

**PERAN PERMAINAN TRADISIONAL DALAM PEMBELAJARAN ATLETIK
UNTUK MENINGKATKAN INTERAKSI SOSIAL DAN KETERAMPILAN TIM**

¹Florencia Amanda Putri Buana, ²Tubagus Herlambang

^{1,2}UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

¹Florenciamanda18@gmail.com, ²tubagusherlambang@upgris.ac.id,

ABSTRACT

This research aims to evaluate the role of traditional games in athletic learning to improve students' sosial interactions and team skills. The research method used was quasi-experimental with a quantitative and qualitative approach, involving 36 class X DKV 3 SMK N 8 Semarang. The sample was divided into two groups, namely the experimental group which used traditional games in athletic learning and the control group which used conventional methods. The research results showed that students who took part in athletic learning through traditional games such as betengan, showed significant improvements in sosial skills and team skills compared to students who took part in conventional learning methods. In conclusion, the use of traditional games in athletic learning not only improves students' physical skills but also enriches their learning experience with important sosial values. This research recommends that PJOK teachers utilize traditional games in learning activities to create a more inclusive learning environment and support students' holistic development.

Keywords: *Athletics, CRT Method, Bentengan*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi peran permainan tradisional dalam pembelajaran atletik untuk meningkatkan interaksi sosial dan keterampilan tim peserta didik. Metode penelitian yang digunakan adalah kuasi-eksperimental dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif, melibatkan 36 peserta didik kelas X DKV 3 SMK 8 Semarang. Sampel dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang menggunakan permainan tradisional dalam pembelajaran atletik dan kelompok kontrol yang menggunakan metode konvensional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik yang mengikuti pembelajaran atletik melalui permainan tradisional seperti betengan, menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan sosial dan keterampilan tim dibandingkan dengan peserta didik yang mengikuti metode pembelajaran konvensional. Kesimpulannya, penggunaan permainan tradisional dalam pembelajaran atletik tidak hanya meningkatkan keterampilan fisik peserta didik tetapi juga memperkaya pengalaman belajar mereka dengan nilai-nilai sosial yang penting. Penelitian ini merekomendasikan guru PJOK untuk memanfaatkan permainan tradisional dalam kegiatan pembelajaran guna menciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif dan mendukung perkembangan holistik peserta didik.

Kata Kunci : Atletik, Metode CRT, Bentengan

A. Pendahuluan

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peranan krusial dalam perkembangan fisik, mental, dan sosial peserta didik. Salah satu komponen esensial dari PJOK adalah pembelajaran atletik, yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran fisik serta keterampilan motorik peserta didik. Namun, tantangan yang sering dihadapi dalam pembelajaran atletik adalah bagaimana membuat aktivitas ini tetap menarik dan mampu meningkatkan keterampilan sosial serta kerja sama tim di kalangan peserta didik.

Permainan tradisional Indonesia memiliki potensi besar untuk digunakan sebagai media pembelajaran dalam atletik tidak hanya kaya akan nilai budaya tetapi juga menuntut kerjasama, komunikasi, dan strategi yang baik, yang sangat penting dalam pembelajaran keterampilan tim. Menurut Suherman (2017), permainan tradisional dapat meningkatkan partisipasi siswa dan memperkuat nilai-nilai kerjasama dan solidaritas. Gay (2000) juga menyatakan bahwa

mengintegrasikan elemen budaya dalam pembelajaran.

Permainan bentengan merupakan salah satu jenis permainan tradisional yang dimainkan oleh sekelompok orang dengan tujuan utama merebut dan mempertahankan benteng untuk memenangkan pertandingan (Mulyana & Lengkana, 2019). Dalam permainan ini, terdapat dua tim yang masing-masing terdiri dari 4 hingga 6 pemain, atau bisa disesuaikan dengan jumlah anak yang ada pada saat permainan berlangsung (Mulyani, 2016). Setiap tim harus menentukan satu lokasi yang akan menjadi markas atau basis mereka, yang biasanya ditandai dengan pohon atau tiang yang disebut sebagai "benteng". Tujuan utama dari permainan bentengan ini adalah untuk menyerang dan merebut "benteng" yang dimiliki oleh lawan (Fad, 2019).

