Maret 2020. Dilanisa. 2012. *Mengenai Permainan Tradisional*. Bandung: Mawar Putra Perdana. Dimiyati dan Mudjiono. 2013. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta. Ekunsanmi, T. 2012. A note on the current status of Arin, a Yoruba traditional game played with the seeds of dioclea reflexa. *Journal of Life Sciences*, 6(3), 349-353. Fenanlampir, Albertus. dan Faruq, Muhammad Muhyi. 2015. *Tes & Pengukuran dalam Olahraga*.

Yogyakarta: Andi Offset. Gipit, M. A., Abdullah, M. R., Musa, R. M., Kosni, N. A., & Maliki, A. B. H. M. 2017. The effect of traditional games intervention programme in the enhancement school-age children's motor skills: A preliminary study. *Malaysian Journal of Movement, Health & Exercise*, 6(2). (online), tersedia: <https://doi.org/10.15282/mohe.v6i2.142>. diunduh 12 Juni 2020. Hamdani, Ajun. 2010. *Olahraga Tradisional Indonesia*. Klaten: PT Macanan Jaya Cemerlang. Hanief, Yulingga Nanda. dan Sugito, 2015. Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal Sportif*, Vol : 1 (1); 60-73. (online), tersedia: <https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk/article/view/575>, diunduh 12 Desember 2019. Hugnes, F.P (2010). *Children, play, and development*, (4th edition). USA: Sage Publications. Husdarta, H.J.S. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.

Iwandana, D. T., Sugiyanto, S., & Hidayatullah, F. 2018.

Traditional Gamesto Form Children's Characters In Dieng Plateau Banjarnegara Central Java Indonesia. *Journal of Education, Health and Sport*, 8(11), 407-315. (online), tersedia: <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.1613528>. diunduh 12 Juni 2020. Kreitner, Robert. 2014. *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba 4. Kurniawan, Wing Prasetyo. dan Zawawi, M. Anis. 2017. Pengenalan Permainan Tradisional GOTENG (Gobak Sodor dan Bentengan) untuk Membangun Karakter Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas. *Jurnal Sportif*, Vol. 3 (2). 128-141. (online), tersedia: <https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk/article/view/11889>, diunduh 20 Maret 2020. Kusumawati, Oktaria. 2017.

Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar Bawah. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar*. Vol. 4. 123-142. (Online), tersedia: <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/terampil/article/view/2221>, diunduh 12 Desember 2019 Laksono, Bambang. 2012. *Kumpulan Permainan Rakyat Olahraga Tradisional*. Jakarta: Kementrian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia. Lutan, Rusli. 1988. *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti. Lutan, Rusli 1998. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Depdikbud. Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pendidikan Akademik. Mashuri, Hendra, dan Pratama, Budiman Agung. 2019.

Peran Permainan Tradisional Dalam Pendidikan Jasmani untuk Penguatan Karakter Peserta Didik. *Journal Prosiding Seminar Nasional FKIP UTP Surakarta*. 39 (1). (Online), tersedia: <http://ejournal.utp.ac.id/index.php/PROPKO/article/view/865>, diunduh 20 Desember 2019. Nugroho, D. A. (2012). Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Aplikasi Permainan Beregu Pada Siswa Kelas III SD Negeri 1 Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2011/2012. *Jurnal Phederal Penjas*, 1(1). (online), tersedia: <http://jurnal.fkip.uns.ac.id/index.php/penjaskesrek/article/view/554>. diunduh 15 Juni 2020. Nuriman, R., Kusmaedi, N., & Yanto, S. (2016).

Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bebentengan Terhadap Kemampuan Kelincahan Anak Usia 8-9 Tahun. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 1(1), 29. (online), tersedia: <https://doi.org/10.17509/jtikor.v1i1.1550>. diunduh 15 juni 2020. Paturusi, Achmad. 2012. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: PT Asri Mahasatya. Pradipta, G. D. (2017). Strategi Peningkatan Keterampilan Gerak untuk Anak Usia Dini Taman Kanak-Kanak B. *Jendela Olahraga*, 2(1), 140-147. (online), tersedia: <http://journal.upgris.ac.id/index.php/jendelaolahraga/article/view/1292>. diunduh 18 Juni 2020. Pratiwi, Y., & Kristanto, M. (2014). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Keseimbangan Tubuh Anak melalui Permainan Tradisional Engklek Di Kelompok B

Tunas Rimba II Tahun Ajaran 2014/2015. Jurnal Penelitian PAUDIA, 3(2), 18–39.

