

**PENERAPAN PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP
HASIL BELAJAR LARI CEPAT 100 METER
SMP AZZAWIYAH TANJUNG BATU**

SKRIPSI

OLEH

Muhammad Hamzah Sholeh

NIM: 06061281924071

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

**PENERAPAN PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP HASIL BELAJAR
LARI CEPAT 100 METER SMP AZZAWIYAH TANJUNG BATU**

SKRIPSI

Oleh

Muhammad Hamzah Sholeh

Nomor Induk Mahasiswa 06061281924071

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

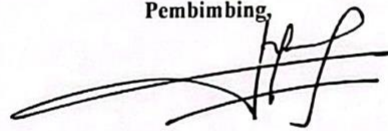
Disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program Sarjana

**Mengetahui,
Koordinator Program Studi,
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**Destriani, M.Pd
NIP. 198912012019032018**

Pembimbing,



**Drs. Syamsuramel, M.Kes
NIP. 196303081987031003**

**Penerapan Permainan Tradisional Terhadap Hasil Belajar
Lari Cepat 100 Meter SMP Azzawiyah Tanjung Batu**

SKRIPSI

Muhammad Hamzah Sholeh

NIM : 06061281924071

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Jum'at

Tanggal : 21 Juli 2023

TIM PENGUJI

1. Ketua : Drs. Syamsuramel, M.Kes



2. Anggota : Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd



Indralaya, Juli 2023

Koordinator Prodi Penjaskes,



Destriani, M. Pd

NIP. 198912022019032018



**PENERAPAN PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP HASIL BELAJAR
LARI CEPAT 100 METER SMP AZZAWIYAH TANJUNG BATU**

SKRIPSI

Oleh

Muhammad Hamzah Sholeh

Nomor Induk Mahasiswa 06061281924071

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Mengesahkan

**Mengetahui,
Koordinator Program Studi,
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**Destriani, M.Pd
NIP. 198912012019032018**

Pembimbing,



**Drs. Syamsuramel, M.Kes
NIP. 196303081987031003**



PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Hamzah Sholeh

NIM : 06061281924071

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa Skripsi yang berjudul **“Penerapan Permainan Tradisional Terhadap Hasil Belajar Lari Cepat 100 Meter SMP Azzawiyah Tanjung Batu”** ini adalah benar karya saya sendiri dan tidak melakukan menjiplak atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila dikemudian hari ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini ada/tidak ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa paksaan dari pihak manapun.

Indralaya, Agustus 2023

Yang membuat pernyataan ini,



Muhammad Hamzah Sholeh
NIM. 06061281924071

PRAKATA

Skripsi dengan judul “Penerapan Permainan Tradisional Hasil Belajar Lari Cepat 100 Meter SMP Azzawiyah Tanjung Batu” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP), Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan kemudahan dari berbagai pihak.

Penulis mengucapkan terima kasih tak terhingga kepada pembimbing saya, Drs Syamsuramel, M. Kes yang telah membimbing dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada penguji saya, Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd yang telah menguji sekaligus membimbing saya dengan baik. Penulis juga mengucapkan kepada Ibu Destriani, M.Pd sebagai Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memudahkan dalam jalannya skripsi saya selama penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan kepada seluruh Dosen Penjaskes Unsri yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan tentang olahraga dan lainnya. Semoga bapak/ibu senantiasa diberikan kemudahan dan menjadikan ladang amal jariyyah.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada SMP Azzawiyah Tanjung Batu yang telah mengizinkan saya untuk penelitian dan memberikan kepada saya ruang seluas-luasnya untuk menggali potensi di sekolah tersebut. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada teman-teman penjaskes 2019 yang telah menjadi teman berpikir dan berkarya. Terakhir, penulis mengucapkan kepada seluruh pihak yang terkait sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Demikian, semoga yang saya tulis dan teliti menjadikan banyak manfaat untuk orang lain dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Akhir kata, saya mohon maaf apabila terdapat banyak kesalahan dalam penelitian dan penulisan.

Indralaya, Agustus 2023

Penulis



Muhammad Hamzah Sholeh

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrohim..

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Subhanahu Wa Taala atas segala limpahan rahmat dan karunianya. Sholawat bertangkaikan salam senantiasa tak henti-hentinya saya haturkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, sahabatnya dan pengikutnya hingga akhir zaman dengan atas karunia Allah SWT yang membawa perubahan kebaikan dan ilmu pengetahuan untuk umat manusia.

Alhamdulillah penulis mengucapkan syukur atas dapat menyelesaikan Skripsi“ Penerapan Permainan Tradisional Terhadap Hasil Belajar Lari Cepat 100 Meter SMP Azzawiyah Tanjung Batu” sebagai persyaratan untuk menyelesaikan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya.

Dalam Penulisan karya tulis ini, penulis menyadari banyak kesalahan dan kekurangan baik teknik penulisan maupun segi materi. Hal ini disebabkan karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan penulis. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca guna membangun penyempurnaan tulisan dimasa yang akan datang.

