

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP PERKEMBANGAN GERAK
MOTORIK ANAK PADA SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI CIPINANG I**

Dedi Aryadi
Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani
STKIP Setia Budhi Rangkasbitung
dediaryadipendor@gmail.com

Abstract

From all the results of the discussion above, it can be concluded that the traditional game for the development of motor movement in the fifth grade students of Cipinang Elementary School 1 District. Pandeglang, apparently has a significant influence.

This is evidenced by the acquisition of the 40 meter run test, 10 meter change direction, and upright jump has a t-count value of 9.65, 11.99, and 4.66 which is outside the null hypothesis acceptance area with a value limit of 2.06 with a real level = 0.05 and degrees freedom = 0.25.

So seeing these results, the traditional game is very influential to improve motor movement of fifth grade students of Cipinang Elementary School 1 District. Padeglang.

Keyword: Traditional games, motorized movements, elementary school children

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani yang dilaksanakan di sekolah dasar menekankan pada aspek pendidikan yang bersifat menyeluruh, yaitu untuk membina kesehatan, mempertahankan bahkan meningkatkan kebugaran jasmani, melatih kemampuan berpikir kritis, membina kestabilan emosi dan membina moral yang merupakan tujuan pendidikan pada umumnya. Secara khusus melalui pembelajaran pendidikan jasmani, siswa dibina pertumbuhan fisik dan perkembangan fisiknya. Dalam masa pertumbuhan dan perkembangan anak selalu ditandai berbagai macam perubahan, baik perubahan aspek jasmaniah maupun perubahan aspek rohaniyah. Oleh karena itu, proses pertumbuhan maupun perkembangan harus benar-benar diperhatikan, sebab merupakan dasar untuk dapat membentuk manusia yang berkualitas.

Berdasarkan dari hasil pembelajaran dari peneliti mengenai olahraga yang dilakukan seperti dasar-dasar olahraga antara lain: melakukan gerakan dasar lari untuk membentuk kecepatan lari saat bermain sepak bola, dan sering juga melakukan permainan tradisional tetapi

hanya sekedar untuk kebugaran jasmani dan mengisi waktu jam olahraga. Permainan tradisional yang dilakukan seperti bentengan, kasti dan gobak sodor.

Permainan atau bermain berasal dari kata 'main' dalam kamus besar bahasa Indonesia terbitan Balai Pustaka (2008), maka kata 'maian' adalah berbuat untuk menyenangkan hati baik dengan menggunakan alat kesenangan maupun tidak, sementara kata 'bermain' adalah bentuk melakukan sesuatu untuk bersenang-senang atau berbuat sesuatu dengan bersenang-senang saja, sedangkan kata 'permainan' yaitu alat yang digunakan untuk bermain atau barang maupun Sesuatu yang dipergunakan. Berarti 'main', 'bermain', maupun 'permainan' adalah sesuatu yang sangat menyenangkan, jika tidak menyenangkan boleh juga dikatakan bukan permainan.

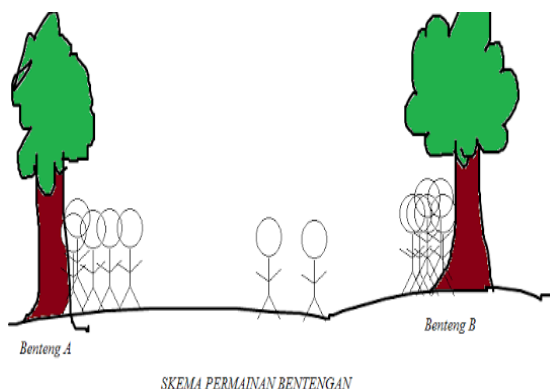
Perkembangan jaman yang diikuti dengan perkembangan teknologi perlahan-lahan menggeser keberadaan permainan tradisional. Jarang sekali kita melihat anak-anak jaman sekarang memainkan permainan tradisional seperti, bentengan, kasti dan

gobak sodor serta permainan tradisional lainnya. Permainan tradisional merupakan kekayaan budaya lokal yang seharusnya dapat dimanfaatkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

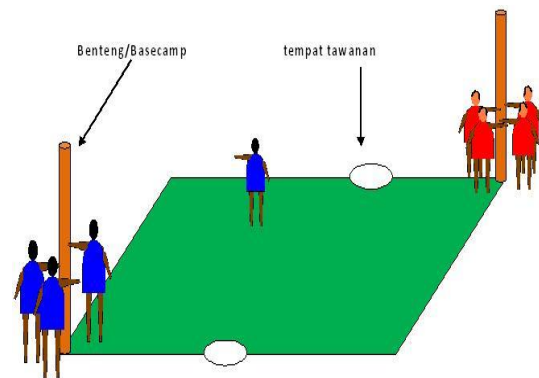
a. Bentengan

Benteng atau bebenbentengan adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu masing-masing terdiri dari 4 sampai dengan 8 orang. Masing-masing regu memiliki satu tempat sebagai markas, biasanya berupa tiang atau batu pilar rumah sebagai benteng.

