

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR UNTUK
MENINGKATKAN MOTIVASI SISWA DALAM PEMBELAJARAN PJOK
DI SD NEGERI BABADAN 02**

Ardatunnisa Maulida

Ardatunnisamaulida8@gmail.com

Universitas PGRI Semarang

ABSTRAK

Latar belakang penelitian ini muncul karena kurangnya inovasi dalam pelaksanaan pendidikan PJOK di SD Negeri Babadan 02, yang berujung pada rendahnya motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran secara aktif. Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi pengaruh dan efektivitas permainan tradisional "gobak sodor" dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Babadan 02. Metode yang digunakan adalah penelitian eksperimen semu dengan pendekatan kuantitatif, melalui desain pretes-postes dengan kelompok kontrol. Sampel terdiri dari siswa kelas V dan VI di SD Negeri Babadan 02, dengan pengumpulan data menggunakan kuesioner. Penelitian menghasilkan dalam uji coba permainan tradisional gobak sodor kelas eksperimen diperoleh *pretest* 790 atau 48% dan *posttest* 845 atau 52%, sehingga terdapat peningkatan sebesar 4%. Sedangkan uji coba pada kelas kontrol diperoleh *pretest* 1042 atau 46% dan hasil *posttest* 1228 atau 54%, dengan peningkatan sebesar 8%. Oleh sebab itu, melalui data tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa penggunaan permainan tradisional gobak sodor secara signifikan meningkatkan motivasi siswa dan efektivitas pembelajaran PJOK di SD Negeri Babadan 02. Saran dapat menjadi inovasi dalam memberikan pembelajaran PJOK agar siswa termotivasi melakukan kegiatan olahraga.

Kata kunci: Permainan Gobak Sodor, Permainan Tradisional, Motivasi dan Pembelajaran PJOK.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu kegiatan pelatihan jasmani yang memiliki tujuan untuk meningkatkan aktivitas gerak serta keterampilan gerak dasar dalam suatu cabang olahraga. Dalam kegiatan olahraga sendiri memiliki aspek sehat jasmani yang dimaksudkan dengan sehat secara dinamis yaitu keadaan sehat yang memiliki kemampuan gerak untuk melakukan aktivitas sehari-hari (Bangun, 2016). Aktivitas fisik maupun gerak akan selalu melekat pada kehidupan manusia untuk menjalani kehidupannya dalam sehari-hari. Melakukan olahraga ataupun bergerak sangat dibutuhkan oleh manusia untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani. Kegiatan fisik dan pergerakan dalam aktivitas olahraga tidak hanya esensial bagi orang dewasa, melainkan juga berperan penting dalam lingkaran anak-anak, di mana hal ini memiliki peran vital dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka. Untuk memperoleh aktivitas fisik berupa gerak bagi anak-anak, pemerintah sudah menyediakan sarana berolahraga yang diimbangi dengan belajar melalui pendidikan olahraga atau *physical education*.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia Permainan merupakan suatu aktivitas atau kegiatan individu maupun berkelompok yang dapat menyenangkan hati. Dalam permainan terdapat makna bermain yang merupakan sebuah dorongan dari dalam individu untuk melakukan kegiatan bergerak yang melibatkan aktivitas fisik (Saputra, Rifki & Hartati, Yuli, Christina, 2015)

Permainan tradisional diartikan sebagai jenis permainan yang dapat dimainkan antar generasi, mengusung pada dirinya beraneka ragam nilai-nilai positif, positif serta bernilai dalam permainan tersebut (Hidayat, 2013). Permainan tradisional dikenal oleh kalangan masyarakat sebagai aset atau warisan dari leluhur yang harus tetap dilestarikan di era modern saat ini. Permainan tradisional bukan hanya sekedar sebuah permainan sederhana yang digunakan untuk kesenangan, melainkan dalam permainan tradisional terdapat budaya yang melekat dengan kuat sehingga harus dilestarikan agar permainan tradisional tidak dilupakan (Yudiwinata & Handoyo, 2014).

Gobak sodor dalam versi permainan tradisional adalah suatu jenis permainan kolaboratif yang merangkumi peraturan menghalangi lawan agar tak berhasil melewati batas yang dijaga oleh para penjaga batas (Listyaningrum, 2018). Gobak sodor menggabungkan dua kelompok, yaitu penjaga dan penyerang. Tugas penjaga adalah menjaga setiap garis agar tak ditembus penyerang. Sementara tim penyerang berjuang melewati setiap garis dijaga. Bila tim

penyerang melewati semua garis hingga garis finish tanpa disentuh penjaga, mereka jadi pemenang. Meski peraturan dapat berbeda di setiap wilayah, tetap ada prinsip bahwa bila penjaga menyentuh penyerang, penyerang tereliminasi.

