

**PENGARUH PERMAINAN BUDAYA MELAYU GALAH PANJANG TERHADAP
KEMAMPUAN KOORDINASI SISWA KELAS V SD AL WASLIYAH 83
GUNTING SAGA**

Hamdi Azhar Sipahutar¹, Khairul Usman², Elvi Mailani³,
Winara⁴, Apiek Gandamana⁵
¹⁻⁵Universitas Negeri Medan
¹hamdiazhar782@gmail.com

ABSTRACT

This study is motivated by the low level of coordination ability among elementary school students, as indicated by poor movement integration, weak coordination between the eyes and body parts, and slow responses to movement stimuli. This study aims to examine the effect of the implementation of the Malay traditional game Galah Panjang on the coordination ability of fifth-grade students at SD Al Washliyah 83 Gunting Saga. The research employed a quantitative method with a quasi-experimental design using a pretest-posttest approach. The sample consisted of 56 students selected through purposive sampling. Data were collected using coordination ability tests covering hand-eye coordination, foot-eye coordination, body balance, and reaction speed, and were analyzed using a paired sample t-test. The results showed a significant improvement in students' coordination ability after the implementation of the Galah Panjang game, as indicated by the differences between pretest and posttest scores. Therefore, it can be concluded that the Malay traditional game Galah Panjang has a significant effect on improving students' coordination ability. In addition, this traditional game can be utilized as an effective and engaging alternative learning method in physical education at the elementary school level.

Keywords: *Traditional Game, Galah Panjang, Coordination Ability, Elementary School Students, Physical Education*

ABSTRAK

Penelitian ini dilandasi oleh rendahnya kemampuan koordinasi siswa sekolah dasar yang ditunjukkan melalui kurangnya keterpaduan gerak, koordinasi antara mata dan anggota tubuh, serta lambatnya respon terhadap rangsangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh penerapan permainan budaya Melayu Galah Panjang terhadap kemampuan koordinasi siswa kelas V SD Al Washliyah 83 Gunting Saga. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain eksperimen semu (quasi experiment) melalui pendekatan pretest dan posttest. Sampel penelitian berjumlah 56 siswa yang ditentukan menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan tes

kemampuan koordinasi yang mencakup aspek koordinasi mata-tangan, mata-kaki, keseimbangan, dan reaksi gerak, kemudian dianalisis menggunakan uji t berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada kemampuan koordinasi siswa setelah diberikan perlakuan berupa permainan Galah Panjang, yang terlihat dari perbedaan hasil pretest dan posttest. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa permainan budaya Melayu Galah Panjang berpengaruh signifikan dalam meningkatkan kemampuan koordinasi siswa. Selain itu, permainan tradisional ini dapat dimanfaatkan sebagai alternatif pembelajaran yang efektif dan menarik dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar.

Kata Kunci : Permainan Tradisional, Galah Panjang, Kemampuan Koordinasi, Siswa Sekolah Dasar, Pembelajaran PJOK

A. Pendahuluan

Proses pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas memiliki peran strategis dalam mendorong perubahan sosial menuju kemajuan dan peningkatan kesejahteraan hidup. Proses tersebut dilaksanakan secara sadar dan terencana melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan yang bertujuan menyiapkan anak agar mampu menjalankan peran sosialnya di masa yang akan datang. Yang berlangsung dalam konteks pembelajaran formal, dan dapat juga diintegrasikan melalui aktivitas budaya lokal.

Salah satu bagian integral dari pendidikan adalah pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) yang memiliki tujuan utama mengembangkan kemampuan fisik, motorik, mental, emosional, serta sosial peserta didik melalui aktivitas

gerak (Nurhasan2019, h.102). Pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani bagi pelakunya (Susilo et al., 2023). Menurut (Bangun, 2020) pendidikan jasmani adalah aktivitas yang menggunakan fisik atau anggota tubuh untuk mencapai kesehatan dan kebugaran fisik yang dilaksanakan mulai dari sekolah dasar sampai menengah.

Sebagai upaya meningkatkan mutu sumber daya manusia, pendidikan jasmani dan olahraga dilembaga pendidik formal harus dapat berkembang lebih pesat agar mampu menjadi landasan untuk meningkatkan aktivitas jasmani yang lebih baik (Triansyah et al., 2020). Pada tingkat sekolah dasar, pembelajaran PJOK lebih ditekankan pada penguasaan keterampilan gerak dasar seperti koordinasi,

keseimbangan, kelincahan, dan kecepatan yang kelak menjadi pondasi bagi penguasaan keterampilan olahraga yang lebih kompleks (Depdiknas, 2003, h 8-9).

