

ANALISIS GERAK MOTORIK ANAK USIA 9-11 TAHUN MELALUI PERMAINAN LOMPAT TALI PADA SISWA SD NEGERI 34 GRESIK

Mohammad Fazabih Kurniansyah

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
mohammad.17060484142@mhs.unesa.ac.id

Noortje Anita Kumaat

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
noortjeanita@unesa.ac.id

Abstrak

Menurut Keen Achroni yang mengevaluasi pengaruh strategi pengajaran pada hasil yang diperoleh dalam evaluasi fisik terkait keterampilan kebugaran dan keterampilan motorik pada siswa Sekolah Dasar. Hasil penelitian menyatakan bahwa dari 30 siswa (22 anak laki-laki dan 8 perempuan) berusia 8-9 tahun dievaluasi pada tes khusus terkait kebugaran fisik dan keterampilan motorik 2 kali dalam 1 tahun akademis selama percobaan. Setelah menerapkan strategi pengajaran yang dipilih, tercatat hasil akhir yang menunjukkan pada kita bahwa kemajuan tersebut signifikan. Sehingga tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi gerak motorik melalui permainan lompat tali. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimental. Subjek penelitian anak usia 9-11 tahun SD Negeri 34 GRESIK tersebut yang berjumlah 6 orang. Karakteristik subjek pada penelitian ini adalah sebagai berikut : berjenis kelamin laki-laki, kelamin perempuan dan memiliki rentang usia 9-11 tahun. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *random sampling* dengan menggunakan *One-Group Pretest-Posttest Design*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lompat tali dan peluit. Untuk mengetahui pengaruh yang terjadi setelah melakukan gerakan bermain lompat tali menggunakan uji *paired independent t test*. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat adanya pengaruh bermain lompat tali terhadap gerak motorik pada anak SD Negeri 34 GRESIK.

Kata Kunci : Gerak Motorik, Lompat Tali

Abstract

According to Keen Achroni who evaluated the effect of teaching strategies on the results obtained in physical evaluations related to fitness skills and motor skills in elementary school students. The results showed that of 30 students (22 boys and 8 girls) aged 8-9 years were evaluated on special tests related to physical fitness and motor skills 2 times in 1 academic year during the experiment. After implementing the chosen teaching strategy, the final results were recorded which showed us that the progress was significant. So the purpose of this study is to identify motor movements through jumping rope games. This type of research is descriptive quantitative research using experimental methods. The research subjects were children aged 9-11 years at SD Negeri 34 GRESIK, totaling 6 people. The characteristics of the subjects in this study were as follows: male, female and had an age range of 9-11 years. The sampling technique in this study is random sampling using One-Group Pretest-Posttest Design. The research instrument used was a jump rope and a whistle. To determine the effect that occurs after performing the jump rope movement using the paired independent t test. Based on the results of this study, it shows that there is an effect of playing jumping rope on motoric movements in children at SD Negeri 34 GRESIK.

Keywords: Motor Movement, Jump Rope

PENDAHULUAN

Perkembangan gerak motorik anak berkembang bersamaan dengan perkembangan fisik yang dialami oleh anak. Peran dalam perkembangan gerak motorik anak ada dua, yakni secara langsung dan tidak langsung. Perkembangan gerak motorik anak merupakan perkembangan dimana anak sudah mampu untuk memproses pengendalian gerak tubuhnya. Peran perkembangan gerak motorik anak secara langsung berkaitan dengan perkembangan fisik anak dalam menentukan keterampilan gerak. Sedangkan peran perkembangan gerak motorik anak secara tidak langsung memberi pengaruh terhadap anak dengan adanya perbedaan cara pandang anak dan cara anak dalam mengambil keputusan untuk dirinya sendiri maupun orang lain yang ada di lingkungan tersebut (Suryadi, Calista & Deska, 2018).

Perkembangan motorik anak dipengaruhi oleh organ dan fungsi susunan saraf pusat. Dalam sistem saraf tersebut mempunyai peran penting dalam gerak anak. Semua jenis pergerakan yang dilakukan oleh anak dikontrol oleh sistem saraf pusat tersebut. Dengan meningkatkan sistem organ dan fungsi susunan saraf pusat tersebut anak mampu mengembangkan keterampilan motorik nya baik kasar maupun yang halus. Contohnya berlari, berjalan, memegang, dang menyentuh. Tanpa adanya fungsi tepat organ dan sistem saraf pusat anak tidak mampu mengembangkan keterampilan motorik nya (Siahaan, Gultom, & Sitorus, 2019).

Penelitian menjelaskan bahwa pentingnya gerak fisik dan perkembangan mental pada anak telah membantu orang tua dan akademisi untuk mengetahui hubungan antar keduanya. Terbaru ini, banyak yang telah mengetahui tentang pentingnya peran eksekutif dalam proses kehidupan sehari-hari dan bermanfaat bagi mereka untuk anak yang berperilaku adaptif, bermanfaat untuk fungsi intelektual, dan keberhasilan akademis. Beberapa tinjauan kuantitatif dan naratif penelitian dilakukan untuk menilai efek dari latihan berat dan latihan olahraga (Tomporowski *et al*, 2015).

