



Pengaruh Permainan Tradisional *Tapa Gala* Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Siswa SDN Sumi 1 Di Masa Pandemi COVID-19

Ewan Irawan^{1,3}, Rabwan Satriawan², Khairul Amar³
 STKIP Taman Siswa Bima^{1,2,3}
 e-mail: ewanirawan23@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel:
 Diterima: April 2021
 Disetujui: April 2021
 Dipublikasikan: April 2021

Keywords:
 Permainan Tradisional ;Tapa Gala; Imunitas Tubuh; Covid-19

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan permainan tradisional tapa gala untuk meningkatkan imunitas tubuh siswa di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan pre-eksperimental designs dengan bentuk one-group pretest-posttest design. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas V SDN Sumi 1 sebanyak 18 siswa. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan tes praktek atau perbuatan dan pengukuran, yang diawali dengan pretest dengan instrumen menggunakan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) untuk usia anak 10-12 tahun, setelah diberikan pretest kemudian siswa diberikan perlakuan berupa pembelajaran permainan tradisional tapa gala setelah mendapatkan perlakuan siswa diberikan posttest berupa tes yang sama dengan pretest yaitu tes TKJI. Teknik analisis data menggunakan uji t. Hasil penelitian menunjukkan tingkat kesegaran jasmani siswa kelas V SDN Sumi 1 setelah mendapatkan pembelajaran dengan permainan tradisional tapa gala meningkat sebesar 10,48% dari saat pretest. Analisis uji-t menunjukkan bahwa t hitung lebih besar dari t tabel, hal ini mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pre test dan post test, sehingga hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan kesegaran jasmani siswa kelas V SDN Sumi 1 setelah diberikan pembelajaran melalui permainan tapa gala. Pada saat pre test besarnya rata-rata adalah sebesar 13,83 dan nilai rata-rata untuk data post test adalah sebesar 15,28. Hasil ini menunjukkan tingkat imunitas tubuh siswa kelas V SDN Sumi 1 setelah belajar dengan permainan tradisional tapa gala meningkat sebesar 1,45 atau sebesar 10,48% dari saat pre test. Dalam hal ini dapat dikatakan peningkatan kesegaran jasmani siswa setelah pembelajaran dilaksanakan melalui permainan tapa gala adalah sebesar 10,48%. Simpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa setelah pembelajaran dengan permainan tradisional tapa gala terdapat peningkatan imunitas tubuh siswa melalui permainan tradisional tapa gala siswa kelas V SDN Sumi 1.

Abstract

This study aims to determine the effect of the application of the traditional tapa gala game to increase students' immunity during the COVID-19 pandemic. This study used pre-experimental designs with a one-group pretest-posttest design. The sample of this research was 18 students of class V SDN Sumi 1. Data collection techniques in this study used practice tests or actions and measurements, which began with a pretest with instruments using the Indonesian Physical Fitness Test (TKJI) for children aged 10-12 years, after being given a pretest then students were given treatment in the form of learning traditional tapa gala games. After getting treatment, students are given a posttest test that is the same as the pretest, namely the TKJI test. The data analysis technique used the t test. The results showed that the physical fitness level of the fifth-grade students of SDN Sumi 1 after learning with the traditional tapa gala game increased by 10.48% from the time of the pretest. The t-test analysis shows that t count is greater than t table, this indicates that there is a significant difference between the pre test and post test, so this shows that there is a significant increase in the physical fitness of class V SDN Sumi 1 students after being given learning through tapa gala game. At the time of the pre-test the average value was 13.83 and the average value for the post-test data was 15.28. These results indicate the level of immunity of grade V SDN Sumi 1 students after learning with the traditional tapa gala game increased by 1.45 or 10.48% from the time of the pre-test. In this case, it can be said that the increase in the physical fitness of students after learning is carried out through the tapa gala game is 10.48%. The conclusions in this study indicate that after learning with the traditional tapa gala game

PENDAHULUAN

Pandemi yang terjadi saat ini memberikan dampak yang cukup signifikan dalam aspek kehidupan manusia. Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah dalam menjembatani serangan corona ini, sejalan dengan ungkapan (Wahidah, Athallah, Hartono, Rafqie, & Septiadi, 2020), peran pemerintah tak henti-hentinya mengingatkan dan meminta peran serta masyarakat untuk pencapaian hasil kebijakan pemerintah yang maksimal. Pemerintah bukan hanya sebatas merumuskan kebijakan dalam membentengi penyebaran pandemic tersebut, melainkan membangun mentalitas masyarakat melalui pemberdayaan dll. (Ridlo, 2020), Model pemberdayaan partisipatif dan *bottom-up* menjadi pilihan yang rasional, untuk mengatasi masalah sumber daya dan stigma sebagai penghalang keberhasilan program kesehatan mental di Indonesia.

