

Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Motorik Dasar Siswa Kelas VI SDN Kayee Leue Tahun 2026

Fijar Maulidi¹, Hendri Fadly², Junaidi^{3*}

Fijar Maulidi, Universitas Serambi Mekkah, Aceh
oppaag22@gmail.com

Hendri Fadly, Universitas Serambi Mekkah, Aceh
hendrifadlypenjas@serambimekkah.ac.id

*Junaidi, Universitas Serambi Mekkah, Aceh
junaidiusm84@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas VI SDN Kayee Leue tahun 2026. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Sampel penelitian adalah seluruh siswa kelas VI SDN Kayee Leue yang berjumlah 23 Siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah dengan metode tes dan pengukuran. kemampuan motorik dasar siswa yang dilaksanakan sebelum perlakuan (pretest) dan setelah perlakuan (posttest). Teknik analisis data yang digunakan meliputi uji pra syarat (uji normalitas dan uji homogenitas), uji hipotesis menggunakan uji t (paired sample t-test). Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas VI SDN Kayee Leue Tahun 2026. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai rata-rata kemampuan motorik dasar siswa dari 15,43 pada saat pretest menjadi 20,00 pada posttest. Hasil uji hipotesis juga menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan nilai t hitung $15,199 > t$ tabel 1,72, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, permainan tradisional efektif digunakan untuk meningkatkan kemampuan motorik dasar siswa, terutama pada aspek lari, lompat, keseimbangan, koordinasi, dan lempar tangkap.

Kata Kunci: Permainan Tradisional, Kemampuan Motorik Dasar

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pendidikan jasmani di sekolah dasar memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan peserta didik secara menyeluruh, baik aspek fisik, kognitif, afektif, maupun sosial. Secara teoretis, pendidikan jasmani berfungsi sebagai wahana utama dalam mengembangkan *physical literacy*, yaitu kemampuan, kepercayaan diri, dan motivasi individu untuk terlibat dalam aktivitas fisik sepanjang

hayat. Konsep *physical literacy* menekankan bahwa penguasaan kemampuan motorik dasar sejak usia dini merupakan fondasi utama bagi partisipasi aktif anak dalam berbagai aktivitas fisik dan olahraga (Whitehead, 2023).

Pada usia sekolah dasar, anak berada pada fase emas perkembangan gerak (*golden age of motor development*), di mana sistem saraf dan otot berkembang sangat pesat. Teori perkembangan motorik modern menyatakan bahwa kemampuan motorik dasar tidak berkembang secara otomatis, tetapi membutuhkan stimulasi gerak yang bervariasi, terstruktur, dan bermakna melalui aktivitas fisik yang sesuai dengan karakteristik anak (Gallahue, Ozmun, & Goodway, 2023). Kemampuan motorik dasar meliputi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif yang menjadi fondasi bagi penguasaan keterampilan gerak yang lebih kompleks di jenjang pendidikan selanjutnya.

Namun demikian, perkembangan kemampuan motorik dasar siswa sekolah dasar saat ini cenderung mengalami hambatan. Hasil kajian terbaru menunjukkan bahwa penurunan tingkat aktivitas fisik anak usia sekolah dipengaruhi oleh meningkatnya perilaku sendiri, penggunaan gawai secara berlebihan, serta minimnya kesempatan bermain aktif di lingkungan sekolah dan rumah (WHO, 2023). Pembelajaran pendidikan jasmani yang kurang variatif dan berorientasi pada guru juga turut berkontribusi terhadap rendahnya keterlibatan aktif siswa dalam kegiatan gerak.