Beberapa peneliti telah menilai jangka pendek efek pemberian latihan pada fungsi mental anak. Sebagian besar penelitian melibatkan anak yang berkemampuan cukup *intense* pada latihan aerobik untuk durasi sekitar 20 menit. Dalam percobaan 20 anak (rata-rata berusia 9,5 tahun) melakukan Tes Flanker yang dimodifikasi dan tes prestasi akademik setelah 20 menit berolahraga atau

beristirahat. Latihan aerobik menghasilkan peningkatan akurasi *respons* yang menyarankan untuk meningkatkan kontrol penghambatan hasil perbaikan selektif pada kemampuan anak dengan menggunakan *Wide Range Achievement Test*. Sehingga, kemampuan anak pada bagian membaca meningkat tetapi tidak dengan perubahan pada bagian ejaan dan matematika (Tomporowski *et al*, 2015).

Para peneliti telah meneliti hubungan antara fungsi motorik. Lima puluh tahun yang lalu, Piaget menyatakan bahwa perkembangan motorik dan kognitif terkait erat dan didorong oleh faktor biologis umum. Meskipun bukan kerangka kerja kesatuan, perspektif kognisi yang diwujudkan berusaha untuk menempatkan proses kognitif dalam konteks sensor motorik. Terlepas dari perbedaan antara argumen yang diajukan, asumsi bahwa motorik dan keterampilan kognitif tidak dapat dipisahkan karena inti dari semua teori (Maurer & Roebbers, 2019).

Ada sebuah bukti penelitian menunjukkan perbedaan hubungan antara keterampilan motorik dan fungsi eksekutif pada anak di taman kanak-kanak. Relatif sedikit yang diketahui tentang sifat spesifik hubungan ini. Penelitian ini menggunakan bentuk subjek dalam mata pelajaran dari sampel 124, 5-6 anak berusia 1 tahun menyelesaikan 12 tugas motorik halus dan kasar dengan berbagai tingkat kesulitan dan 3 tugas eksekutif. Dari penelitian menghasilkan bahwa tugas motorik yang sulit kurang praktis daripada tugas motorik yang mudah. Oleh karena itu, sangat sulit melibatkan eksekutif dibandingkan tugas motorik yang mudah (Maurer & Roebbers, 2019).

Terdapat studi yang mengevaluasi pengaruh strategi pengajaran pada hasil yang diperoleh dalam evaluasi fisik terkait keterampilan kebugaran (kecepatan, tenaga, stamina, keterampilan manipulatif, dan keterampilan motorik dengan permainan bola tangan mini pada siswa Sekolah Dasar. Hasil penelitian menyatakan bahwa dari 30 siswa (22 anak laki-laki dan 8 perempuan) berusia 8-9 tahun dievaluasi pada tes khusus terkait kebugaran fisik dan keterampilan motorik 2 kali dalam 1 tahun akademis selama percobaan. Setelah menerapkan strategi pengajaran yang dipilih, tercatat hasil akhir yang menunjukkan pada kita bahwa kemajuan tersebut signifikan (Mihaela & Gabriel, 2014).

Sebuah artikel menjelaskan tentang pendekatan untuk pengembangan dan penilaian keterampilan motorik lanjut pada anak berdasarkan realisasi program penulis “Intelijen Motor Pada Anak Berusia 5-6 Tahun”, yang termasuk program untuk keterampilan motorik yang saling berhubungan. Metode yang terbukti secara eksperimental untuk mengevaluasi bakat motorik anak serta kondisi psikologis dan pedagogis yang secara signifikan meningkatkan indikator utama yang mempunyai karakteristik perkembangan kemampuan psimotorik anak yang merupakan fondasi dari bakat fisik anak (Petkov & Grebennikova, 2016).

Bermain sangat penting untuk perkembangan anak yang sehat. Dari perspektif perkembangan, bermain memberikan banyak manfaat fisik, emosional, kognitif, dan sosial. Ini memungkinkan anak dan remaja untuk mengembangkan keterampilan motorik, bereksperimen dengan perilaku (sosial) anak dan remaja, menyimulasikan skenario alternatif, dan mengatasi berbagai konsekuensi positif dan negatif dari perilaku dalam konteks aman dan menarik (Nijhof *et al*, 2018).

Permainan tradisional merupakan permainan yang dapat memunculkan nilai karakter anak, seperti agama, nasionalis, mandiri, gotong royong dan integritas. Di sisi lain, meskipun manfaat permainan tradisional sangat banyak bagi tumbuh kembang anak, tetapi banyak orang tua yang jarang mengetahui manfaat permainan tradisional tersebut. Bahkan, kebanyakan orang tua tidak pernah atau lupa cara memainkan permainan tradisional yang pernah mereka mainkan dulu. Maka dari itu, orang tua jarang menceritakan pengalamannya ketika bermain dulu dengan anak mereka. Hal ini tentu membuat eksistensi permainan tradisional semakin tidak diketahui oleh masyarakat luas. Dampak negatif ini sudah seharusnya membuat pemerhati, pendidik, maupun peneliti lebih peka dalam mengenalkan berbagai bentuk permainan yang telah ada secara turun temurun, seperti permainan tradisional (Saputra & Ekawati, 2017).

