



PENGARUH PERMAINAN GALASIN TERHADAP HASIL BELAJAR PJOK MATERI KELINCAHAN PADA SISWA KELAS III SD NEGERI 101778 MEDAN

Anisa Siregar^{1*}, Khairul Usman², Halimatussakdiah³, Tiarnita Maria Sarjani⁴, Fajar Sidik Siregar⁵

^{1*,2,3,4,5} Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan
 Universitas Negeri Medan

*Email: anisasuregar2742@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.37081/jipdas.v6i1.3802>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional galasin terhadap hasil belajar psikomotorik PJOK materi kelincahan pada siswa kelas III SD Negeri 101778 Medan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen dan desain quasi eksperimen. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas III, dengan sampel sebanyak 19 siswa yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan berupa lembar observasi psikomotorik yang mengukur kelincahan melalui tes shuttle run, zig-zag run, dan T-Test. Teknik analisis data mencakup uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis menggunakan *paired sample t-test*. Hasil uji menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest, dengan nilai p (two-tailed) = $0,001 < 0,05$. Dengan demikian, permainan tradisional galasin berpengaruh signifikan terhadap peningkatan hasil belajar psikomotorik PJOK siswa pada materi kelincahan.

Kata Kunci: Galasin, Kelincahan, Psikomotorik, PJOK

1. PENDAHULUAN

Siswa sekolah dasar merupakan anak-anak yang berada pada rentang usia 7 hingga 12 tahun yang sedang menempuh pendidikan formal di tingkat dasar. Pada masa ini, anak berada dalam tahap perkembangan operasional konkret yang ditandai dengan kemampuan berpikir logis, meskipun masih terbatas pada objek fisik. Selain itu, perkembangan fisik dan motorik anak juga mengalami pertumbuhan yang signifikan. Pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam pengembangan aspek fisik, mental, dan sosial siswa, khususnya dalam membentuk fondasi kesehatan dan kebugaran yang baik selama masa pertumbuhan.

Di era digital saat ini, anak-anak cenderung lebih banyak menghabiskan waktu dengan gadget dan permainan elektronik, sehingga mengurangi aktivitas fisik dan interaksi sosial secara langsung. Hal ini berdampak negatif terhadap perkembangan motorik anak, termasuk kelincahan. Kelincahan merupakan kemampuan untuk mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat yang sangat diperlukan dalam berbagai aktivitas fisik, baik olahraga maupun kegiatan di sekolah seperti baris-berbaris. Di SD Negeri 101778 Medan, pembelajaran PJOK masih menghadapi kendala, khususnya dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa terkait kelincahan.

Hasil wawancara dengan guru PJOK menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang digunakan kurang bervariasi dan tidak sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Pembelajaran cenderung monoton dan kurang melibatkan aktivitas fisik yang menarik, sehingga membuat siswa kesulitan dalam melakukan gerakan yang membutuhkan kecepatan dan ketangkasan. Kondisi ini diperkuat oleh data hasil penilaian praktek yang menunjukkan hanya 47% siswa yang mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), sementara sisanya belum memenuhi standar tersebut.

Salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk meningkatkan kelincahan siswa adalah dengan



memanfaatkan permainan tradisional. Permainan tradisional memiliki banyak manfaat, tidak hanya dalam mengembangkan aspek motorik, tetapi juga intelektual, kreativitas, ketangkasan, kerjasama tim, dan sikap disiplin. Selain itu, permainan ini dapat melatih kejujuran, sportivitas, dan membantu melestarikan budaya bangsa. Permainan tradisional juga bersifat sederhana, mudah diakses, dan dekat dengan kehidupan anak-anak.

Salah satu permainan tradisional yang populer dan relevan untuk meningkatkan kelincahan adalah galasin, atau dikenal juga dengan nama gobak sodor di beberapa daerah. Permainan ini membutuhkan kelincahan, kecepatan, strategi, serta kekompakan tim, sehingga berpotensi besar untuk digunakan dalam pembelajaran PJOK sebagai metode alternatif dalam meningkatkan kelincahan siswa. Selain memberikan manfaat fisik, permainan ini juga dapat mengembangkan keterampilan sosial dan emosional anak.

Galasin memiliki keunggulan dalam menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan karena mengandung unsur bermain yang menantang dan menggembirakan. Melalui interaksi sosial dalam permainan ini, siswa belajar tentang kerja sama, pengendalian diri, dan tidak egois dalam mencapai tujuan. Selain mendukung perkembangan fisik, kegiatan ini juga membangun karakter anak, yang berguna tidak hanya dalam konteks pendidikan jasmani, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari.

Permainan galasin juga tidak memerlukan fasilitas atau alat yang rumit, cukup dengan menggunakan lapangan. Dengan mengintegrasikan permainan ini ke dalam pembelajaran PJOK, khususnya dalam kaitannya dengan peningkatan kelincahan untuk kegiatan baris-berbaris, diharapkan tercipta pembelajaran yang aktif, menyenangkan, dan bermakna. Hal ini juga sejalan dengan pendekatan pembelajaran modern yang menekankan keterlibatan aktif siswa dan pembelajaran berbasis pengalaman.