Sejalan dengan teori *Developmentally Appropriate Practice (DAP)*, pembelajaran pendidikan jasmani pada anak sekolah dasar seharusnya dirancang melalui aktivitas bermain yang menyenangkan, menantang, dan sesuai dengan tahap perkembangan peserta didik. Salah satu pendekatan yang relevan dengan prinsip tersebut adalah pemanfaatan permainan tradisional. Permainan tradisional tidak hanya mengembangkan aspek fisik, tetapi juga mendukung perkembangan sosial-emosional, kerja sama, sportivitas, serta kemampuan kognitif anak (UNESCO, 2023). Secara empiris, penelitian-penelitian terkini menunjukkan bahwa permainan tradisional memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik dasar, kebugaran jasmani, dan motivasi belajar siswa sekolah dasar karena melibatkan pola gerak alami seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, dan menjaga keseimbangan dalam suasana yang menyenangkan (Setiawan et al., 2023; Pratama & Hidayat, 2023). Selain itu, permainan tradisional juga berperan dalam pelestarian kearifan lokal yang sejalan dengan penguatan Profil Pelajar Pancasila dalam Kurikulum Merdeka.

Di SDN Kayee Leue, pembelajaran pendidikan jasmani masih didominasi oleh

metode konvensional dan belum memanfaatkan permainan tradisional secara optimal. Kondisi ini menyebabkan kemampuan motorik dasar siswa belum berkembang sesuai dengan tahapan usia dan karakteristik perkembangan mereka. Oleh karena itu, diperlukan suatu kajian ilmiah berbasis teori dan bukti empiris terbaru untuk mengetahui sejauh mana pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan motorik dasar siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul *“Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Kemampuan Motorik Dasar Siswa SDN Kayee Leue Tahun 2026”* sebagai upaya memberikan alternatif pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa sekolah dasar.

Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas VI SDN Kayee Leue Tahun 2026?

Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas VI SDN Kayee Leue Tahun 2026.

Manfaat Penelitian

Adapun beberapa manfaat dalam penelitian ini yang diharapkan bisa tercapai adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis.

Memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan kajian pendidikan jasmani, khususnya terkait penggunaan permainan tradisional untuk meningkatkan kemampuan motorik dasar siswa sekolah dasar.

2. Manfaat Praktis.

- a. Bagi Guru. Sebagai alternatif strategi pembelajaran pendidikan jasmani yang kreatif, menyenangkan, dan efektif.
- b. Bagi Siswa. Membantu meningkatkan kemampuan motorik dasar serta menumbuhkan minat dan motivasi untuk bergerak aktif.
- c. Bagi Sekolah. Sebagai bahan pertimbangan dalam pengembangan program pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kearifan lokal.
- d. Bagi Peneliti Selanjutnya. Sebagai referensi dan rujukan dalam melakukan penelitian sejenis.

METODELOGI PENELITIAN

Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh perlakuan terhadap variabel terikat melalui pengukuran objektif dan analisis statistik guna menguji hubungan sebab-akibat antarvariabel (Sugiyono, 2024). Desain penelitian yang digunakan adalah pre-experimental design one group pretest-posttest, yaitu satu kelompok subjek yang diukur sebelum dan sesudah perlakuan tanpa kelompok kontrol dan tanpa randomisasi (Arikunto, Suharsimi, 2020).

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek yang memiliki karakteristik tertentu sesuai dengan tujuan penelitian (Creswell & Creswell, 2021). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VI SDN Kayee Leue yang berjumlah 23 Siswa. Sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili keseluruhan subjek penelitian (Sugiyono, 2023). Dalam penelitian ini yang dijadikan sampel adalah seluruh populasi yang berjumlah 23 siswa.

Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data dilakukan melalui metode tes dan pengukuran langsung di lapangan, karena data yang dibutuhkan berupa data kuantitatif hasil performa gerak siswa.