Motivasi mengindikasikan perubahan energi dalam individu, mendorongnya atau orang lain menuju suatu tujuan yang ingin dicapai. (Maryam, 2016). Dorongan tersebut disebabkan adanya keinginan atau kebutuhan untuk mencapai prestasi. Dengan demikian, dapat melibatkan suatu individu untuk berjuang dan mempromosikan hasil belajar yang tinggi. Motivasi sendiri diperlukan agar peserta didik memiliki keinginan untuk bergerak atau berolahraga dan mencoba hal baru pada saat pembelajaran PJOK agar tidak merasa bosan dan jenuh dengan sistem pembelajaran yang monoton.

Menurut Wina Sanjaya dalam (Emda, 2018), mengemukakan bahwa motivasi memiliki dua fungsi dalam proses pembelajaran: 1). Mampu mendorong siswa untuk melakukan segala aktivitas. Jiwa semangat yang dimiliki seseorang ditentukan oleh sebuah motivasi yang didapatkan. Semakin besar motivasi yang diberikan maka akan menambah rasa semangat siswa untuk mencapai tujuan. Siswa memiliki semangat menyelesaikan tugas yang diberikan dan akan mendapatkan nilai yang memuaskan dengan sebuah motivasi yang diberikan. 2). Motivasi sebagai pengarah seorang inidividu untuk mencapai tujuan.

Pendidikan merupakan proses dalam pengembangan kemampuan dan sikap seorang individu yang memiliki beberapa aspek seperti mental, pengetahuan atau intelektual dan tentang spiritual (Bangun, 2016). PJOK merupakan elemen yang tak terpisahkan dari struktur pendidikan. Dalam pendidikan tidak hanya dibutuhkan keaktifan dalam berpikir namun juga membutuhkan aktivitas gerak yang mampu meningkatkan kebugaran jasmani seorang siswa.

Berdasarkan obervasi di SD Negeri Babadan 02 peneliti menemukan masalah bahwa kegiatan pembelajaran PJOK dilakukan tanpa menggunakan inovasi dan cenderung membosankan, sehingga terlihat beberapa siswa malas untuk mengikuti pembelajaran PJOK sehingga minat dalam beraktivitas gerak rendah. Maka dari itu peneliti memilih permainan tradisonal gobak sodor sebagai inovasi baru agar peserta didik di SD Negeri Babadan 02 termotivasi untuk mengikuti pembelajaran PJOK. Karena selain permainan gobak sodor yang sederhana dan tidak memiliki peraturan yang banyak, juga dapat mengenalkann kepada peserta didik mengenai permainan tradisonal selain itu juga dapat melatih sportivitas, kerja sama, jujur dan disiplin.

Berdasarkan hasil uraian latar belakang, peneliti ingin mengetahui “apakah permainan tradisional gobak sodor dapat meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Babadan 02”.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini mengadopsi desain eksperimen semu dengan pendekatan kuantitatif. Sesuai pandangan Maksam seperti yang diungkapkan oleh (Saputra, Rifki & Hartati, Yuli, Christina, 2015), desain penelitian eksperimen bertujuan tegas untuk mengidentifikasi relasi sebab-akibat antara variabel-variabel. *Desain pretest-posttest only control design group* digunakan secara eksklusif sebagai desain penelitian, yaitu satu tes sebelum treatment dan satu tes setelah treatment.

Populasi dan Sampel

Populasi adalah jumlah seluruh kelompok atau obyek yang dimaksudkan untuk dipelajari dan kemudian digeneralisasi. Maksam dalam (Saputra, Rifki & Hartati, Yuli, Christina, 2015) mengatakan bahwa generalisasi merupakan sebuah metode untuk menarik kesimpulan mengenai jumlah orang atau hal yang lebih besar berdasarkan informasi yang telah dikumpulkan dari obyek yang lebih sedikit. Subyek penelitian ini terdiri dari murid yang berada di kelas V dan VI SD Negeri Babadan 02. Dipilih sejumlah 11 murid dari kelas V dan 15 murid dari kelas VI sebagai sampel untuk kelompok eksperimen dan kontrol. Dengan demikian, sampel terdiri dari dua kelas, dan keseluruhannya terdiri dari 26 murid.

