

## Analisis Peran Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Pendidikan Olahraga

**Devi Mariam**

<sup>1</sup> Universitas Buana Perjuangan Karawang

e-mail [dv.ma123@gmail.com](mailto:dv.ma123@gmail.com)

---

### Article Info

#### Article history

Received 06-05-2024

Revised 19-06-2024

Accepted 07-07-2024

#### Keyword

Pendidikan, Olahraga,  
Permainan Tradisional

---

### ABSTRACT

Dalam konteks pendidikan olahraga di sekolah, pentingnya memperkenalkan dan mempromosikan permainan tradisional tidak bisa diabaikan. Permainan tradisional tidak hanya menjadi sarana hiburan semata, tetapi juga menjadi instrumen pembelajaran yang efektif dalam mengembangkan berbagai aspek penting dalam pendidikan olahraga. Pada penelitian ini akan dilakukan tiga tahapan yaitu pretest untuk melihat apakah objek yang diteliti membutuhkan treatment untuk mengatasi permasalahan yang ada, kedua treatment adalah solusi yang diusulkan untuk mengatasi masalah, dan yang terakhir adalah post test untuk melihat apakah treatment yang dilakukan berhasil. Dari data yang diperoleh dapat dilihat bahwasannya permainan tradisional memiliki pengaruh pada pendidikan olahraga dimana dapat dilihat dari hasil uji t-hitung yaitu 3,891 dimana angka tersebut ternyata lebih besar dari pada t tabel yang hanya 1,701.



©2023 Authors. Published by Sabajaya Publisher. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License. (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

---

## INTRODUCTION

Dalam era di mana teknologi telah mendominasi banyak aspek kehidupan, permainan tradisional menawarkan pendekatan yang unik dalam mempromosikan gaya hidup aktif dan mengembangkan keterampilan motorik serta nilai-nilai sosial. Permainan tradisional telah menjadi bagian tak terpisahkan dari warisan budaya manusia sejak zaman kuno. Di tengah arus modernisasi dan perkembangan teknologi, nilai dan peran permainan tradisional sering kali terabaikan atau bahkan terlupakan. Namun, di balik sederhananya permainan-permainan ini terdapat kekayaan nilai budaya, sosial, dan pendidikan yang tak ternilai harganya.

Dalam konteks pendidikan olahraga di sekolah, pentingnya memperkenalkan dan mempromosikan permainan tradisional tidak bisa diabaikan. Permainan tradisional tidak hanya menjadi sarana hiburan semata, tetapi juga menjadi instrumen pembelajaran yang efektif dalam mengembangkan berbagai aspek penting dalam pendidikan olahraga. Analisis mendalam tentang bagaimana permainan tradisional memengaruhi pendidikan olahraga dapat memberikan wawasan yang berharga bagi pengembangan kurikulum, pelatihan guru, dan kebijakan pendidikan. Dengan memahami secara holistik dampak positif permainan tradisional, kita dapat memperkuat peran mereka dalam memperkaya pengalaman pendidikan olahraga bagi generasi masa depan.

Permainan tradisional menawarkan beragam manfaat yang dapat memperkaya pengalaman belajar siswa. Melalui partisipasi dalam permainan tradisional, siswa tidak hanya mengembangkan keterampilan fisik, tetapi juga mengasah keterampilan sosial, kognitif, dan emosional. Selain itu, permainan tradisional sering kali menanamkan nilai-nilai seperti kerjasama, kejujuran, dan penghargaan terhadap budaya lokal. Namun, meskipun memiliki potensi yang besar, peran permainan tradisional dalam pendidikan olahraga sering kali terabaikan atau bahkan terpinggirkan oleh popularitas olahraga modern. Oleh karena itu, penting untuk melakukan analisis mendalam terhadap pengaruh permainan tradisional terhadap pendidikan olahraga guna memahami bagaimana kita dapat memanfaatkan warisan budaya ini secara optimal dalam konteks pendidikan.

Dalam pembahasan ini, akan dianalisis secara lebih mendalam tentang pengaruh yang dimiliki permainan tradisional terhadap pendidikan olahraga di sekolah. Dari pengembangan keterampilan

motorik dasar hingga pembentukan karakter dan nilai-nilai sosial, permainan tradisional membuka pintu menuju pengalaman belajar yang kaya dan mendalam bagi para siswa.

