



PENGUATAN DISIPLIN DAN SPORTIVITAS SISWA MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL DALAM PEMBELAJARAN PJOK

Muhammad Khoiruddin Alvin^{1*}, Fajar Awang Irawan², Aji Tri Pamungkas³.

^{1,2} Universitas Negeri Semarang, Indonesia

³KPOTI Kabupaten Semarang

*Korespondensi: khoiruddinalvin03@students.unnes.ac.id

ABSTRACT

This study aims to examine the role of traditional games in shaping students' discipline and sportsmanship behavior in Physical Education, Sports, and Health learning. The research employed a descriptive qualitative approach involving students of SDN 1 Sidomulyo as the research subjects. Data were collected through structured observation, field notes, and visual documentation during the implementation of traditional games such as rangku alu and wooden stilts. Data analysis was conducted through data reduction, data presentation, and conclusion verification. The results indicate that the application of traditional games is able to foster student discipline, as reflected in compliance with rules, orderly participation in learning activities, and responsibility during the learning process. In addition, students' sportsmanship attitudes also developed, as evidenced by fair behavior, mutual respect, cooperation, and the ability to accept game outcomes with a positive attitude. These findings identify that traditional games function as effective learning media, not only for physical activity but also in supporting the development of discipline and sportsmanship character among elementary school students.

Keywords: Traditional games, Physical Education, Discipline, Sportsmanship, Character Education

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran permainan tradisional dalam membentuk perilaku disiplin dan sportivitas siswa pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan melibatkan siswa SDN 1 Sidomulyo sebagai subjek penelitian. Data dikumpulkan melalui observasi terstruktur, catatan lapangan, dan dokumentasi visual selama pelaksanaan permainan tradisional seperti rangku alu dan egrang balok. Analisis data dilakukan melalui proses reduksi data, penyajian data, verifikasi Kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional mampu menumbuhkan disiplin siswa yang ditunjukkan melalui kepatuhan terhadap aturan, keteraturan dalam mengikuti pembelajaran, serta tanggung jawab selama kegiatan berlangsung. Selain itu sikap sportivitas siswa juga berkembang, yang tercermin dari perilaku adil, saling menghargai, kerja sama, serta kemampuan menerima hasil permainan dengan sikap yang positif. Temuan ini mengidentifikasi mengidentifikasi bahwa permainan tradisional berperan sebagai media pembelajaran yang efektif, tidak hanya untuk aktivitas fisik, tetapi juga dalam mendukung penguatan karakter disiplin dan sportivitas siswa di sekolah dasar.

Kata Kunci: Permainan Tradisional, PJOK, Disiplin, Sportivitas, Pendidikan Karakter



PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada hakikatnya tidak hanya berfokus pada peningkatan kebugaran jasmani peserta didik, tetapi juga berperan strategis dalam mengembangkan kompetensi sosial dan efektif yang dibutuhkan dalam kehidupan sekolah maupun bermasyarakat (Ristiyanto et al., 2024). Dalam kerangka tersebut, nilai disiplin yang tercermin dalam kepatuhan terhadap aturan, konsistensi perilaku, dan ketertiban serta sportivitas yang mencakup sikap fair play, penghargaan terhadap lawan, penerimaan hasil permainan, dan kejujuran merupakan capaian pembelajaran esensial yang seharusnya terintegrasi secara sistematis dalam proses pembelajaran PJOK (Bailey, 2006). Berbagai kajian menunjukkan bahwa Pendidikan jasmani memiliki potensi besar sebagai wahana pembentukan nilai-nilai personal dan sosial peserta didik, sehingga tidak semata mata dipahami sebagai aktivitas bermain tanpa tujuan pedagogis yang jelas (Irmansyah et al., 2020).

Dalam ranah pendidikan dasar, penguatan karakter peserta menjadi salah satu prioritas utama dalam mencapai tujuan pendidikan nasional (Afidah et al., 2022). Karakter seperti disiplin, tanggung jawab, kerja sama, dan sportivitas dipandang sebagai unsur esensial yang menopang perkembangan kepribadian serta kecakapan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) yang dirancang secara terancang dan bermakna mampu memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan keterampilan sosial, pengelolaan emosi, serta sikap saling menghargai antar peserta didik (Salahuddin & Satriawan, 2025). Melalui aktivitas fisik yang melibatkan interaksi sosial dan pengalaman langsung, PJOK berperan sebagai media pembelajaran yang efektif dalam menanamkan nilai-nilai sosial dan karakter positif siswa, sehingga tidak dapat dimaknai sekedar sebagai aktivitas fisik, melainkan sebagai sarana pedagogis yang strategis dalam pembentukan perilaku dan nilai sosial peserta didik (Nuraini et al., 2024).

