

**PENERAPAN PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP GERAK DASAR MOTORIK SISWA
DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA
SISWA KELAS V SDN MARGOMULYO 1 BOJONEGORO**

Itsna Rusmawati

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Surabaya, itsnarusmawati23@gmail.com

Sasminta Christina Yuli Hartati

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Surabaya

Abstrak

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Sebagai upaya untuk melaksanakan fungsi pendidikan nasional maka peran guru dalam proses pembelajaran sangat berpengaruh. Terutama pada anak usia sekolah dasar merupakan individu yang selalu aktif melakukan pemberontakan baik dengan dirinya sendiri, maupun terhadap lingkungan sekitarnya. Mereka tidak hanya selalu ingin tahu tentang sesuatu, tetapi mereka juga selalu ingin mencoba dan mengalami, mereka juga merupakan individu yang aktif dalam bergerak seperti berlari, melompat, melempar, menangkap sampai koordinasi. Pada dasarnya anak telah mempunyai kemampuan gerak dasar yang telah dimiliki sejak lahir atau bawaan. Gerak dasar pada anak ini adalah gerak dasar motorik yaitu gerak dasar lokomotor, non lokomotor (stabilitas) dan manipulatif. Penelitian ini bertujuan 1.) Untuk mengetahui pengaruh penerapan permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro. 2.) Untuk mengetahui besarnya pengaruh penerapan permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro dengan jumlah populasi 58 siswa. Hasil penelitian yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari penerapan permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik siswa dalam pembelajaran PJOK pada kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro. Hal ini berdasarkan dari perhitungan menggunakan *wilcoxon* yaitu $Z_{hitung} (-2,770) > Z_{tabel} (-1,96)$ dengan taraf signifikan 0,05. Besarnya pengaruh penerapan permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik dalam pembelajaran PJOK sebesar 14,22%.

Kata Kunci: Permainan Tradisional, Gerak Dasar Motorik

Abstract

National education has function to develop ability, create disposition and build dignity civilization of nation in order to create smart life of nation. It aims to develop the potential of each student in order to be human that have a faith and devote to Almighty God, good attitude, health, educated, creative, independent, and become a democratic and responsible citizen. As the effort to execute the functions of national education, the role of teachers in learning process is very influential, especially for elementary school students that are active in some rebellion, whether to theirself their surroundings. They are not only curious about something, but also they want to try it. They are also active children who like running, jumping, throwing, catching, and having coordination. Basically, a child has been gifted ability of basic movement since born. That basic movement are including basic movement of locomotor, non locomotor (stability) and manipulative. The aims of study 1.) Are knowing the effect of implementing traditional games toward the motoric basic movement in Sport Learning process of 5th grade SDN Margomulyo 1 Bojonegoro. 2.) Are knowing how big the effect of implementing traditional games toward the motoric basic movement in Sport Learning process of 5th grade SDN Margomulyo 1 Bojonegoro is with the population of students is 58 students. The result of this study can be concluded that there is no significant influence of applying the traditional games toward basic movements of motor skills in 5th grade of SDN Margomulyo 1 Bojonegoro. The result of the research was calculated based on *wilcoxon* calculation, that is $Z_{count} (-2,770) > Z_{table} (-1,96)$, with significance level of 0,05. The magnitude of the effect of applying traditional games toward basic movements of motor skills in learning education of body, sport and health is 14,22%.

Keywords: Traditional games, Basic movements of motor skills

PENDAHULUAN

Menurut UU No.20 Tahun 2003 Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Tujuan Pendidikan Nasional yang tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional pasal 2 ayat 3 menerangkan bahwa Pendidikan Nasional berdasarkan Pancasila dan Undang- Undang Dasar Negara Republik Indonesia tahun 1945.

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Ruhimat, dkk, 2011 : 20-21). Tujuan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan menurut Permendiknas No. 22 Tahun 2006 menyatakan bahwa untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral dan aspek pola hidup sehat.