Melalui pemahaman yang lebih baik tentang peran dan nilai permainan tradisional, diharapkan kita dapat menghargai warisan budaya yang telah ada sekaligus memperkaya pendidikan olahraga di sekolah dengan pendekatan yang holistik dan berkelanjutan. Dengan demikian, kita tidak hanya mempersiapkan siswa untuk menjadi atlet yang kompeten, tetapi juga warga negara yang peduli, berempati, dan memiliki identitas budaya yang kuat.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif penelitian kuantitatif eksperimen adalah sebuah penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengumpulkan dan menganalisis data, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang diajukan. Desain penelitian eksperimen ini melibatkan manipulasi variabel bebas (perlakuan) untuk melihat dampaknya terhadap variabel terikat (hasil atau respons). Metode eksperimen ini biasanya mencakup pembentukan kelompok kontrol yang menerima perlakuan yang sama kecuali variabel yang dimanipulasi. Randomisasi juga sering digunakan untuk mengurangi bias dalam penugasan subjek ke dalam kelompok perlakuan atau kontrol.

Pada penelitian ini akan dilakukan tiga tahapan yaitu pretest untuk melihat apakah objek yang diteliti membutuhkan treatment untuk mengatasi permasalahan yang ada, kedua treatment adalah solusi yang diusulkan untuk mengatasi masalah, dan yang terakhir adalah post test untuk melihat apakah treatment yang dilakukan berhasil.

**Table 1 Proses Penelitian Kuantitatif Eksperimen**

Pre test	Treatment	Post test
Q1	-	Q2

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Deskripsi Data**

Deskripsi data adalah langkah awal yang penting dalam analisis data yang lebih mendalam dan pengambilan keputusan yang didasarkan pada data. Itu membantu peneliti atau analis untuk memahami data yang mereka miliki dan menentukan langkah-langkah selanjutnya yang tepat untuk analisis lebih lanjut.

**Table 2 Hasil nilai Pre-test dan Post-test**

	Tes	Mean	SD	Varians	Maks	Min
Pre-test	Kelincahan	15,1	1,09	1,12	18,07	13,16
	Koordinasi	13,2	6,7	46,7	27,8	1,08
	Keseimbangan	11,15	5,8	30,67	25,5	3,7
	Kecepatan	7	1	0,64	10,86	5,99
Post-test	Kelincahan	12,45	0,97	0,89	15,78	11,09
	Koordinasi	18,90	7,86	38,9	26	4
	Keseimbangan	18,5	9,9	90,6	45,8	6,84
	Kecepatan	5,55	0,91	0,82	6	5,22

Terlihat bahwa penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK memiliki pengaruh yang berbeda terhadap kemampuan motorik siswa, tergantung pada jenis kemampuan motorik yang diamati.

1. Keseimbangan dan Koordinasi Terdapat peningkatan dalam perolehan nilai rata-rata (mean) antara pre-test dan post-test. Selain itu, nilai simpangan baku (standar deviasi) yang rendah menunjukkan bahwa data cenderung berkumpul di sekitar nilai rata-rata, menunjukkan konsistensi dalam peningkatan kemampuan. Varian yang rendah juga mengindikasikan sedikit variasi antara nilai-nilai individu. Nilai maksimum dan minimum yang lebih tinggi pada post-test menunjukkan peningkatan keseluruhan dalam kemampuan keseimbangan dan koordinasi setelah penerapan permainan tradisional.
2. Kelincahan dan Kecepatan Sebaliknya, terdapat penurunan dalam perolehan nilai baik rata-rata, simpangan baku, varian, nilai maksimum, dan nilai minimum antara pre-test dan post-test untuk kelincuhan dan kecepatan. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional mungkin tidak secara signifikan meningkatkan kemampuan siswa dalam hal kelincuhan dan kecepatan.

Dengan demikian, hasil ini menunjukkan bahwa efek dari penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK bervariasi tergantung pada jenis kemampuan motorik yang diamati. Terdapat peningkatan yang signifikan dalam keseimbangan dan koordinasi, sementara kemungkinan peningkatan dalam kelincuhan dan kecepatan tidak teramati atau bahkan mengalami penurunan.

### Uji Normalitas

Uji normalitas adalah proses untuk menguji apakah sebuah sampel data berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Dalam konteks analisis statistik, normalitas data sering menjadi asumsi penting untuk beberapa metode analisis, seperti uji parametrik seperti uji-t dan analisis varians (ANOVA). Dengan memperhatikan aturan umum yang Anda berikan

*p-value* dari uji normalitas lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

*p-value* dari uji normalitas kurang dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal.

