

MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK MOTORIK KASAR DENGAN MENGGUNAKAN PERMAINAN TRADISIONAL MANYIPET PADA SISWA LAKI-LAKI KELAS V DI SD NEGERI 7 BUKIT TUNGGAL

Akhmad Syarif

Universitas PGRI Palangka Raya

Abstrak

Permainan manyipet merupakan 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 Laki-Laki Sekolah Dasar Negeri 7 Bukit Tunggul. Metode penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan jenis penelitian tindakan kelas. Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan kemampuan kemampuan motorik kasar jumlah 20 anak. Rancangan penelitian mengacu pada model penelitian Kemmis & Mc. Taggart. Dikumpulkan melalui lembar observasi, dokumentasi dan pemberian tugas. Pra tindakan, aspek keseimbangan tubuh anak katagori BSB 10%, BSH 10%, MB 5%, 30% BB. Aspek kekuatan tubuh anak, katagori BSB 5%, BSH 15%, MB 20%, dan BB 30%. Aspek kelincahan tubuh anak, 10% BSB, 15% BSH, MB 1% dan BB 50%.

Kata kunci : Permainan Tradisional, Manyipet, Gerak Motorik, Gerak Kasar

PENDAHULUAN

Bermain merupakan sebuah kegiatan yang sangat akrab dengan kehidupan manusia. Pada saat manusia berada dalam proses pembentukan diri dari kanak-kanak menuju dewasa, tidak satu pun di antara individu manusia yang tidak mengenal permainan, salah satunya permainan yang dahulu yang disebut permainan tradisional tanpa tersentuh modernisasi. Permainan elektronik versus permainan tradisional sebenarnya tidak muncul kepermukaan (menjadi perdebatan yang intens), akan

tetapi disadari oleh kalangan-kalangan tertentu bahwa justru pada era globalisasi ini nilai-nilai didaktif dalam permainan tradisional anak perlu digali kembali, karena permainan baru ini dianggap semakin menjauhkan anak-anak dari nilai didaktif seperti yang ada pada permainan tradisional anak (Sukirman Dharmamulya, dkk 2008:10). Setiap daerah di Indonesia memiliki permainan tradisional, permainan tradisional tiap daerah biasanya tidak sama tidak seperti permainan jaman modern sekarang ini, seperti permainan teknologi

yang rata-rata memiliki kesamaan seperti permainan (*game*) yang ada di *computer* maupun *handphone*. Sulit diingkari bahwa permainan anak-anak tradisional di Indonesia tampaknya menghadapi masa depan yang tidak begitu cerah. Kecenderungan yang tampak adalah bahwa berbagai bentuk permainan kini tidak dikenal oleh banyak anak-anak, karena sudah sangat jarang dimainkan. Hanya beberapa permainan tertentu yang masih banyak dimainkan (Sukirman Dharmamulya, dkk 2008:206). Banyak orang tua beranggapan bahwa mempelajari sesuatu di kelas non formal lebih berguna dari pada bermain. Padahal banyak hal yang dapat diambil manfaatnya dari permainan tradisional, salah satunya alat-alat yang mudah didapat dan memungkinkan anak untuk memperlakukannya, saat itu untuk anak untuk melepaskan ide kreatifnya. Dalam permainan tersebut, jiwa anak akan terlihat secara utuh. Suasana keceriaan yang dibangun akan melahirkan dan menghasilkan kebersamaan yang menyenangkan. Hal inilah yang menumbuhkan kehidupan masyarakat dalam suasana rukun (Ajun Khamdani, 2010:99). Kerukunan itu dibangun secara bersama-sama, dalam arti demi menjaga permainan tersebut membuat peraturan-peraturan sendiri yang disepakati bersama, apa bila ada yang melanggar akan diberikan sanksi dan

