

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP KEMAMPUAN
LARI JARAK PENDEK 50 METER SISWA KELAS IV
SDN KALIWUNGU I JOMBANG**

ARTIKEL SKRIPSI



Oleh:

MOKHAMAD FUAD NUDYANDA
NIM 188074

**SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA JOMBANG
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN ARTIKEL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
STKIP PGRI JOMBANG**

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Yully Wahyu Sulisty, M.Pd.

Jabatan : Pembimbing Skripsi

Menyetujui artikel ilmiah ini

Nama : Mokhamad Fuad Nudyanda

NIM : 188074

Judul Artikel : Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Lari Jarak Pendek 50 Meter Siswa Kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang

Untuk diusulkan agar dapat diterbitkan di jurnal ilmiah sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagai mana mestinya.

Jombang, 09 Agustus 2023

Pembimbing

Yully Wahyu Sulisty, M.Pd.

NIK. 0104770072

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP KEMAMPUAN LARI JARAK PENDEK 50 METER SISWA KELAS IV SDN KALIWUNGU 1 JOMBANG

Mokhamad Fuad Nudyanda

nudyandafuad@gmail.com

Pendidikan Jasmani STKIP PGRI Jombang

ABSTRAK

Permainan Tradisional merupakan media ajar yang menarik dan menyenangkan. Lari merupakan komponen yang dibutuhkan dalam pertumbuhan fisik serta faktor pendukung dalam aktifitas bermain. Lari jarak pendek adalah gerakan berpindah dari satu tempat ke tempat lain dengan jarak tertentu dengan kecepatan maksimum, jadi kebutuhan utama lari jarak pendek adalah kecepatan, karena kecepatan adalah faktor penentu didalam lari jarak pendek. Teknik dasar lari meliputi teknik start, teknik lari, teknik melewati finish. Lari jarak pendek merupakan salah satu nomor lari pada cabang olahraga atletik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan lari jarak pendek 50 meter siswa kelas IV SDN Kaliwungu I Jombang.

Dalam penelitian ini rancangan penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan jenis penelitian eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV SDN Kaliwungu I Jombang. Sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Sehingga dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah siswa kelas IV SDN Kaliwungu I Jombang. Dalam penelitian ini pengumpulan data menggunakan post tes dan pre tes yang berfungsi untuk mengetahui nilai hasil kecepatan siswa.

Hasil penelitian yang telah di analisis mendapatkan bahwa model ajar permainan tradisional memiliki pengaruh terhadap kemampuan lari jarak pendek 50 meter dilihat dari perbedaan hasil pretest sebelum diberikan perlakuan memiliki standart deviation 6569, nilai terendah 3,3 dan nilai tertinggi 6,3. dan posttest yang mengalami kenaikan setelah diberikan perlakuan memiliki standart deviation 83338, nilai terendah 3,06 dan nilai tertinggi 7,45. Kesimpulan dari penelitian ini terdapat perbedaan yang signifikan terhadap kemampuan lari jarak pendek dan mendapatkan hasil dengan nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,004 < 0,05$ maka H_1 diterima. Saran yang diharapkan para guru atau tenaga pendidik dapat menggunakan media-media yang menyenangkan dan menarik seperti model ajar permainan tradisional dan penggunaan model ajar permainan diharapkan dapat digunakan dalam mata pelajaran yang lain.

Kata kunci : Permainan Tradisional, Lari Jarak Pendek

ABSTRACT

Traditional games are interesting and fun teaching media. Running is a required component in physical growth as well as a supporting factor in playing activities. Short distance running is the movement of moving from one place to another with a certain distance with maximum speed, so the main need for short distance running is speed, because speed is the determining factor in short distance running. Basic running techniques include starting techniques, running techniques, passing techniques over the finish. Short distance running is one of the running numbers in athletics. The aims of this study were: To determine the effect of traditional games on the ability to run a short distance of 50 meters in class IV SDN Kaliwungu I Jombang.

