

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR
TERHADAP KELINCAHAN SISWA KELAS III
SD NEGERI 112281 AEK KANOPAN**

Mona Yuniar Tambunan¹, Winara², Tiarnita Maria Sarjani Br Siregar³, Husna
Parluhutan Tambunan⁴, Fajar Sidik Siregar⁵
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Medan

Alamat e-mail : monayuniartambunan@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of the traditional game Gobak Sodor on the level of agility of third-grade students at SD Negeri 112281 Aek Kanopan. Along with the development of technology, traditional games are increasingly abandoned, and students' interest in digital games is increasing. The method used in this study is an experimental method with a One Group Pretest-Posttest design. The research sample consisted of 15 third-grade students of SD Negeri 112281 Aek Kanopan, who were selected through a total sampling technique. The instrument used in this study was a shuttle run test to measure students' agility levels before and after treatment. The data obtained were analyzed using normality tests, homogeneity tests, and paired sample t-tests. The results showed a significant increase in students' agility levels after being given treatment through the Gobak Sodor game. The average travel time of students in the agility test decreased, indicating an increase in their agility abilities. The results of the statistical test showed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), so the alternative hypothesis was accepted. Thus, it can be concluded that the traditional game Gobak Sodor has a significant effect on increasing the agility of grade III students of SD Negeri 112281 Aek Kanopan. Therefore, this game can be used as an alternative in physical education learning to improve students' fitness in a fun way.

Keywords: Gobak Sodor, Agility, Traditional Games, Physical Education, Elementary School Students

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional Gobak Sodor terhadap tingkat kelincahan siswa kelas III di SD Negeri 112281 Aek Kanopan. Seiring dengan perkembangan teknologi, permainan tradisional semakin ditinggalkan, dan minat siswa terhadap permainan digital semakin

meningkat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain *One Group Pretest-Posttest*. Sampel penelitian terdiri dari 15 siswa kelas III SD Negeri 112281 Aek Kanopan, yang dipilih melalui teknik total sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes lari bolak-balik (*shuttle run*) untuk mengukur tingkat kelincahan siswa sebelum dan sesudah perlakuan. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, dan uji *paired sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam tingkat kelincahan siswa setelah diberikan perlakuan melalui permainan Gobak Sodor. Rata-rata waktu tempuh siswa dalam tes kelincahan mengalami penurunan, yang mengindikasikan peningkatan kemampuan kelincahan mereka. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis alternatif diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional Gobak Sodor berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kelincahan siswa kelas III SD Negeri 112281 Aek Kanopan. Oleh karena itu, permainan ini dapat dijadikan alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan kebugaran siswa secara menyenangkan.

Kata Kunci: Gobak Sodor, Kelincahan, Permainan Tradisional, Pendidikan Jasmani, Siswa SD.

A. Pendahuluan

Pendidikan jasmani memegang peranan penting dalam keseluruhan sistem pendidikan. Tujuannya tidak hanya terbatas pada peningkatan kesehatan dan kebugaran jasmani, tetapi juga mencakup pengembangan keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosi, dan aspek-aspek lainnya. Pendidikan jasmani memainkan peran penting dalam mengenalkan siswa pada berbagai kegiatan olahraga, termasuk keterampilan motorik yang akan digunakan sepanjang hidup. Melalui pendidikan jasmani, siswa tidak hanya

mempelajari teknik dan aturan olahraga, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai penting seperti sportivitas, kerja sama tim, dan ketekunan.

Dengan kemajuan teknologi dan globalisasi yang pesat, semua aspek kehidupan termasuk dunia anak-anak, mengalami perubahan besar. Salah satu perubahan yang paling nyata adalah menyangkut model permainan, dengan permainan *online* yang sekarang mendominasi. Anak-anak zaman sekarang cenderung lebih tertarik pada permainan pasif, seperti permainan *online*, yang

membutuhkan upaya mental tetapi tidak banyak aktivitas fisik. Kondisi ini dapat berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama secara fisik dan sosial.

Menurunnya minat terhadap permainan tradisional merupakan masalah serius karena permainan ini memberikan manfaat pendidikan yang berharga seperti kerja sama, kreativitas, serta keterampilan motorik dan sosial yang sulit ditemukan dalam permainan berbasis keterampilan.

