



## DAMPAK PELATIHAN BERBASIS PERMAINAN TERHADAP PENINGKATAN DEKSARITAS SISWA SEKOLAH DASAR

Sitti Nurhaliza<sup>1</sup>, Fahrizal<sup>2</sup>, Muh Faisal<sup>3</sup>

<sup>1</sup> PJKR Universitas Negeri Makassar

Email: [stnurhaliza1004@gmail.com](mailto:stnurhaliza1004@gmail.com)

<sup>2</sup> PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: [fahrizal@unm.ac.id](mailto:fahrizal@unm.ac.id)

<sup>3</sup> PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: [muham08@guru.sd.belajar.id](mailto:muham08@guru.sd.belajar.id)

### Artikel info

*Received; 02-03-2025*

*Revised; 03-04-2025*

*Accepted; 04-05-2025*

*Published; 25-05-2025*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak pelatihan berbasis permainan terhadap peningkatan deksaritas siswa sekolah dasar. Deksaritas adalah kemampuan motoric halus yang berhubungan dengan kecepatan dan ketepatan Gerakan tangan dan jari. Penelitian ini dilakukan di SD Inprea Bangkala III dengan menggunakan metode eksperimen yang melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang mendapatkan pelatihan berbasis permainan dan kelompok control yang tidak mendapatkan peningkatan signifikan dalam kemampuan deksaritas siswa yang mengikuti pelatihan berbasis permainan dibandingkan dengan kelompok control. Pelatihan berbasis permainan terbukti efektif dalam membantu perkembangan motoric halus siswa.

### Key words:

*Pelatihan berbasis  
permainan, deksaritas,  
motoric halus,  
Pendidikan dasar*

artikel global jurnal sport innovation research dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0



## PENDAHULUAN

Seperti yang sering kita jumpai saat ini, beberapa anak mulai mengalami penurunan Tingkat deksteritasnya dikarenakan mereka tidak menggunakan seluruh anggota badannya disebabkan kecenderungan hanya menggunakan dua jempol (jari/tangan) saja (Gita Wirjawan, 2024). Ilmuan di masa depan mungkin sudah tidak selateral (tangkas) seperti yang kita saksikan selama 200 tahun belakangan ini (Steven Chu).

Kemampuan motoric halus, termasuk deksaritas memegang peranan penting dalam kegiatan sehari-hari, terutama di kalangan siswa sekolah dasar. Deksteritas memengaruhi kemampuan menulis, menggunakan alat tulis, dan berpartisipasi dalam kegiatan praktis. Keterampilan menulis adalah kemampuan mengungkapkan gagasan, pendapat, dan perasaan kepada pihak lain dengan melalui Bahasa tulis (Abbas, 2006). Dalam beberapa tahun terakhir, pelatihan berbasis permainan mulai diakui sebagai metode yang dapat membantu perkembangan motoric halus pada anak-anak. Permainan edukatif menawarkan cara yang menyenangkan dan

interaktif untuk melatih dekseritas. Pendidikan Jasmani adalah bagian penting dari Pendidikan yang melibatkan pengajaran melalui aktivitas jasmani (Tito & Naela, 2024).

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dampak pelatihan berbasis permainan terhadap peningkatan deksaritas siswa sekolah dasar. Apakah pendekatan berbasis permainan dapat membantu meningkatkan kemampuan motoric halus siswa secara signifikan?

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindak Kelas (PTK) yang bersifat siklus. Desain ini melibatkan empat tahapan utama yang dilakukan secara berulang hingga tujuan penelitian tercapai. Setiap tahap siklus terdiri dari tahap perencanaan (Planning), Tindakan (Action), Pengamatan (Observing), dan refleksi (Reflecting).

### **Siklus 1:**

- Perencanaan: Menyusun rencana rencana pelatihan, alat permainan, dan jadwal kegiatan
- Tindakan: Melaksanakan pelatihan berbasis permainan selama 4 minggu
- Observasi: Mengamati keterlibatan siswa dan mencatat hasil NHPT
- Refleksi: Mengevaluasi hasil siklus pertama untuk menentukan perbaikan siklus kedua

### **Siklus 2**

- Tindakan dan observasi dilanjutkan selama 4 minggu dengan perbaikan berdasarkan hasil refleksi.

