



Pengaruh permainan tradisional engklek terhadap *self control* peserta didik

Elsa Eka Ayuningtyas¹, Syarip Hidayat², Lutfi Nur³

^{1,2,3}Universitas Pendidikan Indonesia, Kampus Daerah Tasikmalaya, Indonesia
elsaekaayuningtyas@student.upi.edu¹, hidayat@upi.edu², lutfinur@upi.edu³

ABSTRACT

This research is motivated by low self-control among elementary school students. The lack of self-control in elementary students can indicate a behavior that can escalate to destructive behavior. One effort that can be made to address this issue is through the traditional game of engklek. The purpose of this study is to describe the effect of the traditional engklek game on the self-control of elementary school students. This research was conducted in Grade VI at SD Negeri 4 Gunungtanjung. The study used an experimental method with a pre-experimental design, specifically the one-group pretest-posttest design. A non-test technique was used as a self-control scale questionnaire for data collection. The data were analyzed quantitatively using SPSS 25. The average pretest score for students' self-control was 46.72, while the posttest average score was 70.50. The result of this study shows that the traditional engklek game improves the self-control of elementary school students.

ARTICLE INFO

Article History:

Received: 22 Jan 2024

Revised: 27 May 2024

Accepted: 2 Jun 2024

Available online: 11 Jun 2024

Publish: 21 Jun 2024

Keywords:

engklek; self-control; traditional game

Open access

Jurnal Abmas

is a peer-reviewed open-access journal

ABSTRAK

Pengabdian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kemampuan pengendalian diri pada peserta didik sekolah dasar. Rendahnya pengendalian diri pada peserta didik sekolah dasar ditandai dengan kenakalan ringan sampai mengarah kepada perilaku destruktif. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi hal tersebut yaitu melalui permainan tradisional engklek. Tujuan pengabdian ini adalah untuk mendeskripsikan pengaruh permainan tradisional engklek terhadap pengendalian diri peserta didik di sekolah dasar. Pengabdian ini dilakukan di Kelas VI Sekolah Dasar Negeri 4 Gunungtanjung. Pengabdian dilakukan dengan metode eksperimen, rancangan pengabdian pra-eksperimen, dan bentuk rancangan satu kelompok praujian-pascaujian. Dalam pengumpulan data, teknik yang digunakan yaitu teknik non-tes berupa angket skala pengendalian diri. Analisis data yang digunakan berupa analisis data kuantitatif dengan menggunakan perangkat lunak SPSS 25. Hasil kemampuan pengendalian diri peserta didik pada praujian dengan rata-rata skor 46,72. Sedangkan pada pasca ujian dengan rata-rata skor sebesar 70,50. Hasil dari pengabdian ini yaitu permainan tradisional engklek berpengaruh terhadap pengendalian diri peserta didik di sekolah dasar.

Kata Kunci: engklek; pengendalian diri; permainan tradisional

How to cite (APA Style)

Ayuningtyas, E. E., Hidayat, S., & Nur, L. (2024). Pengaruh permainan tradisional engklek terhadap self control peserta didik *Jurnal Abmas*, 24(1), 57-66.

Peer review

This article has been peer-reviewed through the journal's standard double-blind peer review, where both the reviewers and authors are anonymised during review.

Copyright



2024, Elsa Eka Ayuningtyas, Syarip Hidayat, Lutfi Nur. This an open-access is article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0) <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author, and source are credited. *Corresponding author: elsaekaayuningtyas@student.upi.edu

INTRODUCTION

Literasi *self control* merupakan salah satu bagian yang sangat penting untuk mengembangkan pembentukan perilaku setiap individu. *Self control* yang dimaksud adalah suatu kondisi mental dalam diri seorang individu untuk mengatur atau mengendalikan perilaku. *Self control* dapat dikembangkan selama proses kehidupan berlangsung sehingga dapat diarahkan ke dalam bentuk perilaku yang positif. Kemampuan individu untuk melakukan *self control* dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk melawan godaan dan mengesampingkan respons impulsif secara berurutan untuk berperilaku konsisten dengan tujuan jangka panjang (Walter *et al.*, 2020). Pengembangan *self control* yang baik menjadi faktor penting dalam perubahan perilaku yang konstruktif, sehingga memungkinkan individu untuk tekun dalam sesuatu hal meskipun banyak hambatan yang dihadapi, dapat menyesuaikan diri dengan aturan atau norma yang berlaku di lingkungan, dan dapat menahan emosi terhadap situasi yang terjadi (Titisari, 2017).