Semoga Allah Subhanahu Wa Taala memberikan balasan pahala atas segala amal yang telah diberikan dan memohon maafkan atas kekhilafan penulis dalam mengerjakan skripsi ini. semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi kemajuan dan perkembangan ilmu pengetahuan.

Indralaya, Agustus 2023

Penulis



Muhammad Hamzah Sholeh

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim....

Alhamdulillahirabbil alamiin...

Dengan mengucapkan Syukur kepada Allah Subhanahu Wa'taala, Kupersembahkan Karya Skripsi ini kepada :

- Terima kasih kepada kedua Orang Tua Saya, Ayahanda Hakimin dan Ibunda Yurni Arnita yang sangat luar biasa memberikan semangat, nasihat dan doa yang tiada hentinya. Terimakasih atas kasih sayangnya sehingga anakmu ini kuat dan tegar dalam menyelesaikan perkuliahan ini. Semoga mak dan bapak senantiasa diberikan kemudahan dan rahmat dari Allah Subhanahu wa'taala.
- Terimakasih kepada adik-adik Kakak, Dek Maman, Dek Putri, Dek Rifki, Dek Panca yang senantiasa memancarkan senyuman indah dan manisnya sebagai penyemangat.
- Terimakasih Kepada Pembimbing saya, Bapak Drs. Syamsuramel, M.Kes yang saya anggap sendiri sebagai Ayah saya, yang senantiasa memudahkan jalan saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
- Terimakasih tak terhingga kepada kepada penguji saya sekaligus pembimbing bagi saya yakni Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd yang telah menjadikan saya terus berpikir sehingga banyak ilmu yang saya dapatkan baik ilmu olahraga dan ilmu dalam menjalani kehidupan sehari-hari, juga telah memudahkan jalan saya dalam menyelesaikan skripsi.
- Terimakasih kepada Gedehku Babaiyu yang memberikan semangat dan doa yang tulus kepada cucumu ini, juga terimakasih kepada mamak iyu yang sudah mengantarkan saya dan memudahkan saya sehingga dapat mengenyam pendidikan tinggi ini.
- Keluarga besar yang selalu berdoa dan mendukung saya dalam menyelesaikan perkuliahan.
- Terimakasih kepada SMP Azzawiyah yang telah mengizinkan untuk dijadikan penelitian dalam skripsi ini.
- Terimakasih kepada teman-temanku Kang Rama, Kang Gofu, Mbak Ren, Mbak Rin, Mbak Iwi, Mbak dilla, dll satu perjuangan di BO Barokah yang menjadikan wadah dalam belajar menjadi lebih baik, belajar menjadi sabar dan ikhlas, belajar menjadikan segala aktivitas yang dilakukan hanya karena

Allah Semata. Semoga yang telah kita juangkan menjadi ladang pahala disisi Allah Subhanahu Wa'taala.

- Teman-temanku Penjaskes19, terimakasih atas akan hal ilmu yang kita dapat bersama, semoga ilmu ini menjadikan kita lebih bermanfaat untuk orang lain dan dimanapun kalian berada semoga kalian sukses.
- Terimakasih kepada Dosen Penjaskes, Ibu Ani, Ibu Ana, Ibu Silvi, Ibu Hartati, Pak Yusfi, Pak Richard, Pak Reza, Pak Mei, Pak Iyakrus, Pak Wahyu, Pak Ramel, Pak Gi, Pak Waluyo, Pak Syafar, dll yang telah mengajarkan kami Ilmu dengan penuh tulus dan ikhlas, semoga dengan ini menjadikan ladang pahala bagi bapak ibu sekalian.
- Terimakasih kepada orang-orang yang telah memberikan dukungan dan mendoakan dalam diamnya untuk saya ☺
- Terimakasih kepada Bidikmisi yang telah memudahkan genearsi penerus bangsanya untuk lanjut mengenyam pendidikan di Strata 1 .
- Prodiku, Penjaskes 2019
- Almamaterku, Universitas Sriwijaya

MOTTO

- Karena senyumnya aku kuat (Hamzah)
- Tanamkan pada jiwamu, InsyaAllah Bisa (Ustadz Adi Hidayat)
- Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya (Qs. Al-baqarah : 286)
- Satu untuk semua, semua untuk satu (Penjaskes)

DAFTAR ISI

MENGESAHKAN.....	iv
PERNYATAAN.....	v
PRAKATA.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
MOTTO.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
BAB I . PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Permasalahan Penelitian	5
1.2.1 Identifikasi Masalah.....	5
1.2.2 Batasan Masalah	5
1.3 Rumusan Masalah	6
1.4 Tujuan Penelitian.....	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Penelitian	7
2.2 Pengembangan Model Pembelajaran	8
2.3 Belajar dan Pembelajaran	8
2.3.1 Belajar.....	8
2.3.2 Pembelajaran.....	9
2.4 Motivasi Belajar	10
2.5 Hakikat Pendidikan Jasmani	11