Dalam era komunikasi dan informasi yang dewasa ini semakin maju tanpa kita sadari atau tidak ada banyak hal yang perlu kita eksplorasi. Terdapat penelitian yang sudah dilakukan bahwa anak-anak yang bersekolah di Sekolah Dasar di era digitalisasi ini semakin jarang untuk melakukan kegiatan di luar ruangan. Dewasa ini permainan tradisional seperti

petak umpet, loncat tali, dan lainnya mulai jarang dimainkan karena ketidaktahuan anak terhadap permainan tradisional. Tetapi, masih ada mungkin satu atau dua jenis permainan saja yang sering dimainkan dengan keterbatasan yang ada pada tempat tersebut (Yudiwinata & Handoyo, 2014).

Zaman modern seperti saat ini banyak mengubah hal secara revolusioner yang memang seharusnya dilestarikan menjadi diabaikan. Permainan tradisional yang merupakan ciri khas budaya daerah jarang terjamah atau bias dikatakan budaya yang saat ini jarang untuk dilakukan. Karena yang dianggap hal dengan hasil yang instan lebih mudah dilakukan. Permainan tradisional seharusnya dilestarikan karena membantu perkembangan anak untuk lebih mengenal dan menumbuh kembangkan motorik dan kognitif menjadi potensi yang baik bagi anak (Yudiwinata & Handoyo, 2014).

Permainan lompat tali merupakan permainan yang mengandung kegiatan untuk memacu motorik kasar anak, yakni berlari, melompat, mendarat. Permainan ini mengharuskan anak untuk melakukan gerakan-gerakan yang berhubungan dengan kemampuan kerja otot tungkai, sehingga terdapat perubahan. Seperti yang kita tahu bahwa anak usia dini mempunyai dasar untuk selalu bergerak, baik itu berjalan, berlari serta kegiatan yang menggerakkan anggota tubuhnya. Semua itu merupakan cakupan dari gerak motorik kasar. Oleh karena itu diperlukan dorongan yang kuat agar rasa ingin bergerak anak terpenuhi, banyak sekali diantaranya permainan-permainan yang dapat memacu motorik kasar anak, salah satunya adalah permainan lompat tali (Febriani, 2015).

Permainan lompat tali merupakan permainan tradisional yang sangat populer di kalangan anak-anak pada era 80-an. Permainan lompat tali dimainkan secara bersama-sama oleh 3 hingga 10 anak. Peralatan yang digunakan dalam permainan lompat tali sangat sederhana yaitu, karet gelang yang dijalin hingga panjangnya mencapai sekitar (3 sampai 4 meter) tidak terlalu panjang ataupun terlalu pendek (Keen Achroni, 2012).

Lompat tali merupakan permainan populer di kalangan anak perempuan, namun tak jarang ada pula anak laki-laki yang tertantang memainkan permainan ini. Permainan lompat tali membutuhkan keterampilan khusus karena harus melompati tali yang terbuat dari jalinan karet gelang sepanjang 2 hingga 4 meter (Jaringan Sekolah Islam Terpadu, 2015).

Permainan lompat tali akan membuat anak terlihat aktif dalam pembelajaran pengembangan fisik motorik dan mempunyai minat serta motivasi untuk melakukan permainan tersebut dengan hati yang menyenangkan. Selain dapat bermanfaat bagi anak, melalui kegiatan ini data subjektif yang valid akan dapat diperoleh sehingga berimplikasi terhadap peningkatan motorik kasar anak. Dalam melaksanakan permainan lompat tali ini guru dituntut untuk mengamati dengan baik karena peran guru tidak hanya sebagai pengajar tetapi juga sebagai peneliti. Dengan memainkan permainan tradisional lompat tali ini dapat melatih kemampuan anak menggerakkan tubuh, melatih ketangkasan dan kelincahan anak dalam bermain, meningkatkan kemampuan komunikasi dan melepaskan emosi anak. Selain itu anak akan terlihat aktif dalam pembelajaran pengembangan fisik motorik dan mempunyai minat dan motivasi untuk melakukan permainan tersebut dengan hati yang menyenangkan (Febriani, 2015).

Permainan tradisional merupakan salah satu bentuk yang berupa permainan anak-anak, yang beredar secara lisan diantara anggota kolektif tertentu, berbentuk tradisional dan diwarisi turun-temurun, serta banyak mempunyai variasi. Bentuk Permainan yang sering dilakukan anak yaitu para pemain melakukan suit untuk menentukan dua orang pemain yang menjadi pemegang tali (Keen Achroni, 2012).

Selain itu, terdapat hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti dan kolaborator yang menyatakan bahwa pelaksanaan tindakan yang dilakukan dalam meningkatkan perilaku sosial anak kelompok A TK DWP Putra Harapan Bojonegoro berjalan lancar. Walaupun pada pelaksanaannya masih terdapat hambatan yang ditemui oleh peneliti dan kolaborator. Berdasarkan hasil deskripsi pelaksanaan tindakan dan analisis pertemuan maka dapat disimpulkan bahwa melalui permainan tradisional jawa dapat meningkatkan perilaku sosial anak di TK DWP Putra Harapan Bojonegoro. Peningkatan yang terjadi pada setiap anak dapat dilihat dari hasil skor observasi total yang terdapat pada instrumen perilaku sosial anak dalam siklus I dan siklus II (Mahardika, 2014).

Penelitian ini perlu dilakukan untuk mengembangkan gerak motorik dan kognitif anak serta membangun karakter dan hubungan sosial interaktif anak terhadap teman sebaya atau lingkungan sosialnya melalui permainan tradisional.

