

## ***Upaya Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Melalui Metode Permainan Tradisional Gobak Sodor***

### ***The Efforts to Improving Locomotor Movement Skills Through Tradional Gobak Sodor Game Methods***

**Farel Kurniawan<sup>1</sup>, Slamet Junaidi<sup>2</sup>, Weda<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>farelkurniawan1999@gmail.com, Penjas/ FIKS, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

<sup>2</sup>slamet.junaidi@unpkediri.ac.id, Penjas/ FIKS, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

<sup>3</sup>weda@unpkediri.ac.id, Penjas/ FIKS, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

#### **Abstrak**

Penelitian ini dilatar belakangi dari hasil pengamatan peneliti bahwa proses pembelajaran PJOK pada SDIT AL ARIF Kecamatan Gampengrejo masih terdapat kendala, utamanya kurangnya kreativitas dalam pembelajaran kurang efektif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil ketrampilan dan juga hasil belajar siswa pada gerak lokomotor siswa melalui metode permainan tradisional gobak sodor. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK). Riset ini dijalankan dua siklus, dengan dua pertemuan di setiap siklusnya dengan menggunakan observasi guru, observasi siswa dan tes hasil belajar siswa. Subjek penelitian ini melibatkan Kelas V SDIT AL ARIF terdiri 13 siswa laki-laki dan 10 siswi perempuan sehingga total keseluruhan ada 23 siswa. Hasil penelitian membuktikan bahwa melalui permainan tradisional gobak sodor dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor siswa. Dapat di lihat dari penilaian aspek keseimbangan siklus I diperoleh ketuntasan sebanyak 47% serta belum tuntas 53%. Siklus II ada peningkatan untuk hasil ketuntasan sebanyak 100% serta belum tuntas 0%. Aspek kelincahan siklus I ketuntasan sebanyak 43,3% serta belum tuntas 56,7%. Pada Siklus II ada peningkatan ketuntasan mencapai 100% serta belum tuntas 0%. Aspek kecepatan siklus I ketuntasan sebanyak 47% serta belum tuntas sebanyak 53%, ada peningkatan ketuntasan pada siklus II sebanyak 100% dan 0% tidak tuntas.

**Kata kunci:** Keterampilan, gerak lokomotor, permainan tradisional, gobak sodor.

#### **Abstract**

*This research is based on the results of researchers' observations that the PJOK learning process at SDIT AL ARIF, Gampengrejo District, still faces obstacles, especially a lack of creativity in less effective learning. This research aims to determine the increase in students' skills and learning outcomes in locomotor movements through the traditional Gobak Sodor game method. This research uses the classroom action research (PTK) method which is carried out in two cycles, with two meetings in each cycle using teacher observation, student observation, and student learning outcome tests. The subjects of this research involved fifth-grade students at SDIT AL ARIF consisting of 13 male students and 10 female students, a total of 23 students. The research results prove that the traditional game Gobak Sodor can improve students' locomotor skills. This can be seen from the assessment of the balance aspect in cycle I, which was 47% complete and 53% incomplete. In cycle II, the completion results increased to 100% and 0% incomplete. The agility aspect in cycle I was 43.3% complete and 56.7% incomplete, increasing to 100% complete in cycle II. The speed aspect in cycle I was 47% complete and 53% incomplete, increasing to 100% complete in cycle II..*

**Keywords:** skills, locomotor movement, traditional game, gobak sodor.

## PENDAHULUAN

Olah raga adalah suatu hal yang sangat penting dan tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, sehingga dengan pendidikan jasmani seseorang bisa mempelajari tentang hal-hal yang berkaitan dengan sikap kognitif, afektif dan psikomotorik yang merupakan aktivitas bagi manusia untuk mencapai tujuan hidup. Pendidikan jasmani merupakan salah satu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dibentuk untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, aktif, serta dapat meningkatkan kecerdasan emosi kepada anak (Samsudin, 2008).

Peran guru sangat penting dalam pembelajaran khususnya dalam pelaksanaan pembelajaran pada gerak dasar di sekolah dasar dan mengingat kebutuhan guru PJOK dalam media pendidikan. Sehingga pembelajaran dapat menarik minat siswa dan meningkatkan motivasi belajar, termasuk permainan selama pembelajaran (Fadli, 2014; Septiana, 2021). Dari pernyataan diatas dapat memberikan sebuah gambaran bahwa, pendidik atau guru dapat memilih dengan berbagai macam cara pembelajaran yang digunakan sebagai alat untuk menyampaikan materi sehingga tujuan pembelajaran akan dapat tercapai.