In this study the research design used a quantitative approach using experimental research types. The population in this study were all fourth grade students at SDN Kaliwungu I Jombang. Sampling in this study using purposive sampling technique. So that in this study the sample used was fourth grade students at SDN Kaliwungu I Jombang. In this study, data collection used post-tests and pre-tests which functioned to determine the value of students' speed results.

The results of the research that has been analyzed find that the traditional game teaching model has an influence on the ability to run a short distance of 50 meters, seen from the difference in pretest results before being given treatment, which has a standard deviation of 6569, the lowest score is 3.3 and the highest score is 6.3. and the posttest which experienced an increase after being given treatment had a standard deviation of 83338, the lowest value was 3.06 and the highest value was 7.45. The conclusion of this study is that there is a significant difference in the ability to run short distances and get results with a Sig value. (2-tailed) of $0.004 < 0.05$ then H_1 is accepted. Suggestions that it is hoped that teachers or educators can use fun and interesting media such as traditional game teaching models and the use of game teaching models are expected to be used in other subjects.

Keywords: Traditional Games, Short Distance Running

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang menggunakan aktivitas jasmani (fisik) sebagai media untuk mencapai tujuan. Tujuan pendidikan jasmani, bukan hanya mengembangkan fisik saja, melainkan juga mengembangkan mental, sosial, emosional, dan intelektual. Untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan pendekatan tertentu, sesuai dengan karakteristik yang dimiliki bidang studi. Sistematis pembelajaran merupakan salah satu bentuk dari pendekatan yang digunakan, dan dalam pendidikan jasmani Sistematis pembelajaran yang digunakan meliputi: tahap pendahuluan, tahap pelajaran inti, dan tahap penutup. Efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani dapat dianalisis melalui tingginya rata-rata waktu belajar yang diikuti dengan rendahnya waktu menunggu (Winarno, 2006).

Atletik adalah salah satu unsur dari pendidikan jasmani dan kesehatan, yang merupakan komponen-komponen pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani serta pembinaan hidup sehat dan pengembangan jasmani, mental, social, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Atletik berasal dari kata Yunani yaitu *Atlon*, *Atlun* yang berarti pertandingan atau perjuangan. Jadi atletik menurut Ensiklopedi Indonesia berarti pertandingan dan olah raga pada atletik. Atletik yaitu suatu cabang olahraga mempertandingkan lari, lompat, jalan dan lempar. Olahraga atletik mula-mula dipopulerkan oleh bangsa Yunani kira-kira pada Abad ke-6 SM. Orang yang berjasa mempopulerkannya adalah Iccus dan Herodicus. Tetapi walaupun demikian dasarnya tetap sama yaitu berjalan, lari, lompat dan lempar. (ZikurRahmad, 2015). Lari jarak pendek adalah berlari dengan kecepatan penuh sepanjang jarak yang harus di tempuh, atau sampai jarak yang telah ditentukan. Lari jarak pendek terdiri dari lari 50 meter sampai 400 meter. secara teknis sama, yang membedakan hanyalah pada penghematan penggunaan tenaga, karena perbedaan jarak yang harus ditempuh. Makin jauh jarak yang harus di tempuh makin banyak tenaga yang harus di butuhkan.

Dari hasil observasi di SDN Kaliwungu 1 peneliti mendapat informasi bahwa pada saat pembelajaran atletik lari jarak pendek siswa kelas IV kurang bersemangat dan kurang serius saat mengikuti pembelajaran, terlihat pada saat jam pembelajaran olahraga banyak siswa yang lebih senang bermain sendiri dan membeli makanan pada saat pembelajaran berlangsung. Karena pada saat pembelajaran atletik model yang diberikan oleh guru pendidikan jasmani kurang menarik atau konvensional Sedangkan

anak-anak sekolah dasar lebih suka bermain yang akhirnya dalam proses pembelajaran atletik nomor lari jarak pendek merasa kurang menyenangkan atau membosankan.