Dalam konteks kehidupan di sekolah dasar, peserta didik yang memiliki *self control* memadai akan memiliki kesiapan diri untuk patuh terhadap aturan, budaya, maupun agama, dapat menahan diri ketika menghadapi konflik antar teman, fokus ketika dalam proses kegiatan belajar mengajar, dan senantiasa sabar menunggu giliran ketika melakukan permainan (Suherman, 2016). *Self control* dikaitkan dengan perilaku rasional yaitu perilaku yang ditunjukkan untuk menghasilkan manfaat paling besar bagi dirinya sendiri (Schmidt-Barad & Uziel, 2020). Adapun dalam praktiknya, terdapat beberapa peserta didik yang memiliki *self control* rendah sehingga cenderung berperilaku agresif. Hal ini ditandai dengan seorang individu masuk dalam situasi-situasi yang memicu sifat maupun bereaksi negatif. Seseorang yang memiliki kapasitas *self control* rendah tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan konflik secara bijaksana sehingga menimbulkan emosi yang negatif (Clinton *et al.*, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan di Makau, Cina terhadap anak usia sekolah dasar dengan sampel sebanyak 365 anak menunjukkan bahwa mereka memiliki *self control* yang rendah yang ditandai perilaku yang mementingkan diri sendiri, suka membuat kegaduhan, temperamen, dan mengintimidasi teman (Chui & Chan, 2013). *Self control* yang rendah dianggap sebagai korelasi psikologis yang terkait dengan segala bentuk penyimpangan perilaku, termasuk intimidasi. *Self control* yang rendah dapat mengurangi kualitas hidup seseorang dan dapat meningkatkan perilaku menyimpang sehingga menghambat akumulasi keterampilan pribadi yang diperlukan dalam kompetensi sosial. Dalam hal ini orang tua harus memantau dan mengawasi perilaku anak. Ketika seorang anak menunjukkan perilaku yang menyimpang maka orang tua seyogyanya memberi peringatan dan pembelajaran sehingga anak dapat diarahkan menuju lebih baik.

Penelitian lainnya menyatakan bahwa terjadi peningkatan frekuensi kenakalan di kalangan peserta didik. Salah satu faktor yang mempengaruhi kenakalan di kalangan peserta didik yaitu rendahnya *self control* sehingga cenderung terbawa arus dalam pergaulan (Aviyah & Farid, 2014). Semakin rendah *self control* yang dimiliki maka semakin tinggi tingkat kenakalannya. Kenakalan ini merupakan perilaku yang melanggar peraturan atau norma yang berlaku sehingga akan merugikan diri sendiri maupun orang lain. Hal ini memberikan acuan bahwa kesuksesan seseorang dipengaruhi oleh *self control* yang dimiliki. Setiap orang membutuhkan *self control*, tetapi kebanyakan dari para peserta didik belum mampu mengendalikan dirinya sendiri dari berbagai macam godaan dikarenakan belum mempunyai pengalaman yang memadai (Hamonangan & Widyarto, 2019).

Penelitian lebih lanjut menunjukkan bahwa strategi permainan efektif untuk mengembangkan *self control* peserta didik di sekolah dasar. Permainan memberikan kesempatan untuk mengekspresikan diri, melatih imajinasi, dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Dalam permainan, anak dilatih secara kognitif, emosional, dan fisik. Melalui permainan anak belajar banyak hal sehingga memperoleh pengalaman yang bermakna (Suherman, 2016). Dalam permainan terdapat relasi kelompok yang dinamis sehingga diharapkan terbentuk perilaku yang positif yaitu kemampuan untuk mengendalikan diri. Berdasarkan penelitian sebelumnya permainan terbukti efektif dalam meningkatkan *self control* peserta didik. Pengabdian ini menggunakan permainan tradisional engklek untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional engklek terhadap *self control* peserta didik di sekolah dasar.

Literature Review

Self control adalah kemampuan untuk mengendalikan perhatian, pikiran, impuls, dan emosi untuk mengarahkan perilaku menuju tujuan jangka panjang. Hal ini memberikan kekuatan terhadap seorang individu untuk menunda kepuasan pribadi, mempertimbangkan konsekuensi atas perilaku yang dilakukan, dan mengambil tindakan dengan penuh pertimbangan (Ng-Knight *et al.*, 2016). *Self control* merupakan suatu potensi yang dimiliki seorang individu yang dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif dari efek negatif yang ditimbulkan dari lingkungan sekitar. *Self control* menghasilkan berbagai hal positif salah satunya dalam bidang pendidikan. Peserta didik dengan *self control* yang memadai akan memiliki prestasi akademik yang baik dibandingkan dengan peserta didik yang memiliki *self control* rendah (Clara *et al.*, 2017). Dari beberapa hal tersebut dapat disimpulkan bahwa *self control* mencerminkan kemampuan untuk melakukan kontrol atas pikiran, emosi, dan perilaku (Copeland *et al.*, 2020).