Menurut Sujono dalam Salam (2019, h. 244) permainan *online* dan permainan tradisional sebenarnya tidak menjadi perdebatan yang intens. Dalam era globalisasi saat ini, semakin banyak individu yang menyadari pentingnya melakukan evaluasi terhadap nilai-nilai pendidikan yang terkandung dalam permainan tradisional. Terdapat kekhawatiran yang semakin meluas bahwa permainan *online* bisa menghilangkan pelajaran berharga yang hanya bisa dipelajari anak-anak melalui permainan tradisional.

Permainan tradisional, sebagai bagian dari warisan budaya nasional, memiliki sejarah yang panjang dan

bernilai tinggi. Permainan-permainan ini memiliki potensi besar untuk merangsang perkembangan anak secara menyeluruh. Oleh karena itu, sangat disarankan agar para guru memperkenalkan permainan tradisional ini kepada siswa sebagai bagian yang tak terpisahkan dari proses pendidikan (Adi, 2020, h. 34).

Salah satu permainan tradisional yang berfungsi untuk mengembangkan kelincahan adalah Gobak Sodor. Permainan ini melibatkan gerakan cepat dan perubahan arah yang mendadak, sehingga sangat efektif dalam melatih kelincahan. Gobak Sodor melibatkan berbagai keterampilan, seperti berjalan, berlari, dan kelincahan. Oleh karena itu, pelaksanaan permainan ini mencerminkan penguasaan keterampilan fisik yang dapat terlihat dari kemampuan yang dimiliki oleh para peserta didik.

Terdapat sejumlah komponen kebugaran jasmani yang dapat dijumpai dalam permainan tradisional "Gobak Sodor", antara lain: (a) Kecepatan, yang terwujud ketika anak berlari; (b) Koordinasi gerak, yang tampak saat melakukan penghindaran serta mengintegrasikan keseimbangan dan kelincahan; (c)

Kelincahan, yang ditunjukkan melalui penerapan teknik penghindaran; (d) Kekuatan, yang tercermin pada posisi kuda-kuda kaki; dan (e) Keseimbangan, yang berhubungan dengan pengendalian seluruh anggota gerak tubuh (Susena, dkk , 2021, h. 460).

Menurut Firmansyah (2018, h. 3), kelincahan diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengubah posisi atau arah. Kelincahan adalah salah satu keterampilan motorik yang sangat penting untuk dikembangkan pada anak-anak sejak usia dini. Hal ini disebabkan oleh hubungan yang erat antara kemampuan mereka dalam berpartisipasi dalam berbagai aktivitas fisik, baik di lingkungan sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan berbagai teori yang diajukan oleh para ahli, dapat disimpulkan bahwa kelincahan adalah kemampuan fisik untuk mengubah posisi atau kedudukan tubuh dengan cepat, tepat, dan efisien saat bergerak.

Hasil observasi yang dilakukan peneliti di SD Negeri 112281 Aek Kanopan pada tanggal 10 September 2024 menunjukkan bahwa masih terdapat sejumlah siswa yang

mengalami kesulitan dalam hal kelincahan. Misalnya, ketika siswa terlibat dalam permainan kejar-kejaran, mereka merasa sulit untuk mengubah arah dengan cepat. Selain itu, saat jam istirahat, sejumlah siswa tampak lebih suka bersantai di kelas atau di halaman sekolah, hanya sedikit yang bermain kelereng. Kondisi ini semakin diperburuk oleh gaya hidup modern yang lebih cenderung mendorong aktivitas pasif, serta rendahnya minat dalam olahraga tradisional. Sebagai akibatnya, perkembangan kelincahan dan kemampuan motorik siswa menjadi tidak optimal.

Penelitian ini didasarkan pada permasalahan yang berkaitan dengan rendahnya minat siswa terhadap materi latihan jasmani, khususnya kelincahan, saat ini telah terlihat bahwa kondisi kelincahan para siswa masih memerlukan peningkatan yang signifikan. Oleh karena itu, diperlukan adanya perubahan dalam metodologi pengajaran dengan memperkenalkan permainan tradisional Gobak Sodor, dengan harapan dapat meningkatkan keterampilan siswa serta menjadikan proses pembelajaran lebih mudah, menyenangkan, dan aman. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini ialah

untuk melihat seberapa berpengaruh permainan tradisional gobak sodor terhadap peningkatan kelincahan pada siswa sekolah dasar.

