

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Motorik Siswa Madrasah Ibtidaiyah Al Hidayah Pacul Bojonegoro” yang disusun oleh Chabib Masrikul Anwar, NIM. 3220170121 ini benar karya saya sendiri. Bebas dari plagiat, dan apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan peraturan perundang – undangan.

Bojonegoro, 07 September 2021



**Chabib Masrikul Anwar**

NIM. 3220170121

## HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Chabib Masrikul Anwar

NIM : 3220170121

Judul : Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Motorik Siswa Madrasah Ibtidaiyah Al Hidayah Pacul Bojonegoro.

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam ujian skripsi.

Bojonegoro, 07 September 2021

Pembimbing I



**Olivia Dwi Cahyani, S.Pd, M.Pd**

NIDN 0729098702

Pembimbing II



**Hilmy Aliriad, M.Pd**

NIDN 0707048904

## HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Chabib Masrikul Anwar

NIM : 3220170121

Judul : Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap peningkatan Kemampuan Gerak Motorik Siswa Madrasah Ibtidaiyah Al Hidayah Pacul Bojonegoro.

Telah dipertahankan dihadapan penguji pada tanggal 14 September 2021.

Dewan penguji  
Ketua

**M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I**  
NIDN. 2128097201

Penguji Utama

**Rohmad Apriyanto, M.Pd**  
NIDN. 0704048703

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu  
Pendidikan



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
**Asriid Chandrabadi, M.Pd.**  
NIDN. 0721059101

Tim Pembimbing  
Pembimbing I

**Olivia Dwi Cahyani, M.Pd**  
NIDN. 0729098702

Pembimbing II

**Hilmy Aliriad, M.Pd.**  
NIDN. 0707048904

Mengetahui,  
Ketua Program Studi  
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan  
Rekreasi



FAKULTAS KINERJA KESEHATAN DAN REKREASI  
**Hilmy Aliriad, M.Pd.**  
NIDN. 0707048904

## **MOTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

MENJADI BAIK TIDAK HARUS MENURUTI LEVEL ORANG LAIN

TAPI DENGAN LEVEL DIRI KITA SENDIRI

IT'S OKEY, NOT TO BE OKEY

### **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan untuk Kedua Orang Tua Saya, Istri Saya, dan  
Calon Putra Pertama saya



**UNUGIRI**  
BOJONEGORO

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, atas limpahan rahmat, taufiq dan hidayah serta inayah-nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Gerak Motorik Siswa Madrasah Ibtidaiyah Pacul Bojonegoro".

Sesuai dengan waktu yang ditentukan. Dan tak lupa sholawat serta salam penulis haturkan kepada junjungan nabi agung Muhammad SAW, keluarga, sahabat, dan para pengikutnya. Penulis mengajukan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu persyaratan setiap mahasiswa/i yang hendak menuntaskan pendidikannya serta memperoleh gelar sarjana strata satu (S-1) Program Studi (PRODI) Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri (UNUGIRI) Bojonegoro.

Penulis menyadari masih banyak kelemahan dan kekurangan baik dari segi isi maupun tata bahasa dalam skripsi ini. Hal ini dikarenakan keterbatasan pengetahuan dan pengalaman peneliti. Untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti khususnya dan bagi pembaca umumnya, serta dapat menjadi sumbangsih dalam dunia pendidikan khususnya Pendidikan Olahraga.

Bojonegoro, 07 September 2021

**UNUGIRI**  
BOJONEGORO

**Chabib Masrikul Anwar**

NIM. 3220170121

## **ABSTRACT**

**Chabib Masrikul Anwar.** 2021. *The Influence of Traditional Games on Improving Motor Movement Ability Students of Madrasah Ibtidaiyah Al Hidayah Pacul Bojonegoro.* Essay. Physical Education Study Program, Health and Recreation, Faculty of Teacher Training and Education, Nahdlatul Ulama University Sunan Giri Bojonegoro.

