

Hubungan Permainan Tradisional Betengan Terhadap Gerak Lokomotor Siswa

Mohammad Syaffruddin Kuryanto¹, Ika Ari Pratiwi¹
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Muria Kudus¹
syaffruddin.kuryanto@umk.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel

Diterima: 13 Nopember 2018
Revisi: 29 Nopember 2018
Disetujui: 13 Desember 2018
Dipublikasikan: 30 Desember 2018

Keyword

Betengan
Gerak Lokomotor

Abstract

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan positif antara permainan tradisional betengan terhadap gerak lokomotor siswa. Penelitian ini dilaksanakan di SD 1 Muhammadiyah Kudus. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 29 siswa. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data observasi. Penelitian ini dianalisis menggunakan uji korelasi *product moment pearson* dengan uji prasyarat linearitas dan normalitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa data memenuhi uji prasyarat dengan signifikansi linearitas sebesar 0,898 dan signifikansi normalitas sebesar 0,20. Terdapat hubungan yang signifikan antara permainan tradisional terhadap gerak lokomotor siswa dengan koefisien signifikansi 0,708 lebih besar dari 0,05 atau $0,708 > 0,05$ dengan kategori tingkat hubungan sangat kuat. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan permainan tradisional betengan memiliki hubungan yang kuat terhadap gerak lokomotor siswa.

Artikel ini dapat diakses secara terbuka dibawah lisensi CC-BY-SA



Pendahuluan

Perkembangan teknologi semakin pesat sehingga memudahkan aksesibilitas manusia. Salah satunya adalah perkembangan permainan anak-anak yang dahulunya menuntut anak menjadi aktif bergerak, berfikir, dan bersosialisasi dengan teman sebayanya secara langsung, berubah menjadi permainan yang pasif, dan individualis. Salah satu diantaranya yaitu munculnya berbagai gadget yang semakin marak di masyarakat. Jika penggunaan gadget tidak terkontrol maka akan berdampak tidak baik bagi perkembangan psikis, emosional, dan sosial siswa. Gadget menyebabkan bermain dengan seseorang tidak mengharuskan untuk saling bertemu dan bersosialisasi dengan kawan dan lawannya secara langsung, mereka lebih asyik secara individu dengan menggunakan fasilitas yang ada pada gadget tersebut. Permainan tradisional yang dahulu sering dimainkan secara bersama-sama dengan tanpa mengeluarkan biaya, sekarang sudah mulai ditinggalkan oleh anak-anak.

Permainan tradisional merupakan sarana permainan anak-anak yang bernilai edukatif untuk perkembangan moral anak-anak. Permainan tradisional memuat unsur nilai kebersamaan dan keakraban, sebab dalam permainan tradisional tidak pernah dilakukan secara sendiri. Salah satu permainan tradisional yang mampu melibatkan siswa aktif berinteraksi adalah permainan betengan. Menurut Nurastuti (2012:3) permainan betengan adalah permainan yang diturunkan dari generasi ke generasi, tidak lagi diketahui pembuatnya dan cara bermainnya adalah dengan merebut benteng milik lawan. Melalui permainan betengan dapat meningkatkan keterampilan sosial anak seperti kerjasama, komunikasi, saling berbagi, partisipasi, serta aspek adaptasi (Huda, 2016:157). Selain itu permainan tradisional memiliki berbagai nilai luhur di dalamnya. Ardiwinata dkk, dalam Nurastuti (2012:7) permainan tradisional betengan terkandung nilai luhur, diantaranya kerjasama dalam kelompok, kejujuran, kesabaran, perencanaan strategi yang matang, dan komunikasi efektif.

Jenis kegiatan permainan tradisional dapat dibagi menjadi 2 yaitu: permainan aktif dan permainan pasif. Menurut Yanti (2014:6) permainan aktif merupakan suatu kegiatan yang melibatkan aktifitas fisik yang menimbulkan perasaan senang pada anak di mana kegiatan bermain ini dapat dilakukan sendiri atau bersama dengan teman-temannya dan dapat dilakukan dalam kehidupan sehingga memberikan rangsangan bagi perkembangan anak. Sedangkan permainan pasif anak tidak banyak menggerakkan tubuh, hanya saja lebih terkesan jiwa anak tersebut aktif bermain melalui indera yang ia miliki. Melalui karakter permainan Betengan yang lebih kompleks permainan tradisional dapat dikembangkan sesuai dengan perkembangan kreatifitas siswa.

