

## Penggunaan permainan tradisional untuk meningkatkan keterampilan gerak fundamental siswa Sekolah Dasar

Ariyanto<sup>1</sup>, Andika Triansyah<sup>1</sup>, Uray Gustian<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Universitas Tanjungpura, Jl: Prof. Dr. H Hadari Nawawi Pontianak

\*Corresponding Author. Email: [uray.gustian@fkip.untan.ac.id](mailto:uray.gustian@fkip.untan.ac.id)

---

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi banyak siswa yang memiliki keterampilan gerak fundamental yang kurang optimal. Penguasaan keterampilan gerak fundamental yang kurang optimal akan berpengaruh terhadap pencapaian keterampilan gerak tahap berikutnya. Berdasarkan hal tersebut, penelitian dilakukan bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak fundamental dengan menggunakan permainan tradisional. Penelitian menggunakan metode eksperimen dengan menggunakan desain *one group pretest-posttest design*. Penelitian dilakukan dengan mengimplementasikan permainan tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Subjek penelitian adalah siswa sekolah dasar kelas satu dengan jumlah partisipan 30 orang yang terdiri atas 16 siswa dan 14 siswi dengan rata-rata umur 6 tahun. Teknik pengumpulan data menggunakan *Test of Gross Motor Skill-Second Edition* (TGMD-2) dan dianalisis menggunakan deskripsi kuantitatif dan uji beda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan keterampilan gerak fundamental siswa sekolah dasar. Adanya peningkatan dikarenakan permainan tradisional mampu menstimulus siswa untuk aktif dalam melakukan gerak dan aktivitas yang menyenangkan bagi siswa. Berdasarkan hasil analisis tersebut maka dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh secara signifikan permainan tradisional terhadap keterampilan gerak fundamental siswa sekolah dasar.

**Kata kunci:** Gerak Fundamental, Permainan Tradisional, Siswa Sekolah Dasar

## Use of traditional game to improve fundamental movement skills of elementary school students

### Abstract

*movement skills. Mastery of fundamental movement skills that are less than optimal will affect the achievement of the next stage of motion skills. Based on this, the research carried out aims to improve fundamental movement skills by using traditional games. The study used an experimental method using one group pretest-posttest design. The study was conducted by implementing traditional games in physical education learning. The research subjects were first grade elementary school students with 30 participants consisting of 16 boys and 14 girls with an average age of 6 years. Data collection techniques using the Test of Gross Motor Skill-Second Edition (TGMD-2) and analyzed using quantitative descriptions and different tests. The results showed that there had been an increase in the fundamental skills of elementary school students. There is an increase due to traditional games able to stimulate students to be active in doing movements and activities that are fun for students. Based on the results of the analysis it can be concluded that there is a significant influence of traditional games on the fundamental movement skills of elementary school students.*

**Keywords:** Fundamental Motor Skill, Traditional Games, Elementary School Students

## PENDAHULUAN

Dewasa ini kemajuan media informasi dan teknologi sudah dirasakan oleh seluruh lapisan masyarakat, baik dari segi positif maupun negatif dari penggunaannya. Peralihan, penggunaan media informasi dan teknologi tergolong sangat mudah dan terjangkau disemua kalangan, baik untuk kalangan muda, tua, dan kalangan ekonomi menengah ke-atas maupun kalangan ekonomi menengah ke-bawah. Perubahan pola pikir orang tua pada saat ini jauh mengalami perubahan ketimbang pola pikir orang tua zaman dulu. Hal ini ditandai dengan kemudahan dalam mendapatkan *smartphone* dikarenakan harganya terjangkau oleh masyarakat luas dan tidak hanya itu, berbagai fitur dan aplikasi yang menarik siswa menjadi fokus dengan *smartphonanya* (Ameliola & Nugraha, 2013, p.364).

Selain itu, pemanfaatan *smartphone* juga menjadi salah satu jalan pintas orang tua dalam menemani siswa bermain di rumah. Orang tua belakangan ini banyak yang beranggapan bahwa *smartphone* menjadi teman bermain yang lebih aman dan mudah dalam jangkauan pengawasan (Chusna, 2018, p.317). Pemanfaatan *smartphone* juga berdampak positif bagi siswa yaitu mengasah kreativitas, kecerdasan, mengasah kemampuan berimajinasi, dan juga menjadi lebih semangat untuk belajar. Hal ini dikarenakan aplikasi yang ada di *smartphone* biasanya dilengkapi dengan berbagai animasi menarik serta lagu-lagu yang ceria. Penggunaan *smartphone* juga membawa dampak negatif bagi perkembangan siswa yang ditandai dengan malasnya siswa dalam melakukan aktivitas gerak dan berinteraksi (Ameliola & Nugraha, 2013, p.364). Hal ini menjadikan waktu bermain dengan teman sebaya menjadi berkurang dan terjadi perubahan pola hidup siswa yang dari banyak bergerak menjadi sedikit gerak atau berdiam diri. Fenomena ini akan menyebabkan terjadinya gangguan metabolisme tubuh sehingga terjadi penurunan kesegaran jasmani, kesehatan, kelebihan berat badan atau obesitas, keterampilan, serangan jantung, diabetes, dan bahkan mempengaruhi kapasitas, kreativitas, emosional, sosial, dan kecerdasan (Wicaksono & Nurhayati, 2013, p.99). Lebih lanjut, kurangnya aktivitas gerak akan mengalami keterlambatan dalam perkembangan sosial, emosional, dan kognitif (Gustian, Purnomo, & Supriatna, 2019, p. 24). Keterlambatan emosional ini tentunya akan berpengaruh terhadap perkembangan perilaku siswa. Siswa dengan kecerdasan emosional rendah mempunyai perilaku yang buruk, sedangkan siswa yang mempunyai kecerdasan emosional tinggi mampu menghadapi tantangan hidup dan mampu mengontrol emosi lebih baik (Rustiana, 2013, p.139-140).

Hakikatnya usia 6 sampai 12 tahun belum saatnya mengenal *smartphone*, karena perkembangan di usia 6 sampai 12 tahun merupakan masa yang seharusnya melakukan aktifitas yang menyenangkan seperti bermain dan dengan usia tersebut akan mengalami perubahan baik secara fisik maupun mental dari faktor intern dan faktor dari luar diantaranya lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, dan yang paling terpenting adalah bermain dengan teman sebayanya (Sumantri, 2005, p.21). Pada masa ini juga seluruh aspek perkembangan kecerdasan, yaitu kecerdasan intelektual, emosi, dan spiritual mengalami perkembangan yang luar biasa sehingga semua informasi akan terserap lebih cepat dan akan menjadi dasar terbentuknya karakter, kepribadian, dan kemampuan kognitifnya (Chusna, 2018, p.128).

