

ABSTRAK

PENGARUH PERMAINAN GOBAG SODOR DENGAN BEBENTENGAN TERHADAP PENINGKATAN KELINCAHAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya peningkatan kelincahan melalui permainan gobag sodor dengan bebentengan pada siswa kelas V SD Negeri 3 Ciamis. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui apakah ada perbedaan secara signifikan antara permainan gobag sodor dengan bebentengan terhadap peningkatan kelincahan. Penelitian ini menggunakan metode pre experimental design yang hanya meliputi satu kelompok atau kelas yang diberikan pra dan pasca uji. Desain penelitian ini menggunakan metode pretest dan posttest control group design. Lokasi yang digunakan pada penelitian ini yaitu di halaman salah satu murid SD Negeri 3 Ciamis dikarenakan pembelajaran masih daring. Penulis menggunakan 10 siswa putra untuk kelompok gobag sodor dan 10 orang siswa putri untuk kelompok bebentengan. Instrumen tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah lari *shuttle run* 4 x 10 meter. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh yang signifikan permainan gobag sodor terhadap peningkatan kelincahan dengan nilai t_{hitung} sebesar $4.731 > 2.163$ t_{tabel} dan besar nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Pengaruh yang signifikan permainan bebentengan terhadap peningkatan kelincahan dengan nilai t_{hitung} sebesar $5.324 > 3.621$ t_{tabel} dan besar nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Ada perbedaan yang signifikan antara permainan gobag sodor dengan bebentengan terhadap peningkatan kelincahan dengan nilai rata-rata hasil test untuk kelompok gobag sodor adalah 23.188 dan kelompok bebentengan adalah 24.853.