

RINGKASAN

DENY MARYADI. Pengaruh Permainan Tradisional Hadang dan Bentengan Terhadap Kelincahan Pada Siswa Kelas X SMK Al-Washliyah, Pulogadung, Jakarta Timur. Skripsi: Ilmu Keolahragaan Konsentrasi Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Juli 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional hadang dan bentengan terhadap kelincahan dan mengetahui permainan tradisional manakah antara hadang dan bentengan yang lebih berpengaruh terhadap kelincahan pada siswa SMK Al-Washliyah Pulogadung Jakarta Timur kelas X. Penelitian ini dilakukan pada semester genap tahun ajaran 2015/2016 tanggal 14 April – 1 Juni 2016 di Lapangan SMK Al-Washliyah Pulogadung Jakarta Timur. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain *Two Groups Pretest-Posttest Design*, yaitu sampel dibagi menjadi dua kelompok, lalu diambil data pertama kemudian diberi perlakuan setelah itu diambil data kedua. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *simple random sampling* yang berjumlah 50 orang dari populasi seluruh siswa SMK Al-Washliyah Pulogadung Jakarta Timur.

Instrumen penelitian terdiri dari tes awal sebelum diberikan perlakuan dan tes akhir setelah diberi perlakuan. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji-t dengan menghitung nilai t_{hitung} dibandingkan dengan t_{tabel} pada taraf signifikan 0,05.

Pengujian hipotesis pertama menggunakan uji t. Hasil perhitungan kelincahan awal dan akhir pada kelompok A setelah diberi perlakuan permainan tradisional hadang diperoleh selisih rata-rata (M_D) 1,08 dengan standar deviasi perbedaan (SD_D) 0,78 standar *error* perbedaan rata-rata (SE_{MD}) 0,16 dalam perhitungan selanjutnya diperoleh nilai t_{hitung} 6,73 dan nilai

t_{tabel} 2,06 pada taraf signifikan 0,05. Dengan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ yang menunjukkan hipotesis nilai nihil (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional hadang berpengaruh terhadap kelincahan pada siswa kelas X SMK AI-Washliyah Pulogadung Jakarta Timur.

Dari hasil pengujian hipotesis kedua, hasil perhitungan kelincahan awal dan akhir pada kelompok B setelah diberi perlakuan permainan tradisional bentengan diperoleh selisih rata-rata (M_D) 0,94 dengan standar deviasi perbedaan (SD_D) 0,62 standar *error* perbedaan rata-rata (SE_{MD}) 0,12 dalam perhitungan selanjutnya diperoleh nilai t_{hitung} 7,37 dan nilai t_{tabel} 2,06 pada taraf signifikan 0,05. Dengan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ yang menunjukkan hipotesis nilai nihil (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional bentengan berpengaruh terhadap kelincahan pada siswa kelas X SMK AI-Washliyah Pulogadung Jakarta Timur.

Dari hasil pengujian hipotesis ketiga, menunjukkan bahwa H_0 di terima dan H_1 ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa permainan bentengan lebih efektif pengaruhnya terhadap kelincahan dibandingkan dengan permainan hadang.

Kata kunci: Permainan Tradisional, Permainan Hadang, Permainan Bentengan, Kelincahan