Adapun fungsi dari *self control* yaitu membatasi perhatian individu terhadap orang lain. Adanya *self control*, seorang individu akan memberikan perhatian penuh terhadap kebutuhan pribadinya. Seorang individu yang terlalu fokus terhadap kepentingan, kebutuhan, dan keinginan orang lain akan memberikan akibat individu tersebut mengabaikan kebutuhan pribadinya. *Self control* membatasi individu untuk berperilaku tidak sesuai dengan norma yang berlaku. Seorang individu yang memiliki *self control* memadai maka akan terhindar dari berbagai tingkah laku yang tidak sesuai dengan aturan maupun norma yang berlaku. *Self control* ini berfungsi untuk menahan dorongan atau keinginan individu untuk berperilaku negatif dan hidup secara seimbang. Seorang individu yang memiliki *self control* memadai akan berusaha memenuhi kebutuhan pribadinya dalam takaran yang sesuai. *Self control* membantu individu untuk menyeimbangkan pemenuhan kebutuhan dengan berbagai aspek (Paramitha & Hamdan, 2021). Aspek-aspek tersebut sebagai berikut:

1. **Self-Discipline:** Aspek ini menjelaskan terkait dengan kedisiplinan seorang individu dalam melakukan sesuatu. Disiplin dalam hal ini dapat berupa fokus terhadap tugas yang dikerjakan. Seorang individu yang memiliki *self-discipline* akan mampu menahan dari hal-hal yang mengganggu konsentrasinya.
2. **Deliberate/Non-Impulsive:** Aspek ini menjelaskan terkait dengan kecenderungan seorang individu untuk melakukan tindakan yang tidak impulsif. Seorang individu yang memiliki kecenderungan *deliberate/non-impulsive* akan bersifat hati-hati terhadap suatu hal, mempunyai pertimbangan yang baik, dan tidak tergesa-gesa dalam mengambil keputusan.
3. **Healthy Habits:** Aspek ini menjelaskan terkait dengan kebiasaan atau pola hidup yang sehat. Seorang individu yang memiliki kecenderungan *healthy habits* akan mampu menghindari atau menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak negatif bagi dirinya maupun orang lain meskipun hal tersebut menyenangkan.
4. **Work Ethic:** Aspek ini menjelaskan terkait dengan etika seorang individu dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Seorang individu yang memiliki kecenderungan *work ethic* akan mampu menyelesaikan tugas tanpa terpengaruh oleh hal-hal lain.
5. **Reliability:** Aspek ini menjelaskan terkait dengan kemampuan individu dalam menghadapi sebuah tantangan. Seorang individu yang memiliki kecenderungan *reliability* akan mampu melaksanakan rencana jangka panjang untuk meraih sebuah pencapaian.

Permainan Tradisional Engklek

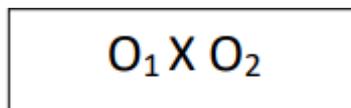
Permainan tradisional engklek merupakan salah satu permainan tradisional yang ada di Indonesia. Dalam permainan ini seorang pemain melakukan gerakan melompat dengan satu kaki di bidang datar yang digambar di atas tanah (Apriani, 2013). Permainan engklek dalam bahasa sunda disebut dengan sondah. Permainan ini memerlukan koordinasi motorik kasar bagi yang melakukan permainan (Pertwiwi *et al.*, 2018). Permainan engklek memiliki banyak manfaat, seperti melatih kemampuan motorik kasar, kerjasama, kejujuran, keseimbangan, ketangkasan, keterampilan, dan sikap sosial (Mardayani *et al.*, 2016). Berikut aturan yang harus dilaksanakan dalam permainan engklek:

1. Melakukan hompimpa untuk menentukan urutan bermain.
2. Permainan dimulai dengan melempar gacuk ke satu kotak dengan ketentuan tidak boleh keluar garis. Apabila keluar garis maka dinyatakan gugur, dan dilanjutkan dengan pemain selanjutnya.
3. Kotak yang berisi gacuk tidak boleh diinjak oleh pemain.
4. Pemain yang melempar gacuk dengan tepat ke kotak, kemudian melompat dengan satu kaki melewati setiap kotak yang tersedia.
5. Pemain yang berhasil pada babak pertama kemudian melanjutkan permainan ke babak selanjutnya dengan kembali melempar gacuk pada kotak kedua, dan seterusnya sampai gacuk berhasil dilemparkan ke semua kotak yang ada.
6. Pemain yang berhasil melempar gacuk pada semua kotak maka selanjutnya pemain berupaya memperoleh omah. Caranya, pemain melempar gacuk dengan melewati kepalanya dengan membelakangi kotak engklek. Jika gacuk tersebut tepat menempati salah satu kotak, maka pemain berhasil mendapatkan omah.
7. Pemain yang memperoleh tanda rumah dapat menginjak kotak tersebut dengan kedua kaki.
8. Jika semua kotak telah diberi tanda rumah maka permainan telah selesai. Pemain yang memiliki jumlah tanda rumah yang banyak dinyatakan sebagai pemenangnya.

