

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL ENGGLEK TERHADAP KETERAMPILAN GERAK LOMPAT PADA SISWA TKQ BAITURRAHMAN MEDAN

Oleh

Nadhira Yasmine Ahmad¹, Indah Verawati²

¹Universitas Negeri Medan

nadhirayasmine09@gmail.com

Abstrak

Perkembangan teknologi yang semakin lama bertambah canggih, banyak orang yang dimanjakan oleh teknologi modern seperti televisi, handphone, playstation dan smartpone. banyak orang tua beranggapan bahwa permainan yang berkualitas adalah jenis-jenis permainan dari bahan-bahan yang mahal, permainan digital yang memiliki kesan modern ini banyak menimbulkan dampak negatif. Permainan yang aman dan berkualitas salah satunya adalah permainan tradisional. Salah satu permainan tradisional yang dikenal adalah permainan engklek. Permainan engklek selain dapat mengembangkan kemampuan kognitif dan kedisiplinan, dalam permainan tradisional engklek terdapat sebagian besar gerak tubuh yang mempengaruhi kemampuan anak, salah satunya kemampuan gerak dasar lompat. Penelitian dilakukan di TKQ Baiturrahman, Jln. Menteng VII No. 42, Medan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan teknik pengumpulan data dengan menggunakan tes dan pengukuran. Subjek penelitian ini adalah siswa-siswi TKQ Baiturrahman Medan pada tahun Ajaran 2021 yang berjumlah 18 orang. Permainan Tradisional Engklek di lakukan 3 kali dalam seminggu selama 3 minggu. Teknik analisa data pada penelitian ini menggunakan uji-t. Hasil ststistik uji-t berpasangan didapatkan ada peningkatan keterampilan gerak lompat setelah diberikan permainan tradisional engklek pada sampel penelitian. Hasil dari uji-t berpasangan keterampilan gerak $t_{tabel} < t_{hitung}$ yaitu $1,74 < 3,31$. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan yang bermakna (signifikan) keterampilan gerak lompat. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari analisis data, maka disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari permainan Tradisional Engklek terhadap keterampilan gerak lompat pada siswa TKQ Baiturrahman.

Kata Kunci : Engklek, Anak - anak, Permainan, Lompat

Abstrack

The development of technology that is increasingly sophisticated, many people are spoiled by modern technology such as television, cellphones, playstations and smartphones. Many parents think that quality games are the types of games made from expensive materials, digital games that have a modern impression have a lot of negative impacts. One of the safe and quality games is traditional games. One of the traditional

games known is the engklek game. In addition to being able to develop cognitive abilities and discipline, in traditional engklek games, there are most of the body movements that affect children's abilities, one of which is the ability to jump basic movement. Research conducted at TKQ Baiturrahman, Jln. Menteng VII No. 42, Medan, from May 2021 to July 2021. The method used in this study is an experimental method with data collection techniques using tests and measurements. Research sample is kindergarten student TKQ Baiturrahman Medan in the 2021 Academic year, totaling 18 people. Traditional engklek games done 3 times a week for 3 weeks. Technique analisis data in this study using t-test. Statistical results t-test in pairs It was found that there was an increase on the jumping skills after being given traditional engklek games on Research sample. The results of the paired t-test for the jumping skills $t_{table} < t_{count}$, namely $1,74 < 3,31$. This shows that there is a significant (significant) increase on the jumping skills. Based on the research results obtained from data analysis It is concluded that there is an significant effect of the traditional Engklek game on the jumping skills of TKQ Baiturrahman students.

Keywords: *Engklek, Children, Game, Jump*

A. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi yang semakin lama bertambah canggih, banyak orang yang dimanjakan oleh teknologi modern seperti televisi, handphone, playstation dan smartphone. Tetapi disisi lain dari perkembangan teknologi tersebut dapat menimbulkan kerugian terutama bagi anak-anak yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan Haerani (2013). Usia awal pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini merupakan tahapan emas dalam proses perkembangan anak menuju tahap perkembangan berikutnya dengan kata lain tahap ini merupakan landasan dasar dalam menghadapi fase berikutnya. Pada masa emas ini diharapkan anak mampu mencapai tingkat kemampuannya secara optimal, sehingga diperlukan berbagai stimulasi yang dapat meningkatkan segala aspek kemampuan anak. Kesan modern ternyata tidak selamanya berdampak positif. Fenomena yang terjadi akhir-akhir ini, permainan digital berdampak buruk pada anak terutama pada anak-anak usia dini. Hal tersebut akan menyebabkan aktivitas anak akan semakin berkurang karena anak-anak sibuk dengan gadget, sehingga menimbulkan perkembangan motorik kasar menjadi terlambat Haerani, (2013).