Permainan tradisional merupakan bagian penting dari kebudayaan lokal yang memiliki fungsi tidak hanya sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana pembelajaran yang mendukung perkembangan fisik, sosial, dan kognitif anak. Salah satu bentuk permainan tradisional yang memiliki nilai edukatif tinggi adalah permainan Galah Panjang yang banyak dimainkan oleh masyarakat Melayu. Dalam permainan ini, sisea dituntut untuk bergerak cepat, melakukan koordinasi gerak antar anggota tubuh, menjaga keseimbangan, serta bekerja sama dalam tim. Aktivitas gerak yang bervariasi tersebut memiliki kesesuaian langsung dengan tujuan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di sekolah dasaryaitu mengembangkan kemampuan motorik, kebugaran jasmani, keterampilan sosial, serta pemahaman nilai-nilai sportivitas (Sulaiman 2018, 40-41).

Salah satu aspek fundamental dalam perkembangan motorik anak

adalah kemampuan koordinasi (Nurhasanah et al., 2024). Koordinasi dapat diartikan sebagai kemampuan tubuh dalam mengintegrasikan berbagai gerakan anggota tubuh secara selaras dan efisien sesuai dengan tujuan gerak yang diinginkan. Anak dengan koordinasi yang baik akan lebih mudah melakukan aktivitas sehari-hari, mengikuti pembelajaran olahraga dan berpartisipasi dalam berbagai permainan fisik. Sebaliknya, anak yang memiliki koordinasi rendah seringkali mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan yang membutuhkan kerjasama antara mata, tangan, dan kaki sehingga dapat memengaruhi rasa percaya diri maupun partisipasi aktif mereka dalam pembelajaran PJOK.

Kemampuan koordinasi merupakan kemampuan dasar dalam aktivitas fisik yang mencakup kemampuan mengontrol dan menyelaraskan gerakan berbagai bagian tubuh untuk mencapai tujuan gerak yang efektif (Harsono, 2020). Dalam konteks permainan Galah Panjang, koordinasi sangat penting karena permainan harus mampu mengatur kecepatan gerak, mengontrol arah, menyesuaikan posisi tubuh dengan pergerakan

lawan, serta melakukan reaksi cepat terhadap perubahan situasi permainan. Koordinasi mata-tangan dan mata-kaki berperan besar dalam keberhasilan bermain melewati garis penjaga atau menjaga posisi dalam permainan. Dengan demikian dapat dipahami bahwa permainan Galah Panjang tidak hanya memperkenalkan budaya lokal tetapi juga secara langsung melatih kemampuan koordinasi motorik siswa.

Perkembangan kemampuan koordinasi pada anak sekolah dasar merupakan aspek penting dalam menunjang keberhasilan proses pembelajaran pendidikan jasmani. Namun, kenyataannya di lapangan menunjukkan bahwa kemampuan koordinasi banyak siswa masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari kurangnya kelincahan gerak, kesulitan dalam mengontrol gerakan tangan dan kaki secara bersamaan, serta lemahnya kecepatan reaksi tubuh terhadap rangsangan gerak. Kondisi ini tidak terlepas dari berkurangnya aktivitas fisik yang bersifat menyenangkan dan bervariasi di lingkungan sekolah. Banyak siswa lebih banyak menghabiskan waktu dengan bermain gawai daripada

melakukan permainan aktif di luar ruangan (Syafitri et al., 2025).

Berdasarkan hasil observasi peneliti di SD Al Wasliyah 83 Gunting Saga terhadap siswa kelas V, diketahui bahwa kemampuan koordinasi siswa masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari masih banyak siswa yang belum mampu melakukan gerakan koordinatif secara baik dan seimbang saat mengikuti kegiatan pembelajaran PJOK khususnya permainan Galah Panjang. Beberapa siswa tampak kesulitan mengatur keseimbangan tubuh saat berlari dan menghindar dari penjaga garis serta kurang mampu menyesuaikan gerakan tangan dan kaki secara bersamaan ketika harus bergerak cepat melewati garis penjaga. Selain itu, siswa juga terlihat lambat dalam merespons perubahan arah permainan dan kurang sigap dalam bekerjasama dengan anggota tim.

Berdasarkan uraian tersebut, terlihat bahwa permainan Galah Panjang memiliki potensi besar untuk meningkatkan kemampuan koordinasi siswa, sekaligus memperkaya variasi metode pembelajaran PJOK. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul:

“Pengaruh Permainan Budaya Melayu Galah Panjang terhadap Kemampuan Koordinasi Siswa Kelas V SD Al Wasliyah 83 Gunting Saga.”

