

PERMAINAN TRADISIONAL ENGLOLIBABA BISKUIT MENINGKATKAN KELINCAHAN ANAK SEKOLAH DASAR

Didi Yudha Pranata¹⁾ dan Tuti Sarwita²⁾

^{1),2)}STKIP Bina Bangsa Getsempena

Email: didi@stkipgetsempena.ac.id

Abstrak

Perkembangan teknologi saat ini sangat membantu keperluan manusia dalam kehidupan sehari-hari, namun apabila tidak dimanfaatkan sebagaimana fungsinya akan mengakibatkan hal yang negatif. *Gadget* ataupun *smartphone* saat ini menjadi barang yang tidak asing lagi bagi anak-anak usia sekolah dasar, bagi mereka *gadget* ataupun *smartphone* merupakan alat bermain disela-sela waktu ulang ketika sepulang sekolah. Hal ini merupakan salah satu faktor anak zaman sekarang kurang melakukan gerak, sehingga membuat tingkat kelincahan mereka rendah. Berdasarkan permasalahan di atas, maka peneliti mencoba untuk member solusi yaitu dengan menerapkan permainan tradisional englobaba biskuit untuk meningkatkan kelincahan anak sekolah dasar Negeri 3 Banda Aceh. Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui permainan tradisional englobaba biskuit dapat meningkatkan kelincahan anak sekolah dasar negeri 3 Banda Aceh. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu deskriptif kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 anak kelas IV sekolah dasar Negeri 3 Banda Aceh. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kelincahan pada anak kelas IV sekolah dasar Negeri 3 Banda Aceh setelah diberikan tindakan permainan tradisional englobaba biskuit. Hal ini terbukti berdasarkan dengan taraf signifikan yang diambil yaitu 5% atau 0,05. Maka jika nilai sig.(2-tailed) $<0,05$, maka hasil dinyatakan terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre test dan post test. Namun apabila nilai sig.(2-tailed) $>0,05$, maka hasil dinyatakan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan post test. Berdasarkan dari hasil data yang sudah diperoleh diketahui bahwa nilai sig.(2-tailed) yaitu $0,00 < 0,05$. Maka dapat di simpulkan bahwa terdapat peningkatan hasil kelincahan pada anak setelah diberikan permainan tradisional englobaba biskuit.

Kata Kunci : *Permainan Tradisional, Englobaba Biskuit, Kelincahan*

Abstract

The development of technology today is very helpful to human needs in daily life, but if not, then it is expected that negative things can be used. Gadgets or smartphones are now items that are no longer for school-age children, for them gadgets or smartphones are playing tools on the sidelines of the time needed to recompile after school. This is one of the factors of today's children who are less mobile, making their level of agility low. Based on the above questions, the researchers tried to put a solution to the yaiyu by implementing the traditional englobaba biscuit game to improve the agility of children of primary school Negeri 3 Banda Aceh. The purpose of this research is to study the traditional English game of biscuits to improve the agility of elementary school children 3 Banda Aceh. The method used in this research is quantitative descriptive. The sample in this study changed 20 fourth grade children of primary school Negeri 3 Banda Aceh. This is proven based on the significant level taken ie 5% or 0.05. Then if the value of sig. (2-tailed) <0.05 , then the stated results are significantly different between the pre test and post test results. However, the value of sig. (2-tailed) > 0.05 , then the stated results differ significantly between pre test and post test results. Based on the data obtained Obtained sig. (2-tailed), that is $0.00 < 0.05$. Then it can be

concluded that it is the result of buying children after being given the traditional Alibabaengland biscuit game.

Keywords: *Traditional Games, Englolibaba Biscuits, Agility*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi saat ini sangat membantu keperluan manusia dalam kehidupan sehari-hari, namun apabila tidak dimanfaatkan sebagaimana fungsinya akan mengakibatkan hal yang negatif. Widiawati (2014: 106) menjelaskan bahwa *Gadget* adalah sebuah perangkat atau instrumen elektronik yang memiliki tujuan dan fungsi praktis terutama untuk membantu pekerjaan manusia. Perangkat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus. Diantaranya *smartphone* seperti *iphone* dan *blackberry*, serta *notebook* (perpaduan antara komputer portabel seperti *notebook* dan internet).