Olahraga ini bertujuan untuk menyerang dan mengambil alih benteng lawan. Caranya dengan menyentuh benteng-benteng yang menjadi markas regu lawan sambil meneriakkan kata “benteng”. Kemenangan juga dapat diraih sebuah regu jika berhasil menawan seluruh anggota regu lawan dengan menyentuh tubuhnya.



Gambar 2.1. Skema Lapangan Permainan Bentengan (Sumber: <https://www.mallakmlsr.blog.upi.edu/2015/10/21.com>)



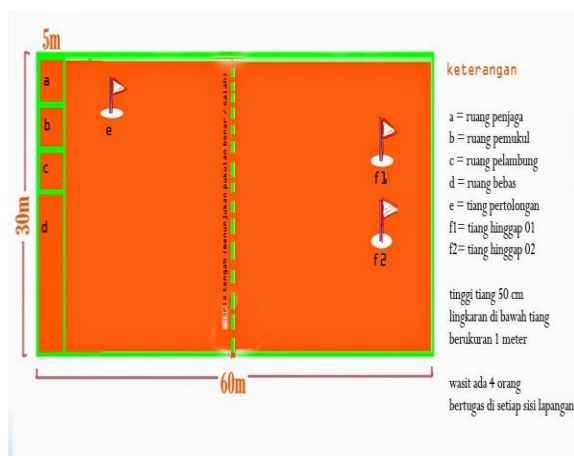
Gambar 2.2. Skema Lapangan Permainan Bentengan (Sumber : <https://www.mallakmlsr.blog.upi.edu/2015/10/21.com>).

b. Kasti

Permainan ini merupakan salah satu jenis permainan bola kecil. Kasti merupakan bentuk permainan tradisional yang mengutamakan beberapa unsur kekompakan, ketangkasan, kecepatan lari, kelincahan, daya power dan kegembiraan. Permainan ini bisa dilakukan dilapangan terbuka pada anak-anak usia sekolah dasar permainan ini juga bisa melatih kedisiplinan diri dan solidaritas antara teman.

Ukuran lapangan kasti yang terbesar ialah 30 x 60 m. dengan ruang pemukul dan ruang bebas menjadi 30 x 65 M. Ukuran terkecil 30 x 45 m. dengan ruang pemukul dan ruang bebas menjadi 30 x 50 m. ukuran besar untuk anak-anak besar, sedangkan ukuran yang kecil untuk anak-anak kecil atau anak-anak perempuan.

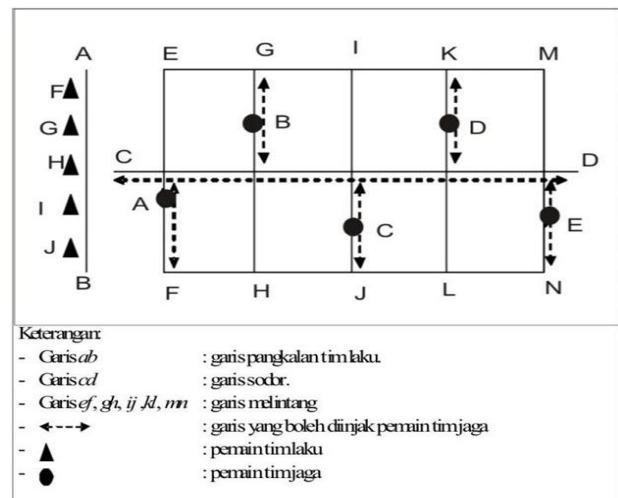
Semua garis batas dinyatakan oleh kapur, tali atau bilah. Dapat juga dengan menggali tanah dengan ketentuan tidak lebih dari 3 cm. pada ke empat sudut lapangan dan pertengahan garis samping dipasang bendera. Tinggi tiang bendera sekurang-kurangnya 1.50 m dari tanah. Dalam pertandingan, diluar garis (batas) harus ada tanah kosong yang lebarnya sekurang-kurangnya 5 m, sedangkan diluar garis sebelah kiri 10 m. penonton harus berada diluar tanah kosong tersebut.