2.5.1 Konsep Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah Pertama	13
2.5.2 Olahraga Rekreasi.....	14
2.5.3 Gerak Dasar Penjas	16
2.6 Bentengan	18
2.6.1 Permainan Bentengan	18
2.6.2 Cara Bermain Bentengan	20
2.7 Sepak Tekong	22
2.7.1 Permainan Sepak Tekong	22
2.7.3 Cara Bermain Sepak Tekong	22
2.8 Ubaran	24
2.8.1 Permainan Ubaran	24
2.8.2 Cara Bermain Ubaran	24
2.9 Polisi Abri.....	25
2.9.1 Permainan Polisi Abri.....	25
2.9.2 Cara Bermain Polisi Abri.....	26
2.10 Imbangan	27
2.10.1 Permainan Imbangan	27
2.10.2 Cara Bermain	27
2.11 Bermain dan Pendekatan Bermain	29
2.11.1 Bermain.....	29
2.11.2 Pendekatan Bermain	29
2.11.3 Permainan Bagi Perkembangan Fisik dan Motorik	30
BAB III. METODE PENELITIAN.....	31
3.1 Jenis Penelitian	31
3.2 Waktu dan Tempat	31
3.3 Subjek dan Objek Penelitian	31
3.4 Prosedur Penelitian.....	31
Tabel 3.2 Prosedur Penelitian	32
3.4.1 Menemukan Masalah.....	32
3.4.2 Menentukan Sumber Data	32

3.4.3 Menyusun Instrumen	32
3.4.4 Mengumpulkan Data	32
3.4.5 Analisis Data.....	33
3.4.6 Kesimpulan	33
3.5 Variabel Penelitian	33
3.5.1 Variabel Bebas	33
3.5.2 Variabel Terikat	33
3.5.3 Hipotesis Penelitian	33
3.5.4 Indikator Pencapaian Kompetensi	34
3.5.5 Norma Standar Waktu Lari Cepat 100 Meter	35
3.6 Teknik Pengumpulan Data	35
3.6.1 Tes.....	35
3.6.2 Dokumentasi	35
3.7 Teknik Analisis Data	36
3.7.1 Analisis Data Tes	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1 Hasil Penelitian.....	37
4.2 Pembahasan	42
BAB V. PENUTUP.....	43
5.1 Kesimpulan.....	43
5.2 Saran	43
DAFTAR PUSTAKA.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 One Group Pretest-Posttest Design.....	31
Tabel 3.2 Prosedur Penelitian.....	31
Tabel 3.3 Indikator Pencapaian Kompetensi.....	34
Tabel 3.4 Norma Standar Waktu Lari Cepat 100 meter	35
Tabel 4.1 Hasil Pretest dan Posttest.....	37
Tabel 4.2 Uji Analisis Deskriptif.....	38
Tabel 4.3 Uji Normalitas.....	39
Tabel 4.4 Uji Homogenitas.....	39
Tabel 4.5 Hasil Uji T-test.....	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lapangan permainan bentengan	20
Gambar 2.2 Lapangan Permainan Sepak Tekong	23
Gambar 2.3 Lapangan Ubaran	25
Gambar 2.4 Lapangan Polisi Abri.....	27
Gambar 2.5 Lapangan Imbangan	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Usulan Judul Skripsi.....	51
Lampiran 2. Kartu Bimbingan Seminar Proposal.....	52
Lampiran 3. Persetujuan Seminar Proposal.....	53
Lampiran 4. Bukti Perbaikan Proposal.....	54
Lampiran 5. SK Pembimbing.....	55
Lampiran 6. SK Izin Penelitian Dari Fakultas.....	56
Lampiran 7. SK Persetujuan Dinas Pendidikan.....	57
Lampiran 8. Sk Permohonan Izin Penelitian dari SMP.....	58
Lampiran 9. Buku Pembimbingan Seminnar Hasil Penelitian.....	59
Lampiran 10. Persetujuan Seminar Hasil Penelitian.....	60
Lampiran 11. SK Sidang.....	61
Lampiran 12. Persetujuan Ujian AKhir Program.....	64
Lampiran 13. Perbaikan Skripsi.....	65
Lampiran 14. Lembar Penilaian Pretes dan Postest.....	66
Lampiran 15. RPP.....	67
Lampiran 16. Dokumentasi.....	75

**PENERAPAN PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP HASIL BELAJAR LARI
CEPAT 100 METER SMP AZZAWIYAH TANJUNG BATU**

SKRIPSI

Oleh

Muhammad Hamzah Sholeh

NIM : 06061281924071

Pembimbing : Drs, Syamsuramel, M.Kes

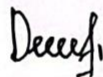
Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan permainan tradisional terhadap hasil belajar lari cepat 100 meter SMP Azzawiyah Tanjung Batu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *quasy eksperiment* dengan rancangan *pretest-posttest one group design*. Variabel bebas ini adalah permainan tradisional yang berjumlah 5 yakni bentengan, imbangan, ubaran, sepak tekong, polisi abri. Variabel terikat ini adalah hasil lari cepat 100 meter. Populasi penelitian ini adalah peserta didik kelas 7 yang bersekolah di SMP Azzawiyah. Instrumen yang digunakan adalah tes lari cepat 100 meter. Setelah diberikan latihan 4 minggu dengan frekuensi latihan seminggu 2 kali. Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa penerapan permainan tradisional berpengaruh terhadap hasil belajar lari cepat 100 meter. Hal tersebut dibuktikan berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan *paired sample t-Test* dengan bantuan SPSS versi 29 didapatkan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$. Dengan demikian hasil yang diperoleh H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan permainan tradisional terhadap hasil belajar lari cepat 100 meter SMP Azzawiyah Tanjung Batu.

