

Vol.2 No.2
July 2020


IJSSC

Indonesian Journal of Sport Science and Coaching

Sport Science and Coaching Study Program
Faculty of Teacher Training and Education
Universitas Jambi, Indonesia

Editorial Team

Lead Editor

Boy Indrayana |  ORCID | SINTA | ID Scopus: 57210342993 | Universitas Jambi, Indonesia


Managing Editor

Iwan Budi Setiawan | Universitas Jambi, Indonesia

Ely Yuliawan | SINTA | Universitas Jambi, Indonesia

Adhe Saputra |  ORCID | SINTA | Universitas Jambi, Jambi, Indonesia

Yudha Gusti Wibowo |  ORCID | SINTA | Scopus | Universitas Jambi, Indonesia

Ali Sadikin |  ORCID | SINTA | ID Scopus: 57210340976 | Universitas Jambi, Indonesi



DAFTAR ISI

- Pengaruh Metode Latihan dan Motivasi Berlatih Terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola Pada Pemain SSB PSP Bangko**(The Effect of Training Methods and Motivation on Practicing Against Football Skills on PSP Bangko SSB Players) 56-63
Andrew Sonawijaya, Sayuti Syahara, Damrah Damrah
- Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Alat Bantu Bola Gantung dan Lompat Kotak**(Students' Improvement Of Long Jump Learning Outcomes Through Hanging Ball And Box Jump Media Tools In The Seventh) 64-72
Niku Saputra, Hartati, Meirizal Usra
- Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kelincahan**(The Effect Of Traditional Games Towards Enhancing The Agility) 73-81
Ahmad Marzuqi Hidayat, Budiman Agung Patama, Wing Prasetya Kurniawan
- Pengembangan Model Pembelajaran Senam Lantai Berbasis Pendekatan Sainifik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama**(The Development of Gymnastics Learning Model Based on a Scientific Approach to Junior High School Students) 82-89
Achmad Syauqye, Hartati, Iyakrus
- Analisis Passing, Control, dan Shooting Futsal Putri pada Pertandingan Liga Mahasiswa**(Analysis of Passing, Control, and Shooting Women's Futsal at the Liga Mahasiswa match) 90-97
Izha Lely Siswanti, I Dewa Made Aryananda Wijaya Kusuma Dewa



IJSSC: Indonesian Journal of Sport Science and Coaching

E-ISSN 2685-9807
 Volume 02, Nomor 02, Tahun 2020, Hal. 73-81
 Available online at:
<https://online-journal.unja.ac.id/IJSSC/index>

Research Article



Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kelincahan

(The Effect Of Traditional Games Towards Enhancing The Agility)

Ahmad Marzuqi Hidayat*, Budiman Agung Patama, Wing Prasetya Kurniawan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri
 Jl. K.H. Achmad Dahlan, No. 76, Kediri, East Java Province, Indonesia

*Corresponding author: marzuqi099@gmail.com

Informasi Artikel	ABSTRACT
Submit: 11- 01 – 2020 Diterima: 30- 06 – 2020 Dipublikasikan: 09- 07 – 2020	<p>This study aims to determine the effect of traditional fortified, go back through the door and baseball cartridges on the agility of male student of class V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. This Type of research used is a practice instrument experiment measured by using treatment by using the back and forth running test. The data obtained were then analyzed using the normality test, homogeneity test and t-test, then the data was processed using SPSS 21. Based on the research findings, it can be concluded that (1) There is the effect of fortified traditional game in enhancing agility in charging the direction of running and body position, between (X_1) to increase agility to charge the direction of running and body position (Y) ie $6,190 > 2,093$ (df; 19); (2) There is the effect of go back through the door traditional game in enhancing agility in charging the direction of running and body position, between (X_2) to increase agility charge the direction of running and boby position (Y) ie $6,850 > 2,093$ (df; 19); (3) there is the effect of baseball traditional game in enhancing agility in charging the direction of running and body position, between (X_3) to increase agility to charge direction of running and position body (Y) which is $6,866 > 2,093$ (df; 19)</p> <p>Keywords: Traditional Game, Agility</p>
Penerbit	ABSTRAK
Jurusan Pendidikan Olah Raga dan Kepeatihan FKIP Universitas Jambi Jambi- Indonesia	<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional bentengan, gobak sodor dan kasti terhadap kelincahan siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. Jenis Penelitian yang digunakan adalah eksperimen. Instrumen berlatih diukur dengan menggunakan <i>treatment (perlakuan)</i> dengan menggunakan tes lari bolak balik. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan uji normalitas, uji homogenitas dan uji-t, kemudian data tersebut diolah menggunakan SPSS 21. Berdasarkan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa (1) Ada pengaruh permainan tradisional bentengan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh, antara (X_1) terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh (Y) yakni $6,190 > 2,093$ (df;19); (2) Ada pengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh, antara (X_2) terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh (Y) yakni $6,850 > 2,093$ (df;19); (3) Ada pengaruh permainan tradisional kasti terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh, antara (X_3) terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh (Y) yakni $6,866 > 2,093$ (df;19).</p> <p>Kata kunci: Permainan Tradisional, Kelincahan</p>



