

## **ABSTRAK**

### **ANALISIS PENINGKATAN KENYUT NADI LATIHAN PADA 16 PERMAINAN TRADISIONAL BERBASIS LOKOMOTOR**

Ryan Sulton Ryaldi

1404635

Penelitian ini dilatar belakangi karena rendahnya tingkat gerak lokomotor siswa. Tujuan penelitian deskriptif ini yaitu untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan gerak lokomotor siswa-siswi SDN Mandiri 2 Cimahi. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Desain penelitian yaitu *deskriptif*. Populasi yaitu kelas atas pada SDN Mandiri 2 Cimahi. Sampel sebanyak 20 orang diambil berdasarkan teknik *sampling purposive*. Dari hasil data deskriptif pada denyut nadi latihan pengolah data statistik didapatkan hasil rata-rata pertemuan pertama adalah 67,8 dan pada saat pertemuan terakhir 36. Maka dapat disimpulkan bahwa analisis peningkatan denyut nadi latihan pada 16 permainan tradisional berbasis lokomotor di SDN Cimahi Mandiri 2.

**Kata kunci : gerak lokomotor, dekriptif, permainan tradisional, teknik sampling purposive**

## ABSTRACT

### THE EFFECT OF TRADITIONAL GAMES ON IMPROVEMENT OF JASMANI FITNESS

Ryan Sulton Ryaldi

1404635

This research is motivated by the low level of physical fitness of students. The purpose of this experimental study is to determine the effect of traditional games on improving physical fitness students - SDN Mandiri 2 Cimahi students. The research method used is experimental method. The research design is One-Group Pretest-Posttest Design. The population is upper class at SDN Mandiri 2 Cimahi. And sample of 20 people is taken based on purposive sampling technique. From the results of statistical data processing obtained preliminary test results are 249 and the final test is 250. Test hypothesis  $t$  arithmetic ( $8.663 > t$  table ( $1.729$ )) means  $H_0$  rejected (thank  $H_1$ ). It can then be gathered that traditional games have an effect on the improvement of physical fitness in SDN Cimahi Mandiri 2.

**Keywords:** Traditional games, physical fitness improvement.