apabila menyadari kesalahan yang diperbuat akan dimaklumi teman-temannya. Disisi lain dari semua itu proses belajar telah tertanamkan dalam permainan tradisional, para pelaku telah belajar mematuhi aturan bermain secara *fairplay*. Suatu proses pembelajaran dalam kehidupan yang disadari sikap saling menerima dan memaafkan (Ajun Khamdani, 2010:99). Keterampilan anak senantiasa terasah, anak terkondisi membuat permainan dari berbagai bahan yang telah tersedia di sekitarnya, pemanfaatan bahan-bahan permainan selalu tidak lepas dari alam, hal ini melahirkan interaksi antara anak dengan lingkungan sedemikian dekatnya. Kebersamaan dengan alam merupakan bagian penting dari proses pengenalan manusia muda terhadap lingkungan hidupnya. Dengan demikian otot atau sensor motoriknya akan semakin terasah pula, dipihak yang lain, proses kreatifitasnya merupakan tahap awal untuk mengasah daya cipta dan imajinasi anak memperoleh ruang pertumbuhannya (Dinalisa, 2011:60). Keterampilan motorik yang berbeda memainkan peran yang berbeda pula dalam menyesuaikan sosial dan pribadi anak. Sebagai contoh, keterampilan berfungsi membantu anak untuk memperoleh kemandirian, sedangkan sebagian lainnya berfungsi untuk mendapatkan penerimaan sosial Elizabeth B. Hurlock (2009:162). Karena tidak mungkin

mendapatkan keterampilan motorik secara serempak, anak akan memusatkan perhatian untuk mempelajari keterampilan yang akan membantu untuk memperoleh bentuk penyesuaian pada saat itu. Kegiatan olahraga anak sering tidak disadari, dikarenakan melakukan gerakan-gerakan olahraga dalam kegiatan bermain. Dimana kegiatan bermain yang melibatkan aspek keterampilan fisik (*physical skill*) maupun motorik kasar (*gross motoric skill*) cenderung mirip dengan kegiatan olahraga. Kegiatan bermain anak-anak pada umur 5 tahun keatas sedang berada pada masa *Golden Age* yaitu masa dimana psikomotorik anak sangat peka dalam menerima suatu rangsang, dan bilamana masa *Golden Age* tersebut terlewatkan maka terlewatkanlah sudah kesempatan terbaik bagi anak tersebut. Menurut John W. Santrock (2007:214) “di usia 5 tahun, anak semakin menyukai petualangan dibandingkan ketika anak berusia 4 tahun. Bukanlah hal yang biasa bagi anak usia 5 tahun yang percaya diri untuk melakukan adegan yang menakutkan memanjat suatu obyek. Anak berlari cepat dan menyenangi balapan satu sama lain dan orang tua”. Gerak merupakan suatu yang ditampilkan oleh manusia secara nyata dan dapat diamati. Namun yang melatar belakangi gerak yang ditampilkan dalam suatu perbuatan yang nyata dalam suatu unjuk kerja, sangat beraneka ragam sesuai

dengan hakekat keberadaan dan kebutuhan manusia yang penuh perbedaan (Phil. Yanuar Kiram 1992:1). Bermaian salah satu cara agar kemampuan gerak anak semakin baik, dengan gerak otot-otot besar pada anak semakin kuat dan begitu pula gerakan pada anak semakin bisa dikontrol dengan sendirinya. Setiap kegiatan yang diarahkan pada suatu tujuan akhir selain kesenangan merupakan suatu permainan tujuan hanya untuk kesenangan agar anak bersemangan untuk suatu permainan. Permainan merupakan salah satu aktivitas fisik, dengan bergerak kemampuan motorik kasar pada diri anak akan selalu terasah dan menjadi lebih bisa menjadi lebih baik.

Tinjauan Teoritis

1. Gerak Motorik

Gerakan motorik adalah suatu istilah yang digunakan untuk menggambarkan perilaku gerakan yang dilakukan oleh tubuh manusia. Pengendalian motorik biasanya digunakan dalam bidang ilmu psikologi, fisiologi, neurofisiologi maupun olahraga. Keterampilan motorik dasar (*fundamental motor skills*) merupakan sifat khas perkembangan motorik anak Sekolah Dasar dan meliputi pola lokomotor seperti jalan, lari, melompat, meloncat, galloping, skiping, penguasaan bola seperti melempar, dan memantulkan bola (*bouncing*). keterampilan motorik dasar dikembangkan pada masa anak sebelum sekolah, dan pada