This IJSSC : Indonesian Journal of Sport Science and Coaching is licensed under a [CC BY-NC-SA \(Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Bermain adalah kegiatan yang dilakukan oleh anak secara spontan. Bermain merupakan aktivitas yang bertujuan untuk mendapatkan kesenangan, dan kebahagiaan, yang artinya tidak ada peraturan yang mengikat tanpa ada syarat-syarat tertentu dalam bermain (Rosdiani, 2012). Bermain juga dapat meningkatkan stimulasi perkembangan anak, sehingga dapat meningkatkan kecerdasan pada anak. Bermain adalah sesuatu yang dibutuhkan dalam masa perkembangan anak, baik perkembangan anak secara motorik dan kognisinya (Yulianty, 2010) . Menurut Hughnes (2010, p.4), Karakteristik dalam bermain diantaranya yaitu: 1) Bermain didorong oleh adanya 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, 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 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 adalah warisan 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. Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengetahui pengaruh permainan tradisional bentengan terhadap kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong, (2) mengetahui pengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong, (3) mengetahui pengaruh permainan tradisional kasti terhadap kelincahan pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong.

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain eksperimental. Teknik eksperimental adalah metode/cara yang bertujuan untuk menentukan data yang diperoleh melalui proses pengukuran untuk mendapatkan data yang objektif dan hasilnya dapat diolah secara statistik dengan tujuan sejauh mana perbedaan pengaruh permainan tradisional bentengan, gobak sodor dan kasti terhadap peningkatan kelincahan. 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. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong tahun pelajaran 2019/2020. Sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 20 siswa laki-laki.

Penelitian ini menggunakan tes lari bolak balik dengan mengacu pada instrumen tes pada buku (Fenanlampir, 2015). Tujuan dari tes bolak-balik adalah untuk mengukur kelincahan seseorang dalam mengubah arah lari dan posisi tubuh. Sasaran untuk laki-laki usia 10 tahun keatas. Alat dan perlengkapan yang dibutuhkan antara lain: *stopwatch*, meter rol, lintasan datar dan formulir tes. Tes ini diperuntukan bagi usia mulai 10 tahun ke atas. Langkah-langkah pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi tahap persiapan dan pelaksanaan.

Pengujian prasyarat analisis awal untuk mengetahui apakah data tersebut memenuhi standar ataukah tidak dengan uji statistik secara berkala. Berkaitan dengan uji statistik yang digunakan untuk menganalisis data penelitian adalah uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi datanya menyimpang atau tidak dari distribusi normal, sedangkan uji homogenitas bertujuan untuk memperhatikan bahwa dua atau lebih ke kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variasi yang sama. Data yang telah terkumpul kemudian diolah dengan bantuan SPSS 21. Semua pengujian persyaratan analisis ditetapkan pada tingkat kesalahan $\alpha = 0,05$.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Di bawah ini merupakan data hasil penelitian pada permainan tradisional antara data *pretest* dan data *posttest* setelah dilakukan perlakuan permainan tradisional yang meliputi bentengan, gobak sodor, dan kasti. Berikut paparan hasil penelitiannya.