(online), tersedia: <https://doi.org/10.1016/j.jviromet.2013.08.012>. Diunduh 20 juni 2020 Rifki Saputra, K. H. O. I. R. U. L. (2015). Penerapan Permainan Tradisional Dan Dalam Pemanasan Terhadap Efektivitas pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan (Studi pada siswa kelas IV SDN Janti II Tulangan Sidoarjo). Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 3(2). (online), tersedia: <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/13530>. diunduh 22 Juni 2020 Rosidiani, Dini. 2012. Model Pembelajaran Langsung dalam pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Bandung: Alfabeta. Sahay, S.

(2013). Traditional children's games of Bihar. Folklore: Electronic Journal of Folklore, (54), 119-136. Samsudn. 2008. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA/MA. Jakarta: Prenada Media Grup. Saputra, S. Y. (2017). Permainan Tradisional vs Permainan Modern dalam Penanaman Nilai Karakter di Sekolah Dasar. Elementary School Education Journal), 1(1), 1–7. (online), tersedia: <https://doi.org/10.30651/else.v1i1.873>. diunduh 10 juli 2020. Syarif, A. (2018). Meningkatkan Kemampuan Gerak Motorik Kasar dengan Menggunakan Permainan Tradisional Manyipet pada Siswa Laki-Laki Kelas V di SD Negeri 7 Bukit Tunggal. Jurnal MERETAS, 5(2), 179–189. (online), tersedia: <https://jurnal.upgriplk.ac.id/index.php/meretas>.

diunduh 10 juli 2020 Subkhi, Akhmad. 2013. Pengantar Teori dan Organisasi. Jakarta: Prestasi Pustaka Raya. Sudarman, I Wayan., 2019. Pelatihan Wasit dan Juri Olahraga Tradisional. Makalah disajikan dalam pelatihan wasit dan juri olahraga tradisional tingkat daerah FORMI Jatim, Jurusan Penjas UNP Kediri, Kediri, 24 Juni 2019. Sugiyono, 2016. Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R dan D. Bandung: Alfabeta. Sukintaka. 2004. Teori Pendidikan Jasmani. Bandung: Nuansa. Waharsono. 1999. Perkembangan dan Belajar Gerak. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Wiarso Giri, 2015, inovasi perkembangan dalam pendidikan jasmani, yogyakarta: laksitas. Yulianty, Rani. 2010. Permainan Yang meningkatkan Kecerdasan Anak Modern dan Tradisional. Jakarta: Laskar Aksara.

INTERNET SOURCES:

<1% - <https://www.youtube.com/watch?v=TeHMtATgXMo>

<1% -

<https://id.123dok.com/document/q5menxwy-upaya-meningkatan-hasil-belajar-passing-atas-dengan-menggunakan-media-simpai-melalui-gaya-mengajar-inklusi-dalam-permainan-bola-volly-pada-siswa-kelas-xi-sma-negeri-1-medan-tahun-ajaran-2011-2012.html> <1% - <http://simki.unpkediri.ac.id/index.php>

<1% - <https://brainly.co.id/tugas/31386398> <1% - <http://repository.unpas.ac.id/5699/6/Bab%20I.pdf> <1% - <https://core.ac.uk/download/pdf/132421576.pdf>

<1% - http://repository.upi.edu/7036/4/S_SDJP_0902650_Chapter%201.pdf

<1% - <https://brainly.co.id/tugas/31339411>

<1% - <https://storage.googleapis.com/s.mysch.id/file/82469039kelasviipjokbg.pdf>

<1% - https://www.researchgate.net/publication/323695095_Membentuk_Gerak_Dasar_Pada_Siswa_Sekolah_Dasar_Melalui_Permainan_Tradisional

1% - <https://www.kangmartho.com/2017/03/juknis-olahraga-tradisional-gobak-sodor.html>

1% - <https://artikelpenjas.blogspot.com/2019/10/peraturan-permainan-hadang.html>