Gadget pada dasarnya merupakan kebutuhan primer bagimanusia, namun bergesernya zaman, menmpatkan *gadget* menjadi kebutuhan sekunder bagi para manusia. Tanpa *gadget*, hidup manusia terasa tidak bermakna. *Gadget* ataupun *smartphone* saat ini menjadi barang yang tidak asing lagi bagi anak-anak usia sekolah dasar, bagi mereka *gadget* ataupun *smartphone* merupakan alat bermain disela-sela waktu luang ketika sepulang sekolah.

Pitaloka (2013) dalam hasil penelitiannya mengungkapkan ada tiga (3) hal yang menyebabkan anak tertarik dengan *gameonline*, pertama anak sudah

diperkenalkan teknologi sejak dini, kedua anak sudah difasilitasi teknologi sejak dini seperti *smartphone*, dan ketiga tidak memiliki teman bermain untuk mengisi waktu luang. Hal ini merupakan salah satu faktor anak zaman sekarang kurang melakukan gerak, sehingga membuat tingkat kelincahan mereka rendah, tidak hanya dapat menghambat keterampilan fisiknya yaitu kelincahan saja, namun anak yang sudah kecanduan *game online* akan memiliki sifat pendendam, berperilaku kasar dan mengisolasi diri (Zaki & Helminsyah, 2017).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada anak sekolah dasar Negeri 3Banda Aceh kelas IV yang berjumlah 20 anak, terdapat 17 anak yang memiliki tingkat kelincahan yang rendah.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas peneliti tertarik untuk memberikan solusi yaitu dengan menerapkan sebuah permainan tradisional englolibaba biskuit. Dengan mengangkat judul Permainan tradisional englolibaba biskuit meningkatkan kelincahan anak sekolah dasar. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah permainan tradisional englolibaba biskuit dapat meningkatkan kelincahan anak sekolah

dasar? Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk meningkatkan kelincahan anak sekolah dasar dengan menerapkan permainan tradisional englobaba biskuit.

Anak sekolah dasar merupakan anak usia mulai 7 tahun sampai 13 tahun. Sesuai dengan karakteristiknya, anak usia sekolah dasar memiliki perkembangan fisik yang begitu pesat, dalam arti pada masa inilah seharusnya kemampuan fisik anak ditempa supaya pada masa berikutnya mereka mampu mengaplikasikan gerakan yang lebih kompleks.

Ciri-ciri anak usia sekolah dasar diantaranya yaitu anak suka bermain, suka bergerak, jika orang dewasa dapat duduk berjam-jam, maka anak usia sekolah dasar hanya sekitaran 30 menit saja dapat duduk tenang serta pada masa ini juga anak-anak mencoba mencari jati diri mereka, sehingga terkadang dapat terpengaruh oleh lingkungan di sekitar tempat tinggal mereka.

Bermain merupakan kegiatan yang sangat menyenangkan. Dengan bermain, anak dapat memuaskan tuntutan dan kebutuhan perkembangan anak dalam dimensi motorik kognitif, kreativitas, bahasa, emosi, sosial, dan sikap hidup Yulianti (2011: 3). Seperti yang dikatakan juga oleh Helmi dan Zaman (2009: 6) bahwa bermain merupakan jendela perkembangan anak. Melalui bermain,

aspek perkembangan anak bisa ditumbuhkan secara optimal.

Permainan tradisional menurut Ja'far, dkk (2014) merupakan satu genre atau bentuk folklore yang berupa permainan tradisional anak-anak yang didapat dari warisan turun-temurun. Achroni (2012:92) menjelaskan bahwa permainan tradisional merupakan bentuk permainan yang berkembang dari suatu kebiasaan masyarakat dan dimainkan di hari libur atau waktu luang serta selepas dari aktivitas rutin sehari-hari, serta Yufitsa, ahmad dan Efensi (2016) menyatakan bahwa dengan mengimplementasikan permainan tradisional aceh kepada anak dapat mengembangkan beberapa aspek seperti agama dan moral, fisik motorik, sosial emosional, kognitif, bahasa dan seni.