Terlepas dari upaya membentengi penyebaran corona melalui berbagai bentuk kebijakan dan pemberdayaan mentalitas masyarakat. Namun disisi yang lain, komponen terpenting yang coba peneliti tawarkan adalah memanfaatkan *heritage culture tapa gala* sebagai wahana untuk meningkatkan imunitas pada masyarakat. Sejalan dengan ungkapan (Rachmawati, Muhyi, & Wiyarno, 2020), pengembangan nilai peduli memberikan efek perubahan pada nilai peduli anak sekolah.

Pendidikan jasmani adalah suatu tindakan ideal sebagai upaya pemberian arah pada pendidikan secara total, menurut (Sartinah, 2008), Pendidikan Jasmani bertujuan untuk mengembangkan tidak saja aspek kebugaran jasmani dan keterampilan gerak, tetapi juga keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Namun berdasarkan hasil analisis survey (Septaliza & Victorian, 2017), kriteria baik yaitu sebesar 74,03 %, unsur-unsur penjasorkes yang tergolong sangat baik sebesar 83,59 % dan minat dalam olahraga permainan tradisional yang tergolong baik sebesar 83,26 %. Artinya, pendidikan jasmani merupakan faktot terpenting dalam meningkatkan imunitas pada diri siswa.

Permainan tradisional *tapa gala* Merupakan game yang disukai oleh sebagian besar anak di Indonesia termasuk di desa sumi Kabupaten Bima. Permainan *tapa gala* dapat melatih

Vol. 03 No. 02 / Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPEs) 2021

kelentukan anak-anak dan juga dapat melatih diri anak-anak baik dari aspek sosial, emosional, maupun spiritual. Menurut (Azahari, 2018), Sebagai kekayaan budaya yang berupa olahraga tradisional yang sarat dengan berbagai ajaran dan nilai-nilai luhur jadi pemerintah berupaya melestarikan dengan memasukkan pada pelajaran olahraga dan festival kebudayaan. Selain itu, permainan tradisional juga dapat mengasah keterampilan motoric kasar dan halus siswa. Menurut (Susanto, 2017), Karakter yang diintegrasikan dalam permainan tersebut adalah karakter jujur dan disiplin. Sedangkan (Hayudi, 2019), olahraga permainan kecil/tradisional yang berasal dari budaya lokal sehingga kegiatan ini juga ikut melestarikan budaya lokal dan ikut memperkenalkan sekaligus mencintai budaya lokal. Lebih lanjut ditekanka oleh (Aypay, 2016), Play can provide a context wherein children achieve deep learning through the integration of intellectual, physical, moral, and spiritual values and commit themselves to learning, developing, and growing.

Berdasarkan penelitian (Rizky Wirasatya, Danu Hoedaya, 12011), terdapat pengaruh permainan tradisional terhadap hasil belajar lompat jauh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler atletik Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Kota Sukabumi. Artinya, permainan tradisional dapat meningkatkan imunitas pada diri siswa pada masa pandemic.

Permainan tradisional dapat memberikan efek positif dalam perbaikan motorik, salah satunya meningkatkan imunitas tubuh siswa yang berupa gerak lokomotor (berlari, berjalan, meloncat, melompat), nonlokomotor (mendarat, berbelok, berputar), manipulatif (memukul, menghentikan, menepuk) dengan sangat efektif. Sedangkan menurut (Maghfiroh, 2020), permainan tradisional memiliki peran dalam pembentukan karakter anak, salah satu Karakter yang dapat terbentuk antara lain jujur, disiplin, kerja keras, kreatif, mandiri, komunikatif, tanggung jawab dan lain sebagainya. Permainan ini juga memiliki Tujuan yang akan dicapai melalui penyediaan pengalaman langsung dan nyata berupa aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani itu dapat berupa permainan atau olahraga yang terpilih.