Penelitian terdahulu membuktikan bahwa permainan tradisional efektif meningkatkan kemampuan motorik anak. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh galasin terhadap kelincahan dalam konteks baris-berbaris masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan harapan hasilnya dapat dijadikan dasar bagi pengembangan strategi pembelajaran PJOK yang lebih kontekstual, sekaligus melestarikan budaya lokal dan membangun karakter siswa.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode **kuantitatif** untuk menguji pengaruh permainan **galasin terhadap kelincahan siswa** melalui data yang terukur dan dapat dianalisis secara statistik (Purwanto & Dyah Ratih Sulistyastuti, 2017). Fokus utama penelitian kuantitatif adalah menguji **hubungan antar variabel** dan hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya melalui pengujian empiris. Penelitian ini menerapkan **pendekatan eksperimen dengan desain quasi eksperimen**, yaitu membandingkan hasil antara kelompok yang mendapat perlakuan (kelas eksperimen) dan kelompok yang tidak mendapat perlakuan (kelas kontrol).

Tabel Jenis Penelitian

Kelas	Pre Test	Perlakuan	Post Test
Eksperimen	O1	X	O2
Kontrol	O3	-	O4

Keterangan :

O₁ : Pre test kelompok eksperimen (Sebelum diberi treatment)

O₂ : Pos test kelompok eksperimen (setelah diberikan treatment)

O₃ : Pre test kelompok kontrol (Sebelum diberi treatment)

O₄ : Pos test kelompok kontrol (setelah diberikan treatment)

X : Treatment yang diberikan (permainan galasin)

Penelitian ini dilakukan di SD NEGERI 101778 MEDAN. Adapun alasan pemilihan lokasi penelitian yang dipilih dalam penelitian ini karena untuk mengenalkan permainan tradisional galasin yang belum diketahui oleh siswa serta meningkatkan kelincahan siswa melalui permainan tradisional



galasin. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei-Juli 2025 yang beralamat di Jln. Mesjid-Medan Estate, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang.

Menurut Sugiyono (2019, 126) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi bisa terdiri dari individu, objek, kejadian, atau apapun yang relevan dengan penelitian yang dilakukan. Dari definisi di atas maka populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas III SD NEGERI 101778 MEDAN.

Menurut Sugiyono (2019, 127) menyatakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Jenis sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *Purposive Sumpling*. *Purpose sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Kriteria teknik purpose sampling adalah harus sesuai dengan tujuan penelitian dan sampel harus dipilih berdasarkan latar belakang yang diinginkan oleh peneliti. Berdasarkan kriteria tersebut maka sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas III SD NEGERI 101778 MEDAN yang berjumlah 19 orang.

Prosedur dan Rancangan Penelitian

Prosedur Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan dalam tiga tahap utama. Tahap persiapan meliputi observasi awal untuk mengidentifikasi kondisi lapangan, penyusunan instrumen penelitian yang sesuai, serta pelaksanaan uji validitas dan reliabilitas instrumen. Tahap pelaksanaan dimulai dengan pre-test, dilanjutkan dengan pemberian perlakuan berupa permainan galasin selama periode yang ditentukan, dan diakhiri dengan post-test. Tahap terakhir adalah mengumpulkan dan mengolah data, menganalisis hasil penelitian, serta menyusun laporan penelitian.

Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode *pre experiment design*. Desain eksperimen dalam penelitian ini adalah *One-Group Pretest-Posttest*, dimana desain ini hanya melibatkan satu kelas eksperimen.

Tabel Rancangan Penelitian

Pre-Test	Perlakuan (Treatment)	Post-Test
O ₁	X	O ₂

Keterangan :

O₁ : Pre test kelompok eksperimen (Sebelum diberi treatment)

X : Treatment yang diberikan (variabel independen)

O₂ : Posttest kelompok eksperimen (setelah diberikan treatment)

Variable penelitian dan definisi operasional variable

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel utama yang diteliti. Pertama, variabel independen atau variabel bebas yaitu permainan tradisional galasin yang akan diterapkan sebagai treatment pembelajaran. Kedua, variabel dependen atau variabel terikat berupa hasil belajar kelincahan siswa kelas III SD yang berjumlah 19 orang yang akan diukur melalui serangkaian tes kelincahan sebelum dan sesudah perlakuan.

Variable

Variabel yang digunakan dari penelitian ini terdiri dari dua jenis yaitu, variabel bebas (independent) dan variabel terikat (dependent). Variabel independen sering disebut sebagai variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat), sedangkan variabel dependen sering disebut variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.

1. Variabel bebas (X) : Permainan galasin
2. Variabel terikat (Y) : Hasil Belajar Siswa Materi Kelincahan Kelas III

Definisi Opreasional Variable

Definisi operasional variabel menurut Salma (2022) adalah seperangkat lengkap petunjuk



tentang apa yang harus diamati dalam mengukur atau menguji suatu variabel dalam pengujian kesempurnaan. Operasional variabel mampu menetapkan aturan dan prosedur bagi penulis dalam menjalankan penelitian agar pengumpulan data dan analisis lebih terarah, fokus, efisien dan konsisten.

1. Variabel bebas (X) : Permainan Tradisional galasin

Permainan tradisional galasin adalah permainan yang membutuhkan ketangkasan dan kelincahan dalam berlari, menghindar, serta strategi yang baik dalam tim. Permainan ini merupakan aktivitas bermain yang melibatkan dua tim dengan peran berbeda yaitu tim jaga dan tim lari, dimana setiap pemain harus memiliki kelincahan tinggi untuk dapat memenangkan permainan.

