

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL EGRANG BATOK KELAPA TERHADAP MOTORIK KASAR SISWA

M. Ipan Ripai¹, Maulidin², Fitry Nachamory Oemar³
Universitas Pendidikan Mandalika^{1,2,3}
mipanripai.22271316.5g@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional egrang batok kelapa terhadap perkembangan motorik kasar siswa kelas V di SDN 2 Lekor. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pra-eksperimen desain *one-group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 25 siswa kelas V yang dipilih dengan teknik sampling jenuh. Instrumen penelitian berupa tes praktik egrang batok kelapa pada lintasan 10 meter dan lembar observasi motorik kasar yang menilai keseimbangan, koordinasi gerak, kelincahan, ketepatan langkah, dan kecepatan. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, uji homogenitas, uji-t berpasangan, dan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) rerata waktu tempuh menurun dari 22,81 detik pada *pretest* menjadi 22,69 detik pada *posttest*; (2) hasil uji-t menunjukkan nilai $t = 6,372$ dengan signifikansi $0,000 < 0,05$; (3) uji Wilcoxon menunjukkan $Z = -4,120$ dengan signifikansi $0,000$; dan (4) permainan tradisional egrang batok kelapa berpengaruh signifikan terhadap perkembangan motorik kasar siswa. Simpulan, permainan tradisional egrang batok kelapa berpengaruh signifikan terhadap perkembangan motorik kasar siswa kelas V SDN 2 Lekor, terutama pada aspek keseimbangan, koordinasi gerak, kelincahan, dan kontrol tubuh.

Kata Kunci: Egrang Batok Kelapa, Motorik Kasar, Permainan Tradisional, PJOK, Sekolah Dasar

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of the traditional coconut shell stilts game on the gross motor development of fifth-grade students at SDN 2 Lekor. The study employed a quantitative approach with a pre-experimental one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 25 fifth-grade students selected through saturated sampling. The research instruments included a practical coconut shell stilts test on a 10-meter track and a gross motor observation sheet assessing balance, movement coordination, agility, step accuracy, and speed. Data were analyzed using descriptive statistics, normality test, homogeneity test, paired-sample t-test, and Wilcoxon test. The results showed that (1) the mean completion time decreased from 22.81 seconds in the pretest to 22.69 seconds in the posttest; (2) the paired-sample t-test indicated $t = 6.372$ with a significance value of $0.000 < 0.05$; (3) the Wilcoxon test showed $Z = -4.120$ with a significance value of 0.000 ; and (4) the traditional coconut shell stilts game had a significant effect on students' gross motor development. In conclusion, the traditional coconut shell stilts game has a significant effect on the gross motor development of fifth-grade students at SDN 2 Lekor, especially in balance, movement coordination, agility, and body control.

Keywords: *Coconut Shell Stilts, Gross Motor Skills, Traditional Games, Physical Education, Elementary School*

PENDAHULUAN

Perkembangan motorik kasar merupakan fondasi penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar karena berkaitan langsung dengan kemampuan anak mengontrol tubuh, menjaga keseimbangan, bergerak cepat, mengoordinasikan anggota tubuh, dan menyelesaikan aktivitas gerak secara aman. Pada usia sekolah dasar, keterampilan motorik kasar tidak hanya menjadi indikator kematangan fisik, tetapi juga menjadi prasyarat bagi keterlibatan siswa dalam permainan, olahraga, dan aktivitas sosial yang lebih luas. Studi mutakhir menunjukkan bahwa aktivitas fisik terstruktur berhubungan dengan peningkatan keterampilan motorik, koordinasi, dan kesiapan belajar anak usia sekolah (Bukvić et al., 2021; Mani et al., 2021; Humaedi et al., 2021). Dalam konteks PJOK, perkembangan motorik kasar perlu dirancang melalui aktivitas yang menyenangkan, kontekstual, dan sesuai dengan karakteristik siswa agar pembelajaran tidak berhenti pada instruksi gerak, tetapi menjadi pengalaman belajar yang bermakna (Awanis et al., 2022; Destriana et al., 2022).

