



## **The Implementation of Bentengan Games to Improve Agility and Coordination in Primary School Students**

**Ali Sufi<sup>1</sup>, Vega Candra Dinata<sup>2</sup>, Siti Maslikah<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>*Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, PPG Prajab, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia*

<sup>2</sup>*Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia*

<sup>3</sup>*Guru PJOK, SDN Petemon Surabaya, Indonesia*

\*Corresponding Author: [alisufi285@gmail.com](mailto:alisufi285@gmail.com)

### **Abstrak**

Penelitian ini mengkaji penerapan permainan tradisional "Bentengan" dalam pembelajaran olahraga untuk meningkatkan kelincahan dan koordinasi siswa kelas III SD di SDN Petemon Surabaya. Metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan 30 siswa sebagai subjek. Hasil pra-siklus menunjukkan hanya 20% siswa mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM). Namun, setelah penerapan permainan dalam siklus I, terdapat peningkatan signifikan, dengan 50% siswa mencapai KKM, dan pada siklus II, angka tersebut meningkat menjadi 93,4%. Penelitian ini tidak hanya menunjukkan kemajuan dalam keterampilan fisik siswa, tetapi juga peningkatan antusiasme dan keterlibatan mereka. Temuan ini menekankan pentingnya integrasi permainan tradisional ke dalam kurikulum pendidikan jasmani untuk menciptakan suasana belajar yang positif dan efektif, serta memberikan rekomendasi bagi pendidik untuk menerapkan metode ini lebih luas dalam pembelajaran olahraga di sekolah dasar.

**Kata Kunci :** Bentengan, Kelincahan, Koordinasi

### **Abstract**

*This research examines the application of the traditional game "Bentengan" in sports learning to improve the agility and coordination of grade III elementary school students at SDN Petemon Surabaya. The method used was Classroom Action Research (PTK) with 30 students as subjects. Pre-cycle results show that only 20% of students reached the Minimum Completion Criteria (KKM). However, after implementing the game in cycle I, there was a significant increase, with 50% of students reaching the KKM, and in cycle II, this figure increased to 93.4%. This research not only shows progress in students' physical skills, but also an increase in their enthusiasm and engagement. These findings emphasize the importance of integrating traditional games into the physical education curriculum to create a positive and effective learning atmosphere, and provide recommendations for educators to apply this method more widely in sports learning in elementary schools.*

**Keywords :** fortification, agility, coordination

### **PENDAHULUAN**

Indonesia adalah negara kepulauan yang memiliki kekayaan budaya yang luar biasa, yang tercermin dalam keragaman etnis, bahasa, adat istiadat, dan tradisi di setiap daerah (Ali, 2023). Dengan lebih dari 17.000 pulau yang tersebar dari Sabang hingga Merauke, Indonesia merupakan rumah bagi lebih dari 300 kelompok etnis yang masing-masing memiliki budaya, bahasa, dan tradisi yang unik. Keragaman ini tidak hanya menambah kekayaan budaya bangsa tetapi juga menciptakan suatu mozaik yang indah dalam kehidupan sosial masyarakat Indonesia. Dalam konteks budaya, permainan tradisional Indonesia merupakan salah satu aspek yang mencerminkan keberagaman ini. Setiap daerah di Indonesia memiliki permainan tradisional yang khas, yang sering kali diwariskan secara turun-temurun sebagai bagian dari budaya lokal (Cahyani & Raharjo, 2024).

Permainan tradisional seperti "Bentengan" sangat populer di berbagai daerah. "Bentengan" adalah permainan yang melibatkan strategi dan kecepatan, di mana pemain harus melindungi markas mereka sambil mencoba menyerang markas lawan. Ini tidak hanya mengajarkan kelincahan dan koordinasi tetapi juga kerja sama tim dan

taktik. Keragaman permainan tradisional ini menunjukkan bagaimana budaya lokal di setiap daerah Indonesia tidak hanya bertahan tetapi juga berkembang seiring dengan waktu. Permainan-permainan ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan tetapi juga sebagai alat pendidikan yang menanamkan nilai-nilai moral, etika, dan sosial dalam kehidupan sehari-hari (Prasetio et al., 2020). Melalui permainan, anak-anak belajar tentang pentingnya kerja sama, sportivitas, ketekunan, serta keterampilan fisik dan mental (Widodaren & Ngawi, 2024).