masa Sekolah Dasar, ini akan menjadi bekal awal untuk mendapatkan keterampilan gerak yang efisien bersifat umum dan selanjutnya akan dipergunakan sebagai dasar untuk perkembangan kemampuan motorik yang lebih luas, yang semua ini merupakan satu bagian integral prestasi motorik bagi anak dalam segala umur dan tingkatan. Dalam kenyataan banyak keterampilan olahraga dengan berbagai variasinya, adaptasi, dan kombinasinya berbeda dengan keterampilan motorik dasar, dan lebih lanjut sifat serta variasi atau adaptasinya diatur oleh kebutuhan olahraga atau permainan yang dilakukan. Pengendalian motorik mempelajari postur dan gerakan serta mekanisme yang menyebabkannya.

Terdapat berbagai jenis gerakan motorik:

- 1) Gerak refleks
- 2) Gerak motorik halus: menulis, merangkai, melukis, berjinjit
- 3) Gerak motorik kasar: berjalan, merangkak, memukul, dan mengayunkan tangan.

2. Gerak Kasar

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 (Siti Aisyah, dkk, 2007:4.42). Istilah gerak kasar dan gerak halus secara umum digunakan

untuk mengkatagorikan tipe-tipe gerak. Namun keduanya dapat juga menggambarkan secara umum mengenai perkembangan gerak. Gerak secara khusus dikontrol oleh otot-otot besar. Otot tersebut ukurannya relatif besar, contohnya otot paha dan otot betis. Otot-otot tersebut berintegrasi untuk menghasilkan gerak seperti berjalan, lari, dan loncat. Gerak adalah perubahan posisi suatu benda terhadap titik acuan. Titik acuan sendiri didefinisikan sebagai titik awal atau titik tempat pengamat. Gerak manusia terjadi dalam berbagai bentuk misalnya berlari (perubahan tempat), membusungkan dada (perubahan volume), menekuk siku dan berjongkok (perubahan sikap). Gerak dan manusia merupakan merupakan suatu fenomena yang penuh misteri. Pengertian penuh misteri dapat diterjemahkan sebagai suatu yang memerlukan penjelasan-penjelasan yang lebih kongkrit. Gerak adalah suatu yang ditampilkan oleh manusia secara nyata dan dapat diamati. Namun yang melatar belakangi gerak yang ditampilkan dalam suatu perbuatan yang nyata dalam suatu unjuk kerja, sangat beraneka ragam sesuai dengan hakekat keberadaan dan kebutuhan manusia yang penuh perbedaan (Phil. Yanuar Kiram 1992:1). Menurut Keogh dalam Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000:5) yang menjelaskan bahwa perkembangan

gerak dapat didefinisikan sebagai perubahan kompetensi atau kemampuan gerak dari mulai masa bayi (*infancy*) sampai masa dewasa (*adulthood*) serta melibatkan berbagai aspek perilaku manusia, kemampuan gerak dan aspek perilaku yang ada pada manusia ini mempengaruhi perkembangan gerak dan perkembangan gerak itu sendiri mempengaruhi kemampuan dan perilaku manusia. Siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi, dapat melakukan kegiatan latihan dengan mudah, dan bagi kurang mengalami kesulitan untuk mengantisipasi gerakan. Sehingga tidak banyak kesulitan yang siswa alami dalam belajar atau berlatih. Sebaliknya yang berkemampuan motorik rendah, akan mengalami hambatan dalam mengembangkan gerak-gerak yang sulit. Dengan demikian siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi akan memperoleh hasil belajar yang lebih tinggi dari siswa yang memiliki motorik rendah.