Salah satu dari berbagai ragam cara pembelajaran yang dapat digunakan oleh seorang guru yaitu dengan cara menggunakan sebuah permainan. Jenis permainan pada dasarnya terbagi meliputi permainan perorangan, permainan beregu, permainan upacara pesta, permainan dalam air, serta permainan dalam lingkup pramuka (Patty, 2008).

Pada pendidikan jasmani, guru jarang menggunakan permainan yang digunakan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar. Oleh karena itu, hal ini memotivasi peneliti untuk mencoba memberikan permainan yang dapat meningkatkan keterampilan gerak pada peserta didik. Salah satunya memanfaatkan permainan tradisional. Menurut (Widodo dan Lumintuarso, 2017) menyatakan bahwa permainan tradisional juga mempunyai nilai budaya yang besar dalam mengembangkan keterampilan siswa, meliputi keterampilan, sopan santun, budi pekerti, kreatifitas dan latihan, juga merupakan sarana untuk mengembangkan keterampilan siswa.

Pembaruan dalam studi ini, peneliti melengkapi dari kajian terdahulu dikarenakan terdapat peserta didik yang memiliki kemampuan gerak lokomotor yang belum optimal, hal tersebut dapat di lihat saat pembelajaran PJOK secara daring dan luring saat materi pembelajaran gerak lokomotor dan non lokomotor. Berdasarkan pengamatan peneliti ditemukan beberapa jurnal terkait studi ini, salah satunya kajian yang dilakukan oleh

penelitian Maisaroh, Syukri, Halida (2018), FKIP Untan Pontianak. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tersebut dengan menggunakan penelitian ini bahwa melalui penerapan kegiatan bermain permainan tradisional gobak sodor dapat meningkatkan kemampuan gerak lokomotor pada anak kelompok B TK Islam Terpadu Empat Mei Desa Tulungrejo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri pada Tahun ajaran 2017/2018

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan model penelitian berupa tindakan kelas atau PTK yang artinya suatu observasi yang melibatkan aktivitas dalam kelas yang melakukan tindakan khusus atau menggunakan aturan yang sesuai dengan ilmu metode studi yang dilakukan dalam jangka waktu tertentu untuk memperbaiki dan meningkatkan praktik pembelajaran. Peneliti mengemukakan PTK merupakan penelitian yang menjabarkan timbulnya sebab akibat dari sebuah perlakuan, serta menjabarkan reaksi yang terjadi saat perlakuan diberikan, dan menjelaskan semua proses semua langkah dari awal tindakan sampai dengan pengaruh atas tindakan tersebut.

Menurut Arikunto (2020) model yang digunakan dalam penelitian ini merupakan model dari Kurt Lewin yang juga merupakan rujukan PTK lainnya. Model Kurt Lewin merupakan salah satu model yang sering dijadikan model acuan utama dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Kurt Lewin adalah orang yang memperkenalkan penelitian tindakan. Kurt Lewin menjelaskan siklus penelitian tindakan kelas terdiri dari empat fase yaitu: (1) perencanaan (*planning*); (2) tindakan (*acting*); (3) pengamatan (*observing*); dan (4) refleksi (*reflecting*).

Pada penelitian ini menggunakan sampel dari peserta didik kelas V SDIT AL ARIF yang jumlahnya 23 siswa sebagai subjek penelitian, pada kelas V ini berjumlah 13 siswa laki-laki serta 10 siswa perempuan. Penggunaan kurikulum di SDIT AL ARIF ini merupakan kurikulum 2013 oleh karena itu pada subjek penelitian tersebut akan dilihat dari kemampuan siswa yang berbeda seperti kemampuan yang sangat rendah, kemampuan sedang, serta juga kemampuan yang tinggi. Waktu penelitian dilakukan sekitar enam bulan dimulai dari bulan Juli hingga bulan Desember, tahun ajaran 2023.