Di era modern ini, permainan tradisional menghadapi tantangan besar dengan adanya teknologi dan perubahan gaya hidup. Permainan digital dan hiburan modern semakin mendominasi kehidupan anak-anak, yang membuat permainan tradisional mulai terpinggirkan. Oleh karena itu, upaya untuk melestarikan dan menghidupkan kembali permainan tradisional sangat penting (Ramadhani et al., 2023). Ini bisa dilakukan melalui pendidikan formal di sekolah-sekolah, serta melalui festival budaya dan kegiatan komunitas yang melibatkan permainan tradisional sebagai bagian dari programnya. Secara keseluruhan, keragaman Indonesia dan permainan tradisionalnya merupakan warisan budaya yang sangat berharga. Permainan-permainan ini tidak hanya menggambarkan identitas budaya setiap daerah, tetapi juga mengajarkan nilai-nilai penting yang relevan dengan kehidupan modern. Melalui pelestarian dan pengembangan permainan tradisional, Indonesia dapat terus merayakan keragamannya sambil memperkuat ikatan sosial dan budaya antar generasi (Marzuki et al., n.d.).

Permainan tradisional seperti bentengan memiliki nilai edukatif yang tinggi dan dapat dimanfaatkan secara efektif dalam pembelajaran olahraga di sekolah dasar (Anaitulloh et al., 2021). Dalam konteks pendidikan jasmani, kelincahan dan koordinasi merupakan keterampilan dasar yang sangat penting bagi perkembangan fisik siswa, terutama pada usia dini. Siswa kelas 3 SD, yang berada dalam fase perkembangan motorik yang pesat, sangat membutuhkan aktivitas yang dapat merangsang kemampuan fisik mereka (Kusumawati, 2017). Penerapan permainan bentengan tidak hanya menawarkan kesenangan, tetapi juga memfasilitasi latihan fisik yang bermanfaat. Dalam permainan ini, siswa dilatih untuk bergerak cepat dan tepat, serta berinteraksi

dengan teman-teman mereka, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kemampuan sosial dan kerja sama. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan bukti empiris mengenai kontribusi permainan tradisional dalam pendidikan jasmani, serta memberikan rekomendasi bagi pendidik untuk mengintegrasikan permainan ini ke dalam kurikulum.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas penerapan permainan bakiak dalam pembelajaran olahraga pada siswa kelas 3 SD. Dengan menggunakan pendekatan yang menyenangkan dan interaktif, diharapkan siswa lebih termotivasi untuk terlibat aktif dalam proses belajar sambil mengembangkan keterampilan fisik mereka secara optimal. Selain itu, melalui permainan ini, siswa juga diajarkan nilai-nilai penting seperti kerja sama, sportivitas, serta memperoleh manfaat kesehatan yang signifikan. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi sangat relevan untuk mengeksplorasi bagaimana permainan bakiak dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum pendidikan jasmani. Penelitian ini juga berusaha mengidentifikasi dampak positif yang dapat diperoleh dari penggunaan permainan ini, terutama dalam hal peningkatan keseimbangan dan perkembangan motorik siswa. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kualitas pendidikan jasmani di sekolah dasar.

## **METODE**

Jenis penelitian yang dilakukan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan penerapan permainan "Bentengan" dalam pembelajaran olahraga, khususnya untuk meningkatkan kelincahan dan koordinasi. Menurut Arikunto (2018), PTK merupakan penelitian yang bersifat reflektif, di mana peneliti melakukan tindakan tertentu bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan praktek pembelajaran di kelas secara profesional. Dalam konteks ini, guru berperan sebagai peneliti yang secara sistematis merefleksikan praktek pembelajaran yang dilakukannya, kemudian mengambil langkah-langkah untuk menyempurnakan atau meningkatkan kualitas pembelajaran.

Penelitian ini dilaksanakan di SDN Petemon Surabaya dengan subjek penelitian sebanyak 30 peserta didik kelas III. Untuk mengukur kelincahan dan koordinasi peserta

didik, dilakukan tes yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada peningkatan dari siklus I ke siklus II setelah mereka mengikuti pembelajaran dan praktek permainan "Bentengan". Selain tes, pengumpulan data juga dilakukan melalui angket, yang bertujuan untuk mengetahui respons peserta didik terhadap penerapan permainan "Bentengan" dalam pembelajaran olahraga. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari lembar soal tes dan lembar angket respons peserta didik. Lembar soal tes berisi 5 soal uraian, sementara angket respons peserta didik terdiri dari 5 pernyataan. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas permainan "Bentengan" dalam meningkatkan kelincahan dan koordinasi siswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilaksanakan untuk mengetahui adanya peningkatan kelincahan dan koordinasi peserta didik kelas III SDN Petemon terhadap pembelajaran olahraga pada permainan bentengan. Hasil didalam penelitian sebagai berikut :

### Pra Siklus

Kegiatan penelitian menggunakan tes pemahaman dan keterampilan untuk memastikan kemampuan peserta didik terhadap materi peningkatan kelincahan dan koordinasi. Nilai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) yang ditetapkan adalah 75 dalam pengukuran 2 aspek keterampilan dan pengetahuan. Berdasarkan data yang terkumpul dapat diketahui hasil belajar olahraga peserta didik sebelum dilakukan Tindakan penelitian. Berikut hasil pra siklus.