Salah satu masalah yang masih sering ditemukan di sekolah dasar adalah rendahnya variasi aktivitas fisik yang mendorong anak bergerak aktif. Perkembangan teknologi dan meningkatnya penggunaan gawai menyebabkan sebagian anak lebih banyak melakukan aktivitas pasif daripada permainan luar ruang yang menuntut keterlibatan otot besar. Kondisi ini dapat berdampak pada melemahnya keseimbangan, koordinasi mata-kaki, kelincahan, serta kontrol tubuh siswa. Penelitian tentang permainan tradisional menunjukkan bahwa permainan berbasis budaya lokal memiliki potensi kuat untuk mengembalikan ruang gerak aktif anak karena aturan permainannya sederhana, alatnya mudah diperoleh, dan aktivitasnya dekat dengan dunia bermain anak (Nurwahidah et al., 2021; Aliriad et al., 2024; Qahar et al., 2026).

Permainan tradisional egrang batok kelapa merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang relevan dengan tujuan tersebut. Permainan ini menggunakan dua tempurung kelapa yang diberi tali sebagai pijakan, kemudian pemain berjalan dengan menarik tali sambil menjaga keseimbangan tubuh. Gerakan dalam egrang batok kelapa melibatkan otot tungkai, koordinasi tangan dan kaki, keseimbangan dinamis, fokus, serta kontrol postural. Hasil penelitian terbaru menunjukkan bahwa egrang batok kelapa berpengaruh terhadap kemampuan motorik kasar, khususnya keseimbangan dan koordinasi gerak pada anak usia dini maupun siswa sekolah dasar (Fitriani & Fidiawati, 2021; Mujtahidin & Rachman, 2022; Kamalia et al., 2025; Maulana et al., 2026).

Kajian empiris mengenai egrang batok kelapa semakin menguat dalam beberapa tahun terakhir. Lewuk et al., (2025) menemukan bahwa permainan egrang batok kelapa mampu meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia 7-8 tahun secara signifikan. Nariman et al., (2026) juga menegaskan bahwa permainan ini potensial mendukung perkembangan motorik kasar anak karena memadukan unsur keseimbangan, kontrol gerak, dan keberanian mencoba. Temuan lain menyatakan bahwa permainan egrang batok dan engklek sama-sama efektif dalam meningkatkan keseimbangan dinamis anak usia 9-10 tahun (Pradani et al., 2026). Dengan demikian, egrang batok kelapa tidak hanya berfungsi sebagai permainan

tradisional, tetapi juga sebagai media pembelajaran PJOK yang sederhana dan berbasis kearifan lokal.

Berdasarkan hasil observasi awal di SDN 2 Lekor, kemampuan motorik kasar siswa kelas V masih perlu dikembangkan, terutama pada aspek keseimbangan, koordinasi gerak, kelincahan, dan kecepatan menyelesaikan lintasan. Permainan tradisional egrang batok kelapa juga masih jarang digunakan secara sistematis dalam pembelajaran PJOK, padahal lingkungan sekolah memiliki ruang terbuka yang mendukung pelaksanaan aktivitas tersebut. Berbagai penelitian terdahulu mengenai egrang batok kelapa umumnya masih berfokus pada anak usia dini dan siswa kelas awal sekolah dasar, seperti anak kelompok A RA, anak usia 5-6 tahun, anak usia 7-8 tahun, dan siswa kelas 1 SD (Mujtahidin & Rachman, 2022; Nariman et al., 2026; Lewuk et al., 2025; Putra Hidayat & Handayani, 2025), sehingga kajian pada siswa kelas atas seperti kelas V dengan pendekatan kuantitatif pra-eksperimen yang memadukan uji-t berpasangan dan uji Wilcoxon masih terbatas. Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan permainan tradisional egrang batok kelapa pada siswa kelas V sekolah dasar dengan analisis statistik inferensial ganda tersebut, sehingga memberikan bukti empiris yang lebih spesifik pada kelompok usia yang belum banyak dikaji. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional egrang batok kelapa terhadap perkembangan motorik kasar siswa kelas V di SDN 2 Lekor. Penelitian ini diharapkan memberikan dasar empiris bagi guru PJOK dalam memanfaatkan permainan tradisional sebagai media pembelajaran yang aktif, murah, aman, menyenangkan, dan tetap menjaga nilai budaya lokal.

