

Pengaruh Permainan Tradisional Wela Maka terhadap Keterampilan Gerak Dasar Manipulatif Siswa Sekolah Dasar

Yanuaris Ricardus Natal¹, Yohanes Bayo Ola Tapo²,
Prudensius Jois Robe³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Citra Bakti

¹E-mail: yanuarisrichardus@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional wela maka terhadap kemampuan gerak dasar manipulatif siswa. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *true eksperimen control group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V. Subjek penelitian berjumlah 30 siswa yang dibagi dengan metode *purposive sampling* menjadi kelompok eksperimen berjumlah 15 siswa dan kelompok kontrol berjumlah 15 siswa. Pengumpulan data menggunakan instrumen tes keterampilan manipulatif lempar tangkap ke arah dinding/*wallpass* usia 8–10 tahun. Teknik analisis data menggunakan analisis penelitian uji *Independent Sample T-Test* pada nilai tes akhir kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dan uji statistik *Paired Sample T-Test* pada data tes awal dan tes akhir kelompok eksperimen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh penggunaan permainan Wela Maka dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif siswa kelas V SD Citra Bakti, jika dibandingkan dengan menggunakan model pembelajaran konvensional dengan peningkatan rata-rata tes awal (53,7) menjadi (78,3) pada tes akhir sehingga mengalami peningkatan rata-rata nilai sebesar (24,6) untuk kelompok eksperimen.

Kata kunci: Pengaruh; permainan; wela maka; kemampuan; gerak manipulatif

Abstract

This study aims to determine the effect of the traditional game Wela Maka on students' fundamental manipulative movement skills. The research design used in this study was a true experimental control group pretest-posttest design. The population consisted of fifth-grade student. The research subjects totaled 30 students, divided through purposive sampling into an experimental group of 15 students and a control group of 15 students. Data were collected using a manipulative skill test instrument for wall-pass throwing and catching skills for ages 8–10 years. Data analysis techniques included the Independent Sample T-Test to compare the final test scores of the experimental and control groups, and the Paired Sample T-Test to compare the pretest and posttest scores within the experimental group. The results showed a significant difference in the effect of using the Wela Maka game in improving the manipulative movement skills of fifth-grade students at SD Citra Bakti compared to the conventional learning model. The experimental group's average score increased from 53.7 on the pretest to 78.3 on the posttest, indicating an average improvement of 24.6 points.

Keywords: Influence; play; compassion; ability; manipulative movement

PENDAHULUAN

Gerak dasar bagi anak merupakan satu hal yang penting dalam kehidupan anak, sebagai bekal hidup di kemudian hari (Dwi Putriana Naibaho, 2023). Tidak sedikit anak yang gerak dasarnya tidak berkembang secara optimal (Syahrudin, 2021). Ada juga anak yang perkembangan gerakannya sesuai dengan tingkat usianya namun dalam kenyataannya, ada kesalahan dalam melaksanakan gerak tersebut (Natal et al., 2024). Gerak dasar yang harus dimiliki oleh seorang anak terdiri dari gerak lokomotor, non-lokomotor serta gerak manipulatif (Owa Kale et al., 2025). Gerak dasar yang dimaksud adalah gerak dasar yang paling sederhana yaitu melempar (Yudanto, 2020). Pentingnya gerak dasar melempar bagi anak meliputi: Gerakan Terpadu; yang merupakan kesempatan bagi anak-anak untuk berlatih mengatur seluruh sistem melempar melibatkan seluruh anggota tubuh dan membutuhkan keseimbangan guna gerakannya dapat terkoordinasi dengan baik (Amirzan, 2015). Koordinasi tangan dan mata; yang berkelanjutan akan dapat mendukung perkembangan kekuatan tulang dan otot pada tangan anak. Kebugaran dan kesehatan, anak-anak yang menguasai dan terampil dalam kegiatan melempar tentu akan memiliki tubuh yang bugar dan sehat daripada anak-anak yang tidak berolahraga (Nanda & Indra, 2025). Persepsi dan kontrol visual; melempar sesuatu ke target secara akurat melibatkan pengukuran jarak ke target, dan berapa banyak daya yang diperlukan untuk mencapainya (Irwandi et al., 2023). Dengan demikian, anak akan menggunakan persepsi dan kontrol visualnya secara maksimal agar lemparannya mencapai target. Keterampilan Sosial; Permainan yang melibatkan lemparan adalah inti dari permainan sosial yang mengajarkan keterampilan seperti bernegosiasi, bergiliran, dan kerja tim, sehingga anak akan tumbuh menjadi sosok yang mudah bergaul dan memiliki banyak teman. Salah satu pendekatan yang bisa dilakukan untuk memfasilitasi anak untuk terampil dalam aktivitas belajar melempar salah satunya adalah dengan pendekatan permainan tradisional yang diimplementasi langsung di dalam pembelajaran bagi anak di