3. Permainan Tradisional

Permainan tradisional telah berkembang sejak zaman nenek moyang. Permainan ini berasal dari permainan rakyat yang dilestarikan secara turun-temurun. Setiap wilayah di Indonesia memiliki beragam permainan tradisional. Permainan tradisional berkembang dari permainan rakyat yang timbul pada tiap-tiap etnis dan suku yang ada di Indonesia (Ajun

Khamdani, 2010:89). Sedangkan menurut pendapat lain menyebutkan bahwa yang disebut olahraga tradisional harus memiliki dua persyaratan yaitu “olahraga” dan “tradisional” baik dalam memiliki tradisi yang sudah berkembang selama beberapa generasi, maupun dalam arti sesuatu yang terkait dengan tradisi budaya suatu bangsa secara lebih luas (Bambang Laksono, dkk, 2012:1)

4. Manyipet (Manyumpit)

Perkataan Manyipet dalam bahasa Dayak Ngaju jika diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia berarti menyumpit. Dari nama tersebut dapat diketahui bahwa kegiatan utama permainan ini adalah menyumpit, yakni suatu kepandaian membidikkan anak sumpitan (damek) ke suatu sasaran dengan menggunakan sebuah sumpitan. Permainan menyumpit sebagai suatu permainan guna melatih keterampilan biasanya dilakukan pada waktu siang hari.

a. Latar Belakang sosial budaya

Sumpitan adalah alat berburu dan alat perang yang dipunyai oleh orang dayak dari masa ke masa. Dalam lambang daerah kalimantan tengah juga disisipkan gambar sebuah sumpitan. Karna kedudukan yang penting dari sumpitan dalam kehidupan orang-orang dayak zaman dulu. Mandau, tameng, dan sumpitan merupakan seperangkat peralatan perang yang selalu dibawa para pendekar dayak kemanapun

mereka pergi. Sumpitan merupakan senjata yang paling ditakuti lawan karena mempunyai kemampuan serang jarak jauh, yaitu beberapa puluh meter dan dapat dilancarkan tanpa mengeluarkan bunyi. Jadi serangan sumpitan merupakan serangan jarak jauh yang tak berbunyi. Senjata sumpitan juga mempunyai racun yang disebut ipu pada ujung anak sumpitan yang disebut damek. Kadar racun ipu amat tinggi dan mampu membunuh dalam tempopo beberapa detik atau beberapa menit saja.

b. Latar Belakang sejarah perkembangan

Yang menjadi latar belakang perkembangan dan pertumbuhan permainan menyumpit ini adalah tuntutan kehidupan sehari-hari baik untuk kepentingan berburu atau berperang, dan kepandaian menyumpit ini harus ditempa hingga tercapai suatu tingkat keterampilan yang dapat diandalkan. Setelah orang dayak mengenal senjata api, sumpitan mulai terdesak. Orang mulai beralih ke senjata api. Sumpitan kemudian digunakan hanya untuk berburu burung atau binatang kecil lainnya. Kemudian sumpitan jarang diperoleh dan sumpitan menjadi barang antik. Sejalan dengan itu, anak-anak mengembangkan jenis sumpitan baru, yaitu yang dibuat dari buluh yang bernama tamiang. Buluh ini hanya mempunyai garis tengah hanya beberapa centi meter dan mempunyai ruas yang anjang serta buku

yang tipis. Karna sumpitan berubah bentuk, anak sumpitan juga berubah bentuk. Kini anak sumpitan dibuat dari tanah liat yang lembek dibentuk berupa bola-bola kecil. Sasaranpun berubah yakni binatang kecil yang terdapat dipantai sungai-sungai besar yang dangkal.

c. Deskripsi permainan

Permainan menyumpit ini biasanya dapat dilakukan sendirian dan dapat dilakukan bersama-sama dalam bentuk pertandingan. Dan jika dimainkan dengan pertandingan maka jumlah peserta tergantung kepada jumlah peminatnya. Pemain biasanya laki-laki berusia antara 9-15 tahun. Kalau pertandingan dengan sumpitan biasanya pesertanya laki-laki dewasa.

d. Peralatan permainan

Peralatan pokok permainan ini adalah sebuah sumpitan serta beberapa buah anak sumpitan. Lapangan bermain tidak menuntut pengadaan secara khusus karena alam terbuka merupakan lapangan bermain yang telah tersedia.

e. Cara permainan

a) Setiap sipet haruslah mempunyai sebilah sumpitan. Sumpitan ini biasanya terbuat dari kayu besia (tabalien/ulin) yang merupakan sebuah silinder yang berlubang ditengahnya sehingga menjadi sebuah pipa. Panjang kira-kira 2 meter. Pada ujung sumpitan terdapat mata tombak. Manfaat mata

tombak ini sebagai alat berburu binatang. Anak sumpitan hanya dibuat dari bambu yang diraut halus dan salah satunya diruncingkan. Pada ujung lainnya dipasang kertas yang membentuk kerucut.

