

SARI

Arief Setiadi, (2011) Perbandingan Pengaruh Permainan Tradisional Gobak Sodor dan Bentengan Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Putra Anggota Ekstrakurikuler Bola Voli Kelas IV SD Negeri Sekaran 1 Kecamatan Gunungpati Kabupaten Semarang tahun ajaran 2010/2011.

Permasalahan yang menjadi pusat perhatian dalam permasalahan ini yaitu : 1) Bagaimana perbandingan permainan tradisional Gobak Sodor dan Bentengan terhadap tingkat kesegaran jasmani?, 2) Manakah yang lebih baik antara hasil permainan tradisional Gobak Sodor dan Bentengan terhadap tingkat kesegaran jasmani?. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui perbandingan pengaruh permainan tradisional Gobak sodor dan Bentengan terhadap tingkat kesegaran jasmani Pada Siswa Putra Anggota Ekstrakurikuler Bola Voli Kelas IV SD Negeri Sekaran 1 Kecamatan Gunungpati Kabupaten Semarang tahun ajaran 2010/2011.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra anggota ekstrakurikuler bola voli kelas IVSD Negeri Sekaran 1 Kecamatan Gunungpati Kabupaten Semarang tahun ajaran 2010/2011 yang berjumlah 26 anak. Tehnik pengambilan sampel menggunakan total sampling yaitu semua siswa putra anggota ekstrakurikuler bola voli kelas IVSD Negeri Sekaran 1 Kecamatan Gunungpati Kabupaten Semarang tahun ajaran 2010/2011 yang berjumlah 26 siswa sebagai sampel penelitian. Variabel yang dikaji dalam penelitian ini ada dua yaitu permainan tradisional Gobak Sodor dan Bentengan sebagai variabel bebas dan tingkat kesegaran jasmani sebagai variabel terikat. Metode pengumpulan data dengan menggunakan eksperimen. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji beda (t-test).

Hasil uji t data *posttest* diperoleh $t_{hitung} = 2,28 > t_{tabel} = 2,17$, berarti ada perbedaan permainan tradisional Gobak Sodor dan Bentengan terhadap tingkat kesegaran jasmani Pada Siswa Putra Anggota Ekstrakurikuler Bola Voli Kelas IV SD Negeri Sekaran 1 Kecamatan Gunungpati Kabupaten Semarang tahun ajaran 2010/2011. Dengan demikian hasil permainan tradisional Gobak Sodor Dan Bentengan ada perbedaan berdasarkan *Mean* masing-masing kelompok, *Mean* kelompok eksperimen 2 lebih besar dari pada kelompok eksperimen 1 yaitu : $MX_2 = 15,23 > MX_1 = 14,23$ ini menunjukkan bahwa permainan tradisional Bentengan lebih baik dibandingkan permainan tradisional Gobak Sodor dalam meningkatkan kesegaran jasmani.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan hasil permainan tradisional Gobak Sodor dan Bentengan terhadap tingkat kesegaran jasmani Pada Siswa Putra Anggota Ekstrakurikuler Bola Voli Kelas IV SD Negeri Sekaran 1 Kecamatan Gunungpati Kabupaten Semarang tahun ajaran 2010/2011. Untuk itu disarankan bagi para guru penjasorkes untuk memakai permainan tradisional Gobak Sodor dan Bentengan sebagai alternatif pilihan dalam meningkatkan kesegaran jasmani. Hasil penelitian ini bisa sebagai hasil bahan pembanding.