Sekolah Dasar Negeri Margomulyo 1 Bojonegoro masih mengaplikasikan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) tahun 2006 dalam proses pembelajaran. Melalui pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) salah satunya kebutuhan manusia dapat terpenuhi, anak usia sekolah dasar merupakan masyarakat yang sedang tumbuh dan kembang yang sangat membutuhkan pembinaan dan bimbingan. Pendidikan jasmani diajarkan dalam lingkungan sekolah. Hal ini berarti guru pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang memiliki peranan penting dalam melatih gerak dasar anak.

Pada dasarnya anak telah mempunyai kemampuan gerak dasar yang telah dimiliki sejak lahir atau bawaan. Gerak dasar pada anak ini adalah gerak dasar motorik yaitu gerak dasar lokomotor, non lokomotor (stabilitas) dan manipulatif. Anak usia sekolah dasar merupakan individu yang selalu aktif melakukan pemberontakan baik dengan dirinya sendiri, maupun terhadap lingkungan sekitarnya. Mereka tidak hanya selalu ingin tahu tentang sesuatu, tetapi mereka juga selalu ingin mencoba dan mengalami, mereka juga merupakan individu yang aktif dalam bergerak seperti berlari, melompat, melempar, menangkap sampai koordinasi.

Menurut Harsuki (2003: 49) pada pendidikan jasmani dikatakan bahwa latihan berpusat pada anak didik. Itu artinya bahwa seorang guru PJOK harus menyajikan permainan yang sesuai dengan tingkat kemampuan anak. Apa yang dapat dilakukan oleh anak didiknya, guru PJOK harus dengan cepat dan tepat dapat memodifikasi permainan apabila ternyata terlalu berat ataupun terlalu ringan, karena guru PJOK itu mengelola sejumlah siswa yang lebih dari 1 orang yang memiliki kemampuan berbeda-beda. Untuk melihat seberapa jauh kemajuan yang dicapai oleh setiap anak didiknya. Menurut Soegijono (dalam Harsuki, 2003: 97) dalam rangka pendidikan nasional, Sekolah Dasar (SD) merupakan satu jenjang pendidikan yang paling penting keberadaannya, sehingga peningkatan mutu pendidikan harus dimulai dari SD secara formal seorang siswa tidak mungkin dapat mengikuti pendidikan di SLTP sebelum menyelesaikan pendidikan dasar 6 tahun di SD. Peserta didik yang belajar di SD dibekali kemampuan dasar dan keterampilan dasar agar mampu mengantisipasi permasalahan dalam kehidupan sehari-hari termasuk keterampilan olahraga serta keterampilan hidup lainnya. Gerak dasar diajarkan pada siswa SD karena masa kanak-kanak disebut "saat ideal" untuk mempelajari keterampilan motorik, karena tubuh anak lebih lentur ketimbang tubuh orang dewasa atau remaja, kurang memiliki keterampilan yang bertentangan dengan hal-hal baru yang mungkin telah dipelajari lebih dulu, menyenangkan pengulangan, dan memiliki waktu yang lebih lama untuk mempelajari keterampilan motorik ketimbang waktu yang mereka miliki ketika mereka sudah besar.. Sesuai dengan pembelajaran di PJOK saat ini adalah hakekatnya pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk membugarikan dan menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental dan emosional (Hartono dkk, 2013: 2). Sekolah Dasar merupakan jenjang pendidikan yang membekali atau memberikan dasar-dasar dan mempersiapkan peserta didik untuk mengikuti pendidikan pada jenjang berikutnya. Sesuai dengan penjelasan di atas, maka ada lima karakteristik profesionalisme guru, khususnya guru SD yang baru dikembangkan yaitu menguasai kurikulum, menguasai materi semua mata pelajaran, terampil menggunakan multi metode pembelajaran, memiliki komitmen yang tinggi terhadap tugasnya, memiliki kedisiplinan dalam arti yang seluas-luasnya (Harsuki, 2003: 98). Berdasarkan wawancara dengan guru PJOK di SDN Margomulyo 1 Bojonegoro yaitu Catur Sandya Baskara S. Pd pada tanggal 15 Januari 2016 dan pengamatan pembelajaran yang diajarkan dalam PJOK di SDN tersebut kurang inovatif sehingga terkesan monoton, akibatnya siswa saat mengikuti pembelajaran merasa

bosan dan belum pernah menerapkan permainan tradisional sebagai bahan ajar. Dengan menggunakan permainan tradisional bukan hanya melatih kemampuan gerak dasar motorik siswa saja, namun juga mampu menanamkan nilai yang terkandung dalam permainan tradisional tersebut.