2. Variabel terikat (Y) : Hasil Belajar Siswa Materi Kelincahan Siswa Kelas III

Hasil belajar pendidikan jasmani pada materi kelincahan merupakan capaian yang dapat dilihat pada siswa setelah mengikuti pembelajaran olahraga di sekolah dengan melakukan permainan tradisional galasin sebagai media pembelajarannya.

Instrument dan Teknik pengumpulan data

Instrument penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Instrument penelitian akan meneliti seberapa besar pengaruh variabel yang diteliti. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi keterampilan siswa yang digunakan untuk mengamati aktivitas siswa selama proses permainan galasin, mencatat partisipasi dan respon siswa dalam kegiatan, serta berisi indikator-indikator yang akan diamati. Shuttle run, Zig-zag run dan T-test adalah latihan lari yang dapat dilakukan untuk mengukur kelincahan siswa (Imron dan Ismanadi, 2022). Berikut ini adalah kisi-kisi observasi yang akan digunakan oleh peneliti dalam melakukan kegiatan penelitian.

Tabel Kisi-kisi Observasi Keterampilan Siswa

Variabel	Indikator	Deskriptor	Skor
Kelincahan	Shuttle Run	Anak tidak mampu bergerak cepat dan mengubah arah. Anak kurang mampu bergerak secara cepat, melakukan gerak perubahan secara cepat. Anak dapat bergerak secara cepat, melakukan gerak perubahan secara cepat serta mampu berlari dan cepat dalam bereaksi.	
	Zig Zag Run	Siswa tidak mampu berbelok dengan cepat Siswa kurang mampu berbelok dengan cepat Siswa mampu berbelok dengan cepat	
	T-Test	Siswa tidak mampu melakukan melakukan gerakan multiarah dan memiliki daya tubuh yang lemah Siswa kurang mampu melakukan gerakan multiarah dan memiliki daya tahan tubuh yang kurang kuat. Siswa mampu melakukan melakukan gerakan multiarah dan memiliki daya tahan tubuh yang kuat	



Kriteria penilaian:

Nilai 3 : jika deskriptor 3 yang tampak

Nilai 2 : jika deskriptor 2 yang tampak

Nilai 1 : jika deskriptor 1 yang tampak

Nilai 0 : Jika tidak satu pun deskriptor yang dapat dilakukan

Uji Instrument Penelitian

- Uji validitas

Validitas dididefinisikan sebagai ukuran seberapa cermat suatu test melakukan fungsi ukurnya (Ulum, H.M 2016:14). Uji validitas adalah uji yang digunakan untuk menunjukkan sejauh mana alat ukur yang digunakan untuk menunjukkan sejauh mana alat ukur yang digunakan dalam mengukur apa yang seharusnya di ukur. Suatu alat ukur yang valid dapat menjalankan fungsi ukurannya dengan tepat, juga memiliki kecermatan tinggi. Rumus yang digunakan untuk mengukur kevalidan instrument penelitian ini adalah rumus Korelasi Product, yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N\sum x^2 - (\sum x)^2\}\{N\sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koesfisien korelasi antara variabel x dan variabel y .

n = Banyaknya responden.

x = Skor yang diperoleh subjek dari tiap item.

y = Jumlah dari skor item.

$\sum xy$ = Jumlah perkalian antara variabel x dan variabel y .

$\sum x^2$ = Jumlah dari kuadrat nilai x .

$\sum y^2$ = Jumlah dari kuadrat nilai y .

$(\sum x)^2$ = Jumlah nilai x kemudian dikuadratkan.

$(\sum y)^2$ = Jumlah nilai y kemudian dikuadratkan.

Untuk menginterpretasikan tingkat validitas, maka koefisien korelasi dikategorikan pada kriteria sebagai berikut:

Tabel Kriteria Validitas Instrumen

Nilai r	Interpretasi
0.81 – 1.00	Sangat Tinggi
0.61 – 0.80	Tinggi
0.41 – 0.60	Cukup
0.21 – 0.40	Rendah
0.00 – 0.20	Sangat Rendah

Setelah harga koefisien validitas tiap butir soal diperoleh, kemudian hasil diatas dibandingkan dengan nilai r dari taraf signifikansi 5% dan taraf signifikansi 1% dengan $df = N-2$. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka koefisien validitas butir soal pada taraf signifikansi yang dipakai.

- Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah tes untuk mengukur atau mengamati sesuatu yang menjadi objek ukur. Suatu tes dapat dikatakan mempunyai reliabilitas yang tinggi jika tes tersebut dapat memberikan hasil yang tetap sama (konsisten, ajeg). Hasil pengukuran itu harus tetap sama (relative sama) jika pengukurannya diberikan pada subjek yang sama meskipun dilakukan oleh orang yang berbeda, waktu yang berbeda, dan tempat yang berbeda pula. Alat ukur yang reliabilitasnya tinggi disebut alat ukur yang reliabel. Pengujian reliabilitas instrumen pada penelitian ini menggunakan rumus Alha Cronbach sebagai rumus:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1}\right)\left(1 - \frac{\sum \sigma^2 b}{\sigma^2 t}\right)$$

Keterangan:

r_{11} = Koefisien reliabilitas instrumen

k = Jumlah item pertanyaan yang di uji

$\sum \sigma^2 b$ = Jumlah varians akor tiap-tiap item



$$\sigma^2 t = \text{Varians total}$$

Tinggi rendahnya reliabilitas, secara empirik ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut nilai koefisien reliabilitas. Reliabilitas yang tinggi ditunjukkan dengan nilai r_{xx} mendekati angka 1. Kesepakatan secara umum reliabilitas yang dianggap sudah cukup memuaskan jika ≥ 0.700 .

