

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP  
PENINGKATAN KELINCAHAN**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)  
Pada Prodi PENJAS



OLEH :

**AHMAD MARZUQI HIDAYAT**

NPM: 16.1.01.09.0064

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
**UN PGRI KEDIRI**

2020

Skripsi oleh:

**AHMAD MARZUQI HIDAYAT**  
NPM. 16.1.01.09.0064

Judul :

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP  
PENINGKATAN KELINCAHAN**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada  
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi PENJAS  
FIKS UN PGRI Kediri

Tanggal : 10 Juli 2020

Pembimbing I



**Dr. Budiman Agung Pratama, M.Pd.**  
NIDN. 0706078801

Pembimbing II



**Wing Prasetya Kurniawan., M.Pd.**  
NIDN. 0709099001

Skripsi oleh:

**AHMAD MARZUQI HIDAYAT**  
NPM. 16.1.01.09.0064

Judul :

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP  
PENINGKATAN KELINCAHAN**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi  
Prodi PENJAS FIKS UN PGRI Kediri  
Pada Tanggal : 23 Juli 2020

**Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan**

Panitia Penguji :

1. Ketua : Dr. Budiman Agung P., M.Pd.  
2. Penguji I : Dhedhy Yuliawan, M.Or.  
3. Penguji II : Wing Prasetya Kurniawan., M.Pd.



Mengetahui,  
Dekan FIKS



**Dr. Sulistiono, M.Si.**  
NIDN 6007076801

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Ahmad Marzuqi Hidayat  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Tempat/tgl. Lahir : Nganjuk, 27 April 1998  
NPM : 16.1.01.09.0064  
Fak/Jur/Prodi. : FIKS/ S1 PENJAS

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 23 Juli 2020

Yang Menyatakan



**AHMAD MARZUQI HIDAYAT**  
NPM. 16.1.01.09.0064

## MOTTO

“Jangan menuntut Tuhanmu karena tertundanya keinginanmu, tapi menuntut dirimu karena menunda adabmu kepada-Nya”

“Aku tak punya bakat khusus. Aku cuma punya rasa penasaran yang menggebu-gebu”

“Hidup itu sangat sederhana, tapi kita yang membuat hidup menjadi rumit”

## PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karyaku ini untuk

1. Allah SWT atas segala rahmat, nikmat serta limpahan hidayah yang telah ia berikan.
2. Bapak, ibu dan kakak saya yang selalu memberikan dukungan, motivasi dan doa yang tiada henti.
3. Dosen pembimbing yang telah memberikan ilmu dan pengalaman sehingga terciptanya karya tulis ini.
4. Kepala sekolah dan staf pengajar serta siswa MI Islamiyah Jatisari Lengkong Nganjuk yang telah memberikan saya waktu untuk belajar dan menyelesaikan karya ini.
5. Serta teman-teman seperjuangan yang membantuku selama dikampus tercinta.

## Abstrak

**Ahmad Marzuqi Hidayat:** Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kelincahan, Skripsi, Penjas, FIKS UNP Kediri, 2020.

Kata kunci: Permainan Tradisional, Kelincahan.

Penelitian ini dilatar belakangi banyak generasi muda saat ini kurang begitu mengenal dengan beragam jenis permainan tradisional menarik di sekitarnya. Permainan tradisional saat ini seakan-akan sudah tergantikan dengan oleh permainan modern seperti *Games Online, Hand Phone, Vidio Games*, dan lain sebagainya. Padahal permainan tradisional sendiri memiliki banyak manfaat seperti diantaranya membantu anak untuk tumbuh kembang dengan kreatifitas budaya setempat, melatih fisik dan mental pada anak, melatih jiwa kepemimpinan, dan ketangkasan.

Permasalahan penelitian ini adalah adakah pengaruh permainan tradisional bentengan, gobak sodor dan kasti terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk ?