Penelitian ini menggunakan kombinasi dengan metode eksperimen berdasarkan desain pre-test dan post-test. Subjek penelitian adalah siswa kelas 3 dan 4 SD Inpres Bangkala III yang dibagi menjadi dua kelompok: Kelompok eksperimen (n=30) dan kelompok control (n=30). Teknik analisis data digunakan secara deksriptif untuk melihat rata-rata hasil pre-test dan post-test. Uji statistic (t-test) untuk mengukur perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan control.

- **Kelompok eksperimen** : siswa mendapatkan pelatihan berbasis permainan selama 8 minggu, dua kali seminggu dengan durasi 60 menit per sesi. Permainan yang digunakan meliputi puzzle, permainan tangan, dan aktivitas menggunakan alat bantu seperti legi
- **Kelompok control** : siswa tidak mendapatkan pelatihan berbasis permainan dan melanjutkan aktivitas belajar biasa, instrument yang digunakan untuk mengukur dekseritas adalah **Nine Hole Peg Test** (NHPT), yang mengukur kecepatan ketepatan siswa dalam Menyusun pasak ke dalam lubang. Tes ini dilakukan sebelum dan setelah intervensi.

**Tabel 1. Metode eksperimen**

<b>Indikator</b>	<b>Definisi</b>	<b>Kelompok Eksperimen</b>	<b>Kelompok control</b>	<b>Alat ukur</b>	<b>Waktu Pengukuran</b>
<b>Frekuensi Latihan</b>	Jumlah sesi pelatihan berbasis permainan	2 sesi per minggu	0 sesi per minggu	Data presentasi	Mingguan selama 8 minggu

	yang diikuti siswa dalam seminggu				
<b>Durasi Latihan</b>	Durasi Latihan berbasis permainan dalam satu sesi (satu menit)	60 menit per sesi	0 menit per sesi	Data presensi	Setiap sesi
<b>Jenis permainan</b>	Jenis permainan edukatif yang digunakan untuk melatih dekseritas siswa	Puzzle, permainan tangan, aktivitas alat bantu (lego)	Tidak ada permainan khusus	Data kualitatif	Selama 8 minggu
<b>Hasil NHPT (kecepatan)</b>	Waktu yang dibutuhkan untuk Menyusun pasak ke dalam lubang (dalam detik)	Di ukur pada pre test dan post test	Diukur pada pre test dan post test	Nine hole peg test (NHPT)	Sebelum dan setelah intervensi
<b>Hasil NHPT</b>	Jumlah pasak yang di susun dengan benar dalam waktu tertentu	Diukur pada pre test dan post test	Diukur pada pre test dan post test	Nine hole peg test (NHPT)	Sebelum dan setelah intervensi
<b>Peningkatan dekseritas (%)</b>	Perbedaan skor NHPT pre test dan post test (kecepatan dan ketepatan)	(skor post test-skor pre test) / skor pre test x 100%	(skor post test – skor pre test) / skor pre test x 100%	Analisis statistic (t-test)	Setelah intervensi (post test)

Note :

- 1) Frekuensi Latihan dan durasi Latihan

Mengukur intensitas dan durasi berbasis permainan yang diikuti oleh siswa di kelompok eksperimen. Data presensi ini digunakan untuk memastikan konsistensi.

Pelaksanaan pelatihan dan sebagai dasar membandingkan kelompok eksperimen dan control.

2) Jenis permainan.

Jenis permainan yang digunakan dalam pelatihan berbasis permainan (Puzzle, permainan tangan, lego) dicatat untuk mengevaluasi variasi dan focus aktivitas yang dilakukan dalam sesi.

3) Hasil NHPT (kecepatan dan ketepatan).