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain eksperimen yang digunakan adalah eksperimen semu (*quasi experiment*). Desain ini mempunyai kelompok kontrol dan eksperimen tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. *Quasi experiment design* digunakan karena pada kenyataannya sulit mendapatkan kelompok kontrol yang digunakan untuk penelitian. Bentuk desain eksperimen yang digunakan adalah *nonequivalent control group design*. Untuk pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data adalah metode tes dan observasi. Teknik analisis data meliputi uji normalitas, dan Uji Hipotesis (Uji t Berpasangan).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Deskripsi Hasil Uji Coba Test

Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti terlebih dahulu melakukan uji coba instrumen tes kemampuan koordinasi kepada 5 orang siswa di luar sampel penelitian. Uji coba ini bertujuan untuk mengetahui kelayakan instrumen, memastikan kejelasan petunjuk pelaksanaan tes, serta melihat apakah setiap aspek penilaian dapat dipahami dan dilakukan dengan baik oleh siswa.

Instrumen tes yang digunakan terdiri dari empat aspek kemampuan koordinasi, yaitu koordinasi mata-tangan melalui tes lempar tangkap bola, koordinasi mata-kaki melalui tes menendang sasaran, keseimbangan tubuh melalui stork stand test, dan reaksi gerak cepat melalui ruler drop test. Setiap instrumen dirancang untuk mengukur kemampuan koordinasi siswa secara objektif dan sistematis.

Berdasarkan hasil uji coba yang dilakukan, seluruh siswa mampu mengikuti setiap tahapan tes dengan baik sesuai instruksi yang diberikan. Hasil uji coba juga menunjukkan bahwa instrumen penelitian layak digunakan dalam penelitian karena seluruh indikator dapat diukur dengan baik dan siswa dapat memahami tata cara pelaksanaan tes. Selain itu, tidak

ditemukan kendala berarti selama pelaksanaan uji coba berlangsung. Dengan demikian, instrumen tes kemampuan koordinasi dinyatakan siap digunakan untuk pengambilan data penelitian pada siswa kelas V SD Al Washliyah 83 Gunting Saga.

a. Uji Validitas

Uji validitas adalah suatu teknik analisis statistik yang digunakan dalam penelitian untuk mengetahui tingkat ketepatan atau kesahihan suatu instrumen pengukuran, seperti angket, kuesioner, atau skala penelitian. Instrumen dikatakan valid apabila setiap butir pertanyaan di dalamnya benar-benar mampu mengukur apa yang seharusnya diukur sesuai dengan variabel penelitian yang telah ditetapkan. Dengan demikian, uji validitas bertujuan untuk memastikan bahwa alat ukur yang digunakan tidak menyimpang dari konsep yang ingin diteliti, sehingga data yang dihasilkan benar-benar mencerminkan keadaan yang sebenarnya di lapangan.

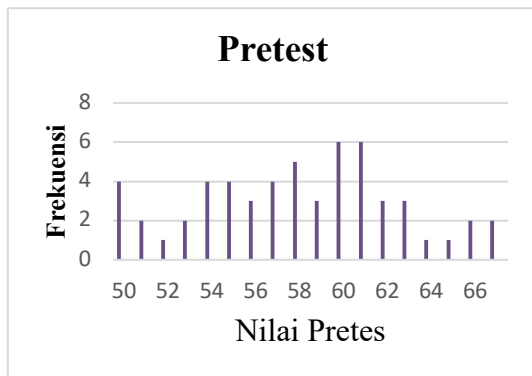
b. Uji Reabilitas

Berdasarkan hasil uji reabilitas, hasil tersebut pada dasarnya menunjukkan hubungan antar variabel (X1, X2, X3, dan X4), bukan langsung output uji reliabilitas (seperti

Cronbach's Alpha). Namun, data korelasi ini dapat digunakan sebagai indikasi awal untuk melihat konsistensi antar item, yang sering dikaitkan dengan konsep reliabilitas dalam penelitian kuantitatif.

Jika dilihat dari hasil korelasi pada tabel tersebut, terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara X1 dengan X2 ($r = 0,948$; Sig. 0,000) serta antara X3 dengan X4 ($r = 0,993$; Sig. 0,000). Korelasi yang sangat tinggi ini menunjukkan adanya konsistensi yang kuat antara pasangan variabel tersebut, yang secara konsep dapat mengindikasikan adanya potensi reliabilitas yang baik. Namun demikian, terdapat juga beberapa korelasi negatif dan tidak signifikan seperti hubungan X1 dengan X3 serta X1 dengan X4, yang menunjukkan bahwa tidak semua item memiliki hubungan yang konsisten.

c. Hasil Pretest Kemampuan Koordinasi Siswa



Gambar 1 Grafik Skor Koordinasi Pretest

Adapun Daftar distribusi hasil penilaian pretest koordinasi siswa yaitu sebagai berikut:

Interval Nilai	Frekuensi (f)	Persentase (%)
50 – 53	9	16,07%
54 – 57	15	26,79%
58 – 61	20	35,71%
62 – 65	8	14,29%
66 – 69	4	7,14%
Jumlah	56	100%

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Nilai Pretest Kemampuan Koordinasi Siswa

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi tersebut, dapat diketahui bahwa sebaran nilai responden berada pada lima kategori interval. Sebagian besar data terkonsentrasi pada interval 58–61 dengan frekuensi tertinggi yaitu 20 responden (35,71%)

yang termasuk kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan atau skor responden secara umum berada pada tingkat yang relatif baik.