Namun demikian, implementasi pembelajaran PJOK saat ini dihadapkan pada tantangan perubahan gaya hidup anak yang cenderung pasif, ditandai dengan menurunnya intensitas aktivitas bermain aktif, termasuk semakin terpinggirkannya permainan tradisional (Ajito et al., 2025). Padahal, permainan tradisional memiliki karakteristik pedagogis yang kuat, seperti aturan permainan yang jelas, intensitas interaksi sosial yang tinggi, tuntutan kerja sama dan komunikasi antar peserta, serta situasi kompetitif yang alami sehingga mendorong peserta didik untuk mengembangkan control diri dan sikap adil (Istifarillah et al., 2022). Penelitian pada konteks sekolah dasar menunjukkan bahwa penerapan dan modifikasi permainan tradisional, seperti gobak sodor, mampu berkontribusi pada pembentukan keterampilan sosial, tanggung jawab personal sosial, kerja tim, serta kemampuan komunikasi peserta didik (Bisa, 2023).

Permainan tradisional juga relevan untuk penguatan disiplin karena menuntut kepatuhan pada kesepakatan aturan, pembagian peran, dan konsekuensi atas pelanggaran. Studi di Indonesia melaporkan bahwa pembelajaran Pendidikan jasmani berbasis permainan tradisional terbukti efektif dalam membentuk karakter peserta didik, khususnya pada indikator disiplin (Devitaningrum et al., 2023). Selain itu literatur mengenai permainan tradisional menegaskan bahwa nilai-nilai kearifan lokal yang terkandung di dalamnya termasuk disiplin dan sportivitas dapat dimanfaatkan sebagai alternatif Pendidikan karakter di sekolah melalui aktivitas bermain yang dirancang secara terstruktur dan bermakna (Aqobah et al., 2025).

Dari perspektif penguatan sportivitas, permainan tradisional memberikan pengalaman autentik terkait praktik kompetisi yang sehat, Dimana peserta didik belajar menghargai aturan, menerima keputusan permainan, serta mengelola emosi baik dalam kondisi menang maupun kalah. Bukti empiris terbaru juga menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan tradisional dapat memberikan



kontribusi positif terhadap perkembangan prikososial peserta didik, terutama apabila implementasikan secara terencana dan sistematis dalam model pembelajaran yang terstruktur (Julianti et al., 2025). Oleh karena itu, artikel ini menegaskan urgensi manfaat permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK sebagai strategi pedagogis untuk memperkuat disiplin dan sportivitas siswa, sekaligus sebagai upaya menghidupi Kembali praktik budaya bermain aktif yang edukatif dan kontekstual.

METODE

Metode ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis perilaku disiplin dan sportivitas siswa dalam pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) melalui penerapan permainan tradisional (Creswell, 2014). Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada upaya memahami dan menginterpretasikan nilai-nilai karakter yang berkembang secara alami dalam situasi pembelajaran yang autentik, tanpa adanya perlakuan eskperimental atau manipulasi variabel (Elfrita et al., 2025).

Subjek penelitian yaitu siswa SDN 1 Sidomulyo yang mengikuti pembelajaran PJOK. Penentuan subjek dilakukan menggunakan teknik purposive sampling, dengan memilih kelas yang secara sengaja menerapkan permainan tradisional dalam proses pembelajaran. Pemilihan kelas tersebut didasarkan pada Tingkat keterlibatan aktif siswa dalam permainan seperti, rangku alu, egrang balok atau permainan lokal lainnya, yang nilai relevan dalam menumbuhkan dan menguatkan nilai disiplin serta sportivitas siswa (Aqobah et al., 2025).

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini mencakup lembar observasi, catatan lapangan, dan dokumentasi visual (Kusumastuti & Khoiron, 2019). Lembar observasi digunakan oleh peneliti bersama pengamat pendamping untuk mengidentifikasi dan mencatat perilaku siswa selama proses pembelajaran PJOK, dengan menekankan pada aspek disiplin, kepatuhan terhadap aturan permainan, serta tanggung jawab individu, dan aspek sportivitas yang mencakup sikap fair play, kerja sama, serta penghormatan terhadap sesama peserta didik (Giri & Sustiwati, 2023). Catatan lapangan dimanfaatkan untuk merekam berbagai peristiwa penting, respons siswa, serta pola interaksi sosial yang muncul selama pelaksanaan permainan tradisional, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang lebih kontekstual mengenai proses pembentukan nilai-nilai karakter (Atikah & Priambadha, 2025). Sementara itu, dokumentasi visual berupa foto dan video kegiatan pembelajaran digunakan sebagai data pendukung guna memperkuat hasil observasi serta memberikan bukti empiris terkait kemunculan perilaku disiplin dan sportivitas siswa selama kegiatan pembelajaran berlangsung (Azzahra et al., 2025).