sekolah maupun di lingkungan sekitar. Permainan tradisional Wela Maka yang mirip dengan permainan gasing ini memiliki potensi pengembangan keterampilan melempar dimana permainan ini tidak hanya dilakukan secara individu maupun secara berkelompok (Putra & Sari, 2021). Gerakan memutar badan sambil melempar yang dilakukan secara bertahap dari tahapan yang mudah diikuti sampai yang sukar dapat membantu setiap anak untuk membentuk gerak dasar manipulatif (Natal, Laksana, Ola Tapo, 2025) Aturan main dalam permainan wela maka minimal 2 orang atau lebih maksimal sesuai ruang arena, pemain melempar maka ke arena secara bergantian atau bersamaan, tergantung jenis permainan.maka yang berputar paling lama atau menjatuhkan maka lawan adalah pemenangnya. Indikator penilaian yakni: putaran maka yang berputar paling lama dialah yang menjadi pemenang, akurasi permainan wela maka harus jatuh di dalam lingkaran tertentu. Adu maka/*battle* terakhir yang tetap berputar di arena adalah pemenang. Durasi perputaran maka yakni kurang lebih 3-5 menit. Variasi level kesulitan permainan wela maka ini terdiri atas Level Pemula (arena besar, maka besar dan mudah diputar dan fokus pada lamanya putaran), Level Menengah (arena lebih kecil, Tambahan aturan akurasi/harus jatuh di zona tertentu dan maka bisa saling bertabrakan/adu maka ringan) dan Level Lanjutan (arena kecil dan keras, maka lebih berat dan cepat). Ada pula tantangan ekstra yakni (melempar dari jarak tertentu, melempar sambil duduk atau dengan posisi tertentu dan maka harus menyentuh target kecil di tengah arena). Melihat dari latar belakang diatas maka peneliti merumuskan urgensi dari penelitian ini yang berkaitan dengan aktivitas belajar gerak dasar manipulatif pada anak yaitu yakni 1) permainan tradisional seperti Wela Maka dapat menjadi media kontekstual dan menyenangkan untuk melatih gerak dasar, 2) Aktivitas gerak dasar melalui permainan tradisional ini lebih alami karena merupakan permainan rakyat setempat, tidak membosankan, dan meningkatkan partisipasi siswa dalam kegiatan fisik, 3). Berkontribusi pada solusi praktis untuk mengatasi *sedentary lifestyle* melalui kegiatan fisik yang edukatif dan menyenangkan. 4). Dalam Kurikulum Merdeka, pendekatan kontekstual, inklusif, dan berbasis budaya

lokal sangat didorong sehingga model aktivitas belajar ini kontekstual sesuai dengan karakteristik daerah dan kebutuhan anak didik.

Kemampuan gerak manipulatif merupakan salah satu komponen penting dalam perkembangan motorik anak sekolah dasar karena berkaitan langsung dengan aktivitas keseharian, kesiapan mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, serta perkembangan keterampilan olahraga yang lebih kompleks. Namun, dalam praktiknya, banyak siswa sekolah dasar menunjukkan kemampuan gerak manipulatif yang kurang optimal. Hal ini dapat disebabkan oleh keterbatasan variasi aktivitas fisik di sekolah, dominasi pembelajaran yang bersifat teoritis, serta berkurangnya penggunaan permainan tradisional dalam kehidupan sehari-hari.

Permainan tradisional Wela Maka merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang melibatkan gerak melempar, menangkap, dan menghindar. Permainan ini berpotensi besar meningkatkan kemampuan gerak manipulatif siswa karena menuntut koordinasi mata-tangan, ketepatan, kekuatan lemparan, dan kemampuan respons motorik secara cepat. Meskipun potensial, permainan tradisional ini belum banyak diteliti sebagai media pembelajaran pendidikan jasmani, sehingga bukti ilmiah mengenai efektivitasnya masih terbatas.

Penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan karena dapat memberikan alternatif metode pembelajaran yang lebih menarik, kontekstual, dan sesuai karakteristik anak. Selain itu, hasil penelitian dapat membantu guru pendidikan jasmani merancang pembelajaran yang lebih variatif dengan memanfaatkan kearifan lokal. Dengan membuktikan pengaruh permainan Wela Maka terhadap kemampuan gerak manipulatif, penelitian ini dapat berkontribusi pada pengembangan model pembelajaran motorik yang efektif, menyenangkan, dan budaya-*friendly* bagi siswa sekolah dasar.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif true eksperimen control group pretest-posttest design dengan pendekatan kuantitatif dengan beberapa hal yang dikontrol oleh peneliti yakni pelaksanaan pembelajaran dan perangkat

pelaksanaan aktivitas belajarnya. Penelitian ini juga bertujuan guna mengukur pengaruh permainan Wela Maka dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif anak dengan memberikan data yang objektif dan dapat diuji validitasnya secara statistik serta penelitian pula memberikan kontribusi terhadap pembelajaran jasmani inklusif, dimana pendekatan berbasis permainan tradisional ini memberikan alternatif pembelajaran jasmani yang lebih inklusif, menyenangkan, dan tidak kompetitif secara berlebihan, sehingga cocok diterapkan pada anak usia sekolah dasar (Habibi, 2015). Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD Citra Bakti yang berjumlah 30 siswa dengan sampel sebanyak 15 orang kelompok eksperimen dan 15 orang kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan mempertimbangkan kriteria yakni siswa aktif dalam pembelajaran penjas dan olahraga dan siswa yang tidak memiliki masalah fisik yang memengaruhi gerak dasar melempar (Eddy et al., 2021). Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan tes performa keterampilan melempar yang dilakukan sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) perlakuan untuk mengukur perubahan keterampilan siswa dalam gerakan melempar dan observasi langsung selama aktivitas belajar selama proses pembelajaran berlangsung, untuk mencatat partisipasi anak dan efektivitas penggunaan permainan tradisional wela maka (Mackiewicz, 2018). Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data meliputi; 1) instrumen tes keterampilan manipulatif melempar baku yakni tes lempar tangkap ke arah dinding/wallpass (Esen et al., 2021), 2) daftar periksa observasi langsung yang mencakup poin-poin yang diamati seperti sikap awal, teknik melempar, gerakan tubuh saat melempar, lambungan bola saat lemparan 3) catatan lapangan meliputi hal-hal yang menjadi refleksi peneliti seperti deskripsi visual, 4) peralatan dokumentasi seperti kamera dan stopwatch.