Dengan dilakukan rancangan proses pembelajaran menggunakan pendekatan permainan tradisional merupakan konsep belajar yang dapat membantu guru mengaitkan antara materi yang diajarkan dengan situasi bermain antar peserta didik dan mendorong siswa membuat hubungan antara pengetahuan yang dimilikinya dengan menerapkan dalam bermain. Kemampuan peserta didik meningkat dikarenakan materi lari sprint dengan pendekatan bermain mendorong siswa menjadi lebih aktif bertanya akan kemampuan praktik yang dilakukan berkaitan dengan materi ajar (Suhardi, 2016)

Untuk meningkatkan kebugaran jasmani diperlukan lebih banyak modifikasi permainan olahraga tradisional yang efektif, tentunya dengan olahraga tradisional secara teratur dan rutin di setiap pembelajaran semakin meningkat intensitasnya semakin baik pula hasil Kebugaran jasmani siswa yang di peroleh. (Agus Rudiyanto, 2022).

Oleh karena itulah peneliti menggunakan metode permainan tradisional (bentengan, gobak sodor, kucing dan tikus) dengan harapan dapat menarik antusias dan semangat belajar siswa agar kemampuan atletik terutama lari jarak pendek. Sebelumnya permainan tradisional belum pernah diterapkan oleh guru SDN Kaliwungu 1.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Penelitian ini dilaksanakan di Kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang yang beralamat di Jl.Sriwijaya No. 13, Kaliwungu, Kec. Jombang, Kab. Jombang. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan 2 Februari-17 Maret. Populasi dalam penelitian ini adalah 142 siswa SDN Kaliwungu 1 Jombang. Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan berdasarkan populasi Sampel diambil dari 36 siswa kelas IV karena penelitian ini menggunakan purposive sampling.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik tes. Teknik ini digunakan untuk memperoleh data mengenai kemampuan siswa dalam lari jarak pendek sebelum dan setelah dibelikan perlakuan (perlakuan) dengan permainan tradisional. Tes yang digunakan untuk mengukur kemampuan lari jarak pendek adalah tes kecepatan lari jarak 50 meter.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen, sehingga keadaan objek akan digambarkan sesuai dengan data yang diperoleh. Penelitian ini menyajikan data Pretest dan Posttest terhadap kemampuan lari jarak pendek 50 meter kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang. Selanjutnya data dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu : baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali.

Dalam penelitian ini ada dua sumber data yang akan di ambil. Data yang pertama adalah dilakukannya tes awal atau pretest. Data yang kedua diambil dari *posttest* yang digunakan untuk mengetahui hasil dari perlakuan yang telah diberikan ada pengaruh atau tidak. Hasil *pretest* kemudian dijadikan acuan yang akan dibandingkan dengan hasil dari *posttest* .Data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Lari Jarak Pendek 50 Meter Siswa Kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen, sehingga keadaan objek akan digambarkan sesuai dengan data yang diperoleh. Penelitian ini menyajikan data Pretest dan Posttest terhadap kemampuan lari jarak pendek 50 meter kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang. Selanjutnya data dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu : baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut hasil nilai pretest Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Lari Jarak Pendek 50 Meter Siswa Kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang sebagai berikut:

Tabel 4.1 Hasil Nilai Pretest Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Lari Jarak Pendek 50 Meter Siswa Kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang

No.	Kategori	Orang	%
1.	BS	-	-
2.	B	11	30,55%
3.	S	13	36,11%
4.	K	11	30,55%
5.	KS	1	2,77%
Jumlah		36	100%

Dari hasil tabel 4.1 Terdapat 0% siswa dalam klasifikasi baik sekali, 30.55% siswa dalam klasifikasi baik, 36.11% siswa dalam klasifikasi sedang, 30.55% siswa dalam klasifikasi kurang dan 2.77% siswa dalam klasifikasi kurang sekali.