B. Metode Penelitian

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan *pre eksperimental design*. Pemilihan desain ini didasarkan pada kesesuaian dengan tujuan penelitian yang bertujuan untuk membandingkan satu perlakuan sebelum dan sesudah diberikan *treatment* yaitu permainan tradisional gobak sodor. Penelitian ini menggunakan desain *one-group pre-test post-test design*. Menurut Arikunto (2010, h. 124), *one-group pre-test post-test design* adalah suatu metode penelitian yang mencakup pengukuran awal (*pre-test*) sebelum perlakuan diberikan, diikuti dengan pengukuran akhir (*post-test*) setelah perlakuan dilaksanakan.

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 112281 Aek Kanopan yang terletak di Kecamatan Kualuh Hulu, Kabupaten Labuhan Batu Utara, Sumatera Utara. Penelitian ini direncanakan berlangsung selama 1 bulan yang akan dimulai pada bulan Februari 2025. Sampel yang diambil sejumlah populasi yaitu 15 siswa. Tes

didalam penelitian ini menggunakan tes *shuttle run*.

Tabel 1 Norma Kondisi Fisik Tes Kelincahan

<i>Shuttle Run</i> Putra	Kriteria	<i>Shuttle Run</i> Putri
< 12,10 detik	Baik sekali	< 12,42 detik
12,11- 13, 53 detik	Baik	12,43-14,09 detik
13,54-14,96 detik	Cukup	14,10-15,74 detik
14,98-16,39 detik	Kurang	15,75-17,39 detik
>16,40 detik	Kurang Sekali	>17,40 detik

Teknik analisis data menggunakan Uji T dan untuk memenuhi asumsi maka dilakukan uji prasyarat analisis yaitu dilakukan uji normalitas data (*shapiro-wilk*) uji homogenitas (*leveane test*) uji hipotesis menggunakan uji (T-test).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh permainan tradisional Gobak Sodor terhadap kelincahan siswa kelas III di SD Negeri 112281 Aek Kanopan. Pengumpulan data dilakukan selama enam pertemuan yang dilaksanakan pada bulan Februari 2025. Dari total enam pertemuan tersebut, empat pertemuan dialokasikan untuk pemberian perlakuan (*treatment*), sementara dua pertemuan lain

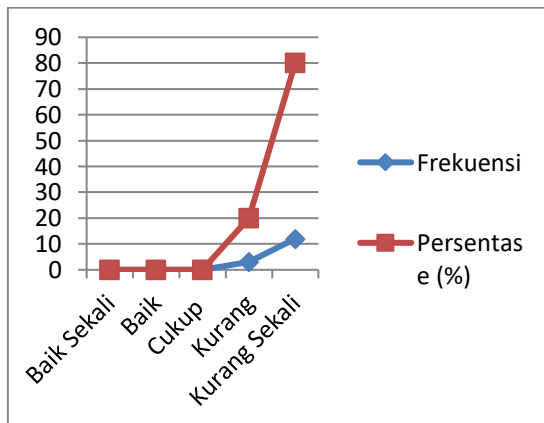
difokuskan pada pelaksanaan tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*).

Berikut ini disajikan data hasil *pre-test* kelincahan yang telah dilakukan oleh peneliti:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi *Pre-test* Kelincahan Siswa Kelas III

Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Baik sekali	0	0
Baik	0	0
Cukup	0	0
Kurang	3	20
Kurang Sekali	12	80
Total	15	100

Penyajian data distribusi dari nilai *pre-test* dapat di lihat pada grafik berikut:



Gambar 1 Grafik Kategori *Pre-test* Kelincahan Siswa Kelas III

Berdasarkan analisis frekuensi, jumlah siswa yang termasuk dalam kategori "kurang sekali" lebih tinggi dibandingkan dengan kategori lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum, tingkat kelincahan

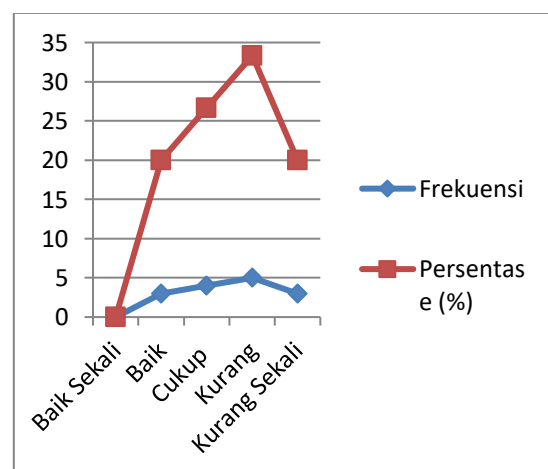
siswa masih tergolong rendah sebelum menerima perlakuan. Grafik ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami kesulitan dalam melaksanakan aktivitas yang memerlukan kecepatan tinggi serta perubahan arah yang lincah, yang merupakan salah satu aspek terpenting dalam permainan dan aktivitas fisik.