- b) Setelah masing-masing memegang pemain lalu bersama-sama mencari sasaran yang dianggap baik. Dalam hal ini sasaran yang sengaja disiapkan seperti pada perlombaan memanah tidak ada. Jarak antara penyumpit dan sasaran juga tidak terdapat ketentuan pasti/baku. Jarak tergantung pada tingkat kemahiran para pemain atau penyumpit. Semakin mahir maka jarak sasaran akan semakin kecil dan jauh. Kadang-kadang sasaran menyumpit tidak sama, misalnya kalau para pemain sepakat untuk menyumpit burung, maka mereka pergi ketempat yang banyak burung berkumpul, lalu disitu membagi giliran, seorang penyumpit lalu giliran penyumpit berikutnya. Kadang mereka juga bersepakat untuk menyumpit satu ekor burung, dan yang berhasil menjatuhkan maka dia yang jadi pemenangnya. Pada anak-anak dengan sumpitan dengan bulu tamiang, sasaran mereka adalah binatang melata amphibia yang disebut tempakul. Anak sumpitannya dari tanah liat. Penentuan juara sama seperti diatas.

- c) Permainan ini bukanlah permainan yang rumit, tahapannya hanya dua, yaitu tahap persiapan dan pertandingan.

Sebegitu jauh belum diketahui konsekuensi menang kalah, karna permainan ini hanya lebih banyak bersifat memperagakan keterampilan. Jadi hanya sebutan juara atau jago itulah yang menjadi kebanggaan setiap pemenang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan jenis penelitian tindakan kelas. Melalui penelitian tindakan kelas, peneliti melakukan penelitian terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak. Pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini mempunyai tahapan yang bersiklus. Rancangan penelitian ini mengacu pada modifikasi diagram yang dikembangkan Kemmis dan Mc Taggart.

Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Laki-Laki yang berjumlah 20 orang, kelas lima Sekolah Dasar Negeri 7 Bukit Tunggal. Suharsimi Arikunto (2010:173) menyatakan bahwa populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Penelitian ini pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*, mengingat jumlah populasi sebanyak 20 siswa Laki-Laki kelas lima maka sampel dalam penelitian ini adalah

semua populasi.

Teknik Pengumpulan Data

Faktor penting dalam penelitian yang berhubungan dengan data adalah disimpulkan. Jenis data yang dibutuhkan tergantung dari tujuan penelitian itu sendiri. Jenis data dalam penelitian ini di bagi dua bagian, yaitu data yang dapat di ukur secara langsung dan data yang tidak dapat di ukur secara langsung. Seperti dikemukakan oleh Sutrisno Hadi (2001:19), menyatakan jenis data yang dapat diukur dan dihitung secara langsung adalah data kuantitatif, sedangkan data yang tidak dapat dihitung secara langsung termasuk jenis data kualitatif. Data yang diambil dari hasil tes pengaruh olahraga tradisional manyipet terhadap peningkatan kemampuan gerak motorik kasar.

Teknik Analisis Data

Metode analisa data adalah dengan cara yang digunakan adalah mengolah data dari hasil pengumpulan data.

HASIL PENELITIAN

Banyak teori yang mendasari bahwa kemampuan motorik kasar termasuk dalam kemampuan dasar anak perlu di tingkatkan. Salah satunya, Menurut Suryani Suryani (2010:9) menyatakan bahwa “Metode demonstrasi adalah suatu strategi kegiatan pengembangan dengan cara memberikan pengalaman belajar melalui perbuatan

melihat dan mendengarkan yang diikuti dalam hal ini kegiatan yang dapat meningkatkan motorik kasar anak. Berdasarkan refleksi awal dari hasil observasi pra tindakan belum semua anak memiliki kemampuan motorik kasar.