Tabel 4.2 Hasil Nilai posttest Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Lari Jarak Pendek 50 Meter Siswa Kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang

No.	Kategori	Orang	%
1.	BS	-	-
2.	B	14	38,88%
3.	S	9	25%
4.	K	12	33,33%
5.	KS	1	2,77%
Jumlah		36	100%

Dari hasil tabel 4.2 Terdapat 0% siswa dalam klasifikasi baik sekali, 38.88% siswa dalam klasifikasi baik, 25% siswa dalam klasifikasi sedang, 33.33% siswa dalam klasifikasi kurang dan 2.77% siswa dalam klasifikasi kurang sekali.

A. Deskripsi data

Tabel 4.3 Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pre test	36	4,559	,6569	3,3	6,3
Post test	36	4,3569	,83338	3,06	7,45

Berdasarkan table diatas dapat diketahui bahwa sebelum diberi perlakuan atau pretest memiliki standart deviation 6569, nilai terendah 3,3 dan nilai tertinggi 6,3. Setelah diberi perlakuan atau posttest memiliki standart deviation 83338, nilai terendah 3,06 dan nilai tertinggi 7,45.

b.Ulji Pelrbeldaan

Tabel 4.4 Paired Samples Test

	Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Pre test - Post test	,20167	,70303	,11717	-,03621	,43954	1,721	35	,004

Untuk membuktikan apakah perlakuan yang diberikan berpengaruh maka dihitung perbedaan antara sebelum dan sesudah perlakuan. Perbedaan itu dihitung dengan *paired sample test*. Setelah dilakukan pengolahan data dan adapun hasil *paired sample test* sebagai berikut :

Dalam uji perbedaan data penelitian ini diajukan hipotesis sebagai berikut :

- H_0 = Tidak ada pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan lari jarak pendek 50 meter kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang.
- H_1 = Ada pengaruh pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan lari jarak pendek 50 meter kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang.

Dasar pengambilan keputusan

- Jika nilai Sig. (2-tailed) < 0,05 maka H_1 diterima.
- Jika nilai Sig. (2-tailed) > 0,05 maka H_0 ditolak.

Interpretasi :

Hasil uji perbedaan data pada kelompok eksperimen saat melakukan pretest dan posttest dapat diketahui bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,004 < 0,05, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan setelah diberikan perlakuan berupa permainan tradisional (bentengan, kucing dan tikus, gobak sodor) dan dapat dilihat dari hasil pretest dan posttest lari jarak pendek 50 meter. Jadi H_1 diterima.

Pengujian hipotesis dilakukan berdasarkan hasil analisis data dan interpretasinya. Pengujian hipotesis ini dilakukan dengan menggunakan metode *paired sample t-test*. Hipotesis dalam penelitian ini dinyatakan sebagai berikut : “Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Lari Jarak Pendek 50 Meter Kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang”. Dari hasil perhitungan yang telah dilakukan diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,004 < 0,05$ maka H_0 diterima. Dengan demikian antara pretest dan posttest terdapat pengaruh yang signifikan. Jadi setelah mendapatkan perlakuan atau treatment, kemampuan Lari Jarak Pendek 50 Meter SDN Kaliwungu 1 Jombang meningkat secara signifikan.

B. Pembahasan

Pembahasan hasil penelitian ini memberikan interpretasi lebih lanjut, terutama mengenai hasil analisis data yang telah dikemukakan sebelumnya.. Permainan Tradisional merupakan suatu media yang sangat efektif untuk membantu proses pembelajaran, baik untuk pembelajaran masal, individual, maupun berkelompok. Permainan tradisional juga merupakan bahan ajar non cetak yang kaya informasi dan tuntas karena dapat sampai ke hadapan anak secara langsung. Disamping itu permainan tradisional juga dapat diterapkan terhadap dalam dunia pembelajaran, hal ini karena karakteristik permainan tradisional sendiri yang dapat menyajikan pembentukan karakter secara otomatis pada siswa..