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimental. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk tahun pelajaran 2019/2020. Sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 20 siswa laki-laki. Teknik pengambilan data dengan menggunakan tes lari bolak balik dengan mengacu pada instrumen tes. Uji prasyarat yang digunakan dalam penelitian ini meliputi uji normalitas, uji homogenitas, dan uji-t.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa pada anak siswa laki-laki kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk : (1) Terdapat pengaruh permainan tradisional bentengan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh. Hal ini dapat dibuktikan dengan nilai uji statistik sebesar  $6,190 > 2,093$  (df; 19), (2) Terdapat pengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh. Hal ini dapat dibuktikan dengan nilai uji statistik sebesar  $6,850 > 2,093$  (df; 19), (3) Terdapat pengaruh permainan tradisional kasti terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh. Hal ini dapat dibuktikan dengan nilai uji statistik sebesar  $6,866 > 2,093$  (df; 19). Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa permainan tradisional bentengan, gobak sodor, dan kasti berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada taraf signifikansi 0,05 (5%).

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur Kami panjatkan kehadirat Allah SWT, karena hanya atas perkenan-Nya tugas penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.

Skripsi dengan judul **“Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kelincahan”** ini ditulis guna memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pendidikan pada jurusan PENJAS UN PGRI Kediri.

Pada kesempatan ini duucapkan terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd, Selaku Rektor UN PGRI Kediri yang selalu memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswa;
2. Dr. Sulistiono, M.Si, selaku Dekan FIKS UN PGRI Kediri;
3. Drs. Slamet Junaidi, M.Pd, Selaku ketua prodi PENJAS FIKS UN PGRI Kediri yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk menyelesaikan Skripsi ini;
4. Dr. Budiman Agung Pratama, M.Pd. Selaku Dosen Pembimbing Skripsi I;
5. Wing Prasetya Kurniawan, M.Pd. Selaku Dosen Pembimbing Skripsi II;
6. Siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari yang telah membantu proses penelitian; dan
7. Ucapan terimakasih juga kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan proposal ini.

Disadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, maka diharapkan tegur sapa, kritik, dan saran-saran, dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Akhirnya, disertai harapan semoga skripsi ini ada manfaatnya bagi kita semua, khususnya bagi dunia pendidikan, meskipun hanya ibarat setitik air bagi samudra luas.

Kediri, 23 Juli 2020



**AHMAD MARZUQI HIDAYAT**

NPM: 16.1.01.09.0064



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Kegunaan Penelitian.....	8
<b>BAB II KAJIAN TEORI DAN HIPOTESIS</b>	
A. Kajian Teori.....	10
1. Hakikat Permainan Tradisional .....	10
2. Manfaat Permainan Tradisional .....	22

3. Non Lokomotor .....	23
4. Kelincahan (Agility).....	24
B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu .....	26
C. Kerangka Berpikir .....	28
D. Hipotesis.....	29

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	30
B. Teknik dan Pendekatan Penelitian .....	31
1. Pendekatan Penelitian.....	31
2. Teknik Penelitian.....	31
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	32
1. Tempat Penelitian.....	32
2. Waktu Penelitian .....	33
D. Populasi dan Sampel .....	33
1. Populasi .....	33
2. Sampel .....	33
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	34
1. Pengembangan Instrument .....	34
2. Validasi Instrumen.....	36
3. Langkah-langkah Pengmpulan Data.....	36
F. Teknik Analisis Data.....	37
1. Jenis Analisis .....	37
2. Norma Keputusan.....	39

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Variabel .....	40
1. Deskripsi Data Variabel Bebas .....	40
2. Deskripsi Data Variabel Terikat .....	40
B. Analisis Data .....	42
1. Prosedur Analisis Data .....	42
2. Uji prasyarat Normalitas dan Homogenitas .....	42
C. Pengujian Hipotesis .....	44
D. PEMBAHASAN .....	46

## BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Simpulan.....	49
B. Implikasi.....	50
C. Saran-saran .....	50

DAFTAR PUSTAKA .....	52
----------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 : Norma Kelincahan.....	36
4.1 : Data Pre Test dan Post Test (Permainan Tradisional) .....	41
4.2 : <i>Tests of Normality<sup>b,c</sup></i> .....	42
4.3 : <i>Test of Homogeneity of Variances</i> .....	43
4.4 : <i>Test of Homogeneity of Variances</i> .....	43
4.5 : <i>Test of Homogeneity of Variances</i> .....	43
4.6 : Permainan Tradisional (Bentengan) <i>Paired Samples Tes</i> .....	44
4.7 : Permainan Tradisional (Gobak sodor) <i>Paired Samples Test</i> .....	45
4.8 : Permainan Tradisional (Kasti) <i>Paired Samples Test</i> .....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2. 1 : Permainan gobak sodor.....	13
2. 2 : Lapangan gobak sodor. ....	14
2. 3 : Simulasi permainan kasti .....	21
3. 1 : Rancangan Penelitian <i>one group pretest and posttest design</i> . ....	32
3. 2 : Lapangan tes lari bolak-balik.....	35