Tabel 1. Data *Pretest* dan *Posttest* (Permainan Tradisional) *Descriptive Statistics*

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Data <i>Pretest</i>	20	4.91	12.09	17.00	291.82	14.5910	1.61870	2.620
Data <i>Posttest</i> (Bentengan)	20	3.95	12.05	16.00	269.65	13.4825	1.27284	1.620
Data <i>Posttest</i> (Gobak Sodor)	20	3.68	12.02	15.70	267.22	13.3610	1.20687	1.457
Data <i>Pos test</i> (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 pada tabel 1, data *pretest* dan *posttest* (permainan tradisional) telah diketahui bahwa pada data *pretest* (sebelum diberi perlakuan) menunjukkan 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 data *posttest* setelah diberi perlakuan permainan bentengan dengan jumlah sampel 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 data *posttest* setelah diberi perlakuan permainan gobak sodor dengan jumlah sampel 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 data *posttest* 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. Selanjutnya, untuk uji prasyarat analisis data untuk mencari uji normalitas dan homogenitas dengan statistik SPSS versi 21.0 dapat dipaparkan seperti pada tabel 2.

Tabel 2. Test of Normality^{b,c}

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Bentengan	.236	10	.121	.868	10	.094
Gobak Sodor	.283	4	.	.863	4	.272
Kasti	.385	3	.	.750	3	.100

a. Lilliefors Significance Correction

b. 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.

Tabel 3. Test of Homogeneity of Variances

Bentengan			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3.500	3	15	.052

Output : SPSS versi 21.0

Hasil uji normalitas pada pengaruh permainan tradisional Gobak Sodor dengan menggunakan uji Shapiro-Wilk dengan taraf signifikan 5% dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Test of Homogeneity of Variances

Gobak Sodor			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3.101	3	16	.056

Output : SPSS versi 21.0

Hasil uji normalitas pada pengaruh permainan tradisional Kasti dengan menggunakan uji Shapiro-Wilk dengan taraf signifikan 5% dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Test of Homogeneity of Variances

Kasti			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.454	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.

Untuk selanjutnya pengujian hipotesis 1 menggunakan rumus uji *Paired Sample t-test* pada kelompok permainan tradisional Bentengan (X_1) dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 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 signifikasi), 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 (X_1) berpengaruh kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong.

Tabel 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 signifikasi), 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 (X_2) 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 $t_{hitung} > t_{tabel}$ yakni $6,866 > 2,093$ (df;19), sehingga terdapat pengaruh secara signifikan permainan tradisional Kasti (X_3) berpengaruh kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong.

Hasil Pengujian Hipotesis pertama menunjukkan bahwa secara keseluruhan, skor metode *treatment* (perlakuan) menggunakan permainan bentengan yang diberikan, dapat meningkatkan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. Dalam hasil temuan ini dapat dikemukakan bahwa metode *treatment* (perlakuan) dalam meningkatkan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh, memberikan pengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. Penelitian serupa dilakukan oleh (Nuriman, et.al 2016) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh permainan olahraga tradisional bebentengan terhadap kemampuan kelincahan anak usia 8-9 tahun.

Hasil pengujian hipotesis kedua menunjukkan bahwa secara keseluruhan, skor metode *treatment* (perlakuan) menggunakan permainan gobak sodor yang diberikan, dapat meningkatkan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. Dalam hasil temuan ini dapat dikemukakan bahwa metode *treatment* (perlakuan) dengan menggunakan permainan tradisional gobak sodor dalam meningkatkan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh, memberikan pengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Agustin & Muhammad, 2015) yang mengemukakan 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 $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Hasil pengujian hipotesis kedua menunjukkan bahwa secara keseluruhan, skor metode *treatment* (perlakuan) menggunakan permainan kasti yang diberikan, dapat meningkatkan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. Dalam hasil temuan ini dapat dikemukakan bahwa metode *treatment* (perlakuan) dengan menggunakan permainan tradisional kasti dalam meningkatkan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh, memberikan pengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh pada siswa putra kelas V-A MI Islamiyah Jatisari Lengkong. Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh (Baiti, 2014) yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang bermakna permainan kasti tradisional terhadap peningkatan kelincahan anak usia 8-9 tahun. Permainan tradisional bentengan, gobak sodor dan kasti berpengaruh pada gerak motorik kasar siswa Sekolah Dasar (Dwipa, 2015; Prasetya & Komaini, 2019). Hasil Penelitian senada juga menyatakan Permainan Tradisional berpengaruh terhadap kelincahan (Prananta, 2016). Permainan tradisional juga dapat berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar siswa (Indrayana, 2017). Permainan tradisional juga berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan *agility* (Nurdiansyah, 2018).