KAJIAN TEORI

Permainan Tradisional Egrang Batok Kelapa

Permainan tradisional adalah aktivitas bermain yang diwariskan secara turun-temurun dan memiliki nilai rekreatif, edukatif, sosial, serta budaya. Dalam pendidikan jasmani, permainan tradisional memiliki karakteristik penting karena memadukan gerak tubuh, aturan sederhana, interaksi sosial, dan penggunaan alat yang tersedia di lingkungan sekitar. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional mampu meningkatkan motivasi belajar, keterlibatan fisik, dan perkembangan gerak dasar anak (Aliriad et al., 2024; Safitri et al., 2023; Qahar et al., 2026). Oleh karena itu, permainan tradisional layak diposisikan sebagai strategi pembelajaran yang tidak hanya melatih fisik, tetapi juga memperkuat identitas budaya siswa.

Egrang batok kelapa adalah permainan tradisional yang menggunakan dua tempurung kelapa sebagai pijakan dan tali sebagai pengendali. Siswa berdiri di atas batok, memegang tali dengan kedua tangan, kemudian berjalan dari garis start menuju garis finish. Aktivitas ini menuntut siswa untuk menjaga pusat gravitasi, mengoordinasikan langkah kaki dengan tarikan tangan, dan mempertahankan keseimbangan ketika pijakan bergerak. Karakteristik tersebut menjadikan egrang batok kelapa sangat dekat dengan komponen motorik kasar seperti keseimbangan, kelincahan, koordinasi, dan kontrol tubuh (Utami, 2021; Mujtahidin & Rachman, 2022; Pradani et al., 2026).

Dalam konteks sekolah dasar, keunggulan egrang batok kelapa terletak pada kesederhanaan alat, biaya rendah, dan kemudahan modifikasi lintasan sesuai kemampuan siswa. Permainan ini dapat dilakukan secara individual maupun

kelompok, sehingga guru dapat mengatur tingkat kesulitan berdasarkan jarak lintasan, durasi bermain, jumlah percobaan, atau bentuk kompetisi ringan. Penelitian Kamalia et al., (2025), Maulana et al., (2026), dan Lewuk et al., (2025) memperkuat bahwa egrang batok kelapa efektif digunakan sebagai alternatif pembelajaran PJOK untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar siswa sekolah dasar.

Perkembangan Motorik Kasar

Motorik kasar adalah kemampuan melakukan gerakan tubuh yang melibatkan otot-otot besar, seperti berjalan, berlari, melompat, menjaga keseimbangan, mengubah arah, dan mengontrol postur tubuh. Keterampilan ini berkembang melalui kombinasi kematangan saraf, kekuatan otot, pengalaman gerak, serta stimulasi lingkungan. Pada anak usia sekolah dasar, motorik kasar memiliki peran penting dalam mendukung partisipasi belajar, kepercayaan diri, dan kebiasaan hidup aktif (Bukvić et al., 2021; Humaedi et al., 2021; Mani et al., 2021).

Komponen motorik kasar yang relevan dengan permainan egrang batok kelapa meliputi keseimbangan tubuh, koordinasi gerak tangan dan kaki, kelincahan, ketepatan langkah, dan kecepatan menyelesaikan lintasan. Keseimbangan memungkinkan anak menjaga posisi tubuh tetap stabil di atas batok kelapa, koordinasi membantu sinkronisasi tarikan tali dan langkah kaki, sedangkan kelincahan dan kontrol tubuh menentukan kelancaran gerak menuju garis finish. Penelitian tentang permainan engklek, bakiak, gobak sodor, dan kucing jongkok menunjukkan bahwa aktivitas bermain tradisional yang mengandung gerakan dinamis dapat meningkatkan keseimbangan, koordinasi, kekuatan, dan kelincahan anak (Indriyani et al., 2021; Purwanto et al., 2023; Erwanda & Sutapa, 2023; Safitri et al., 2023).