Menurut (Nur & Widiyatmoko, 2019), dalam penelitiannya yang berjudul “Implementasi permainan tradisional dalam pembelajaran penjas efektif untuk meningkatkan keaktifan gerak siswa”. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai alternatif materi dalam pembelajaran penjas. Selanjutnya menurut (Dina Merdeka Citraningrum, 2020), dalam penelitiannya yang berjudul “Pemanfaatan permainan tradisional pada masa pandemi”. Dari hasil penelitiannya menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat mengasah keterampilan motorik anak-anak baik dari segi motorik kasar maupun motorik halus.

SDN Sumi 1 merupakan salah satu sekolah dasar yang ada di desa Sumi Kecamatan Lambu Kabupaten Bima. Sekolah ini merupakan salah satu sekolah yang terkena dampak dari

Vol. 03 No. 02 / Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPEs) 2021

kebijakan pemerintah untuk menerapkan pembelajaran daring. Dari hasil pengamatan serta wawancara dengan guru yang ada di SDN Sumi 1 menunjukkan bahwa ada kendala dalam proses pembelajaran daring, sehingga membuat anak di rumah menjadi bosan, kurangnya aktifitas jasmani sehingga berdampak pada menurunnya daya tahan serta imunitas tubuh siswa apalagi dimasa pandemi covid 19 yang semua aktifitas serba di batasi. Anak yang kurang beraktifitas olahraga cenderung memiliki anti bodi yang kurang baik sehingga anak mudah diserang penyakit serta mudah mengalami sakit. Selain dari pada itu dimasa pandemic covid 19 yang masih menyerang dunia saat ini kita dituntut untuk selalu sehat dan bugar agar dapat meminimalisir kemungkinan-kemungkinan terjadi diserang virus corona. Oleh karena itu siswa dituntut untuk selalu menjaga imunitas tubuh salah satunya dengan aktifitas olahraga tradisional *tapa gala*.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, mendorong peneliti untuk melakukan penelitian pengaruh permainan *tapa gala* untuk meningkatkan imunitas tubuh siswa SDN Sumi 1 di masa pandemi Covid 19” Penelitian ini merupakan bagian alternative dalam meningkatkan imunitas tubuh siswa SDN Sumi 1 yang di jadikan obyek penelitian di masa pandemi covid 19.

METODE

Penelitian ini termasuk *pra-experiment*, dengan sampel tidak terpisah, karena tidak dapat mengontrol semua variabel yang mempengaruhi hasil eksperimen (Suharsimi Arikunto, 2006) . Metode eksperimen dengan sampel tidak terpisah maksudnya peneliti hanya memiliki satu kelompok (sampel) saja, yang diukur dua kali, pengukuran pertama dilakukan sebelum subjek diberi perlakuan (*pretest*), kemudian perlakuan (*treatment*), yang akhirnya ditutup dengan pengukuran kedua (*posttest*). Penelitian ini menggunakan *pre-eksperimental designs* dengan bentuk *one-group pretest-posttest design*.

Tempat untuk melakukan penelitian atau pengambilan data dalam penelitian ini dilaksanakan di SDN Sumi 1 dengan sampel siswa, kelas V SDN Sumi 1 sejumlah 18 siswa. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan tes praktek atau perbuatan dan pengukuran, yang diawali dengan *pretest* dengan menggunakan tes kebugaran jasmani Indonesia (TKJI) setelah diberikan *pretest*, kemudian siswa diberikan perlakuan berupa pembelajaran permainan *tapa gala*. Setelah diberikan perlakuan siswa diberikan *posttest* dengan tes yang sama. Instrument yang digunakan yaitu tes kebugaran jasmani indonesia (TKJI) untuk anak usia 10-12 tahun yang terdiri atas : 1) Lari 40 meter untuk mengukur kecepatan, dengan satuan ukuran detik, 2) Gantung siku tekuk untuk mengukur kekuatan ketahanan otot lengan dan bahu, dengan satuan ukuran detik, 3) Baring duduk 30

detik untuk mengukur kekuatan dan ketahanan otot perut, dengan satuan ukuran kali, 4) Loncat tegak untuk memngukur gaya ledak dan tenaga eksplosif,dengan satuan ukuran cm.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil analisis deskriptif data *pre-test* tingkat kebugaran Jasmani siswa kelas V SDN Sumi 1 memperoleh nilai maksimal sebesar 21, nilai minimum 8, rerata 13,83, median 14,50, modus 15 dan nilai standar deviasi sebesar 3,42. Berikut tabel distribusi frekuensi yang diperoleh.