**Keywords:** *Traditional Games, Improved Motor Movement Ability*

*Traditional games are an example of thousands of traditional games in Indonesia. However, the existence of these traditional games is getting eroded little by little, especially in cities, perhaps for today's children, many are not familiar with existing traditional games even though traditional games are games inherited from the ancestors of the Indonesian people. Gross motor is a body movement that uses large muscles or all limbs or as large or all body members which are influenced by the maturity of the child himself. The objectives to be achieved in this study are to determine the effect of traditional sports on the improvement of gross motor movements for male students at the Madrasah Ibtidaiyah Pacul Bojonegoro.*

*The research method used in this research is the experimental method. The design used is the Pre-test and Post-test Group Design. Method of data analysis using t test. The population and samples were all male students in the fifth grade of Madrasah Ibtidaiyah Al Hidayah Pacul Bojonegoro, totaling 12 children. All samples were given treatment playing the traditional game of fortification and gobak sodor.*

*The results of descriptive analysis of pre-test data running back and forth 4x5 meters male students of class V MI Al Hidayah Pacul Bojonegoro, Bojonegoro District, Bojonegoro Regency obtained the slowest time of 20.88, fastest time of 13.86, average 16.49, median 16.45, mode 14.17 and standard deviation 2.19. The results of the descriptive analysis of post-test data running back and forth 4x5 meters male students of class V MI Al Hidayah Pacul, Bojonegoro District, Bojonegoro Regency obtained the slowest time of 19.44, fastest time of 13.36, average 15.40, median 14, 38, the mode is 14.31 and the standard deviation is 1.85.*

*The conclusion in this research is that traditional games have an effect on gross motor skills in male students at the Madrasah Ibtidaiyah Al Hidayah Pacul Bojonegoro.*

**UNIVERSITAS  
SUNAN GIRI  
BOJONEGORO**

## ABSTRAK

Chabib Masrikul Anwar. 2021. Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Motorik Siswa Madrasah Ibtidaiyah Al Hidayah Pacul Bojonegoro. Skripsi. Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.

**Kata kunci** : Permainan Tradisional, Peningkatan Kemampuan Gerak Motorik

Permainan tradisional merupakan satu contoh dari ribuan permainan tradisional yang ada di Indonesia. Namun permainan tradisional tersebut kini semakin terkikis keberadaannya sedikit demi sedikit khususnya di kota-kota mungkin untuk anak-anak sekarang ini banyak yang tidak mengenal permainan tradisional yang ada padahal permainan tradisional adalah permainan warisan nenek moyang rakyat Indonesia. Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau seluruh anggota tubuh atau sebagai besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu mengetahui pengaruh pengaruh olahraga permainan tradisional terhadap peningkatan gerak motorik kasar pada siswa putra kelas lima Madrasah Ibtidaiyah Al Hidayah Pacul Bojonegoro.

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode eksperimen. Rancangan yang digunakan adalah *Pre-test and Post-test Group Design*. Metode analisis data menggunakan uji t. Populasi dan sampel adalah sampel semua dari anak siswa laki-laki kelas lima Madrasah Ibtidaiyah Al Hidayah Pacul Bojonegoro yang berjumlah 12 anak. Semua sampel diberikan perlakuan memainkan permainan tradisional bentengan, dan gobak sodor.

Hasil analisis deskriptif data *pre test* lari bolak-balik 4x5 meter siswa putra kelas V MI Al Hidayah Pacul Bojonegoro, Kecamatan Bojonegoro, Kabupaten Bojonegoro memperoleh waktu paling lambat sebesar 20,88, waktu tercepat 13,86, rata-rata 16,49, median 16,45, modus 14,17 dan standar deviasi 2,19. Hasil analisis deskriptif data *post test* lari bolak-balik 4x5 meter siswa putra kelas V MI Al Hidayah Pacul, Kecamatan Bojonegoro, Kabupaten Bojonegoro memperoleh waktu paling lambat sebesar 19,44, waktu tercepat 13,36, rata-rata 15,40, median 14,38, modus 14,31 dan nilai standar deviasi sebesar 1,85.

Simpulan dalam penelitian adalah permainan tradisional berpengaruh terhadap kemampuan gerak motorik kasar pada siswa putra Madrasah Ibtidaiyah Al Hidayah Pacul Bojonegoro.

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b><u>HALAMAN PERNYATAAN</u></b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>MOTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>ABSTRACT</b> .....	vii
<b>ABSTRAK</b> .....	viii
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>1.1 Latar Belakang</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>1.2 Rumusan Masalah</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>1.3 Batasan Masalah</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>1.4 Tujuan Penelitian</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>1.5 Manfaat Penelitian</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5.2 Manfaat Praktis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5.2.1 Bagi Peneliti .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5.2.2 Bagi Siswa Madrasah Ibtadaiyah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5.2.3 Bagi Guru .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>1.6 Definisi Istilah</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.6.1 Permainan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.6.2 Tradisional.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.6.3 Pembelajaran Motorik.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN DASAR TEORI</b> .	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>2.1 Tinjauan Pustaka</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>