HASIL

Berdasarkan jenis, desain dan metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif *true eksperimen control group pretest-posttest design*, adapun deskripsi temuan data penelitian sebagai berikut.

Tes Awal Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Hasil tes awal lempar tangkap ke arah dinding/*wallpass* dan lempar tegak/*verticalpass*) kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, seperti pada table 1 berikut.

Tabel 1. Hasil Tes Awal Lempar Tangkap Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

<i>Kelompok Eksperimen</i>						<i>Kelompok Kontrol</i>					
<i>No</i>	<i>Kode Sampel</i>	<i>T-1</i>	<i>T-2</i>	<i>Jml</i>	<i>Nilai</i>	<i>No</i>	<i>Kode Sampel</i>	<i>T-1</i>	<i>T-2</i>	<i>Jml</i>	<i>Nilai</i>
1	KE-S1	4	5	9	45	1	KK-S1	5	4	9	45
2	KE-S2	3	4	7	35	2	KK-S2	5	5	10	50
3	KE-S3	5	4	9	45	3	KK-S3	3	3	6	30
4	KE-S4	8	7	15	75	4	KK-S4	3	5	8	40
5	KE-S5	9	6	15	75	5	KK-S5	8	7	15	75
6	KE-S6	3	4	7	35	6	KK-S6	7	8	15	75
7	KE-S7	3	4	7	35	7	KK-S7	5	5	10	50
8	KE-S8	7	5	12	60	8	KK-S8	4	4	8	40
9	KE-S9	7	6	13	65	9	KK-S9	5	6	11	55
10	KE-S10	6	5	11	55	10	KK-S10	4	3	7	35
11	KE-S11	5	6	11	55	11	KK-S11	4	3	7	35
12	KE-S12	4	5	9	45	12	KK-S12	9	8	17	85
13	KE-S13	3	3	6	30	13	KK-S13	6	7	13	65
14	KE-S14	7	6	13	65	14	KK-S14	6	7	13	65
15	KE-S15	8	9	17	85	15	KK-S15	6	7	13	65
<i>Jumlah</i>					805	<i>Jumlah</i>					810
<i>Rata-Rata</i>					53,7	<i>Rata-Rata</i>					54,0

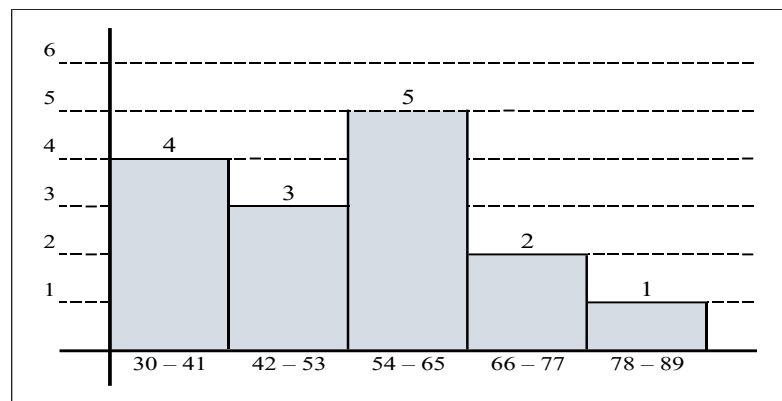
Berdasarkan Tabel. 1 Hasil Tes Awal Lempar Tangkap Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol, Adapun tabel distribusi frekuensi data tes awal kelompok eksperimen seperti pada Tabel 2 Berikut.

Tabel 2. Tabel Distribusi Frekuensi Nilai Hasil Tes Awal Kelompok Eksperimen

Kelas Interval	N. Tengah (x)	Batas Kelas	f.absolut (f)	f.relatif (%)	fx
30 – 41	35.5	41.5	4	26.67	142
42 – 53	47.5	53.5	3	20.00	142.5
54 – 65	59.5	65.5	5	33.33	297.5

66 – 77	71.5	77.5	2	13.33	143
78 – 89	83.5	89.0	1	6.67	83.5
Jumlah			15	100	808.5

Berdasarkan Tabel Distribusi Frekuensi Nilai Hasil Tes Awal Kelompok Eksperimen, adapun data nilai tes awal kelompok eksperimen dapat digambarkan dengan diagram histogram sebagai berikut.