Teknik Analisis Data

Analisis yang digunakan adalah analisis statistik kuantitatif yang terdiri dari statistik deskriptif, uji normalitas, uji homogenitas, uji hipotesis dengan uji t (paired sample t-test)

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SDN Kayee Leue. Waktu penelitian dilaksanakan pada semester berjalan tahun ajaran yang sedang berlangsung, dengan menyesuaikan jadwal pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data diperoleh melalui tes kemampuan motorik dasar yang meliputi beberapa indikator, yaitu lari, lompat jauh, keseimbangan, koordinasi, dan lempar tangkap. Data tersebut diperoleh berdasarkan pretest dan posttest dengan sampel adalah Siswa. Untuk memperoleh gambaran mengenai karakteristik sampel dilakukan melalui deskripsi data

dari sampel penelitian untuk setiap tes yang dilakukan. Data hasil pengukuran dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Data Rekapitulasi Hasil Preetest dan Posttest

No	Kode Siswa	Preetest	Posttest
1	Siswa 1	10	15
2	Siswa 2	15	20
3	Siswa 3	20	25
4	Siswa 4	15	20
5	Siswa 5	10	15
6	Siswa 6	15	20
7	Siswa 7	20	25
8	Siswa 8	15	15
9	Siswa 9	15	20
10	Siswa 10	20	25
11	Siswa 11	10	15
12	Siswa 12	15	20
13	Siswa 13	20	25
14	Siswa 14	15	20
15	Siswa 15	10	15
16	Siswa 16	15	20
17	Siswa 17	20	25
18	Siswa 18	15	15
19	Siswa 19	15	20
20	Siswa 20	20	25
21	Siswa 21	10	15
22	Siswa 22	15	20
23	Siswa 23	20	25

1. Deskripsi Data Hasil Pretest dan Posttest

Deskripsi data penelitian digunakan untuk mengetahui gambaran umum kemampuan motorik dasar siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa permainan tradisional.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Hasil Pretest dan Posttest

Statistik	Pretest	Posttest
<i>N</i>	23	23
<i>Mean</i>	15,43	20,00

<i>Median</i>	15,00	20,00
<i>Modus</i>	15	20
<i>Standar Deviasi</i>	3,666	3,989
<i>Varians</i>	13,439	15,909
<i>Minimum</i>	10	15
<i>Maksimum</i>	20	25
<i>Jumlah</i>	355	460

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai rata-rata (*mean*) kemampuan motorik dasar siswa pada saat *pretest* sebesar 15,43 dengan nilai minimum 10 dan maksimum 20. Setelah diberikan perlakuan berupa permainan tradisional, rata-rata kemampuan motorik dasar siswa meningkat menjadi 20,00 dengan nilai minimum 15 dan maksimum 25. Peningkatan nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa permainan tradisional memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas VI SDN Kayee Leue Tahun 2026.

2. Distribusi Frekuensi Hasil Pretest

Distribusi frekuensi hasil *pretest* bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik dasar siswa sebelum diberikan perlakuan seperti yang disajikan pada tabel berikut.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Pretest

Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
10	5	21,7%	Kurang
15	11	47,8%	Cukup
20	7	30,4%	Baik

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori “Cukup” dengan jumlah 11 siswa atau 47,8%. Selanjutnya kategori “Baik” sebanyak 7 siswa atau 30,4%, sedangkan kategori “Kurang” sebanyak 5 siswa atau 21,7%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik dasar siswa sebelum diberikan perlakuan masih berada pada kategori sedang atau cukup.

3. Distribusi Frekuensi Hasil Posttest

Distribusi frekuensi hasil *posttest* digunakan untuk mengetahui kemampuan motorik dasar siswa setelah diberikan perlakuan permainan tradisional seperti yang disajikan pada tabel berikut.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Posttest

Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
15	7	30,4%	Cukup
20	9	39,1%	Baik

25	7	30,4%	Sangat Baik
Total	23	100%	

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa setelah diberikan perlakuan, kemampuan motorik dasar siswa mengalami peningkatan. Hal ini terlihat dari munculnya kategori “Sangat Baik” sebanyak 7 siswa atau 30,4%. Selain itu kategori “Baik” menjadi kategori terbanyak dengan jumlah 9 siswa atau 39,1%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional mampu meningkatkan kemampuan motorik dasar siswa. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar berikut.