Masa usia sekolah dasar merupakan masa dimana siswa harus lebih banyak bermain ketimbang berdiam diri (Bakhtiar, 2014, p.128). Bermain adalah salah satu kegiatan yang dapat membuat hati menjadi senang, tidak hanya itu bermain juga menjadi salah satu bagian penting dalam kehidupan manusia khususnya siswa sekolah dasar. Hal ini disebabkan bermain sudah menjadi karakteristik yang melekat pada siswa sehingga bermain merupakan aktivitas utama yang dilakukan oleh siswa. Bermain secara umum berdampak positif bagi siswa untuk belajar gerak seperti dapat mengembangkan berbagai aspek diantaranya aspek fisik, motorik halus maupun kasar, memperkuat keterampilan sosial, meningkatkan kecerdasan emosional, kepribadian, meningkatkan keterampilan dan prestasi yang dapat dibanggakan (Hanif, 2015, p.29; Nani et al., 2019, p.64). Selain itu, bermain dapat digunakan sebagai alat untuk meningkatkan fisik karena siswa menjadi lebih aktif dalam melakukan aktivitas gerak dan menjadikan siswa terampil dalam berkomunikasi (Kovačević & Opić, 2014, p.96).

Pengembangan motorik siswa sekolah dasar kelas bawah pada umumnya fokus pada penguasaan keterampilan gerak fundamental (Goodway, Ozmun, & Gallahue, 2019,

p.50). Penguasaan keterampilan gerak fundamental merupakan aspek penting dalam mencapai keterampilan gerak olahraga, permainan, dan aktivitas ritmik. Selain itu juga, adanya penguasaan keterampilan gerak fundamental mendorong siswa untuk bergerak dengan efektif dan efisien serta dapat mengeksplorasi dan belajar dari lingkungannya (Goodway, Ozmun, & Gallahue, 2019, p.187). Untuk itu, diperlukan pemahaman tentang gerak fundamental yang terbagi menjadi dua yaitu gerak lokomotor dan objek kontrol. Gerak lokomotor adalah salah satu gerakan yang melibatkan seluruh anggota tubuh yang menggunakan otot-otot besar dalam melakukan gerakan. Gerakan tersebut yang meliputi berjalan, berlari, melompat dan sebagainya (Bakhtiar, 2015, p.8). Lebih lanjut keterampilan gerak lokomotor adalah salah satu gerak yang melibatkan seluruh anggota tubuh manusia dalam bergerak dan juga berpindah tempat ke-satu ke-tempat yang lain (Hanif, 2015, p.11). Keterampilan gerak lokomotor meliputi gerak lari, melompat, dan berlari (Logan et al., 2015, p.416). Sedangkan gerak objek kontrol adalah gerak yang melibatkan stimulus atau rangsangan dari luar yang di arahkan pada suatu objek (Hanif, 2015, p.12). Gerak objek kontrol terdiri dari beberapa gerakan yaitu melempar, memukul, menendang, menerima (menangkap), dan menggiring bola (Dwipa, 2015, p.20). Disisi lain, gerak objek kontrol yang terdiri dari gerak menangkap, menendang, melempar, menggelindingkan bola, dan memukul. Penguasaan keterampilan gerak fundamental dapat meningkatkan fisik dan percaya diri dalam melakukan aktivitas fisik (Logan et al., 2015, p.416). Dengan demikian, kemampuan gerak fundamental sangat berfungsi untuk menjaga kestabilan dan koordinasi gerak agar siswa menjadi dewasa yang sehat secara mental, fisik, sosial dan emosional sehingga kedepannya dapat mencapai perkembangan yang optimal yang kaya akan potensi, dan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas dan mampu berdaya saing (Gustiana, 2011, p.192).

Keterampilan gerak fundamental juga dapat didefinisikan sebagai salah satu gerakan yang melibatkan seluruh anggota tubuh secara bersamaan, selain itu, keterampilan gerak fundamental dapat mempengaruhi keterampilan gerak di masa depan (Morano et al., 2015, p.42). Lebih lanjut, gerak fundamental merupakan dasar untuk mengembangkan berbagai keterampilan gerak dalam berolahraga dan aktivitas fisik seumur hidup. Kemudian, perkembangan gerak fundamental dipengaruhi oleh kematangan, tuntutan tugas, dan faktor lingkungan. Gerak fundamental pada umumnya terbagi menjadi dua yang terdiri dari lokomotor dan objek kontrol. Locomotor merupakan gerakan yang memindahkan tubuh dari titik satu ke titik lain, gerakannya yang terdiri dari *Run, gallop, hop, lepa, horizontal jump*. Sedangkan, objek kontrol dapat diartikan sebagai gerakan yang memanipulasi objek seperti menendang, melempar, memukul, menggelindingkan bola, dan melompat (Bakhtiar, 2015, p.10-11).

Berkenaan dengan hal tersebut, tentunya menjadi tantangan tersendiri bagi dunia pendidikan khususnya pendidikan jasmani (penjas) dalam meningkatkan kualitas motorik. Faktor yang mempengaruhi keberhasilan untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani salah satunya adalah guru. Sebab guru merupakan salah satu ujung tombak dalam pelaksanaan pendidikan siswa di sekolah dasar. Lebih lanjut, guru yang terampil mempunyai banyak inovasi dalam pemilihan metode pembelajaran dan mampu memotivasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran akan mampu meningkatkan kualitas pembelajaran dan mampu mempersiapkan siswa dalam memiliki keterampilan yang berkualitas tinggi (Widoyoko & Rinawati, 2012, p.278-279). Selain itu juga, permasalahan yang dihadapi siswa sekolah dasar kelas satu yaitu banyak menampilkan gerakan yang kurang maksimal serta koordinasi yang kurang baik, gerakan yang dilakukan masih terkesan kaku dan belum maksimal seperti koordinasi tangan dan kaki yang tidak seimbang, serta saat melakukan gerakan olahraga seperti berlari, melompat, melempar, dan menangkap terlihat tidak optimal. Seiring dengan hal itu, diperlukan suatu upaya dan metode pembelajaran yang dapat memotivasi dan menimbulkan minat agar permasalahan dapat diatasi salah satunya dengan pendekatan atau model pembelajaran yang menyenangkan dan efektif agar dapat mengembangkan kemampuan gerak fundamental siswa sekolah dasar melalui permainan tradisional.