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan langkah-langkah yang dilakukan dalam analisis data. Teknik analisis dalam penelitian ini dilakukan berdasarkan pengolahan data dan menyusunnya untuk keperluan penelitian. Analisis data dilakukan untuk menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya. Rancangan analisis statistik data yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini antara lain:

- Uji Normalitas

Menurut Sudjana, uji normalitas data dilakukan dengan menggunakan uji Liliefors (L_0) dilakukan dengan langkah-langkah berikut:

Diawali dengan penentuan taraf sigifikansi, yaitu pada taraf signifikasi 5% (0,05) dengan hipotesis yang diajukan adalah sebagai berikut :

H_0 : Sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal

H_1 : Sampel tidak berasal dari populasi yang berdistribusi normal

Dengan kriteria pengujian :

Jika $L_{hitung} < L_{tabel}$ terima H_0 , dan

Jika $L_{hitung} > L_{tabel}$ tolak H_0

Adapun langkah-langkah pengujian normalitas adalah :

Data pengamatan $x_1, x_2, x_3, \dots, x_n$ dijadikan bilangan baku $z_1, z_2, z_3, \dots, z_n$ dengan menggunakan rumus $\frac{x_i - \bar{x}}{s}$ (dengan $\bar{x}$ dan s masing-masing merupakan rata-rata dan simpangan baku)

1. Untuk setiap bilangan baku menggunakan daftar distribusi normal baku, kemudian dihitung peluang $F(z_i) = P(z < z_i)$.
2. Selanjutnya dihitung proporsi $z_1, z_2, z_3, \dots, z_n$ yang lebih kecil atau sama dengan z_i . Jika proporsi ini dinyatakan oleh $S(z_i)$ maka:
 - a. $S(z_i) = \frac{\text{banyaknya } z_1, z_2, \dots, z_n \text{ yang } \leq z_i}{n}$.
3. Hitung selisih $F(z_i) - S(z_i)$, kemudian tentukan harga mutlakanya.
4. Ambil harga yang paling besar (L_0) di antara harga-harga mutlak selisih tersebut untuk menerima atau menolak hipotesis.

Dengan kriteria:

Jika $L_0 < L_{tabel}$, maka sampel berdistribusi normal

Jika $L_0 > L_{tabel}$, maka sampel tidak berdistribusi normal

- Uji Homogenitas

Uji homogenitas adalah suatu prosedur uji statistik yang dimaksudkan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variansi yang sama. Perhitungan uji homogenitas dapat dilakukan dengan berbagai cara dan metode, rumus yang digunakan dalam penelitian ini Uji Harley.

Uji Harley merupakan uji homogenitas variansi yang sangat sederhana karena cukup membandingkan variansi terbesar dengan variansi terkecil. Uji homogenitas variansi dengan rumus Harley bisa digunakan jika jumlah sampel antar kelompok sama misal ada dua populasi normal dengan varians σ_1^2 dan σ_2^2 . Akan diuji mengenai dua pihak untuk pasangan hipotesis:

$$H_0 : \sigma_1^2 = \sigma_2^2$$

$$H_1 : \sigma_1^2 \neq \sigma_2^2$$



Statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis H_0 adalah:

$$F = \frac{\text{varians terbesar}}{\text{varians terkecil}}$$

$F_{\text{hitung}} \geq F_{\text{tabel}}$, maka data tidak homogen

$F_{\text{hitung}} \leq F_{\text{tabel}}$, maka data homogen

- Uji Hipotesis

Menurut Sugiyono (2017) uji hipotesis adalah metode pengambilan keputusan berdasarkan data empiris yang dilakukan untuk menguji kebenaran suatu pernyataan atau dugaan sementara dalam penelitian.

Untuk menguji hipotesis apakah kebenarannya dapat diterima atau tidak, yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji beda (pre test dan post test) yaitu untuk melihat apakah ada perubahan perkembangan hasil belajar materi kelincahan melalui permainan tradisional galasin, adapun rumusnya:

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{N(N-1)}}}$$

Keterangan:

Md : mean dari perbedaan pretest dengan posttest

D : deviasi masing-masing subjek

$\sum x^2 d$: jumlah kuadrat deviasi

N : subjek pada sampel

d.b : ditentukan dengan N-1

H_0 diterima apabila harga $t_{\text{hitung}} < t_{\text{tabel}}$ dan H_a ditolak

H_a diterima apabila harga $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$ dan H_0 ditolak

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional galasin terhadap hasil belajar PJOK materi kelincahan siswa kelas III SD Negeri 101778 Medan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi eksperimen jenis pretest-posttest control group. Sampel terdiri dari dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang mengikuti pembelajaran dengan permainan galasin dan kelompok kontrol yang mengikuti pembelajaran konvensional.