Gerak dasar motorik yang dilakukan siswa, mulai dari lokomotor, non lokomotor sampai manipulatif, dengan menggunakan permainan tradisional diharapkan nantinya akan lebih banyak permainan yang diberikan oleh guru dalam pembelajaran PJOK. Pemilihan menggunakan permainan tradisional dilakukan karena cara bermainnya mudah, alat yang digunakan sederhana dan menanamkan nilai budaya dalam setiap permainan.

Mengetahui kemampuan gerak dasar motorik siswa merupakan satu kunci sukses usaha pendidikan, artinya guru akan mengetahui kemampuan, kesenangan, dan kebutuhan siswa, sehingga seorang guru dapat membantu siswa untuk menggunakan tubuhnya secara efisien dalam melakukan berbagai keterampilan motorik dan keterampilan yang dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari. PJOK memang untuk meningkatkan aktivitas gerak siswa, namun ada unsur lain yang terkandung di dalamnya mengingat pentingnya gerak bagi pertumbuhan dan perkembangan seorang anak. Permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK nantinya mampu meningkatkan motorik siswa. Sehingga dalam pembelajaran PJOK tidak ada unsur paksaan, melainkan kesenangan yang timbul dari dalam diri siswa itu sendiri (motivasi instrinsik).

Dari permasalahan di atas, maka peneliti melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran PJOK Terhadap Gerak Dasar Motorik Pada Siswa Kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro”.

METODE

Jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah eksperimen semu dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab akibat diantara variabel-variabel. Salah satu ciri pokok dari penelitian eksperimen adalah adanya perlakuan (*treatment*) yang diberikan kepada subjek penelitian (Maksum, 2012: 13).

Penelitian eksperimen ini bersifat semu karena hanya memenuhi tiga syarat dari 4 syarat untuk masuk dalam kategori eksperimen murni. 4 syarat dalam penelitian eksperimen murni adalah adanya perlakuan (*treatment*), adanya mekanisme kontrol, randomisasi dan ukuran keberhasilan. Dari keempat syarat yang tidak ada dalam penelitian ini untuk dikatakan penelitian eksperimen murni yaitu tidak adanya randomisasi dan

mekanisme kontrol. Itu menandakan bahwa benar-benar perubahan yang terjadi pada variabel terikat disebabkan adanya perlakuan yang diberikan pada variabel bebas (Maksum, 2012: 65). Desain penelitian merupakan sebuah rancangan bagaimana suatu penelitian akan dilakukan. Rancangan tersebut digunakan untuk mendapatkan jawaban terhadap pertanyaan penelitian yang dirumuskan (Maksum, 2012: 95). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain eksperimen *one group pretest posttest design* yang maksudnya penelitian diarahkan untuk membandingkan hasil distribusi pada data *pre-test* dan *post-test* dari satu kelompok sampel saja.

Menurut Maksum (2012: 53) populasi adalah keseluruhan individu atau objek yang dimaksudkan untuk diteliti, yang nantinya akan digeneralisasikan. Populasi dalam penelitian adalah dari Kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro yang berjumlah 58 siswa. Dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dalam penelitian, itu artinya populasi yang digunakan dalam penelitian ini sudah diketahui karakteristiknya dan sudah diarahkan oleh guru PJOK.

Menurut Nurhasan (2000:104), instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan motorik yang terdiri dari 4 butir tes yaitu 1.) Tes *shuttle run* 4x10 meter, 2.) Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, 3.) Tes *stork stand positional balance*, 4.) Tes lari cepat 30 meter.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Deskripsi Data

Pada deskriptif data ini membahas hasil *pre-test* dan *post-test* tentang rata-rata, standart deviasi, varian, nilai maksimum dan nilai minimum. Dari siswa kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro yang berjumlah 58 siswa. Sehingga menghasilkan nilai-nilai sebagai berikut.