Berbagai studi penelitian telah menunjukkan efek yang signifikan dari penerepan permainan tradisional dalam mengembangkan keterampilan gerak fundamental siswa sekolah dasar diantaranya penerapan permainan tradisional memiliki manfaat yang dapat membangun

karakter siswa (Nur, 2013, p.87), dan meningkatkan keterampilan gerak fundamental (Abdullah et al., 2013, p.590; Akbari et al., 2009, p.123; Rusmawati & Hartati, 2016, p.435; Supriadi, 2019, p.98). Permainan tradisional juga mudah untuk dimainkan karena peraturannya ditentukan tergantung kreativitas pemainnya dan juga alat atau bahan permainannya terbilang sederhana, murah dan mudah ditemukan karena terbuat dari bahan-bahan bekas (Puspitowati et al., 2013, p.4). Permainan tradisional juga memiliki nilai budaya yang besar untuk mengembangkan kemampuan siswa diantaranya keterampilan, kesopanan, karakter, aktif, kreatif, serta berolahraga yang sekaligus sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan siswa (Widodo & Lumintuarso, 2017, p.184). Selain itu, permainan tradisional mempunyai banyak manfaat dan nilai-nilai yang ada dalam permainan salah satu diantaranya nilai kejujuran, sportivitas, nilai kerjasama, nilai kepemimpinan, kerukunan, kreatifitas, kedisiplinan, ketangkasan, bersosialisasi, dan yang terakhir sehat jasmani (Nugrahastuti et al., 2016, p. 266).

Atas dasar tersebut, perlu dilakukan penelitian untuk meningkatkan keterampilan fundamental dengan menggunakan permainan tradisional. Penelitian yang dilakukan dengan cara peralatan permainan disesuaikan dengan karakteristik siswa dan kondisi lingkungan. Sasaran penelitian adalah siswa Sekolah dasar (SD) kelas satu. Hal ini mengingat perkembangan siswa sekolah dasar kelas satu mengalami perkembangan yang luar biasa baik secara fisik maupun mental. Pada masa ini juga perkembangan kecerdasan intelektual, emosi, spiritual akan mengalami perubahan sehingga semua informasi akan terserap lebih cepat dan akan menjadi dasar terbentuknya karakter, kepribadian, dan kemampuan kognitifnya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode eksperimen dengan desain penelitian *One-Group Preettest-Posttest Design*. Pelaksanaan uji coba penelitian dilakukan dengan 3 tahap yaitu memberikan tes awal (*Posttest*) kepada siswa untuk mengetahui kemampuan awal siswa. Selanjutnya diberikan perlakuan/stimulus sebagai upaya meningkatkan keterampilan gerak fundamental siswa pada tes awal. Perlakuan yang diberikan dengan menggunakan permainan tradisional. Adapun permainan tradisional yang digunakan yaitu permainan lempar kaleng, lempar telur penyu, permainan balap balon, estafet kelereng, engklek, dan gobak sodor. Uji coba perlakuan diberikan sebanyak 12 kali pertemuan, kemudian dibagi menjadi beberapa kelompok dengan jumlah empat sampai lima siswa. Setiap kelompok akan berlomba untuk menyelesaikan tugas-tugas atau rintangan yang terdapat pada permainan tradisional dalam waktu 10 menit. Peran guru adalah sebagai fasilitator dan pengawas untuk memastikan pelaksanaan permainan sesuai yang diharapkan. Sebelum melakukan setiap permainan, guru menjelaskan kepada siswa mengenai tata cara melakukan permainan. Setiap aktivitas siswa dalam melakukan permainan di dokumentasi melalui rekaman video yang kemudian dianalisis menggunakan aplikasi kinovea untuk membantu guru dalam pemberian point, angka atau nilai dalam pelaksanaan. Setelah, diberikan perlakuan siswa diberi tes akhir (*Posttest*) yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan akhir keterampilan gerak fundamental siswa.

Subjek penelitian adalah siswa sekolah dasar kelas satu yang melibatkan tiga puluh siswa diantaranya 16 siswa dan 14 siswi dengan rata-rata umur 6 tahun. Teknik pengumpulan data menggunakan *Test of Gross Motor Skill-Second Edition* (TGMD-2) yang terdiri dari gerak lokomotor seperti, lari, lompat, *leap* (lompat panjang), meloncat horizontal dan gerak objek control yang meliputi menangkap, menendang, melempar, dan menggelindingkan bola (Ulrich, 2000, p. 46-51). Kemudian dilanjutkan dengan analisis dengan cara deskripsi kuantitatif dan uji beda.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Deskripsi data tentang keterampilan gerak fundamental pada penilaian uji coba pertama (*Pretest*) sebelum adanya perlakuan dan setelah adanya perlakuan (*Posttest*) dengan gerak

lari, lompat, *leap* (lompat panjang), meloncat horizontal, menangkap, menendang, melempar, dan menggelindingkan bola menghasilkan data sebagai berikut.

*Gerakkan Lari*

Hasil gerakan lari sebelum adanya perlakuan (*pretest*) lebih dominan pada kategori rendah dengan jumlah 28 (93,33%) siswa pada rentang standar skor yaitu 4–5 dan 2 (6,67%) siswa pada kategori sangat rendah dengan rentang skor 1–3, sedangkan nilai setelah adanya perlakuan (*posttest*) paling dominan pada kategori tinggi dengan jumlah 26 (86,67%) rentang skor 6–7, 3 (10,0%) kategori rendah rentang skor 4–5, dan 1 (3,33%) siswa dengan kategori sangat tinggi dengan rentang skor 8–12.

*Gerakkan Melompat*

Hasil gerakan melompat sebelum adanya perlakuan (*pretest*) lebih dominan pada kategori rendah dengan jumlah 23 (76,67%) siswa pada rentang standar skor yaitu 4–5, 1 (3,33%) siswa kategori sangat rendah rentang standar skor 1–3 dan 6 (20,0%) siswa pada kategori tinggi dengan rentang skor 6–7, sedangkan nilai setelah adanya perlakuan (*posttest*) paling dominan pada kategori sangat tinggi dengan jumlah 16 (53,33%) rentang skor 8–12, 13 (43,33%) siswa kategori tinggi rentang skor 6–7, 1 (3,33%) kategori rendah rentang skor 4–5.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi *Pretest* dan *Posttest* Gerakan Lari**

Penilaian	Standar Skor	Frekuensi			
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	Absolut (Fa)	Relatif (%)
Sangat Tinggi	8 – 12	0	0,00%	1	3,33%
Tinggi	6 – 7	0	0,00%	26	86,67%
Rendah	4 – 5	28	93,33%	3	10,0%
Sangat Rendah	1 – 3	2	6,67%	0	0,00%
Jumlah		30	100%	30	100%

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Pretest* dan *Posttest* Gerakan Melompat**

Penilaian	Standar Skor	Frekuensi			
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	Absolut (Fa)	Relatif (%)
Sangat Tinggi	8 – 12	0	0,00%	16	53,33%
Tinggi	6 – 7	6	20,0%	13	43,33%
Rendah	4 – 5	23	76,67%	1	3,33%
Sangat Rendah	1 – 3	1	3,33%	0	0,00%
Jumlah		30	100%	30	100%

*Gerakkan Leap (Lompat Panjang)*

Hasil gerakan *leap* (*lompat panjang*) dengan jumlah indikator penilaian relatif kecil sehingga penilaian sebelum adanya perlakuan (*pretest*) lebih dominan pada kategori tinggi dengan jumlah 22 (73,33%) siswa pada rentang standar skor yaitu 4–5 dan 8 (26,67%) siswa kategori rendah rentang standar skor 2–3, sedangkan nilai setelah adanya perlakuan (*posttest*) paling dominan pada kategori sangat tinggi dengan jumlah 16 (53,33%) rentang skor 6 dan 14 (46,67%) siswa kategori tinggi rentang skor 4–5.