Hasil uji normalitas yang menggunakan program SPSS akan memberikan nilai p. Anda perlu melihat nilai p dari hasil uji normalitas untuk menentukan apakah data berdistribusi normal atau tidak, sesuai dengan aturan yang telah disebutkan di atas. Jika nilai p lebih besar dari 0,05, data dianggap berdistribusi normal; jika nilai p kurang dari 0,05, data dianggap tidak berdistribusi normal.

**Table 3 Hasil Uji Normalitas**

<i>Kolmogorov-Smirnov Test</i>		N	<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>	<i>Asymp.Sig. (2 tailed)</i>	<b>Keterangan</b>
Pre-test	Kelincahan	29	0,802	0,541	Normal
	Koordinasi	29	0,518	0,951	Normal
	Keseimbangan	29	0,805	0,536	Normal
	Kecepatan	29	0,831	0,494	Normal
Post-test	Kelincahan	29	0,778	0,58	Normal
	Koordinasi	29	0,921	0,364	Normal
	Keseimbangan	29	0,895	0,4	Normal
	Kecepatan	29	0,823	0,507	Normal

Berdasarkan Tabel 3 di atas dapat disimpulkan bahwa data pre-test dan post-test kelincuhan, koordinasi, keseimbangan dan kecepatan lebih besar dari 0,05 ( $Pvalue > 0,05$ ). Sehingga data yang diperoleh adalah data normal.

### Uji Hipotesis

**Table 4 Hasil Uji T Paired Samples Test**

Tes	N	df	T hitung	T tabel	Keterangan
Pretest-Posttest	29	28	3,891	1,701	Signifikan

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pre-test dan post-test pada populasi penelitian. Hal ini diindikasikan oleh fakta bahwa nilai t hitung (3,891) lebih besar dari nilai t tabel (1,701) pada tingkat signifikansi yang telah ditentukan. Dengan demikian, kita dapat menerima hipotesis kerja (H1) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK terhadap kemampuan motorik siswa. Hipotesis nol (H0) yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan antara nilai pre-test dan post-test ditolak berdasarkan hasil analisis.

Hasil ini menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK memiliki dampak yang positif terhadap kemampuan motorik siswa. Permainan tradisional dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa dalam konteks pembelajaran PJOK

### **Pembahasan**

Dari data diatas dapat dilihat bahwasannya permainan tradisional memiliki pengaruh pada pendidikan olahraga dimana dapat dilihat dari hasil uji t-hitung yaitu 3,891 dimana angka tersebut ternyata lebih besar dari pada t tabel yang hanya 1,701. Selain itu permainan tradisional telah menjadi bagian integral dari budaya dan warisan suatu bangsa selama berabad-abad. Di dalam konteks pendidikan olahraga di sekolah, pengaruh permainan tradisional dapat memiliki dampak yang signifikan. Berikut adalah beberapa pembahasan tentang bagaimana permainan tradisional memengaruhi pendidikan olahraga di sekolah

Pembelajaran budaya dan warisan Permainan tradisional sering kali mencerminkan aspek budaya dan warisan suatu masyarakat. Mengajarkan permainan tradisional kepada siswa tidak hanya meningkatkan pemahaman mereka tentang budaya lokal, tetapi juga membantu memelihara dan mewariskan tradisi tersebut kepada generasi muda. Pengembangan keterampilan motorik permainan tradisional sering melibatkan gerakan fisik yang beragam, seperti berlari, melompat, dan melempar. Berpartisipasi dalam permainan tradisional membantu siswa mengembangkan keterampilan motorik dasar mereka secara alami, yang penting untuk kesehatan fisik dan perkembangan mereka. Pembelajaran kolaboratif dan sosial permainan tradisional sering dimainkan dalam kelompok atau tim, mempromosikan kerjasama, komunikasi, dan keterampilan sosial lainnya di antara siswa. Mereka belajar bekerja sama sebagai tim, membangun strategi, dan menghargai peran setiap individu dalam mencapai tujuan bersama.

Pengembangan keterampilan mental Selain keterampilan fisik, permainan tradisional juga melibatkan aspek-aspek mental seperti strategi, kreativitas, dan ketekunan. Siswa belajar untuk berpikir secara cepat dan adaptif, serta mengambil keputusan yang baik dalam situasi yang berubah-ubah. Pembelajaran nilai dan etika Permainan tradisional sering diatur oleh aturan yang ketat dan nilai-nilai yang dihormati. Melalui partisipasi dalam permainan tradisional, siswa belajar menghormati aturan, menghargai lawan, dan menerima kekalahan dengan sportivitas. Ini membantu membentuk karakter dan etika yang baik dalam diri siswa.