Pada rentang usia lahir sampai 6 tahun anak mengalami masa keemasan (the golden age) yang merupakan masa dimana anak mulai peka/sensitif untuk menerima

berbagai rangsangan. Masa peka adalah masa terjadinya kematangan fungsi fisik dan psikis, masa peka anak masing-masing berbeda, seiring dengan laju pertumbuhan dan perkembangan anak secara individual. Pada masa ini juga merupakan masa peletakkan dasar pertama untuk mengembangkan kemampuan kognitif, sosio emosional, gerak motorik, bahasa pada anak usia dini.

Permainan yang diberikan kepada anak terutama anak usia dini tidak harus yang mahal, yang penting aman dan berkualitas dengan mempertimbangkan usia anak, minat, kreativitas dan keamanan. Kenyataan menunjukkan banyak orang tua beranggapan bahwa permainan yang berkualitas adalah jenis-jenis permainan dari bahan-bahan yang mahal, dan orang tua akan bangga bila bisa membelikan permainan bagi anaknya dari luar negeri.

Permainan digital yang memiliki kesan modern ini banyak menimbulkan dampak negatif, sebenarnya negara kita sendiri memiliki permainan anak yang kaya akan nilai dan berdasarkan hasil penelitian permainan anak tradisional dapat menstimulasi tumbuh kembang anak, bahkan dapat digunakan sebagai sarana edukasi pada anak Haerani (2013). Permainan tradisional anak sudah cukup lama berkembang, permainan tersebut sarat dengan nilai-nilai budaya bangsa. Namun demikian seiring dengan perkembangan jaman permainan tradisional ini semakin lama semakin dilupakan oleh anak-anak terutama di perkotaan karena sudah semakin banyaknya permainan modern yang berasal dari luar negeri.

Permainan yang aman dan berkualitas salah satunya adalah permainan tradisional. Salah satu permainan tradisional yang dikenal adalah permainan engklek. Permainan engklek merupakan permainan yang sudah ada secara turun temurun, permainan ini dilakukan dengan berjalan atau melompat dengan satu kaki Dharmamulya (2008:145). Permainan engklek merupakan salah satu jenis permainan tradisional yang menggunakan badan dan hitungan serta adanya kesepakatan peraturan-peraturan yang harus dipatuhi oleh pemain berkaitan dengan pelaksanaannya.

Permainan engklek selain dapat mengembangkan kemampuan kognitif dan kedisiplinan, dalam permainan tradisional engklek terdapat sebagian besar gerak tubuh yang mempengaruhi kemampuan anak, salah satunya kemampuan gerak dasar lompat. Hal ini terjadi karena dalam permainan engklek terdapat gerakan melompati

kotak yang digambar. Melompat merupakan salah satu bagian dari kemampuan motorik kasar yang penting untuk dikembangkan karena dalam gerakan melompat menggunakan otot-otot besar yang melibatkan koordinasi gerak mata, lengan dan tungkai kaki. Melalui kegiatan ini anak akan mampu meningkatkan keterampilan gerak, mampu memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani, mampu menanamkan sikap percaya diri, mampu bekerjasama, dan mampu berperilaku disiplin, jujur dan sportif Saputra (2007).

Menurut Ellis et al. (2017), bahwa anak memiliki kebutuhan untuk bergerak sebagai wahana perkembangan diri. Karena anak yang bergerak cukup banyak akan memiliki kondisi fisik yang lebih baik daripada anak yang kurang dalam beraktivitas fisik. Hurlock, E.B. (2013) menyatakan bahwa perkembangan motorik diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan pengendalian gerak tubuh dan otak sebagai pusat gerak. Gerak ini secara jelas dibedakan menjadi gerak kasar dan halus. Perkembangan motorik adalah sesuatu proses kemasakan atau gerak yang langsung melibatkan otot-otot untuk bergerak dan proses pensyarafan yang menjadikan seseorang mampu menggerakkan tubuhnya Sukamti, (2007).

Kemampuan motorik kasar adalah kemampuan anak beraktivitas/bergerak dengan menggunakan otot-otot besar yang terjadi pada anak-anak pada usia TK Samsudin (2008). Kemampuan menggunakan otot-otot besar ini bagi anak tergolong pada kemampuan gerak dasar. Salah satu kemampuan gerak dasar ini adalah kemampuan lokomotor, kemampuan lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas seperti lompat dan loncat Samsudin (2008). Pencapaian perkembangan kemampuan motorik kasar anak sesuai dengan Peraturan Menteri No. 58 tahun 2009 usia 5-6 tahun salah satunya yaitu anak dapat menggerakkan badan dan kaki dalam rangka melatih keseimbangan, kekuatan, dan keberanian.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti dengan pengurus dan guru di TK Masjid Baiturrahman pada bulan Januari 2021 terdapat 18 murid, 15 diketahui murid-murid lebih menyukai permainan seperti play station, handphone, smartphone dibandingkan permainan tradisional, kemampuan motorik kasar anak-anak di TK tersebut juga masih rendah misalnya saat kegiatan diluar kelas anak-anak disuruh baris berbaris lalu melemparkan bola ke keranjang tetapi anak-anak banyak

yang belum bisa melakukannya dengan baik. Saat kegiatan senam banyak anak-anak yang belum bisa melakukan gerakan senam dengan baik, dan saat kegiatan melompat dengan satu kaki banyak juga yang belum bisa melakukan karena belum mempunyai keseimbangan tubuh yang baik.