Pada permainan betengan siswa terlibat secara aktif bergerak untuk mengejar lawan dan menyelamatkan kawan. Anak akan merasa riang dan senang karena bermain bersama dengan banyak teman tanpa dibatasi oleh ruang. Praktisnya saat anak melakukan permainan betengan maka secara tidak mereka sadari, sebenarnya mereka sedang berolahraga. Hal ini mendukung praktik gerak lokomotor setiap anak sehingga dapat mendorong siswa untuk belajar gerak secara langsung. Suhendrik (2011:34) menyatakan bahwa permainan tradisional betengan merupakan jenis permainan yang membutuhkan aktivitas yang tinggi. Gerakan yang ada di dalam permainan betengan merupakan gerak yang menuntut siswa untuk berpindah sesuai keinginan siswa. Untuk memindahkan tubuh, siswa memerlukan keterampilan gerak lokomotor yang baik. Sugiyanto berpendapat dalam Argasmita (2007:85) bahwa gerak lokomotor adalah gerak berpindah dari suatu tempat ke tempat yang lain. Misalnya: berjalan, berlari, melompat, dll.

Permainan tradisional betengan adalah permainan yang bertujuan untuk merebut benteng lawan. Permainan tradisional betengan memerlukan dua tim agar dapat dimainkan. Permainan betengan bersifat kompetitif, sehingga dalam permainan tersebut ada tim yang menang maupun kalah. Permainan ini mengadu ketangkasan pemain untuk dapat bermain secara berkelompok. Selain ketangkasan siswa, permainan tradisional betengan dapat meningkatkan gerak lokomotor, seperti dalam Siti (2017:76) aktivitas permainan tradisional betengan dapat meningkatkan kemampuan gerak lokomotor siswa. Permainan tradisional betengan yang bersifat aktif membuat siswa bergerak secara natural untuk dapat memenangkan permainan tersebut. Menurut Husna (2009: 7) cara bermain permainan tradisional betengan adalah sebagai berikut: a. Kelompok siswa dibagi menjadi dua kelompok b. Masing-masing kelompok memilih pos seperti pohon, tiang, atau kursi sebagai bentengnya. c. Tugas setiap kelompok merebut benteng lawannya. d. Setiap pemain wajib menyentuh pos atau bentengnya untuk memperbarui kekuatannya. e. Pemain yang sudah tertangkap akan menjadi tawanan musuh dan dipenjara disebelah benteng lawan. f. Pemain yang tertangkap selanjutnya dapat diselamatkan jika disentuh oleh teman satu kelompoknya. g. Kelompok yang menang adalah kelompok yang dapat merebut benteng lawan dengan cara menyentuh benteng lawan.

Bermain betengan, secara tidak langsung siswa mempelajari gerak selama permainan tersebut berlangsung. Dalam kata lain mempelajari gerak yaitu *motor learning*. *Motor* (gerak) adalah istilah umum untuk berbagai macam bentuk gerak manusia. Kemampuan gerak dasar sering disebut kemampuan motorik. Dalam Dicaprio (2017) motorik adalah semua gerakan yang mungkin dapat dilakukan oleh seluruh tubuh. Gerak Locomotor adalah gerakan berpindah tempat, di mana bagian tubuh tertentu bergerak atau berpindah tempat. Gerak lokomotor merupakan salah satu domain dari gerak dasar fundamental (*fundamental basic movement*), keterampilan lokomotor didefinisikan sebagai keterampilan berpindahnya individu dari satu tempat ke tempat yang lain. Sebagai contohnya siswa mengejar lawan yang mencoba mendekati benteng kelompoknya. Sebagian besar keterampilan lokomotor berkembang dari hasil tingkat kematangan tertentu, namun latihan dan pengalaman juga penting untuk mencapai kecakapan yang matang. Gerak dasar fundamental dapat dibagi menjadi 3 jenis yaitu: gerak dasar lokomotor, gerak dasar non lokomotor, serta gerak dasar manipulatif. Keterampilan lokomotor misalnya berlari cepat, mencongklang,

meluncur, dan melompat lebih sulit dilakukan karena merupakan kombinasi dari pola-pola gerak dasar yang lain. Keterampilan lokomotor membentuk dasar atau landasan koordinasi gerak kasar (*gross skill*) dan melibatkan gerak otot besar.