Selanjutnya, interval 54–57 menempati urutan kedua dengan 15 responden (26,79%) yang berada pada kategori cukup, diikuti oleh interval 50–53 sebanyak 9 responden (16,07%) yang termasuk kategori rendah. Hal ini menunjukkan masih adanya sebagian responden yang memiliki skor di bawah rata-rata.

Pada kategori yang lebih tinggi, interval 62–65 terdapat 8 responden (14,29%), sedangkan interval 66–69 memiliki 4 responden (7,14%). Keduanya menunjukkan bahwa jumlah responden dengan skor sangat tinggi relatif lebih sedikit dibandingkan kategori lainnya.

d. Intervensi Penelitian

Dalam penelitian ini, treatment yang diberikan berupa penerapan permainan budaya Melayu Galah Panjang. Permainan Galah Panjang dipilih sebagai bentuk treatment karena permainan tradisional ini mengandung berbagai unsur gerak yang mampu melatih kemampuan motorik siswa, khususnya koordinasi tubuh. Dalam permainan ini, siswa dituntut untuk melakukan gerakan

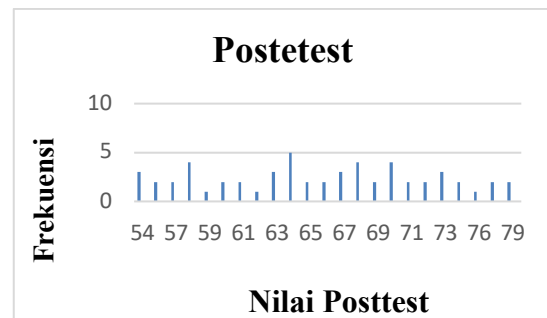
berlari, melompat, menghindar, menjaga keseimbangan, serta bekerja sama dengan anggota tim lainnya. Aktivitas tersebut secara tidak langsung melatih koordinasi mata dan tangan, koordinasi mata dan kaki, keseimbangan tubuh, serta kecepatan reaksi siswa terhadap situasi permainan yang berlangsung. Selain itu, permainan Galah Panjang juga dapat meningkatkan konsentrasi, ketangkasan, serta kemampuan siswa dalam mengambil keputusan secara cepat ketika bermain.

Pelaksanaan treatment dilakukan pada kelas eksperimen selama dua kali pertemuan sesuai dengan jadwal penelitian yang telah ditentukan. Sebelum treatment diberikan, siswa terlebih dahulu melaksanakan pretest untuk mengetahui kemampuan awal koordinasi siswa. Setelah data awal diperoleh, peneliti mulai menerapkan permainan Galah Panjang dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Pada tahap awal pelaksanaan, peneliti menjelaskan aturan permainan, tujuan kegiatan, serta teknik bermain Galah Panjang kepada siswa agar mereka memahami proses permainan dengan baik. Selanjutnya, siswa dibagi ke dalam beberapa kelompok untuk

melaksanakan permainan secara bergantian.

e. Hasil *Posttest* Kemampuan Koordinasi Siswa

Tabel 2 Skor *Posttest* Koordinasi Siswa



Gambar 2 Grafik Hasil Adapun Daftar Distribusi Hasil Penelitian *Posttest* kemampuan koordinasi sebagai berikut:

Tabel 2 Daftar Distribusi Hasil Penelitian *Posttest*

Interval Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
54 – 58	11	27,50%
59 – 63	9	22,50%
64 – 68	12	30%
69 – 73	10	25%
74 – 79	8	20%
Jumlah	40	100%

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi tersebut, dari total 40 data yang dianalisis, nilai responden tersebar dalam lima interval kelas. Interval nilai 54–58 memiliki frekuensi sebanyak 11 orang dengan persentase 27,50%. Interval 59–63

terdapat 9 orang atau sebesar 22,50%. Pada interval 64–68, jumlah responden paling banyak berada di rentang ini yaitu 12 orang dengan persentase 30%, sehingga dapat dikatakan bahwa interval ini merupakan kelompok nilai yang paling dominan. Selanjutnya, interval 69–73 memiliki 10 responden atau 25%, sedangkan interval 74–79 menjadi kelompok dengan frekuensi terendah yaitu 8 orang atau 20%. Secara keseluruhan, sebaran data menunjukkan bahwa nilai responden cenderung terkonsentrasi pada rentang tengah, khususnya pada interval 64–68, yang mengindikasikan bahwa sebagian besar responden memiliki nilai pada kategori menengah ke atas dengan distribusi yang relatif merata di setiap kelas interval.

f. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian yang akan dianalisis memiliki distribusi normal atau tidak, karena hal ini akan menentukan jenis analisis statistik yang digunakan. Sugiyono juga menegaskan bahwa penggunaan statistik parametrik hanya dapat dilakukan apabila data memenuhi asumsi normalitas. Berikut

table hasil uji validitas yang telah didapatkan yaitu sebagai berikut ;

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest Kelas Kontrol	.154	28	.089	.914	28	.536
Post-test Kelas Kontrol	.161	28	.061	.924	28	.064
Pretest Kelas Eksperimen	.079	28	.200*	.965	28	.561
Post-test Kelas Eksperimen	.150	28	.109	.922	28	.578

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan SPSS, seluruh data pretest dan post-test pada kelas kontrol maupun eksperimen memiliki nilai signifikansi (Sig.) > 0,05, baik pada uji Kolmogorov-Smirnov maupun Shapiro-Wilk. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal karena

sebarannya berada di sekitar rata-rata secara seimbang.

Hasil ini menunjukkan bahwa asumsi normalitas telah terpenuhi, sehingga analisis dapat dilanjutkan menggunakan statistik parametrik. Hal ini sesuai dengan pendapat Sugiyono dan Imam Ghazali yang menyatakan bahwa data yang berdistribusi normal merupakan syarat utama agar hasil uji statistik valid dan dapat dipercaya.

g. Uji Homogenitas

Uji homogenitas merupakan salah satu uji prasyarat dalam analisis statistik parametrik yang bertujuan untuk mengetahui apakah varians dari dua kelompok data atau lebih memiliki kesamaan atau tidak. Varians yang homogen berarti tingkat penyebaran data antar kelompok relatif sama, sehingga perbandingan antar kelompok dapat dilakukan secara adil dan tidak bias. Uji ini biasanya dilakukan sebelum uji hipotesis seperti uji-t atau ANOVA, karena kedua uji tersebut mensyaratkan adanya kesamaan varians antar kelompok yang dibandingkan. Secara umum, data dikatakan homogen apabila nilai varians antar kelompok tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan. Dengan kata lain, tingkat penyebaran data dalam masing-

masing kelompok relatif seragam begitu juga dengan sebaliknya.

Tabel 4 Hasil Uji Homogenitas
Test of Homogeneity of Variance

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Based on Pret on Mean	.018	1	54	.893
dan Based on Post-on Median	.061	1	54	.806
Based on Median and with adjusted df	.061	1	49.988	.806
Based on trimmed mean	.028	1	54	.867

Berdasarkan hasil uji homogenitas menggunakan SPSS, diperoleh nilai signifikansi uji Levene sebesar 0,893; 0,806; dan 0,867, yang seluruhnya lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa varians data pretest dan post-test antar kelompok tidak berbeda secara signifikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa data bersifat homogen. Dengan terpenuhinya asumsi homogenitas, maka analisis dapat dilanjutkan menggunakan statistik parametrik. Hal ini sesuai dengan pendapat Sugiyono

yang menyatakan bahwa kesamaan varians penting agar hasil analisis lebih akurat dan tidak bias.

h. Hasil Uji *Paired Sample T Test* (Uji T Berpasangan)

Uji Paired Sample T Test (Uji T Berpasangan) dilakukan untuk membandingkan nilai rata-rata dari dua kondisi dengan melihat selisih di antara keduanya. Apabila terdapat perbedaan yang signifikan, maka dapat disimpulkan bahwa perlakuan yang diberikan memberikan pengaruh terhadap variabel yang diteliti. Sebaliknya, jika tidak terdapat perbedaan yang signifikan, maka perlakuan dianggap tidak memberikan pengaruh yang berarti. Oleh karena itu, uji ini menjadi alat penting dalam menentukan keberhasilan suatu intervensi atau perlakuan dalam penelitian.

Tabel 5 Hasil Uji *Paired Sample T Test* (Uji T Berpasangan)

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair Pretes 1 kontrol	57.00	28	4.234	.800

Post-test kontrol	60.21	28	3.804	.719
Pair Pretes 2 eksperimen	59.25	28	4.632	.875
Post-test eksperimen	71.50	28	3.902	.737

Berdasarkan hasil uji *Paired Sample T-Test* menggunakan SPSS, terjadi peningkatan rata-rata nilai pada kedua kelompok. Kelas kontrol meningkat dari 57,00 menjadi 60,21, sedangkan kelas eksperimen meningkat dari 59,25 menjadi 71,50, dengan peningkatan yang lebih besar pada kelas eksperimen.