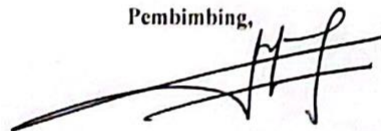
Kata Kunci : Permainan Tradisional, Lari cepat 100 Meter

Mengetahui,
Koordinator Program Studi,
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



Destriani, M.Pd
NIP. 198912012019032018

Pembimbing,



Drs. Syamsuramel, M.Kes
NIP. 196303081987031003

APPLICATION OF TRADITIONAL GAMES TO LEARNING OUTCOMES 100
METER SPEED RUNNING AZZAWIYAH TANJUNG BATU
JUNIOR HIGH SCHOOL

THESIS

By

Muhammad Hamzah Sholeh

ID : 06061281924071

Mentors : Drs. Syamsuramel, M.Kes
Physical Education and Health Sciences

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of the application of traditional games on learning outcomes sprint 100 meters SMP Azzawiyah Tanjung Batu. This study used a quantitative approach with a quasi experimental method with a pretest-posttest one group design. This independent variable is a traditional game which amounts to 5 namely fortification, balance, ubaran, football tekong, abri police. This dependent variable is the result of sprinting 100 meters. The population of this study were 7th grade students who attended SMP Azzawiyah. The instrument used is the 100 meter sprint test. After being given 4 weeks of exercise with a frequency of exercise 2 times a week. Based on the results of this study, the application of traditional games has an effect on the learning outcomes of the 100 meter sprint. This is proven based on the results of hypothesis testing using the Paired Sample t-Test with the help of SPSS version 29 obtained a significance value of $0.001 < 0.05$. Thus the results obtained by H_0 are rejected and H_a is accepted. So that it can be interpreted that there is an influence of the application of traditional games on the learning outcomes of the 100 meter sprint at Azzawiyah Tanjung Batu Middle School.

Keywords: Traditional games, 100 meter sprint

Knowing,
Study Program Coordinator,
physical education and Health Sciences



Destriani, M.Pd
NIP. 198912012019032018

Mentor,



Drs. Syamsuramel, M.Kes
NIP. 196303081987031003

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kemajuan suatu bangsa bisa dilihat dari perkembangan yang mulai beranjak untuk bangkit dari keterpurukan, arus globalisasi, teknologi yang canggih, dan pendidikan merupakan suatu hal penting sebagai tolok ukur perubahan kemajuan suatu bangsa, oleh karena itu perlu disiapkan sedini mungkin Sumber Daya Manusia (SDM) yang unggul, kompetitif dan profesional dalam menjawab permasalahan dan tantangan. menurut (Horne, 2019) “Pendidikan merupakan proses yang terus menerus abadi dari penyesuaian yang lebih tinggi bagi makhluk manusia yang telah berkembang secara fisik dan mental, yang bebas dan sadar kepada Tuhan, seperti intelektual, emosional, dan kemanusiaan dari manusia.” Dalam mencapai pembangunan pendidikan yang baik dibutuhkan semangat dan kerjasama antara pendidik, orang tua dan masyarakat dalam menyongsong dan mencapai tujuan pendidikan yakni menciptakan manusia yang seutuhnya. Salah satu upayanya adalah dengan mengoptimalkan peranan dan pelaksanaan pendidikan jasmani dan kesehatan.

Pendidikan Jasmani dan Olahraga adalah suatu proses aktivitas jasmani, yang dirancang dan disusun secara sistematis, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak serta nilai dan sikap positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan. Namun, ditengah arus globalisasi yang kian perkembangannya dengan ditunjukkan kecanggihan yang luar biasa dan mudah didapat seperti hiburan, berita, hobi, dan media sosial yang di jejaring oleh *smartphone*, laptop sehingga lebih instan dalam penggunaannya karena terjaring internet ke semua belahan dunia. Dalam merespon arus globalisasi yang kian menyentuh seluruh lapisan masyarakat dari orang dewasa hingga anak-anak. Tak bisa di pungkiri penggunaan *Gadget* juga merambah pada lini anak-anak pada permainan *game online* yang justru memberikan kesan bersifat destruktif, pada sosial,

kepribadian dan keterampilannya. Perlahan hal ini juga dapat memengaruhi dan menggerus kebudayaan permainan tradisional yang ada di Indonesia sehingga ditakutkan peradaban yang dibentuk akan punah dan langka. Kemajuan teknologi merupakan suatu perkembangan yang memiliki dampak positif namun juga tak bisa dipungkiri mempunyai dampak sisi negatifnya diantaranya jejaring sosial semakin luas yang membuat anak-anak malas untuk belajar, bergerak, membaca buku, berolahraga, kebanyakan justru bermain *game online* yang sangat lama dan *scroll* aplikasi yang kurang bermanfaat pada masanya.