Di samping untuk mempertahankan eksistensi permainan tradisional, anak pun perlu untuk memainkan permainan tradisional. Yang mana dapat dijadikan untuk aktivitas fisik karena dapat meningkatkan gerak motorik dan kognitif serta dapat membangun karakter mulai dini dari permainan tradisional ini. Karena permainan tradisional masih erat kaitannya terhadap adat istiadat daerah setempat, maka dari itu dapat mengembangkan dan menumbuhkan sikap, karakter dan norma yang baik untuk menunjang perkembangan pada anak.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dan pendekatan deskriptif dengan menggunakan metode eksperimen.

Penelitian ini dimulai pada tanggal 15 Maret 2021 sampai dengan 15 April 2021. Pelaksanaan penelitian di lapangan SD Negeri 34 GRESIK dengan sasaran subjek penelitian anak usia 9-11 tahun SD Negeri 34 GRESIK tersebut yang berjumlah 6 orang. Karakteristik subjek pada penelitian ini adalah sebagai berikut : berjenis kelamin laki-laki, kelamin perempuan dan memiliki rentang usia 9-11 tahun.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *random sampling* dengan menggunakan *One-Group Pretest-Posttest Design*. Pelaksanaan penelitian ini selama 3 minggu dengan frekuensi 1 minggu 2 kali. Untuk permainan yang dilakukan adalah permainan lompat tali berdurasi 1 jam dengan rincian gerakan sebagai berikut : pemanasan selama 10 menit, gerakan inti selama 30 menit, dan pendinginan selama 15 menit. Pada *pretest* dilakukan pengambilan gerakan lompat tali yang terdiri dari 2 kegiatan yaitu Keseimbangan dan Daya Tahan. Untuk keseimbangan siswa melompat menggunakan satu kaki dengan durasi 1 menit, berapa kali lompatan yang mereka dapat. Sedangkan untuk daya tahan siswa melakukan lompatan dengan dua kaki dengan rincian seberapa menit mereka melompat, untuk kegiatan *pretest* dilakukan pertemuan awal dan kedua. Setelah itu untuk pertemuan ketiga, keempat dan kelima dilakukan *treatment* supaya siswa bisa memberikan penampilan di akhir sesi dengan maksimal. Setelah itu untuk kegiatan *posttest* siswa melakukan kegiatan apa yang dilakukan di *pretest* maupun *treatment* maka dilakukan lagi *posttest* untuk mengambil data akhir.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif atau univariate, uji normalitas, Uji *Paired independent T Test* daya tahan dengan menyajikan tabel distribusi dan frekuensi dari masing-masing variabel dengan teknik persentase yang di olah menggunakan SPSS.20.

HASIL

Pada penelitian ini peneliti menggunakan analisis deskriptif untuk menjabarkan dan menafsirkan tentang data yang diperoleh. Data tersebut sebagai berikut :

Tabel 2. Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PreTest Keseimbangan	6	8	11	9.50	1.378
PostTest Keseimbangan	6	11	16	14.00	2.098
PreTest Daya Tahan	6	1.10	1.30	1.1833	.07528
PostTest Daya Tahan	6	1.30	2.00	1.6667	.28048
Valid N (listwise)	6				

Data *pretest* sebelum melakukan lompat tali diperoleh nilai N=6, minimum=8, maximum=11, mean=9.50 dan standar deviasi=1.378 ini untuk *pretest* keseimbangan. Sedangkan nilai N=6, minimum=1.10, maximum=1.30, mean=1.1833 dan standar deviasi=0.7528 ini untuk *pretest* daya tahan. Sedangkan data *posttest* sesudah melakukan lompat tali diperoleh N=6, minimum=11, maximum=16, mean=14.00, dan standar deviasi=2.098 ini untuk *posttest* keseimbangan. Sedangkan nilai N=6, minimum=1.30, maximum=2.00, mean=1.6667, dan standar deviasi=.28048 ini untuk *posttest* daya tahan.

Setelah melakukan *pretest* diperoleh data hasil penghitungan *treatment* yang diklasifikasikan sebagai berikut:

TREATMENT			
NO	NAMA	KESEIMBANGAN	INDIKATOR
1.	FAHRI	11,12,13	BSH
2.	TRISTAN	12,13,15	BSH
3.	ANDRA	13,14,15	BSH
4.	ANDIK	11,11,12	BSH
5.	CALISTA	9,10,10	MB
6.	TATA	9,9,10	MB

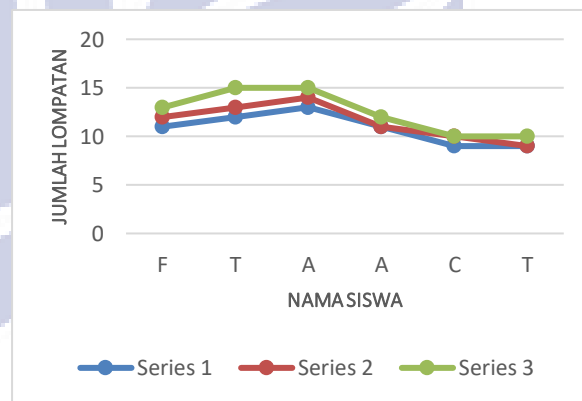
Tabel 3. Hasil treatment keseimbangan

TREATMENT			
NO	NAMA	DAYA TAHAN	INDIKATOR
1.	FAHRI	1.5, 1.5, 1.6 Menit	MB
2.	TRISTAN	1.6, 1.7, 1.8 Menit	MB
3.	ANDRA	1.7, 1.8, 1.8 Menit	MB
4.	ANDIK	1.4, 1.4, 1.4 Menit	BB
5.	CALISTA	1, 1, 1, 2 Menit	BB
6.	TATA	1, 1, 1, 1 Menit	BB

