

ABSTRAK

MONA YUNIAR TAMBUNAN. Pengaruh Permainan Tradisional Gobak Sodor Terhadap Kelincahan Siswa Kelas III SD Negeri 112281 Aek Kanopan. Skripsi. Medan: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan 2025.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional Gobak Sodor terhadap tingkat kelincahan siswa kelas III di SD Negeri 112281 Aek Kanopan. Seiring dengan perkembangan teknologi, permainan tradisional semakin ditinggalkan, dan minat siswa terhadap permainan digital semakin meningkat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain *One Group Pretest-Posttest*. Sampel penelitian terdiri dari 15 siswa kelas III SD Negeri 112281 Aek Kanopan, yang dipilih melalui teknik total sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes lari bolak-balik (*shuttle run*) untuk mengukur tingkat kelincahan siswa sebelum dan sesudah perlakuan. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, dan uji *paired sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam tingkat kelincahan siswa setelah diberikan perlakuan melalui permainan Gobak Sodor. Rata-rata waktu tempuh siswa dalam tes kelincahan mengalami penurunan, yang mengindikasikan peningkatan kemampuan kelincahan mereka. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis alternatif diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional Gobak Sodor berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kelincahan siswa kelas III SD Negeri 112281 Aek Kanopan. Oleh karena itu, permainan ini dapat dijadikan alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan kebugaran siswa secara menyenangkan.

Kata Kunci : Gobak Sodor, Kelincahan, Permainan Tradisional, Pendidikan Jasmani, Siswa SD.

ABSTRACT

MONA YUNIAR TAMBUNAN. The Effect of Traditional Gobak Sodor Game on the Agility of Grade III Students of SD Negeri 112281 Aek Kanopan. Skripsi. Medan: Faculty of Education, State University of Medan 2025.

This study aims to determine the effect of the traditional game Gobak Sodor on the level of agility of third-grade students at SD Negeri 112281 Aek Kanopan. Along with the development of technology, traditional games are increasingly abandoned, and students' interest in digital games is increasing. The method used in this study is an experimental method with a One Group Pretest-Posttest design. The research sample consisted of 15 third-grade students of SD Negeri 112281 Aek Kanopan, who were selected through a total sampling technique. The instrument used in this study was a shuttle run test to measure students' agility levels before and after treatment. The data obtained were analyzed using normality tests, homogeneity tests, and paired sample t-tests. The results showed a significant increase in students' agility levels after being given treatment through the Gobak Sodor game. The average travel time of students in the agility test decreased, indicating an increase in their agility abilities. The results of the statistical test showed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), so the alternative hypothesis was accepted. Thus, it can be concluded that the traditional game Gobak Sodor has a significant effect on increasing the agility of grade III students of SD Negeri 112281 Aek Kanopan. Therefore, this game can be used as an alternative in physical education learning to improve students' fitness in a fun way.

Keywords : Gobak Sodor, Agility, Traditional Games, Physical Education, Elementary School Students