Tabel 1 Hasil Pre-test dan Post-test Gerak Dasar Motorik

		Siswa	Mean	Std.Deviasi	Varian	Maks	Min
Pre-test	Kelincahan	58	27,867	4,31318	18,604	33,63	21,2
	Keseimbangan	58	28,786	23,914	571,879	120,8	0
	Koordinasi	58	16,052	7,9636	63,418	31	0
	Kecepatan	58	5,6998	1,02686	1,054	8,31	4,87
Post-test	Kelincahan	58	27,673	4,26161	18,161	36,53	24,4
	Keseimbangan	58	37,114	54,67489	2989,34	252,6	0
	Koordinasi	58	21,052	7,6283	58,19	33	4
	Kecepatan	58	5,4833	1,12518	1,266	9,39	4,5

Berdasarkan analisis tabel di atas, maka dapat diketahui bahwa:

- a. Hasil *pre-test* dari 58 siswa memiliki rata-rata hasil tes kelincahan (*Shuttle run*) adalah (*Mean*) 27,8672

dengan (Standart Deviasi) 4,31318 dan (Varian) 18,604 serta rentan waktu tercepat adalah 21,16 detik dan waktu terlambat adalah 33,63 detik. Sedangkan untuk hasil *post-test* dari 58 siswa memiliki rata-rata hasil kelincahan (*Shuttle run*) adalah (*Mean*) 27,6726 dengan (Standart Deviasi) 4,26161 dan nilai (Varian) 18,161 serta rentan waktu tercepat adalah 24,43 detik dan waktu terlambat adalah 36,53 detik.

- b. Hasil *pre-test* dari 58 siswa memiliki rata-rata hasil tes keseimbangan (*Stork stand position balance*) adalah (*Mean*) 28,7862 dengan (Standart Deviasi) 23,91400 dan (Varian) 571,879 serta waktu terlama adalah 120,76 detik dan waktu tercepat adalah 0,00 detik. Sedangkan untuk hasil *post-test* dari 58 siswa memiliki rata-rata hasil keseimbangan (*Stork stand position balance*) adalah (*Mean*) 37,1138 dengan (Standart Deviasi) 54,67489 dan nilai (Varian) 2989,343 serta waktu terlama adalah 252,64 detik dan waktu tercepat adalah 0,00 detik.
- c. Hasil *pre-test* dari 58 siswa memiliki rata-rata hasil tes kordinasi (lempar tangkap menggunakan bola tennis dengan tembok jarak 1 meter) adalah (*Mean*) 16,052 dengan (Standart Deviasi) 7,9636 dan (Varian) 63,418 serta hasil tangkapan maksimum adalah 31 kali dan hasil tangkapan minimum adalah 0 kali. Sedangkan untuk hasil *post-test* dari 58 siswa memiliki rata-rata hasil kordinasi (lempar tangkap menggunakan bola tennis dengan tembok jarak 1 meter) adalah (*Mean*) 21,052 dengan (Standart Deviasi) 7,6283 dan nilai (Varian) 58,190 serta hasil tangkapan maksimum adalah 33 kali dan hasil tangkapan minimum adalah 4 kali.
- d. Hasil *pre-test* dari 58 siswa memiliki rata-rata hasil tes kecepatan (*Sprint*) adalah (*Mean*) 5,6998 dengan (Standart Deviasi) 1,02686 dan (Varian) 1.054 serta rentan waktu tercepat adalah 4,87 detik dan waktu terlambat adalah 8,31 detik. Sedangkan untuk hasil *post-test* dari 58 siswa memiliki rata-rata hasil kecepatan (*Sprint*) adalah (*Mean*) 5,4833 dengan (Standart Deviasi) 1,12518 dan nilai (Varian) 1,266 serta rentan waktu tercepat adalah 4,50 detik dan waktu terlambat adalah 9,39 detik.