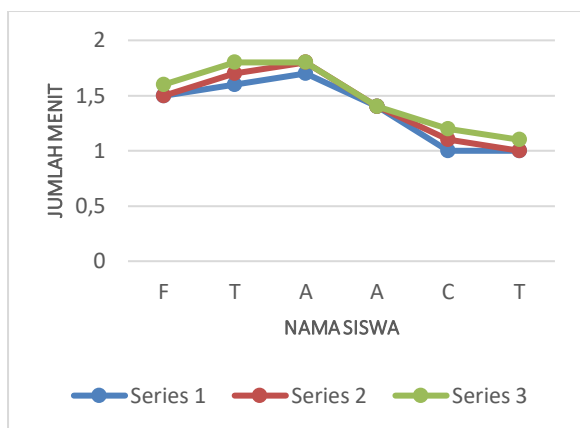
Tabel 3. Hasil treatment daya tahan.

Berdasarkan tabel 3, hasil observasi yang telah dilaksanakan pada saat penerapan metode bermain melalui kegiatan lompat tali. Dari 6 siswa yang mengikuti *treatment* yang memiliki masing-masing hasil yang telah di dapat. Untuk memperjelas data maka menggunakan 4 indikator, yaitu belum berkembang (bb), mulai berkembang (mb), berkembang sesuai harapan (bsh), berkembang sangat baik (bsb).

Data yang diperoleh tersebut dianalisis dengan menggunakan metode yang telah ditetapkan sebelumnya. Hasil analisisnya dipaparkan sebagai berikut.



Gambar 3.1 data treatment keseimbangan



Gambar 3.2 *treatment* daya tahan

Berdasarkan perhitungan grafik diatas terlihat data yang didapat. Sehingga kita bisa menyimpulkan bahwa sebaran motorik anak pada siswa kelas 9-11 tahun SD Negeri 34 Gresik cenderung sedang, Berdasarkan hasil yang didapat selama pelaksanaan *treatment* ini terdapat beberapa masalah pada pertemuan ketiga. Kegiatan lompat tali (dengan menggunakan karet) yang digunakan anak belum seimbang dalam melompat tali dengan dua kaki. Karena anak belum terlatih dalam melakukan lompat tali dengan dua kaki tersebut. Sedangkan untuk lompat tali dengan satu kaki ditemukan anak yang belum seimbang dalam melompat tali dengan satu kaki.

Pada pertemuan keempat, dalam bermain lompat tali dengan dua kaki kekuatan anak masih kurang dalam melompat dan mengayunkan tali. Karena anak belum terlatih melompat sambil mengayunkan tali tersebut. Sedangkan untuk lompat tali menggunakan satu kaki anak masih belum lincah dalam bermain lompat tali dari tumit sampai lutut dan kebanyakan anak yang melompat dengan dua kaki mengenai karet. Karena anak belum terlatih dan diperlukan latihan untuk melompat tali agar anak mampu melompat tali dengan lincah.

Pada pertemuan kelima anak sudah mampu dalam melompat tali menggunakan dua kaki dan mampu melompat satu kaki. Dalam melakukan lompat tali menggunakan dua kaki anak sudah terlihat lincah melompat sambil mengayunkan tali, dan anak sudah sampai lutut karena sudah terlihat pada saat melompat. sehingga peningkatan kemampuan motorik anak yang diharapkan bisa tercapai. Dalam kemampuan motorik dengan lompat tali guru selalu mendampingi anak pada saat melompat dan memberikan motivasi untuk anak agar anak mampu melompat dengan baik. Guru

mengulang kegiatan yang diberikan sampai anak mampu melompat dengan baik.

Dari latihan ini bisa dilihat grafik kenaikan yang signifikan dari awal anak belum bisa sampai anak mampu menguasai bermain lompat tali. Dari data *treatment* ini semua siswa mampu memberikan yang terbaik sehingga pada pertemuan terakhir *treatment* bisa memuaskan.