Pra Tindakan

Katagori	Aspek yang Diamati						Rata Rata %
	Aspek Kekuatan		Aspek Ketepatan		Aspek kelincahan		
	F	%	F	%	F	%	
Berkembang Sangat Baik	1	10	1	5	2	10	6,7
Berkembang Sesuai Harapan	2	25	3	15	3	15	13,3
Mulai Berkembang	1	30	4	20	5	25	16,7
Belum Berkembang	16	35	12	60	10	50	63,3
Jumlah	20	100	20	100	20	100	100

Dari 20 anak yang menjadi subyek penelitian, aspek keseimbangan tubuh katagori Berkembang Sangat Baik, 2 anak (10%), 2 anak (10%) katagori Berkembang Sesuai Harapan, katagori Mulai Berkembang 1 anak (5%), dan 16 anak (30%) katagori Belum Berkembang. Aspek kekuatan tubuh, 1 anak (5%) katagori Berkembang Sangat Baik, 3 anak (15%) katagori Berkembang Sesuai Harapan, Mulai Berkembang 4 anak (20%), dan 12 anak (60%) Belum Berkembang. Aspek kelincahan tubuh, 2 anak (10%) katagori Berkembang Sangat Baik, 3 anak (15%) Berkembang Sesuai Harapan, Mulai Berkembang 5 anak (1%), dan katagori Belum Berkembang 10 anak (50%).

Tindakan Siklus I

Kategori	Aspek yang Diamati						Rata Rata %
	Aspek kekuatan		Aspek ketepatan		Aspek kelincahan		
	F	%	F	%	F	%	
Berkembang Sangat Baik	3	15	4	20	4	20	18,3
Berkembang Sesuai Harapan	5	25	5	25	7	35	26,7
Mulai Berkembang	2	10	4	20	4	20	20,3
Belum Berkembang	10	50	7	35	5	25	36,7
Jumlah	20	100	13	100	13	100	100

Berdasarkan hasil tindakan siklus I dari 20 anak yang menjadi subyek penelitian, aspek keseimbangan tubuh anak, 3 anak (15%) kategori Berkembang Sangat Baik, 5 anak (25%) Berkembang Sesuai Harapan, katagori Mulai Berkembang 2 anak (10%) dan Belum Berkembang 10 anak (50%). Aspek kekuatan tubuh anak, 4 anak (20%) katagori Berkembang Sangat Baik, Berkembang Sesuai Harapan 5 anak (25%), Mulai Berkembang 4 anak (20%), dan katagori Belum Berkembang 7 anak (35%). Aspek kelincahan tubuh anak. 4 anak (20%) katagori Berkembang Sangat Baik, 7 anak (35%) Berkembang Sesuai Harapan, katagori Mulai Berkembang 4 anak (20%), dan katagori Belum Berkembang 5 anak (25%).

Tindakan Siklus II

Kategori	Aspek yang Diamati						Rata Rata %
	Aspek kekuatan		Aspek ketepatan		Aspek kelincahan		
	F	%	F	%	F	%	
Berkembang Sangat Baik	4	20	4	20	5	25	21,7
Berkembang Sesuai Harapan	9	45	8	40	8	40	41,6
Mulai Berkembang	4	20	5	25	4	20	21,7
Belum Berkembang	3	15	3	15	3	15	15
Jumlah	20	100	20	100	20	100	100

Tindakan siklus II menunjukkan peningkatan yang sangat baik jika dibandingkan dengan siklus I dari 20 anak yang menjadi subyek penelitian, aspek keseimbangan tubuh anak, 4 anak (20%) katagori Berkembang Sangat Baik, 9 anak (45%) katagori Berkembang Sesuai Harapan, katagori Mulai Berkembang 4 anak (20%), dan Belum Berkembang 3 anak (15%). Aspek kekuatan tubuh anak, 5 anak (25%) katagori Berkembang Sangat Baik, Berkembang Sesuai Harapan 8 anak (40%), katagori Mulai Berkembang 4 anak (20%), Belum Berkembang 3 anak (15%). Aspek kelincahan tubuh anak, 5 anak (25%) katagori Berkembang Sangat Baik, 8 anak (40%) Berkembang Sesuai Harapan, katagori Mulai Berkembang 4 anak (20%), dan katagori Belum Berkembang 3 anak (15%).