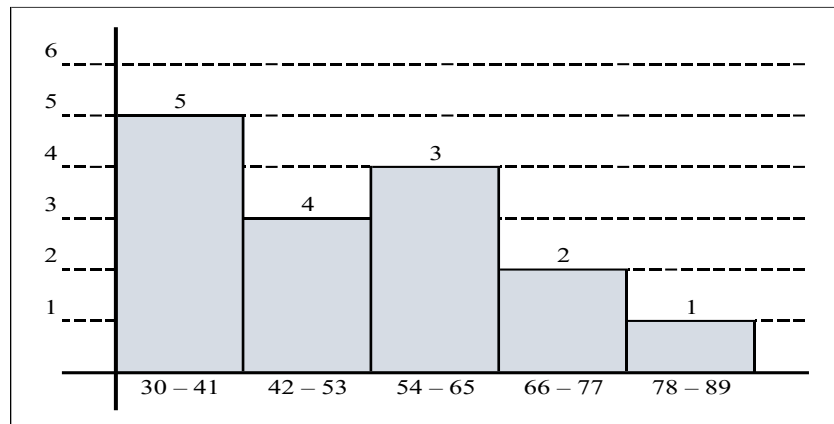
Gambar 1. Diagram Histogram Data Nilai Tes Awal Kelompok Eksperimen

Berdasarkan Tabel. 1 Hasil Tes Awal Lempar Tangkap Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol, Adapun tabel distribusi frekuensi data tes awal kelompok kontrol seperti pada Tabel 3 Berikut.

Tabel 3. Tabel Distribusi Frekuensi Nilai Hasil Tes Awal Kelompok Kontrol

Kelas Interval	N. Tengah (x)	Batas Kelas	f. absolut (f)	f. relatif (%)	fx
30 – 41	35.5	41.5	5	33.33	177.5
42 – 53	47.5	53.5	3	20.00	142.5
54 – 65	59.5	65.5	4	26.67	238
66 – 77	71.5	77.5	2	13.33	143
78 – 89	83.5	89.0	1	6.67	83.5
Jumlah			15	100	784.5

Berdasarkan Tabel Distribusi Frekuensi Nilai Hasil Tes Awal Kelompok Kontrol, adapun data nilai tes awal kelompok kontrol dapat digambarkan dengan diagram histogram sebagai berikut.



Gambar 2. Diagram Histogram Data Nilai Tes Awal Kelompok Kontrol

Tes Akhir Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Hasil tes akhir lempar tangkap ke arah dinding/wallpass dan lempar tegak/verticalpass) kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, seperti pada table 4 berikut.

Tabel 4. Hasil Tes Akhir Lempar Tangkap Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

<i>Kelompok Eksperimen</i>						<i>Kelompok Kontrol</i>					
No	Kode Sampel	T-1	T-2	Jml	Nilai	No	Kode Sampel	T-1	T-2	Jml	Nilai
1	KE-S1	7	7	14	70	1	KK-S1	5	4	9	45
2	KE-S2	6	7	13	65	2	KK-S2	6	5	11	55
3	KE-S3	8	6	14	70	3	KK-S3	4	5	9	45
4	KE-S4	9	9	18	90	4	KK-S4	4	4	8	40
5	KE-S5	9	9	18	90	5	KK-S5	7	6	13	65
6	KE-S6	7	9	16	80	6	KK-S6	6	7	13	65
7	KE-S7	8	9	17	85	7	KK-S7	4	5	9	45
8	KE-S8	9	8	17	85	8	KK-S8	3	5	8	40
9	KE-S9	8	7	15	75	9	KK-S9	7	4	11	55
10	KE-S10	7	6	13	65	10	KK-S10	5	5	10	50
11	KE-S11	9	7	16	80	11	KK-S11	3	5	8	40
12	KE-S12	8	7	15	75	12	KK-S12	6	7	13	65
13	KE-S13	7	8	15	75	13	KK-S13	6	6	12	60
14	KE-S14	9	8	17	85	14	KK-S14	7	6	13	65

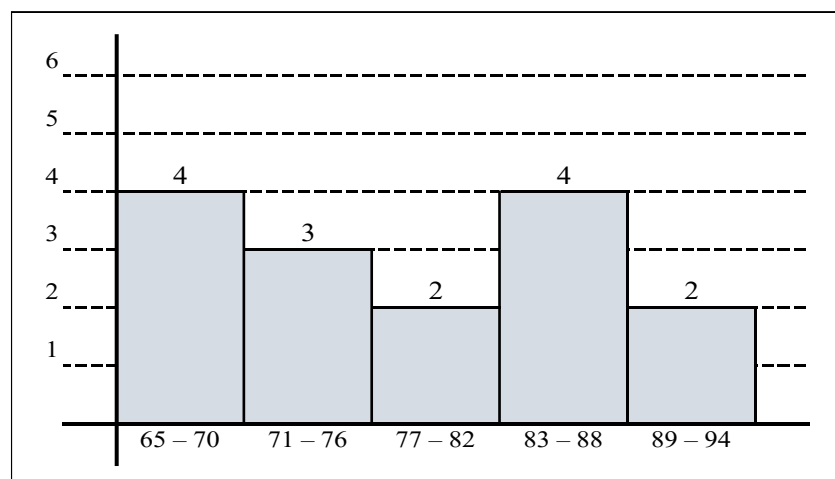
15	KE-S15	8	9	17	85	15	KK-S15	7	7	14	70
Jumlah						Jumlah					
1175						805					
Rata-Rata						Rata-Rata					
78.3						53.7					

Berdasarkan Tabel. 4 Hasil Tes Akhir Lempar Tangkap Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol, adapun tabel distribusi frekuensi data tes akhir kelompok eksperimen seperti pada Tabel 5 Berikut.