Marzoan & Hamidi (2017: 46) menyimpulkan bahwa “permainan tradisional merupakan kegiatan yang dilakukan dengan suka rela dan menimbulkan kesenangan bagi pelakunya, diatur oleh peraturan permainan yang dijalankan berdasar tradisi turun-temurun”. Sejalan dengan pernyataan tersebut, “permainan tradisional merupakan permainan yang dimainkan secara turun temurun yang bernilai suatu budaya dan biasa dimainkan menggunakan bahasa maupun ciri khas dari daerah tertentu” (Putri, 2016: 4).

Menurut Laksmi (2017: 9-10) permainan tradisional memiliki beberapa manfaat bagi anak yaitu manfaat sosial, manfaat disiplin, dan manfaat budipekerti. Dan di pertegas oleh Yulianto (2011: 2) yang menyatakan bahwa permainan tradisional memiliki beberapa manfaat dalam perkembangan anak diantaranya yaitu sebagai berikut :a). Mengembangkan kecerdasan intelektual pada anak b). Mengembangkan kecerdasan emosi pada anak c). Mengembangkan daya kreatifitas pada anak d). Meningkatkan kemampuan bersosialisasi e). Melatih kemampuan motorik. Tidak hanya itu saja menurut Nugroho (2005: 33-34) menyatakan bahwa permainan tradisional memiliki kandungan nilai-nilai kehidupan diantaranya yaitu sebagai berikut: (1) Nilai demokrasi, (2) nilai pendidikan, (3) nilai kepribadian, (4) nilai keberanian, (5) nilai kesehatan, (6) nilai persatuan, dan (7) nilai moral.

Permainan tradisional Englobaba Biskuit merupakan pengembangan permainan tradisional yang menggabungkan tiga permainan tradisional sekaligus yaitu engklek, lompat tali, dan bakiak batok dalam satu kegiatan bermain berbasis sirkuit. Dan permainan tradisional englobaba biscuit ini sudah dirancang untuk mampu meningkatkan kemampuan motorik anak, khususnya anak usia sekolah dasar.

Menurut Sukintaka (2001:47), menyatakan bahwa kemampuan motorik adalah kualitas hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan gerak olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan motorik. Kualitas hasil gerak merupakan kemampuan (*ability*) gerak seseorang dalam melakukan tugas gerak.

Menurut Sukamti (200:15) bahwa perkembangan motorik adalah sesuatu proses kemasakan atau gerak yang langsung melibatkan otot-otot untuk bergerak dan proses penerapan yang menjadi seseorang mampu menggerakkan dan proses penerapan yang menjadikan seseorang mampu menggerakkan tubuhnya. Salah satu aspek dari keterampilan motorik adalah kelincuhan.

Menurut Wahjoedi (2001:61) kelincuhan (*agility*) adalah kemampuan tubuh untuk mengubah arah secara cepat tanpa adanya gangguan keseimbangan atau kehilangan keseimbangan. Dan Menurut Toho Cholik Mutohir dan Ali Maksom (2007 : 56) Kelincuhan (*agility*) adalah kemampuan tubuh atau bagian tubuh untuk mengubah arah gerakan secara mendadak dalam kecepatan yang tinggi.

Menurut Ismaryati (2008:41)“ Kelincuhan (*agilitas*) adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah

dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan”

Menurut Dedy Sumiyarsono (2006 : 91) “Kelincahan (*agility*) adalah kemampuan seseorang untuk berlari cepat dengan mengubah-ubah arahnya”.

Menurut Ismaryati (2008: 41) ditinjau dari keterlibatannya atau perannya dalam beraktivitas, kelincahan dikelompokkan menjadi dua macam yaitu, kelincahan umum dan kelincahan khusus. Berdasarkan jenis kelincahan tersebut menunjukkan bahwa, kelincahan umum digunakan untuk aktivitas sehari-hari atau kegiatan olahraga secara umum. Sedangkan kelincahan khusus merupakan kelincahan yang bersifat khusus yang dibutuhkan dalam cabang olahraga tertentu. Kelincahan yang dibutuhkan memiliki karakteristik tertentu sesuai tuntutan cabang olahraga yang dipelajari.