Berdasarkan hasil Tabel 1 terlihat bahwa ada pengaruh penerapan permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik siswa.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah data yang dianalisis berdistribusi normal atau tidak, maka dapat diuji menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov. Berdasarkan perhitungan SPSS *statistic 21.0 test* dengan ketentuan pengujian jika nilai signifikan dari nilai hitung P_{value} lebih kecil dari nilai α (5%) atau 0,05 maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Sedangkan jika nilai signifikan

dari nilai hitung P_{value} lebih besar dari nilai α (5%) atau 0,05 maka H_a diterima dan H_0 ditolak.

Berikut hasil pengujian normalitas dengan menggunakan SPSS *statistics 21.0*.

Tabel 2 Pengujian Normalitas

		P_{value}	Signifikan	Kategori
Pre-test	Kelincahan	0	0,05	Tidak Normal
	Keseimbangan	0	0,05	Tidak Normal
	Koordinasi	0,2	0,05	Normal
	Kecepatan	0	0,05	Tidak Normal
Post-test	Kelincahan	0	0,05	Tidak Normal
	Keseimbangan	0	0,05	Tidak Normal
	Koordinasi	0,034	0,05	Tidak Normal
	Kecepatan	0	0,05	Tidak Normal

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa nilai signifikan (P_{value}) *pre-test* dan *post-test* kelincahan , keseimbangan, kecepatan lebih kecil dari nilai α (5%) atau 0,05 dengan kata lain $Sig < \alpha$ ($0,000 < 0,05$) dan *post-test* koordinasi lebih kecil dari nilai α (5%) atau 0,05 dengan kata lain $Sig < \alpha$ ($0,034 < 0,05$). Sehingga diputuskan H_a ditolak dan H_0 diterima yang berarti bahwa data tidak normal. Sedangkan nilai signifikan (P_{value}) *pre-test* koordinasi lebih besar dari nilai α (5%) atau 0,05 dengan kata lain $Sig > \alpha$ ($0,200 > 0,05$). Sehingga diputuskan H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti bahwa data normal

Uji Wilcoxon

Uji bertanda *wilcoxon* digunakan untuk menganalisis data karena salah satu data *pre-test* dan *post-test* tidak normal. Dengan menentukan hasil nilai kritis (Z_{tabel}) dipilih *level of signifikant* (α) adalah 0,05 untuk uji 2 arah pada uji *wilcoxon*, $\alpha/2 = 0,05/2 = 0,025$, maka didapat nilai *level of signifikant* (α) = 0,025 sedangkan nilai Z_{tabel} dari (α) = 0,025 adalah $\pm 1,96$.

Tabel 3 Tabel Wilcoxon

Data Tes Kemampuan Motorik	Z_{hitung}	Z_{tabel}	Keterangan
<i>Pre-test</i>	-2,77	-1,96	Ada Pengaruh Signifikan

Berdasarkan hasil perhitungan *wilcoxon* dapat diketahui bahwa $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ yaitu $-2,770 > -1,96$. Berdasarkan perhitungan statistik dengan menggunakan uji *wilcoxon*, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Jadi artinya ada pengaruh pada penerapan permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik pada pembelajaran PJOK pada siswa kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro.

Prosentase Pengaruh

Pada prosentase pengaruh ini membahas tentang pengaruh pemberian *treatment* dari hasil *pre-test* dan *post-test*. Untuk mengetahui prosentase pengaruh, maka harus menghitung MD yang berasal dari jumlah d dibagi dengan jumlah populasi yaitu 58 siswa.

Sehingga didapat prosentase sebagai berikut.

Tabel 4 Prosentase Pengaruh

Data	MD	M _{pre}	Prosentase
Tes Kemampuan Motorik	3,2	19,5	14,22%

Berdasarkan hasil perhitungan Tabel 4 dapat dikatakan bahwa besarnya pengaruh *treatment* terhadap gerak dasar motorik siswa kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro adalah 14,22%.