Hal ini jelas sangat berdampak pada perkembangan jasmani dan sosialnya terhadap lingkungan. Tenaga pendidik yang secara langsung bersentuhan dengan peserta didiknya dapat mencegah dari peluang kemalasan atau kurang Bergeraknya dalam beraktivitas dari dampak buruknya perkembangan teknologi dan juga dapat berpeluang untuk mengembangkan, memajukan, membimbing dan mengoptimalkan potensi peserta didik karena pada dasarnya setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing. Oleh sebab itu, siswa SMP yang merupakan aset bangsa dan negara sebagai generasi yang akan datang dalam menjawab tantangan zaman kedepan dengan memperbanyak dan mempersiapkan bekal pendidikan yang baik, fisik yang kuat dan sehat, dan kehidupan sosial yang teratur. “Tuntutan di dalam hidup tumbuhnya anak-anak, adapun maksudnya pendidikan yaitu menuntun segala kekuatan kodrat yang ada pada anak-anak itu, agar mereka sebagai manusia dan sebagian anggota masyarakat dapatlah mencapai keselamatan dan kebahagiaan setinggi-tingginya (Ki Hajar Dewantara)”. Pendidikan memiliki makna yang berarti membina, membimbing, mengubah, mengoptimalkan diri dalam membentuk aspek-aspek peserta didik seperti aspek kognitif, afektif dan psikomotor.

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan saat ini sudah merambah ke seluruh jenjang pendidikan sekolah baik sekolah dasar, sekolah menengah pertama (SMP). oleh karena itu, bahwasannya pendidikan jasmani dan kesehatan sangat penting karena merupakan salah satu tujuan pendidikan nasional yakni menjadi manusia yang seutuhnya, dengan adanya pendidikan jasmani dan kesehatan sebagai upaya tujuan

pendidikan maka sangat diperlukan kerjasama yang ekstra antar semua pihak terutama bagi tenaga pendidik itu sendiri, mengingat ujung tombak kedekatan antara peserta didik ialah guru. Khususnya pada tenaga pendidik dibutuhkan kecakapan dan kreativitas yang tinggi dalam mengelola kelas khususnya SMP. Pada masa sekolah menengah pertama, pertumbuhan dan perkembangan peserta didik memegang peranan penting dalam pembentukan individu yang sehat, kuat, profesional dikemudian hari. Menurut (Muhajir, 2017) “sebagai mata pelajaran, PJOK merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spritiual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang berfungsi untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak.”

Keterampilan gerak yang kompleks tak lepas dari cara pengembangan keterampilan gerak dasar. Keterampilan gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori yaitu gerak lokomotor, non lokomotor, manipulatif. Keterampilan gerak dasar yang sudah diajarkan pada SD nantinya sebagai dasar untuk melakukan keterampilan gerak yang lebih kompleks pada jenjang sekolah menengah pertama (SMP), pengembangan motorik yang baik dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari yang baik untuk diri sendiri juga sebagai pengembangan olahraga prestasi. Keterampilan gerak dasar memberikan kontribusi yang signifikan terhadap keterampilan gerak dasar (Sepriadi, 2017). Pada jenjang anak sekolah menengah pertama aktivitas permainan olahraga dan aktivitas jasmani dapat dikemas dengan perkembangan olahraga yang mudah. Melalui aktivitas keterampilan gerak dasar yang tepat untuk anak sekolah menengah pertama ialah aktivitas dunia bermain. Dalam mengembangkan gerak lokomotor, non lokomotor, manipulatif supaya siswa mengeluarkan ekspresi dan emosionalnya yang baik maka diharapkan “mampu mengembangkan apresiasi terhadap kekhasan multikultural dengan mengenalkan permainan dan olahraga rekreasi yang berakar dari budaya suku bangsa indonesia (Muhajir, 2013).

Permainan olahraga rekreasi seperti permainan tradisional pada dasarnya merupakan warisan budaya bangsa dan warisan nenek moyang yang keberadaannya harus dilestarikan. Eksistensi keberadaannya sudah seharusnya dipertahankan dan dijaga demi menjaga nilai-nilai leluhur warisan bangsa. Permainan rekreasi dapat memengaruhi peningkatan kesenangan dari pemain dan positif mempengaruhi perkembangan anak secara keseluruhan (Tatjana, 2014). Permainan tersebut memiliki manfaat terhadap pertumbuhan anak dan perkembangan intelektual, karakter dan sosial.

Seiring pemajuan olahraga rekreasi harus berkonsep pada pembinaan dan pengembangan, yaitu dilaksanakan dan diarahkan untuk senantiasa berolahraga sebagai upaya mengembangkan kesadaran masyarakat dalam khususnya para sekolah menengah pertama demi upaya meningkatkan kesehatan, kebugaran, dan hubungan sosial yang baik dengan memanfaatkan potensi sumber daya, prasarana dan sarana olahraga rekreasi yang bersifat tradisional dilakukan dengan menggali, mengembangkan, melestarikan, dan memanfaatkan olahraga tradisional tersebut berbasis dengan prinsip mudah, murah, menarik, manfaat, dan massal sebagai upaya dalam menjaga nilai-nilai leluhur bangsa serta berupaya menjadikan motorik tubuh lebih baik (Prayoga, 2018).