<b>2.2</b>	<b>Dasar Teori</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.2	Pengertian Tradisional	Error! Bookmark not defined.
2.2.5.1	Bentengan	Error! Bookmark not defined.
2.2.5.2	Gobak Sodor	Error! Bookmark not defined.
2.2.6	Gerak Motorik	Error! Bookmark not defined.
2.2.7	Gerak Refleks	Error! Bookmark not defined.
2.2.8	Gerak Motorik Halus	Error! Bookmark not defined.
2.2.9	Gerak Motorik Kasar	Error! Bookmark not defined.
2.2.10	Kemampuan Gerak Dasar	Error! Bookmark not defined.
2.2.10.1	Kemampuan Locomotor	Error! Bookmark not defined.
2.2.10.2	Kemampuan Non-Locomotor	Error! Bookmark not defined.
2.2.10.3	Kemampuan Manipulative	Error! Bookmark not defined.
2.2.11	Perkembangan Gerak	Error! Bookmark not defined.
2.2.11.1	Kecepatan (Speed)	Error! Bookmark not defined.
2.2.11.2	Kelincahan (Agility)	Error! Bookmark not defined.
<b>2.3</b>	<b>Kerangka Berfikir</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>2.4</b>	<b>Hipotesis</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>3.1</b>	<b>Metode Penelitian</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>3.2</b>	<b>Desain Penelitian</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>3.3</b>	<b>Subjek (Populasi dan Sampel)</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.1	Populasi	Error! Bookmark not defined.
3.2.2	Sampel	Error! Bookmark not defined.
<b>3.3</b>	<b>Waktu Penelitian</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>3.4</b>	<b>Lokasi Penelitian</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>3.5</b>	<b>Variabel Penelitian</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.1	Variabel Bebas	Error! Bookmark not defined.
3.5.2	Variabel Terikat	Error! Bookmark not defined.
<b>3.6</b>	<b>Instrumen Penelitian</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.1	Tes lari 30 meter	Error! Bookmark not defined.
3.6.2	Tes lari bolak-balik 4 x 5 meter	Error! Bookmark not defined.
<b>3.7</b>	<b>Pengambilan Data</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

3.8 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penelitian.....Error! Bookmark not defined.

3.9 Teknik Analisa Data.....Error! Bookmark not defined.

**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.. Error! Bookmark not defined.**

4.1 Hasil Penelitian .....Error! Bookmark not defined.

4.2 Pembahasan .....Error! Bookmark not defined.

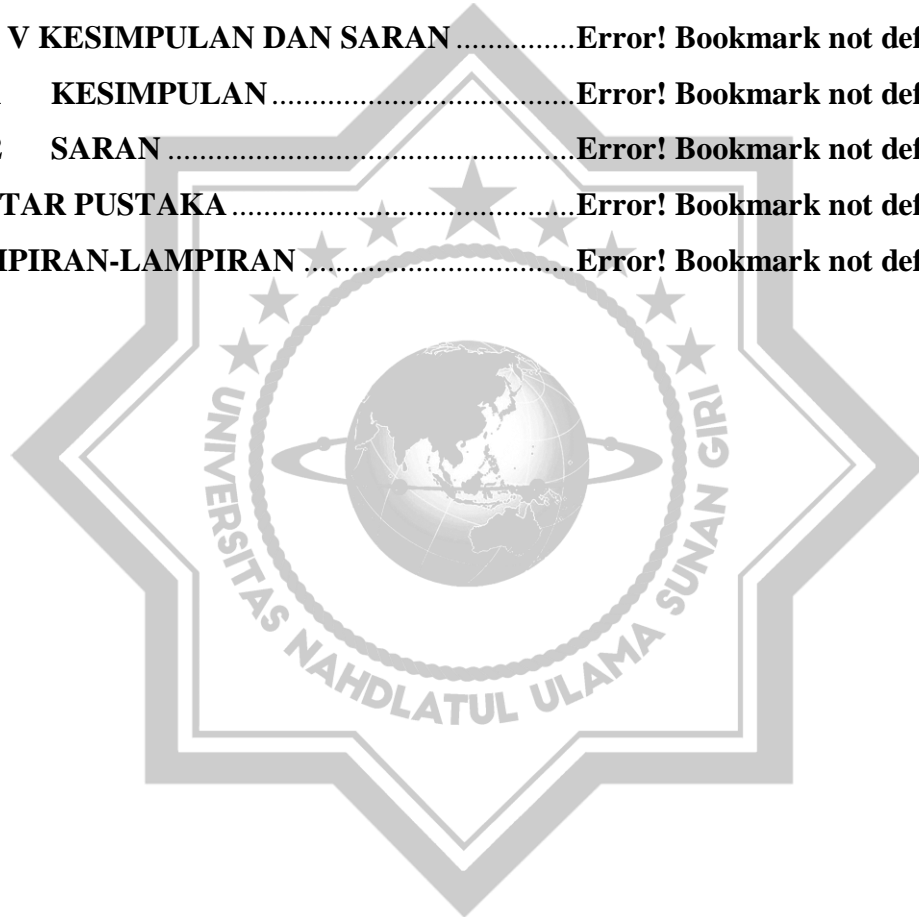
**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....Error! Bookmark not defined.**