Penelitian diawali dengan pretest keterampilan kelincahan untuk mengukur kemampuan awal kedua kelompok. Kelompok eksperimen kemudian diberikan perlakuan berupa pembelajaran galasin selama 4 pertemuan, sedangkan kelompok kontrol tetap menggunakan metode biasa. Setelah itu, kedua kelompok mengikuti posttest keterampilan kelincahan.

Instrumen yang digunakan berupa tes keterampilan gerak, bukan soal tertulis, yang telah diuji validitas melalui expert judgment oleh ahli PJOK dan diuji reliabilitas melalui uji coba Alpha Cronbach. Hasil uji menunjukkan instrumen valid dan reliabel, sehingga layak digunakan dalam penelitian ini.

- Uji Validitas

Uji validitas dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur valid atau tidaknya tes hasil belajar siswa. Pendekatan yang dipilih dalam penelitian ini adalah uji validitas empiris dengan menggunakan korelasi *product-moment* (R-Hitung) tiap item terhadap skor total, yang dibandingkan dengan nilai ambang R-Tabel = 0,468 ($\alpha = 0,05$). Kriteria yang digunakan adalah jika R-Hitung $\geq 0,468$ maka indikator valid dan jika R-Hitung $< 0,468$ maka indikator tidak valid.



Tabel Uji Validitas

Butir Indikator	R-Hitung	R-Tabel	Keterangan
1	0,845	0,468	Valid
2	0,791	0,468	Valid
3	0,592	0,468	Valid
4	0,812	0,468	Valid
5	0,593	0,468	Valid
6	0,739	0,468	Valid
7	0,375	0,468	Tidak Valid
8	0,652	0,468	Valid
9	0,726	0,468	Valid
10	0,647	0,468	Valid
11	0,659	0,468	Valid
12	0,778	0,468	Valid
13	0,741	0,468	Valid

Dari 13 butir indikator yang diuji, 12 butir dinyatakan valid dan 1 butir dinyatakan tidak valid. Maka dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 12 butir indikator yang dinyatakan valid berdasarkan hasil perhitungan validitas.

- Uji reliabilitas

Setelah dilakukan uji validitas, langkah selanjutnya adalah menguji reliabilitas instrumen untuk mengetahui sejauh mana instrumen tersebut konsisten dalam mengukur variabel yang dimaksud. Reliabilitas diukur menggunakan rumus Alpha Cronbach dengan mempertimbangkan total varians dan jumlah item.

Berdasarkan hasil perhitungan reliabilitas, diperoleh data sebagai berikut:

Tabel Uji Reliabilitas

$\sum Si^2$	36,823
S_t^2	6,05
r_i^2	0,91

Dari hasil tersebut, diperoleh nilai koefisien reliabilitas (r_i^2) sebesar **0,91**. Nilai ini berada dalam kategori tinggi yang menunjukkan bahwa instrumen tersebut memiliki tingkat konsistensi yang baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini memiliki reliabilitas yang sangat baik, sehingga layak digunakan untuk pengumpulan data.

Deskripsi hasil belajar kelas eksperimen dan kelas kontrol

Data pretest kelas eksperimen dan kelas kontrol

Pada awal penelitian, dilakukan pretest keterampilan kelincahan untuk mengukur kemampuan praktis siswa kelas III SD terkait materi kelincahan sebelum diberikan intervensi. Pretest ini berupa serangkaian tes fisik yaitu *zig-zag run*, *T-test* dan *Shuttle run*. Kelas eksperimen pada penelitian ini berjumlah 19 siswa dan kelas kontrol berjumlah 11 siswa dan pelaksanaan tes ini dilakukan secara serentak di lapangan sekolah. Rangkuman data hasil *pretest* kelas eksperimen dan kelas kontrol disajikan pada tabel

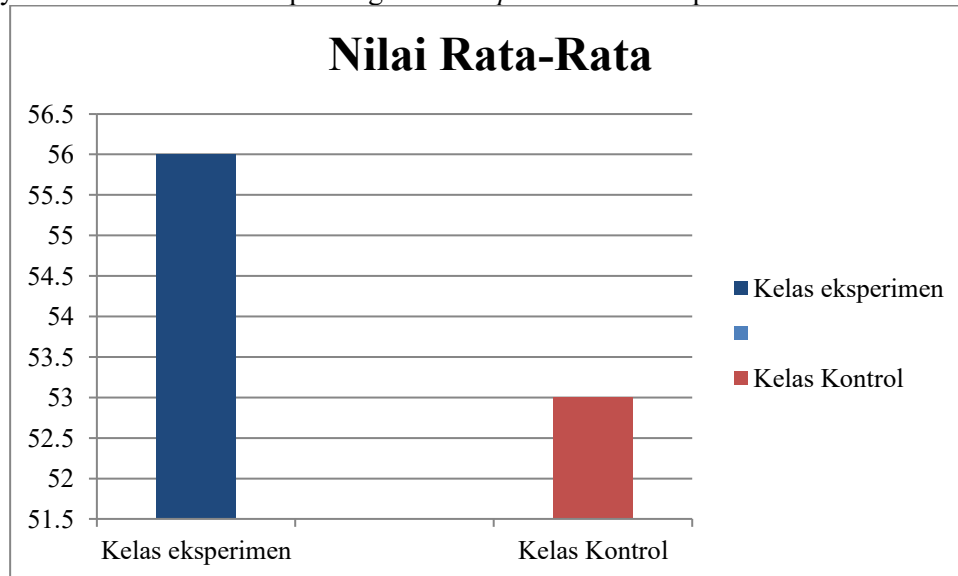
Tabel Rangkuman Nilai Pretest Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Descriptive Statistic						
	N	Range	Minimum	Maksimum	Mean	Std. dev
Pretest Kelas Eksperimen	19	17	46	63	56	19
Pretest Kelas Kontrol	11	29	44	73	53	21,5