Setelah itu supaya data mengikuti sebaran data normal maka perlu di uji normalitas. Uji normalitas merupakan salah satu uji yang harus dipenuhi agar data dapat dikatakan terdistribusi normal. Apabila data dikatakan terdistribusi normal maka analisis statistik *parametric* terpenuhi. Untuk mengetahui data terdistribusi normal atau tidak, maka dilakukan pengujian menggunakan Uji Kolmogorov Smirnov. Hasil uji normalitas data sebagai berikut :

Tabel. 4. Uji Normalitas

Kelas	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
Hasil Test Siswa	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pre Test Keseimbangan	.195	6	.200*	.861	6	.191
Post Test Keseimbangan	.183	6	.200*	.890	6	.320
Pre Test Daya Tahan	.254	6	.200*	.866	6	.212
Post Test Daya Tahan	.183	6	.200*	.940	6	.660

Hasil dari uji normalitas diperoleh nilai *pretest* keseimbangan = 0.200, *posttest* keseimbangan = 0.200, *pretest* daya tahan=0.200, *posttest* daya tahan=0.200. Dasar pengambilan keputusan berdasarkan signifikansi P (*value*) bahwa jika signifikansi > 0.05 maka data terdistribusi normal sedangkan apabila signifikansi < 0.05 maka data tidak terdistribusi normal. Terlihat bahwa pada kolom *Asymp. Sig. (2-tailed)* = 0.2 atau signifikansi lebih besar dari 0.05 sehingga data tersebut mengikuti sebaran data normal atau terdistribusi normal.

Hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini perlu diuji dan dibuktikan melalui data empiris yang diperoleh di lapangan melalui tes dan pengukuran terhadap variabel yang diteliti. Selanjutnya data tersebut akan diolah secara statistik. Pengujian hipotesis penelitian ini menggunakan Uji *Paired independent T Test*, sebagai berikut :

Tabel. 5. Uji Paired Sampel T Test keseimbangan

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Hasil Test Siswa	Equal variances assumed	1.125	.314	-4.392	10	.001	-4.50000	1.02470	-6.78316	-2.21684
	Equal variances not assumed			-4.392	8.640	.002	-4.50000	1.02470	-6.83285	-2.16715

Tabel. 6. Uji Paired independent T Test daya tahan

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Hasil Test Siswa	Equal variances assumed	12.397	.006	-4.077	10	.002	-.48333	.11856	-.74749	-.21917
	Equal variances not assumed			-5.717	4.077	.007	-.48333	.11856	-.77695	-.18972

Dari data *pretest* keseimbangan sebelum melakukan lompat tali diperoleh nilai mean=9.50 dan nilai P (*value*) sebesar .001 ($P < 0.05$). Untuk data *pretest* daya tahan sebelum melakukan lompat tali diperoleh nilai mean=1.1833 dan nilai P (*value*) sebesar .002 ($P < 0.05$). Sedangkan data *posttest* keseimbangan sesudah melakukan lompat tali diperoleh nilai mean=14.00 dan nilai P (*value*) sebesar .002 ($P < 0.05$). Untuk data *posttest* daya tahan sebelum melakukan lompat tali diperoleh nilai mean=1.6667 dan nilai P (*value*) sebesar .007 ($P < 0.05$). Dasar pengambilan keputusan berdasarkan signifikansi P (*value*) bahwa jika signifikansi > 0.05 maka terdapat adanya pengaruh gerak motorik pada permainan lompat tali sedangkan apabila signifikansi < 0.05 maka tidak terdapat pengaruh gerak motorik pada permainan lompat tali

Berdasarkan uraian diatas bahwa P (*value*) atau signifikansi (*2-tailed*) sebesar 0.000 ($P < 0.05$), karena signifikansi kurang dari 0.05 maka hipotesis diterima atau adanya pengaruh gerak motorik pada permainan lompat tali. Dengan kata lain, permainan lompat tali berguna bagi kinerja motorik anak

PEMBAHASAN

Pembahasan ini terdapat adanya pengaruh gerak motorik pada permainan lompat tali di SD Negeri 34 Gresik. Hal ini dapat dilihat dari data *pretest* keseimbangan sebelum melakukan lompat tali diperoleh nilai mean=9.50 dan nilai P (*value*)

sebesar .001 ($P < 0.05$). Untuk data *pretest* daya tahan sebelum melakukan lompat tali diperoleh nilai mean=1.1833 dan nilai P (*value*) sebesar .002 ($P < 0.05$). Sedangkan data *posttest* keseimbangan sesudah melakukan lompat tali diperoleh nilai mean=14.00 dan nilai P (*value*) sebesar .002 ($P < 0.05$). Untuk data *posttest* daya tahan sebelum melakukan lompat tali diperoleh nilai mean=1.6667 dan nilai P (*value*) sebesar .007 ($P < 0.05$). Dari data yang sudah diperoleh diketahui bahwa permainan tradisional lompat tali itu sangat berpengaruh untuk motorik anak di SD Negeri 34 Gresik.. Beberapa data sudah menunjukkan bahwa motorik anak bisa diteliti dengan permainan lompat tali. Oleh karena itu dalam penelitian ini kita bisa mengetahui secara detail setiap anak memiliki gerak motorik yang berbeda-beda. Semakin dilatih untuk bermain lompat tali maka anak akan semakin bisa menguasai bermain lompat tali.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa keberadaan permainan tradisional di Kabupaten Semarang dapat dikatakan masih cukup baik. Jumlah dan ragam permainan tradisional yang terdapat di Kabupaten Semarang cukup banyak. Walaupun demikian, hasil penelitian yang dilakukan bahwa popularitas permainan tradisional di Kabupaten Semarang mengalami penurunan dari masa sebelumnya. Oleh karena itu, perlu adanya perhatian khusus pada permainan tradisional dari berbagai pihak guna mempertahankan keberadaan dan kelangsungan permainan tradisional yang ada di Indonesia khususnya di Kabupaten Semarang (Anggita, Mukarromah, & Ali, 2018).

