

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN MELOMPAT DAN  
MELONCAT MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN TRADISIONAL ENKLEK  
DAN LOMPAT TALI PADA SISWA KELAS I DAN II SEKOLAH DASAR NEGERI  
BASIRIH 3**

**Nur Tania Dewi<sup>1</sup>, Ari Tri Fitrianto<sup>2</sup>, Hegen Dadang Prayoga<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Pendidikan Olahraga, 89201, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad AL-Banjari, 18240053

<sup>2</sup>Pendidikan Olahraga, 89201, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad AL-Banjari, 1105049201

<sup>3</sup>Pendidikan Olahraga, 89201, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad AL-Banjari, 1103089102

E-mail: taniadewi298@gmail.com

**ABSTRAK**

Melalui pendekatan bermain engklek dan lompat tali, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat belajar dan kemampuan lompat siswa. Populasi penelitian terdiri dari siswa SDN Basirih 3 kelas I dan II, dan sampel penelitian yang dipilih kuota terdiri siswa kelas 1 dan 2 SDN Basirih 3 mengikuti tes yang terdiri dari lompat dan lompat siswa melalui permainan engkol dan lompat tali. Metode pembuatan kotak permainan karet berengsel untuk engkol dan lompat tali permainan membutuhkan modifikasi media dengan lakban hitam. dapat diperluas meliputi lompat tali, yang dapat meningkatkan efektifitas belajar siswa dan memaksimalkan penggunaan alat praga sebagai sarana dan prasarana yang murah dan aman pada mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan khususnya bagi siswa kelas I dan II SDN Basirih 3 Kabupaten Banjarmasin Barat tahun pelajaran 2021/2022

Kata Kunci : Belajar Lompat dan Loncat, Pendekatan Permainan

## DAFTAR PUSTAKA

- Achroni, Keen. (2012). *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Melalui Permainan Tradisional*. Yogyakarta: Javalitera.
- Agustini, I. P., Tomi, A., & Sudjana, I. N. (2016). Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Menggunakan Metode Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Siswa Kelas III C SDN Krian 3 Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 26(2).
- Akhmad, I. (2016). *Filosofi Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Kota Riau. Di akses dari: <https://kip.unri.ac.id/httppenjaskes-fkip-unri-ac-id/>
- Akbar, Arfan. (2010). *Olahraga Dalam Perspektif Hadis*. Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Aprilia, E. D., Trapsilasiwi, D., & Setiawan, T. B. (2019). Etnomatematika Pada Permainan Tradisional Engklek Beserta Alatnya Sebagai Bahan Ajar. *Kadikma*, 10(1), 85-94.
- Ardhika, D. F. (2012). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat Melalui Modifikasi Permainan Tradisional Engklek Pada Siswa Kelas II SD Negeri 2 Jeruk Kabupaten Blora Tahun 2013/2014. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 1(2), 648–655.
- Arikunto, S. dkk. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi, dkk. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta Rineka Cipta.
- Aqib, dkk. (2011). *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Yrama Media.
- Aqib, Zainal, dkk. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas Untuk Guru SD, SLB, TK*. Bandung: CV Yrama Widya.
- Dimiyanti, Mudijono. (2013). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Edy Sih Mitranto dan Slamet. 2010. *Penjasorkes untuk SD/MI kelas IV*. Jakarta: CV. Adi Perkasa
- Gandasari, M. F. (2019). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisionnal Sepak Beleg Terhadap Kemampuan Kelincahan AnAK Usia 7-10 Tahun. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. doi: 10.246818/Jilo.V2i1.3.2628.
- Hanief, Y. N. (2017). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *JOURNAL OF SPORTIF*, 1(1), 60-73.

- Iswinarti, (2010). Nilai-Nilai Terapiutik Permainan Tradisional:Engklek Pada Anak Usia Sekolah Dasar.Malang
- Pierre, R. (2013). Pengaruh Metode Pembelajaran Mental Practice (Imajiner) Terhadap Hasil Lompat Tinggi Gaya Flop. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 1(3).
- Purwanto. (2014). Evaluasi Hasil Belajar. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rahayu, E. D., & Firmansyah, G. (2019). Pengembangan Permainan Tradisional Lompat Tali Untuk Meningkatkan Kinesthetic Intelegency Pada Anak Usia 11 12 Tahun. Jendela Olahraga, 4(2), 8-12.
- Sagala, Saiful (2011) , Konsep dan Makna Pembelajaran, (Bandung Alfabet,
- Sujiartiningsih. (2015). Mengembangkan Nilai Luhur dengan Permainan Tradisional, Tangerang: PT Pantja Simpati
- Sudjana, Nana. 2010. Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar. (Cet. XV). Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Sudjana, Nana. (2011). Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Susanto,Ahmad. (2015). Teori Belajar & Pembelajaran di Sekolah Dasar. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Sheperd, R.D. (2009), Gross Motor Skills Jumping and Hooping, Physical Health and Development.
- Sport Singapore (2015) Fundamental Movement Skill Kitforparents Locomotor Skills. [www.myactivesg.com](http://www.myactivesg.com)
- Wardani, G. D. (2017). Perbandingan Pengaruh Aktivitas Lompat Engklek Dengan Aktivitas Lompat Tali Terhadap Kemampuan Lompat Jauh. TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School, 1(1), 1-13.