Gambar 2.3. Skema Lapangan Permainan Traisional Kasti

(Sumber : <http://lh4.ggpht.com/>)

Permainan gobak sodor atau yang sering kita kenal dengan sebutan galahsin atau galah asin, permainan ini tidak bisa dilakukan secara individu. Inti permainannya adalah menghadang lawan agar tidak bisa lolos melewati garis kegaris terakhir secara bolak-balik, dan untuk meraih kemenangan seluruh anggota tim harus secara lengkap melakukan proses bolak-balik dalam area lapangan yang telah ditentukan.



Gambar 2.4. Skema Lapangan Gobag Sodor (Sumber : <http://4.bp.blogspot.com/>)

Pada usia sekolah dasar, perkembangan motorik anak lebih halus, lebih sempurna, dan terkordinasi dengan baik, seiring dengan bertambahnya berat dan kekuatan badan anak. Anak-anak sudah terlihat sudah mampu mengontrol dan mengkordinasi gerakan anggota tubuhnya seperti tangan dan kaki dengan baik. Otot-otot tangan dan kakinya sudah mulai kuat, sehingga berbagai aktifitas fisik seperti menendang, menangkap dan berlari sudah dapat dilakukan secara lebih akurat dan cepat. Di samping itu, anak juga makin mampu menjaga keseimbangan badannya. Penguasaan badan, seperti membungkuk, melakukan bermacam-macam latihan senam serta aktifitas olahraga berkembang pesat.

Sejak usia enam tahun, kordinasi antara mata dan tangan (visio motorik) yang dibutuhkan untuk membidik, menendang, melempar dan menangkap juga berkembang. Pada usia tujuh tahun, tangan anak semakin kuat dan ia lebih menyukai pensil daripada krayon untuk melukis. Dari usia delapan hingga sepuluh tahun, tangan dapat

digunakan secara bebas, mudah dan tepat. Kordinasi motorik halus berkembang, dimana anak sudah dapat menulis dengan baik. Ukuran hurup menjadi lebih kecil dan lebih rata. Pada usia sepuluh sampai dengan usia dua belas tahun, anak-anak mulai memperlihatkan keterampilan-keterampilan manipulatif menyerupai kemampuan-kemampuan orang dewasa. Mereka mulai memperlihatkan gerakan-gerakan yang kompleks, rumit dan cepat, yang diperlukan untuk karya kerajinan yang bermutu bagus atau memainkan instrument musik tertentu (Santrock, 1995:80).

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan kuantitatif penelitian dengan desain “one group pretest posttest” desain. Menurut Arikunto (2010:123) dalam penelitian ini, tes awal (pretest) dilakukan sebelum diberikan perlakuan (treatment), dan tes akhir (posttest) dilakukan setelah perlakuan.

O_1	X	O^2
Pretest	Treatment	Posttest

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode eksperimen, dalam hal

memperaktekan permainan bentengan, kasti dan gobak sodor (permainan tradisional) secara bergantian. Yang berpengaruh

terhadap perkembangan gerak motorik pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Cipinang 1.

PEMBAHASAN

Merujuk pada hasil perhitungan dan analisis data penelitian, terlihat ada pengaruh dari permainan tradisional terhadap perkembangan gerak motorik siswa SDN Cipinang 1. Berdasarkan hal tersebut, selanjutnya akan dibahas hal-hal sebagai berikut:

1. Melatih Kecepatan (Speed) Lari 40 meter. Berdasarkan pada hasil penelitian, penulis menyatakan bahwa latihan kecepatan yang dilakukan oleh siswa kelas V SDN Cipinang 1 memberikan sumbangan pada peningkatan gerak motorik siswa, seperti siswa dapat melakukan gerakan – gerakan kordinasi tangan dan kaki, memanfaatkan kecepatan gerakan motorik tertentu, serta gerakan – gerakan tubuh beraturan. Peningkatan tersebut dihasilkan sebesar 70.00 % terhadap peningkatan perkembangan motorik siswa, sedangkan sebesar 30.00% dipengaruhi oleh paktor lain.