*Gerakkan Meloncat Horizontal*

Hasil gerakan meloncat horizontal sebelum adanya perlakuan (*pretest*) lebih dominan pada kategori rendah dengan jumlah 24 (80,0%) siswa pada rentang standar skor yaitu 4 – 5, dan 6 (20,0%) siswa kategori sangat rendah rentang standar skor 1–3, sedangkan nilai

setelah adanya perlakuan (*posttest*) paling dominan pada kategori tinggi dengan jumlah 23 (76,67%) rentang skor 6–7 dan 7 (23,33) siswa kategori rendah rentang skor 4–5.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi *Pretest* dan *Posttest* Gerakkan *Leap* (Lompat Panjang)**

Penilaian	Standar Skor	Frekuensi			
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	Absolut (Fa)	Relatif (%)
Sangat Tinggi	6	0	0,00%	16	53,33%
Tinggi	4 – 5	22	73,33%	14	46,67%
Rendah	2 – 3	8	26,67%	0	0,00%
Sangat Rendah	1	0	0,00%	0	0,00%
Jumlah		30	100%	30	100%

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi *Pretest* dan *Posttest* Gerakkan Meloncat Horizontal**

Penilaian	Standar Skor	Frekuensi			
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	Absolut (Fa)	Relatif (%)
Sangat Tinggi	8 – 12	0	0,00%	0	0,00%
Tinggi	6 – 7	0	0,00%	23	76,67%
Rendah	4 – 5	24	80,0%	7	23,33%
Sangat Rendah	1 – 3	6	20,0%	0	0,00%
Jumlah		30	100%	30	100%

#### *Gerakkan Menangkap*

Hasil gerakan menangkap dengan jumlah indikator penilaian relatif kecil sehingga penilaian sebelum adanya perlakuan (*pretest*) lebih dominan pada kategori tinggi dengan jumlah 21 (70,0%) siswa pada rentang standar skor yaitu 4–5, 9 (30,0%) siswa kategori rendah rentang standar skor 2–3, sedangkan nilai setelah adanya perlakuan (*posttest*) paling dominan pada kategori sangat tinggi dengan jumlah 16 (53,33%) rentang skor 6 dan 14 (46,67%) siswa kategori tinggi rentang skor 4–5.

*Gerakkan Menendang*

Hasil gerakan menendang sebelum adanya perlakuan (*pretest*) lebih dominan pada kategori rendah dengan jumlah 28 (93,33%) siswa pada rentang standar skor yaitu 4–5 dan 2 (6,67%) siswa kategori sangat rendah rentang standar skor 1–3, sedangkan nilai setelah adanya perlakuan (*posttest*) paling dominan pada kategori tinggi dengan jumlah 25 (83,33%) rentang skor 6–7, 2 (6,67%) siswa kategori sangat tinggi rentang skor 8–12, 3 (10,0%) kategori rendah rentang skor 4–5.

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi *Pretest* dan *Posttest* Gerakkan Menangkap**

Penilaian	Standar Skor	Frekuensi			
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	Absolut (Fa)	Relatif (%)
Sangat Tinggi	6	0	0,00%	16	53,33%
Tinggi	4 – 5	21	70,0%	14	46,67%
Rendah	2 – 3	9	30,0%	0	0,00%
Sangat Rendah	1	0	0,00%	0	0,00%
Jumlah		30	100%	30	100%

**Tabel 6. Distribusi Frekuensi *Pretest* dan *Posttest* Gerakkan Menendang**

Penilaian	Standar Skor	Frekuensi			
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	Absolut (Fa)	Relatif (%)
Sangat Tinggi	8 – 12	0	0,00%	2	6,67%
Tinggi	6 – 7	0	0,00%	25	83,33%
Rendah	4 – 5	28	93,33%	3	10,0%
Sangat Rendah	1 – 3	2	6,67%	0	0,00%
Jumlah		30	100%	30	100%

*Gerakkan Melempar*

Hasil gerakan melempar sebelum adanya perlakuan (*pretest*) lebih dominan pada kategori rendah dengan jumlah 26 (86,67%) siswa pada rentang standar skor yaitu 4–5, 3 (10,0%) siswa kategori sangat rendah rentang standar skor 1–3 dan 1 (3,33%) siswa dengan kategori tinggi rentang nilai 6–7, sedangkan nilai setelah adanya perlakuan (*posttest*) paling dominan pada kategori tinggi dengan jumlah 24 (80,0%) rentang skor 6–7, 4 (13,33%) siswa kategori rendah rentang skor 4–5 dan 2 (6,67%) siswa pada kategori sangat tinggi rentang skor 8 – 12.

*Gerakkan Menggelindingkan Bola*

Hasil gerakan menggelindingkan bola sebelum adanya perlakuan (*pretest*) lebih dominan pada kategori rendah dengan jumlah 28 (93,33%) siswa pada rentang standar skor yaitu 4–5 dan 2 (6,67%) siswa kategori sangat rendah rentang standar skor 1–3, sedangkan nilai setelah adanya perlakuan (*posttest*) paling dominan pada kategori tinggi dengan jumlah 23 (76,67%) rentang skor 6–7, 4 (13,33%) siswa pada kategori sangat tinggi rentang skor 8–12 dan 3 (10,0%) siswa kategori rendah rentang skor 4–5.

**Tabel 7. Distribusi Frekuensi *Pretest* dan *Posttest* Gerakan Melempar**

Penilaian	Standar Skor	Frekuensi			
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	Absolut (Fa)	Relatif (%)
Sangat Tinggi	8 – 12	0	0,00%	2	6,67%
Tinggi	6 – 7	1	3,33%	24	80,0%
Rendah	4 – 5	26	86,67%	4	13,33%
Sangat Rendah	1 – 3	3	10,0%	0	0,00%
Jumlah		30	100%	30	100%

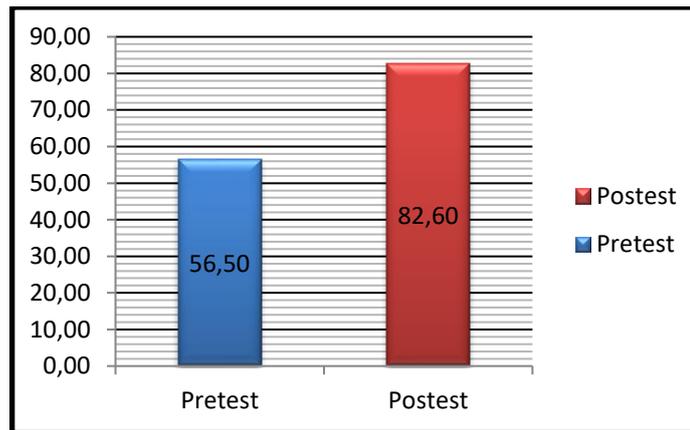
**Tabel 8. Distribusi Frekuensi *Pretest* dan *Posttest* Gerakan Menggelindingkan Bola**