Setiap tim memulai permainan dari benteng mereka masing-masing dan berusaha untuk mencapai benteng lawan tanpa tertangkap oleh anggota tim lawan. Ketika seorang pemain berhasil menyentuh benteng lawan, maka tim tersebut

mendapatkan poin atau dinyatakan sebagai pemenang, tergantung pada aturan yang disepakati sebelum permainan dimulai. Selain itu, dalam perjalanan menuju benteng lawan, pemain harus menghindari upaya penangkapan dari anggota tim lawan yang bertugas menjaga benteng mereka. Apabila seorang pemain tertangkap, biasanya dia akan diambil ke markas tim lawan atau harus kembali ke bentengnya sendiri untuk memulai kembali. Setiap anggota tim harus mampu berkomunikasi secara efektif dan bekerja sama untuk menyusun rencana serangan maupun pertahanan yang efektif. Dengan demikian, permainan bentengan tidak hanya mengembangkan keterampilan motorik anak tetapi juga keterampilan sosial dan tim, seperti yang dijelaskan oleh Suherman (2017) dan Gay (2000) dalam kajian mereka tentang manfaat permainan tradisional dalam pembelajaran dan perkembangan.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan pendekatan kuantitatif. Sugiyono (2007: 107) mendefinisikan bahwa

penelitian eksperimen yaitu penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Pendapat serupa juga dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto (2000: 272) Cara untuk mengetahuinya yaitu membandingkan satu atau lebih kelompok eksperimen yang diberi treatment dengan satu kelompok pembanding yang tidak diberi treatment.

1. Populasi dan Sampel

Populasi penelitian ini adalah peserta didik kelas X DKV 3 SMK 8 Semarang. Sampel penelitian diambil secara purposive sampling, terdiri dari 36 peserta didik yang dibagi menjadi dua kelompok: kelompok eksperimen menggunakan metode crt dan kelompok control menggunakan metode konvensional.

2. Prosedur Penelitian

- a. Persiapan: Penyusunan rencana pembelajaran dan materi permainan tradisional yang akan digunakan dalam pembelajaran atletik.
- b. Pretest: Tes awal untuk mengukur keterampilan sosial dan

- keterampilan tim peserta didik sebelum intervensi.
- c. Pelaksanaan Pembelajaran: Kelompok eksperimen: Mendapatkan pembelajaran atletik melalui permainan tradisional (Gerobak Sodor, Bentengan, dll.) selama 2 minggu.
- d. Kelompok kontrol: Mendapatkan pembelajaran atletik dengan metode konvensional selama periode yang sama.
- e. Posttest: Tes akhir untuk mengukur perubahan dalam keterampilan sosial dan keterampilan tim peserta didik setelah intervensi.
- f. Pengumpulan Data: Pengumpulan data melalui observasi, angket, dan wawancara.
- 3. Instrumen Penelitian**
- a. Tes Keterampilan Sosial: Mengukur kemampuan peserta didik dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan teman sebaya (10 soal individu).
- b. Tes Keterampilan Tim: Mengukur kemampuan peserta didik dalam bekerja sama dan berkoordinasi dengan anggota tim (10 soal kelompok).
- c. Observasi: Mengamati interaksi antar peserta didik selama proses pembelajaran.
- d. Angket dan Wawancara: Mengumpulkan data tentang respon peserta didik terhadap pembelajaran yang diterima dan efek permainan tradisional pada interaksi sosial mereka.
- C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**
- 1. Hasil Penelitian**
- 1.1 Deskripsi Data**
- Penelitian ini melibatkan 36 peserta didik dari kelas X DKV 3 SMK 8 Semarang. Data dikumpulkan sebelum (pretest) dan setelah (posttest) melalui beberapa tes yaitu keterampilan sosial, keterampilan tim, serta observasi dan angket wawancara.
- 1.2 Hasil Pretest dan Posttest**
- Hasil tes keterampilan sosial dan keterampilan tim menunjukkan peningkatan yang signifikan pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol.
- Kelompok Eksperimen (Permainan Tradisional):
 - a. Rata-rata nilai pretest keterampilan sosial: 70