Menurut Aristoteles, Plato dan Fröbel (dalam Mayke S. Tedjasaputra, 2007: 2) bermain memiliki nilai praktis artinya bermain digunakan sebagai media untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan tertentu pada anak. Selain itu terdapat banyak teori yang menjelaskan tentang kegunaan dari bermain. Menurut teori rekreasi praktis yang diajukan oleh Karl Groos bahwa bermain berfungsi untuk memperkuat instink yang dibutuhkan guna kelangsungan hidup di masa mendatang (Mayke S. Tedjasaputra, 2007: 4). Sedangkan menurut Bruner fungsi bermain sebagai sarana mengembangkan kreativitas dan fleksibilitas anak. Dari beberapa ilmuwan dapat disimpulkan bahwa bermain memiliki manfaat bagi perkembangan anak.

Dari pendapat di atas betapa banyak manfaat yang dapat dipetik anak dari aktivitas bermainan, baik untuk perkembangan kognitif, fisik motorik, maupun sosial emosional anak, permainan tradisional merupakan permainan daerah yang tiap

daerahnya memiliki tata cara dan permainan yang berbeda-beda. Salah satu permainan tradisional yang ada permainan.

Jadi dapat dikatakan bahwa permainan tradisional merupakan media yang sangat berpengaruh terhadap kegiatan pembelajaran. Hal ini dapat dilihat dari hasil sebelum diberikan perlakuan dan hasil sesudah diberikan perlakuan terdapat pengaruh yang signifikan, maka penggunaan permainan tradisional pada mata pelajaran pendidikan jasmani khususnya materi lari jarak pendek 50 meter merupakan langkah yang tepat untuk meningkatkan kemampuan siswa kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang dikarenakan adanya pengaruh yang signifikan setelah ditreatment menggunakan permainan tradisional.

PENUTUP

Setelah melakukan post test, treatment (bentengan, gobak sodor, kucing dan tikus) post test hasil penelitian dan hasil analisis data dan perhitungan yang telah dilakukan, ternyata hipotesis yang diajukan dapat diterima. Maka dengan demikian dapat diperoleh simpulan yaitu, Penggunaan permainan tradisional berpengaruh terhadap kemampuan lari jarak pendek 50 meter pada siswa kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang dengan nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,004 < 0,05$ maka H_1 diterima. Jadi antara pretest (sebelum perlakuan) dan posttest (sesudah perlakuan) terdapat pengaruh yang signifikan.

SARAN

Dalam meningkatkan kemampuan siswa pada nomor atletik lari jarak pendek 50 meter dapat menerapkan media-media yang baik dan menarik dalam proses pembelajaran, salah satunya yaitu penggunaan media permainan tradisional yang telah terbukti dapat meningkatkan kemampuan lari jarak pendek 50 meter pada siswa kelas IV SDN Kaliwungu 1 Jombang. Penggunaan permainan tradisional juga diharapkan dapat digunakan atau diterapkan pada mata pelajaran yang lain, karena dalam permainan tradisional mengandung banyak unsur yang dapat memberikan pembelajaran pada siswa, terutama pada siswa yang kurang tertarik pada saat mata pelajaran Pendidikan jasmani yang terlalu monoton sehingga siswa lebih meliluh untuk bermain sendiri.