Penilaian	Standar Skor	Frekuensi			
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	Absolut (Fa)	Relatif (%)
Sangat Tinggi	8 – 12	0	0,00%	4	13,33%
Tinggi	6 – 7	0	0,00%	23	76,67%
Rendah	4 – 5	28	93,33%	3	10,0%
Sangat Rendah	1 – 3	2	6,67%	0	0,00%
Jumlah		30	100%	30	100%

Berdasarkan hasil nilai rata-rata dan standar deviasi secara keseluruhan keterampilan gerak fundamental siswa. Maka diperoleh nilai sebelum adanya perlakuan (*pretest*) yang terdiri dari 30 sampel sebesar 56,50, Skor terendah 47, Skor tertinggi 68, dengan simpang baku atau standar deviasi 5,36. Setelah adanya perlakuan (*posttest*) maka diperoleh keterampilan gerak dasar dengan rata-rata keseluruhan sebesar 82,60. Skor terendah 76, Skor tertinggi 92, dengan simpang baku 4,58.

**Tabel 9. Nilai Rata-Rata( $\bar{x}$ ) dan Standar Deviasi (SD) Data *Pretest* dan *Posttest***

Indikator		Rata-rata ( $\bar{x}$ )	Skor Terendah	Skor Tertinggi	Standar Deviasi (SD)
Test Gerak Fundamenta	<i>Pretest</i>	56,50	47	68	5,36
	<i>Posttest</i>	82,60	76	92	4,58



**Gambar 1. Diagram Nilai *Pretest* dan *Posttest* Gerak Fundamental Siswa**

Berdasarkan uji pengaruh yang telah dilakukan untuk menjawab apakah hipotesis yang diajukan diterima atau ditolak menggunakan *uji-t*, diperoleh hasil keterampilan gerak fundamental dengan  $t_{hitung}$  59,44 yang kemudian dibandingkan dengan  $t_{tabel}$ . Maka diperoleh  $d.b=(N-1)$  dengan taraf signifikansi 5% sebesar 1,699. Kesimpulan tes keterampilan gerak fundamental dengan nilai  $t_{hitung}$  59,44 >  $t_{tabel}$  1,699 artinya hipotesis di terima, sehingga adanya pengaruh permainan tradisional terhadap keterampilan gerak fundamental siswa sekolah dasar dengan persentase peningkatan sebesar 46,50%.

**Tabel 9. Nilai Olahan Uji-t *Pretest*, *Posttest* dan Persentasi Peningkatan**

Perlakuan	Uraian	$t_{hitung}$	d.b	$t_{tabel}$	Taraf Signifikan	Persentasi Peningkatan
Permainan Tradisional	<i>Pretest - Posttest</i>	59,44	29	1,699	5%	46,50%

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh informasi bahwa telah terjadi peningkatan keterampilan gerak fundamental siswa sekolah dasar kelas satu. Hasil ini dapat dilihat dari sebelum adanya perlakuan (*pretest*) dan Setelah adanya perlakuan (*posttest*) menggunakan rubrik penilaian *Test of Gross Motor Skill-Second Edition* (TGMD-2) yang terdiri dari lari, lompat, *leap* (lompat panjang), meloncat horizontal, menangkap, menendang, melempar, dan menggelindingkan bola (Ulrich, 2000, p. 46-51). Hasil ini didukung oleh penelitian Akbari (2009, p.128) permainan tradisional mempunyai dampak positif dalam meningkatkan keterampilan gerak fundamental siswa. Lebih lanjut hasil penelitian Supriadi (2019, p.98) permainan tradisional mampu meningkatkan keterampilan gerak fundamental pada siswa sekolah dasar khususnya kelas satu. Hal ini terjadi dikarenakan permainan tradisional menyenangkan yang dilakukan sambil bermain. Karakteristik yang selalu ingin bermain itu melekat pada diri siswa (Hanif, 2015, p. 29). Penerapan bermain juga dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan dasar gerak lokomotor, non lokomotor, manipulatif (Hidayat, 2017, p.21), dengan pendekatan bermain juga siswa memiliki kesempatan untuk mengekspresikan apa yang dirasakan dan apa yang dipikirkan sehingga secara tidak langsung dengan bermain siswa dapat mengembangkan otot kasar, halus, kreativitas, penalaran, imajinasi, dan mengembangkan dirinya sendiri, terlebih lagi siswa mendapatkan kepuasan dalam bermain (Nugraha, 2017, p.1). Tidak hanya itu, dengan bermain siswa juga dapat mengembang berbagai aspek diantaranya aspek fisik, motorik halus maupun kasar, sosial, emosional, kepribadian, meningkatkan keterampilan, kecerdasan yaitu kecerdasan intelektual, emosi, dan spiritual (Chusna, 2018, p. 317).

Penerapan permainan tradisional mempunyai banyak manfaat yang pertama, permainan tradisional sangat mudah dimainkan dan mudah ditemukan hal dikarenakan permainan tradisional menggunakan alat atau fasilitas di lingkungan sekitar yang sederhana tanpa menggunakan biaya sehingga perlu adanya imajinasi dan kreativitas. Kedua, permainan tradisional melibatkan banyak orang sehingga pemanfaatan waktu pembelajaran menjadi lebih efektif, selain itu juga dengan melibatkan banyak siswa di dalam melakukan aktivitas gerakan dapat meningkatkan kemampuan komunikasi, karena dengan permainan tradisional siswa akan sering berinteraksi dengan teman sebaya dan ketiga adalah permainan tradisional banyak mengandung nilai leluhur dan pesan moral seperti nilai kebersamaan, kejujuran, tanggung jawab, sportifitas, semangat berprestasi, dan taat aturan (Fajrin, 2015, p.8-9). Tidak hanya itu penerapan permainan tradisional juga berdampak positif pada keterampilan sosial, kemampuan fisik maupun motorik, dan pengendalian emosi siswa (Kovačević & Opić, 2014, p.96).