Dalam penelitian tersebut instrument yang akan digunakan adalah lembar observasi untuk siswa. Perangkat pengumpulan data dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yaitu menggunakan instrumen lembar observasi. Menurut (Hasanah, 2017) menyatakan bahwa observasi merupakan aktivitas pengamatan tersusun dari kegiatan manusia serta settingan fisik secara terus menerus dari fokus kegiatan yang bersifat alami

untuk mendapatkan fakta. Faiz et al., (2022) menambahkan bahwa tes merupakan instrumen pengukur perilaku tertentu dengan meminta siswa menyelesaikan tugas atau soal-soal.

Teknis analisis data yang digunakan berupa penilaian observasi guru, siswa, dan tes praktek. Dalam instrumen pengumpulan data, peneliti menggunakan skala likert. Menurut (Syofian et al., 2015) merupakan skala peng-skoran opini perbuatan, atau tingkah laku atas pertanyaan yang diajukan. Dalam skala Likert, penelitian ini memiliki kriteria skor mulai dari 0 sampai 100% (0-74%=kurang baik, 75%-85%=cukup, 86%-100%=baik).

## HASIL

Berdasar dari penelitian yang dilakukan ditemukan hasil yang menunjukkan adanya peningkatan rata-rata nilai berdasar pada nilai seluruh siswa sebagai berikut:

Tabel 1. Nilai Keseluruhan Siswa Pada Siklus I

No	Nama	SIKLUS I						Jumlah Nilai	Nilai Akhir	Ket
		Keseimbangan		Kelincahan		Kecepatan				
		Waktu	Teknik	Waktu	Teknik	Waktu	Teknik			
1	ABB	3	3	2	2	3	3	16	88,89	Baik
2	AMA	2	1	1	2	1	1	8	44,44	Kurang Baik
3	AK	3	3	2	3	2	3	16	88,89	Baik
4	AFN	1	2	1	1	1	2	8	44,44	Kurang Baik
5	AS	2	1	2	1	1	2	9	50,00	Kurang Baik
6	AAF	3	3	3	2	2	2	15	83,33	Cukup
7	AAZ	2	1	2	2	1	2	10	55,56	Kurang Baik
8	CP	2	3	2	2	2	3	14	77,78	Cukup
9	CS	1	2	1	2	2	1	9	50,00	Kurang Baik
10	CKF	3	3	2	3	2	3	16	88,89	Baik
11	DHR	2	1	3	2	3	3	14	77,78	Baik
12	FS	1	2	2	1	1	2	9	50,00	Kurang Baik
13	FVP	2	2	1	2	1	2	10	55,56	Kurang Baik
14	GDP	2	1	2	2	3	3	13	72,22	Cukup
15	MF	1	1	1	2	1	1	7	38,89	Kurang Baik
16	MAR	2	3	2	2	2	3	14	77,78	Cukup
17	MWY	2	1	2	1	1	2	9	50,00	Kurang Baik
18	MFK	1	3	1	2	1	2	10	55,56	Kurang Baik
19	NBZ	1	2	1	2	2	1	9	50,00	Kurang Baik
20	NNZ	3	2	3	3	3	2	16	88,89	Baik
21	RAP	1	2	1	2	1	2	9	50,00	Kurang Baik
22	VCM	1	2	1	2	1	1	8	44,44	Kurang Baik
23	ZML	3	3	3	2	2	3	16	88,89	Baik
Jumlah		66		62		64				
Rata-rata		47,82		44,92		46,37				
Keterangan		Kurang Baik		Kurang Baik		Kurang Baik				

### Aspek Keseimbangan

Tes pertama pada siswa melalui aspek keseimbangan dengan berjalan di atas tumpukan batu bata.

Tabel 2. Aspek Keseimbangan

Keterangan	Frekuensi	Presentase
Tuntas	11	47
Belum Tuntas	12	53
Jumlah	23	100

Dari tabel diatas, dilihat dari neraca kriteria penyelesaiannya sebesar 11 atau 47% dan kriteria belum lengkap sebesar 12 atau 53%. Pada Siklus I, siswa yang menyelesaikan siklus ini sangat sedikit karena banyak siswa yang belum meahami isi pembelajaran dan tidak memiliki semangat untuk mengikuti pembelajaran.

### Aspek Kelincahan

Tes kedua pada siswa melalui aspek kelincahan dengan berlari zig-zag bolak-balik dengan jarak 15m.