Beberapa anak mampu menjalankan tugasnya dengan sangat percaya diri dan mampu memberikan hasil yang memuaskan. Di kehidupan sehari-hari kita bisa mengaplikasikan gerakan lompat tali ini dengan kerja sama tim Sehingga bisa berjalan dengan baik permainan ini.

Dalam kehidupan sehari sangat membutuhkan untuk menjaga kebugaran tubuh kita dengan berolahraga. Di dalam berolahraga terdapat berbagai jenis, salah satunya adalah permainan tradisional lompat tali. Dikalangan masyarakat bermain lompat tali tidak asing untuk di dengar. Meskipun itu permainan yang cukup lama akan tetapi kita masih ingat akan permainan tersebut.

Di dalam permainan tradisional itu dapat melatih berbagai kemampuan anak untuk membaca gerak tubuh, melatih ketangkasan dalam berfikir dan

melatih kelincahan tubuh anak dalam bermain, meningkatkan kemampuan melepaskan anak untuk mengontrol emosi dan melatih kerja sama. Bukan hanya itu saja anak dapat aktif dalam mengikuti pembelajaran pengembangan fisik motorik. Anak dapat melakukan usaha untuk mendapatkan perkembangan motorik melakukan gerakan lompat pada permainan lompat tali. Semua anak sangat membutuhkan bermain yang harus dipenuhi. Oleh karena itu, salah satu prinsip pembelajaran Pendidikan Anak Usia Dini adalah belajar melalui bermain (Fauziddin, 2017).

Untuk memainkan permainan tradisional biasanya membutuhkan beberapa orang untuk bermain. Dikarenakan lebih seru dan dapat saling berkerja sama satu sama lain. *“team works is a group of individuals working together to reach a common goal”*, yang dapat diartikan bahwa untuk mencapai tujuan akan lebih mudah diperoleh dengan melakukan kerja sama tim daripada dilakukan sendiri.

Dari perolehan hasil analisis yang telah diperoleh, permainan tradisional sangat membutuhkan sebuah kerja sama antar tim sehingga dapat menimbulkan manfaat yang begitu kuat. Begitu pun yang hidayat teliti bahwa terdapat peningkatan kerja sama dalam permainan tradisional sebesar 81% (Hidayati, 2014).

Begitu pun halnya dengan hasil observasi yang telah dijalankan ialah pada saat permainan tradisional begitu membutuhkan sebuah tim untuk menjalankan permainan tersebut, dikarenakan di dalam permainan ini tidak bisa bermain sendiri melainkan banyak orang untuk saling kerja sama. Apa yang telah diteliti sukma pun mengatakan bahwa permainan tradisional lompat tali membutuhkan kerja sama tim untuk (Sukma, 2017).

Dalam permainan tradisional itu memiliki karakteristik dalam menjalankannya (Mahardika, 2014).

Berikut adalah karakteristik dalam permainan tradisional:

- a. Alam sangat dibutuhkan dalam permainan tradisional sebagai sumber bermain dan sumbel alat.
- b. Dalam permainan tradisional kebanyakan dilakukan dengan orang banyak atau ramai
- c. Untuk permainan tradisional banyak memiliki nilai luhur yang harus dijaga dan memiliki pesan moral dalam menjalankan setiap permainan. Banyak nilai-nilai yang didapat seperti

kebersamaan, kejujuran, tanggung jawab dan sikap lapang dada.

- d. Dalam permainan tradisional dalam dimainkan di berbagai umur di dalam ruangan maupun diluar ruangan.

Dalam mencapai tujuan tertentu, anak yang memiliki kecerdasan dapat menggabungkan antara pikiran dan gerak tubuhnya secara bersama-sama perseptif motorik depan diartikan dengan keterampilan anak yang dibentuk oleh dua hal yang memiliki ikatan yang cukup kuat ialah kognitif dan kemampuan (Maryatun, 2012).

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil data dan pembahasan dari penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa terdapat adanya pengaruh gerak motorik pada permainan lompat tali di SD Negeri 34 Gresik dengan diperolehnya nilai signifikansi $P < 0.05$ maka hasil penelitian membuktikan bahwa adanya pengaruh gerak motorik pada permainan lompat tali untuk mempermudah gerak motorik anak.

Oleh karena itu pengaruh lompat tali terhadap gerak motorik anak itu sangat berpengaruh untuk aktivitas anak dan mengetahui seberapa cepat anak dalam berproses. Juga pada saat pelaksanaan latihan para anak juga tidak sepenuhnya melakukan gerakan dengan benar dan tepat. Walaupun anak tetap melakukan gerakan lompat tali namun jika gerakan yang dilakukan tidak sepenuhnya benar maka berpengaruh terhadap hasilnya.

Terjadinya hal ini karena latihan permainan lompat tali adalah aktivitas (gerak) yang dilakukan oleh perorangan maupun kelompok padan latihan ini dapat melihat perkembangan kinerja motorik anak, dimana mulai dari awal sampai akhir anak dapat menjalankan dengan baik dan mencapai target yang diinginkan.

Saran

Dalam penelitian ini peneliti menyadari keterbatasan sebagai manusia. Kepada kepala sekolah, disarankan agar memberikan informasi tentang metode pembelajaran dan media belajar untuk anak, agar media yang digunakan bervariasi. Kepada guru, disarankan lebih kreatif untuk memilih media yang digunakan untuk mengajar, agar anak lebih bersemangat dalam proses pembelajaran dan membuat suasana pembelajaran menyenangkan.