Hasil pretest menunjukkan bahwa kelas eksperimen memiliki nilai minimum 46 dan maksimum 63 dengan rata-rata nilainya 56, sedangkan kelas kontrol berada di kisaran 44 hingga 73 dengan nilai



rata-ratanya 53. Dibawah ini terdapat diagram hasil *pretest* kelas eksperimen dan kelas kontrol.



Gambar Diagram Nilai Rata-Rata *Pretest*

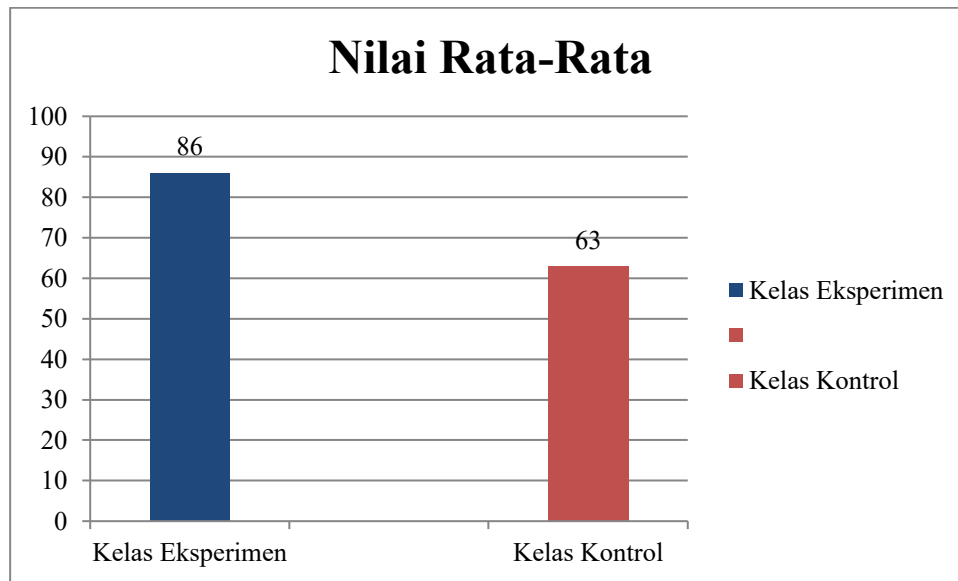
Data posttest kelas eksperimen dan kelas kontrol

Pada tahap akhir pengukuran, penelitian ini melakukan posttest keterampilan kelincuhan kepada kedua kelompok yaitu kelas eksperimen berjumlah 19 siswa yang menerima permainan tradisional galasin dan kelas kontrol berjumlah 11 siswa yang tidak mendapatkan intervensi spesifik. Tes dilaksanakan serentak di lapangan sekolah menggunakan prosedur pengukuran yang sama untuk menilai kelincuhan siswa.

Tabel Rangkuman Nilai Posttest Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

<i>Descriptive Statistic</i>						
	N	Range	Minimum	Maksimum	Mean	Std. dev
Pretest Kelas Eksperimen	19	23	73	96	86	32,21
Pretest Kelas Kontrol	11	31	44	75	63	22,70

Berdasarkan pengolahan data, pada kelas eksperimen ditemukan skor minimum 73 dan maksimum 96, dengan rentang sebesar 23 poin serta rata-rata nilai 86. Sebaliknya, kelas kontrol memperoleh skor antara 44 hingga 75, berkisar pada rentang 31 poin dan rata-rata 63. Dengan demikian permainan tradisional galasin efektif meningkatkan hasil belajar keterampilan kelincuhan siswa karena nilai akhir yang lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol. Dibawah ini terdapat diagram hasil posttest kelas eksperimen dan kelas kontrol.



Gambar Diagram Nilai Rata-Rata *Posttest*

Deskripsi hasil analisis data

Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan terhadap data hasil belajar siswa, baik dari kelas eksperimen maupun kelas kontrol. Metode yang digunakan adalah uji Shapiro-Wilk, karena jumlah sampel kurang dari 50 responden, sehingga lebih sesuai dengan kriteria uji tersebut.

Tabel Uji Normalitas

Kelas	Sig.	Keterangan
<i>Pretest</i> Eksperimen	0,052	Normal
<i>Pretest</i> Kontrol	0,501	Normal
<i>Posstest</i> Eksperimen	0,116	Normal
<i>Posttest</i> Kontrol	0,151	Normal

Hasil uji menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig.) pada semua kelompok, baik pretest maupun posttest untuk kelas eksperimen dan kelas kontrol, lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa seluruh data berdistribusi normal, sehingga layak untuk dianalisis menggunakan uji statistik parametrik.