Lebih lanjut, penerapan permainan tradisional juga dapat meningkatkan efektivitas dan menarik antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas (Saputra & Hartati, 2015, p.288). Selain itu, permainan tradisional juga dapat mengembangkan kemampuan sportif, jujur, ulet, sabar, dan terampil motoriknya, terlebih lagi permainan tradisional dapat mengajarkan kerja sama dalam satu tim dan membentuk karakter seperti karakter ramah, peduli, sabar, dan lain sebagainya (Putrantana, 2017, p.221) terlebih lagi Permainan tradisional merupakan permainan yang memiliki nilai budaya yang besar untuk mengembangkan kemampuan siswa diantaranya keterampilan, kesopanan, karakter, keaktifan, kekreatipan, serta berolahraga yang sekaligus sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan siswa (Widodo & Lumintuarso, 2017, p.184).

Hal ini, permainan tradisional dapat membuat siswa menjadi lebih aktif dalam melakukan aktivitas gerak, menghilangkan rasa jenuh dalam mengikuti proses pembelajaran dan dapat bekerja sama dalam mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan dikarenakan permainan tradisional menggunakan peralatan yang sederhana dan juga peraturannya dapat di buat hasil kesepakatan pemainnya, hal ini yang menyebabkan setiap daerah memiliki permainan tradisional dengan cirinya masing-masing. Tidak hanya itu, permainan tradisional juga mengandung unsur-unsur yang dapat mengembangkan kemampuan siswa diantaranya perkembangan kecerdasan, yaitu kecerdasan intelektual, emosi, karakter, kepribadian, kreatif, kemampuan kognitif, dan juga dapat mengembangkan unsur gerak dasar baik lokomotor, non lokomotor, maupun manipulatif, karena di dalam permainan tradisional banyak mengandung aktivitas gerak yaitu gerak dasar berlari, berjalan, melompat, *leap* (lompat panjang), meloncat horizontal, menangkap, menendang, melempar, dan menggelindingkan bola (Hanief & Sugito, 2015, p.67).

Permainan tradisional yang digunakan telah dimodifikasi dan telah disusun secara sederhana agar siswa mudah untuk melakukan dan mempelajari permainan tersebut sesuai dengan prinsip pengembangan permainannya. Selain itu, aspek yang perlu diperhatikan di dalam memodifikasi permainan tradisional yaitu aktivitas gerak yang disesuaikan dengan perkembangan gerak siswa, model yang sederhana yang mudah dipahami agar meningkatkan keterampilan, kebugaran, mendorong siswa untuk melakukan aktifitas fisik, memaksimalkan waktu pembelajaran aktif serta mengajarkan nilai kerjasama dan memecahkan masalah secara tidak langsung. Adapun permainan tradisional yang digunakan dalam penelitian ini yaitu gobak sodor, engklek, lempar kaleng, balap balon dan lempar telur penyu.

Aktivitas gerak yang terkandung dalam permainan tradisional yang dimodifikasi berupa aktivitas gerak fundamental. Pemilihan gerak fundamental sebagai aktivitas gerak karena pada usia sekolah dasar merupakan masa keemasan (*the golden years*) yang dimana siswa mulai mengalami peka/sensitif untuk menerima ransangan dan juga kepekaan siswa berbeda-beda seiring dengan laju pertumbuhan dan perkembangan siswa secara individual (Sutini, 2013, p.76), tidak hanya itu pada masa ini siswa memiliki kemampuan dan rasa ingin tahu yang sangat besar (Hasanah, 2016, p.718). Lebih lanjut perkembangan gerak siswa sekolah dasar khususnya kelas satu berada pada tahanan perkembangan gerak fundamental. Keterampilan gerak fundamental merupakan keterampilan gerak yang penting dalam menunjang keterampilan yang diperlukan untuk kehidupan yang aktif secara fisik, terlebih lagi

penanaman keterampilan gerak fundamental yang dikembangkan sejak dini menjadi modal untuk selalu sehat dan mengurangi resiko penyakit seperti hipertensi, diabetes, osteoporosis, dan penyakit kardiovaskular (Bremer et al, 2014, p.3).

Gerak fundamental merupakan salah satu gerak yang tidak terjadi secara alami melainkan terjadi dengan adanya aktifitas fisik dan olahraga yang lebih kompleks, sehingga dengan menguasai gerak fundamental maka memungkinkan siswa akan turut andil dalam melakukan setiap aktifitas jasmani (Burstiando & Kholis, 2017, p.169). Gerak fundamental juga dapat dikatakan salah satu tahapan yang akan menjadikan siswa secara aktif untuk mengeksplorasi kemampuan gerak dalam tubuhnya. Gerak fundamental berkembang dari proses hasil belajar dengan merespon suatu rangsangan dengan bentuk pengendalian gerak dan keterampilan gerak yang dipengaruhi oleh kematangan dan faktor lingkungan (Lemos et al., 2012, p.18).

Seiring dengan hal tersebut, maka keterampilan gerak fundamental merupakan salah satu kemampuan yang perlu dikuasai oleh siswa sekolah dasar, mengingat salah satu tujuan program pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran adalah agar siswa terampil dalam melakukan aktivitas fisik baik itu dalam bentuk permainan maupun keterampilan gerak (Fadilah & Wibowo, 2018, p.61). Keterampilan gerak fundamental juga menjadi salah satu faktor berkembangnya fisik, kognitif, sosial, dan menumbuhkan kepercayaan diri (Lubans et al, 2010, p.1019). Penguasaan keterampilan gerak fundamental membantu siswa dalam mengendalikan tubuhnya, beradaptasi dengan lingkungan dan membentuk keterampilan yang baik. Sebaliknya kegagalan dalam penguasaan gerak fundamental siswa akan menyebabkan siswa menjadi prustasi dan gagal mengembangkan keterampilan gerak selama masa remaja dan dewasa. Artinya, keterampilan fundamental yang buruk akan membahayakan aktifitas fisik dan keterampilan siswa di masa depan (Akbari et al., 2009, p.124). Keterampilan gerak fundamental terbagi menjadi dua diantaranya keterampilan gerak lokomotor dan keterampilan gerak objek kontrol. Gerak lokomotor adalah salah satu gerak yang melibatkan seluruh anggota tubuh manusia dalam bergerak dan juga berpindah tempat ke-satu ke-tempat yang lain. Gerak lokomotor yang terdiri dari berlari, berjalan, dan merangkak. Sedangkan keterampilan gerak objek kontrol merupakan salah satu gerakakan yang melibatkan stimulus atau rangsangan dari luar dirinya (Hanif, 2015, p.12). Gerak objek kontrol terdiri dari beberapa gerakan yaitu melempar, memukul, menendang dan lain sebagainya (Dwipa, 2015, p.20). Pada penelitian ini gerak fundamental yang terdapat pada permainan tradisional yaitu berlari, berjalan, melompat, menangkap melempar, merangkak, *leap* (lompat panjang), menendang, meloncat horizontal, dan menggelindingkan bola.

