

# PERBANDINGAN PENGARUH LATIHAN GERAK MANIPULATIF STATIS DAN GERAK MANIPULATIF DINAMIS TERHADAP KESEIMBANGAN (STUDY PADA SISWA SDN KELAYAN TIMUR 13)

<sup>1</sup>Nyoman Warse<sup>1</sup>, Ari Tri Fitrianto,<sup>2</sup> Muhammad Habibie<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Olahraga, 89201,FKIP, Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin 19240055

<sup>2</sup>Pendidikan Olahraga, 89201,FKIP, Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin 1105049201

<sup>3</sup>Pendidikan Olahraga, 89201,FKIP, Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin 1122119101

E-mail: nyomanwarse8@gmail.com

## ABSTRAK

Kemampuan gerak manipulatif siswa sekolah dasar tentunya tidak lepas dari peran guru olahraga maupun guru lainnya disekolah. Misalnya guru olahraga yang ingin meningkatkan kemampuan siswa yang dibinanya. Sesuai dengan masalah yang ditemukan peneliti, maka peneliti mencari jawaban tentang Perbandingan Pengaruh Latihan Gerak Manipulatif Statis dan Gerak Manipulatif Dinamis Terhadap Keseimbangan (Study Pada Siswa SDN Kelayan Timur 13). Dari kedua variabel di atas maka selanjutnya adalah mendapatkan data yang empiris tentang pengaruh latihan gerak manipulatif statis dan dinamis terhadap kemampuan keseimbangan. Sasaran dalam penelitian ini adalah Siswa SDN Kelayan Timur 13. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 30 siswa yang dibagi menjadi 2 kelompok statis dan dinamis. Dalam pengolahan data didapatkan hasil penelitian sebagai berikut: (1) Terdapat pengaruh signifikan latihan gerak manipulatif statis terhadap kemampuan keseimbangan siswa SDN Kelayan Timur 13. Dengan hasil perhitungan data statistik t-hitung = 16,913 pada taraf signifikansi untuk mencapai t tabel  $df = N-1 = 15 - 1 = 14$ . Jadi t hitung = 16,913  $\alpha = 0,05$  dengan df 14 maka t tabel 2,160. (2) Terdapat pengaruh signifikan latihan gerak manipulatif dinamis terhadap kemampuan keseimbangan terhadap kemampuan keseimbangan siswa SDN Kelayan Timur 13. Dengan hasil perhitungan data statistik t-hitung = 14,2601 pada taraf signifikansi untuk mencapai t tabel  $df = N-1 = 15 - 1 = 14$ . Jadi t hitung ke = 14,2601  $\alpha = 0,05$  dengan df 14 maka t tabel 2,160. (3) Terdapat perbandingan pengaruh antara latihan gerak manipulatif statis dan dinamis terhadap kemampuan keseimbangan siswa SDN Kelayan Timur 13 = 4,774. Dengan melihat analisa hasil dalam penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat perbandingan pengaruh yang signifikan antara latihan gerak manipulatif statis dan gerak manipulatif dinamis terhadap kemampuan keseimbangan siswa SDN Kelayan Timur 13..

**Kata Kunci:** Perbandingan Pengaruh<sup>1</sup>, Keseimbangan<sup>2</sup>, Standing Stork Test<sup>3</sup>

## ABSTRACT

The manipulative development capacities of grade school understudies positively can't be isolated from the job of sports educators or different instructors at school. For instance, a games instructor who needs to work on the capacities of the understudies he prepares. As per the issues found by specialists, the scientists searched for answers in regards to the Correlation of the Impacts of Static Manipulative Development Activities and Dynamic Manipulative Development Activities on Equilibrium (Concentrate on Understudies at SDN Kelayan Timur 13). From the two factors over, the following stage is to acquire experimental information about the impact of static and dynamic manipulative development preparing on balance capacities. The objectives in this examination were understudies at SDN Kelayan Timur 13. The quantity of tests utilized in this examination was 30 understudies who were partitioned into 2 static and dynamic gatherings. In handling the information, the accompanying exploration results were gotten: (1) There is a huge impact of static manipulative development preparing on the equilibrium capacity of understudies at SDN Kelayan Timur 13. With the aftereffects of measurable information estimations, t-count = 16.913 at the importance level to arrive at t table  $df = N-1 = 15 - 1 = 14$ . So t-count = 16.913  $\alpha = 0.05$  with df 14 so t table is 2.160. (2) There is a huge impact of dynamic