Tabel 5. Tabel Distribusi Frekuensi Nilai Hasil Tes Akhir Kelompok Eksperimen

Kelas Interval	N. Tengah (x)	Batas Kelas	f.absolut (f)	f.relatif (%)	fx
65 – 70	67.5	70.5	4	26.67	270
71 – 76	73.5	76.5	3	20.00	220.5
77 – 82	79.5	82.5	2	13.33	159
83 – 88	85.5	88.5	4	26.67	342
89 – 94	91.5	94.0	2	13.33	183
Jumlah			15	100	1174.5

Berdasarkan Tabel Distribusi Frekuensi Nilai Hasil Tes Akhir Kelompok Eksperimen, adapun data nilai tes akhir kelompok eksperimen dapat digambarkan dengan diagram histogram sebagai berikut.



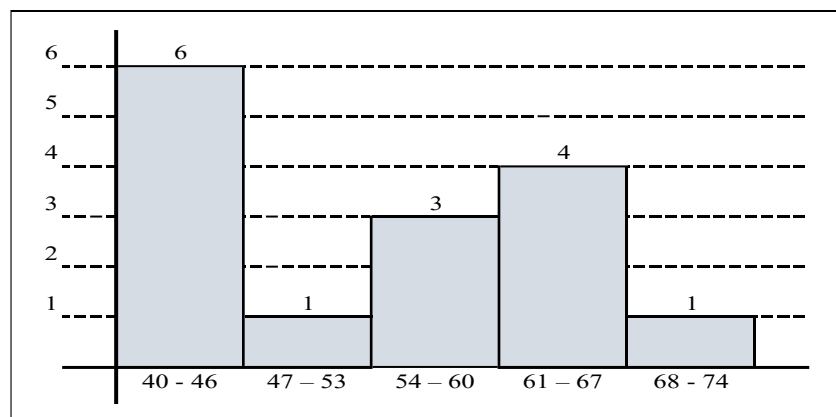
Gambar 3. Diagram Histogram Data Nilai Tes Akhir Kelompok Eksperimen

Berdasarkan Tabel. 4 Hasil Tes Akhir Lempar Tangkap Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol, adapun tabel distribusi frekuensi data tes akhir kelompok kontrol seperti pada Tabel 6 Berikut.

Tabel 6. Tabel Distribusi Frekuensi Nilai Hasil Tes Akhir Kelompok Kontrol

Kelas Interval	N. Tengah (x)	Batas Kelas	f. absolut (f)	f. relatif (%)	fx
40 - 46	43.0	46.5	6	40.00	258
47 - 53	50.0	53.5	1	6.67	50
54 - 60	57.0	60.5	3	20.00	171
61 - 67	64.0	67.5	4	26.67	256
68 - 74	71.0	74.0	1	6.67	71
Jumlah			15	100.00	806

Berdasarkan Tabel Distribusi Frekuensi Nilai Hasil Tes Akhir Kelompok Kontrol, adapun data nilai tes akhir kelompok kontrol dapat digambarkan dengan diagram histogram sebagai berikut.



Gambar 4. Diagram Histogram Data Nilai Tes Akhir Kelompok Kontrol

Uji Prasyarat Analisis

Berdasarkan desain penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif *true eksperimen control group pretest-posttest design*, sebelum data penelitian dianalisis maka dilakukan uji prasyarat analisis pada data: tes awal kelompok eksperimen, tes awal kelompok kontrol, tes akhir kelompok eksperimen, tes akhir

kelompok kontrol dengan dua uji prasyarat analisis yaitu uji normalitas data dengan aplikasi SPSS, adapun hasil uji sebagai berikut.

Uji Normalitas Data Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok Eksperimen

Berdasarkan hasil uji normalitas data tes awal dan tes akhir kelompok eksperimen menggunakan aplikasi SPSS adalah sebagai berikut.

Tabel 7. Tests of Normality Data Tes Awal & Tes Akhir Kelompok Eksperimen

	Hasil	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kelompok Eksperimen	Tes Awal	.162	15	.200*	.944	15	.433
	Tes Akhir	.187	15	.168	.925	15	.227

Berdasarkan Tabel 7 hasil tes uji normalitas data tes awal dan tes akhir kelompok eksperimen yaitu uji Shapiro-Wilk; Nilai Signifikansi (Sig.) Tes Awal Kel. Eksperimen $(0.433) > (0,05) = (0,433 > 0,05)$, sedangkan Nilai Signifikansi (Sig.) Tes Akhir Kel. Eksperimen $(0.227) > (0,05) = (0,227 > 0,05)$, sehingga data tes awal dan tes akhir kelompok eksperimen memiliki sebaran data yang berdistribusi “**NORMAL**”, selanjutnya berdasarkan uji Kolmogorov-Smirnov; Nilai Signifikansi (Sig.) Tes Awal Kel. Eksperimen $(0.200) > (0,05) = (0,200 > 0,05)$, sedangkan Nilai Signifikansi (Sig.) Tes Akhir Kel. Eksperimen $(0.168) > (0,05) = (0,168 > 0,05)$, sehingga data tes awal dan tes akhir kelompok eksperimen memiliki sebaran data yang berdistribusi “**NORMAL**”.

Uji Normalitas Data Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok Kontrol

Adapun hasil uji normalitas data tes awal dan tes akhir kelompok Kontrol menggunakan aplikasi SPSS Adalah sebagai berikut.

Tabel 8. Tests of Normality Data Tes Awal & Tes Akhir Kelompok Kontrol

	Hasil	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.