4. Hasil Uji Prasyarat

Analisis data untuk menguji hipotesis memerlukan beberapa uji persyaratan yang harus dipenuhi agar hasilnya dapat dipertanggungjawabkan. Uji persyaratan analisis meliputi:

a. Uji Normalitas

Tujuan uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari tiap-tiap variabel yang dianalisis sebenarnya mengikuti pola sebaran normal atau tidak. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah $p > 0.05$ sebaran dinyatakan normal, dan jika $p < 0.05$ sebaran dikatakan tidak normal. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Rangkuman hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

Variabel	P Sig.	Sig 5%	Keterangan
Preetest	0.133	0,05	Normal
Posttest	0.320		Normal

Berdasarkan hasil diketahui bahwa nilai signifikansi *pretest* sebesar 0,133 dan *posttest* sebesar 0,320. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05 dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Karena data berdistribusi normal, maka analisis dapat dilanjutkan menggunakan uji parametrik yaitu *paired sample t-test*.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah varians data homogen atau tidak. Uji ini biasanya menggunakan Levene's Test, dengan kriteria data homogen jika nilai signifikansi (p) $> 0,05$.

Tabel 6. Hasil Uji Homogenitas

Data	Sig.	Keterangan
Pretest & Posttest	0,711	Homogen

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,711 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa varians data penelitian bersifat homogen.

5. Uji Hipotesis

Setelah diketahui hasil uji normalitas dan homogenitas, maka langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis dengan Uji t, digunakan untuk mengetahui signifikansi hubungan antara pretest dan posttest, dan juga pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji *paired sample t-test* untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan motorik dasar siswa. Kriteria yang digunakan untuk mengetahui signifikansi hubungan antara pretest dan posttest adalah jika $p < 0,05$ (5%) dan $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ dinyatakan memiliki hubungan yang signifikan. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 7. Hasil Uji Paired Sample T-Test

Variabel	Mean	t hitung	T tabel	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Pretest	15,43	-15,199	1,72	0,000	Signifikan
Posttest	20,00				

Dari tabel di atas diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, dan nilai t hitung $15,199 > t$ tabel $1,72$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas VI SDN Kayee Leue tahun 2026. Selain itu, rata-rata nilai *posttest* lebih tinggi dibandingkan *pretest*, yaitu dari 15,43 meningkat menjadi 20,00. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan motorik dasar siswa setelah diberikan perlakuan permainan tradisional.

KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas VI SDN Kayee Leue Tahun 2026. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai rata-rata kemampuan motorik dasar siswa dari 15,43 pada saat pretest menjadi 20,00 pada posttest. Hasil uji hipotesis juga menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan nilai t hitung $15,199 > t$ tabel $1,72$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, permainan tradisional efektif digunakan untuk meningkatkan kemampuan motorik dasar siswa, terutama pada aspek lari, lompat, keseimbangan, koordinasi, dan lempar tangkap.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2020). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Creswell, J. W., & Guetterman, T. C. (2024). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (7th ed.). Boston: Pearson Education.
- Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2022). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (8th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Pratama, R., & Hidayat, S. (2023). Pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan motorik dasar siswa sekolah dasar. *Journal of Physical Education and Sport Pedagogy*, 5(2), 85–94.
- Setiawan, A., Nurhasan, N., & Saputra, Y. M. (2023). Traditional games-based learning to improve fundamental motor skills of elementary school students. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 19(1), 12–20.
- Sugiyono. (2024). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- UNESCO. (2023). *Quality physical education: Policy guidelines*. Paris: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
- Whitehead, M. (2023). *Physical literacy across the world*. London: Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781003207209>
- World Health Organization. (2023). *Global action plan on physical activity 2018–2030: More active people for a healthier world*. Geneva: World Health Organization.