Adanya pembelajaran gerak dalam permainan tradisional yang telah dimodifikasi bermaksud untuk membantu atau berkontribusi dalam siswa menguasai keterampilan gerak meskipun peningkatannya tidak terlalu besar dikarenakan proses pembelajaran gerak memiliki tahapan-tahapan yaitu kognitif, asosiatif, otomatisasi dan membutuhkan waktu untuk menguasai keterampilan tersebut (Clark, 2007, p.43). Banyak manfaat yang didapatkan dalam belajar keterampilan gerak diantaranya untuk kesehatan siswa, perkembangan motorik siswa, perkembangan kognitif siswa, kemampuan sosial siswa, perkembangan emosional siswa (Bakhtiar, 2015, p.16-17). Selain itu, manfaat yang diperoleh siswa dalam belajar keterampilan gerak dan melakukan aktivitas fisik diantaranya mengenal gerak, meningkatkan kualitas gerak, manfaat lain meningkatkan kemampuan kognitif, kebugaran, kesehatan psikologi dan mental (Tandon et al., 2016, p.379). Di sisi yang sama manfaat dalam belajar keterampilan gerak yaitu meningkatnya kepercayaan diri siswa sehingga mampu beradaptasi, berinteraksi, dan berpartisipasi dalam bermain di lingkungan sekitar siswa (Fadilah & Wibowo, 2018, p.61). Besarnya manfaat yang diperoleh siswa dalam belajar keterampilan gerak seharusnya menjadi perhatian bagi orang tua dan guru, selain meningkatkan kemampuan gerak siswa juga mampu meningkatkan kemampuan kognitif, afektif dan sosial emosional sehingga tujuan pembelajaran dapat terpenuhi.

Berdasarkan hasil analisis dan penelitian yang telah dilakukan membuktikan bahwa permainan tradisional yang dimodifikasi mampu meningkatkan keterampilan gerak dasar fundamental siswa sekolah dasar khususnya kelas satu. Adanya hasil ini diharapkan permainan tradisional yang dimodifikasi menjadi konsep dan poin penting untuk

diimplementasikan dalam proses pembelajaran khususnya dalam belajar keterampilan gerak, agar tujuan pembelajaran pendidikan jasmani tercapai di sekolah dasar.

Kelebihan dari penelitian ini adalah mampu meningkatkan keterampilan gerak fundamental dengan mengimplementasi permainan tradisional. seperti yang diketahui permainan tradisional mulai ditinggalkan dan jarang sekali terlihat dalam pelaksanaan pembelajaran gerak siswa khususnya pada pembelajaran penjas di sekolah dasar, dikarenakan permainan tradisional dianggap sebagai permainan rakyat yang tidak mengikuti perkembangan zaman, terlebih lagi perkembangan teknologi yang sangat pesat.

Kekurangan dalam penelitian ini adalah indikator penilaian keterampilan hanya mencakup 8 keterampilan gerak yang terdiri dari gerak lari, lompat, *leap* (lompat panjang), meloncat horizontal, menangkap, menendang, melempar, dan menggelindingkan bola. Tidak hanya itu kekurangan juga terdapat pada jumlah partisipan yang sedikit dan waktu penerapan permainan tradisional juga tidak lama. Oleh karena itu perlu adanya penelitian lanjutan untuk di uji coba dengan jumlah partisipan yang lebih luas, waktu yang lama dan mencakup seluruh aspek keterampilan gerak fundamental.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Penerapan permainan tradisional mampu meningkatkan keterampilan gerak fundamental siswa sekolah dasar khususnya kelas satu. Hasil ini adanya peningkatan siswa sebelum adanya perlakuan (*pretest*) dan Setelah adanya perlakuan (*posttest*) dengan indikator penilaian keterampilan gerak lari, lompat, *leap* (lompat panjang), meloncat horizontal, menangkap, menendang, melempar, dan menggelindingkan bola.

Pencapaian dalam penelitian ini disebabkan permainan tradisional yang telah disusun secara sederhana, aktivitas gerakan yang sesuai dengan perkembangan gerak siswa dan sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa. Selain itu juga, permainan tradisional dikonsepsi menggunakan pendekatan bermain dengan berlomba sehingga menarik minat siswa untuk melakukan aktivitas gerak fundamental yang baik.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diharapkan dapat dikembangkan lebih jauh, dengan tujuan sebagai bahan ajaran, mempunyai banyak inovasi di dalam memilih metode pengajaran dan sebagai bahan untuk di jadikan kelengkapan pokok dalam memenuhi media pembelajaran di sekolah. Sehingga tujuan dari proses pembelajaran dapat tercapai dengan baik sebagaimana yang diharapkan terkhususnya pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan gerak fundamental.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih peneliti aturkan kepada Beasiswa Bidikmisi dan Comdev & Outreaching Untan karena telah membantu dalam penyedia dana penelitian. Besar harapan hasil yang dicapai dapat memberikan kontribusi positif terhadap kemajuan institusi.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Abdullah, B., Amri, S., Yee, K. L., & Abu Samah, B. (2013). *The impact of traditional games on the gross motor skill development of an early childhood. The Social Sciences*, 8(6), 590-595. <http://dx.doi.org/10.36478/sscience.2013.590.595>
- Akbari, H., Abdoli, B., Shafizadeh, M., Khalaji, H., HAJI, H. S., & ZIAEI, V. (2009). *The effect of traditional games in fundamental motor skill development in 7-9 year-old boys*. 123–129. <https://doi.org/10.1080/02701367.2016.1164009>
- Ameliola, S., & Nugraha, H. D. (2013). *Perkembangan media informasi dan teknologi terhadap anak dalam era globalisasi. In Prosiding In International Conference On Indonesian Studies" Ethnicity And Globalization*. Retrieved from <http://www.academia.edu/download/34462625/2013-02-29.pdf>.
- Bakhtiar, S. (2014). *Strategi Pembelajaran, Lokasi Sekolah, Dan Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar. Jurnal Ilmu Pendidikan*, 20(2), 127–133.