Adapun manfaat dari permainan tradisional engklek yaitu a) Mengasah kemampuan fisik pada anak seperti kekuatan otot kaki dalam melompat, kelenturan anggota badan, dan keseimbangan; b) Mengasah kemampuan bersosialisasi atau berinteraksi dengan orang lain. Dengan demikian, anak belajar untuk memahami karakter teman yang berbeda-beda sehingga dapat menghargai perbedaan yang ada; c) Mengembangkan kecerdasan logika pada anak. Hal ini anak berlatih untuk menghitung dan menentukan langkah yang harus dilewati dalam permainan; serta d) Mengembangkan kreativitas pada anak. Permainan ini memanfaatkan alam sekitar sehingga anak dituntut kreatif untuk menggunakan bahan yang ada sehingga dapat digunakan sebagai alat permainan (Apriani, 2013).

METHODS

Pengabdian ini menggunakan metode kuantitatif pre-eksperimen *one group pretest posttest design*. Alasan peneliti menggunakan metode pengabdian ini karena ingin mendeskripsikan penggunaan permainan tradisional engklek terhadap *self control* peserta didik usia sekolah dasar dengan membandingkan hasil sebelum penggunaan *treatment* (*pretest*) dan sesudah diberikan perlakuan (*posttest*). Desain pengabdian yang dilakukan peneliti adalah *pre-experimental design* dengan bentuk *one group pretest-posttest design*. Bentuk desain ini digambarkan sebagai berikut yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada suatu kelompok saja tanpa kelompok pembandingan:



Keterangan:

- O₁ = Nilai *pretest* (sebelum diberi perlakuan)
- X = Perlakuan menggunakan permainan tradisional engklek
- O₂ = Nilai *posttest* (setelah diberi perlakuan)
- O₂-O₁ = Pengaruh dari *treatment*/perlakuan yang diberikan

Pengabdian ini telah dilaksanakan di SD Negeri 4 Gunungtanjung. Tahapan pertama yang dilakukan yaitu melakukan *pretest* berupa angket dengan menggunakan *self control scale*. Kemudian, melakukan *treatment* berupa permainan tradisional engklek. Setelah *treatment* selesai dilakukan, maka tahapan selanjutnya yaitu melakukan *posttest*. Nilai hasil *pretest* dan *posttest* ini dianalisis menggunakan pendekatan analisis deskriptif. Adapun tujuan dilakukan analisis deskriptif adalah untuk menggambarkan kemampuan *self control* anak usia Sekolah Dasar di SD Negeri 4 Gunungtanjung. Analisis deskriptif ini dilakukan dengan cara membandingkan nilai hasil *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan Microsoft Excel 2013 dan SPSS. Nilai hasil *pretest* dan *posttest* diperoleh berdasarkan hasil jawaban dari angket *self control scale* yang berjumlah lima aspek.

Tabel 1. Interval Kategori *Self Control*

No.	Interval	Kategori
1.	$X \geq 59,95$	Sangat Tinggi
2.	$46,65 \leq X < 59,95$	Tinggi
3.	$33,35 \leq X < 46,65$	Sedang
4.	$20,05 \leq X < 33,35$	Rendah
5.	$X < 20,05$	Sangat Rendah

Sumber: Pengabdian 2023

Setiap aspek terdiri dari dua pertanyaan *favourable* dan dua pertanyaan *unfavourable* sehingga jumlah seluruh pertanyaan pada angket tersebut adalah 20. Dalam setiap pertanyaan ini memiliki skor nilai mulai dari 1 sampai dengan 4 sehingga jika seorang anak memperoleh skor maksimal, maka skor totalnya adalah 80. **Tabel 1** menunjukkan kategori nilai interval kemampuan *self control* anak.

RESULTS AND DISCUSSION

Analisis Deskriptif Kemampuan *Self Control* Pretest

Berdasarkan hasil pengabdian yang dilakukan kepada 18 peserta didik di SD Negeri 4 Gunungtanjung sebelum mendapatkan perlakuan berupa permainan tradisional engklek. Maka diperoleh data mengenai kemampuan *self control* sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Perhitungan Interval Kategori *Pretest*

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$X \geq 59,95$	Sangat Tinggi	3	16,7%
2.	$46,65 \leq X < 59,95$	Tinggi	4	22,2%
3.	$33,35 \leq X < 46,65$	Sedang	8	44,4%
4.	$20,05 \leq X < 33,35$	Rendah	3	16,7%
5.	$X < 20,05$	Sangat Rendah	-	-