Menurut Joko Purwanto (2004: 41) bahwa seorang yang mempunyai kelincahan yang baik mempunyai beberapa keuntungan, antara lain: mudah melakukan gerakan yang sulit, tidak mudah jatuh atau cedera.

Adapun faktor lain yang dapat mempengaruhi kelincahan menurut (Depdiknas, 2000 : 57) yaitu: 1) Tipe Tubuh Orang yang tergolong mesomorf lebih tangkas dari pada eksomorf dan endomorph 2) Umur Kelincahan meningkat sampai kira-kira umur 12 tahun pada waktu

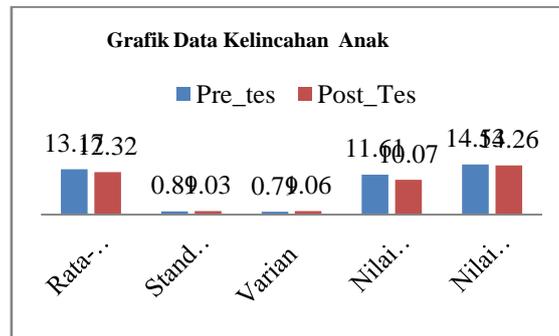
mulai memasuki pertumbuhan cepat (*rapid growth*). Selama periode tersebut kelincahan tidak meningkat, bahkan menurun. Setelah melewati pertumbuhan cepat (*rapid growth*) kelincahan meningkat lagi sampai anak mencapai umur dewasa, kemudian menurun lagi menjelang umur lanjut. 3) Jenis kelamin Anak laki-laki memperlihatkan kelincahan sedikit lebih dari pada perempuan sebelum umur pubertas. Setelah umur pubertas perbedaan kelincahannya lebih mencolok. 4) Berat Badan Berat badan yang lebih dapat mengurangi kelincahan 5) Kelelahan Kelelahan dapat mengurangi kelincahan. Oleh karena itu, penting memelihara daya tahan jantung dan daya tahan otot, agar kelelahan tidak mudah timbul.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen. Penelitian Kuasi Eksperimen (PKE) atau sering disebut penelitian eksperimen semu memakai manusia sebagai subjek penelitiannya. Kondisi lingkungan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian tidak dapat dikendalikan oleh peneliti sehingga penelitian tidaklah murni dari eksperimen. Penelitian kuasi eksperimen dipilih apabila peneliti ingin menerapkan sesuatu tindakan atau perlakuan. Tindakan dapat berupa model, strategi, metode, atau prosedur kerja baru untuk meningkatkan efisiensi dan

efektifitas pekerjaan agar hasilnya menjadi optimal. Dengan adanya kriteria tersebut, maka peneliti dituntut untuk dapat berpikir kreatif dalam mencari model, strategi, metode, atau prosedur kerja baru yang akan diujicobakan. Apabila peneliti tidak menemukan model, strategi, metode, atau prosedur kerja baru yang akan diujicoba, peneliti masih diperbolehkan mengambil model, strategi, metode, atau prosedur kerja baru yang pernah diterapkan orang lain untuk diujicobakan pada anggota kelompoknya.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN



Grafik 1. Peningkatan Hasil Kelincahan anak Pre Test Ke Post Test.

Hal ini dapat terjadi dikarenakan kegiatan permainan tradisional englobaba biskuit yang memiliki karakteristik permainan yang membuat si pemainnya harus menggerakkan seluruh anggota badan seperti berlari dan melompat.

