

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL GALASIN
TERHADAP PENINGKATAN KEBUGARAN JASMANI SISWA KELAS IV
SEKOLAH DASAR NEGERI SUKADAMI KECAMATAN MANGKUBUMI
KOTA TASIKMALAYA**

Nina Ujiana
Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya
ninaujiana@gmail.com

Abstrak

Masalah pokok yang melatarbelakangi dalam penelitian ini adalah rendahnya tingkat kebugaran jasmani siswa kelas IV SDN Sukadami pada mata pelajaran Penjaskes. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa setelah diberikan *treatment* permainan tradisional galasin pada proses pembelajarannya.

Penelitian ini menggunakan metode *quasi eksperimental* dengan desain penelitian *nonequivalent control group design*. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas IV SDN Sukadami yang berjumlah 27 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampel jenuh. Pada penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan cara melakukan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia, berupa *pretest* dan *posttest*.

Berdasarkan hasil pengolahan data, analisis data, dan uji hipotesis menunjukkan bahwa adanya perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* yang diperoleh siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Nilai rata-rata *pretest* yang diperoleh kelompok eksperimen sebesar 13,31 dan nilai *posttestnya* sebesar 17,31, mengalami peningkatan sebesar 4,00. Sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata nilai *pretest* sebesar 14,36 dan nilai *posttestnya* sebesar 15,50, mengalami peningkatan sebesar 1,14. Berdasarkan data yang diperoleh menunjukkan bahwa kelompok eksperimen lebih unggul dibandingkan dengan kelas kontrol. Hasil uji *paired sample t-test* dengan taraf signifikansi 5% dengan bantuan SPSS 25 diperoleh nilai sig (2-tailed) sebesar 0,000. Artinya terdapat perbedaan yang signifikan hasil *pretest* dan *posttest* siswa kelas IV SDN Sukadami pada kelompok eksperimen yang diberi perlakuan permainan tradisional galasin.

Kata Kunci: Permainan Tradisional Galasin, Kebugaran Jasmani