Berikut ini adalah hasil *post-test* kelincahan siswa kelas III:

Tabel 3 Distribusi Frekuensi *Post-test* Kelincahan Siswa Kelas III

Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Baik sekali	0	0
Baik	3	20
Cukup	4	26,67
Kurang	5	33,33
Kurang Sekali	3	20
Total	15	100

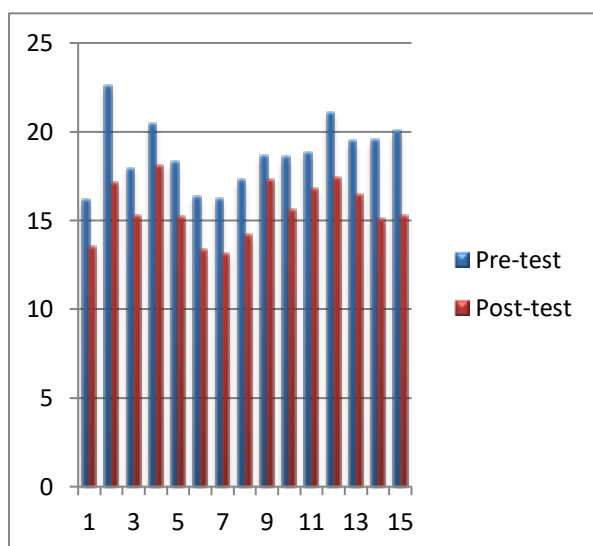
Penyajian data distribusi dari nilai *post-test* kelincahan dapat di lihat pada grafik berikut:



Gambar 2 Grafik Kategori *Post-test* Kelincahan Siswa Kelas III

Berdasarkan grafik di atas, dapat diamati bahwa setelah pelaksanaan permainan Gobak Sodor, terjadi perubahan dalam distribusi tingkat kelincahan siswa. Sebelum pelaksanaan, sebagian besar siswa berada dalam kategori “kurang sekali” dengan persentase yang sangat tinggi, yakni mencapai 80%. Namun, setelah tindakan yang telah disebutkan, persentase siswa yang masih berada dalam kategori ini mengalami penurunan yang signifikan, menjadi sekitar 20%.

Untuk melihat perbandingan *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada gambar diagram berikut:



Gambar 3 Diagram Batang Rata-Rata Hasil Kelincuhan Siswa

Dari diagram diatas, terlihat bahwa skor *pre-test* siswa umumnya lebih tinggi dibandingkan skor *post-*

test. Hampir semua siswa mengalami penurunan skor setelah diberikan perlakuan. Ini menunjukkan adanya perubahan dalam tingkat kelincahan setelah bermain Gobak Sodor, meskipun pola penurunannya bervariasi pada setiap siswa.

Tabel 4 Uji Normalitas

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
PRE_TEST	0.963	15	0.738
POST_TEST	0.943	15	0.423

Dengan demikian, data hasil belajar *pre-test* dan *post-test* menunjukkan tingkat signifikansi $> 0,05$, yang berarti bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini terdistribusi secara normal.

Tabel 5 Uji Homogenitas

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
0.120	1	28	0.731

Berdasarkan hasil uji homogenitas pada data *pre-test* dan *post-test*, nilai sig= 0.731 (> 0.05) sehingga data tersebut bersifat homogen. Hal ini berarti bahwa distribusi data memiliki kesamaan varians, sehingga uji parametrik

seperti *Paired Sample t-Test* dapat digunakan untuk menganalisis pengaruh permainan Gobak Sodor terhadap kelincahan siswa.