Disini tugas kita sebagai pengajar dan calon pengajar untuk membaca karakter siswa yang akan kita beri materi dan terus menerus berinovasi supaya materi atau ilmu yang kita bagi jauh lebih menarik sehingga siswa dapat menerima materi yang akan kita ajarkan dan salah satunya menggunakan permainan tradisional, saya harap dalam penelitian Pengaruh Lari Jarak Pendek 50 meter dengan media permainan tradisional (gobak sodor, bentengan, kucing dan tikus) ini dapat memberikan suatu manfaat pada sekolah SDN Kaliwungu 1 dan semoga penelitian ini dapat memberikan referensi dan dapat dikembangkan lagi pada penelitian berikutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Achroni, K. (2012). *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Melalui Permainan Tradisional*. Yogyakarta: Javalitera.
- Anas Sudijono. 2005. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Ambaryani, Novita. (2013). *Efektivitas Permainan Tradisional terhadap Keterampilan Sosial Anak Kelompok B TK se-gugus IV Kecamatan Banjarsari Surakarta Tahun Ajaran 2013/1014*. Jurnal Pendidikan. PGPAUD Universitas Sebelas Maret.
- Aryati, V. A. (2019). *Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Hasil Belajar Lari Jarak Pendek Siswa Smp Negeri 7. Indonesia Sport Journal*, 39-48.
- Depdiknas. 2010. *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Anak Umur 10-12 Tahun*. Jakarta : Depdiknas Puskesjasrek.
- Eddy Purnomo & Dapan. (2011). *Dasar-dasar Dasar Atletik*. Yogyakarta. Alfabedia
- Edrawan, I Bagus. (2015). *Upaya Meningkatkan Hasil Lari Sprint 60 meter Melalui Permainan Tradisional Hijau Hitam Pada Siswa Kelas VII SMPN 38 Palembang*. Volume V, Nomor 1. h. 25
- Halim, F. M. (2014). *Interior Museum Permainan Anak-Anak Tradisional Jawa di Surabaya*. *Jurnal Intra*, 2 (2), hlm. 1.
- Hidayat Dasrun. (2013). *Permainan Tradisional Dan Kearifan Lokal Kampung Dukuh Garut Selatan Jawa Barat* , Jurnal Academia Fisip Untad
- Hidayat, A. M. (2020). *Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kelincahan*. Kediri: Universitas Nusantara Persatuan Guru Republik Indonesia Kediri.
- Kristiyandaru, Advendi. 2010. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Lestari, P. I., & Prima, E. (2016). *Implementasi Permainan Anak Tradisional Dalam Upaya Peningkatan Motivasi Belajar Anak Usia Dini*. *Jurnal Santiaji Pendidikan*, 23-29.
- Mardiana, Purwadi, dan Indra. 2008. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Maksum, Ali. (2012). *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Mayke Sugianto. (2007). *Bermain, Mainan dan Permainan*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Tinggi.

- Misbach, I. H. (2006). *Peran Permainan Tradisional yang Bermuatan Edukatif dalam Menyumbang Pembentukan Karakter dan Identitas Bangsa*.
- Mulyani, S. (2016). *Permainan Tradisional Anak Indonesia*. Yogyakarta: Langengsari Publishing
- Rahmat, Z. (2015). *Atletik Dasar dan Lanjutan*. Banda Aceh: Program Studi PENJASKESREK STKIP Bina Bangsa.
- Rahayu, Ega Trisna. 2013. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Rosidig. (2012). *Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Siswa Kelas V Sdn Tersan Gede 2 Kecamatan Salam Kabupaten Magelang*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Safari, Indra. (2010). *Analisis Unsur Olahraga Tradisional (Studi Kasus Pada Mahasiswa Pgsd Universitas Pendidikan Indonesia)*. Jurnal. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sepdanius, E., Rifki, M. S., & Komaini, A. (2019). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Depok: PT RajaGrafindo Persada.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RnD*. Yogyakarta: Alfabeta.
- Suhardi dkk. (2016). "Pengaruh Pendekatan Permainan Tradisional Terhadap Hasil Belajar Lari Sprint Pada Peserta Didik Kelas X". Jurnal Program Studi Penjaskesrek Jurusan Ilmu Keolahragaan FKIP UNTAN.
- Syauki, A. Y. (2021). Pengaruh Permainan Tradisional Bebenangan Terhadap Pembelajaran Atletik Sprint. *Tulip, Jurnal Tulisan Ilmiah Pendidikan*.
- Winarno. (2006). *Perspektif Pendidikan Jasmani & Olahraga*. Malang: Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.