

Strategi inovatif pembelajaran atletik jalan cepat dengan pendekatan permainan tradisional dalam meningkatkan motivasi belajar

Innovative strategies for race walking learning through a traditional games approach to enhance learning motivation

Alvindo Dony Firmansyah^{*1}, Astri Ayu Irawan¹, Asep Suherman¹

¹Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Singaperbangsa, Karawang, Indonesia

*Corresponding Author

Abstrak

Latar Belakang Masalah: Atletik merupakan aktivitas menarik dalam pembelajaran pendidikan jasmani, namun sering kurang diminati karena penyampaian materinya kurang menarik. Penerapan permainan tradisional pada pembelajaran jalan cepat diharapkan dapat membuat proses belajar lebih menyenangkan serta meningkatkan minat dan antusiasme peserta didik. **Tujuan Penelitian:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh variasi Permainan Tradisional Terhadap Motivasi Siswa Dalam Pembelajaran Atletik Jalan Cepat. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *One-Group Pretest-Posttest Design*, di mana kondisi siswa diukur sebelum dan sesudah perlakuan untuk mengetahui perubahan yang terjadi akibat penerapan permainan tradisional. **Hasil:** Hasil analisis data yang dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS 25 menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran atletik jalan cepat. Hal ini dibuktikan dengan nilai sig. (2-tailed) value of 0,000, yang lebih kecil dari batas signifikansi 0,05. **Kesimpulan:** Dengan demikian, penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran atletik jalan cepat terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik, terutama di tingkat SMP. Penelitian selanjutnya disarankan dilakukan dengan cakupan yang lebih luas dan durasi yang lebih panjang untuk mengkaji dampak jangka panjang terhadap hasil belajar.

Kata Kunci: Permainan Tradisional; Pembelajaran; Atletik Jalan Cepat.

Abstract

Research Problems: Athletics is an engaging activity in physical education learning, but it is often less favored due to uninteresting material delivery. The implementation of traditional games in race walking lessons is expected to make the learning process more enjoyable and increase students' interest and enthusiasm. **Research Objectives:** The purpose of this study was to determine the Effect of Variations in Traditional Games on Student Motivation in Race Walking Athletics Learning. **Methods:** This study used an experimental method with a One-Group Pretest-Posttest Design, where students' conditions were measured before and after treatment to determine the changes that occurred due to the application of traditional games. **Results:** The results of data analysis carried out with the help of SPSS 25 software showed a significant effect of the application of traditional games in race walking athletics learning. This is evidenced by the sig. (2-tailed) value of 0.000, which is smaller than the significance limit of 0.05. **Conclusion:** Thus, the implementation of traditional games in race walking athletics lessons has proven effective in enhancing students' learning motivation, especially at the junior high school level. Further research is recommended with a broader scope and longer duration to examine the long-term effects on learning outcomes.

Keywords: Traditional Games; Learning; Race Walking Athletics.

Dikirim: 10 Juni 2025; Direvisi: 11 Juni 2025; Diterima: 19 Juni 2025

 <http://dx.doi.org/10.55379/sjs.v5i1.156>

Corresponding author: Alvindo Dony Firmansyah, JL. Rh Jaja Abdullah, Karawang Kulon, Karawang - 41311
Email: donyfirmansyah85@gmail.com

PENDAHULUAN

Atletik adalah salah satu unsur dari pendidikan jasmani dan kesehatan, yang merupakan komponen-komponen pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani serta pembinaan hidup sehat dan pengembangan jasmani, mental, social, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang (Sugawara, 2014). Soegiyanto dan Lestari (2015) atletik dapat menjadi aktivitas yang menarik dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah karena peserta didik umumnya telah memiliki keterampilan dasar dalam gerakan-gerakan atletik. Selain itu, aktivitas atletik juga dapat meningkatkan kebugaran jasmani, memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan, dan menanamkan nilai-nilai positif seperti kegigihan dan semangat berkompetisi. Namun, dalam praktiknya, pembelajaran atletik sering dianggap kurang menarik oleh peserta didik akibat penyampaian materi yang monoton, tingkat kesulitan yang tinggi, serta keterbatasan sarana pendukung, sehingga menurunkan motivasi mereka, terutama pada materi seperti jalan cepat. Untuk itu, diperlukan inovasi pembelajaran yang mampu meningkatkan antusiasme dan partisipasi aktif peserta didik.