Perkembangan motorik kasar juga dipengaruhi oleh kualitas pengalaman belajar yang diberikan guru. Aktivitas yang terlalu monoton cenderung mengurangi minat gerak siswa, sedangkan aktivitas permainan yang variatif dapat meningkatkan partisipasi, rasa senang, dan keberanian mencoba. Dalam hal ini, permainan tradisional memiliki nilai pedagogis karena menghadirkan latihan fisik dalam suasana bermain. Studi tentang bakiak dan engklek membuktikan bahwa permainan tradisional dapat meningkatkan motorik kasar sekaligus membentuk kerja sama dan interaksi sosial anak (Anggrayni et al., 2023; Amrullah & Awalunisah, 2025; Ariyanti, 2025; Imtihana & Cindrya, 2024).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pra-eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah *one-group pretest-posttest design*, yaitu desain yang melibatkan satu kelompok subjek yang diberi pengukuran awal, perlakuan, dan pengukuran akhir. Desain ini digunakan karena penelitian bertujuan mengetahui perubahan kemampuan motorik kasar siswa sebelum dan sesudah diberikan permainan tradisional egrang batok kelapa dalam konteks pembelajaran PJOK di SDN 2 Lekor.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas V SDN 2 Lekor yang berjumlah 25 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan sampling jenuh karena seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian. Perlakuan diberikan melalui permainan tradisional egrang batok kelapa pada lintasan lurus sepanjang 10

meter. Penelitian dilaksanakan selama kurang lebih empat minggu, meliputi *pretest*, beberapa kali pertemuan perlakuan, serta *posttest*.

Instrumen penelitian berupa tes praktik egrang batok kelapa dan lembar observasi perkembangan motorik kasar. Aspek yang dinilai meliputi keseimbangan tubuh, koordinasi gerak tangan dan kaki, kelincahan bergerak, ketepatan langkah, dan kecepatan menyelesaikan lintasan. Kategori penilaian mengacu pada waktu tempuh: skor 4 atau berkembang sangat baik apabila waktu tempuh kurang dari atau sama dengan 15 detik; skor 3 atau berkembang sesuai harapan apabila waktu 16-20 detik; skor 2 atau mulai berkembang apabila waktu 21-25 detik; dan skor 1 atau belum berkembang apabila waktu lebih dari atau sama dengan 26 detik.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, tes *pretest-posttest*, dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk mengetahui nilai rata-rata, nilai minimum, maksimum, dan kategori kemampuan motorik kasar. Analisis inferensial dilakukan melalui uji normalitas, uji homogenitas, uji-t berpasangan, dan uji Wilcoxon sebagai pembanding nonparametrik. Pengambilan keputusan dilakukan pada taraf signifikansi 0,05.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian diperoleh dari tes praktik permainan egrang batok kelapa yang dilakukan terhadap 25 siswa kelas V SDN 2 Lekor. Data penelitian membandingkan kemampuan motorik kasar sebelum dan sesudah perlakuan. Ringkasan data deskriptif disajikan pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Kemampuan Motorik Kasar Siswa

Tahap Tes	N	Rata-rata Waktu	Kategori Dominan	Keterangan
Pretest	25	22,81 detik	Mulai Berkembang	Kemampuan awal belum optimal
Posttest	25	22,69 detik	Mulai Berkembang	Terjadi penurunan waktu tempuh
Selisih	25	0,10960 detik	-	Peningkatan secara kuantitatif

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata waktu tempuh siswa mengalami penurunan dari 22,81 detik pada pretest menjadi 22,69 detik pada posttest. Penurunan waktu tempuh menunjukkan adanya peningkatan kemampuan motorik kasar karena siswa mampu menyelesaikan lintasan lebih cepat setelah diberikan perlakuan. Meskipun seluruh siswa masih berada pada kategori mulai berkembang, perubahan kuantitatif tetap menunjukkan arah perbaikan.

Uji prasyarat analisis dilakukan sebelum pengujian hipotesis. Hasil uji normalitas Shapiro-Wilk dapat dilihat pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Uji Normalitas Shapiro-Wilk

Variabel	Statistic	df	Sig.
Pretest	0,915	25	0,040
Posttest	0,906	25	0,025

Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai signifikansi Shapiro-Wilk pada data pretest dan posttest berada di bawah 0,05. Dengan demikian, data tidak sepenuhnya memenuhi asumsi normalitas. Oleh karena itu, selain uji-t berpasangan, penelitian ini juga menyajikan uji Wilcoxon sebagai pengujian pembandingan nonparametrik.