Sumber: Pengabdian 2023

Tabel 2 menjelaskan bahwa secara umum hasil *pretest* anak berada pada kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, dan rendah, dengan rincian sebagai berikut: dari 18 orang peserta didik kelas VI SD Negeri 4 Gunungtanjung, 3 orang peserta didik atau 16,7% dari keseluruhan peserta didik mendapatkan nilai sangat tinggi, 4 orang peserta didik atau 22,2% dari keseluruhan peserta didik mendapatkan nilai tinggi, 8 orang peserta didik atau 44,4% dari keseluruhan peserta didik mendapatkan nilai sedang, 3 orang peserta didik atau 16,7% dari keseluruhan peserta didik mendapatkan nilai sangat rendah. Pada *pretest* ini rata-rata kemampuan *self control* pada anak usia sekolah dasar adalah 46,7. Apabila mengacu kepada kriteria keberhasilan yang ditentukan peneliti yaitu 60, maka kemampuan *self control* yang dimiliki peserta didik sekolah dasar ini belum memadai. Hasil pengolahan data *pretest* kemampuan *self control* anak adalah sebagai berikut.

Tabel 3. Data Statistik Hasil *Pretest*

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Sid. Deviation	Variance	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Sid. Error	Sid. Deviation	Variance		
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic								
Pretest	18	41	31	72	844	46,89	2,882	12,228	149,16	Pretest	18	19	60	79	1269	70,50	1,349	5,721	32,735
Valid (listwise)	N18									Valid (listwise)	N18	19	60	79	1269	70,50	1,349	5,721	32,735

Sumber: Pengabdian 2023

Berdasarkan data pada **Tabel 3** dapat disimpulkan bahwa kemampuan *self control* pada anak sebelum dilakukannya *treatment* berupa permainan tradisional engklek anak berada pada kategori bahwa secara umum hasil *pretest* anak sangat tinggi, tinggi, sedang, dan rendah.

Analisis Deskriptif Kemampuan *Self Control Posttest*

Berdasarkan hasil pengabdian yang dilakukan kepada 18 peserta didik di SD Negeri 4 Gunungtanjung dengan pemberian perlakuan berupa permainan tradisional engklek, maka diperoleh data mengenai kemampuan self control anak sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Perhitungan Interval Kategori *Posttest*

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$X \geq 59,95$	Sangat Tinggi	18	100%
2.	$46,65 \leq X < 59,95$	Tinggi	-	-
3.	$33,35 \leq X < 46,65$	Sedang	-	-
4.	$20,05 \leq X < 33,35$	Rendah	-	-
5.	$X < 20,05$	Sangat Rendah	-	-

Sumber: Pengabdian 2023

Tabel 4 menjelaskan bahwa hasil *posttest* 18 orang anak berada pada kategori sangat tinggi sehingga kemampuan *self control* pada anak setelah dilakukannya *treatment* berupa permainan tradisional engklek sangat tinggi. Maka, dari kedua data di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan *self control* anak setelah dilakukannya *treatment* berupa permainan tradisional engklek terdapat peningkatan.

N-Gain

Dalam melihat analisis penggunaan permainan tradisional engklek terhadap *self control* anak usia sekolah dasar, maka dilakukan perhitungan normal gain (*N-Gain*) terhadap perbedaan antara hasil sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) dengan hasil setelah diberikan perlakuan (*posttest*) yang diperoleh peserta didik kelas VI SD Negeri 4 Gunungtanjung, Kecamatan Gunungtanjung, Kabupaten Tasikmalaya. Uji *N-Gain* digunakan untuk mengetahui selisih antara hasil *pretest* dan *posttest* dengan rumus:

$$\text{Gain} = \text{Skor Posttest} - \text{Skor Pretest}$$

Analisis data hasil *pretest* dan *posttest* menggunakan uji *N-Gain* untuk mengetahui peningkatan kemampuan *self control* anak usia sekolah dasar sebagai berikut:

$$N - \text{Gain} = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor ideal} - \text{skor pretest}}$$

Dalam melihat ada atau tidaknya pengaruh terhadap *self control* anak sesudah menggunakan permainan tradisional *engklek*, maka nilai *pretest* dan *posttest* dihitung melakukan uji *gain* dan *N-Gain* menggunakan Microsoft Excel 2013. Berdasarkan hasil perhitungan *N-Gain* bahwa total skor *pretest* berjumlah 844 sedangkan skor *posttest* berjumlah 1269, maka diperoleh selisih nilai *pretest* dan *posttest* sebesar 425. Selain itu, diperoleh total *N-Gain* hasil *pretest* dan *posttest* sebesar 13,06 dengan nilai rata-rata sebesar 0,73 dimana nilai tersebut berada pada kategori tinggi. Dari hasil perhitungan *pretest* dan *posttest* menunjukkan adanya peningkatan kemampuan *self control* peserta sekolah dasar menggunakan permainan tradisional *engklek*.