Pembahasan

Pada bagian ini akan membahas tentang pengaruh penerapan permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik pada siswa kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro. Permainan Tradisional adalah salah satu model pembelajaran yang dapat mempengaruhi keterampilan gerak seseorang. Gerak dasar merupakan hubungan sebab akibat yang dapat mempengaruhi motorik seseorang. Oleh sebab itu, guru PJOK harus pintar dalam pemanfaatan model pembelajaran untuk meningkatkan gerak dasar dan motorik siswa.

Adanya perbedaan motorik siswa satu dengan siswa yang lainnya, membuat peneliti melakukan penelitian menggunakan permainan yang bertujuan untuk meningkatkan motorik dari masing-masing siswa. Pelaksanaan *treatment* di lapangan, dengan menggunakan permainan tradisional untuk siswa dengan memperhatikan jenis-jenis permainan yang digunakan harus memenuhi komponen lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif. Selain mengenai permainan yang digunakan dalam pembelajaran PJOK yang telah memasukkan komponen lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif untuk mencapai tujuan hasil motorik, aktivitas gerak yang dilakukan siswa selama melakukan permainan tradisional dilakukan secara maksimal atau tidak selama proses pembelajaran juga merupakan bukti keberhasilan bahwa motorik siswa dapat meningkat atau tidak meningkat.

Sesuai dengan rumusan masalah tujuan penelitian dan hasil penelitian tentang penerapan permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik dalam pembelajaran PJOK maka diketahui ada pengaruh yang signifikan dari penerapan permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro. Hal ini dapat dilihat dari hasil perhitungan dengan menggunakan

wilcoxon yaitu Z_{hitung} (-2,770) lebih besar dari Z_{tabel} (-1,96). Z_{hitung} diperoleh dari akumulasi nilai Z tes kemampuan motorik yang terdiri dari *pre-test* dan *post-test* kelincahan adalah -1,959, *pre-test* dan *post-test* keseimbangan adalah -0,318, *pre-test* dan *post-test* koordinasi adalah -5,363 serta *pre-test* dan *post-test* kecepatan adalah -3,441.

Berdasarkan hasil dari perhitungan keseluruhan prosentase pengaruh antara hasil *pre-test* dan *post-test* gerak dasar motorik maka dapat disimpulkan bahwa gerak dasar motorik siswa mengalami pengaruh setelah diberikan *treatment* dengan menggunakan permainan tradisional yaitu sebesar 14,22%. Dari pengamatan peneliti, peningkatan dari tes gerak dasar motorik yang terjadi pada siswa karena peran guru PJOK yang memberikan permainan tradisional pada proses pembelajaran, yang mana sebelumnya belum pernah diterapkan dalam pembelajaran PJOK sehingga siswa merasa tertarik untuk mengikuti pembelajaran dengan permainan yang baru, menyenangkan dan mudah dilakukan bagi siswa, yaitu berupa permainan gobak sodor (*go back to door*), permainan benteng-bentengan dan permainan gembatan. Pemberian penerapan permainan tradisional pada saat proses pembelajaran, secara tidak langsung akan meningkatkan kemampuan gerak motorik siswa karena mengharuskan siswa untuk melakukan tugas gerak. Hal ini dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan tradisional dapat meningkatkan gerak dasar motorik siswa kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro.

Temuan-temuan berdasarkan selama proses pada saat penelitian adalah guru PJOK sering datang terlambat dan justru guru tidak langsung memberikan pembelajaran PJOK melainkan melakukan aktivitas lain yang tidak berhubungan dengan pembelajaran. Akibatnya banyak siswa yang melakukan aktivitas sendiri, yaitu siswa hanya duduk-duduk santai sambil ngobrol dengan teman-temannya. Sifat acuh dari guru tentu membuat pembelajaran PJOK yang seharusnya mampu meningkatkan aktivitas gerak dan kemampuan motorik siswa justru menjadi aktivitas yang tidak bermanfaat bagi siswa.