Berdasarkan uraian diatas sesuai observasi dan wawancara, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan ingin membuktikan apakah ada pengaruh permainan tradisional engklek terhadap keterampilan gerak dasar lompat anak usia 4-6 tahun

B. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di TKQ Baiturrahman, Jln. Menteng VII No. 42, Medan, pada bulan Mei 2021 sampai dengan Bulan Juli 2021. Populasi penelitian ini adalah siswa-siswi TK Masjid Baiturrahman Medan pada tahun Ajaran 2021 yang berjumlah 18 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan teknik Total Sampling. Menurut Arikunto (2006:120) total sampling adalah pengambilan sampel yang sama dengan jumlah populasi.

Penelitian ini merupakan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan teknik pengumpulan data dengan menggunakan tes dan pengukuran. Bentuk rancangan penelitian ini adalah one-group pretest-post-test design, yaitu satu kelompok eksperimen diukur variabel dependennya (pre-test), kemudian diberikan perlakuan, dan diukur kembali variabel dependennya (post-test), tanpa ada kelompok pembanding Tujuan tes dan pengukuran yang dilakukan adalah untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional engklek terhadap keterampilan gerak lompat pada siswa TKQ Baiturrahman Medan. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan mengukur keterampilan gerak lompat di awal sebelum perlakuan (pre – test) dan di akhir sesudah perlakuan (post – test), dengan menggunakan Teknik analisis data uji t.

C. HASIL PENELITIAN

1. Pengumpulan Data

Tabel 1
Hasil *Pre-test* Keterampilan Lompat Siswa TKQ Baiturrahman

No.	Nama	Umur	Pre-Test	X	X²	Kategori
------------	-------------	-------------	-----------------	----------	----------------------	-----------------

(jarak = cm)

1	Dama	6	79	79	6241	Kurang Sekali
2	Habib	6	125	125	15625	Cukup
3	Hatim	5	104	104	10816	Kurang Sekali
4	Reza	6	97	97	9409	Kurang Sekali
5	Bagas	6	101	101	10201	Kurang Sekali
6	Afdal	6	107	107	11449	Kurang Sekali
7	Alif	6	129	129	16641	Cukup
8	Fauzan	6	116	116	13456	Kurang
9	Aira	6	115	115	13225	Kurang
10	Amanda	6	116	116	13456	Kurang
11	Fatia	5	79	79	6241	Kurang Sekali
12	Nayla	6	104	104	10816	Kurang Sekali
13	Safira	6	96	96	9216	Kurang Sekali
14	Nabila	6	99	99	9801	Kurang Sekali
15	Chelsea	6	121	121	14641	Cukup
16	Yogi	6	105	105	11025	Kurang Sekali
17	Bintang	6	140	140	19600	Cukup Baik
18	Bilqis	6	110	110	12100	Kurang
Total				1943	213952	

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Pre-test Keterampilan Lompat Siswa TKQ Baiturrahman

No	Kategori	Jumlah	%
1	Kurang Sekali	10	55,6%
2	Kurang	4	22,2%
3	Cukup	3	16,7%
4	Cukup Baik	1	5,6%
5	Baik	-	-
6	Baik Sekali	-	-
Total		18	100%

Tabel 3

Hasil *Pos-test* Keterampilan Lompat Siswa TKQ Baiturrahman

No.	Nama	Umur	Post-Test (jarak = cm)	X	X ²	Kategori
1	Dama	6	79	79	6241	Kurang Sekali
2	Habib	6	129	129	16641	Cukup
3	Hatim	5	102	102	10404	Kurang Sekali
4	Reza	6	98	98	9604	Kurang Sekali
5	Bagas	6	109	109	11881	Kurang
6	Afdal	6	108	108	11664	Kurang Sekali
7	Alif	6	129	129	16641	Cukup
8	Fauzan	6	114	114	12996	Kurang
9	Aira	6	116	116	13456	Kurang
10	Amanda	6	118	118	13924	Kurang