Hasil uji homogenitas data disajikan pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Uji Homogenitas

Dasar Pengujian	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Based on Mean	2,920	5	12	0,060
Based on Median	0,934	5	12	0,493
Based on trimmed mean	2,741	5	12	0,071

Tabel 3 menunjukkan bahwa nilai signifikansi berdasarkan mean sebesar 0,060 lebih besar dari 0,05 sehingga data dapat dinyatakan homogen. Hasil ini memberikan dasar bahwa variasi data antar pengukuran masih dapat diterima untuk dilanjutkan pada pengujian hipotesis.

Pengujian hipotesis menggunakan uji Paired Sample t-Test disajikan pada Tabel 4 berikut.

Tabel 4. Uji Paired Sample t-Test

Perbandingan	Mean Difference	Std. Deviation	Std. Error Mean	t	df	Sig. (2-tailed)
Pretest - Posttest	0,10960	0,08600	0,01720	6,372	24	0,000

Tabel 4 menunjukkan bahwa nilai t hitung sebesar 6,372 dengan signifikansi $0,000 < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest. Dengan demikian, permainan tradisional egrang batok kelapa berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar siswa kelas V SDN 2 Lekor.

Sebagai pembandingan nonparametrik, hasil uji Wilcoxon disajikan pada Tabel 5 berikut.

Tabel 5. Uji Wilcoxon

Perbandingan	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)	Keputusan
Posttest - Pretest	-4,120	0,000	Berbeda signifikan

Tabel 5 memperkuat hasil uji-t karena nilai signifikansi Wilcoxon sebesar $0,000 < 0,05$. Artinya, terdapat perbedaan signifikan kemampuan motorik kasar siswa sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan egrang batok kelapa sebagai aktivitas pembelajaran memiliki dampak positif terhadap perkembangan kemampuan gerak siswa.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional egrang batok kelapa berpengaruh signifikan terhadap perkembangan motorik kasar siswa kelas V SDN 2 Lekor. Temuan ini terlihat dari penurunan rata-rata waktu tempuh posttest

dibandingkan pretest dan hasil uji-t yang menunjukkan signifikansi 0,000. Dalam konteks pengukuran berbasis waktu, penurunan waktu tempuh berarti siswa mampu mengontrol tubuh lebih baik, menjaga keseimbangan lebih stabil, dan bergerak lebih efektif menuju garis finish. Hasil ini selaras dengan penelitian Maulana et al., (2026), Kamalia et al., (2025), dan Lewuk et al., (2025) yang menunjukkan bahwa egrang batok kelapa efektif meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar.

Secara biomekanik, egrang batok kelapa menuntut siswa mengatur hubungan antara pusat massa tubuh, pijakan kaki, tarikan tangan, dan arah langkah. Ketika siswa berjalan di atas tempurung kelapa, tubuh harus mempertahankan stabilitas meskipun bidang tumpu kecil dan bergerak. Kondisi ini menjadikan permainan egrang batok kelapa sebagai stimulus yang kuat untuk melatih keseimbangan dinamis. Temuan ini sejalan dengan Utami, (2021), Pradani et al., (2026), dan Mujtahidin dan Rachman, (2022), yang menegaskan bahwa egrang batok dan permainan sejenis mampu melatih keseimbangan anak melalui kontrol postural dan koordinasi gerak berulang.

Peningkatan motorik kasar dalam penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui prinsip latihan berulang. Selama perlakuan, siswa tidak hanya mencoba berjalan menggunakan egrang, tetapi juga belajar menyesuaikan posisi kaki, kekuatan tarikan tali, ritme langkah, dan fokus pandangan. Proses pengulangan tersebut memberikan pengalaman sensorimotor yang memperkuat koordinasi neuromuskular. Studi Mani et al., (2021) menunjukkan bahwa perkembangan keseimbangan dan koordinasi antaranggota tubuh pada anak terjadi melalui interaksi antara kontrol postural, koordinasi tungkai, dan koordinasi batang tubuh. Dengan demikian, latihan egrang batok kelapa relevan untuk memperkuat integrasi gerak tersebut.

