

ABSTRAK

PERMAINAN TRADISIONAL MENJALA IKAN DALAM PEMBELAJARAN PENJASORKES UNTUK MENINGKATKAN KEBUGARAN JASMANI

Yusak T.Laubura^{1*}, M.Rambu P.Wasak², Jimmy Ch. Atty³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia

email. yusaktinoldeslaubura@gmail.com

Latar belakang: Bermain dan permainan sangat penting bagi manusia di segala usia. Bagi anak, karena merupakan syarat mutlak untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangannya, baik itu psikomotor, afektif, maupun kognitif

Tujuan penelitian: Untuk mengetahui Permainan Tradisional Menjala Ikan Dalam Pembelajaran Penjasorkes Dapat Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas V SD Inpres Oebufu.

Metode penelitian: Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas atau *Classroom Action Research* dibagi menjadi 4 tahapan yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*action*), observasi (*observing*), serta refleksi (*reflecting*) yang dilakukan secara berurutan dan diidentifikasi menjadi sebuah siklus

Hasil dan pembahasan: Pelaksanaan pada Siklus I diperoleh nilai rata-rata keseluruhan dari 14 orang siswa yaitu 75,05% dengan rincian 8 orang siswa yang belum memenuhi kriteria ketuntasan belajar dengan nilai rata-rata 71,77% dan jumlah yang tuntas yaitu 6 orang siswa dengan nilai rata-rata 79,41%. Pelaksanaan siklus II diperoleh rata-rata keseluruhan siswa adalah 90,01% dari Kriteria ketuntasan hasil belajar 75%.

Simpulan: Sesuai dengan hasil tersebut maka dapat disimpulkan siswa dapat memahami akan peraturan dan permainan tradisional menjala ikan dalam pembelajaran penjasorkes

Katakunci: *Permainan tradisional menjala ikan; Pembelajaran penjasorkes*

ABSTRACT

TRADITIONAL GAME FISH FISHING IN LEARNING ON PHYSICAL EDUCATION AND HEALTH TO INCREASE PHYSICAL FITNESS

Yusak T.Laubura^{1*}, M.Rambu P.Wasak², Jimmy Ch. Atty³

¹²³Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia

email. yusaktinoldeslaubura@gmail.com

Background: Play and games are very important for humans at all ages. For children, because it is an absolute requirement to stimulate growth and development, be it psychomotor, affective, or cognitive.

Research objective: To find out the Traditional Game of Catching Fish in Physical Education Learning Can Improve Physical Fitness of Fifth Grade Students of SD Inpres Oebufu.

Research method: The approach in this study uses classroom action research or Classroom Action Research which is divided into four stages, namely planning, action, observation, and reflection which are carried out sequentially and identified into a cycle.

Result and discussion: Implementation in Cycle I obtained the overall average value of 14 students, namely 75.05% with details of 8 students who did not meet the criteria for learning completeness with an average value of 71.77% and the number of students who completed was 6 students with an average score. 79.41%. The implementation of the second cycle obtained the overall average of students is 90.01% of the criteria for completeness learning outcomes of 75%.

Conclusion: In accordance with these results, it can be concluded that students can understand the rules and traditional games of fishing for fish in physical education learning

Keyword: *Traditional game of fishing; Physical education lessons*