**Tabel 1.** Hasil Pra Siklus

| No. | Nama | Nilai      |
|-----|------|------------|
|     |      | Pra Siklus |
| 1   | IND  | 80         |
| 2   | BWN  | 60         |
| 3   | SPO  | 65         |
| 4   | AD   | 70         |
| 5   | DTI  | 60         |
| 6   | WAK  | 45         |
| 7   | RIA  | 50         |
| 8   | KMP  | 50         |
| 9   | DAA  | 35         |
| 10  | WIA  | 40         |

|    |     |    |
|----|-----|----|
| 11 | ABN | 30 |
| 12 | KIA | 80 |
| 13 | OPQ | 40 |
| 14 | RIS | 90 |
| 15 | TEA | 65 |
| 16 | AMI | 45 |
| 17 | VIS | 50 |
| 18 | HAP | 50 |
| 19 | MVP | 70 |
| 20 | MIT | 60 |
| 21 | RKE | 80 |
| 22 | NQI | 60 |
| 23 | MPU | 40 |
| 24 | FST | 35 |
| 25 | BIU | 40 |
| 26 | AQ  | 60 |
| 27 | ANL | 65 |
| 28 | APO | 80 |
| 29 | ILK | 65 |
| 30 | TAK | 40 |

Penentuan Nilai Kriteria Minimum (KKM) yang telah ditetapkan adalah 75. Namun, hanya terdapat 6 peserta didik memperoleh nilai diatas KKM, yang mendeskripsikan presentase ketuntasan hanya 20%, 80% sementara peserta didik yang lain belum dapat mencapai kriteria minimum. Dengan demikian, hasil kelincahan dan koordinasi pada mata pelajaran olahraga peserta didik secara keseluruhan masih kurang memuaskan. Oleh sebab itu, peneliti memerlukan peningkatan pengupayaan perbaikan dan peningkatan agar hasil kelincahan dan koordinasi pada mata pelajaran olahraga peserta didik dapat meningkat dan mencapai KKM yang telah ditetapkan.

### **Siklus I**

Siklus 1 dilaksanakan pada hari Selasa, 31 Juli 2024. Pada pertemuan pertama, peneliti menjelaskan materi berbasis CRT dengan menggunakan permainan bentengan untuk mengajarkan kelincahan dan koordinasi melalui presentasi PowerPoint. Selama proses pembelajaran di siklus I, peneliti mencatat bahwa peserta didik menunjukkan antusiasme dan keterlibatan yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan CRT yang mengintegrasikan permainan bentengan efektif dalam materi tersebut.

Pada siklus 1, pengimplementasian permainan melalui PowerPoint berhasil menarik minat dan semangat belajar peserta didik. Selain itu, untuk

mendokumentasikan proses penelitian, peneliti mengambil dokumentasi selama pembelajaran. Dokumentasi ini berfungsi sebagai bahan evaluasi dan refleksi untuk perbaikan di siklus berikutnya.

Pada saat Siklus I peneliti dengan peserta didik melakukan tanya jawab.

**Peneliti:** ada yang tau ini apa? (sambil menunjukkan gambar permainan bentengan)

**Peserta didik:** namanya permainan bentengan. (sambil menjelaskan pengertian, tujuan permainan bentengan) taukah kalian bahwa permainan ini berkaitan dengan konsep pembelajaran PJOK apa?

**Peserta didik:** tidak tahu bu

**Peneliti:** berkaitan dengan konsep kelincahan dan koordinasi dalam permainan sederhana pada materi PJOK. Dalam permainan ini membutuhkan apa? (sambil memberikan penjelasan materi).

Selanjutnya pembahasan mengenai unsur apa saja yang ada di materi kelincahan dan koordinasi dalam olahraga. Tanya jawab yang kedua seputar cara permainan bentengan

**Peneliti:** nah sekarang manakah yang kelompok 1 dan kelompok 2 yang mana?

**Peserta didik:** (peserta diam kemudian geleng-geleng)

**Peneliti:** coba ini dilihat sudah ada keterangan mana bahwa permainan bentengan memiliki cara kerja permainan untuk penempatan kelompok 1 dan kelompok 2 sesuai kesepakatan. Sekarang mari mengamati deksripsi pada gambar mana bagian kelompoknya. Nah, dimana kelompok1, kelompok 2?