Meskipun peningkatan rata-rata waktu tempuh tampak kecil, hasil statistik menunjukkan perbedaan yang signifikan. Hal ini dapat terjadi karena perubahan yang muncul relatif konsisten pada sebagian besar siswa. Dalam pembelajaran motorik anak, peningkatan kecil namun konsisten tetap penting karena menunjukkan adanya adaptasi awal terhadap stimulus gerak. Selain itu, seluruh siswa masih berada dalam kategori mulai berkembang, sehingga hasil penelitian ini perlu dibaca sebagai bukti bahwa perlakuan efektif memulai perubahan, tetapi belum cukup panjang untuk menggeser seluruh siswa ke kategori berkembang sesuai harapan. Kondisi ini sejalan dengan penelitian Fitriani dan Fidiawati, (2021), Amrullah dan Awalunisah, (2025), serta Nariman et al., (2026) yang menekankan bahwa permainan tradisional membutuhkan pengulangan dan durasi latihan yang memadai untuk menghasilkan peningkatan kategori perkembangan yang lebih kuat.

Temuan penelitian ini juga memperkuat posisi permainan tradisional sebagai media pembelajaran PJOK yang kontekstual. Permainan tradisional memberikan pengalaman gerak yang tidak kaku karena siswa belajar sambil bermain. Model aktivitas seperti ini dapat meningkatkan motivasi, keberanian mencoba, dan partisipasi aktif siswa. Penelitian Qahar et al., (2026) menunjukkan bahwa permainan tradisional berpengaruh terhadap keterampilan motorik kasar anak, sedangkan Aliriad et al., (2024) menemukan bahwa penggunaan permainan tradisional dapat meningkatkan keterampilan motorik dan motivasi belajar pendidikan jasmani. Dalam konteks SDN 2 Lekor, pendekatan ini penting karena

permainan tradisional dapat menjadi alternatif sederhana di tengah keterbatasan sarana pembelajaran.

Selain egrang batok kelapa, berbagai penelitian tentang permainan tradisional lain juga menunjukkan arah temuan yang sama. Permainan bakiak terbukti berpengaruh terhadap motorik kasar anak karena melatih kekuatan, keseimbangan, dan kerja sama gerak (Purwanto et al., 2023; Amrullah & Awalunisah, 2025; Ariyanti, 2025; Imtihana & Cindrya, 2024). Permainan engklek dan gobak sodor juga dilaporkan meningkatkan koordinasi, keseimbangan, dan keterampilan gerak dasar anak (Indriyani et al., 2021; Anggrayni et al., 2023; Erwanda & Sutapa, 2023; Karimah & Menia, 2021). Dengan demikian, hasil penelitian ini bukan temuan yang berdiri sendiri, tetapi berada dalam pola besar bahwa permainan tradisional dapat menjadi sarana stimulasi motorik kasar berbasis budaya lokal.

Implikasi praktis dari penelitian ini adalah guru PJOK dapat mengintegrasikan egrang batok kelapa ke dalam pembelajaran motorik kasar siswa kelas atas sekolah dasar. Guru dapat memodifikasi lintasan, waktu tempuh, bentuk permainan berpasangan, atau kompetisi kelompok agar pembelajaran lebih variatif. Namun, pelaksanaan harus memperhatikan keselamatan, permukaan lintasan yang datar, pemanasan yang cukup, serta pendampingan bagi siswa yang belum mampu menjaga keseimbangan. Penelitian Elviana et al., (2024), Tryana et al., (2022), dan Nurkholishoh dan Choiri, (2022) menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat diadaptasi dalam pembelajaran anak dengan mempertimbangkan usia, alat, aturan, dan keamanan.