Uji homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah varians antara kelas eksperimen dan kelas kontrol bersifat sama atau berbeda. Dalam penelitian ini, uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan Levene's Test pada data pretest dan posttest. Dasar pengambilan keputusan dalam uji ini adalah jika nilai signifikansi (Sig.) > 0,05, maka data dianggap homogen, artinya varians antar kelompok tidak berbeda secara signifikan. Sebaliknya, jika nilai Sig. < 0,05, maka data dianggap tidak homogen, yang berarti terdapat perbedaan varians antar kelompok.

Tabel Uji Homogenitas

Kelas	Sig.	Keterangan
Eksperimen	0,23	Homogen
Kontrol		

Hasil uji homogenitas pada tabel di atas menunjukkan nilai signifikan 0,25 lebih besar dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini memiliki varians yang homogen.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil belajar siswa pada kelas eksperimen dan kelas kontrol setelah diberikan



perlakuan yang berbeda. Pengujian dilakukan menggunakan uji-t independen (independent sample t-test), karena data telah memenuhi syarat normalitas dan homogenitas. Hipotesis nol (H_0) menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan hasil belajar yang signifikan antara kedua kelompok, sedangkan hipotesis alternatif (H_a) menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan. Dasar pengambilan keputusan dalam uji ini adalah apabila nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) $< 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sebaliknya, jika nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) $> 0,05$, maka H_0 diterima dan H_1 ditolak. Uji yang digunakan pada penelitian ini adalah *Uji Paired Sample Test*. Berikut tabel output *Uji Paired Sample Test*.

Tabel Uji Hipotesis
Paired Samples Test

Paired Differences									Significance	
Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	One Sided p	df		Two-Sided p	
			Lower	Upper						
Pair 1 Pretest - Posttest	-28.263	8.27	-32.250	-24.276	-14.893	18	1	<,001	<,001	1

Berdasarkan hasil nilai Sig. (2 tailed), terlihat bahwa nilai signifikansi (p-value) untuk uji dua pihak (two-sided p) adalah $< 0,001$, yang jauh lebih kecil dari batas signifikansi 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang berarti bahwa “Terdapat Pengaruh Permainan Tradisional Galasin Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Siswa Materi Kelincahan Di Kelas 3 SD Negeri 101778 Medan.”

2. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional galasin terhadap peningkatan hasil belajar PJOK pada materi kelincahan siswa kelas III SD Negeri 101778 Medan. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada rendahnya variasi metode pembelajaran yang menarik minat siswa secara aktif, kurangnya pemanfaatan permainan tradisional dalam pembelajaran, semakin tersisihnya permainan lokal akibat perkembangan permainan digital, serta rendahnya capaian nilai ulangan siswa yang belum memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan solusi inovatif dengan memanfaatkan permainan galasin sebagai metode pembelajaran yang aktif, menyenangkan, dan bernilai budaya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi eksperimen pretest-posttest control group. Dua kelas dipilih sebagai subjek, yaitu kelas eksperimen yang mendapat pembelajaran dengan permainan galasin, dan kelas kontrol yang menerima pembelajaran konvensional. Kedua kelas mengikuti tahapan pretest, perlakuan, dan posttest. Fokus pembelajaran adalah keterampilan fisik yang mencerminkan kelincahan siswa, diukur melalui tes keterampilan gerak, yaitu zig-zag run, shuttle run, dan T-test. Hasil pretest menunjukkan bahwa kemampuan awal kedua kelompok sebanding, dengan rata-rata nilai kelas eksperimen 56 dan kelas kontrol 53.

Kelompok eksperimen menjalani empat kali sesi pembelajaran menggunakan permainan galasin yang dimodifikasi sesuai usia siswa, sedangkan kelompok kontrol tetap belajar dengan metode konvensional. Pembelajaran melalui galasin menuntut siswa untuk bergerak cepat, bereaksi, dan membuat keputusan dengan cepat, sehingga melatih kelincahan secara menyeluruh. Sebaliknya, pembelajaran di kelas kontrol bersifat lebih pasif karena hanya mengandalkan metode ceramah dan demonstrasi.

Setelah pembelajaran selesai, kedua kelompok mengikuti posttest menggunakan instrumen yang sama dengan pretest. Hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan pada kelas eksperimen dari rata-rata nilai 56 menjadi 86, sedangkan kelas kontrol meningkat dari 53 menjadi 63. Analisis statistik menggunakan paired sample t-test menghasilkan nilai signifikansi $< 0,001$ yang membuktikan adanya perbedaan signifikan antara pretest dan posttest pada kelompok eksperimen. Uji normalitas dan homogenitas juga menunjukkan bahwa data valid untuk dianalisis secara statistik.



Hasil penelitian ini membuktikan bahwa pembelajaran berbasis permainan galasin tidak hanya meningkatkan keterampilan kelincahan, tetapi juga berdampak positif pada aspek kognitif dan afektif siswa. Siswa lebih memahami konsep kelincahan melalui pengalaman langsung dan menunjukkan sikap positif seperti antusiasme, semangat, kerja sama, dan sportifitas selama proses pembelajaran. Secara keseluruhan, pembelajaran PJOK dengan permainan galasin efektif meningkatkan hasil belajar, melestarikan budaya lokal, serta menanamkan nilai sosial yang bermanfaat bagi perkembangan karakter siswa.