manipulative development preparing on the equilibrium capacity of understudies at SDN Kelayan Timur 13. With the consequences of factual information computations  $t\text{-count} = 14.2601$  at the importance level to accomplish  $t$  table  $df = N-1=15 - 1 =14$ . So the determined  $t = 14.2601$   $\alpha = 0.05$  with  $df$  14 then the  $t$  table is 2.160. (3) There is a correlation of the impact among static and dynamic manipulative development practices on the equilibrium capacity of understudies at SDN Kelayan Timur 13 = 4.774. By taking a gander at the examination of the outcomes in the exploration, it tends to be reasoned that there is a critical correlation of the impact between static manipulative development preparing and dynamic manipulative development preparing on the equilibrium capacities of understudies at SDN Kelayan Timur 13.

**Keywords:** Influence Comparison 1, Balance2, Standing Stork Test3

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

1. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang berjudul "Perbandingan Pengaruh Latihan Gerak Manipulatif Statis dan Gerak Manipulatif Dinamis Terhadap Keseimbangan (Study Pada Siswa SDN Kelayan Timur 13) dapat disimpulkan bahwa:
2. Peningkatan kemampuan keseimbangan siswa SDN Kelayan Timur 13 Banjarmasin melalui metode manipulatif statis sebesar 39,19%
3. Peningkatan kemampuan keseimbangan siswa SDN Kelayan Timur 13 Banjarmasin melalui metode manipulatif dinamis sebesar 37,86%
4. Peningkatan kemampuan keseimbangan siswa SDN Kelayan Timur 13 Banjarmasin yang menggunakan metode manipulatif statis lebih besar dibandingkan yang menggunakan metode manipulatif dinamis. Hal ini dibuktikan dengan rerata nilai post-test siswa metode statis sebesar 46,53 dan rerata siswa dengan metode manipulatif dinamis 45,66. Hasil tersebut juga ditunjukkan dengan adanya perbedaan peningkatan dengan rerata peningkatan siswa dengan metode manipulatif statis sebesar 39,19% yang lebih besar dari siswa dengan metode manipulatif dinamis sebesar 37,86%.

### **Saran**

1. Berdasarkan dari kesimpulan penelitian di atas, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:
2. Bagi guru, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk meningkatkan proses pembelajaran dengan cara yang lebih beragam, sehingga mencegah pelepasan siswa dan memfasilitasi pengembangan kompetensi lebih lanjut.
3. Bagi para siswa dengan adanya penelitian ini bertujuan untuk mendorong siswa agar lebih aktif melakukan latihan guna meningkatkan kemampuan keseimbangannya..
4. Bagi peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk menambah ukuran sampel atau memperluas jangkauan variabel penelitian untuk meningkatkan kemampuan generalisasi dan menghindari pembatasan pada institusi pendidikan tertentu.

## **REFERENSI**

- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Ashari, M. A. (2019). Perbandingan Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Hadang, Terompah Panjang, Egrang terhadap Peningkatan Daya Tahan, Kecepatan, dan Keseimbangan pada Siswa Ekstrakurikuler SD Impres 1 Tenga Kabupaten Bima NTB. *Jurnal Penjaskesrek*, 6(2), 231–239.
- Bajuri, P. E. (2016). Penerapan Alat Bantu Pembelajaran Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Tinggi Gaya Straddle. *Jurnal Sportif*, 2(2).