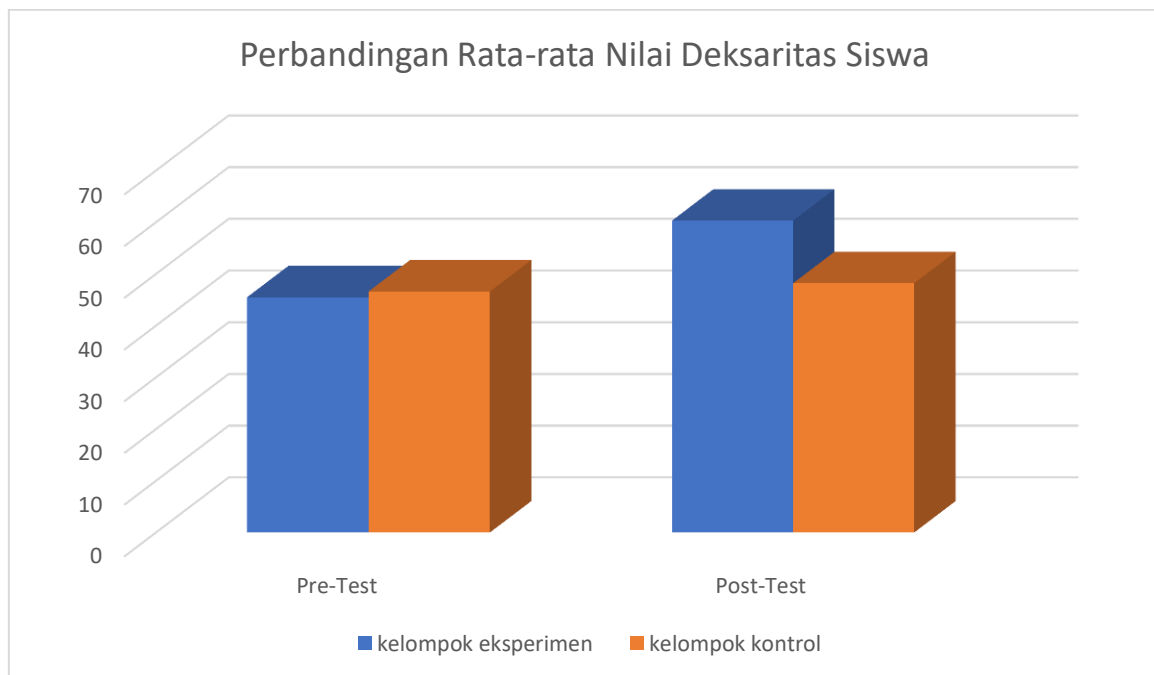
Nine Hole Peg Test (NHPT) mengukur deksaritas siswa melalui dua indikator :

- Kecepatan : Waktu yang dibutuhkan siswa untuk Menyusun pasak.
- Ketepatan : Jumlah pasak yang disusun dengan benar dalam waktu tertentu.

4) Peningkatan deksaritas (%).

Mengukur presentase peningkatan deksaritas siswa dari Pre-test ke Post-test untuk masing masing kelompok. Hasil ini akan dibandingkan antara kelompok eksperimen dan control untuk melihat pengaruh pelatihan berbasis permainan terhadap peningkatan deksaritas

## HASIL DAN PEMBAHASAN



Hasil analisis data menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kemampuan deksaritas siswa kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok control.

- **Pre-test:** Rata-rata nilai deksaritas siswa kelompok eksperimen adalah 45,5 sementara kelompok kontrol 46,0
- **Post-test:** setelah pelatihan, nilai rata-rata kelompok eksperimen meningkat menjadi 60,3 sedangkan kelompok kontrol hanya meningkat sedikit menjadi 48,2

Analisis statistik menggunakan uji **T-Test** menunjukkan perbedaan signifikan ( $p < 0,05$ ) antara kelompok eksperimen dan control. Diperoleh perbedaan presentase peningkatan rata-rata nilai deksaritas diantaranya Kelompok Eksperimen memperoleh peningkatan sebesar 32,53% dan untuk Kelompok Kontrol memperoleh peningkatan sebesar 4,78%.

