

ABSTRAK

Fanani, Zaenal. 2021. Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Pada Siswa SDN 3 Kapasan. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Pedagogi dan Psikologi. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing 1 Yandika Fefrian Rosmi, S.Pd., M.Or.

Kata Kunci: permainan tradisional, kebugaran jasmani

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kebugaran jasmani pada siswa SDN 3 Kapasan.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SDN 3 Kapasan yang berjumlah 43 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan sistem populasi *sampling* (acak) dari siswa SDN 3 Kapasan yang berjumlah 43 siswa dan diambil sampel 20 siswa. Jenis Penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen, penelitian eksperimen adalah penelitian yang di dalamnya melibatkan manipulasi terhadap kondisi subjek yang diteliti, disertai upaya kontrol yang ketat terhadap faktor-faktor luar, serta melibatkan subjek pembanding. Adapun ciri yang ada pada penelitian ini ialah terdapatnya sebuah *treatment* atau perlakuan yang diberikan terhadap objek penelitian, desain penelitian yang digunakan ialah *two group pretest-posttest control design*. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan *test*. Teknik analisis data menggunakan analisis uji *T-Test*.

Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap hasil *pretest* dan *posttest* terhadap hasil peningkatan kebugaran jasmani pada siswa SDN 3 Kapasan. Hasil tersebut ditunjukkan dengan hasil data sebagai berikut: nilai *sig. (2-tailed)* pada kelompok eksperimen yaitu sebesar 0.016, pada kelompok kontrol sebesar 0.074, jadi nilai *sig. (2-tailed)* pada kelompok eksperimen > 0.05 maka dapat dinyatakan bahwa permainan tradisional berpengaruh terhadap peningkatan kebugaran jasmani pada siswa SDN 3 Kapasan.

ABSTRACT

Fanani, Zaenal. 2021. The Effect of Traditional Games on Increasing Physical Fitness in SDN 3 Kapasan Students. Education Study Program. Faculty Pedagogy and Psychology. University of PGRI Adi Buana Surabaya. Advisor 1 Yandika Fefrian Rosmi, S.Pd., M.Or.

Keywords: traditional games, physical fitness

The purpose of this study was to determine the effect of traditional games on increasing physical fitness in SDN 3 Kapasan students.

The population in this study were students of SDN 3 Kapasan, totaling 43 students. The sampling technique in this study used a population sampling system (random) from 43 students of SDN 3 Kapasan, and a sample of 20 students was taken. This type of research is quantitative using experimental methods, experimental research is research that involves manipulation of the condition of the subject being studied, accompanied by strict control efforts on external factors, and involving comparison subjects. The characteristics that exist in this study are the existence of a treatment or treatment given to the object of research, the research design used is a two group pretest-posttest control design. Collecting data in this study using a test. The data analysis technique uses the T-Test test analyst.

There is a significant effect on the results of the pretest and posttest on the results of increasing physical fitness in SDN 3 Kapasan students. These results are indicated by the following data results: the value of sig. (2-tailed) in the experimental group is 0.016, in the control group is 0.074, so the value of sig. (2-tailed) in the experimental group > 0.05 , it can be stated that traditional games have an effect on increasing physical fitness in SDN 3 Kapasan students.