Kelompok Kontrol	Tes Awal	.142	15	.200*	.946	15	.460
	Tes Akhir	.190	15	.153	.887	15	.061

Berdasarkan Tabel 8 hasil tes uji normalitas data tes awal dan tes akhir kelompok kontrol yaitu uji Shapiro-Wilk; Nilai Signifikansi (Sig.) Tes Awal Kel. Kontrol $(0.460) > (0,05) = (0,460 > 0,05)$, sedangkan Nilai Signifikansi (Sig.) Tes Akhir Kel. Kontrol $(0.061) > (0,05) = (0,061 > 0,05)$, sehingga data tes awal dan tes akhir kelompok kontrol memiliki sebaran data yang berdistribusi “**NORMAL**”, selanjutnya berdasarkan uji Kolmogorov-Smirnov; Nilai Signifikansi (Sig.) Tes Awal Kel. Eksperimen $(0.200) > (0,05) = (0,200 > 0,05)$, sedangkan Nilai Signifikansi (Sig.) Tes Akhir Kel. Eksperimen $(0.153) > (0,05) = (0,153 > 0,05)$, sehingga data tes awal dan tes akhir kelompok kontrol memiliki sebaran data yang berdistribusi “**NORMAL**”.

Uji Statistik Penelitian

Berdasarkan desain penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif *true eksperimen control group pretest-posttest design*, setelah dilakukan uji prasyarat analisis pada data: tes awal kelompok eksperimen, tes awal kelompok kontrol, tes akhir kelompok eksperimen, tes akhir kelompok kontrol dengan uji normalitas, maka dilanjutkan dengan uji statistic data penelitian dengan uji Independent Sample T-Test untuk menguji nilai tes akhir kelompok eksperimen dan kelompok kotntrol dengan hasil uji sebagai berikut.

Tabel 9. Independent Samples Test Data Tes Akhir Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Levene's Test
for Equality
of Variances

t-test for Equality of Means

		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
										Lower	Upper
Tes Akhir	Equal variances assumed	2.172	.152	7.001	28	.000	24.667	3.523	17.450	31.884	
	Equal variances not assumed			7.001	26.408	.000	24.667	3.523	17.430	31.903	

Berdasarkan Tabel 9 hasil analisis *Independent Samples Test* data tes akhir kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dapat ditarik beberapa kesimpulan, yaitu: Nilai Signifikansi (Sig.) pada “*Levene's Test for Equality of Variances*” = $(0,152) > (0,05) = (0,152 > 0,05)$, sehingga varian data tes akhir kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah **SAMA** atau **HOMOGEN** sehingga data hasil analisis dilihat berdasarkan nilai pada kolom “*Equal variances assumed*”. Nilai Signifikansi (Sig.) pada “*t-test for Equality of Means*” diperoleh nilai Sig. (2-tailed) Adalah $(0,000) < (0,05)$, sehingga terdapat perbedaan rata-rata data tes akhir antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, hal ini menjelaskan bahwa terdapat perbedaan pengaruh penggunaan permainan Wela Maka dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif siswa kelas V SD Citra Bakti, jika dibandingkan dengan menggunakan model pembelajaran konvensional. Berdasarkan nilai *t*hitung adalah $(7,001)$ sedangkan nilai *t*tabel dengan df (28) adalah $(1,701)$, maka *t*hitung $(7,001) > t$ tabel $(1,701)$, sehingga terdapat perbedaan rata-rata data tes akhir antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, hal ini menjelaskan bahwa terdapat perbedaan pengaruh penggunaan permainan Wela Maka dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif siswa kelas V SD Citra Bakti, jika dibandingkan dengan menggunakan model pembelajaran konvensional.

Pengaruh penggunaan permainan Wela Maka dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif siswa kelas V SD Citra Bakti, jika dibandingkan dengan menggunakan model pembelajaran konvensional dapat dilihat secara DESKRIPTIF pada hasil hitung **Group Statistics** dengan melihat perbedaan mean

(rata-rata) nilai tes akhir (postest) kelompok eksperimen adalah (**78,33**) dan tes akhir (postest) kelompok kontrol adalah (**53,67**) dengan selisih rata-rata (**78,33 - 53,67 = 24,66**) dengan selisih perbedaan nilai antara (**17.450** sampai **31.884**).

Tabel 10. Group Statistics

	Hasil Tes	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Tes Akhir (postest)	Kel. Eksperimen	15	78.33	8.381	2.164
	Kel. Kontrol	15	53.67	10.768	2.780

Untuk mengetahui pengaruh penggunaan permainan Wela Maka dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif siswa kelas V SD Citra Bakti, dilanjutkan dengan melakukan uji statistik data tes awal (pretest) dan data tes akhir (postest) kelompok eksperimen dengan uji *Paired Sample T-Test*, karena diketahui sebaran data tes awal dan tes akhir kelompok eksperimen berdistribusi Normal, dengan hasil analisis sebagai berikut.

