

ABSTRAK

DAMPAK PERMAINAN TRADISIONAL BENTENG TERHADAP KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR KELAS V SD INPRES MANMAS

Ani Soeherman Asadama^{1*}, M. Rambu P. Wasak, W. Pnatmo Masi

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

email. soehermanasadama@gmail.com

Latar belakang: Permainan tradisional yang masih terus dimainkan dan tingkat kebugaran jasmani siswa SD Inpres Manmas yang masi dalam kategori rendah.

Tujuan penelitian: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak permainan tradisional benteng terhadap kebugaran jasmani siswa sekolah dasar kelas V SD Inpres Manmas.

Metode penelitian: Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi.

Hasil dan pembahasan: Berdasarkan hasil wawancara dan pembahasan permainan tradisional benteng siswa memiliki kepercayaan diri dan memiliki kemampuan dalam berbagai indikator kebugaran, atrinya permainan tradisional benteng memiliki dampak yang signifikan terhadap kebugaran jasmani siswa.

Simpulan: Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik simpulan sebagai berikut: Permainan tradisional benteng memiliki dampak yang signifikan terhadap kebugaran jasmani siswa.

Katakunci: *Permainan Tradisional Benteng; Dampak; kebugaran jasmani*

ABSTRACT

TRADITIONAL GAME OF FORTIFICATIONS AGAINST PHYSICAL FITNESS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS GRADE V SD INPRES MANMAS

Ani Soeherman Asadama, M. Rambu P. Wasak, Pnatmo W. Masi

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

email. soehermanasadama@gmail.com

Background: *Traditional games that are still being played and the physical fitness level of SD Inpres Manmas students who are still in the low category.*

Research objective: *: The purpose of this study was to determine the impact of traditional fort games on the physical fitness of grade V elementary school students of SD Inpres Manmas.*

Research method: *The research method used in this study is qualitative research on chest collection using observation, interviews and documentation.*

Results and discussion: *Based on the results of interviews and discussions of traditional fort games, students have confidence and have abilities in various fitness indicators, the attributes of traditional fort games have a significant impact on students' physical fitness.*

Conclusion: *Based on the results of the study, the following conclusions can be drawn: Traditional fort games have a significant impact on students' physical fitness.*

Keyword: *Traditional Game of Fortress; Impact; physical fitness*