Tabel 3. Aspek Kelincahan

Keterangan	Frekuensi	Presentase
Tuntas	10	43,3
Belum Tuntas	13	56,7
Jumlah	23	100

Dari tabel di atas terlihat bahwa pada aspek kelincahan sebanyak 10 atau 43,3% siswa memenuhi kriteria dan 13 atau 56,7% siswa tidak memenuhi kriteria. Pada siklus 1, siswa yang menyelesaikan siklus ini sangat sedikit karena banyak siswa yang belum memahami isi pembelajaran dan tidak memiliki semangat untuk mengikuti pembelajaran.

### Aspek Kecepatan

Tes yang ketiga adalah tes kecepatan dimana Anak dapat berlari menempuh jarak 30 meter.

Tabel 4. Aspek Kecepatan

Keterangan	Frekuensi	Presentase
Tuntas	10	43,3
Belum Tuntas	13	56,7
Jumlah	23	100

Dari tabel diatas, dari aspek kecepatan, standar kelulusan sebesar 43,3% untuk 10 siswa dan 56,7% untuk 13 siswa. Pada Siklus I, siswa yang menyelesaikan siklus ini sangat sedikit karena banyak siswa yang belum memahami isi pembelajaran dan tidak memiliki semangat untuk mengikuti pembelajaran.

Tabel 5. Hasil Siswa Siklus II

No	Nama	SIKLUS II						Jumlah Nilai	Nilai Akhir	Ket
		Keseimbangan		Kelincahan		Kecepatan				
		Waktu	Teknik	Waktu	Teknik	Waktu	Teknik			
1	AMA	3	3	1	2	2	3	14	77,78	Cukup
2	AFN	3	3	2	3	2	2	15	83,33	Cukup
3	AAZ	2	3	2	2	2	3	14	77,78	Cukup
4	CS	3	3	1	2	2	3	14	77,78	Cukup
5	FS	2	3	2	3	2	2	14	77,78	Cukup
6	FVP	3	2	2	2	3	2	14	77,78	Cukup
7	MF	3	3	2	2	1	3	14	77,78	Cukup
8	MWY	3	3	2	2	2	2	14	77,78	Cukup
9	MFK	3	3	2	2	2	2	14	77,78	Cukup
10	NBZ	3	3	2	2	2	2	14	77,78	Cukup
11	RAP	3	3	1	2	2	3	14	77,78	Cukup
12	VCM	3	3	2	2	2	2	14	77,78	Cukup
Jumlah		86		80		78				
Rata-rata		83		78		76				
Keterangan		Baik		Cukup		Cukup				

### Aspek Keseimbangan

Tes pertama pada siswa adalah melalui aspek keseimbangan dengan berjalan diatas tumpukan batu-bata sejauh 3 meter.

Tabel 6. Aspek Keseimbang

Keterangan	Frekuensi	Presentase
Tuntas	23	100
Belum Tuntas	0	0
Jumlah	23	100

Dari tabel diatas, dilihat dari neraca kriteria penyelesaiannya sebesar 23 atau 100% dan kriterita belum lengkap sebesar 0 atau 0%. Pada Siklus II semua siswa melakukan dengan baik dan bisa dikatakan tuntas.

### Aspek Kelincahan

Tes kedua pada siswa adalah melalui aspek kelincahan dengan berlari zig-zag bolak-balik sejauh 15 meter.

Tabel 7. Aspek Kelincahan

Keterangan	Frekuensi	Presentase
Tuntas	23	100
Belum Tuntas	0	0
Jumlah	23	100

Dari tabel diatas, dilihat dari neraca kriteria penyelesaiannya sebesar 23 atau 100% dan kriterita belum lengkap sebesar 0 atau 0%. Pada Siklus II semua siswa melakukan dengan baik dan bisa dikatakan tuntas.

### Aspek Kecepatan

Tes ketiga pada siswa adalah melalui aspek kecepatan dengan berlari sprin 30 meter.