Hal ini menunjukkan bahwa perlakuan pada kelas eksperimen lebih efektif dalam meningkatkan hasil dibandingkan kelas kontrol, sesuai dengan pendapat Sugiyono bahwa uji t berpasangan digunakan untuk melihat perubahan sebelum dan sesudah perlakuan dalam satu kelompok.

Pembahasan

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa permainan tradisional galah panjang memberikan pengaruh yang nyata terhadap peningkatan kemampuan koordinasi siswa. Hal ini dapat

dibuktikan melalui adanya kenaikan nilai rata-rata antara hasil pretest dan post-test yang diperoleh siswa setelah diberikan perlakuan. Peningkatan tersebut mengindikasikan bahwa terdapat perubahan kemampuan yang lebih baik dibandingkan sebelum siswa mengikuti kegiatan permainan galah panjang. Dengan kata lain, aktivitas permainan ini mampu memberikan kontribusi positif dalam pengembangan kemampuan motorik siswa, khususnya dalam aspek koordinasi.

Koordinasi sendiri merupakan kemampuan dasar dalam aktivitas fisik yang sangat penting untuk dimiliki oleh setiap individu, terutama bagi siswa sekolah dasar yang sedang berada pada tahap perkembangan motorik. Kemampuan ini mencakup keselarasan antara sistem saraf pusat dengan sistem otot dalam menghasilkan gerakan yang efektif dan efisien. Ketika siswa melakukan suatu gerakan, seperti berlari atau melompat, otak akan mengirimkan sinyal kepada otot untuk bekerja sesuai dengan perintah yang diberikan. Dalam proses ini, koordinasi berperan sebagai penghubung yang memastikan bahwa

setiap gerakan dapat dilakukan dengan tepat, seimbang, dan terarah.

Melalui permainan galah panjang, siswa secara tidak langsung dilatih untuk meningkatkan kemampuan koordinasi tersebut. Hal ini dikarenakan permainan ini menuntut respons yang cepat terhadap berbagai rangsangan yang muncul selama permainan berlangsung. Misalnya, ketika siswa harus menghindari lawan yang mencoba menghadang, mereka perlu mengambil keputusan secara cepat dan menggerakkan tubuh dengan tepat agar dapat melewati rintangan tersebut. Situasi seperti ini melatih kepekaan siswa terhadap rangsangan visual maupun gerak, sehingga kemampuan koordinasi antara mata, tangan, dan kaki menjadi semakin terasah.

Keterlibatan siswa dalam permainan galah panjang memberikan pengalaman gerak yang nyata dan langsung. Aktivitas yang dilakukan tidak bersifat statis, melainkan penuh dengan perubahan situasi yang menuntut respons tubuh secara cepat dan tepat. Kondisi ini sangat mendukung perkembangan kemampuan fisik siswa, karena tubuh secara alami akan beradaptasi

terhadap berbagai rangsangan gerak yang diberikan selama permainan berlangsung. Semakin sering siswa terlibat dalam aktivitas seperti ini, maka semakin baik pula kemampuan motorik kasar yang mereka miliki.

Selain itu, gerakan-gerakan yang dilakukan secara berulang dalam permainan galah panjang juga memiliki peran penting dalam meningkatkan keterampilan koordinasi siswa. Pengulangan gerakan akan membantu tubuh dalam mengingat pola-pola gerak tertentu, sehingga siswa menjadi lebih terampil dan efisien dalam melakukan aktivitas fisik. Dalam konteks ini, koordinasi tidak hanya melibatkan satu bagian tubuh saja, tetapi merupakan hasil kerja sama antara berbagai anggota tubuh, seperti tangan, kaki, dan penglihatan. Ketika siswa mampu mengintegrasikan semua bagian tersebut dengan baik, maka gerakan yang dihasilkan akan menjadi lebih terarah dan seimbang.

Tidak hanya berfokus pada aspek fisik, permainan galah panjang juga memberikan kontribusi terhadap perkembangan kemampuan kognitif siswa. Dalam permainan ini, siswa dihadapkan pada berbagai situasi yang menuntut mereka untuk berpikir

cepat dan mengambil keputusan secara tepat. Misalnya, ketika siswa harus mencari celah untuk melewati penjaga, mereka perlu menganalisis posisi lawan, memperkirakan gerakan yang akan dilakukan, serta menentukan strategi yang paling efektif untuk menghindari. Proses berpikir seperti ini melibatkan kemampuan analisis, konsentrasi, dan pengambilan keputusan yang merupakan bagian dari fungsi kognitif.

Permainan tradisional seperti galah panjang merupakan salah satu bentuk warisan budaya yang tidak hanya memiliki nilai hiburan, tetapi juga mengandung nilai edukatif yang tinggi. Dalam konteks pendidikan, permainan ini dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran yang mampu memberikan pengalaman belajar secara langsung kepada siswa. Melalui aktivitas bermain, siswa tidak hanya memperoleh kesenangan, tetapi juga mengembangkan berbagai aspek kemampuan, baik fisik, sosial, maupun mental. Oleh karena itu, keberadaan permainan tradisional seperti galah panjang memiliki peran penting dalam mendukung proses pembelajaran yang lebih holistik.