**Peserta didik:** (peserta didik menjawab)

**Peneliti:** Tepat sekali kelompok 1 pada bagian kirii (sambil menunjuk ke gambar yang ada) dan kelompok 2 dibagian kanan.

Setelah itu, peneliti berlanjut ke pembahasan cara mengintegrasikan kelincahan dan koordinasi dalam kegiatan permainan sederhana dalam pembelajaran PJOK. Peneliti bertanya ke peserta didik apa saja yang disiapkan dalam memenangkan permainan dan menangkap lawan dengan tepat tetapi mereka tidak mengetahuinya. Sehingga peneliti memberikan penjelasan materi tersebut.

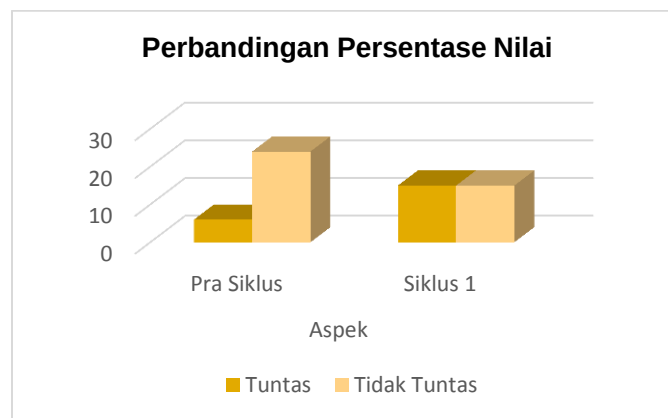
Penelitian ini juga memanfaatkan Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) dalam proses pembelajaran. Pengerjaan LKPD dilakukan secara individu setelah penjelasan materi. LKPD dirancang untuk memudahkan peserta didik dalam memahami materi dan mendukung mereka selama pembelajaran. Penyusunan LKPD dibuat semenarik mungkin agar peserta didik tertarik, tidak merasa bosan, dan menikmati proses belajar. Di dalam LKPD terdapat materi, langkah-langkah kegiatan, serta tes yang harus diselesaikan oleh peserta didik. Berdasarkan siklus I diperoleh hasil belajar disajikan pada tabel 2.

**Tabel 2.** Hasil Siklus I

| No. | Nama | Nilai      |          |
|-----|------|------------|----------|
|     |      | Pra Siklus | Siklus 1 |
| 1   | IND  | 80         | 90       |
| 2   | BWN  | 60         | 70       |
| 3   | SPO  | 65         | 80       |
| 4   | AD   | 70         | 75       |
| 5   | DTI  | 60         | 80       |
| 6   | WAK  | 45         | 70       |
| 7   | RIA  | 50         | 65       |
| 8   | KMP  | 50         | 70       |
| 9   | DAA  | 35         | 60       |
| 10  | WIA  | 40         | 85       |
| 11  | ABN  | 30         | 55       |
| 12  | KIA  | 80         | 100      |
| 13  | OPQ  | 40         | 60       |
| 14  | RIS  | 90         | 100      |
| 15  | TEA  | 65         | 70       |
| 16  | AMI  | 45         | 65       |
| 17  | VIS  | 50         | 70       |
| 18  | HAP  | 50         | 80       |
| 19  | MVP  | 70         | 90       |
| 20  | MIT  | 60         | 75       |
| 21  | RKE  | 80         | 90       |
| 22  | NQI  | 60         | 70       |
| 23  | MPU  | 40         | 65       |
| 24  | FST  | 35         | 70       |
| 25  | BIU  | 40         | 80       |
| 26  | AQ   | 60         | 70       |
| 27  | ANL  | 65         | 70       |
| 28  | APO  | 80         | 90       |
| 29  | ILK  | 65         | 85       |
| 30  | TAK  | 40         | 75       |



Hasil dari dapat mengukur pemahaman peserta didik dalam aspek pengetahuan dan keterampilan dalam permainan sederhana bentengan untuk melatih kelincahan dan koordinasi pelajaran PJOK menunjukkan bahwa 15 peserta didik yang tuntas KKM dengan persentase 50%. Sedangkan, peserta didik yang tidak tuntas KKM dengan persentase 50% yang berjumlah 15 peserta didik. Berikut diagram perbandingan hasil belajar pra siklus dan siklus I.