Uji Asumsi Data *Pretest* dan *Posttest*

Normalitas Data

Untuk mengetahui normal tidaknya data, maka selanjutnya dilakukan uji normalitas data dilakukan dengan signifikansi pada kolmogorov-smirnov. Uji normalitas dilakukan terhadap skor *pretest* dan *posttest*. Proses perhitungan dengan bantuan SPSS 20. menggunakan taraf signifikan 0,05 dengan kriteria pengujian, jika nilai signifikansi (Sig) > 0,05 maka H_0 diterima dan jika nilai signifikansi (Sig) < 0,05 maka H_0 ditolak. Adapun hasil pengolahannya signifikansi pada kolmogorov-smirnov adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
	N	18	18
Normal	Mean	46,72	70,50
Parameters ^{a,b}	Std. Deviation	12,290	5,721
Most Extreme	Absolute	,135	,146
Differences	Positive	,135	,118
	Negative	-,100	-,146
Test Statistics		,135	,146
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{cd}	,200 ^{cd}
a. Test distribution is normal			

Sumber: Pengabdian 2023

Berdasarkan **Tabel 5** diketahui bahwa nilai signifikansi *pretest* adalah 0,200. Apabila taraf signifikansi (Sig) > 0,05 maka H_0 diterima dan jika nilai signifikansi (Sig) < 0,05 maka H_0 ditolak. Berdasarkan kriteria signifikan, maka nilai signifikan *pretest* 0,200 > 0,05. Itu berarti bahwa *pretest* diterima atau berdistribusi normal. Kemudian nilai signifikan *posttest* adalah 0,200, nilai signifikan *posttest* 0,200 > 0,05. Maka *posttest* tersebut diterima atau berdistribusi normal.

Uji Hipotesis

Data yang diperoleh berdistribusi normal, maka langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis parametrik. Dalam uji hipotesis ini, peneliti menggunakan uji *Paired Sample Test*. Analisis data *pretest* dan *posttest* dilakukan untuk menguji hipotesis yang peneliti telah ajukan dalam pengabdian, yaitu menjawab “Bagaimana pengaruh

permainan tradisional engklek terhadap *self control* peserta didik di sekolah dasar?" dengan hipotesis kerja sebagai berikut:

Ho : Tidak ada peningkatan dalam permainan tradisional engklek terhadap *self control* peserta didik di sekolah dasar.
Ha : Ada peningkatan dalam permainan tradisional engklek terhadap *self control* peserta didik di sekolah dasar.

Pengujian hipotesis menggunakan taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Tingkat signifikansi dalam hal ini berarti mengambil risiko salah dalam mengambil keputusan untuk menolak hipotesis yang benar sebanyak-banyaknya 5% (signifikansi 5% atau 0,05 adalah ukuran standar yang sering digunakan dalam penelitian). Maka kriteria pengujiannya sebagai berikut:

Jika $t_{hitung} \leq t_{tabel}$, maka H_0 diterima. Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 ditolak

Selanjutnya, dilakukan uji *Paired Samples Test* untuk mengetahui t_{tabel} dan t_{hitung} dengan hasil perhitungan sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil Uji t

	Paired Differences Mean	Std. Deviation	Mean	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2- tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1 Pretest	—	8,981	2,117	28,244	19,312	11,23	17	,000	
Posttest	23,778						3		

Sumber: Pengabdian 2023

Dalam **Tabel 6** menunjukkan hasil uji t dengan t_{hitung} yaitu 11,233. Sedangkan, t_{tabel} dicari pada $\alpha = 5\% : 2 = 2,5\%$ (uji 2 sisi) dengan derajat kebebasan (df) $n-1$ atau $18-1 = 17$ dengan pengujian 2 sisi (signifikansi=0,025) hasil diperoleh untuk t_{tabel} sebesar 2,10982. Setelahnya, dilakukan pengujian hipotesis sebagai berikut:

Ho : Tidak ada peningkatan dalam permainan tradisional engklek terhadap *self control* peserta didik di sekolah dasar.
Ha : Ada peningkatan dalam permainan tradisional engklek terhadap *self control* peserta didik di sekolah dasar.

Pengujian hipotesis dilakukan dengan mengikuti kriteria pengujian sebagai berikut:

Jika $t_{hitung} \leq t_{tabel}$, maka H_0 diterima
Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 ditolak.

Berdasarkan tingkat signifikansi dengan membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel} dan signifikansi Nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan nilai signifikansi ($0,000 < 0,05$) yang menunjukkan nilai $T_{hitung} > T_{tabel}$ ($11,233 > 2,10982$) dan signifikansi $< 0,05$ ($0,000 < 0,05$) maka H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan dalam permainan tradisional engklek terhadap *self control* anak usia sekolah dasar.