Uji Normalitas

Deskripsi hasil perhitungan dan variasi kelompok eksperimen bahwa sebelum serta sesudah diberikan tindakan ataupun perlakuan permainan englobaba biskuit dengan jumlah sampel 20 siswa. Adapun rata-rata tes awal kelincahan siswa 13,17 detik dan standar deviasinya yaitu 0,89 serta varians 0,79, hasil skor kelincahan terendah 14,53 detik dan hasil skor kelincahan tertinggi 11,61 detik. Sedangkan hasil tes akhir menunjukkan rata-rata 12,32 detik dan standar deviasinya 1,03 serta varians 1,06, hasil skor kelincahan terendah 14,26 detik dan hasil skor kelincahan tertinggi 10,07 detik.

Sebelum melakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan analisis terhadap data variabel apakah berdistribusi normal atau tidak. Data yang dianalisis adalah hasil data pre-test dan post-test. Data tersebut diuji dengan Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-wilk two sample independent test pada taraf signifikansi 5%. Data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih

besar dari 5 % atau 0,05. Pengujian dilakukan dengan bantuan program SPSS

versi 16.0. Pengujian diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre-test	.153	20	.200*	.964	20	.626
Post-test	.130	20	.200*	.950	20	.367

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Dari data table di atas dapat dilihat bahwa data pretest dinyatakan berdistribusi normal. Hal ini dikarenakan data pretest memiliki nilai signifikansi $0,20 > 0,05$. Dan untuk data posttest juga dinyatakan berdistribusi normal dikarenakan data posttest juga memiliki nilai signifikansi $0,20 > 0,05$.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dapat dilakukan apabila semua data berdistribusi normal. Dan dalam penelitian ini semua data sudah berdistribusi normal seperti yang terdapat pada tabel 1 di atas. Maka dari itu data sudah bisa dilanjutkan ke tahap berikutnya yaitu uji hipotesis. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan Uji Paired Sampel T Test dengan SPSS 16.0. pengujian diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 2. One-Sample Test

	Test Value = 0					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Pre test	65.966	19	.000	13.17	12.75	13.58
Post test	53.628	19	.000	12.32	11.84	12.80

Sesuai dengan taraf signifikan yang diambil yaitu 5% atau 0,05. Maka jika nilai $\text{sig.}(2\text{-tailed}) < 0,05$, maka hasil dinyatakan terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest. Namun apabila nilai $\text{sig.}(2\text{-tailed}) > 0,05$, maka hasil dinyatakan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest. Berdasarkan dari hasil data tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai nilai $\text{sig.}(2\text{-tailed})$ yaitu $0,00 < 0,05$. Maka dapat di simpulkan bahwa terdapat peningkatan hasil keterampilan motoric yaitukelincahan

anak setelah diberikan permainan tradisional englobaba biskuit.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas mengenai Permainan Tradisional Englobaba Biskuit Meningkatkan Kelincahan Anak sekolah dasar, dapat ditarik kesimpulan bahwa: ada peningkatan kelincahan anak sekolah dasar setelah memainkan permainan tradisional englobaba biskuit.

DAFTAR PUSTAKA

- A'far, Aljuk, dkk. (2014). Penciptaan Buku Ilustrasi Permainan Tradisional sebagai Upaya Pelestarian Warisan Budaya Lokal. *Jurnal Art Nouveau. Volume.3 No.1.*
- Achroni, Keen. (2012). *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Melalui Permainan Tradisional.* Yogyakarta: Javalitera.
- Pitaloka, Ardanarewi A. (2013). *Perilaku Konsumsi Game Online pada Pelajar.* Solo: Universitas Sebelas Maret.
- Toho Cholik Mutohir dan Ali Maksum. (2007). *Sport Depeloment Indeks.* Jakarta: PT. Indeks.
- Wahjoedi. (2001). *Evaluasi Pendidikan Jasmani.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Widiawati. (2014). *Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Daya Kembang Anak.* Jakarta : Universitas Budi Luhur.
- Yufitsa, ahmad dan Efensi. (2016). Implementasi Permainan Tradisional Aceh Di PAUD ITAI-Fatih Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Anak Usia Dini. 1(1):68-75 Agustus 2016.*
- Zaki, Al fuad dan Helminsyah. (2017). The Impact Of Online Games On Social And Cognitive Development On Elementary School Students. *Proceedings of the 1st International Conference on Innovative Pedagogy, ISBN 978-602-08985-3-7.*