- <https://doi.org/10.17977/jip.v20i2.4608>
- Bakhtiar, S. (2015). *Merancang pembelajaran gerak dasar anak. In Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak*. Padang: UNP Press.
- Bremer, E., & Lloyd, M. (2014). 2014, Vol.6, No.2 *The Importance of Fundamental Motor Skill Proficiency for Physical Activity in Elementary School Age Females*. 6(2).
- Burstiando, R., & Nurkholis, M. (2017). Permainan Invasi dan Permainan Netting untuk Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Fundamental Siswa SD Negeri Se Kecamatan Mojoroto Kota Kediri. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 3(2), 167-177. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v3i2.11892](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v3i2.11892)
- Chusna, P. A. (2018). Pengaruh Media Gadget Pada Perkembangan Karakter Anak. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 17(2), 315–330. <http://dx.doi.org/10.21274/dinamika.2017.17.2.315-330>
- Clark JE. (2007). One problem of motor skill development. *Journal of Physical Education Recreation Dance*, 78(5), 39–44. <https://doi.org/10.1080/07303084.2007.10598023>
- Dwipa, A. A. (2015). *Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Motorik Kasar Pada Siswa Putra Sekolah Dasar* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Fajrin, O. R. (2015). Hubungan Tingkat Penggunaan Mobile Gadget Dan Eksistensi Permainan Tradisional Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Idea Societa*, 2(6), 1–33.
- Fadilah, M., & Wibowo, R. (2018). *Kontribusi Keterampilan Gerak Fundamental Terhadap Keterampilan Bermain Small-Sided Handball Games*. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 3(1), 60-68. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.7667>
- Goodway, J. D., Ozmun, J. C., & Gallahue, D. L. (2019). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults*. Jones & Bartlett Learning.
- Gustian, U., Supriatna, E., & Purnomo, E. (2019). Effectiveness of traditional game modified to develop a physical literacy in preschool student. *Jurnal Keolahragaan*, 7(1), 23–33. <https://doi.org/10.21831/jk.v7i1.22166>
- Gustiana, A. D. (2011). Pengaruh Permainan Modifikasi Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Dan Kognitif Anak Usia Dini. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Edisi Khusus* (2), 154–163.
- Hanif, A. S. (2015). *Sepak Takraw Untuk Pelajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Hanief, Y. N., & Sugito, S. (2015). Membentuk gerak dasar pada siswa sekolah dasar melalui permainan tradisional. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 100-113. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v1i1.575](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v1i1.575)
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini. *AL-ATHFAL: Jurnal Pendidikan Anak*, 2(1), 115-134. <https://doi.org/10.21831/jpa.v5i1.12368>
- Hidayat, A. (2017). Peningkatan aktivitas gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif menggunakan model permainan pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 21-29. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v2i2.8175>
- Kovačević, T., & Opić, S. (2014). Contribution of traditional games to the quality of students' relations and frequency of students' socialization in primary education. *Croatian Journal of Education*, 16(SPEC. EDITION 1), 95–112.
- Lubans, D. R., Morgan, P. J., Cliff, D. P., Barnett, L. M., & Okely, A. D. (2010). *Fundamental Movement Skills in Children and Adolescents Review of Associated Health Benefits*. 40(12), 1019–1035. <https://doi.org/10.2165/11536850-000000000-00000>
- Lemos, A. G., Avigo, E. L., & Barela, J. A. (2012). Physical Education in Kindergarten Promotes Fundamental Motor Skill Development. *Advances in Physical Education*, 02(01), 17–21. <https://doi.org/10.4236/ape.2012.21003>
- Logan, S. W., Webster, E. K., Getchell, N., Pfeiffer, K. A., & Robinson, L. E. (2015). Relationship between fundamental motor skill competence and physical activity during childhood and adolescence: A systematic review. *Kinesiology Review*, 4(4), 416-426. <https://doi.org/10.1123/kr.2013-0012>
- Morano, M., Colella, D., & Caroli, M. (2015). *Gross motor skill performance in a sample of overweight and non-overweight preschool children*. 6, 42–46. <https://doi.org/10.3109/17477166.2011.613665>

- Nani, S., Matsouka, O., Theodorakis, Y., & Antoniou, P. (2019). Perceived Benefits of a Therapeutic Exercise program through digital interactive games among children with cancer. *Hellenic Journal of Nursing*, 58(1), 64–70.
- Nugraha, R. G. (2017). Penggunaan pendekatan bermain sebagai cara pengembangan kreativitas anak dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. *JESA (Jurnal Edukasi Sebelas April) Vol. 1, No. 2*. 1-11.
- Nur, H. (2013). Membangun karakter anak melalui permainan anak tradisional. *Jurnal Pendidikan Karakter*, (1). <https://doi.org/10.21831/jpk.v0i1.1290>
- Nugrahastuti, E., Pupitaningtyas, E., Puspitasari, M., & Salimi, M. (2016, August). Nilai-nilai Karakter pada Permainan Tradisional. In *Prosiding Seminar Nasional Inovasi Pendidikan*. Retrieved from <http://www.jurnal.fkip.uns.ac.id/index.php/snip/article/viewFile/8942/6503>.
- Puspitowati, S, P. (2012). *Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Tradisional Lompat Tali Pada Kelompok B Di TK Pertiwi Sribit Delanggu Klaten Tahun Ajaran 2012/2013* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Putrantana, A. B. (2017). Pembentukan Karakter Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional pada Pendidikan Jasmani, Olahraga & Kesehatan. In *Seminar Nasional Pendidikan Olahraga* (Vol. 1, No. 1). 235-241. Retrieved from <http://pasca.um.ac.id/conferences/index.php/por/article/view/662>.
- Rusmawati, I., & Hartati, S, C, Y. (2017). Penerapan Permainan Tradisional Terhadap Gerak Dasar Motorik Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Pada Siswa Kelas V Sdn Margomulyo 1 Bojonegoro. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 4(2).345-440.
- Rustiana, E. R. (2013). Upaya peningkatan kecerdasan emosi siswa sekolah dasar melalui pendidikan jasmani harmoni. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 5(1).139-149. <https://doi.org/10.21831/cp.v5i1.1267>
- Supriadi, D. (2019). *Traditional Games Activities to Develop Fundamental Movement Skills of Elementary School Students*. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. 4(32), 98–102. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v4i1.13873>
- Saputra, K, R., & Hartati, S, C, Y. (2015). Penerapan Permainan Tradisional Dalam Pemanasan Terhadap Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan (Studi pada siswa kelas IV SDN Janti II Tulangan Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3(2). 288-292.
- Sumantri, MS. (2005). *Model pengembangan keterampilan motorik halus anak usia dini*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sutini, A. (2013). Meningkatkan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini melalui Permainan Tradisional. *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2). 67-77. <https://doi.org/10.17509/cd.v4i2.10386>
- Tandon, P. S., Tovar, A., Jayasuriya, A. T., Welker, E., Schober, D. J., Copeland, K., Dev, D. A., Murriel, A. L., Amso, D., & Ward, D. S. (2016). The relationship between physical activity and diet and young children's cognitive development: A systematic review. *Preventive Medicine Reports*, 3, 379–390. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2016.04.003>
- Ulrich, D. A. (2000). Test of Gross Motor Development, Examiner's manual. Pro-ED. Inc., Austin, Texas.
- Widoyoko, S, E, P., & Rinawat, A. (2012). Pengaruh kinerja guru terhadap motivasi belajar siswa. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 5(2). 278-289. <https://doi.org/10.21831/cp.v5i2.1563>
- Wicaksono, D, I., & Nurhayati, F. (2013). Survey Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Kelas Iv Se-Kecamatan Taman Sidoarjo Tahun Ajaran 2012–2013. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 1(1). 98-103.
- Widodo, P., & Lumintuarso, R. (2017). Pengembangan model permainan tradisional untuk membangun karakter pada siswa SD kelas atas. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 183. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i2.7215>