- b. Rata-rata nilai posttest keterampilan sosial: 90
- c. Rata-rata nilai pretest keterampilan tim: 60
- d. Rata-rata nilai posttest keterampilan tim: 80
- Kelompok Kontrol (Metode Konvensional):
 - a. Rata-rata nilai pretest keterampilan sosial: 60
 - b. Rata-rata nilai posttest keterampilan sosial: 70
 - c. Rata-rata nilai pretest keterampilan tim: 70
 - d. Rata-rata nilai posttest keterampilan tim: 80

2. Pembahasan

2.1 Peningkatan Keterampilan Sosial

Peningkatan signifikan dalam kelompok eksperimen menunjukkan bahwa permainan tradisional efektif dalam mendorong interaksi sosial. Sejalan dengan pendapat Suherman (2017), permainan tradisional mampu meningkatkan partisipasi peserta didik dan memperkuat nilai-nilai kerjasama dan solidaritas. Interaksi yang terjadi selama permainan membantu peserta didik mengembangkan keterampilan komunikasi dan kolaborasi lebih baik.

2.2 Peningkatan Keterampilan Tim

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat secara efektif meningkatkan keterampilan tim peserta didik. Hal ini terlihat dalam permainan tradisional seperti betengan, di mana strategi dan kerjasama tim sangat dibutuhkan untuk memenangkan dalam permainan ini.

2.3 Respons Peserta didik Terhadap Pembelajaran

Peserta didik dalam kelompok eksperimen menunjukkan respons yang lebih positif terhadap pembelajaran dibandingkan dengan kelompok kontrol. Mereka merasa lebih termotivasi dan antusias dalam mengikuti kegiatan pembelajaran atletik yang menggunakan permainan tradisional. Gay (2000) menyatakan bahwa pembelajaran yang berbasis budaya dapat meningkatkan keterlibatan peserta didik dengan mengaitkan materi pelajaran dengan pengalaman dan latar belakang budaya mereka, yang mendukung temuan penelitian ini.

2.4 Implikasi Pendidikan

Penemuan ini memiliki implikasi penting bagi guru PJOK

dalam merancang pembelajaran yang lebih inklusif dan efektif. Menggunakan permainan tradisional tidak hanya meningkatkan keterampilan fisik peserta didik tetapi juga membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial dan keterampilan tim yang penting. Pendekatan ini juga memberikan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dan bermakna.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik yang terlibat dalam pembelajaran atletik melalui permainan tradisional menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam keterampilan sosial dan keterampilan tim dibandingkan dengan peserta didik yang mengikuti metode pembelajaran konvensional. Pendapat dari Suherman (2017) dan Gay (2000) mendukung temuan ini, menyatakan bahwa permainan tradisional dapat meningkatkan partisipasi peserta didik dan membuat pembelajaran lebih relevan dan bermakna dengan menghubungkan materi dengan latar belakang budaya peserta didik.

Dengan demikian, permainan tradisional dapat digunakan sebagai

alat yang efektif dalam pembelajaran PJOK untuk tidak hanya mengembangkan keterampilan motorik tetapi juga keterampilan sosial dan tim peserta didik. Guru PJOK diharapkan dapat memanfaatkan permainan tradisional ini dalam kegiatan pembelajaran untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif dan mendukung perkembangan peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Gay, G. (2000). *Culturally responsive teaching: Theory, research, and practice*. New York: Teachers College Press.
- Mulyana, Y., & Lengkana, A. S. (2019). *Permainan tradisional*. Salam Insan Mulia.
- Mulyani, N. (2016). *Super asyik permainan tradisional anak Indonesia*. Diva Press.
- Fad, A. (2014). *Kumpulan permainan anak tradisional Indonesia. Cerdas Interaktif* (Penebar Swadaya Grup).
- Banks, J. A. (2015). Cultural diversity and education. *Journal of Multicultural Education*, 36(4), 225-239.
- Suherman, A. (2017). Manfaat permainan tradisional dalam pendidikan. *Jurnal Pendidikan*

dan Pembelajaran, 42(1), 45-56.

Arikunto, S. 2000. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.