5.1 KESIMPULAN.....Error! Bookmark not defined.

5.2 SARAN .....Error! Bookmark not defined.

**DAFTAR PUSTAKA .....Error! Bookmark not defined.**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN .....Error! Bookmark not defined.**



**UNUGIRI**  
BOJONEGORO

## DAFTAR BAGAN

Halaman

Bagan 1 Alur penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**



**UNUGIRI**  
BOJONEGORO

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Skema Lapangan Permainan Bentengan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2 Lapangan dan Keterangan Pemain Gobak Sodor.	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3. Lintasan lari 30 meter .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 4 Lintasan tes lari bolak-balik 4*5 m.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>



**UNUGIRI**  
BOJONEGORO

## DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1 Norma kecepatan lari 30 meter .....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 2 Norma Kelincahan .....**Error! Bookmark not defined.**

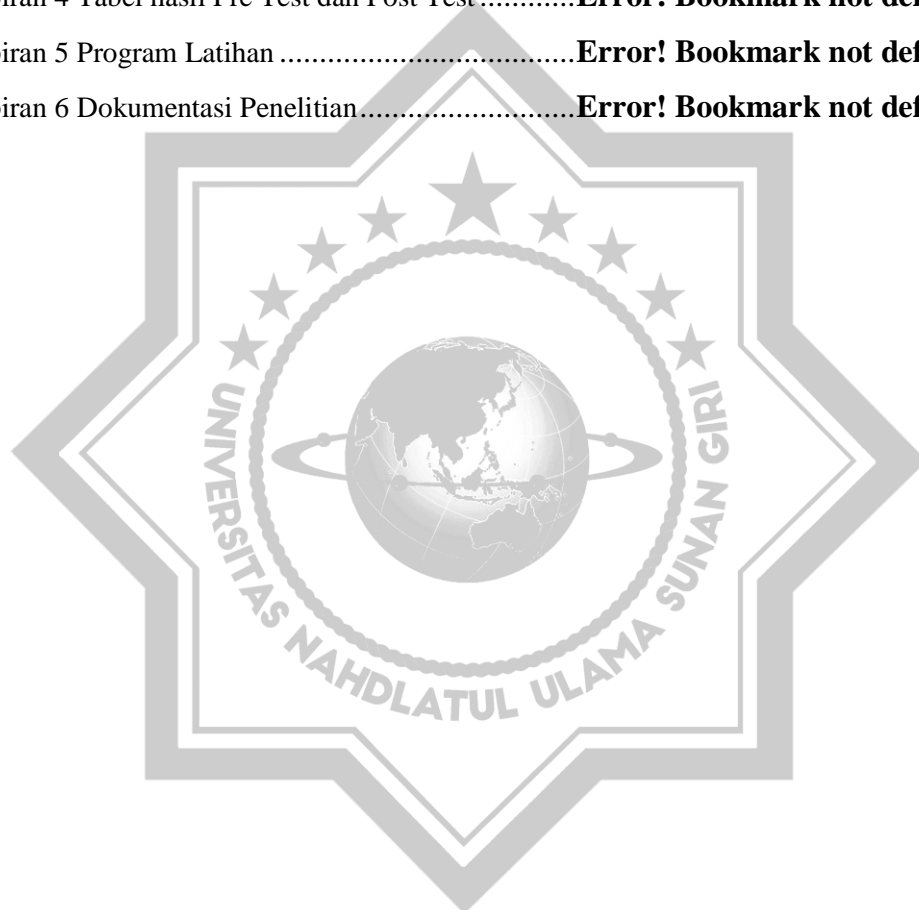


**UNUGIRI**  
BOJONEGORO

## DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1 Tes Kecepatan dan Kelincahan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 2 Norma Kecepatan lari 30 meter dan Norma Kelincahan..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 3 Hasil Pre Test dan Post Test Lari 30 meter	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 4 Tabel hasil Pre Test dan Post Test .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 5 Program Latihan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>



**UNUGIRI**  
BOJONEGORO



**UNUGIRI**  
BOJONEGORO