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa: (1) 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 statistik permainan tradisional bentengan (X_1) terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh (Y) yakni $6,190 > 2,093$ (df;19), sehingga berpengaruh secara signifikan. (2) 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 (X_2) terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh (Y) yakni $6,850 > 2,093$ (df;19), sehingga berpengaruh secara signifikan. (3) 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 (X_3) terhadap peningkatan kelincahan mengubah arah lari dan posisi tubuh (Y) yakni $6,866 > 2,093$ (df;19), sehingga berpengaruh secara signifikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Bapak Dr. Budiman Agung Pratama, M.Pd., Bapak Wing Prasetya Kurniawan, M.Pd., Kepala Sekolah dan staf pengajar serta siswa-siswi MI Islamiyah Jatisari Lengkong dan kepada semua pihak yang telah berkontribusi dan membantu terlaksananya penelitian ini..

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, M. S., & Muhammad, N. H. (2015). Pengaruh Aktivitas Gerak Permainan Tradisional Terhadap Kelincahan Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 549–553.
- Dwipa, A. A. (2015). *PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN GERAK MOTORIK KASAR PADA SISWA PUTRA SEKOLAH DASAR*. Universitas Negeri Semarang.
- Hanief, Y. N., & Sugito. (2015). Membentuk Gerak Dasar pada Siswa Sekolah melalui Permainan Tradisional. *Jurnal Sportif*, 1(1), 60–73.
- Indrayana, B. (2017). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Pengembangan Gerak Dasar Siswa SD Negeri 196/1V Kota Baru Kota Jambi. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 2(1), 28. <https://doi.org/10.24114/pjkr.v2i1.7837>
- Kusumawati, O. (2017). Pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar kelas bawah 124. *TERAMPIL: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*, 4(2), 124–142.
- Mashuri, H., & Pratama, B. A. (2019). Peran Permainan Tradisional dalam Pendidikan Jasmani untuk Penguatan Karakter Peserta Didik. *Proceedings of the National Seminar on Women's Gait in Sports Towards a Healthy Lifestyle*, April, 1–10.
- Nurdiansyah, D. (2018). Pengaruh Permainan Tradisional Hadang Terhadap Agility. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 3(2), 1–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.33222/juara.v3i2.238>
- Nuriman, R., Kusmaedi, N., & Yanto, S. (2016). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bebenangan Terhadap Kemampuan Kelincahan Anak Usia 8-9 Tahun. *Jurnal Terapan Ilmu*

Keolahragaan, 1(1), 29. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v1i1.1550>

- Pradipta, G. D. (2017). Strategi Peningkatan Keterampilan Gerak untuk Anak Usia Dini Taman Kanak-Kanak B. *Jendela Olahraga*, 2(1), 140–147.
- Prananta, I. G. N. A. C. (2016). PENGARUH PERMAINAN OLAHRAGA TRADISIONAL MEGALAGALA TERHADAP KEMAMPUAN KELINCAHAN MAHASISWA PUTRA FPOK SEMESTER VI KELAS A TAHUN 2015. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Kreasi*, 2(1), 66–70.
<https://doi.org/https://ojs.ikipgribali.ac.id/index.php/jpkr/article/view/162>
- Praselia, S. A., & Komaini, A. (2019). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Pada Siswa Putra Sekolah Dasar Negeri 166/III Cutmutia Kerinci. *Stamina*, 2(6), 65–77. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jst.v2i6.415>
- 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. <https://doi.org/10.1016/j.jviromet.2013.08.012>
- Saputra, S. Y. (2017). Permainan Tradisional vs Permainan Modern dalam Penanaman Nilai Karakter di Sekolah Dasar. *Elementary School Education Journal*, 1(1), 1–7.
<https://doi.org/10.30651/else.v1i1.873>
- Syarif, A. (2018). Meningkatkan Kemampuan Gerak Motorik Kasar dengan Menggunakan Permainan Tradisional Manyipet pada Siswa Laki-Laki Kelas V di SD Negeri 7 Bukit Tunggul. *Jurnal MERETAS*, 5(2), 179–189.