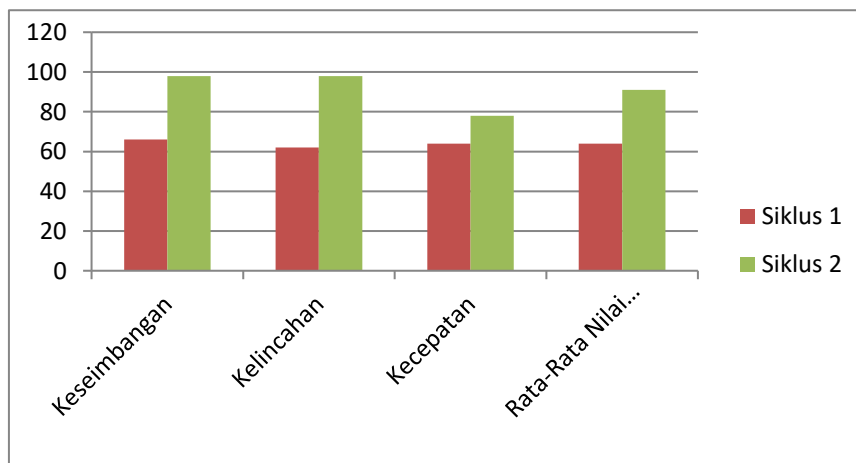
Tabel 8. Aspek Kecepatan

Keterangan	Frekuensi	Presentase
Tuntas	23	100
Belum Tuntas	0	0
Jumlah	23	100

Dari tabel diatas, dilihat dari neraca kriteria penyelesaiannya sebesar 23 atau 100% dan kriterita belum lengkap sebesar 0 atau 0%. Pada Siklus II semua siswa melakukan dengan baik dan bisa dikatakan tuntas.

Penelitian yang dilakukan di kelas V SDIT AL ARIF Gampengrejo Kabupaten Kediri dinilai berhasil dengan peningkatan nilai pada setiap aspek dan siklusnya. Di bawah ini adalah grafik hasil rangkuman nilai dalam hal keseimbangan, kelincahan, dan juga kecepatan.

Tabel 9. Grafik Nilai Praktek Aspek Keseimbangan, Kelincahan, dan Kecepatan



Tabel 10. Nilai Rata-rata Akhir

	Keseimbangan	Kelincahan	Kecepatan	Rata-Rata Nilai Akhir
Siklus 1	66	62	64	64
Siklus 2	85	84	78	91

Dari kegiatan langkah demi langkah siswa Kelas V SDIT AL ARIF Gampengrejo Kediri setiap siklus dan hasil penilaian yang dilakukan terhadap pembelajaran keseimbangan, kelincahan lari zig-zag sepanjang 15 meter, dan kecepatan dengan lari cepat sepanjang 30 meter. Mereka menunjukkan peningkatan. Pada Siklus I rata-rata nilai akhir siswa sebesar 64% sedangkan pada Siklus II meningkat sebesar 91%. Peningkatan tersebut terlihat penelitian yang menunjukkan bahwa mayoritas siswa mampu meningkatkan tiga aspek berikut: aspek keseimbangan, aspek kelincahan, dan juga aspek kecepatan. Hal ini ditambahkan oleh Maisaroh, syukri, Halida (2018) bahwa pembelajaran dengan menggunakan metode permainan gobak sodor dapat meningkatkan perkembangan sosial pada anak usia 5-6 tahun di Taman Kanak-Kanak Anugrah di Kab Kecamatan sungai Ambawang. Hal ini didasarkan pada hasil perencanaan pembelajaran yang dibuat oleh guru untuk meningkatkan perkembangan sosial budi pekerti anak mencapai kategori 'Baik' dengan skor 3,67. Menurut Veny Iswantiningtyas, Intan Prastihastari Wijaya (2015) menyatakan di dalam hasil penelitiannya bahwa meningkatnya kemampuan motorik kasar anak usia dini dapat melalui permainan tradisional gobak sodor. Dalam penelitiannya dilaksanakan dalam tiga siklus dengan subyek anak B Taman Kanakkanak Dharma wanita Pranggang II Kecamatan Plosoklaten Kabupaten Kediri. Hasil penelitian pada siklus I 35%, siklus II 55%, sedangkan pada siklus III 85%.

Berdasarkan uraian di atas dari data yang di peroleh, peningkatan gerak lokomotor menunjukkan bahwa kegiatan peningkatan gerak lokomotor peserta didik akan lebih menyenangkan jika dilakukan melalui permainan. Hal ini sama dengan hasil yang diperoleh Ulil Hidayah (2018), Permainan tradisional gobak sodor adalah permainan yang sangat menyenangkan, peserta didik dapat bermain dengan gembira. Menurut Rahmawati (2016), menyatakan bahwa permainan gobak sodor dimainkan oleh 4-5 orang Inti dari permainan ini adalah mencegah lawan melewati garis dan maju mundur ke garis akhir, untuk menang, seluruh anggota kelompok harus bergerak maju mundur melintasi area lapangan yang ditentukan



## PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengevaluasi peningkatan kemampuan motorik siswa kelas V SDIT AL ARIF Gampengrejo Kabupaten Kediri melalui pembelajaran yang melibatkan aspek keseimbangan, kelincahan, dan kecepatan. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan perbandingan hasil yang menunjukkan peningkatan yang signifikan pada siklus II dibandingkan dengan siklus I. Pada Siklus I, evaluasi dilakukan dengan melihat tiga aspek utama yaitu keseimbangan, kelincahan, dan kecepatan. Hasil dari siklus ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memenuhi standar kriteria yang ditetapkan. Dalam aspek keseimbangan, 11 siswa (47%) tuntas dan 12 siswa (53%) belum tuntas. Dalam aspek kelincahan, 10 siswa (43,3%) tuntas dan 13 siswa (56,7%) belum tuntas. Dalam aspek kecepatan, 10 siswa (43,3%) tuntas dan 13 siswa (56,7%) belum tuntas. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa belum memahami isi pembelajaran dan kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran.

Pada Siklus II, terdapat peningkatan yang signifikan dalam semua aspek yang diuji. Dalam aspek keseimbangan, seluruh 23 siswa (100%) tuntas. Dalam aspek kelincahan, seluruh 23 siswa (100%) tuntas. Dalam aspek kecepatan, seluruh 23 siswa (100%) tuntas. Perbandingan nilai akhir dari kedua siklus menunjukkan peningkatan yang mencolok. Pada Siklus I, rata-rata nilai akhir siswa adalah 64%, sementara pada Siklus II, rata-rata nilai akhir siswa meningkat menjadi 91%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang diterapkan berhasil meningkatkan kemampuan motorik siswa secara signifikan. Peningkatan yang signifikan pada Siklus II disebabkan oleh beberapa faktor. Siswa lebih memahami materi pembelajaran setelah siklus pertama, yang membantu mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas dengan lebih baik pada siklus kedua.

Adanya motivasi dan semangat yang lebih tinggi di antara siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran juga berkontribusi terhadap peningkatan ini. Selain itu, metode pembelajaran yang digunakan mungkin telah disesuaikan untuk lebih efektif, mungkin dengan melibatkan lebih banyak aktivitas fisik yang menarik bagi siswa. Penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran melalui aktivitas fisik yang melibatkan permainan tradisional seperti gobak sodor dapat meningkatkan kemampuan motorik siswa secara signifikan. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang menyenangkan dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar pada anak. Penelitian sebelumnya juga mendukung temuan ini,

menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang menyenangkan dan interaktif dapat secara signifikan meningkatkan perkembangan motorik kasar pada anak. Misalnya, Maisaroh, Syukri, dan Halida (2018) menemukan bahwa permainan tradisional dapat meningkatkan perkembangan sosial dan motorik pada anak usia dini. Veny Iswantinegtyas dan Intan Prastihastari Wijaya (2015) juga menemukan bahwa permainan tradisional gobak sodor meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Penelitian mereka menunjukkan peningkatan bertahap dalam kemampuan motorik anak melalui siklus pembelajaran yang melibatkan permainan

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran melalui aktivitas fisik yang melibatkan permainan tradisional seperti gobak sodor dapat meningkatkan kemampuan motorik siswa secara signifikan. Permainan gobak sodor, yang mengharuskan siswa untuk bergerak aktif, mengombinasikan elemen keseimbangan, kelincahan, dan kecepatan. Aktivitas ini tidak hanya membuat pembelajaran menjadi lebih menarik dan menyenangkan, tetapi juga efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik siswa. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa integrasi permainan tradisional dalam metode pembelajaran fisik tidak hanya meningkatkan keterampilan motorik tetapi juga membuat proses belajar lebih menyenangkan dan efektif. Pendekatan ini bisa menjadi model yang berguna untuk diterapkan di berbagai lingkungan pendidikan guna meningkatkan keterlibatan siswa dan hasil pembelajaran motorik.