Gerak lokomotor berjalan adalah suatu gerakan yang bertujuan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain dengan menggunakan salah satu kaki sebagai tumpuan secara bergantian. Sedangkan gerak lokomotor berlari yaitu gerak memindahkan tubuh dari suatu tempat ketempat yang lain, ketika memindahkan tubuh ke tempat lain ada saat ketika tubuh melayang tanpa ada tumpuan di tanah. Gerakan berjalan, kaki bergerak secara bergantian antara satu kaki dengan kaki yang lain untuk dapat memindahkan badan. Samsudin (2008:75) mengatakan bahwa berjalan merupakan perpindahan badan dari satu kaki ke kaki yang lainnya, sewaktu gerakan dilakukan, setiap kaki akan berperan saling bergantian antara kedua fase tumpuan dan ayunan. Jadi dalam gerak berjalan siswa melakukan beberapa fase gerak yaitu fase pertama kaki mengayun, fase kedua kaki menjadi tumpuan, dan fase terakhir badan berpindah dari satu kaki ke kaki yang lainnya.

Lompat adalah suatu gerakan mengangkat tubuh dari satu titik ke titik lain yang lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengan kaki / anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik. gerakan berjalan, kaki bergerak secara bergantian antara satu kaki dengan kaki yang lain untuk dapat memindahkan badan. Samsudin (2008:75) mengatakan bahwa berjalan merupakan perpindahan badan dari satu kaki ke kaki yang lainnya, sewaktu gerakan dilakukan, setiap kaki akan berperan saling bergantian antara kedua fase tumpuan dan ayunan. Jadi dalam gerak berjalan siswa melakukan beberapa fase gerak yaitu fase pertama kaki mengayun, fase kedua kaki menjadi tumpuan, dan fase terakhir badan berpindah dari satu kaki ke kaki yang lainnya.

Gerak lokomotor berlari merupakan suatu gerakan berjalan yang dipercepat sehingga beberapa saat ketika berlari posisi tubuh melayang di atas permukaan tanah. Menurut Djuminar (2004:13) bahwa pengertian lari diartikan sebagai frekuensi langkah yang dipercepat sehingga terdapat suatu waktu di mana saat berlari kedua kaki mengalami kecenderungan badan melayang atau sekurang kurangnya satu kaki tetap menyentuh tanah. Sedangkan menurut Sumantri (2005:75) mengatakan berlari merupakan perkembangan dari gerakan berjalan, di mana perbedaannya adalah terletak pada irama ayunan langkahnya. Pada gerakan berlari irama lebih cepat dan terdapat saat kedua kaki tidak menginjak tanah. Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa gerakan berlari adalah gerakan berjalan yang memiliki ayunan lebih cepat dan terdapat suatu waktu di mana saat kedua kaki melayang (tidak menginjak tanah).

Belajar gerak lokomotor dapat diterapkan dengan banyak metode. Lutan (2001:21) menyatakan bahwa kemampuan gerak dasar dapat diterapkan dalam aneka permainan, olahraga, dan aktivitas jasmani yang dilakukan sehari-hari. Sehingga anak dapat belajar gerak menggunakan banyak metode, salah satunya dengan menggunakan permainan. Permainan tradisional betengan memiliki karakter permainan yang aktif dan banyak terkandung di dalamnya gerak lokomotor. Sehingga permainan tradisional betengan sangat baik untuk mengembangkan gerak lokomotor siswa. Tapi dalam mengembangkan gerak dasar, seorang pelatih/guru harus mengetahui periodisasi perkembangan motorik siswa.