<1% - <https://sahabatolahraga.com/tag/olahraga-permainan/>

<1% - <https://tangamesyu.blogspot.com/2017/09/juknis-olahraga-tradisional-gobak-sodor.html>

ml

<1% - <https://docobook.com/pengembangan-model-pembelajaran-teknik-dasar-unnes.html>

<1% - <https://edoc.pub/peraturan-permainan-olahraga-tradisional-gobag-sodordocx-5-pdf-free.html>

<1% - <https://infokito.wordpress.com/2019/03/03/antara-video-game-dan-permainan-anak-anak-tradisional/>

<1% - <http://eprints.umm.ac.id/35562/3/jiptumpp-gdl-lindadwian-48116-3-2.babii.pdf>

<1% - <https://www.liputan6.com/citizen6/read/2208126/seru-bermain-traditional-sport-gobak-sodor>

<1% - <https://risnarahmayanti.wordpress.com/author/risnarahmayanti/>

<1% - <https://www.slideshare.net/abdullatip790/tema-1-indahnyakebersamaan-1kurikulum-2013bse-kelas-4-sdbuku-guru>

<1% - <https://id.123dok.com/document/q7w26vz-smp9penjas-pendidikanjasmaniolahragake-sehatan-aansunjatatguh.html>

<1% -

http://pgsd.umk.ac.id/files/prosiding/2020/Prosiding_Seminar_Nasional_2020-compressed.pdf
<1% -
<https://muharilSPORT.blogspot.com/2015/11/pengembangan-pembelajaran-pola-gerak.html>
<1% -
<http://digilib.unila.ac.id/32286/3/3.%20SKRIPSI%20TANPA%20BAB%20PEMBAHASAN.pdf>
<1% - <https://sipenulisdina.blogspot.com/2015/11/materi-olahraga-kasti.html>
<1% -
<https://makalahkucing.blogspot.com/2016/02/semua-tentang-permainan-bola-kecil.html>
<1% - <https://supri-ozhora.blogspot.com/2012/04/sejarah-permainan-bola-kasti.html>
<1% - <http://digilib.unila.ac.id/2368/10/BAB%20II.pdf>
<1% - <https://leadershipfikun.blogspot.com/>
<1% -
<https://text-id.123dok.com/document/q2mn6vey-peningkatan-kemampuan-motorik-kasar-anak-melalui-bermain-lempar-tangkap-bola-besar-kelompok-b-tk-al-hidayah-semarang-banjaryo-kalibawang-kulonprogo.html>
<1% - <https://sharingconten.com/gerakan-lokomotor/>
<1% - <https://anandasulis.blogspot.com/feeds/posts/default>
<1% -
<https://id.123dok.com/document/oz1rx6dq-dimodifikasi-meningkatkan-passing-permainan-tanjung-kecamatan-kabupaten-tanggamus.html>
<1% - <https://a11youni.wordpress.com/2012/03/> <1% -
https://issuu.com/m.sadli/docs/m._sadli_umasangaji_kti
<1% - <http://scdc.binus.ac.id/volley/2017/03/kebutuhan-fisik-pemain-volley/>
<1% - <http://digilib.unila.ac.id/8815/15/BAB%20II.pdf> <1% -

<https://ronaroikhana14.blogspot.com/2015/09/makalah-penjaskes-kebugaran-jasmani.html>
<1% - <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/4462/1/Ulvi%20Maulida.pdf>
<1% - <http://fpok.ikipgribali.ac.id/upload/jurnal/jurnal42.pdf>
<1% - <https://sinta.unud.ac.id/uploads/wisuda/1202305004-3-BAB%202.pdf>
<1% -
<https://www.kompasiana.com/rhey-03/5500400b8133112819fa74ad/mengenal-variabel-penelitian>
<1% -
<https://eurekapedidikan.com/pengertian-dan-jenis-jenis-variabel-penelitian-evaluasi>
<1% -