Oleh karena itu, peranan guru sangatlah penting dalam memodifikasi alat, tempat dan peraturan permainan sedemikian rupa guna mengoptimalkan pembelajaran yang akan dicapai karena pada umumnya setiap unit sekolah sarana dan prasarananya berbeda-beda.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di SMP Azzawiyah Tanjung Batu, terdapat guru penjas yang melaksanakan praktek terlebih dahulu maupun sebaliknya teori terlebih dahulu, saat proses terjadinya praktik olahraga dilapangan guru tersebut kurang memperhatikan secara maksimal, juga kurang optimalnya dalam pengawasan terhadap peserta didik tersebut sehingga banyak terjadinya kesalahan teknik bahkan sampai ada yang luka. Adapun permainan olahraga yang sering dimainkan ialah permainan bola futsal sehingga siswa itu

merasa bosan dengan permainan yang monoton dan fokus perhatiannya hanya ke beberapa siswa. Juga teori yang dipelajari dikelas tidak dilakukan ke dalam praktek dilapangan, sehingga memungkinkan praktek yang dilakukan tidak sesuai dengan pelajaran teori yang dipelajari dikelas hingga dapat menyebabkan tidak sinkronnya pelajaran. Ada juga guru penjas mengajar dikelasnya dengan pembelajaran yang bervariasi, menyenangkan, siswa pun mengikutinya dengan penuh semangat dan antusias terhadap pembelajaran yang luar biasa sampai aktif bergerak dan diawasi juga diarahkan.

Maka disini, dapat dilihat belum semuanya guru memiliki suasana pembelajaran yang senang dengan diberikan model pembelajarannya. Oleh karena itu, pentingnya memahami esensi penjas, bagaimana pelaksanaan penjas dan menciptakan serta mengembangkan kreativitas pembelajaran. Agar dalam penelitian kali ini pembahasannya tidak meluas maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa diperlukannya pengembangan pembelajaran yang dapat meningkatkan motivasi para siswa untuk bergerak, berpartisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran dan guru mudah dalam menilai, memberikan materi dan prakteknya dilapangan. Untuk mengatasi hal tersebut peneliti mengangkat tentang Penerapan Permainan Tradisional Terhadap Hasil Belajar Lari Cepat 100 Meter SMP Azzawiyah Tanjung Batu.

1.2 Permasalahan Penelitian

1.2.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan yang ada di lokasi penelitian tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- 1) Sebagian besar siswa belum memiliki fisik dan motorik yang baik dalam pembelajaran permainan tersebut
- 2) Kurangnya pemahaman peserta didik terhadap materi permainan tradisional
- 3) Belum di ketahuinya hasil penerapan permainan tradisional

1.2.2 Batasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini yaitu belum diketahui hasil belajar lari cepat 100 meter siswa-siswi SMP Azzawiyah Tanjung Batu.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimana Penerapan Permainan Tradisional Terhadap Hasil Belajar Lari Cepat 100 Meter SMP Azzawiyah Tanjung Batu?”

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah menghasilkan dan mengetahui hasil belajar SMP Azzawiyah tanjung batu terhadap penerapan permainan tradisional.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Bagi siswa, dapat meningkatkan minat, motivasi serta prestasi siswa untuk berpartisipasi aktif dalam permainan tradisional dalam proses pembelajaran.
2. Bagi Guru, dapat menjadikan referensi serta pembelajaran terhadap pembelajaran tradisional.
3. Bagi sekolah, dapat menjadikan kemajuan pengembangan pembelajaran sebagai tolok ukur sekolah lain serta dapat memberikan informasi.
4. Bagi peneliti lain, dapat menjadi bahan referensi dalam melakukan penelitian yang relevan terhadap Penerapan Permainan Tradisional Terhadap Hasil Belajar Lari Cepat 100 Meter SMP Azzawiyah Tanjung Batu.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggita, M. A. (2019). Eksistensi Permainan Tradisional Sebagai Warisan Budaya Bangsa. *Journal Of Sport Science And Education (JOSSAE)*, 3(2): 55-59. <https://doi.org/10.26740/jossae.v3n2.p55-59>
- Arif, H. (2022). Peningkatan aktivitas gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif menggunakan model permainan pada siswa sekolah dasar. *Journal of Physical Education and Sport*, 9(2): 23-29. . <http://eprints.binadarma.ac.id/id/eprint/12912>
- Arifin, S. (2017). Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Peserta Didik. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(1): 1-50. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1>
- Aris, T. (2018). Pengembangan Buku Ajar Pendidikan Jasmani Berbasis Pembelajaran Quantum Teaching Pada Siswa Kelas VII Semester I Sekolah Menengah Pertama Di Kabupaten Malang. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 3(1): 1-5. <https://doi.org/10.5614/jskk.2018.3.1>
- Asih, K. (2015). Pembelajaran Lari Cepat Melalui Permainan Bentengan Untuk Meningkatkan Partisipasi Dalam Pembelajaran Penjasorkes Pada Siswa Kelas III Sd Negeri 2 Randublatung Kabupaten Blora 2013/2014. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(1): 1555-1559.. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr/article/view/4555/4203>
- Asriansyah, A. (2018). Pengembangan permainan tradisional untuk melestarikan budaya bangsa melalui pembelajaran pendidikan jasmani sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(1): 82-88. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.10597>
- Bakhtiar, S. (2015). Merancang pembelajaran gerak dasar anak. Padang: UNP Press. <http://repository.unp.ac.id/id/eprint/65>
- Bayu, W. (2017). Profil Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Pada Tingkat Satuan Pendidikan Sekolah Menengah Atas Se-Kabupaten Jombang Tahun 2016. *Bravo's Jurnal*, 2(3): 89-97. <https://doi.org/10.32682/bravos.v5i1.442>
- Dasopang, M. (2017). Belajar dan Pembelajaran. *Jurnal Kajian Ilmu-ilmu Keislaman*. 3:2, <https://doi.org/10.24952/fitrah.v3i2.945>
- Efendi, D. (2017). Pengaruh Permainan Tradisional Bentengan Terhadap Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *Prosiding SNasPPM*, 1(1): 28-32. <http://prosiding.unirow.ac.id/index.php/SNasPPM/article/view/45>