### **Pembahasan**

Peningkatan yang signifikan pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa pelatihan berbasis permainan dapat membantu siswa mengembangkan deksaritas mereka. Aktivitas permainan yang memerlukan koordinasi tangan dan mata membantu memperbaiki kemampuan motorik halus, yang penting bagi aktivitas sehari-hari dan keterampilan akademis seperti menulis. Penelitian ini sejalan dengan temuan Syva Lestiyani Dewi (2022) yang menyatakan beberapa cara yang tepat dalam mendidik pemikiran anak usia dini serta meminta membaca untuk melihat dari sudut pandang anak mengenai upaya untuk meningkatkan keterampilan kognitif disamping pengetahuan kognitifnya salah satunya dengan permainan. Bermain merupakan suatu kegiatan yang dilakukan anak dengan atau tanpa menggunakan alat yang menghasilkan pengertian atau memberikan informasi, memberikan kesenangan, maupun mengembangkan imajinasi pada anak (Rika Widya et al., 2022).

Pembelajaran berbasis permainan merupakan pendekatan holistik yang di dorong dalam lingkungan akademik, dan menurut Garvis dan Pendergast (Tanjung & Nababan, 2016), “Kesejahteraan sosial dan emosional sejalan dengan pendekatan holistik untuk mengajar dan belajar di mana anak-anak mengeksplorasi berbagai elemen identitas mereka (termasuk sosial dan emosional) melalui permainan dan hubungan mereka.” Siswa yang mengalami masalah perilaku selama Pendidikan awal lebih mungkin untuk putus sekolah daripada rekan-rekan mereka. Brotman (Renaningrum, 2016).

### **PENUTUP**

Pelatihan berbasis permainan terbukti efektif dalam meningkatkan deksaritas siswa sekolah dasar. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis permainan dapat menjadi strategi pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik halus siswa di sekolah. direkomendasikan untuk mengintegrasikan permainan edukatif ke dalam kurikulum Pendidikan dasar untuk mendukung perkembangan deksaritas siswa secara menyeluruh. Penggunaan pembelajaran berbasis permainan juga mendorong dan mendukung perkembangan keterampilan seperti pemecahan masalah, mengatasi masalah, memahami perbedaan budaya, dan etika kelas. Kemampuan seorang anak untuk memilih dan mencapai tujuan personal dengan sukses disebut kompetensi sosial, menurut Robinson dan Zajicek (Beta, 2019). Tujuan tersebut dapat mencakup berteman, berada di tempat yang aman dan memiliki ikatan dengan pendidik mereka. Guru dapat menggunakan pelatihan berbasis permainan secara rutin untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa. Penelitian serupa juga dapat dikembangkan untuk kelompok usia yang berbeda atau dengan permainan yang lebih beragam.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Beta, P. (2019). Peningkatan Keterampilan Berbicara Melalui Metode Bermain Peran. *Cokroaminoto Journal Of Primary Education*, 2(2), 48-52. <https://doi.org/10.30605/cjpe.222019.118>
- Yusuf Abdul Azis (2023). Keterampilan menulis: Pengertian, Tujuan dan macam. Dari <https://bukunesia.com/keterampilan-menulis/>
- Gita Wirjawan (2024). Dalam presentase webinar internasional “Haruskah kita punya filosofi Pendidikan”. <https://youtu.be/JFtp45zHuuk?si=mBO9Bfi8WhvJnBan>
- Syva Lestiyani Dewi (2022). Pengaruh Pembelajaran Berbasis Permainan pada Pendidikan dan Perkembangan Anak Usia Dini.

<https://www.researchgate.net/publication/363026634> Pengaruh Pembelajaran Berbasis Permainan pada Pendidikan dan Perkembangan Anak Usia Dini

- Retnaningrum, W. (2016). Peningkatan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini Melalui Media Bermain Memancing, *Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(2), 207. <https://doi.org/10.21831/jppm.v3i2.11.284>
- Rika Widya, Salma Rozana, & Virda Tasril. (2022). Pengembangan Permainan Tradisional Berbasis Multimedia Terhadap Peningkatan Karakter anak.
- Tito & Naela. (2024). Evaluasi Implementasi Kurikulum Merdeka Pada Mata Pelajaran Jasmani Di Sekolah Dasar.
- Tanjung, H.S., & Nababan, S.A. (2016). Pengaruh penggunaan metode pembelajaran bermain terhadap hasil belajar matematika siswa materi pokok pecahan di kelas III SD Negeri 200407 Hutapadang. *Jurnal Bina Gogik*, 3(1), 35-42. <https://www.ejournal.stkipbbm.ac.id/index.php/pgsd/article/view/26>