Mengurangi kesenjangan sosial Karena permainan tradisional biasanya membutuhkan sedikit peralatan dan sering dimainkan di lingkungan terbuka, mereka dapat menjadi pilihan yang inklusif bagi siswa dari berbagai latar belakang sosial dan ekonomi. Ini membantu mengurangi kesenjangan sosial dan mempromosikan kesetaraan dalam partisipasi olahraga di sekolah. Mempromosikan gaya hidup aktif dengan mendorong partisipasi dalam permainan tradisional, sekolah dapat mempromosikan gaya hidup aktif dan mengurangi tingkat kecanduan gadget dan gaya hidup tidak sehat lainnya di kalangan siswa. Ini penting untuk mencegah obesitas dan masalah kesehatan terkait lainnya. Penerapan permainan tradisional dalam pendidikan olahraga di sekolah dapat memberikan manfaat yang luas, tidak hanya dalam hal kesehatan fisik, tetapi juga dalam hal pengembangan sosial, mental, dan moral siswa. Oleh karena itu, integrasi permainan tradisional dalam kurikulum olahraga sekolah dapat menjadi langkah yang positif dalam mendukung perkembangan holistik siswa.

### **KESIMPULAN**

Dari data yang diperoleh dapat dilihat bahwasannya permainan tradisional memiliki pengaruh pada pendidikan olahraga dimana dapat dilihat dari hasil uji t-hitung yaitu 3,891 dimana angka tersebut ternyata lebih besar dari pada t tabel yang hanya 1,701. Selain itu permainan tradisional telah menjadi bagian integral dari budaya dan warisan suatu bangsa selama berabad-abad. Di dalam konteks pendidikan olahraga di sekolah, pengaruh permainan tradisional dapat memiliki dampak yang

signifikan. Berikut adalah beberapa pembahasan tentang bagaimana permainan tradisional memengaruhi pendidikan olahraga di sekolah. Penerapan permainan tradisional dalam pendidikan olahraga di sekolah dapat memberikan manfaat yang luas, tidak hanya dalam hal kesehatan fisik, tetapi juga dalam hal pengembangan sosial, mental, dan moral siswa. Oleh karena itu, integrasi permainan tradisional dalam kurikulum olahraga sekolah dapat menjadi langkah yang positif dalam mendukung perkembangan holistik siswa.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

- Adhi, R., & Gumantan, N. A. (2020). Peningkatan Kemampuan Vertical Jump Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket Sman 1 Pagelaran Sport Science and Education Journal. *Sports Science And Education Journal*, 1–12.
- Adhi, R., Yuliandra, R., Gumantan, A., & Mahfud, I. (2021). Pengaruh Latihan Leg Press dan Squat Thrust Terhadap Peningkatan Power Tungkai Atlet Bola Voli. 06(02), 40–49.
- Aguss, Rachmi Marsheilla, Eko Bagus Fahrizqi, F. F. A. A. (2021). Analisis Dampak Wabah Covid-19 Pada Perkembangan Motorik Halus Anak Usia 3-4 Tahun. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 8(1), 46–56.
- Anam, S., Ovaleshanta, G., Ardiansyah, F., & Santoso, D. A. (2017). Studi Analisis Budaya Permainan Tradisional Suku Osing Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Sportif*, 3(2), 178–191. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v3i2.11911](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v3i2.11911)
- Azahari, A. R. (2017). Pelestarian Olahraga Tradisional
- A. E. Ekawati, Y. N., Nurwanti, D. I., & Sulistyawati, “Pengaruh Penerapan Permainan Tradisional Tegal Terhadap Kemampuan Kerjasama Anak-Anak.,” *J. Cakrawala*, vol. 9, no. 1.
- Gandasari, Maharani Fatima. 2019. “Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Sepak Beleg Terhadap Kemampuan Kelincahan Anak Usia 7-10 Tahun.” *Jurnal Ilmu Keolahragaan* II(April).
- I. G. O. Hendriadi, “Ketersediaan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan,” *J. Ilmu Keolahragaan Undiksha*, vol. 9, no. 2, p. 68, Aug. 2021, doi: 10.23887/jiku.v9i2.30878.
- Kharisma, Yudhi, and M. Zakky Mubarak. 2020. “Pengaruh Latihan Interval Dengan Latihan Fartlek Terhadap Peningkatan VO2Max Pemain Bola Voli.” *Biormatika : Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan* 6(02 SE-Articles):125–31.
- Kristiyandaru, Advendi. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press