Tabel 6 Uji Paired Sample t-Test

t	df	Sig. (2-tailed)
11.77	14	0.000

Berdasarkan uji *Paired Sample t-Test* dapat disimpulkan bahwa nilai Sig = 0.000. Karena nilai Sig 0.000 < 0.05, maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Hal ini berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pre-test* dan *post-test*, yang membuktikan bahwa permainan Gobak Sodor berpengaruh secara signifikan terhadap kelincahan siswa.

Permainan Gobak Sodor dapat berkontribusi terhadap peningkatan kelincahan siswa, mengingat bahwa permainan ini menuntut para pemain untuk melakukan serangkaian gerakan cepat seperti berlari, menghindar, dan mengubah arah secara mendadak untuk menghindari lawan atau menangkap pemain dari tim lawan. Aktivitas ini melibatkan perpaduan antara kecepatan, koordinasi, keseimbangan, dan reaksi yang cepat, yang kesemuanya merupakan komponen penting dalam pengembangan kelincahan. Selain

itu, permainan ini juga berfungsi untuk melatih refleks siswa dalam merespons situasi dengan cepat dan tepat, aspek yang sangat penting dalam pengembangan keterampilan motorik mereka.

Hasil uji hipotesis menggunakan *Paired Sample t-Test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.000 (< 0.05), yang berarti bahwa terdapat perbedaan signifikan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Peningkatan ini ditunjukkan dengan penurunan waktu rata-rata siswa dalam tes lari bolak-balik sebesar 3.18 detik, serta nilai $t = 11.775$ dan Sig. = 0.000, yang menunjukkan bahwa perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* bukan terjadi secara kebetulan, tetapi karena perlakuan yang diberikan. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima, yaitu permainan Gobak Sodor memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kelincahan siswa kelas III SD Negeri 112281 Aek Kanopan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa permainan Gobak Sodor dapat dijadikan sebagai metode pengajaran alternatif yang efektif dalam meningkatkan kelincahan siswa.

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan permainan tradisional Gobak Sodor memiliki pengaruh terhadap kelincahan siswa. Dengan demikian, rumusan masalah dalam penelitian ini telah terjawab, yaitu terdapat pengaruh yang signifikan dari permainan tradisional Gobak Sodor terhadap kelincahan siswa kelas III SD Negeri 112281 Aek Kanopan. Permainan Gobak Sodor dapat dijadikan sebagai salah satu metode pembelajaran alternatif dalam meningkatkan kelincahan siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, B. S., & Muthmainah, M. (2020). Implementasi permainan tradisional dalam pembelajaran anak usia dini sebagai pembentuk karakter bangsa. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(1), 33-39.
- Agustin, S. M., & Muhammad, H. N. (2015). Pengaruh Aktivitas Gerak Permainan Tradisional Terhadap Kelincahan Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 03(2), 549–553.
- Alfyanti, dkk. (2024). Pentingnya Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bagi Anak Sekolah Dasar. *Journal of Education Transportation and Business*. 1 (1).
- Anggita, G. M. (2019). Eksistensi Permainan Tradisional sebagai Warisan Budaya Bangsa. *JOSSAE : Journal of Sport Science and Education*, 3(2), 55.
- Ardana, A. T. (2024). *Pengaruh Permainan Gobak Sodor Terhadap Peningkatan Kelincahan Siswa Kelas Iv Sekolah Dasar Negeri Pematang Kepuh Kota Cilegon* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Arikunto, S & Cepi Safrudin A. J. (2004). *Evaluasi Program Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Diputra, R. (2015). Pengaruh Latihan Three Cone Drill, Four Cone Drill, Dan Five Cone Drill Terhadap Kelincahan (Agility) Dan Kecepatan (Speed). *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 41-59.
- Ekayati, I. A. S. (2015). *Pengaruh permainan tradisional “gobak sodor” terhadap kecerdasan intrapersonal dan interpersonal pada anak usia dini*. Didaktika, 13(3), 1–10.
- Fauziah, A. A. U., Rizal, S. S., & Millah, S. (2020). Peningkatan Kemampuan Kerjasama Anak Melalui Permainan Tradisional Gobak Sodor. *Tarbiyat al-Aulad: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(2), 61-82.
- Firmansyah, A., Suranto, S., & Wiyono, W. (2018). Pengaruh Latihan Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola. *JUPE (Jurnal Penjaskesrek)*, 6(1).
- Hartati, S.C.Y., Priambodo, A., & Kristiyandaru, A. 2013. *Permainan*