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 : Berita acara kemajuan bimbingan.....	58
2 : Surat pengantar/ijin penelitian.....	60
3 : Surat keterangan telah melakukan penelitian.....	61
4 : Data nama siswa.....	62
5 : Hasil tes lari bolak-balik.....	63
6 : Dokumentasi.....	64
7 : Sertifikat plagiasi.....	67

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. 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 didorong 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. Permainan juga dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan pada anak secara optimal (Kurniawan & Firdaus, 2020). 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, egramng, sumpitan, bekel, petak umpet, boy-boy, 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 warisan dari nenek moyang, seharusnya mampu ditanamkan pada olahraga, khususnya pada sekolah dasar kelas atas. Karena dengan menggunakan model pengembangan permainan tradisional sesuai dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan pada anak, dan juga sesuai dengan Kurikulum KTSP dan K-13 (Kurniawan & Zawawi, 2017). Pendidikan jasmani adalah pelajaran yang sangat penting dalam sekolah dasar, karena pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan dan berperan besar dalam membangun pertumbuhan fisik pada anak (Kurniawan & Firdaus, 2019). 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”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. 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 Lengkong Kabupaten Nganjuk;
2. Belum diketahui tingkat kemampuan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk;

3. Belum ada latihan khusus untuk meningkatkan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk.

### **C. 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 Lengkong Kabupaten Nganjuk.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan permasalahan yang akan diteliti yaitu :

1. Adakah pengaruh permainan tradisional bentengan terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk?
2. Adakah pengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk?
3. Adakah pengaruh permainan tradisional kasti terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui seberapa baik pengaruh permainan tradisional bentengan terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk.
2. 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.
3. Untuk mengetahui seberapa baik pengaruh permainan tradisional kasti terhadap peningkatan kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Kecamatan Lengkong Kabupaten Nganjuk.

### **F. Kegunaan Penelitian**

Adapun manfaat yang dapat diperoleh melalui penelitian ini yaitu manfaat secara praktis dan teoritis :

1. 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.

## 2. Manfaat praktis

### a. Bagi Peneliti

Dapat digunakan sebagai karya ilmiah, dan memperkaya referensi bagi peneliti untuk kedepannya.

### b. 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.

## 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>, 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>, 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.
- 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>, diunduh 20 Maret 2020.
- 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://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v1i1.575](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v1i1.575), diunduh 12 Desember 2019.
- Hugnes, F.P (2010). *Children, play, and development*, (4<sup>th</sup> edition). USA: Sage Publications.

- 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.
- Kurniawan, W. P., & Firdaus, M. 2020. Development of Model for Introducing Basic Sepaktakraw Techniques for Advanced-Grade Primary School Student. In *1st Borobudur Internatonal Symposium on Humanities, Economics and Social Sciences (BIS-HESS 2019)* (pp. 675-679). Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200529.141>, diunduh 10 Juli 2020.
- Kurniawan, W. P., & Firdaus, M. 2020. Pendekatan Bermain Sebagai Solusi Mengenalkan Teknik Dasar Sepak Takraw. *Jurnal SPROTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(1), 226-241. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v6i1.13652](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i1.13652), diunduh 10 Juli 2020
- 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://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v3i2.11889](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v3i2.11889), diunduh 20 Maret 2020.
- Kusumawati, Oktaria. 2017. Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar Kelas Bawah. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar*. Vol. 4. 123-142. (Online),

tersedia: <https://doi.org/10.24042/terampil.v4i2.2221>, diunduh 12 Desember 2019

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>, 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>, 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: <https://doi.org/10.26877/jo.v2i1.1292>, 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>, 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.
- 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>, diunduh 10 juli 2020.

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.

Yulianty, Rani. 2010. *Permainan Yang meningkatkan Kecerdasan Anak Modern dan Tradisional*. Jakarta: Laskar Aksara.