## **REFERENSI**

- Afwanulloh, Muchlis (2019) Peningkatan keterampilan Lokomotor melalui metode permainan tradisional Kasti mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siswa Kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang. Undergraduate thesis, UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Agus Riyadi, Samsudin, & Iman Sulaiman. (2021). The Effect Of Traditional Games Gobak Sodor And Bentengan To Improvement Physical Fitness Students Elementary School. Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan, 12(03). <https://doi.org/10.2100>
- Anjas Wulan, Dwi Septi. 2015. Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Permainan Tradisional Modifikasi, laporan Penelitian Tindakan Kelas (Jakarta ,Universitas Negri Jakarta,) t.d.22
- Arikunto, Suharsimi.2016. Prosedur Penelitian:Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta
- Davis B Gordon. 1994. Management System Information. Jakarta: Midas Surya Grafindo

- Dharmamulya, Sukirman, dkk.(1992-1993). Transformasi Nilai Melalui Permainan Rakyat Daerah Istimewa Yogyakarta. Depdikbud, Proyek, Penelitian, Pengkajian dan Pembinaan Nilai-Nilai Budaya.
- Erdiana, Lita. Pengaruh Permainan Tradisional Gobak Sodor terhadap Perkembangan Motorik Kasar dan Sikap Kooperatif Anak TK. (Jurnal Pedagogi, Volume 2 Nomor 3, Agustus-2016)
- Fadli, Z. (2014). Membentuk Karakter Anak dengan Olahraga Tradisional. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 13(2), 38–44.
- Faiz, A., Nugraha Permana Putra, & Nugraha, F. (2022). Memahami Makna Tes, Pengukuran (*Measurement*), Penilaian (*Assessment*), Dan Evaluasi (*Evaluation*) Dalam Pendidikan, Jurnal Education and Development Institut Pendidikan Tapanuli Selatan, 10(3), 492-495
- Harsuki. 2003. Perkembangan Olahraga Terkini. Jakarta: Raja grafindo Persada
- Hasanah, H. (2017). Teknik-Teknik Observasi. 8 (1), 21. <https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163>
- Husdarta, 2016. Pengertian Pendidikan Jasmani. Jakarta : Depdikbud
- Johnson, Barry L., J. K. Nelson. 2000. Practical Measurements for Evaluation in Physical Education. Champaign, IL : Human Kinetics
- Kurniati, Euis. 2011. Permainan Tradisional dan Perannya Dalam Mngembangkan Keterampilan Sosial Anak.(Jogjakarta: Airlangga)
- Mukarromah, O., Maesaroh, T., & Imti-hanudin, D. (2022). Konservasi Permainan Tradisional Terhadap Perkembangan Gerak Lokomotor Anak Usia Dini. Jurnal Elementary, 5(1), 1–5.
- Patty, A.M. 2008. Permainan Untuk Segala Usia. Jakarta: PT BPK. Gunung Mulia.
- Pudjoatmodjo, B., Hasanudin Fauzi, A., Salam, S., Muluk, T. A., & Maulana, D. S. (2022). Utilizing Digital Storytelling Structure For Developing An Electronic Traditional Game Gobak Sodor. Ijait (International Journal Of Applied Information Technology), <https://doi.org/10.25124/Ijait.V5i01.3416>
- Rahmawati, D, R. (2016). Aku pintar dengan bermain. solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri.
- Samsudin. 2008. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. Jakarta: Prenada Media Group.
- Sari, U. A., Nasruddin, N., & Jaelani, A. K. (2021). The Effect Of Conducting Gobak Sodor Traditional Games On Students' Behavior In Sdn 10 Mataram.
- Septiana, R. A., Santosa, A., & Budiman, A. (2021). Model Pembelajaran Sepakbola bagi Anak Usia Dini. Musamu, 03(02), 134–140.

- Sujarno. et al. (2011). Pemanfaatan permainan tradisional dalam pembentukan karakter anak. Yogyakarta: BPNB.
- Supiyono, A, (2018). Serunya Permainan Tradisional Anak Zaman Dulu. Jakarta; Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa
- Sutini, A, (2013). Meningkatkan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional. Cakrawala Dini. 4(2); 67-77.
- Ulil H, Erdiana, Lita. Pengaruh Permainan Tradisional Gobak Sodor terhadap Perkembangan Motorik Kasar dan Sikap Kooperatif Anak TK. (Jurnal Pedagogi, Volume 2 Nomor 3, Agustus-2018)
- Widodo, P., & Lumintuarso, R. (2017). Pengembangan model permainan tradisional untuk membangun karakter pada siswa SD kelas atas. Jurnal Keolahragaan, 5(2), 183.