Uji Statistik

Hipotesis statistik yang digunakan dalam pengabdian ini adalah sebagai berikut:

$$H_0 : \mu_1 > \mu_2$$

$$H_a : \mu_1 < \mu_2$$

Keterangan:

- Ho: Penggunaan permainan tradisional engklek tidak berpengaruh terhadap *self control* peserta didik kelas VI sekolah dasar
- Ha : Penggunaan permainan tradisional engklek berpengaruh terhadap *self control* peserta didik kelas VI sekolah dasar
- μ_1 : Skor rata-rata hasil tes awal (sebelum diberikan perlakuan).
- μ_2 : Skor rata-rata hasil tes akhir (setelah diberikan perlakuan).

Berdasarkan data pada **Tabel 4** dapat diketahui bahwa skor rata-rata hasil tes awal (*pretest*) adalah 46,72. Sedangkan, skor rata-rata hasil tes akhir (*posttest*) adalah 70,50. Dari data tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata

hasil tes awal (*pretest*) yaitu sebesar 46,72 lebih kecil dibandingkan dengan nilai atau skor rata-rata hasil tes akhir (*posttest*). Hal ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

$$\text{Nilai Pretest} < \text{Nilai Posttest } 46,72 < 70,50$$

Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa hipotesis statistik yang sesuai adalah $H_a : \mu_1 < \mu_2$ sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan permainan tradisional engklek berpengaruh terhadap *self control* peserta didik kelas VI sekolah dasar.

Discussion

Berdasarkan hasil pengabdian menunjukkan permainan engklek berpengaruh pada *self control* peserta didik kelas VI sekolah dasar. Pada permainan engklek seorang anak dilatih untuk mengendalikan dirinya ketika ia harus mengikuti prosedur permainan, mematuhi aturan yang berlaku, menunggu giliran bermain, melakukan engklek, melempar gacuk sehingga mengharuskan anak harus bersikap tenang. Hal tersebut dapat memberikan dampak positif dalam pembentukan *self control* peserta didik usia sekolah dasar. Selain itu, permainan engklek dapat menjadi sumber belajar sebab dalam permainan anak memperoleh pengalaman yang akan tertanam pada jiwa seorang anak (Pertiwi *et al.*, 2018).

Pemilihan strategi permainan tradisional engklek didasarkan pada asumsi bahwa setiap individu mempunyai karakteristik yang baik, mampu bekerja sama dengan orang lain, memiliki rasa empati terhadap sesama, dan memiliki kemampuan untuk mengubah perilaku ke arah yang positif. Permainan tradisional engklek dapat membentuk karakter positif terhadap anak, seperti melatih daya imajinasi dan kreativitas yang tinggi dikarenakan permainan tradisional engklek menggunakan fasilitas yang ada di lingkungan sekitar, permainan tradisional engklek memiliki nilai luhur dan pesan moral, serta melatih kejujuran, kebersamaan, tanggung jawab, sportif, dan mematuhi aturan (Susanto, 2017).

Sekolah pada hakikatnya sebagai lingkungan pendidikan formal pertama yang dimasuki anak-anak berfungsi untuk memberikan pengetahuan, keterampilan, dan sikap positif yang dapat menunjang masa depan generasi penerus bangsa. Apabila hubungan antara komponen sekolah terjalin dengan baik, maka akan terjadi komunikasi yang harmonis (Kuhnle *et al.*, 2010). Anak usia sekolah dasar dengan rentang usia dari 6 sampai dengan 12 tahun mulai memiliki kemampuan yang beragam, menguasai tanggung jawab, dan berpikir logis dan kritis. Upaya meningkatkan *self control* peserta didik merupakan suatu hal yang seyogyanya memperoleh perhatian penting dari pihak sekolah. Upaya yang dilakukan harus sesuai dengan karakteristik peserta didik sekolah dasar sehingga tercapainya tujuan yang diharapkan (Yufiarti *et al.*, 2016).