Dalam konteks pendidikan, penggunaan permainan tradisional

sebagai media pembelajaran dapat menjadi alternatif yang efektif dan inovatif. Pembelajaran yang dilakukan melalui permainan cenderung lebih menarik dan tidak membosankan bagi siswa. Hal ini disebabkan karena siswa terlibat secara langsung dalam aktivitas pembelajaran, sehingga mereka dapat merasakan pengalaman belajar yang lebih nyata dan bermakna. Dibandingkan dengan metode pembelajaran konvensional yang cenderung pasif, pendekatan melalui permainan memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi secara aktif.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional galah panjang memiliki nilai edukatif yang sangat tinggi dan relevan untuk diterapkan dalam dunia pendidikan. Permainan ini tidak hanya mampu meningkatkan kemampuan fisik siswa, tetapi juga mengajarkan nilai-nilai penting seperti kerja sama, sportivitas, dan strategi. Selain itu, penggunaan permainan sebagai media pembelajaran juga dapat meningkatkan keaktifan dan motivasi belajar siswa, sehingga mendukung terciptanya proses pembelajaran yang lebih efektif dan menyenangkan. Oleh karena itu, integrasi permainan

tradisional dalam kegiatan pembelajaran perlu terus dikembangkan sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas pendidikan.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan budaya Melayu Galah Panjang memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan koordinasi siswa kelas V SD Al Washliyah 83 Gunting Saga. Hal ini terlihat dari adanya peningkatan hasil kemampuan koordinasi siswa setelah diberikan perlakuan melalui permainan Galah Panjang dibandingkan sebelum perlakuan diberikan.

Permainan budaya Melayu Galah Panjang mampu melatih siswa dalam mengoordinasikan gerakan mata, tangan, dan kaki secara lebih baik melalui aktivitas berlari, menghindar, menjaga keseimbangan, serta merespons gerakan lawan dengan cepat. Selain meningkatkan kemampuan koordinasi, permainan ini juga mampu meningkatkan partisipasi aktif, kerja sama, sportivitas, dan semangat siswa dalam mengikuti

pembelajaran PJOK. Dengan demikian, permainan budaya Melayu Galah Panjang dapat dijadikan sebagai alternatif media pembelajaran PJOK yang efektif, menyenangkan, serta mendukung pelestarian budaya lokal dalam proses pembelajaran di sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Auweele, & Vanden, Y. (1999). *Psychology for Physical Education*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Abdullah, K., Jannah, M., Aiman, U., Hasda, S., Fadilla, Z., Taqwin, . . . Sari, M. E. (2021). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Bangun, S. Y. (2020). Pengembangan Pengetahuan Anak Difabel Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Outbound. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 1(1), 70–77. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/pjkr.v1i1.4777>
- Bompa. (2019). *Theory and Methodology of Training: Coordination and Motor Skills*. Human Kinetics
- Buahana, B. N., & Suparno. (2022). Pengaruh Permainan Tradisional Benteng Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Prasekolah. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 2(3). <https://doi.org/10.47709/educendikia.v2i3.1912>
- Depdiknas. (2003). *Kurikulum 2004: Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani* (D. P. Nasional (ed.)).
- Djaali. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- Gallahue, & David. (1989). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents*. In *Indianapolis, Indiana: Benchmark Press, Inc* (2nd editio).
- Handoko, D., & Gumantan, A. (2021). Penerapan Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Olahraga di SMAN 1 Baradatu. *JOurnal of Physical Education*, 2(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.33365/joupe.v2i1.951>
- Harsono. (2020). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Olahraga*. Remaja Rosdakarya.
- Hidayat, A. (2021). Permainan Tradisional dan Nilai Edukatifnya bagi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 7(2), 114–123.
- Indonesia. (2003). *Undang-Undang (UU) Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*.
- Jannah, W. (2022). *Pengaruh Permainan Tradisional Tarik Upih Terhadap Kemampuan Kerjasama Pada Siswa Kelompok B3 Umar Bin Khattab di TK Islam Setia Aqidah Kubang Jaya Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar*. Universitas Islam Riau.

