

ABSTRAK

Hugo Cahyadi. (2016). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Sosial. Studi Eksperimen Terhadap Siswa Kelas X SMK Negeri 2 Baleendah. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR). FPOK-UPI. Pembimbing I: Dr. Uhamisastra, MS. AIFO. Pembimbing II: Alit Rahman, M.Pd.

Pembelajaran penjas dapat tercapai apabila didesain dengan sistematis dari mulai rencana pelaksanaan pembelajaran sampai evaluasi akhir pembelajaran. Terdapat alternatif perancangan pembelajaran dalam mencapai tujuan tersebut salah satunya dengan permainan, yang di dalam permainan tersebut terdapat aspek seperti semangat persaingan, kerja sama, interaksi sosial, dan pendidikan moral. Beberapa kebugaran jasmani dan aspek sosial yang diharapkan terbina melalui permainan tradisional yang meliputi permainan galasin, bebentengan, ucing nyetrum dan boi boian adalah kerja sama, saling menghargai, kepemimpinan, dan kepatuhan terhadap aturan yang berlaku. Berdasarkan latar belakang tersebut di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut: seberapa besar pengaruh permainan tradisional memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kebugaran jasmani dan sikap sosial siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh permainan tradisional terhadap kebugaran jasmani dan sikap sosial siswa. Metode yang digunakan adalah metode eksperimen. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan tes TKJI (Tes Kebugaran Jasmani Indonesia) sebagai alat ukur kebugaran jasmani dan angket sebagai alat ukur sikap sosial. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMK Negeri 2 Baleendah berjumlah 428 siswa. Sampel penelitian ini berjumlah 60 siswa yang diambil dengan menggunakan teknik pengambilan *simple random sampling*. Berdasarkan hasil pengujian dan analisis data diperoleh $t\text{-hitung } 6,37 > t\text{-tabel } 2,00$ maka h_1 diterima artinya terdapat pengaruh dari permainan tradisional terhadap kebugaran jasmani siswa dan $t\text{-hitung sikap sosial } 6,55 > t\text{-tabel } 2,00$ maka h_1 diterima artinya terdapat pengaruh dari permainan tradisional terhadap sikap sosial siswa. Kesimpulannya terdapat pengaruh dari permainan tradisional terhadap kebugaran jasmani siswa dan berpengaruh terhadap sikap sosial siswa.

Kata kunci: *permainan tradisional, sikap sosial, kebugaran jasmani.*

ABSTRACT

Hugo Cahyadi. (2016). The Effectiveness of Traditional Games Towards Physical Fitness and Social Attitudes. Experimental Study Against Class X in SMK Negeri 2 Baleendah. Program Study Physical Education Health and Recreation (PJKR). FPOK-UPI. Supervisor: Dr. Uhamisastra, MS. AIFO. Supervisor II: Alit Rahman, M.Pd.

Physical education learning can be achieved if designed with systematic lesson plan from the start until the final evaluation of learning. There is an alternative design of learning in achieving that one goal with the game, which is in the game there are some aspects such as the spirit of competition, cooperation, social interaction and moral education. Some physical fitness and social aspects of the expected nurtured through traditional games include games Galasin, bebentengan, using nyetrum and boi Boian is cooperation, mutual respect, leadership, and compliance with applicable rules. Based on the background above, the formulation of the problem of this research is as follows: how much traditional games have a significant influence on physical fitness and social attitudes of students. The purpose of this study is to determine how much influence the traditional game on physical fitness and social attitudes of students. The method used is an experimental method. Instruments used in this research is to use the test TKJI (Indonesia Physical Fitness Test) as a measurement of physical fitness and a questionnaire as a measurement of social attitudes. The population in this study were students of class X SMK Negeri 2 Baleendah totaled 428 students. The research sample of 60 students were taken by using simple random sampling. Based on test results and analysis of data obtained $6,37 > t_{count} > t_{table}$ then h_1 received 2.00 means that there are influences from traditional games to the physical fitness of students and $t\text{-test social attitudes } 6.55 > 2.00$ then the $t\text{-table } h_1$ received means that there are influences from traditional games to the social attitudes of students. In conclusion there is the influence of the traditional game against the physical fitness of students and influence the social attitudes of students.

Keywords: traditional games, social attitudes, physical fitness.