Tabel 11. Paired Samples Test Data Tes Awal & Data Tes Akhir Kelompok Eksperimen

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Nilai Pretest- Nilai Postest	-24.667	14.075	3.634	-32.461	-16.872	-6.788	14	.000

Berdasarkan Tabel 11 hasil analisis paired samples test data tes awal & data tes akhir kelompok eksperimen, dapat ditarik beberapa kesimpulan, yaitu:

Berdasarkan Nilai Signifikansi (Sig. 2-tailed) adalah $(0,000) < (0,05)$, sehingga terdapat perbedaan rata-rata nilai tes awal (pretest) dan nilai tes akhir (posttest) pada kelompok eksperimen, hal ini menjelaskan bahwa terdapat pengaruh penggunaan permainan Wela Maka dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif siswa kelas V SD Citra Bakti. Berdasarkan nilai t_{hitung} adalah $(6,788)$ sedangkan nilai t_{tabel} dengan df (14) adalah $(1,761)$, maka $t_{hitung} (6,788) > t_{tabel} (1,761)$, sehingga terdapat perbedaan rata-rata nilai tes awal (pretest) dan nilai tes akhir (posttest) pada kelompok eksperimen, hal ini menjelaskan bahwa terdapat pengaruh penggunaan permainan Wela Maka dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif siswa kelas V SD Citra Bakti.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional Wela Maka memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kemampuan gerak manipulatif siswa sekolah dasar. Temuan ini terlihat dari peningkatan skor keterampilan manipulatif setelah siswa mengikuti rangkaian latihan menggunakan permainan Wela Maka di sekolah. Mekanisme peningkatannya terjadi melalui latihan berulang, motivasi bermain, dan kesempatan untuk mengembangkan koordinasi motorik dalam suasana menyenangkan. Permainan tradisional Wela Maka memiliki karakteristik gerak dasar seperti melempar, menangkap, dan mengarahkan objek secara terstruktur. Karakteristik ini sesuai dengan kebutuhan pengembangan kemampuan gerak manipulatif pada anak usia sekolah dasar yang sejalan dengan karakteristik pembelajaran motorik pada usia sekolah dasar yang menekankan pada proses memperoleh pengalaman gerak melalui latihan berulang, umpan balik langsung, dan pembelajaran berbasis permainan.

Berdasarkan hasil penelitian lebih lanjut secara eksplisit dapat diuraikan pengaruh permainan tradisional wela maka berdampak kepada 1) Peningkatan koordinasi mata-tangan yang sejalan dengan teori perkembangan motorik yang menyatakan bahwa latihan berulang dalam konteks permainan dapat memperkuat koneksi neuromotorik serta meningkatkan ketepatan gerak. Hal tersebut terjadi karena pola gerakan dalam Wela Maka bersifat ritmis dan berulang, sehingga

mempermudah anak mencapai konsistensi gerak. 2) Peningkatan kemampuan melempar dan menangkap dalam gerak manipulatif merupakan komponen utama dalam permainan Wela Maka. Aktivitas ini memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengasah kekuatan tangan, kecepatan reaksi, serta timing gerakan. Setelah intervensi diberikan, siswa mampu melakukan lemparan lebih jauh dan menangkap dengan tingkat keberhasilan yang lebih tinggi. Temuan ini mendukung pendapat para ahli bahwa permainan tradisional yang melibatkan objek dapat mengoptimalkan kemampuan manipulatif jika dilakukan secara sistematis. 3) Pembelajaran yang menyenangkan meningkatkan motivasi gerak dan bersifat kompetitif secara sehat membuat siswa lebih termotivasi untuk terlibat aktif. Motivasi ini berdampak langsung pada intensitas latihan gerak, yang pada akhirnya mempercepat peningkatan kemampuan manipulatif. Siswa terlihat lebih antusias mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani ketika permainan Wela Maka digunakan sebagai media. Faktor motivasional ini menjadi aspek penting dalam keberhasilan peningkatan keterampilan motorik. Dengan demikian, permainan tradisional dapat dijadikan alternatif dalam pembelajaran penjas yang kreatif, kontekstual, dan sesuai tahap perkembangan anak.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa terdapat pengaruh permainan tradisional wela maka terhadap kemampuan gerak manipulatif siswa sekolah dasar. Pembelajaran dengan pendekatan bermain melalui permainan tradisional terbukti mampu meningkatkan partisipasi aktif dari para peserta didik. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran melalui permainan tradisional merupakan salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kemampuan gerak manipulatif siswa di sekolah dasar. Guru pendidikan jasmani dapat mengintegrasikan permainan tradisional dalam pembelajaran sebagai metode utama maupun tambahan guna meningkatkan keterampilan gerak dasar baik manipulatif lokomotor maupun non lokomotor. Pendekatan permainan tradisional wela maka serta permainan-permainan tradisional lainnya perlu diterapkan di sekolah yang tentunya didesain sesuai kemampuan dan kebutuhan siswa sehingga

partisipasi serta keterlibatan siswa dalam kegiatan pembelajaran dapat berjalan baik.