Sarana prasarana yang dimiliki SDN Margomulyo 1 Bojonegoro kurang lengkap dan tidak memadai. Sekolah hanya mempunyai satu lapangan untuk kegiatan pembelajaran PJOK yaitu lapangan voli sekaligus menjadi lapangan utama untuk kegiatan upacara. Sekolah hanya mempunyai satu buah bola voli dan satu buah net. Hal ini tentu proses pembelajaran PJOK di SDN Margomulyo 1 Bojonegoro tidak berjalan maksimal karena jumlah siswa satu rombel mencapai 58 siswa, sedangkan untuk sarana prasarana yang sangat minim tentu tidak semua kebutuhan siswa dan materi yang

diajarkan dalam proses pembelajaran PJOK terpenuhi dan terealisasi.

Dampak dari efisiensi waktu guru PJOK dan sarana prasarana yang tidak lengkap akan mempengaruhi ketertarikan dan kenyamanan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran PJOK. Maka dari itu, permainan tradisional sangat cocok diterapkan di SDN Margomulyo 1 Bojonegoro dalam pembelajaran PJOK, karena permainan tradisional ini tidak harus menggunakan sarana prasarana yang lengkap, penyampaian cara bermain sangat sederhana, permainannya mudah dipahami, sehingga siswa merasa tertarik untuk melakukan permainan tersebut.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan hasil penelitian tentang penerapan permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik pada siswa kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada pengaruh yang signifikan dari penerapan permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro. Dibuktikan dengan hasil uji *wilcoxon* yaitu $Z_{hitung} (-2,770)$ lebih besar dari $Z_{tabel} (-1,96)$.
2. Besarnya pengaruh penerapan permainan tradisional terhadap gerak dasar motorik dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro berdasarkan peningkatan prosentase yaitu 14,22%.

Saran

Saran yang dapat diajukan sebagai rekomendasi umum kepada semua pihak, terutama dalam dunia pendidikan antara lain:

1. Penggunaan permainan tradisional sebagai alternatif untuk pembelajaran PJOK untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar motorik siswa dalam pembelajaran PJOK.
2. Permainan tradisional harus lebih diperkenalkan pada model pembelajaran PJOK bagi para guru pengajar dan diterapkan pada proses pembelajaran PJOK untuk memperkenalkan pada siswa nilai-nilai budaya yang terkandung dalam permainan tradisional tersebut.
3. Permainan tradisional dapat dijadikan bahan peneliti lebih lanjut apabila ada peneliti lain yang ingin menelitinya dan untuk mendapatkan hasil penelitian yang maksimal, sebaiknya permainan yang diterapkan nantinya disesuaikan dengan usia, kondisi siswa dan keadaan di sekolah yang akan dijadikan sebagai tempat penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Delphie, Bandi. 2009. *Terapi Permainan Terapeutik*. Klaten : PT Intan Sejati.
- Fad, Aisyah. 2014. *Kumpulan Permainan Anak Tradisional Indonesia*. Jakarta: Cerdas Interaktif.
- Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Hartati, Sasminta Christina Yuli. dkk. 2012. *Permainan Kecil*. Surabaya: Wineka Media.
- Hartono, Soetanto, dkk. 2013. *Pendidikan Jasmani (Sebuah Pengantar)*. Surabaya: Unesa University Press.
- Kiram, Dr. Phil. Yanuar.1992. *Belajar Motorik*. Milik Negara.
- Kristyandaru, Advendi. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2009. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Tanpa Penerbit.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Pres.
- Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Nurhasan, dkk. 2005. *Pendidikan Jasmani*. Surabaya: Unesa University Press.
- Permendiknas No. 22 Tahun 2006 *tentang Standar Isi untuk satuan Pendidikan Dasar dan Menengah* (Online). (<http://www.dikti.go.id/files/atur/PP19-2005SNP.pdf>, diakses 31 Maret 2016 pukul 15.05 WIB).
- Prana, Indiyah. 2010. *Permainan Tradisional Jawa (Sebuah Pengantar)*. Klaten: Macanan Jaya Cemerlang.
- Rachmat, Mochamad. 2012. *Buku Ajar Biostatistika Aplikasi Pada Penelitian Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Ruhimat, Toto, dkk. 2011. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Jakarta: Alfabeta.
- Sukintaka, 1992. *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Dikti, PPTK.