**Grafik 1.** Peningkatan Hasil Pra Siklus dan Siklus I

Berdasarkan hasil belajar di siklus I yang telah diuraikan diatas, maka perlu dilakukannya siklus II untuk meningkatkan pemahaman konsep kelincahan dan koordinasi dalam permainan bentengan pada pembelajaran olahraga/PJOK sehingga hasil belajar mengalami peningkatan.

## **Siklus II**

Siklus II dilaksanakan pada hari Kamis, 1 Agustus 2024. Pada pertemuan kedua, peneliti menjelaskan kembali mengenai materi berbasis CRT dengan menggunakan permainan bentengan untuk mengajarkan kelincahan dan koordinasi. Selama proses pembelajaran di siklus II, peneliti mencatat bahwa peserta didik menunjukkan antusiasme dan keterlibatan yang lebih tinggi dari siklus sebelumnya. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan CRT yang mengintegrasikan permainan bentengan efektif dalam materi tersebut.

Pada siklus II, dilakukan inovasi kembali berupa pengimplementasian permainan bentengan yang menggunakan musik agar suasana dalam permainan menjadi lebih

hidup dan peserta yang ikut serta. Pada mulanya permainan dimulai seperti permainan bentengan pada umumnya, namun ditengah-tengah permainan atau dalam jangka 3 menit permainan dijeda dengan musik seru untuk peserta berjoget dan mencari tempat aman terlebih dahulu. Setelah itu Ketika musik dimatikan maka secara otomatis peserta akan Kembali ke tempat semula dan melanjutkan permainan bentengan seperti biasa. Hal ini dimaksudkan untuk melatih kefokuskan dan ketelitian peserta yang mengikuti permainan untuk cepat tanggap dalam bergerak Ketika musik dimulai dan dihentikan. Hal ini juga melatih peserta yang ikut dalam permainan untuk membangun chemistry dan rasa kesenangan yang dirasakan saat bermain bentengan.

Selain itu, untuk mendokumentasikan proses penelitian, peneliti mengambil dokumentasi selama penjelasan materi melalui PPT dan saat pengimplementasian permainan bentengan. Dokumentasi ini berfungsi sebagai bahan evaluasi dan refleksi.

Pada saat Siklus II peneliti dengan peserta didik melakukan tanya jawab.

**Peneliti:** ada yang bisa tebak hari ini kita akan melakukan aktivitas apa? (sambil menunjukkan gambar permainan bentengan)

**Peserta didik:** bentengan

**Peneliti:** betul sekali, hari ini kita akan bermain bentengan tapi dengan musik. Ada yang sudah pernah mencoba bermain bentengan tapi dengan musik?

**Peserta didik:** belum, bagaimana caranya?

**Peneliti:** jadi peraturannya sama dengan permainan bentengan pada umumnya, namun akan diselipkan musik ditengah-tengah permainan. Ketika musik dinyalakan maka semua peserta permainan bentengan harus mengambil posisi yang berbeda dari posisi awal sebelum musik dinyalakan. Kemudian peserta berjoget dengan riang saat musik dinyalakan. Kemudian saat musik berhenti peserta Kembali pada posisi awal saat sebelum musik dinyalakan. Apakah sudah paham atau ada yang ditanyakan?

**Peserta didik:** baik paham, tapi kenapa harus dengan musik?

**Peneliti:** dengan adanya musik ditengah permainan, coba bayangkan apa yang kalian rasakan?

**Peserta didik:** senang, tapi bingung dan waspada karena musik sewaktu-waktu akan berhenti dan kami harus Kembali ke posisi awal. Jika kami terlambat maka kami akan tertangkap oleh lawan.

**Peneliti:** betul sekali, maka dari itu tujuan pemberian musik adalah agar menambah rasa gembira pada permainan bentengan ini. Tetapi tetap harus waspada supaya tidak tertangkap oleh lawan saat musik berhenti. Maka apa manfaat dari penambahan musik dalam permainan bentengan?

**Peserta didik:** bisa mengasah tingkat kefokuskan kami sebagai peserta permainan bentengan dan juga melatih gerak cepat kami

**Peneliti:** betul sekali, good job!. Apakah kalian sudah siap bermain hari ini?

**Peserta didik:** sudah!!

**Peneliti:** oke, let's go!!

Setelah itu, peneliti berlanjut pada implementasi permainan bentengan sebagai pengintegrasian kelincahan dan koordinasi dalam kegiatan permainan sederhana dalam pembelajaran PJOK.