- Fahrizqi, E. B., Gumantan, A., & Yuliandra, R. (2021). Pengaruh latihan sirkuit terhadap kekuatan tubuh bagian atas unit kegiatan mahasiswa olahraga panahan. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 20(1), 43–54.
- Fikri, A. (2017). Meningkatkan kebugaran jasmani melalui metode latihan sirkuit dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sma Negeri 1 Lubuklinggau. *Jurnal Pembelajaran Olahraga*, 3(1), 89–102.
- Habibie, M., & Fitrianto, A. T. (2023). Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, Dan Memukul Bola Pada Siswa Kelas Iv SD Negeri Kebun Bunga 1 Banjarmasin. *Aisyah Journal Of Physical Education (AJoPE)*, 2(1), 1–6.
- Halim, N. I. (2011). Tes dan pengukuran kesegaran jasmani. *Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar*.
- Hanief, Y. N. (2017). Membentuk gerak dasar pada siswa sekolah dasar melalui permainan tradisional. *Journal of Sportif*, 1(1), 60–73.
- Hartaka, I. M. (2019). Building Patriotism Through Spiritual Awareness Hindu Religion Perspective. *Proceeding International Seminar (ICHECY)*, 1(1).
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan kemampuan fisik motorik melalui permainan tradisional bagi anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1).
- Hermawan, F. D., Winarno, M. E., & Tomi, A. (2016). Pengembangan Variasi Latihan Passing Atas Permainan Bolavoli Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Di Smpn 21 Malang. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 26(2).
- Juniarti, Y., & Ramadan, G. (2017). Peningkatan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Sirkuit Bola (Penelitian Tindakan Pada Kelompok B Paud Al-Furqon Desa Salareuma Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan, Tahun 2017). *Prosiding Seminar Nasional PG PAUD Untirta 2019*, 255–260.
- Kusmiyati, K. (2017). Diagnosis Kesulitan Komponen Utama Keterampilan Mengajar Pendidikan Jasmani pada Mahasiswa STKIP Darussalam Cilacap. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 3(1), 76–88.
- Martinus, M., & Kesumawati, S. A. (2020). Pelaksanaan Permainan Gerak Dasar Manipulatif Pada Anak Tunagrahita Di SDLB C Kota Palembang. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 117–121.
- Mustafa, P. S., Winarno, M. E., & Asim, A. (2016). Pengembangan variasi latihan service atas untuk peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMK Negeri 4 Malang. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 26(1).
- Nasional, D. P. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Balai Pustaka. Jakarta.
- Nur, L., Mulyana, E. H., & Perdana, M. A. (2017). Permainan Bola Kecil Untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini pada Kelompok B di TK Pertiwi DWP Kota Tasikmalaya. *Jurnal Paud Agapedia*, 1(1), 53–65.
- Permana, D. F. W. (2013a). Perkembangan Keseimbangan pada Anak Usia 7 s/d 12 Tahun Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3(1).
- Permana, D. F. W. (2013b). Perkembangan Keseimbangan pada Anak Usia 7 s/d 12 Tahun Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3(1).
- Pratiwi, D. I., Farhanuddin Jamanie, I., & Mulka II, S. R. (2020). *PERBANDINGAN KUALITAS PELAYANAN PEMBUATAN KARTU TANDA PENDUDUK ELEKTRONIK (KTP-EL)*.
- Prayoga, H. D., & Barikah, A. (2019). Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri Dataran Tinggi Dan Dataran Rendah (Daerah Pesisir). *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 2(1), 14–21.

- Pudja, G., Sudharta, T. R., & Jendra, I. W. (2004). *Manava Dharmasastra (Manu Dharmasastra) atau Veda Smrti Compendium Hukum Hindu*. Paramita.
- Risaldy, S. (2014). Bermain, bercerita & menyanyi bagi anak usia dini. *Jakarta: PT. Luxima Metro Media*.
- Suharjana, F. (2010). Pengaruh Hasil Latihan Peregangan Statis dan Dinamis terhadap Kelentukan Togok Menurut Jenis Sex Anak Kelas 3 dan 4 Sekolah Dasar. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 6(2), 83–92.
- Tauhidman, H., & Ramadan, G. (2018). Pengembangan Model Latihan Keseimbangan untuk Sekolah Dasar. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(1), 133–144.
- Widarti, R., & Fatarudin, R. (2018a). Manfaat Ankle Strategy Exercise Terhadap Keseimbangan Statis Pada Lansia di Posyandu Lansia Ngudi Waras Dusun Bugel Sukoharjo. *Prosiding University Research Colloquium*, 392–399.
- Widarti, R., & Fatarudin, R. (2018b). Manfaat Ankle Strategy Exercise Terhadap Keseimbangan Statis Pada Lansia di Posyandu Lansia Ngudi Waras Dusun Bugel Sukoharjo. *Prosiding University Research Colloquium*, 392–399.
- Wiranda, A. (2022). STUDI KOMPARATIF ANTARA PENGGUNAAN QR QRIS DAN KOTAK INFAQ DALAM BERINFAQ DI MASJID DAARUSSALAAM GRIYA TUGU ASRI, KECAMATAN CIMANGGIS, KOTA DEPOK, JAWA BARAT. *Jurnal Indragiri Penelitian Multidisiplin*, 2(3), 164–171.