11	Fatia	5	110	110	12100	Kurang
12	Nayla	6	122	122	14884	Cukup
13	Safira	6	112	112	12544	Kurang
14	Nabila	6	105	105	11025	Kurang Sekali
15	Chelsea	6	136	136	18496	Cukup Baik
16	Yogi	6	115	115	13225	Kurang
17	Bintang	6	141	141	19881	Baik
18	Bilqis	6	110	110	12100	Kurang
Total				2053	237707	

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Pre-test Keterampilan Lompat Siswa TKQ Baiturrahman

No	Kategori	Jumlah	%
1	Kurang Sekali	5	27,8%
2	Kurang	8	44,4%
3	Cukup	3	16,7%
4	Cukup Baik	1	5,6%
5	Baik	1	5,6%
6	Baik Sekali	-	-
Total		18	100%

2. Uji Normalitas

Pengujian normalitas data dilakukan dengan menggunakan uji Lilifors, yaitu memeriksa distribusi penyebaran data berdasarkan distribusi normal. Hasil *Pre-Test* Keterampilan Lompat Siswa TKQ Baiturrahman adalah **berdistribusi normal**, karena $\alpha < p < 0,2000$. Hasil *Post Test* Keterampilan Lompat Siswa TKQ Baiturrahman adalah **berdistribusi normal**, karena $\alpha < p < 0,2000$.

3. Uji Homogenitas

Tabel 5

Uji Statistik Homogenitas *Pre-Test* Dan *Post-Test* Keterampilan Lompat Siswa TKQ Biturrahman

p	Varians	F _{hitung}	F _{tabel}	Keterangan
<i>Pre Test</i>	15,78	1,09	2,27	Homogen
<i>Post Test</i>	14,45			

Dapat dilihat bahwa $F_{hitung} < F_{tabel}$ yaitu $1,09 < 2,27$ maka hal ini berarti semua sampel berasal dari populasi yang homogen.

4. Uji Hipotesis

Tabel 6

Uji Statistik Homogenitas *Pre-Test* Dan *Post-Test* Keterampilan Lompat Siswa TKQ Biturrahman

Nama	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	Beda	
	X₁	X₂	B	B²
Dama	79	79	0	0
Habib	125	129	4	16
Hatim	104	102	2	4
Reza	97	98	1	1
Bagas	101	109	8	64
Afdal	107	108	1	1
oAlif	129	129	0	0
Fauzan	116	114	2	4
Aira	115	116	1	1
Amanda	116	118	2	4
Fatia	79	110	31	961
Nayla	104	122	18	324
Safira	96	112	16	256
Nabila	99	105	6	36
Chelsea	121	136	15	225
Yogi	105	115	10	100
Bintang	140	141	1	1
Bilqis	110	110	0	0
	1943	2053	118	1998

Dengan hasil data tabel 4.8 diperoleh yaitu $1,74 < 3,31$. Demikian H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari permainan Tradisional Engklek terhadap keterampilan gerak lompat pada siswa TKQ Baiturrahman.

Hasil ini sesuai dengan pendapat Achroni (2012:53) yang menyebutkan bahwa permainan tradisional engklek memiliki manfaat yang dimana salah satu manfaatnya adalah melatih keseimbangan tubuh (motorik kasar) anak terutama keterampilan lompat.

Menurut Ellis et al. (2017), bahwa anak memiliki kebutuhan untuk bergerak sebagai wahana perkembangan diri. Karena anak yang bergerak cukup banyak akan memiliki kondisi fisik yang lebih baik daripada anak yang kurang dalam beraktivitas fisik.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesis terdapat peningkatan pengaruh yang signifikan dari permainan tradisional engklek terhadap keterampilan lompat Siswa TKQ Baiturrahman Medan Tahun Ajaran 2021.

Daftar Pustaka

- Achroni. K. (2012). *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Melalui Permainan Tradisional*. Yogyakarta: Jevalitera.
- Arikunto, S. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Dharmamulya, Sukirman, dkk. (2005). *Permainan Tradisional Jawa*. Yogyakarta: KEPEL PRESS.
- Ellis, Y. G., Cliff, D. P., Janssen, X., Jones, R. A., Reilly, J. J., & Okely, A. D. (2017). *Sedentary time , physical activity and compliance with IOM recommendations in young children at childcare*. Preventive Medicine Reports, 7, 221–226. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2016.12.009>.
- Hurlock, Erlizabeth. B. (2013). *Perkembangan Anak Jilid I*. Jakarta: Erlangga.
- Nur, Haerani. (2013). *Membangun Karakter Anak Melalui Permainan Anak Tradisional*. Jurnal Pendidikan Karakter. Vol 3 (1): 1-8.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Saputra, Yudha. M. (2007). *Modul Mata Kuliah Perkembangan Motorik*. Bandung: Program Studi PJKR UPI.
- Sukanti, Endang Rini. (2007). *Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: UNY