- Kecil (Cara efektif mengembangkan fisik, motorik, keterampilan, sosial dan emosional). Malang: Wineka Media.
- Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini Kajian Para Pakar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Hidayat, A. M., Patama, B. A., & Kurniawan, W. P. (2020). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kelincahan. *IJSSC: Indonesion Journal of Sport Science and Coaching*, 02(02), 73–81.
- Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Motivasi Belajar Dalam Pembelajaran Penjas Kelas V Sekolah Dasar Negeri Dadap 2 Indramayu. *Jurnal MAENPO: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 10(1), 44.
- Ngatman & Andriyani, F. D. (2017). Tes dan pengukuran untuk evaluasi dalam pendidikan jasmani dan olahraga. Yogyakarta: Fadilatama.
- Pratiwi, E & Asri, N. (2020). *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani Untuk Guru Sekolah Dasar*. Palembang: Bening Media Publishing.
- Prayoga, N. A., Ali, M., & Yanto, A. H. (2022). Pengaruh Latihan Variasi Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Pada Pemain SSB. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 4(2), 119-132.
- Putranto, S. H. (2012). Pengaruh latihan permainan gobak sodor terhadap kelincahan siswa Tuna Rungu di Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri (SDLBN) Kedungkandang kota Malang.
- Qonitatin, D., & Zulfa, I. K. (2021, December). Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Siswa Sekolah Dasar melalui Permainan Tradisional Gobak Sodor. In *Prosiding SEMAI: Seminar Nasional PGMI* (Vol. 1, pp. 638-656).
- Rismadini, A. (2017). Pengaruh Gabungan Latihan Kelentukan Power Terhadap Kelincahan Atlet Bola Voli Selabora Putra Usia 10-14 Tahun. *Pend. Kepelatihan Olahraga-S1*, 1(3).
- Rizqa, M., Gusril, G., Indika, P. M., & Pranoto, N. W. (2023). Pengaruh permainan tradisional lari balok terhadap kelincahan siswa sekolah dasar. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 3(1), 74–81.
- Rosmawati, A., & Akrom, A. (2019). Pengembangan Gobag Sodor Dalam Pembelajaran Penjas. *Primary: Jurnal Keilmuan dan Kependidikan Dasar*, 11(2), 155-166.
- Rosmawati, A. (2019). *Pengembangan Gobag Sodor dalam Pembelajaran Penjas (R&D di Kelas IV SD Negeri Serang 13)* (Doctoral dissertation, UIN SMH BANTEN).
- Rumawatine, Z. (2024). *Buku Ajar Konsep Dasar PJOK*. Mega Press Nusantara.
- Rustanto, H. (2015). Hubungan Antara Tinggi Badan Dan Kelincahan Tubuh Terhadap Hasil Dribble Bola Pada Permainan Bola

- Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 144–156.
- Safari, I. (2010). Analisis Unsur Fisik Dominan Pada Olahraga Tradisional. *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 40(2), 157– 164.
- Salam, A. F. B., Yunus, M., & Kinanti, R. G. (2019). Pengaruh Permainan Tradisional (Egrang Bambu) terhadap Peningkatan Keseimbangan pada Anak Kelas 5 SD. *Sport Science and Health*, 1(3), 243-250.
- Santika, I. G. P. N. A. (2015). Tingkat Kelincahan Calon Mahasiswa Baru Putra Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP PGRI Bali Tahun 2015. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 1(2), 2-10.
- Sari, Y. Y., Dhitia Putri Ulfani, Muhammad Ramos, & Padli. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Terhadap Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 6(2), 478–488.
- Seriati, N. N., & Hayati, N. (2010). *Permainan Tradisional Jawa Gerak dan Lagu Untuk Menstimulasi Keterampilan Sosial Anak Usia Dini*. Lumbung Pustaka Universitas Negeri Yogyakarta.
- Setyo budiwanto. (2012). *Metodologi latihan olahraga*.
- Suharti, S., Rohman, U., & Harwanto, H. (2021). Penerapan Permainan Tradisional Gobak Sodor Untuk Meningkatkan Kelincahan pada Olahraga Pencak Silat. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan*, 437–447.
- Sulaiman. 2016. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Pendekatan Sistem*. Semarang: CV. Swadaya Manunggal, Digital and Offset Printing.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susena, Y., Danang Ari Santoso, D., & Puji Setyaningsih, P. (2021). Ethnosport permainan tradisional gobak sodor. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 450-462.