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga tahapan utama penelitian kualitatif, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi. Pada tahap reduksi data, peneliti menyeleksi, memfokuskan, serta menyederhanakan data yang diperoleh dari hasil observasi dan dokumentasi dengan mengacu pada indikator disiplin dan sportivitas yang telah ditetapkan (Miles et al., 2014). Selanjutnya, tahap penyajian data dilakukan dengan menyusun narasi tematik yang menggambarkan hubungan antara penerapan permainan tradisional dan perkembangan perilaku disiplin serta sportivitas siswa selama pembelajaran PJOK (Rachman et al., 2025). Tahap akhir berupa penarikan kesimpulan dilakukan melalui proses verifikasi untuk memastikan konsistensi dan keabsahan temuan, antara lain dengan menerapkan triangulasi antar instrumen pengumpulan data. Pendekatan analisis tersebut selaras dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK memiliki kontribusi positif terhadap penguatan nilai-nilai karakter siswa, khususnya disiplin dan sportivitas (Elfrita et al., 2025).



HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil observasi menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK di SDN 1 Sidomulyo mampu memperkuat perilaku disiplin siswa. Disiplin tercermin dari kepatuhan siswa terhadap aturan permainan, ketertiban dalam mengikuti alur kegiatan, serta kesediaan menaati arahan guru selama pembelajaran berlangsung. Pada permainan rangku alu, dan egrang balok, siswa di tuntuk untuk mengikuti aturan yang telah di sepakati agar permainan dapat berjalan lancar dan adil.



Gambar 1. Permainan egrang balok

Pengalaman langsung tersebut membantu siswa memahami pentingnya disiplin sebagai bagian dari aktivitas Bersama. Pelanggaran aturan direspons dengan konsekuensi edukatif, sehingga siswa bertanggung jawab terhadap perilakunya. Temuan ini menguatkan pandangan bahwa permainan tradisional dapat menjadi sarana efektif dalam menanamkan nilai disiplin melalui pembelajaran PJOK yang bersifat kontekstual dan partisipatif.

Selain disiplin, hasil penelitian juga menunjukkan berkembangnya sikap sportivitas siswa selama mengikuti permainan tradisional. Sportivitas terlihat dari perilaku fair play, sikap saling menghargai, penerimaan terhadap hasil permainan, serta kemampuan mengendalikan emosi saat menang maupun kalah. Interaksi sosial yang intens dalam permainan mendorong siswa untuk bekerja sama dan menghormati sesama siswa.



Gambar 2. Permainan rangku alu

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa permainan tradisional relevan digunakan sebagai media penelitian karakter dalam pembelajaran PJOK. Khususnya dalam penguatan disiplin dan sportivitas siswa. Permainan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai sarana aktivitas fisik, tetapi juga sebagai wahana pembelajaran nilai-nilai sosial dan moral yang selaras dengan tujuan Pendidikan karakter di sekolah. Pembelajaran yang memanfaatkan permainan tradisional maupun menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, partisipatif, dan bermakna, sehingga siswa lebih mudah menerima dan menginternalisasi nilai-nilai yang ditanamkan. Hal ini mendukung pandangan bahwa pendekatan pembelajaran kontekstual berbasis budaya lokal dapat menjadi alternatif efektif dalam menjawab tantangan pembentukan karakter siswa di tengah perubahan karakter siswa di Tengah perubahan gaya hidup yang semakin pasif

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa permainan tradisional layak dipertahankan dan dikembangkan sebagai integral dari pembelajaran PJOK, tidak hanya untuk meningkatkan aktivitas siswa, tetapi juga untuk membangun disiplin dan sportivitas sebagai fondasi karakter peserta didik.

SIMPULAN

Penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memberikan kontribusi positif terhadap penguatan disiplin dan sportivitas siswa. Kegiatan bermain yang dirancang secara terstruktur dan berlandaskan aturan mendorong siswa untuk menunjukkan kepatuhan terhadap ketentuan permainan, meningkatkan rasa tanggung jawab, serta menjaga ketertiban selama proses pembelajaran berlangsung. Selain itu interaksi sosial yang terbangun melalui permainan tradisional turut menumbuhkan sikap sportivitas, seperti perilaku fair play, saling menghargai antar peserta, kemampuan bekerja sama, serta kesiapan menerima hasil permainan secara objektif. Temuan ini menegaskan bahwa permainan tradisional tidak hanya berperan sebagai sarana aktivitas fisik, tetapi juga sebagai media pembelajaran karakter efektif, kontekstual, dan relevan dalam mendukung pencapaian tujuan Pendidikan karakter pada pembelajaran PJOK di sekolah dasar.



UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada pihak SDN 1 Sidomulyo atas izin dan dukungan yang diberikan selama proses penelitian berlangsung. Apresiasi juga kepada guru PJOK serta seluruh siswa yang telah berpartisipasi secara aktif dalam pelaksanaan penelitian.