Periodisasi perkembangan sangat diperlukan untuk mengembangkan kemampuan gerak siswa, karena dengan mengetahui periodisasi siswa seorang pelatih/guru dapat mengembangkan kemampuan motorik siswa dengan optimal. Sedangkan siswa sekolah dasar menurut periodisasi perkembangan termasuk kedalam anak besar (6-10 tahun perempuan, 6-12 tahun laki-laki). Menurut Sugiyanto dalam Argasmita (2007:108) pertumbuhan dan perkembangan anak besar salah satunya yaitu perkembangan penguasaan gerak dasar. Dalam pengembangan penguasaan gerak dasar pada anak besar yang berkembang yaitu terjadinya penyempurnaan kemampuan gerak dasar, mekanika gerak makin baik, kontrol dan kelancaran gerak meningkat, pola gerakan makin

bervariasi, serta gerakan makin bertenaga. Sugiyanto (2007:108) juga mengemukakan, penguasaan gerak dasar berkembang dengan baik bila memperoleh kesempatan yang cukup untuk melakukannya. Sehingga pada masa anak besar adalah masa yang tepat untuk memberikan kesempatan untuk mengembangkan gerak dasar terutama gerak dasar lokomotor.

Metode Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian korelasi dengan pendekatan korelasi bivariat yang bertujuan untuk mendeskripsikan seberapa kuat hubungan antara dua variabel. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 29 siswa teknik sampling yang digunakan adalah teknik sampling jenuh. Variabel dalam penelitian ini meliputi variabel terikat dan variabel bebas. Variabel terikat dari penelitian ini adalah permainan tradisional betengan, sedangkan variabel bebas dari penelitian ini adalah gerak lokomotor. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu dengan observasi untuk masing masing variabel penelitian yang dilakukan kepada siswa SD 1 Muhammadiyah Kudus. Penelitian ini memiliki alur penelitian: 1) Analisis kebutuhan 2) menyusun instrumen penelitian 3) menguji validitas & realibilitas 4) revisi instrumen 5) kegiatan penelitian 6) Pengumpulan data penelitian 7) analisis data, dan 8) pelaporan hasil penelitian.

Penelitian ini terdapat dua data yang dianalisis oleh peneliti yaitu data observasi gerak lokomotor dan data observasi permainan betengan. Data observasi gerak lokomotor yang peneliti kumpulkan yaitu data gerak lokomotor yang terdapat dalam permainan tradisional betengan yaitu gerak berjalan, berlari, dan melompat. Sedangkan dalam permainan tradisional betengan, data observasi yang peneliti kumpulkan adalah data seberapa aktif siswa untuk mengejar musuh, menangkap musuh, mencari kekuatan, menunggu benteng, menyelamatkan teman, dan menyerang benteng lawan. Hasil data observasi tersebut dianalisis dengan menggunakan software SPSS 25 dengan metode analisis korelasi *product moment pearson*. Supaya dapat diuji menggunakan korelasi product moment maka data yang diukur harus mempunyai distribusi normal, merupakan data homogen yaitu mempunyai varian yang sama (Husaini & Purnomo, 2003: 200).

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil observasi, maka peneliti dapat memaparkan hasil penelitian korelasi. Adapun uraian observasi yang peneliti dapat adalah sebagai berikut: Dari hasil observasi kegiatan permainan tradisional betengan yang dilakukan siswa kelas 3 SD 1 Muhammadiyah dapat diketahui bahwa permainan tradisional memiliki hubungan yang positif terhadap gerak lokomotor. Dalam perhitungan korelasi product moment pearson, didapatkan signifikansi sebesar 0,708 yang berarti permainan tradisional memiliki hubungan yang kuat. Secara sederhana dijelaskan berdasarkan nilai koefisien korelasi dari Guilford Emperical Rulesi dalam (Sambas & Maman, 2009: 127) sebagai berikut: $0,00 < 0,2$ hubungan sangat lemah; hubungan lemah; hubungan cukup; hubungan kuat; dan hubungan sangat kuat. Sebelum data diuji dengan menggunakan korelasi product moment pearson, data yang akan diukur diuji prasyarat linearitas dan normalitasnya. Hasil dari uji prasyarat menunjukkan data observasi memenuhi prasyarat dengan signifikansi linearitas sebesar 0,898, dan signifikansi normalitas sebesar 0,20. Uji linearitas dan homogenitas menunjukkan $> 0,05$ yang berarti data observasi linear dan normal. Jika data menunjukkan linear berarti menunjukkan jika semakin baik siswa bermain betengan, gerak lokomotor siswa semakin baik. Berikut adalah deskripsi dari data observasi.