Tabel 1 . Tingkat Kebugaran Jasmani Siwa *Pre-Test*

| No | Jumlah Nilai | Ferkuensi | Persentase | Kategori |
|--------|--------------|-----------|------------|---------------|
| 1 | 5-9 | 2 | 11,11 % | Baik Sekali |
| 2 | 10-13 | 6 | 33,33 % | Baik |
| 3 | 14-17 | 8 | 44,44% | Sedang |
| 4 | 18-21 | 2 | 11,11 % | Kurang |
| 5 | 22-25 | 0 | 0,00 % | Kurang Sekali |
| Jumlah | | 18 | 100 % | |

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa kelas V SDN Sumi 1 pada saat *pre test* mempunyai tingkat kesegaran jasmani sedang. Secara rinci sebanyak 2 siswa (11,11%) mempunyai kategori kurang sekali, 6 siswa (33,33%) mempunyai kategori kurang, 8 siswa (44,44%) mempunyai kategori sedang, 2 siswa (11,11%) mempunyai kategori baik, dan 0 siswa (0%) mempunyai kategori baik sekali. Frekuensi terbanyak terdapat pada kelas interval 14 – 17 atau dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa pada saat *pre test* sebagian besar siswa kelas V SDN Sumi 1 tingkat kesegaran jasmani sedang. Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, maka berikut adalah histogram dari distribusi frekuensi data *pre test*.



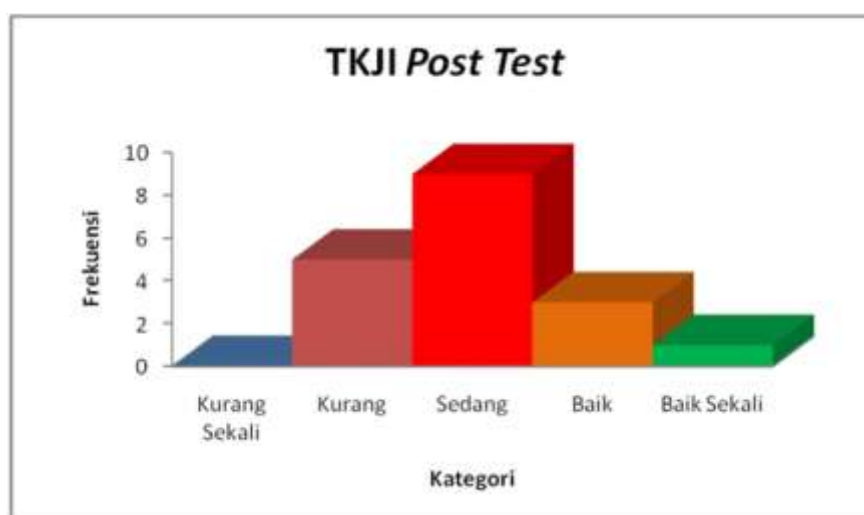
Gambar 1. Histogram Data *Pre Test* Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa

Hasil analisis deskriptif data *post-test* tingkat kebugaran jasmani siswa SDN Sumi 1 nilai maksimal sebesar 22, nilai minimum 11, rerata 15,39, median 15,00, modus 17 dan nilai standard deviasi sebesar 2,290. Berikut tabel distribusi yang diperoleh.

Tabel 2. Hasil TKJI *Post-Test*.

| No | Jumlah Nilai | Ferkuensi | Persentase | Kategori |
|--------|--------------|-----------|------------|---------------|
| 1 | 5-9 | 0 | 0,00 % | Baik Sekali |
| 2 | 10-13 | 5 | 27,78 % | Baik |
| 3 | 14-17 | 9 | 50,00 % | Sedang |
| 4 | 18-21 | 3 | 16,67 % | Kurang |
| 5 | 22-25 | 1 | 5,56 % | Kurang Sekali |
| Jumlah | | 18 | 100 % | |

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa kelas V SDN Sumi 1 pada saat *post test* mempunyai tingkat kebugaran jasmani sedang. Secara rinci sebanyak 0 siswa (0%) mempunyai kategori kurang sekali, 5 siswa (27,78%) mempunyai kategori kurang, 9 siswa (50,00%) mempunyai kategori sedang, 3 siswa (16,67%) mempunyai kategori baik, dan 1 siswa (5,56%) mempunyai kategori baik sekali. Frekuensi terbanyak terdapat pada kelas interval 14 – 17 atau dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa pada saat pre test sebagian besar siswa kelas V SDN Sumi 1 mempunyai tingkat kebugaran jasmani sedang. Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, maka berikut histogram dari distribusi frekuensi tingkat kebugaran jasmani siswa saat *post test*.