Teknik dan Instrument Pengumpulan Data

Teknik dan instrument ini digunakan sebagai instrumen untuk membantu peneliti terkait proses mengumpulkan data penelitian. Dalam prosesnya instrument pengumpulan data memiliki berbagai cara yang dapat digunakan. Peneliti menggunakan angket kuesioner yang akan dibagikan saat melakukan *pre-test* sebelum dilakukannya perlakuan dan *post-test* setelah diberikan sebuah perlakuan untuk mendapatkan kesimpulan. Angket atau kuesioner merupakan sebuah lembar formulir berisi beberapa pertanyaan tertulis yang akan disebar kepada subyek penelitian sebagai responden mengenai hasil dari pelaksanaan penelitian untuk mendapatkan sebuah jawaban yang kemudian dikumpulkan menjadi data.

Teknik Analisi Data

Peneliti memakai metode analisis data yang mengungkap aspek statistik deskriptif, melalui penghitungan presentase serta frekuensi, disajikan dalam wujud tabel, dan mengaplikasikan uji-t bantu SPSS. Setelah data memenuhi persyaratan analisis, langkah selanjutnya terarah pada analisis hipotesis. Dengan demikian, hasil perhitungan thitung dikontraskan dengan ttabel pada taraf signifikansi 5%. Jika nilai thitung melampaui ttabel, akan tampak perbedaan signifikan dalam motivasi pembelajaran PJOK di antara kelas eksperimen dan kontrol. Secara demikian, penolakan hipotesis nol (H_0) menjadi konklusi yang sah, serta penerimaan hipotesis kerja (H_a) (Sujarweni, 2015).

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian tentang dampak permainan tradisional gobak sodor pada semangat belajar siswa dalam mata pelajaran PJOK, pada kelas eksperimen serta kontrol, akan dijelaskan oleh peneliti. Data ini diperoleh melalui penyebaran angket pre-test dan post-test pada 26 partisipan.

Tabel 1 Statistik Data Penelitian

		Statistics			
		Pretest Eksperimen	Posttest Eksperimen	Pretest Kontrol	Posttest Kontrol
N	Valid	11	11	15	15
	Missing	4	4	0	0
Mean		71.82	76.82	69.47	81.87
Median		75.00	77.00	69.00	81.00
Mode		62	72 ^a	60 ^a	79 ^a
Std. Deviation		8.060	3.816	6.058	3.642
Minimum		62	72	60	74
Maximum		83	85	80	88
a. Multiple modes exist. The smallest value is shown					

Tabel 1 mengungkapkan bahwa hasil pretest Kelas Eksperimen memiliki rata-rata (mean) sebesar 71,82, dengan nilai terendah 62 dan tertinggi 83, serta standar deviasi (simpangan baku) sekitar 8,060. Sementara rata-rata data posttest kelas yang sama adalah 76,82, dengan nilai minimum 72 dan maksimum 85, serta standar deviasi sekitar 3,816. Kelas kontrol menunjukkan rata-rata mean pretest sebesar 69,47, dengan nilai terendah 60 dan

tertinggi 80, dan standar deviasi sekitar 6,058. Untuk data posttest kelas kontrol, rata-ratanya adalah 81,87, nilai terendah 74, nilai tertinggi 88, dengan standar deviasi sekitar 3,642.

Dalam konteks penelitian ini, tes digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan. Menggunakan uji-t (paired sample t-test) pada tingkat signifikansi 5%, hipotesis diuji untuk menentukan penerimaan atau penolakan. Hasil dari pengujian hipotesis ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis

	t	Df	Sig. (2-tailed)
Kelas Eksperimen – Kelas Kontrol	3.423	24	.002

Dari pengolahan data tersebut, nilai thitung tercatat sebesar (3,423), melebihi nilai ttabel (2,064), sementara nilai Sig. (2-tailed) p (0,002) < dari (0,05). Hal ini mengindikasikan bahwa nilai thitung mengungguli ttabel. Oleh karena itu, dapat diartikan bahwa "Terdapat dampak dan efisiensi dari permainan tradisional gobak sodor dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Babadan 02."