**Gambar 1.** Implementasi permainan



**Gambar 2.** Pengamatan Permainan

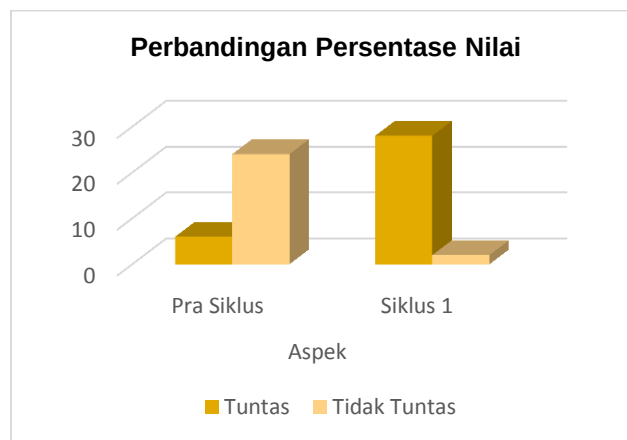
Berdasarkan siklus II diperoleh hasil belajar disajikan pada tabel 3.

**Tabel 3.** Hasil Siklus II

| No. | Nama | Nilai         |             |             |
|-----|------|---------------|-------------|-------------|
|     |      | Pra<br>Siklus | Siklus<br>1 | Siklus<br>2 |
| 1   | IND  | 80            | 90          | 98          |
| 2   | BWN  | 60            | 70          | 89          |
| 3   | SPO  | 65            | 80          | 92          |
| 4   | AD   | 70            | 75          | 89          |
| 5   | DTI  | 60            | 80          | 92          |
| 6   | WAK  | 45            | 70          | 90          |
| 7   | RIA  | 50            | 65          | 69          |
| 8   | KMP  | 50            | 70          | 89          |
| 9   | DAA  | 35            | 60          | 89          |
| 10  | WIA  | 40            | 85          | 94          |
| 11  | ABN  | 30            | 55          | 69          |
| 12  | KIA  | 80            | 100         | 100         |
| 13  | OPQ  | 40            | 60          | 90          |
| 14  | RIS  | 90            | 100         | 100         |
| 15  | TEA  | 65            | 70          | 89          |
| 16  | AMI  | 45            | 65          | 90          |
| 17  | VIS  | 50            | 70          | 75          |
| 18  | HAP  | 50            | 80          | 88          |
| 19  | MVP  | 70            | 90          | 100         |
| 20  | MIT  | 60            | 75          | 90          |
| 21  | RKE  | 80            | 90          | 100         |
| 22  | NQI  | 60            | 70          | 95          |
| 23  | MPU  | 40            | 65          | 90          |
| 24  | FST  | 35            | 70          | 93          |
| 25  | BIU  | 40            | 80          | 92          |
| 26  | AQ   | 60            | 70          | 93          |
| 27  | ANL  | 65            | 70          | 95          |

|    |     |    |    |     |
|----|-----|----|----|-----|
| 28 | APO | 80 | 90 | 100 |
| 29 | ILK | 65 | 85 | 98  |
| 30 | TAK | 40 | 75 | 95  |

Hasil dari dapat mengukur pemahaman peserta didik dalam aspek pengetahuan dan keterampilan dalam permainan sederhana bentengan untuk melatih kelincahan dan koordinasi pelajaran PJOK menunjukkan bahwa 28 peserta didik yang tuntas KKM dengan persentase 93,4%. Sedangkan, peserta didik yang tidak tuntas KKM dengan persentase 6,6% yang berjumlah 2 peserta didik. Berikut diagram perbandingan hasil belajar pra siklus I dan siklus II.



**Grafik 2.** Peningkatan Hasil Siklus I dan Siklus II

Berdasarkan hasil belajar di siklus II yang telah diuraikan diatas, maka permainan bentengan berhasil dalam meningkatkan aspek pengetahuan dan keterampilan dalam permainan sederhana bentengan untuk melatih kelincahan dan koordinasi pelajaran PJOK dan hasil belajar mengalami peningkatan.

## PEMBAHASAN

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) berjudul “Penerapan permainan Bentengan dalam pembelajaran olahraga untuk meningkatkan kelincahan dan koordinasi siswa kelas III SD” memiliki tujuan yakni untuk mengetahui peningkatan kelincahan dan koordinasi peserta didik peserta didik terhadap pembelajaran berbasis CRT topik materi

kelincahan dan koordinasi dalam permainan sederhana pada pembelajaran PJOK. Peneliti sebelum melakukan siklus I dan siklus II melakukan pra siklus untuk memastikan kemampuan peserta didik pada matematika terkhusus materi luas belah ketupat. Hasil pra siklus didapatkan hanya 4 peserta didik yang memperoleh nilai di atas KKM, yang berarti persentase ketuntasan hanya 20%. Sementara itu, 80% peserta didik lainnya belum mencapai nilai KKM.