Secara akademik, penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan desain *one-group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol. Oleh sebab itu, hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh dalam konteks kelompok yang diteliti, tetapi belum dapat sepenuhnya menyingkirkan kemungkinan pengaruh faktor luar. Selain itu, durasi perlakuan relatif pendek sehingga perubahan kategori perkembangan belum terlalu besar. Penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol, durasi latihan lebih panjang, dan instrumen motorik kasar yang lebih komprehensif agar pengaruh egrang batok kelapa terhadap keseimbangan, koordinasi, kekuatan, kelincahan, dan kecepatan dapat dianalisis secara lebih mendalam.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional egrang batok kelapa berpengaruh signifikan terhadap perkembangan motorik kasar siswa kelas V SDN 2 Lekor. Kemampuan motorik kasar siswa sebelum perlakuan masih berada pada kategori mulai berkembang. Setelah diberikan perlakuan, rata-rata waktu tempuh siswa menurun, yang menunjukkan adanya peningkatan kemampuan siswa dalam menyelesaikan lintasan. Hasil uji-t dan uji Wilcoxon menunjukkan bahwa perbedaan kemampuan motorik kasar siswa sebelum dan sesudah perlakuan bersifat signifikan. Dengan demikian, permainan egrang batok kelapa dapat digunakan sebagai alternatif media pembelajaran PJOK yang sederhana, menyenangkan, dan berbasis budaya lokal untuk menstimulasi keseimbangan, koordinasi gerak, kelincahan, ketepatan langkah, dan kontrol tubuh siswa sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliriad, H., Adi, S., Manullang, J. G., Endrawan, I. B., & Satria, M. H. (2024). Improvement of motor skills and motivation to learn physical education through the use of traditional games. *Physical Education Theory and Methodology*, 24(1), 32-40. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.1.04>
- Amrullah, A., & Awalunisah, S. (2025). Pengaruh permainan tradisional bakiak terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 880-889. <https://doi.org/10.37985/murhum.v6i2.1528>
- Anggrayni, R., Lenny, L., Risman, V., & Watini, S. (2023). Implementasi model ATIK dalam meningkatkan motorik kasar melalui permainan engklek di TKIT Bunga Mufiidah. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 9(1), 761-768. <https://doi.org/10.37905/aksara.9.1.761-768.2023>
- Ariyanti, W. (2025). Meningkatkan aspek perkembangan motorik dan sosial emosional anak usia 5-6 tahun melalui permainan tradisional bakiak. *Early Childhood Journal*, 4(1), 43-52. <https://doi.org/10.30872/ecj.v4i1.4829>
- Awanis, A., Amarseto, B., & Diyono, D. (2022). Kompetensi motorik anak usia dini dengan prestasi belajar di Taman Kanak-Kanak (TK) Aisyiyah 5 Semanggi. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 3(2), 73-77. <https://doi.org/10.23917/fisiomu.v3i2.17604>
- Bukvić, Z., Ćirović, D., & Nikolić, D. (2021). The importance of physical activity for the development of motor skills of younger school age children. *Medicinski Podmladak*, 72(2), 34-39. <https://doi.org/10.5937/mp72-31878>
- Destriana, D., Elrosa, D., & Syamsuramel, S. (2022). Kebugaran jasmani dan hasil belajar siswa. *Jambura Health and Sport Journal*, 4(2), 69-77. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v4i2.14490>
- Elviana, S., Miranda, D., & Lukmanulhakim, L. (2024). Permainan tradisional bakiak untuk pengembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di Kelurahan Mariana. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 13(5), 2715-2723. <https://doi.org/10.26418/jppk.v13i5.75873>
- Erwanda, D. R., & Sutapa, P. (2023). Pengembangan media permainan tradisional gobak sodor untuk meningkatkan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 3323-3334. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4562>
- Fitriani, F., & Fidiawati, L. (2021). Upaya meningkatkan perkembangan motorik kasar melalui permainan tradisional egrang batok kelapa. *Jurnal Kajian Anak (J-Sanak)*, 2(2), 98-107. <https://doi.org/10.24127/j-sanak.v2i02.1073>
- Humaedi, H., Saparia, A., Nirmala, B., & Abduh, I. (2021). Deteksi dini motorik kasar pada anak usia 4-6 tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 558-564. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1368>
- Imtihana, A., & Cindrya, E. (2024). Pengaruh permainan bakiak terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia 4-5 tahun TK Al Ikhwan Palembang. *Jurnal Sosial Humaniora Sigli*, 7(1), 162-170. <https://doi.org/10.47647/jsh.v7i1.2181>
- Indriyani, D., Muslihin, H., & Mulyadi, S. (2021). Manfaat permainan tradisional engklek dalam aspek motorik kasar anak. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 9(3), 349-354. <https://doi.org/10.23887/paud.v9i3.34164>