Tabel 3 Hasil Presentase Peningkatan Motivasi Siswa

Variabel		Nilai total	Nilai total(%)	Peningkatan(%)
Kelas Eksperimen	<i>Pretest</i>	790	48%	4%
	<i>Posttest</i>	845	52%	
Variabel		Nilai total	Nilai total(%)	Peningkatan(%)
Kelas Kontrol	<i>Pretest</i>	1042	46%	8%
	<i>Posttest</i>	1228	54%	

Dari tabel di atas diperoleh *presentase* peningkatan hasil motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK sebelum dan setelah diberikan permainan tradisional gobak sodor pada kelas eksperimen sebesar 4% Dengan hasil *pretest* sebesar 790 dan hasil *posttest* sebesar 845. Pada kelas kontrol diperoleh peningkatan sebesar 8% Dengan hasil *pretest* 1042 dan hasil *posttest* 1228.

PEMBAHASAN

Tujuan penelitian ini adalah menguak pengaruh dan efektivitas permainan gobak dalam meningkatkan motivasi siswa dalam mata pelajaran PJOK di SD Negeri Babadan 02. Partisipan yang dipilih untuk dijadikan kelompok eksperimen dan kontrol adalah murid dari kelas V dan kelas VI di SD Negeri Babadan 02, dengan total 26 siswa sebagai responden; masing-masing, kelas V memiliki 11 siswa dan kelas VI memiliki 15 siswa. Pengambilan data *pretest* dan *posttest* menggunakan kuesioner/angket mengenai permainan tradisional gobak sodor. Jumlah item pertanyaan sebanyak 25 soal.

Peneliti melakukan pengamatan sebelum melakukan penelitian, hal tersebut dilakukan untuk mengetahui situasi terkait penelitian yang akan diterapkan, setelah menjalankan observasi, peneliti berhasil mengidentifikasi permasalahan yang timbul, yakni kekurangan animo siswa dalam mengambil bagian dalam proses pembelajaran PJOK di lingkungan sekolah. dan masih memiliki tingkat motivasi yang rendah untuk mengikuti pembelajaran PJOK. Dalam pembahasan ini, peneliti akan menjelaskan:

1. Peneliti menerapkan uji-t pada hasil data pretest dan post-test. Setelah menganalisis data ini, ditemukan bahwa nilai thitung ($3,423$) $>$ ttabel ($2,064$), dan nilai Sig. (2-tailed) p ($0,002$) $<$ dari ($0,05$). Fakta ini menandakan bahwa nilai thitung melebihi ttabel. Akibatnya, dapat disimpulkan bahwa setelah menerima perlakuan berupa permainan tradisional gobak sodor, terlihat pengaruh yang signifikan dalam peningkatan motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Babadan 02.
2. Selain itu dari penelitian tersebut terdapat peningkatan hasil motivasi siswa yang signifikan dalam pembelajaran PJOK sebelum dan setelah diberikan *treatment* permainan tradisional gobak sodor pada kelas eksperimen sebesar 4%. Pada kelas kontrol terdapat peningkatan sebesar 10%. Oleh karena itu, dapat diambil kesimpulan dari peningkatan ini bahwa penggunaan permainan tradisional gobak sodor terbukti berhasil dalam memacu motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Babadan 02.

Kelemahan dalam penelitian ini adalah cara bermain gobak sodor yang membutuhkan tenaga lebih banyak untuk berlari dengan cepat, sehingga dapat membuat siswa merasa lelah saat selesai bermain permainan gobak sodor.

SIMPULAN

Melalui pembahasan dan temuan penelitian ini, dapat dinyatakan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima, mengindikasikan bahwa adanya pengaruh dari permainan tradisional gobak sodor dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Babadan 02. Selain itu, penerimaan Ho dan Ha menggambarkan efektivitas penggunaan permainan tradisional gobak sodor dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Babadan 02.

DAFTAR PUSTAKA

- Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikandi Indonesia. *Publikasi Pendidikan*, 6(3). <https://doi.org/10.26858/publikan.v6i3.2270>. Medan: Universitas Negeri Medan.
- Hidayat, D. (2013). Permainan tradisional dan kearifan lokal kampung dukuh garut selatan jawa barat. *Academica*, 05(02), 1057–1070.
- Yudiwinata, H. P., & Handoyo, P. (2014). Permainan Tradisional dalam Budaya dan Perkembangan Anak. *Paradigma*, 02, 1–5. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Saputra, Rifki, K., & Hartati, Yuli, Christina, S. (2015). Penerapan Permainan Tradisional Dalam Pemanasan Terhadap Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 03(2), 288–292. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Sujarweni, V.W. (2015). *SPSS untuk Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.