Siklus I yang dilaksanakan pada hari Selasa, 31 Juli 2024, menunjukkan bahwa 15 peserta didik mencapai KKM dengan persentase 50%. Sementara itu, 15 peserta didik lainnya tidak mencapai KKM, juga dengan persentase 50%. Oleh karena itu, perlu dilakukan perbaikan di siklus II agar hasil belajar peserta didik dapat memenuhi KKM. Hal ini sejalan dengan pendapat (Arikunto et al., 2021) yang menyatakan bahwa jika hasil belajar belum mencapai indikator keberhasilan, maka siklus II perlu dilakukan sebagai upaya perbaikan dan peningkatan pemahaman konsep peserta didik, sehingga hasil belajar mereka dapat meningkat.

Siklus II dilaksanakan hari Kamis, 1 Agustus 2024. Hasil penelitian pada Siklus II menunjukkan bahwa penerapan permainan "Bentengan" yang diintegrasikan dengan musik berhasil meningkatkan kelincahan dan koordinasi siswa. Pendekatan ini tidak hanya membuat pembelajaran lebih menarik, tetapi juga meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Sebagaimana diungkapkan oleh beberapa ahli, penggunaan metode pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa.

Menurut Hattie (2017), strategi pembelajaran yang melibatkan aktivitas fisik dan interaksi sosial dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan hasil belajar. Hattie menekankan pentingnya umpan balik yang cepat dalam proses pembelajaran, yang terlihat jelas dalam tanya jawab antara peneliti dan siswa sebelum permainan dimulai. Diskusi ini membantu siswa memahami tujuan dan manfaat dari permainan, serta meningkatkan kesiapan mereka untuk berpartisipasi. Selanjutnya, Freeman et al. (2017) dalam studi mereka menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan, seperti "Bentengan", dapat meningkatkan keterampilan motorik dan sosial siswa. Dalam penelitian ini, pengintegrasian musik sebagai elemen permainan berfungsi untuk

meningkatkan fokus dan ketangkasan. Dengan adanya jeda musik, siswa dilatih untuk tetap waspada dan cepat tanggap, yang merupakan aspek penting dalam pengembangan kelincahan. Selain itu, Glover & McGregor (2017) menambahkan bahwa lingkungan pembelajaran yang menyenangkan dan kreatif dapat meningkatkan proses belajar. Dalam penelitian ini, penambahan elemen musik tidak hanya menciptakan suasana yang lebih hidup, tetapi juga menambah elemen kesenangan yang membuat siswa lebih antusias. Ketika siswa merasakan kesenangan, mereka cenderung lebih termotivasi untuk belajar dan berpartisipasi aktif dalam aktivitas fisik.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 93,4% siswa berhasil mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), yang menandakan efektivitas metode ini dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Drew et al. (2018) yang menekankan bahwa pendekatan yang memadukan permainan dengan aspek edukatif dapat menghasilkan peningkatan signifikan dalam kemampuan fisik dan mental siswa. Maka, penerapan permainan "Bentengan" dengan inovasi musik telah terbukti efektif dalam meningkatkan kelincahan dan koordinasi siswa kelas III. Metode pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan ini tidak hanya meningkatkan hasil belajar, tetapi juga menciptakan suasana belajar yang positif. Oleh karena itu, disarankan agar metode ini diterapkan lebih luas dalam pembelajaran olahraga di sekolah dasar, sebagai upaya untuk mengembangkan keterampilan fisik siswa secara menyeluruh.

Respon peserta didik didapatkan melalui angket setelah selesai siklus II. Pernyataan yang pertama yaitu saya memahami kelincahan dan koordinasi dalam permainan sederhana pada pembelajaran PJOK, berdasarkan respon peserta didik setuju dengan pernyataan tersebut. Kedua, saya dapat mengetahui peserta didik dapat mempraktekkan permainan di halaman sekolah dengan tepat dan benar sesuai dengan petunjuk konsep kelincahan dan koordinasi dalam permainan sederhana pada pembelajaran PJOK sehingga mampu mengukur pemahaman peserta didik. Ketiga, saya dapat memahami cara bermain dengan sportif dan saling kolaborasi. Peserta didik dapat memahami cara memenangkan jalannya permainan dengan sportif. Keempat, saya merasa senang belajar olahraga dan responnya mereka senang belajar olahraga.