Gambar 2. Histogram Data *Post Test* Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa

Hasil analisis deskriptif data *post-test* tingkat kebugaran jasmani siswa SDN Sumi 1 nilai maksimal sebesar 22, nilai minimum 11, rerata 15,39, median 15,00, modus 17 dan nilai standard deviasi sebesar 2,290. Berikut tabel distribusi yang diperoleh.

Tabel 3. Analisis Data Kebugaran Jasmani Siswa Saat *Pre-Test* dan *Post-Test*

| Variabel | Rata-Rata | t _{hitung} | Df | t _{tabel} | Keterangan |
|----------------|-----------|---------------------|----|--------------------|------------|
| Pre-Test TKJI | 13,83 | - 3,630 | 17 | 1,740 | Signifikan |
| Post-Test TKJI | 15,28 | | | | |

Hasil uji-t diperoleh nilai t_{hitung} sebesar sebesar $- 3,630$ dan nilai t_{tabel} pada dk (0,05)(17) sebesar 1,740. Oleh karena nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($-3,630 > 1,740$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan kesegaran jasmani melalui permainan tradisional siswa kelas V SDN Sumi 1.

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai rata-rata untuk data *pre test* adalah sebesar 13,83 dan nilai rata-rata untuk data *post test* adalah sebesar 15,28. Hasil ini menunjukkan tingkat kesegaran jasmani siswa kelas V SDN Sumi 1 setelah mendapatkan pembelajaran dengan permainan tradisional meningkat sebesar 1,45 atau sebesar 10,48% dari saat *pretest*. (Mudzakir, 2020) Nilai $t_{hitung} > t_{table}$ ($-3,441 > 2,262$) maka keputusan H_0 diterima dan H_1 ditolak. Jadi terdapat perbedaan tingkat motivasi siswa sebelum dan sesudah mendapat perlakuan olahraga tradisional. Dalam hal ini dapat dikatakan peningkatan yang diberikan pembelajaran dengan permainan tradisional terhadap tingkat kesegaran jasmani siswa kelas V SDN Sumi 1 sebesar 10,48%.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan imunitas tubuh siswa melalui pendekatan permainan tradisional *tapa gala* siswa SDN Sumi 1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan imunitas tubuh siswa sesudah menerima pembelajaran melalui permainan tradisional *tapa gala*. Sedangkan berdasarkan (Dina Merdeka Citraningrum, 2020) bahwa ada pengaruh yang signifikan pemberian permainan tradisional terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan terbukti dari nilai t dengan taraf signifikan 0,05. Sedangkan besar pengaruhnya sebesar 5,53% untuk kelompok eksperimen dan 0,83% untuk kelompok kontrol. Jadi kenaikan keseluruhan sebesar 4,7%.

Analisis uji-t menunjukkan bahwa t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} , hal ini mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *pre test* dan *post test*, sehingga hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan kesegaran jasmani siswa kelas V SDN Sumi 1 setelah diberikan pembelajaran melalui permainan *tapa gala*. Pada saat *pre test* besarnya rata-rata adalah sebesar 13,83 dan nilai rata-rata untuk data *post test* adalah sebesar 15,28. Hasil ini menunjukkan tingkat imunitas tubuh siswa kelas V SDN Sumi 1 setelah belajar dengan permainan tradisional *tapa gala* meningkat sebesar 1,45

atau sebesar 10,48% dari saat *pre test*. Dalam hal ini dapat dikatakan peningkatan kebugaran jasmani siswa setelah pembelajaran dilaksanakan melalui permainan *tapa gala* adalah sebesar 10,48%.