2. Melatih Kelincahan (Agility) Lari Mengubah arah 10 meter. Berdasarkan pada hasil analisis penelitian, penulis menerangkan mengenai latihan kelincahan yang dilakukan siswa kelas V SDN Cipinang 1, memberikan sumbangan penigkatan, seperti siswa dapat melakukan gerakan – gerakan ganda, mempermudah penguasaan teknik – teknik yang tinggi, gerakan – gerakan yang efisien, efektif dan ekonomis. Peningkatan tersebut dihasilkan sebesar 70.00 % terhadap peningkatan perkembangan motorik siswa. Sedangkan sebesar 30.00% diengaruhi oleh faktor lain.
3. Latihan Daya Ledak (Tes Loncat Tegak). Berdasarkan pada hasil analisis penelitian, penulis menerangkan mengenai latihan daya ledak yang dilakukan siswa kelas V SDN Cipinang 1, menghasilkan sumbangan peningkatan, seperti mengangkat lengan

sampai mendatar, memutar lengan kedalam, memutar lengan keluar, meningkatkan kemampuan otot lengan yang kuat dan cepat, seperti dalam melakukan pukulan olahraga permainan tradisional kasti. Karenanya, untuk dapat menghasilkan pukulan yang keras, lengan harus diayunkan dengan kuat dan cepat, sehingga diperlukan daya ledak yang baik. Peningkatan tersebut meningkat sebesar 70.00% terhadap gerak motorik siswa, sedangkan sekitar 30.00% dipengaruhi oleh faktor lain.

4. Perkembangan Motorik Melalui Permainan Tradisional. Ketika penulis melakukan penelitian mengenai pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan gerak motorik siswa, penulis dapat menyatakan bahwa permainan tradisional dapat meningkatkan pengaruh yang baik terhadap siswa. Misalnya dari segi fisik, anak dapat berlari, melompat, menangkap dan lain – lain, dengan kecepatan waktu yang lebih tinggi setelah melakukan permainan tradisional. Berdasarkan pada hasil

analisis penelitian, penulis menerangkan bahwa peningkatan tersebut meningkat sebesar 70.00% terhadap perkembangan gerak motorik siswa, sedangkan sekitar 30.00% dipengaruhi oleh faktor lain.

Dari seluruh hasil pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional terhadap perkembangan gerak motorik siswa kelas V SDN Cipinang 1 Kab. Pandeglang, ternyata mempunyai pengaruh yang signifikan. Hal ini terbukti dengan perolehan nilai tes lari 40 meter, lari mengubah arah 10 meter, dan lompat tegak mempunyai nilai t-hitung sebesar 9.65, 11.99, dan 4.66 yang berada diluar daerah penerimaan hipotesis nol dengan batas nilai 2.06 dengan taraf nyata = 0.05 dan derajat kebebasan = 0.25.

Jadi melihat hasil tersebut, maka permainan tradisional sangat berpengaruh untuk meningkatkan gerak motorik siswa kelas V SDN Cipinang 1 Kab. Pandeglang

SIMPULAN

Berdasarkan pada hasil pengolahan data penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan beberapa sebagai berikut:

1. Ada pengaruh yang signifikan antara kecepatan (tes lari 40 meter) dengan hasil perkembangan motorik pada siswa SDN Cipinang 1 tahun 2015/2016.
2. Ada pengaruh yang signifikan antara kelincahan (tes lari mengubah arah 10 meter) dengan hasil perkembangan motorik pada siswa SDN Cipinang 1 tahun 2015/2016.
3. Ada pengaruh yang signifikan antara daya ledak (tes loncat tegak) dengan hasil perkembangan motorik pada siswa SDN Cipinang 1 tahun 2015/2016.
4. Ada pengaruh yang signifikan dari permainan tradisional terhadap perkembangan gerak motorik siswa SDN Cipinang 1 tahun 2015/2016.
5. Berdasarkan hasil dari penelitian, didapat hasil t-test dengan t-hitung sebesar 9.65, 11.99, dan 4.66 dengan batas nilai t-tabel 2.06 dengan taraf nyata = 0.05 dan derajat kebebasan = 0.25.

REFERENSI

Arikunto, suharsimi. 2010. *Panduan Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta

Ajun Khanami. 2010. <http://www.mallakmlsr.blog.upi.com>: 25 juli 2016.

BP-PLSP. 2006. <http://www.porosbumi.com>: 25 juli 2016.

Desmita. 2014. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

FJ. Monks dkk. 2001. Desmita. 2014. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Hasti P. Utami. 2008. <http://www.g-exces.com>: 28 juli 2016

Hurlock.2001. <http://www.ismine.blogspot.com>: 25 juli 2016.

KBBI.2008. *Permainan Tradisional Anak Masyarakat Banten* : Dinas Kebudayaan Dan Parawisata provinsi banten.

Mayke.S Tedjasaputra. 2010. *Permainan Tradisional Anak Masyarakat Banten*: Dinas Kebudayaan dan parawisata provinsi banten

Santrock.1995. Deswita. 2014. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya

Sugiono. 2011. <http://www.Seputarpengetahuan.com>: 30 juli 2016

p-ISSN. 2580-9466
e-ISSN. 2621-4997