Kelima, peserta didik merasa bahwa pembelajaran mudah dipahami dan mereka setuju dengan pernyataan tersebut. Peneliti menggunakan angket respon untuk menganalisis pemahaman peserta didik terhadap materi serta mengetahui reaksi mereka selama dan setelah pembelajaran. Hal ini sejalan dengan teori behavioristik, yang menjelaskan perubahan perilaku peserta didik sebagai hasil dari pembelajaran atau pengalaman. Teori behavioristik, yang juga dikenal sebagai teori stimulus-respons, menunjukkan bahwa sebelum pembelajaran, respon peserta didik belum muncul (Arikunto et al., 2021).

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan uraian dari pembahasan pada tiap bab diatas, disimpulkan bahwa penerapan permainan tradisional "Bentengan" dalam pembelajaran olahraga di kelas III SD dapat secara Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional "Bentengan" dalam pembelajaran olahraga di kelas III SD dapat secara signifikan meningkatkan kelincahan dan koordinasi siswa. Melalui metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan di SDN Petemon Surabaya, hasil belajar siswa meningkat dari 20% pada pra-siklus menjadi 93,4% pada siklus II. Peningkatan ini tidak hanya mencerminkan kemajuan dalam keterampilan fisik, tetapi juga menunjukkan peningkatan antusiasme dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran.

Selain itu, penelitian ini menekankan pentingnya mengintegrasikan permainan tradisional ke dalam kurikulum pendidikan jasmani untuk menciptakan suasana belajar yang positif dan efektif. Dengan pendekatan yang interaktif dan menyenangkan, permainan "Bentengan" tidak hanya mengajarkan keterampilan fisik, tetapi juga nilai-nilai seperti kerja sama dan sportivitas. Oleh karena itu, disarankan agar metode ini diterapkan lebih luas dalam pembelajaran olahraga di sekolah dasar untuk meningkatkan hasil belajar siswa secara keseluruhan.



## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ali, M. (2023). PERMAINAN TRADISIONAL IMPROVING CHILDREN ' S EYE AND FEET COORDINATION THROUGH Program Studi Olahraga Rekreasi , Fakultas Ilmu Keolahragaan , Universitas Negeri Jakarta. 2(2), 61–67.
- Anaitulloh, S., Ardika, D., & Farid, M. (2021). Play therapy dengan permainan tradisional “ bentengan ” efektif meningkatkan kemampuan interaksi sosial siswa saat pandemi Covid-19. 5(1), 40–47. <https://doi.org/10.26539/teraputik.51607>
- Arikunto, S., Supardi, & Suhardjono. (2021). Penelitian Tindakan Kelas. Bumi Aksara.
- Cahyani, E. P. N., & Raharjo, R. P. (2024). Proses Pembelajaran Materi Kekayaan Budaya Indonesia di SDN Pakel Trenggalek dengan Menggunakan Media Gambar. Jurnal Riset Madrasah Ibtidaiyah (JURMIA), 4(1), 96–106. <https://doi.org/10.32665/jurmia.v4i1.2961>
- Kusumawati, O. (2017). Pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar kelas bawah 124. 4, 124–142.
- Marzuki, F., Guru, S.-P., Pendidikan, F., Surabaya, U. N., Budiyono, D. H., & Pd, M. (n.d.). ( Studi pada siswa kelas V SD Negeri 01 Urek-urek Kecamatan Gondanglegi Kabupaten Malang ). 3753–3763.
- Prasetio, P. A., Praramdana, G. K., & Kuningan, U. (2020). Berbasis Karakter Pada Sekolah Dasar Gobak Sodor And Bentengan As Traditional Game In Learning Penjasorkes Based On Character. 7, 19–28.
- Ramadhani, R. A., Haetami, M., & Triansyah, A. (2023). TRADISIONAL DI SEKOLAH DASAR NEGERI 6 SUNGAI PINYUH. 12, 515–521. <https://doi.org/10.26418/jppk.v12i2.62613>
- Widodaren, S. D. N., & Ngawi, K. (2024). IMPLEMENTASI OLAHRAGA TRADISIONAL GOBAK SODOR UNTUK MENINGKATAN MOTORIK KASAR SISWA KELAS 1 DI UNTUK MENINGKATAN MOTORIK KASAR SISWA KELAS 1 DI SDN WIDODAREN 03 KABUPATEN NGAWI. 2(6).