- Ernata, Y. (2017). Analisis motivasi belajar peserta didik melalui pemberian reward dan punishment di sdn ngaringan 05 kec. Gandusari kab. Blitar. *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar (JP2SD)*, 5(2): 781-790. <https://doi.org/10.22219/jp2sd.vol5.no2.781-790>
- Gunawaan. (2020). Metode Penelitian Pendidikan: Penelitian Kuantitatif, Penelitian Kualitatif, Penelitian Tindakan Kelas. Yogyakarta: I ed. Erhaka Utama. ISBN:978-602-5715-34-1. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/14062>
- Halidin, H. (2014). Upaya Meningkatkan Minat Mengikuti Pembelajaran Penjaskes dengan Metode Bermain. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 1(1): 28-32. <http://jurnalstkipmelawi.ac.id/index.php/JPJKR/article/download/48/110>
- Hanafy, M. (2014). Konsep belajar dan pembelajaran. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 17(1): 66-79. <https://doi.org/10.24252/lp.2014v17n1a5>
- Hartati. (2013). Pembelajaran Bulu Tangkis Secara Langsung Dan Tidak Langsung Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa S1 Penjaskes Semester V Fkip Unsri. *Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 2(2): 9-20. <https://repository.unsri.ac.id/12969/1/>
- Hartono, B. (2013). Pembelajaran lari jarak pendek menggunakan pendekatan permainan lari bola keranjang. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreatio*, 2(9): 548-552. <https://journal.unnes.ac.id/article/download/1854/1698>
- Hasanuddin, M. I. (2020). Model Pendekatan Bermain Pada Peningkatan Kesegaran Jasmani Sekolah Dasar. Yogyakarta: Deepublish. <https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=OWwYEAAQBAJ&oi>
- Indrayana, B. (2017). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Pengembangan Gerak Dasar Siswa SD Negeri 196/1V Kota Baru Kota Jambi. *Journal Physical Education, Health and Recreatio*,. 2(1): 28-38. <https://doi.org/10.24114/pjkr.v2i1.7837>
- Iyakrus. (2019). Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Prestasi. *Altius Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 7(2): 168-173. <https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8110>
- Kusumawati, O. (2017). Pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar siswa Sekolah Dasar kelas bawah. *TERAMPIL: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*, 4(2): 124-142. <https://doi.org/10.24042/TERAMPIL.V4I2.2221>

- Latief, M. A. (2020). Metode Penelitian Pendidikan: Penelitian Kuantitatif, Penelitian Kualitatif, Penelitian Tindakan Kelas. I ed. Erhaka Utama,:Yogyakarta. ISBN 978-602-5715-34-1. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/14062>
- Maâ, S. (2018). Telaah Teoritis: Apa Itu Belajar?. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 35(1): 31-46. <https://doi.org/10.36456/helper.vol35.no1.a1458>
- Mashuri, H. (2019). Peran permainan tradisional dalam pendidikan jasmani untuk penguatan karakter peserta didik. *Proceeding of the National Seminar on Women's Gait in Sport Towart a Healthy Lifestyle*, 1-9. <https://repository.unpkediri.ac.id/id/eprint/2932>
- Muhajir. (2017) Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan SMP Kelas VII. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta. ISBN 9786024270155. <https://repositori.kemdikbud.go.id/5243/>
- Nababan, M. (2018). Analisis pola pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi di federasi olahraga rekreasi masyarakat indonesia Sumatera Utara tahun 2017. *Jurnal Pedagogik Olahraga*, 4(1): 38-55. <http://digilib.unimed.ac.id/id/eprint/47220>
- Nurastuti, M. F. (2015). Pengaruh permainan tradisional bentengan terhadap interaksi sosial anak asuh di panti yatim Hajah Maryam Kalibeber Wonosobo. *Wacana*, 7(2): 1-11. <https://doi.org/10.13057/wacana.v7i2.83>
- Oase. (2014,). Sepak Tekong. *Budaya Indonesia*. <https://budaya-indonesia.org/Sepak-Tekong>
- Pamungkas, Y. T. (2019). Pengembangan Model Inkuiri Berbasis Permainan Pada Materi Gerak Dasar Lokomotor, Non Lokomotor Dan Manipulatif Kelas Iv Sdn Kauman 2 Kota Malang. <http://eprints.umm.ac.id/id/eprint/53319>
- Pane, A. (2017). Belajar dan pembelajaran. *Fitrah: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman*, 3(2): 333-352. <https://Doi.Org/10.24952/Fitrah.V3i2.945>
- Putra, A. (2020). Tinjauan Kecepatan Lari 100 Meter. *Jurnal Patriot*, 2(4): 940-950. <https://doi.org/10.24036/patriot.v2i4.684>
- Prasetyo, K. (2016). Penerapan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar. *Scholaria. Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 06(03): 196-205. <https://doi.org/10.24246/j.scholaria.2016.v6.i3.p196-205>
- Pratama, M. A. R. P. (2021). Pengaruh Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Kecepatan dan Kelincahan. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 6(2): 77-86. <https://doi.org/10.15294/jscpe.v6i2.48306>