Peneliti lain di harapkan memperhatikan kekurangan dalam penelitian ini. Selain diharapkan,

kepada peneliti lain lebih membimbing dan memotivasi anak pada saat kegiatan pembelajaran sehingga dapat mengoptimalkan pembelajaran dalam kemampuan motorik dengan metode serta media pembelajaran yang tepat agar tercapai hasil yang optimal. Kepada para pembaca, peneliti merupakan peneliti pemula yang masih jauh dari kata sempurna. Penelitian ini hanya dilakukan sampai di sini dikarenakan keterbatasan waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Achroni, Keen. 2012. *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Melalui Permainan Tradisional*. Yogyakarta: Javalitera. Vol. 4 (1).
- Anggita, Gustiana Mega., Mukarromah, Siti Baitul., & Ali, Mohammad Arif. 2018. Eksistensi Permainan Tradisional Sebagai Warisan Budaya Bangsa. *Journal of Sport Science and Education*. Vol. 3 (2): hal. 55-59.
- Fauziddin. (2017). Pembelajaran PAUD Bermain, Cerita, dan Menyanyi Secara Islami. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Febriani, E. 2015. *Upaya Meningkatkan Pengembangan Motorik Kasar (Melompat) Anak Melalui Permainan Lompat Tali pada Kelompok B Tk Al-Hidayah Palaosan Tahun Pelajaran 2015-2016*. Universitas Sebelas Maret.
- Hidayati, W. (2014). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Kerjasama Melalui Permainan Tradisional Pada Anak Kelompok A TK Aba Ledok I Kulon Progo Tahun Ajaran 2013/2014*. Tidak Diterbitkan. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Jaringan Sekolah Islam Terpadu. (2015). *Dolanan Anak Jawa*. Yogyakarta: DIKPORA. Vol. 4 No. 1.
- Maurer, Michelle.N., & Roebers, Caludia.M. 2019. Towards a better understanding of the association between motor skills and executive functions in 5- to 6- years-old : The impact of motor task difficulty. *Journal Human Movement Science*. Vol. 66 (1): hal. 607-620.
- Mahardika, Esti Kurniawati. 2014. Peningkatan Perilaku Sosial Anak Melalui Permainan Tradisional Jawa. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*. Vol. 8 (2): hal. 257-268.
- Maryatun, I. B. (2012). Pengembangan Perseptual Motor Anak Usia 3-4 Menggunakan Kegiatan Outbound Low Impact. *Jurnal Pendidikan Anak* Vol. 1, No. 2.
- Mihaela, Iconomescu.T., & Gabriel, Talaghir.L. 2014. Teaching approach to enhance motor skills for students in primary school. *Procedia-Social and Behavioral Science*. Vol. 152 (1): hal. 746-751.
- Nijhof, Sanne L., Vinkers, Christian H., Geelen, Stefan M. van., Duijff, Sasja N., Achterberg, E.J. Marijke., Net, Janjaap van der., Velkamp, Remco C., Grootenhuis, Martha A., Benders, Manon. J.N.L., Engels, Rutger C.M.E., Ent, C. Kors van der., Vanderschuren, Louk J.M.J., & Lesscher, Heidi M.B. 2018. Healthy play, better coping : The importance of play for the development of children in health and disease. *Journal Neurosciense and Biobehavioral Reviews*. Vol. 92 (1): hal. 421-429.
- Petkov. Valery.A., & Grebennikova, Veronika.M. 2016. Development and assessment of young children's motor giftedness. *Procedia-Social and Behavioral*. Vol. 233 (1): hal. 105-109.
- Saputra, Nofrans Eka., & Ekawati, Yun Nina. 2017. Permainan Tradisional Sebagai Upaya Meningkatkan Kemampuan dasar Anak. *Jurnal Psikologi Jambi*. Vol. 2 (2): hal. 48-53.
- Siahaan, Hasnah., Gultom, Ibrahim., & Sitorus, Masganti. 2019. Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Metode Bermain Egrang Batok Kelapa Di RA-Alhidayah Medan. *Jurnal Tematik*. Vol. 9 (1): hal. 8-18.
- Sukma. (2017). Pengaruh Pemberian Permainan Tradisional Terhadap Kerjasama Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan (Studi Pada Siswa Kelas X Mipa SMA Negeri 2 Ponorogo). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 5(2).
- Suryadi., Calista, W., Puspita, D. 2018. Perkembangan Fisik-Motorik Siswa Usia Dasar : Masalah dan Perkembangannya. *Jurnal Ilmiah PGMI*. Vol. 2 (2): hal. 170-182.
- Tomprowski, .Phillip.D., McCullick, Bryan., Pendleton, Daniel.M., & Pesce, Caterina. 2015. Exercise and children's cognition :

The role of exercise characteristics and a place for metacognition. *Journal of Sport and Health Science*. Vol. 4 (1): hal. 47-55.

Yudiwinata, Hikmah Prisia., & Handoyo, Pambudi. 2014. Permainan Tradisional Dalam Budaya Dan Perkembangan Anak. *Jurnal Paradigma*. Vol. 2 (3): hal. 1-5.