- Kusmiati, A. M., & Sumarno, G. (2018). Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Kemampuan Perseptual Motorik Anak di SDN Margawatu II Garut Kota. *Journal of Teaching Physical Educatuon in Elementary School*, 1(2), 17–23. <https://doi.org/https://doi.org/10.17509/tegar.v1i2.11934>
- Lubis, R. (2020). Pengaruh Permainan Galah Panjang terhadap Kelincahan dan Koordinasi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga Indonesia*, 8(2), 135–142.
- Lumbantobing, D. W. J., Syahara, N., Sigalingging, N. W., Purba, R. N., & Siregar, F. S. (2024). Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Perkembangan Motorik Pada Siswa. *Jurnal Cakrawala Pendidikan dan Biologi*, 1(4), 01–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.61132/jucapenbi.v1i4.37>
- Machali, I. (2021). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan dan Analisis dalam Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta : Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga .
- Makorohim, M. F., Yani, A., Malau, P. H., & Priadi, A. T. (2024). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kelincahan Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 6(1), 1–8.
- Maryati, L., Kristiyandaru, A., & Arief, N. A. (2023). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 11(1), 76–86. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.32682/bravos.v11i1/2945>
- Pengaruh
- Muin, A. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Malang: CV. Literasi Nusantara Abadi.
- Mulyanto, A., Kumaat, N. A., & Kristiyandaru, A. (2023). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Siswa Kelas Bawah Di SDN Mrahu Kab. Magetan. *Bravo's: Jurnal Pendidika Jasmani dan Kesehatan*, 11(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.32682/bravos.v11i1.2913>
- Nurhasan. (2019). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Remaja Rosdakarya.
- Nurhasanah, A., Sabila, A., & Cahyaningrum, T. (2024). Upaya Meningkatkan Motorik Halus Anak Dalam Melatih Koordinasi Mata. *Journal of Islamic Early Childhood Education (JOIECE): PIAUD-Ku*, 3(2), 82–91.
- Puling, D., Syahrudin, & Irfan. (2021). Pengaruh Permaian Tradisional Dodalado Terhadap Koordinasi Mata Kaki, Daya Tahan Kardiov Askuler dan Keseimbangan Pada Murid SD DMIT Abang Iwang Kabupaten Alor. In *Universitas Negeri Makasar*. Universitas Negeri Makasar.

- Putri, N., & Suryadi, A. (2019). Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Kemampuan Motorik Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 22–30.
- Rahmadeni, Y., & Septian, D. (2023). Revitalisasi Nilai Budaya Melalui Permainan Galah Panjang di Masyarakat Kepulauan Riau. *Stainkepri*, 2(1).
- Rahman, A. (2022). Pengertian Pendidikan, Ilmu Pendidikan dan Unsur-Unsur Pendidikan. *Jurnal Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1).
- Rahmawati, & Asri. (2019). *Permainan Tradisional Nusantara untuk Anak Sekolah Dasar*. Alfabeta.
- Rodhiyah, N. (2024). *Pengaruh Permainan Tradisional Galah Asin Terhadap Keterampilan Kerja Sama Pada Anak Usia 5-6 Tahun di RA Al-Qur'an Dina Padang Matinggi Kota Padangsidimpuan*. Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan.
- Rusli, M. (2020). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Sekolah Dasar*. Rajawali Press.
- Soesana, A., Subakti, H., Karwanto, Fitri, A., Kuswandi, S., Sastri, L., . . . Lestari, H. (2023). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yayasan Kita Menulis.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D* (11 ed.). Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2005). Model Pembelajaran Kemampuan Koordinasi Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 3(1).
- Sulaiman. (2018). Peran Permainan Tradisional dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan*, 6(2), 45–52.
- Sulaiman, A. (2020). Permainan Tradisional sebagai Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar. *JurnOlahraga dan Pendidikan*, 5(2), 89–96.
- Surbakti, J. E., Usman, K., Afriadi, P., & Nasution, Y. (2025). EFEKTIVITAS PERMAINAN PATOK LELE TERHADAP KOORDINASI GERAK PADA SISWA KELAS 5 SDN 101823 BEKALA PANCUR BATU T . A 2024 / 2025. 5(3), 3200–3206.
- Susilo, J., Haetami, M., & Bafadal, M. F. (2023). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kecerdasan Kinestetik Peserta Didik SDN 05 Ketungau Hilur. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 3(2).
- Syafitri, E., Siregar, F. S., Usman, K., & Nasution, Y. (2025). TERHADAP KEMAMPUAN KESEIMBANGAN MOTORIK SISWA KELAS V SDN 068474 MEDAN. 5(4), 4751–4758.
- Triansyah, Atmaja, Abdurrochim, & Fachrurrozi. (2020). Peningkatan Karakter Kepedulian dan Kerjasama Dalam Pembelajaran Mata Kuliah Atletik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 145–155. <https://doi.org/https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji>
- Wawan, Siantor, G., & Khamidi, A.

- (2024). Kemampuan Keseimbangan dan Koordinasi Pada Siswa Kelas 3 dan 4 Sekolah Dasar. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(2), 133–145. <https://doi.org/https://doi.org/10.37311/jhsj.v6i2.26840>
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102.