- Kamalia, D. A., Sistiasih, V. S., Sudarmanto, E., & Warthadi, A. N. (2025). Improving gross motor skills through traditional coconut shell stilts in elementary school children. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 10(2), 8-11. <https://doi.org/10.24114/pjkr.v10i2.68111>
- Karimah, A., & Menia, N. A. (2021). Meningkatkan motorik kasar anak melalui permainan tradisional gobak sodor. *Atthufulah*, 2(1), 29-33. <https://doi.org/10.35316/atthufulah.v2i1.1748>
- Lewuk, K. G., Wolo, H. B., & Sare, Y. M. (2025). Pengaruh permainan tradisional egrang batok kelapa dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia 7-8 tahun. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 15(4), 343-350. <https://doi.org/10.37630/jpo.v15i4.3388>
- Mani, H., Miyagishima, S., Kozuka, N., Inoue, T., Hasegawa, N., & Asaka, T. (2021). Development of the relationships among dynamic balance control, inter-limb coordination, and torso coordination during gait in children aged 3-10 years. *Frontiers in Human Neuroscience*, 15, 740509. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2021.740509>
- Maulana, R., Cahyani, O. D., & Ramadhan, N. (2026). Pengaruh permainan tradisional egrang batok kelapa dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak SD. *Jurnal Porkes*, 9(1), 52-60. <https://doi.org/10.29408/porkes.v9i1.33565>
- Mujtahidin, S., & Rachman, S. A. (2022). Pengaruh permainan tradisional egrang batok terhadap keseimbangan anak kelompok A di RA Hidayatul Ihsan NW Tebaban. *Tut Wuri Handayani: Jurnal Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 1(3), 130-135. <https://doi.org/10.59086/jkip.v1i3.159>
- Nariman, N., Nirmala, B., Armina, A., & Humaedi, H. (2026). The effect of the traditional coconut shell stilts game on the gross motor development of children aged 5-6 years. *PAUDIA: Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 15(2). <https://doi.org/10.26877/paudia.v15i2.3369>
- Nurkholishoh, S., & Choiro, U. D. (2022). Peran permainan tradisional bakiak dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 3-4 tahun. *Abata: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(1), 142-152. <https://doi.org/10.32665/abata.v2i1.340>
- Nurwahidah, S., Maryati, S., Nurlaela, W., & Cahyana, C. (2021). Permainan tradisional sebagai sarana mengembangkan kemampuan fisik motorik anak usia dini. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 49-61. <https://doi.org/10.31849/paud-lectura.v4i02.6422>
- Pradani, A. A. P., Awanis, A., & Ariyanti, L. (2026). The effects of engklek and egrang batok games on dynamic balance in children aged 9-10. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 7(1), 8-13. <https://doi.org/10.23917/fisiomu.v7i1.11237>
- Purwanto, D., Agusniatih, A., Fitriana, F., & Fahrizal, F. (2023). Penerapan permainan tradisional bakiak dalam meningkatkan motorik kasar anak usia dini: Studi kasus di TK Al-Khairaat Kabupaten Parigi Moutong. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 5052-5059. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4922>
- Putra Hidayat, A., & Handayani, T. (2025). Pengaruh permainan tradisional egrang batok terhadap perkembangan motorik kasar siswa kelas 1 sekolah dasar.

- Jurnal Pendidikan*, 23, 421-434.
<https://doi.org/10.31571/edukasi.v21i1.9094>
- Qahar, R. A., Triono, S. D., & Sutiswo, S. (2026). The influence of traditional games on children's gross motor skills. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 8(1). <https://doi.org/10.37742/jpoe.v8i1.431>
- Safitri, R. E., Safari, I., & Supriyadi, T. (2023). Peningkatan kemampuan motorik kasar lari melalui permainan tradisional kucing jongkok. *Jambura Health and Sport Journal*, 5(1), 74-84. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v5i1.18703>
- Tryana, N., Inmaryanto, I., & Sari, M. (2022). Penggunaan permainan bakiak dalam meningkatkan motorik kasar kelompok B TK Mutiara Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar. *Ar-Raihanah: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(1), 37-51. <https://doi.org/10.53398/arraihanah.v2i1.131>
- Utami, K. P. (2021). Permainan tradisional egrang tempurung kelapa sebagai latihan keseimbangan dinamis pada anak. *Jurnal Sport Science*, 11(1), 7-11. <https://doi.org/10.17977/um057v11i1p7-11>