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan analisa data hasil pembahasan, disimpulkan bahwa penggunaan permainan tradisional manyipet dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak di SD Negeri 7 Bukit Tunggal. Kesimpulan tersebut dapat dibuktikan dengan adanya peningkatan kemampuan anak. Pra tindakan, aspek keseimbangan tubuh anak, katagori BSB 10%, BSH 10%, MB 5%, 30% BB. Aspek kekuatan tubuh anak, katagori BSB 5%, BSH 15%, MB 20%, dan BB 30%. Aspek kelincihan tubuh anak, katagori 10% BSB, 15% BSH, MB 1% dan BB 50%. Setelah dilaksanakan tindakan menggunakan APE di siklus I, kemampuan motorik kasar anak meningkat walaupun belum sesuai harapan. Dengan memperbaiki semua kelemahan di siklus I, tindakan dilanjutkan ke siklus II dan hasil pengamatan siklus II menunjukkan peningkatan yang baik, aspek keseimbangan tubuh anak katagori BSB 30%, BSH 45%, MB 15%, 10% BB. Aspek kekuatan tubuh anak, katagori BSB 5%, BSH 40%, MB 20%, dan BB 15%. Aspek kelincihan tubuh anak, 5% BSB, 40% BSH, MB 20% dan BB 15%. Peningkatan motorik kasar anak dari siklus I ke siklus II, katagori BSB meningkat 11,7%, BSH meningkat 13,4%, MB meningkat 1,7% dan katagori BB 7,8%.

Saran

Beberapa saran yang dapat peneliti berikan antara lain:

1. Bagi siswa jika ingin memiliki kemampuan lebih dalam hal motorik kasar seperti kekuatan daya power lengan, dan kelincihan. Bisa melakukan permainan tradisional minimal dalam seminggu dilakukan 3 kali dalam seminggu saat memiliki waktu luang saat jam luar sekolah atau pun saat olahraga disekolah dan lakukan olahraga lain yang berhubungan dengan bagian tubuh yang akan dilatih, agar tubuh terampil dalam semua gerakan.
2. Bagi guru perlu untuk melatih atau pun memberikan pelajaran permainan tradisional agar siswa memiliki kebugaran tubuh, selain melatih tubuh agar lebih bugar dan sehat disisi lain olahraga tradisional memiliki nilai budaya, salah satunya melestarikan kebudayaan Indonesia, permainan tradisional yang mulai ditinggalkan.
3. Untuk peneliti yang lain ingin meneliti permainan tradisional, sebaiknya juga meneliti dan mengangkat permainan tradisional daerah masing-masing agar lebih terkenal dimata masyarakat.

DAFTAR RUJUKAN

- Ajun Khamdani. 2010. *Olahraga Tradisional Indonesia*. Singkawang: PT. Maraga Borneo Tarigas
- Bambang Laksono, dkk. 2012. *Kumpulan Permainan Rakyat Olahraga Tradisional*. Jakarta: Kementerian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia.
- Dilanisa. 2011. *Mengenal Permainan Tradisional*. Bandung: Mawar Putra Perdana.
- Phil.Kiram Yanuar. 1992. *Belajar Motorik*. Jakarta Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Santroek John W. 2007. *Child Development*, eleventh edition. Edisi Kesebelas. Jakarta: PT. Gelora Aksara Pertama.
- Siti Aisyah, dkk. 2008. *Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini Edisi Pertama*. Jakarta. Universitas Terbuka.
- Sukirman Dharmamulya, Sumintrasih, dan Heddy S. 2010. *Permainan Tradisional Jawa*. Yogyakarta: Kepel Press Puri Arsita.
- Sutrisno Hadi. 2001. *Metode Research Jilid 1*. Yogyakarta: Penerbit Andi.