DAFTAR REFERENSI

- Afidah, N. N., Syihabuddin, Liswati, K. N., & Rizkyanfi, M. W. (2022). *Jurnal Cakrawala Pendas Pembelajaran Bahasa Indonesia Di Sekolah Dasar Abstrak Pendahuluan Situasi saat ini yang dihadapi Indonesia secara keseluruhan , dengan berbagai simbol representasi budaya bangsa , kelas-kelas bahasa dalam proses pembelajaran sedik.* 8(4), 1526–1536.
- Ajito, T., Jenahut, K. S., & Maure, O. P. (2025). Development of Traditional Game Model “Etu” to Improve Physical Fitness with Sportsmanship in Elementary School Students in Nagekeo Regency. *JOSS: Journal of Social Science*, 4(11), 719–730. <https://joss.al-makkipublisher.com/index.php/js/article/view/518/525>
- Aqobah, Q. J., Rakhman, P. A., Puspaningtyas, Anggraeni, E. P., & Wardianingsih, Z. (2025). Menumbuhkan Sikap Disiplin dan Sportif Melalui Permainan Tradisional Khas Banten. *Jurnal Olahraga*, 1(3), 107–111.
- Atikah, N., & Priambadha, A. A. (2025). Peran Permainan Tradisional dalam Membangun Nilai-nilai Kehidupan: Perspektif Pendidikan Karakter Anak. *Wiyata Dharma: Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 13(1), 32–47.
- Azzahra, S., Farhanu, R. F., Kurnianto, A., Septiyanto, A., & Suterno. (2025). *Implementasi Demonstrasi Permainan Tradisional Sebagai Media Pembelajaran Untuk Meningkatkan.* 1, 15–22.
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397–401. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x>
- Bisa, M. (2023). *Sports Education as a Means of Building Student s ' Character : Values and Benefits.* 15, 1581–1590. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v15i2.3889>
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches.*
- Devitaningrum, Mulyanto, C. B., & Nopembri, S. (2023). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Pengembangan Media Pembelajaran PJOK Berbasis Web Di Kelas IV SD*, 19(2), 17–28.
- Elfarita, N., Suparto, A., & Basri, M. H. (2025). Penerapan Pendidikan Jasmani Berbasis Karakter melalui Permainan Gobak Sodor dan Bentengan pada Siswa Kelas V di SDN Pangarangan III Sumenep. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 6(2), 233–240. <https://doi.org/10.46838/spr.v6i2.722>
- Giri, G. A. R. C., & Sustiwati, N. L. (2023). Nilai-Nilai Pendidikan Dalam Permainan Shogi. *Mahadaya: Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Budaya*, 3(1), 51–64. <https://doi.org/10.34010/mhd.v3i1.8281>
- Irmansyah, J., Lumintuarso, R., Sugiyanto, F. X., & Sukoco, P. (2020). Children’s social skills through traditional sport games in primary schools. *Cakrawala Pendidikan*, 39(1), 39–53. <https://doi.org/10.21831/cp.v39i1.28210>
- Istifarillah, K., Endie, R., & Fakhrudin, A. (2022). *Jurnal Pendidikan dan Konseling. Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 6987–6995.
- Julianti, R. R., Suherman, A., Ma’mun, A., Budiana, D., & Sari, E. F. N. (2025). Traditional games as a tool for improving psychosocial development: a comparative study of structured and progressive learning models. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 6(1), 1–14. [https://doi.org/10.25299/esijope.2025.vol6\(1\).18538](https://doi.org/10.25299/esijope.2025.vol6(1).18538)
- Kusumastuti, A., & Khoiron, A. M. (2019). *Metode penelitian Kualitatif.*
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis A Methods Sourcebook.*



- Nuraini, A. S., Annisa, H., Rahmayanti, I., Ayuni, L. Q., Zahra, N., Makiyyah, N., Aprilianti, S. N., & Mulyana, A. (2024). Integrasi Nilai-Nilai Karakter Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani ,. *Mutiara: Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah*, 2(3), 80–94.
- Rachman, F., Inayah, S., Suharto, D. T. H., Umam, C., Zakaria, E., & Gumantan, D. A. (2025). *Pembelajaran Permainan Tradisional* (Vol. 6).
- Ristiyanto, T. W., Fitria, R., & Atikah, C. (2024). Peran Pendidikan Jasmani dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial dan Emosional Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar (PENDAS)*, 09, n/a-n/a. <https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/19433>
- Salahuddin, & Satriawan, R. M. (2025). Membangun Karakter Positif melalui Pendidikan Jasmani di Sekolah : Sinergi antara Fisik dan Moral Fostering Positive Character through Physical Education in Schools : A Synergy between Physical and Moral Development. *Journal Discourse of Physical Education*, 4(1), 40–54.