Sekolah dan pembuat kebijakan pendidikan dapat memasukkan permainan tradisional ke dalam kurikulum pendidikan jasmani sebagai strategi pembelajaran yang aktif, efektif serta menyenangkan. Selain itu, pelatihan bagi guru-guru PJOK mengenai pendekatan pembelajaran berbasis permainan tradisional perlu diberikan guna mengeksplor keberagaman kemampuan siswa di sekolah tentunya. Selain itu, dukungan dalam penyediaan fasilitas, seperti area bermain yang aman dan alat bantu pembelajaran yang sesuai, juga penting untuk memastikan implementasi permainan tradisional secara optimal. Guru perlu secara sistematis mengembangkan model pembelajaran berbasis permainan tradisional dengan mempertimbangkan variasi permainan untuk meningkatkan serta memberikan pengaruh berbagai aspek gerak fundamental anak baik lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Disamping itu dibutuhkan kolaborasi serta melibatkan aktif antara pihak sekolah dengan masyarakat setempat atau lembaga terkait guna melestarikan dan mengembangkan permainan tradisional yang berdampak bagi kegiatan pembelajaran di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Amirzan. (2015). *Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Manipulatif (PGDM) untuk Siswa SD Kelas V. II*, 1–21.
- Anggono, D. T., & Nurhidayat, N. (2024). Pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kebugaran jasmani. *Jurnal Porkes*, 7(1), 172–181. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i1.24081>
- Dwi Putriana Naibaho. (2023). Strategi Pembelajaran Berdiferensiasi Mampu Meningkatkan Pemahaman Belajar Peserta Didik. *Journal of Creative Student Research*, 1(2), 81–91. <https://doi.org/10.55606/jcsrpolitama.v1i2.1150>
- Eddy, L., Hill, L. J. B., Mon-Williams, M., Preston, N., Daly-Smith, A., Medd, G., & Bingham, D. D. (2021). Fundamental Movement Skills and Their Assessment in Primary Schools from the Perspective of Teachers. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 25(3), 236–249.

<https://doi.org/10.1080/1091367X.2021.1874955>

Esen, H. T., Eraslan, M., Altınkök, M., Eravşar, H., Demir, B., Özküçük, S., & Şeran, B. (2021). The Validity and Reliability Study of the Basic Motor Movement, Social Skill Observation, and Evaluation Scale for Basic Movement Education. *SAGE Open*, 11(3).
<https://doi.org/10.1177/21582440211031897>

Habibi, M. A. (2015). implementasi Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Terhadap Peningkatan Partisipasi Aktif Siswa Kelas X SMAN 1 Kediri. *Universitas Negeri Surabaya. Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 03, 560–567.

Hamid, Faisol & Desranto, Akhmad. (2022). The Influence Of Traditional Games On Manipulativ Motion Skills In Students Of Muhammadiyah Nganjuk Elementary School. *PHEDHERAL*. 19. 51. 10.20961/phduns.v19i1.62538

Irwandi, B., Nuryadi, N., & Gumilar, A. (2023). Keterampilan Gerak Manipulatif Siswa Sekolah Dasar Berdasarkan Gender Pasca Pandemi Covid-19. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 6(2), 145–153. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v6i2.6031>

Kawuryan, S. P., Hastuti, W. S., & Supartinah. (2018). The Influence of Traditional GamesBased and Scientific Approach-Oriented Thematic Learning Model toward Creative Thinking Ability. *Cakrawala Pendidikan*, 37(1), 71–84

Kiran, A., & Knights, J. (2010). Traditional Indigenous Games promoting physical activity and cultural connectedness in primary schools - Cluster Randomised Control Trial. *Health Promotion Journal of Australia*, 21(2), 149–151. <https://doi.org/10.1071/he10149>.

Kovacevic, T., & Opic, S. (2014). Contribution of Traditional Games to the Quality of Students' Relations and Frequency of Students' Socialization in Primary Education. *Croatian Journal of Education-Hrvatski Casopis Za Odgoj I Obrazovanje*, 16(1), 95– 112.

Mackiewicz, J. (2018). Writing center talk over time: A mixed-method study. In *Writing Center Talk over Time: A Mixed-Method Study*.
<https://doi.org/10.4324/9780429469237>

- Nanda, F. K., & Indra, P. P. (2025). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kondisi Psikologis dan Peningkatan Kondisi Imunitas Tubuh Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Jendela Cakrawala*, 1(01), 1–7.
- Natal, Laksana, Ola Tapo, S. (2025). Exploration Of Physical Elements In The Traditional Game Of Wela Maka In Wawowae Village. *Halaman Olahraga Nusantara Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 7(II), 197–212. <https://doi.org/10.31851/hon.v7i2.16421>
- Natal, Y. R., Nafsia, A., & Ngonu, M. R. (2024). Permainan Tradisional Sagu Alu Untuk Menstimulus Perkembangan Fisik Motorik. *Jurnal Citra Pendidikan Anak*, 3(3), 1074–1084. <https://doi.org/10.38048/jcpa.v3i3.4489>
- Owa Kale, Y., Natal, Y. R., Bile, R. L. B., & Tapo, Y. B. O. (2025). Implementasi Permainan Tradisional Peta Angka Sebagai Aktivitas Belajar Gerak Dasar Lokomotor. *Jurnal Edukasi Citra Olahraga*, 5(1), 51–59. <https://doi.org/10.38048/jor.v5i1.4693>
- Putra, R., & Sari, M. (2021). Pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan keterampilan motorik kasar siswa SD. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Evaluasi*, 9(1), 32–43. <https://doi.org/10.24832/jipe.v9i1.543>
- Syahrudin, S. (2021). Profil Tingkat Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar Kota Makassar. *Jendela Olahraga*, 6(1), 213–221. <https://doi.org/10.26877/jo.v6i1.7270>
- Yudanto, Y. (2020). Pengaruh Model Aktivitas Jasmani Berbasis Perseptual Motorik Terhadap Gerak Dasar Manipulatif Anak Taman Kanak-Kanak. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(1), 92–104. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i1.13976

p-ISSN: 2089-2829
e-ISSN: 2407-1528
<https://journal.upgripnk.ac.id/index.php/olahraga>

Jurnal Pendidikan Olahraga
Vol 14, No.2 Desember 2025
Hal. 317-336