Peningkatan imunitas merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas secara efisien. Pembelajaran melalui permainan *tapa gala*, dipilih peneliti sebagai meningkatkan imunitas tubuh siswa karena disesuaikan dengan karakteristik siswa kelas V yang masih gemar bermain. Dengan pembelajaran model bermain atau permainan *tapa gala* dapat merangsang siswa untuk bergerak aktif tanpa menyadari bahwa dirinya telah melakukan aktivitas jasmani. Dengan kegiatan yang dilakukan selama kurang lebih satu bulan, ternyata imunitas tubuh siswa meningkat 14,56% dari sebelumnya. Sedangkan (Savara et al., 2020), secara keseluruhan 100% olahraga tradisional telah diterapkan dalam pembelajaran penjas di Kecamatan Cikarang Utara, 98% SMAN 1 Cikarang Utara dengan dominan olahraga tradisional hadang, 98% SMAN 2 Cikarang Utara dengan dominan Olahraga Tradisional Hadang, dan 97% SMAN 3 Cikarang Utara dengan dominan Olahraga Tradisional Hadang. Hal ini mengindikasikan bahwa pembelajaran melalui permainan *tapa gala* merupakan upaya yang tepat dalam meningkatkan imunitas tubuh siswa kelas V SDN Sumi 1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah pembelajaran dengan permainan *tapa gala* tingkat imunitas tubuh siswa meningkat secara signifikan, yaitu sebesar 10,48% dari sebelum diberikan pembelajaran melalui permainan tradisional.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Sukma Khairun Niam, 2017) bahwa penerapan bermain dan permainan *tapa gala* terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia dini. Hasil menunjukkan terdapat peningkatan permainan *mpa'a tapa gala*, perbedaan perkembangan motorik kasar, dan pengaruh interaksi pembelajaran yang signifikan dari kelompok eksperimen dan kontrol baik dari bermain dan permainan *mpa'a tapa gala* tradisional dan modifikasi.

Penelitian yang dilakukan, (Mudzakir, 2020) bahwa permainan tradisional bisa membantu untuk meningkatkan motivasi siswa dalam belajar khususnya pembelajaran penjas. Selanjutnya hasil penelitian (Furkan, Rusdin, & Shandi, 2020) agar tubuh dan pikiran tetap sehat selama dirumah, selain berjemur anda harus tetap meluangkan waktu untuk berolahraga. Tidak perlu olahraga berat, olahraga ringan seperti lari-lari kecil di sekitar rumah sudah cukup untuk membuat badan tetap bergerak. Selain itu, lakukan aktivitas fisik di rumah seperti membersihkan rumah juga efektif sebagai pengganti olahraga di luar rumah. Dengan olahraga rutin setiap hari dapat menjaga tubuh agar tetap sehat, terutama dapat meningkatkan daya tahan tubuh agar terlindungi dari virus.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu sejalan dengan hasil penelitian ini yaitu dengan memberikan pembelajaran melalui permainan *tapa gala* dapat efektif untuk meningkatkan imunitas tubuh siswa, dengan semakin meningkatnya imunitas tubuh siswa maka siswa juga tidak akan mudah merasa lelah yang berlebih ketika beraktivitas. Berdasarkan penelitian terdahulu juga (Rizky Wirasatya, Danu Hoedaya, 2011), terdapat pengaruh permainan tradisional terhadap hasil belajar lompat jauh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler atletik Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Kota Sukabumi. Artinya, permainan tradisional dapat meningkatkan imunitas pada diri siswa pada masa pandemic.

Untuk itu diharapkan agar dalam menjaga imunitas tubuh siswa (untuk menjaga kesegaran jasmani) cukup melakukan permainan *tapa gala* secara rutin saja karena permainan tradisional *tapa gala* sangat mudah untuk umum dan dapat dilakukan di mana saja, cukup ada halaman atau tempat yang cukup luas dan beberapa siswa yang bisa dibagi menjadi 2 kelompok. Hal ini merupakan hal yang sangat positif bagi perkembangan pendidikan jasmani, karena dengan hasil penelitian ini diharapkan dapat diterapkan pada pembelajaran di kelas, yaitu dengan memberikan pembelajaran melalui permainan *tapa gala* dapat efektif untuk meningkatkan imunitas tubuh siswa pada masa pandemic covid 19. Penelitian ini menyarankan untuk menggali lebih banyak lagi kontribusi permainan tradisional, seperti terhadap kebugaran jasmani dan lain sebagainya. Menurut (Nur & Widiyatmoko, 2019), dalam penelitiannya yang berjudul “Implementasi permainan tradisional dalam pembelajaran penjas efektif untuk meningkatkan keaktifan gerak siswa”. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai alternatif materi dalam pembelajaran penjas. Selanjutnya menurut (Dina Merdeka Citraningrum, 2020), dalam penelitiannya yang berjudul “pemanfaatan permainan tradisional pada masa pandemi”. Dari hasil penelitiannya menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat mengasah keterampilan motorik anak-anak baik dari segi motorik kasar maupun motorik halus.