CONCLUSION

Berdasarkan pengabdian yang telah dilakukan di kelas VI SDN 4 Gunungtanjung, Kecamatan Gunungtanjung, Kabupaten Tasikmalaya tentang pengaruh permainan tradisional engklek terhadap *self control* peserta didik di sekolah dasar diperoleh simpulan sebagai berikut: kemampuan *self control* peserta didik sebelum menggunakan permainan tradisional engklek (*pretest*) mendapatkan hasil skor dengan kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, dan rendah, dengan rincian sebagai berikut: dari 18 orang peserta didik kelas VI SD Negeri 4 Gunungtanjung, 3 orang peserta didik atau 16,7% dari keseluruhan peserta didik mendapatkan nilai sangat tinggi, 4 orang peserta didik atau 22,2% dari keseluruhan peserta didik mendapatkan nilai tinggi, 8 orang peserta didik atau 44,4% dari keseluruhan peserta didik mendapatkan nilai sedang, 3 orang peserta didik atau 16,7% dari keseluruhan peserta didik mendapatkan nilai sangat rendah. Kemampuan *self control* peserta didik setelah menggunakan permainan tradisional engklek (*posttest*) mendapatkan hasil skor dengan kategori sangat tinggi sebanyak 18 orang atau 100%. Perbandingan hasil keterampilan sebelum dan sesudah menggunakan permainan tradisional engklek menghasilkan perbedaan yang

signifikan. Hal ini dapat dibuktikan dengan peningkatan skor rata-rata pada *pretest* sebesar 46,72 menjadi 70,50 pada *posttest*.

AUTHOR'S NOTE

Penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan terkait publikasi artikel ini. Penulis menegaskan bahwa data dan isi artikel bebas dari plagiarisme.

REFERENCES

- Apriani, D. (2013). Penerapan permainan tradisional engklek untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak kelompok B RA Al Hidayah 2 Tarik Sidoarjo. *Paud Teratai*, 2(1), 1-13.
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, kontrol diri dan kenakalan remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2), 126-129.
- Chui, W. H., & Chan, H. C. O. (2013). Association between self-control and school bullying behaviors among Macanese adolescents. *Child Abuse and Neglect*, 37(4), 237-242.
- Clara, C., Dariyo, A., & Basaria, D. (2017). Peran self-efficacy dan self-control terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA (studi pada siswa SMA X Tangerang). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(2), 159-169.
- Clinton, M. E., Conway, N., Sturges, J., & Hewett, R. (2020). Self-control during daily work activities and work-to-nonwork conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 118(1), 1-13.
- Copeland, A., Jones, A., & Field, M. (2020). The association between meaning in life and harmful drinking is mediated by individual differences in self-control and alcohol value. *Addictive Behaviors Reports*, 11(1), 1-5.
- Hamonangan, R. H., & Widiyanto, S. (2019). Pengaruh self regulated learning dan self control terhadap hasil belajar bahasa Indonesia. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran*, 7(1), 5-10.
- Kuhnle, C., Hofer, M., & Kilian, B. (2010). The relationship of value orientations, self-control, frequency of school-leisure conflicts, and life-balance in adolescence. *Learning and Individual Differences*, 20(3), 251-255.
- Mardayani, K. T., Mahadewi, L. P. P., & Magta, M. (2016). Penerapan permainan tradisional engklek untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak kelompok B di PAUD Widhya Laksmi Singaraja tahun ajaran 2015/2016. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 4(3), 1-12.
- Ng-Knight, T., Shelton, K. H., Riglin, L., McManus, I. C., Frederickson, N., & Rice, F. (2016). A longitudinal study of self-control at the transition to secondary school: Considering the role of pubertal status and parenting. *Journal of Adolescence*, 50(1), 44-55.
- Paramitha, G. K., & Hamdan, S. R. (2021). Pengaruh self-control terhadap perilaku merokok mahasiswa selama pandemi COVID-19. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 132-139.
- Pertiwi, D. A., Fitroh, S. F., & Mayangsari, D. (2018). Pengaruh permainan tradisional engklek terhadap perkembangan kognitif anak usia 5-6 tahun. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 5(2), 86-100.
- Schmidt-Barad, T., & Uziel, L. (2020). When (state and trait) powers collide: Effects of power-incongruence and self-control on prosocial behavior. *Personality and Individual Differences*, 162, 1-10.
- Suherman, M. M. (2016). Efektivitas strategi permainan dalam mengembangkan self-control siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 16(2), 194-201.
- Susanto, B. H. (2017). Model pembelajaran pendidikan jasmani melalui permainan tradisional untuk membentuk karakter pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Moral Kemasyarakatan*, 2(2), 117-130.
- Titisari, H. T. D. (2017). Hubungan antara penyesuaian diri dan kontrol diri dengan perilaku delikuen pada siswa SMA Muhammadiyah 1 Jombang. *Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi*, 16(2), 131-141.
- Walter, H., Kausch, A., Dorfschmidt, L., Waller, L., Chinichian, N., Veer, I., ... & Kruschwitz, J. D. (2020). Self-control and interoception: Linking the neural substrates of craving regulation and the prediction of aversive interoceptive states induced by inspiratory breathing restriction. *Neuroimage*, 215(1), 1-28.
- Yufiarti, I. I. H., & Annisa, U. (2016). Empati dan kontrol diri guru dalam mengajar di sekolah dasar. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 5(1), 1-6.