4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional galasin memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajar PJOK pada materi kelincahan siswa kelas III SD Negeri 101778 Medan. Hal ini dibuktikan melalui perbandingan hasil pretest dan posttest antara kelas eksperimen dan kelas kontrol. Kelas eksperimen yang mengikuti pembelajaran dengan metode permainan galasin mengalami peningkatan nilai rata-rata yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan kelas kontrol yang menggunakan metode pembelajaran konvensional. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa perbedaan tersebut signifikan secara statistik, dengan nilai signifikansi $< 0,001$.

Selain berdampak pada peningkatan keterampilan psikomotorik berupa kelincahan, permainan galasin juga mampu menumbuhkan aspek kognitif dan afektif siswa. Melalui aktivitas permainan yang kontekstual dan menyenangkan, siswa tidak hanya aktif bergerak tetapi juga memahami konsep kelincahan secara lebih bermakna. Mereka juga menunjukkan sikap positif seperti kerja sama, tanggung jawab, sportifitas, dan antusiasme dalam mengikuti pelajaran PJOK. Dengan demikian, permainan tradisional galasin dapat menjadi metode pembelajaran yang efektif, menyenangkan, sekaligus melestarikan budaya lokal.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, Dina Noor. (2023). *Nilai Kerjasama dalam Permainan Tradisional Galah Asin di Kelurahan Munjul Jaya Purwakarta*. Purwakarta: Jurnal Pendidikan Indonesia. 12(1), 282-291
- Anugrah, S.D. dkk. (2023). *Pengaruh Penerapan Permainan Tradisional Dalam Pendidikan Jasmani Terhadap Motivasi Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas*. Karawang: Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 9(5), 691-695
- Asrulla. dkk. (2023). *Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) Dalam Pendekatan Praktis*. Jambi: Jurnal Pendidikan Tambusai, 7(3), 26320-26322
- Atto, Reksi S, dkk. (2022). *Pengaruh Permainan tradisional Gala Asin Terhadap Kebugaran Jasmani Pada Siswa Kelas V SD*. Kupang: Jurnal Sport & Science 45, 4 (2), 37-46
- Kurniawan, Ari Wibowo. (2019). *Olahraga dan Permainan Tradisional*. Malang: Wineka Media
- Marinda, Leny. (2020). *Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget dan Problematika Pada Anak Usia Sekolah Dasar*. Jember: Jurnal Kajian Perempuan dan Keislaman, 13(1), 116-152
- Maulana, Arliyansyah. (2024). *Teori Perkembangan Kognitif Piaget Pada tahap Operasional Formal*. Bandung: Journal Of Islamic Education, Learning, and Religius Studies, 1 (1), 12-22
- Megasari, Cesaria dan Latif, B. Syarifuddin. (2022). *Pengaruh Desain Interior dan Kualitas pelayanan Terhadap Minat Pengunjung Hotel Sotis Kemang*. Bogor: Open Journal System, 17 (5), 795—402
- Nawawi, Muhammad. dkk. (2023). *Pengaruh Latihan Kombinasi Shuttle Run dan Zig Zag Run Terhadap Kelincahan Atlet Karate Putra dan Putri Universitas Negeri Malang*. Malang: Jurnal Kepelatihan Olahraga, 15(1), 1-8
- Nuryana, Hana. dkk. ((2021). *Pengaruh Permainan Tradisional Galasin Terhadap Kelincahan Pada Siswa Kelas VII MTs Mathla'ul Anwar Sabajaya Karawang*. Karawang: Jurnal Literasi Olahraga, 2 (3), 186-194
- Pribadi, Bagus. dkk. (2023). *Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Siswa SDN 06 Rambang Kuang*. Palembang: Journal Physical Health Recreation



- (JPHR), 4(1), 221-227
- Prawiyogi, anggy Giri. Dkk, (2021). *Penggunaan Media Big Book untuk Menumbuhkan Minat Baca Siswa di Sekolah Dasar*. Purwakarta: Jurnal Basicedu, 5 (1), 446-452
- Ritonga, S.A.(2022). *Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B di TK Diponegoro Asam Jawa*. Labuhanbatu: Jurnal Pendidikan, Agama dan Sains, 6(1), 25-32
- Sepdanius, Endang. Dkk. (2019). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Depok: Rajawali Pers
- Sianturi, Canni dan Saragih Pretty. (2024). *Pengaruh Model Pembelajaran SAVI (Somatic, Audio, Visual, Intellectual) Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas V SDN 122384 Pematang Siantar*. Pematang Siantar: INNOVATIVE Journal Of Social Science Research, 4 (1)
- Suwarsa, Toto dan hasibuan, Aicha Rahmadani. (2021). *Pengaruh Retoran dan pajak Hotel Terhadap Pendapatan Asli Daerah Kota Padangsidempuan Periode 2018-2020*. Bandung: Jurnal Akuntansi, 14 (2), 71-85
- Ujiana, Nina. (2023). *Pengaruh Permainan Tradisional Galasin Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Sukadami Kecamatan Mangkubumi Kota Tasikmalaya*: Jurnal ilmiah adiraga, 9 (1), 11-21.
- Wardani, H.K. (2022). *Pemikiran Teori Kognitif Piaget di Sekolah Dasar*. Khazanah Pendidikan- Jurnal Ilmiah Kependidikan (JIK), 16(1), 7-19