Tabel 1. Deskripsi Data Observasi

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
betengan	29	17,00	68,00	40,5862	14,29914
lokomotor	29	14,00	56,00	28,8621	11,45090
Valid N (listwise)	29				

Berdasarkan paparan data observasi selama penelitian yang berjudul “Hubungan Permainan Tradisional Betengan Terhadap Gerak Lokomotor.” Maka mendapatkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa hipotesis penelitian yang menyatakan ada hubungan positif antara permainan tradisional betengan dan gerak lokomotor dapat diterima. Angka koefisien korelasi sebesar 0,708 menunjukkan ada hubungan positif dan signifikan antara permainan tradisional dengan gerak lokomotor, seperti dalam Siti (2017:76) aktivitas permainan tradisional betengan dapat meningkatkan kemampuan gerak lokomotor siswa. Siswa dalam secara tidak langsung bebas untuk menggerakkan tubuh. Permainan tradisional betengan memiliki banyak gerak lokomotor yang terkandung di dalamnya.

Permainan tradisional betengan, terdapat gerak lokomotor berjalan, berlari, dan juga melompat. Suhendrik (2011:34) menyatakan bahwa permainan tradisional betengan merupakan jenis permainan yang membutuhkan aktivitas yang tinggi. Berdasarkan hasil observasi, gerak lokomotor memiliki mean 28 yang artinya setidaknya setiap siswa melakukan gerakan berjalan, berlari dan melompat 28 gerakan dalam sekali permainan. Hal tersebut mendorong tubuh siswa untuk aktif belajar gerak secara natural, terutama gerak yang diperlukan untuk dapat memenangkan permainan tradisional betengan. Semakin mahir siswa untuk bermain permainan tradisional betengan membuat gerak lokomotor siswa semakin baik.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional betengan mempunyai hubungan yang positif terhadap gerak lokomotor. Permainan tradisional betengan dapat mendorong siswa untuk belajar gerak secara natural dengan berusaha untuk memenangkan permainan tersebut. Semakin mahir siswa bermain permainan tradisional betengan membuat gerak lokomotor siswa semakin baik.

Simpulan

Berdasarkan observasi dan hasil penelitian tersebut dalam penelitian “Hubungan Permainan Tradisional Betengan Terhadap Gerak Lokomotor” dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional betengan memiliki hubungan yang positif terhadap peningkatan gerak lokomotor siswa, sehingga siswa yang bermain permainan tradisional betengan secara tidak langsung dapat meningkatkan kemampuan gerak lokomotor yang siswa tersebut miliki. Jadi dalam hal ini menuntut guru, orang tua, dan masyarakat terdekat siswa untuk aktif menggunakan permainan tradisional betengan.

Daftar Pustaka

- Agrasasmita, H. (2007). *Teori Kepelatihan Dasar*. Jakarta: Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga.
- Dicaprio, R. (2017). *Panduan Mengembangkan Kecerdasan Motorik Siswa*. Yogyakarta: Diva Press.
- Huda, K. (2016). Peningkatan Keterampilan Sosial Melalui Bermain Benteng-betengan. *Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 153-163.
- Husaini, & Purnomo. (2003). *Pengantar Statistika*. Jakarta: Sinar Grafika.
- M, A. H. (2009). *100+ Permainan Tradisional Indonesia*. Yogyakarta: Andi.
- Nurastuti, M. F. (2012). *Pengaruh Permainan Tradisional Betengan Terhadap Interaksi Sosial Anak Asuh di Panti Yatim Hajjah Maryam Kalibeber Wonosobo*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Pahlawati, I. S. (2017). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Pembelajaran Permainan Tradisional Betengan : Penelitian Tindakan Kelas 3 SDN Geger Kalong Girang 1-2*. . Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Motorik Di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Litera.
- Suhendrik, R. B. (2011). *Pengembangan Model Pembelajaran Permainan Tradisional Betengan Pada Siswa Kelas Tinggi Di SD Negeri Sidakangen Kecamatan Kalimanah Kabupaten Purbalingga Tahun Ajaran 2010/2011*. Semarang: Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Sumantri. (2005). *Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Jakarta: Dinas Pendidikan.
- Widya, M. D. (2004). *Gerak-gerak Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.