PENUTUP

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah pembelajaran dengan permainan tradisional *tapa gala* terdapat peningkatan imunitas tubuh siswa melalui permainan *tapa gala* siswa kelas V SDN Sumi 1. Pembelajaran dengan pendekatan bermain tradisional *tapa gala* mampu meningkatkan imunitas tubuh siswa kelas V SDN Sumi 1. Hal ini berarti bahwa pendekatan bermain merupakan salah satu upaya yang tepat guna meningkatkan imunitas tubuh siswa kelas V SD.

DAFTAR PUSTAKA

- Aypay, A. (2016). Investigating The Role of Traditional Children's Games in Teaching Ten Universal Values in Turkey. *Eurasian Journal of Educational Research*, 16(62), 283–300. <https://doi.org/10.14689/ejer.2016.62.14>
- Azahari, A. R. (2018). Kondisi Olahraga Tradisional Menyipet dan Balogo di Kota Palangka Raya. *Mediasosian*, Vol. 2(1), hal. 27-34.
- Dina Merdeka Citraningrum. (2020). Pemanfaatan Permainan Tradisional pada Masa Pandemi. *E-PROSIDING SEMINAR NASIONALPEKAN CHAIRIL ANWAR*, 1(1). Retrieved from <https://jurnal.ac.id/index.php/prosiding/issue/view/1031>
- Furkan, Rusdin, & Shandi, S. A. (2020). Menjaga Daya Tahan Tubuh Dengan Olahraga Saat Pandemi Corona Covid 19. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 5(1).
- Hayudi, L. P. (2019). Pelatihan Olahraga Permainan Kecil untuk Peningkatan Kebugaran Jasmani di Kampung Weyengkede. *Jurnal ABDIMASA Pengabdian Masyarakat*, 2(2).
- Maghfiroh, Y. (2020). Peran Permainan Tradisional dalam Membentuk Karakter Anak Usia 4-6 Tahun. *Jurnal Pendidikan Anak*, 6(1), 1–8.
- Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Motivasi Dalam Pembelajaran Penjas Di Sekolah Dasar. *Jurnal Maenpo:Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 10(1), 44–49.
- Nur, M., & Widiyatmoko, F. A. (2019). Implementasi Permainan Tradisional Untuk Meningkatkan Keaktifan Gerak Siswa. *Jendela Olahraga*, 4(1), 61–65. <https://doi.org/10.26877/jo.v4i1.3028>
- Rachmawati, N., Muhyi, M., & Wiyarno, Y. (2020). Pengembangan Permainan Olahraga Tradisional untuk Meningkatkan Nilai Peduli dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(2), 125–137.
- Ridlo, I. A. (2020). Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia. *Departemen Administrasi Dan Kebijakan Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga*, 155–164. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v5i12020.155-164>
- Rizky Wirasatya*, Danu Hoedaya, K. P. (1981). Pengaruh Permainan Tradisionnal terhadap hasil Belajar Lompat Jauh. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 53(9), 1689–1699.
- Sartinah. (2008). Peran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dalam Perkembangan Gerak Dan Keterampilan Sosial Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5(November), 62–67.
- Savara, F. H., Gustiawati, R., Julianti, R. R., Singaperbangsa, U., Jalan, K., Teluk, H. S. R., & Timur, J. (2020). Penerapan Olahraga Tradisional dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(November), 111–120.
- Septaliza, D., & Victorian, R. (2017). Survei Permainan Olahraga Tradisional Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PENJASORKES). *Jurnal Ilmiah Bina Edukasi*, 1(1), 43–54.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukma Khairun Niam, L. (2017). Pengaruh Pemberian Permainan Tradisional Terhadap Kerjasama Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan (Studi Pada Siswa Kelas X Mipa Sma Negeri 2 Ponorogo). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 5(2), 321–328.
- Susanto, B. H. (2017). Pengembangan Permainan Tradisional Untuk Membentuk Karakter Pada Siswa Sekolah Dasar. *Moral Kemasyarakatan*, 2(2), 117–130.
- Wahidah, I., Athallah, R., Hartono, N. F. S., Rafqie, M. C. A., & Septiadi, M. A. (2020). Pandemi COVID-19: Analisis Perencanaan Pemerintah dan Masyarakat dalam Berbagai

Upaya Pencegahan. *Jurnal Manajemen Dan Organisasi*, 11(3), 179–188.
<https://doi.org/10.29244/jmo.v11i3.31695>