- Prayoga, A. S. (2018). Memajukan olahraga rekreasi dan industri olahraga sebagai bentuk pembangunan bangsa. *In Prosiding Seminar Nasional Ilmu Keolahragaan UNIPMA*, 1(1): 83-90. <http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/snik/article/view/477>
- Priyanto, A. (2014). Pengembangan Kreativitas Pada Anak Usia Dini Melalui Aktivitas Bermain. *Jurnal Ilmiah Guru Caraka Olah Pikir Edukatif*, (2): 41-47. <https://journal.uny.ac.id/index.php/cope/article/viewFile/2913/2434>
- Purnomo. (2019). Psikologi Pendidikan. Yogyakarta: Lembaga Penelitian, Publikasi, dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. https://www.researchgate.net/publication/341277161_Psikologi_Pendidikan
- Rachman, A. (2020). Olahraga Rekreasi Di Perguruan Tinggi. *Olahraga Rekreasi Di Perguruan Tinggi*. <http://eprints.ulm.ac.id/id/eprint/5208>
- Rohendi, A. (2017). Perkembangan Motorik Pengantar Teori dan Implikasinya dalam Belajar. Bandung: Alfabeta. <https://cvalfabeta.com/product/perkembangan-motorik-pengantar-teori-dan-implikasinya-dalam-belajar/>
- Rosidig. (2015). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Siswa Kelas V SDN Tersan Gede 2 Kecamatan Salam Kabupaten Magelang. Universitas Negeri Yogyakarta. . <http://eprints.uny.ac.id/ /13723>
- Santoso, B. H. (2015). Pengaruh Pemberian Reward Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan (Studi Pada Kelas V SDN Leminggir Kec. Mojosari Kab. Mojokerto). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3(2): 517-525. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/ /13823/12639>
- Santoso, S. (2020). Panduan Lengkap SPSS. Jakarta: PT Elex Media Komputindo. ISBN: 978-623-00-1997-5
- Saputra, A. (2018). Penerapan Permainan Tradisional Hitam Hijau Untuk Pemanasan Atlet Pemula Sepak Bola Ssb Gelora Karya Kecamatan Telanaipura. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 7(2): 1–8. <https://online-journal.unja.ac.id/csp/article /5392>
- Sepriadi, S. (2017). Kontribusi status gizi dan kemampuan motorik terhadap kesegaran jasmani siswa sekolah dasar. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2): 194-206. <http://dx.doi.org/10.21831/jk.v5i2.15147>
- Setiawan, M. A. (2017). Belajar dan pembelajaran. *Uwais Inspirasi Indonesia*. <https://www.researchgate.net/profile/Muhammad-Setiawan-9/343384767>

- Sujiono, B. (2014). Hakikat Perkembangan Motorik Anak. *Modul Metode Pengembangan*. <https://www.academia.edu/download/56289394/PGTK2302-M1>
- Sumarsono, A. (2017). Implementasi model pembelajaran atletik melalui permainan berbasis alam. *Magistra: Jurnal Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 4(2): 70-83. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/715258>
- Suprihatin, S. (2015). Upaya guru dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Ekonomi UM Metro*, 3(1): 73-82. <https://doi.org/10.24127/ja.v3i1.144>
- Supriyono. (2014). Bermain dan Permainan Merupakan Dasar Kebugaran Bagi Peserta Didik. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan*, 03(01): 28-34.
- Suryadi, D. (2014). Olahraga Rekreasi Prinsip dan Aplikasi. *Medan: Unimed Press*. <http://digilib.unimed.ac.id/36756/7/14>
- Susanto, A. (2015). Teori Belajar Dan Pembelajaran Di Sekolah Dasar. *Jakarta: Kencana*. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=862447>
- Tirtayasa, U, S. (2020). Permainan Tradisional Benteng. <https://www.academia.edu/download/65287604/13>