<https://id.scribd.com/doc/26194817/Abstrak-Hasil-Penelitian-Universitas-Negeri-Malang>
<1% - <http://repository.unpas.ac.id/32885/4/BAB%20III%20revisi.pdf>
<1% - http://etheses.uin-malang.ac.id/1877/6/10520092_Bab_3.pdf
<1% -
<https://pendyrafadigital.blogspot.com/2017/10/makalah-perspektif-metode-penelitian.html>
<1% - http://repository.upi.edu/1800/6/S_PJKR_0802956_chapter3.pdf
<1% -
<http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/terampil/article/download/2221/1666> <1%
- <http://eprints.ums.ac.id/69470/13/BAB%203.pdf> <1% -
<https://www.slideshare.net/nugdwis/pengaruh-jalan-santai-terhadap-tekanan-darah-pada-pra-lansia-di-posyandu-lansia-sejahtera-abadi-ix-candi-baru>
<1% - <http://repository.unpas.ac.id/30110/6/BAB%20III%20Lanjutan.pdf>
<1% - <http://digilib.unila.ac.id/6444/18/BAB%20III.pdf> <1% -
<http://repository.unpas.ac.id/27743/6/BAB%20III%3Dedit.pdf>
<1% - http://repository.upi.edu/5495/6/S_ING_KDTASIK_0903628_Chapter3.pdf
<1% -
<https://www.slideshare.net/lapalutu/pengembangan-instrumen-penilaian-dan-analisisnya>
<1% - <http://digilib.unila.ac.id/10526/23/BAB%20III.pdf>
<1% - http://eprints.walisongo.ac.id/3196/4/3105134_Bab3.pdf
<1% - http://repository.upi.edu/24725/6/S_KOR_0906748_Chapter3.pdf
<1% -
<http://psikologi.untag-sby.ac.id/index.php/informasi/publikasi-ilmiah/artikel-jurnal/164-menu/menu-utama/informasi/fenomena/vol-vi-no-1-pebruari-2011> <1% -
http://repository.upi.edu/15520/6/S_IKOR_1001402_Chapter3.pdf <1% -
<https://irfanarif04.blogspot.com/2015/09/dasar-dasar-penelitian.html> <1%
- http://eprints.walisongo.ac.id/742/4/082411097_Bab3.pdf
<1% - <http://eprints.walisongo.ac.id/6558/4/BAB%20III.pdf>
1% - <http://www.mitrahomocare.com/2010/04/jenis-jenis-uji-statistik.html>
<1% - <https://nhanha85.blogspot.com/2016/03/uji-normalitas-data.html>
<1% - <https://www.slideshare.net/ZUKISUDIANA/statistik-uji-normalitas>
<1% -
<http://staffnew.uny.ac.id/upload/198810132015041004/lainlain/WORKSHOP%20PEMANFAATAN%20BUKU%20AJAR%20STATISTIK%20TERAPAN%20DAN%20APLIKASI%20SPSS%20UNTUK%20MENINGKATKAN%20KOMPETENSI%20MENELITI%20BAGI%20GURU%20IPA%20TINGKAT%20SMP%20DI%20SLEMAN,%20YOGYAKARTA.pdf>
<1% - http://eprints.walisongo.ac.id/1602/7/093511019_Bab4.pdf
<1% -

<https://www.spssindonesia.com/2015/05/cara-uji-independent-sample-t-test-dan.html>
<1% -

https://www.researchgate.net/publication/336931480_PENGARUH_DISIPLIN_KERJA_LOYALITAS_DAN_PENGEMBANGAN_KARIR_TERHADAP_KINERJA_KARYAWAN_YAYASAN_RAUDLATUL_QURAN_BATAM

<1% - <https://repository.stkipgrisumenep.ac.id/470/9/BAB%20IV%20.pdf> <1% -

<https://ayudewiazizatunn.blogspot.com/2015/05/teknik-keabsahan-data.html> <1%

- <https://id.scribd.com/doc/188454928/Skripsi-Uli-Nuha-Nim-08600036> <1% -

http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2019/13.1.01.09.0251.pdf <1% -

<https://statusfan.com/mading/permainan-benteng-bentengan> <1% -

<https://inspirasi-dttg.blogspot.com/2018/04/kajian-pustaka-lengkap-skripsi-penjas.html>

<1% - <https://yuksport.blogspot.com/>

<1% -

<https://pgsd.binus.ac.id/2020/04/15/nilai-moral-dalam-lirik-dolanan-cublak-cublak-suweng/>

<1% - https://eprints.umk.ac.id/4097/8/DAFTAR_PUSTAKA.pdf

<1% - <http://mohejournal.com/index.php/mohe>

<1% - https://issuu.com/journalsportif/docs/volume_1_nomor_1_tahun_2015

<1% - <https://id.scribd.com/doc/189971981/554-1405-1-SM-1>