Salah satu strategi yang efektif untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan menyisipkan unsur permainan dalam pembelajaran. Bermain merupakan aktivitas yang bersifat intrinsik dan memiliki peran penting dalam proses belajar anak (Tadkiroatun, 2018). Dalam konteks pendidikan jasmani, permainan tidak hanya berfungsi sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai sarana untuk melatih fungsi fisik dan mental secara terpadu, sekaligus meningkatkan kemampuan sosial dan intelektual peserta didik (Ardiansyah & Hartati, 2014).

Permainan tradisional merupakan salah satu bentuk warisan budaya yang mencerminkan nilai-nilai sosial, budaya, dan spiritual masyarakat ishak (Pujiyasa et al., 2025). Sumarsono (2022) menyebutkan bahwa permainan

tradisional memberikan pengalaman menyenangkan dan mampu menumbuhkan keceriaan dalam diri anak. Selain melestarikan budaya bangsa, permainan tradisional juga efektif dalam menanamkan nilai-nilai seperti kerja tim, tanggung jawab, dan patriotisme di antara anak-anak ([Rahmadhanty et al., 2025](#)). Pemanfaatan permainan tradisional dalam pola asuh anak dapat dikembangkan untuk menerapkan dan melestarikan nilai-nilai dan norma-norma lokal pada generasi penerus sejak usia dini ([Suteja et al., 2022](#)). Dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani, penerapan permainan tradisional dapat menjadi alternatif inovatif untuk meningkatkan motivasi dan efektivitas pembelajaran ([Radik et al., 2021](#)).

Penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional dalam konteks pendidikan jasmani dapat memberikan dampak positif terhadap hasil belajar peserta didik. [Effendi & Hartati \(2018\)](#) menemukan bahwa penerapan permainan tradisional di tingkat sekolah dasar mampu meningkatkan minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran. Penelitian lain oleh menegaskan pentingnya pendekatan berbasis permainan dalam pendidikan jasmani untuk meningkatkan keterlibatan peserta didik. Sementara itu, [Latif et al. \(2019\)](#) menunjukkan bahwa modifikasi permainan tradisional mampu meningkatkan keaktifan dan motivasi belajar peserta didik.

Namun demikian, penelitian-penelitian sebelumnya umumnya membahas penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani secara umum. Masih sangat terbatas penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh variasi permainan tradisional terhadap motivasi peserta didik dalam materi atletik, khususnya jalan cepat. Berdasarkan hasil observasi di SMP Negeri 2 Telagasari, peserta didik menunjukkan kurangnya antusiasme dalam pembelajaran atletik jalan cepat yang cenderung monoton. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan akan metode pembelajaran yang lebih menarik dan variatif.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini memiliki urgensi untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang mampu meningkatkan motivasi peserta didik melalui pendekatan permainan tradisional. Oleh

karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh variasi permainan tradisional terhadap motivasi peserta didik dalam pembelajaran atletik jalan cepat. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap inovasi pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya dalam memperkenalkan kembali permainan tradisional sebagai media yang efektif dan menyenangkan dalam proses pembelajaran

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *One-Group Pretest-Posttest Design*, di mana kondisi peserta didik diukur sebelum dan sesudah perlakuan untuk mengetahui perubahan yang terjadi akibat penerapan permainan tradisional. Waktu dan Tempat Penelitian; Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Telagasari, Kabupaten Karawang, Jawa Barat, selama bulan Maret hingga April 2025. Kegiatan penelitian mencakup persiapan instrumen, pelaksanaan *pretest*, pemberian perlakuan selama empat kali pertemuan dalam mata pelajaran PJOK, serta *posttest* setelah perlakuan.

Partisipan

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas VIII SMPN 02 Telagasari yang terdiri dari lima kelas dengan total 172 peserta didik. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah cluster random sampling dengan cara memilih kelas secara acak. Prosedurnya, populasi dibagi menjadi lima kelompok berdasarkan kelas, yaitu kelas satu hingga kelas lima. Selanjutnya, dilakukan pengundian menggunakan lima kertas undian yang masing-masing berisi nama kelas. Kertas undian yang terpilih secara acak menentukan kelas yang dijadikan sampel atau subjek penelitian.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket motivasi belajar peserta didik, yang dikembangkan berdasarkan teori motivasi belajar oleh (AM, 2009), mencakup dua dimensi utama, yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Angket ini terdiri dari 31 butir pernyataan dan disusun dengan mengadaptasi serta memodifikasi item dari instrumen yang telah

digunakan dalam penelitian terdahulu oleh ([Effendi & Hartati, 2018](#)). Penyusunan angket menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban. Sebelum digunakan, angket telah melalui proses uji validitas dan reliabilitas. Hasil uji validitas menunjukkan nilai koefisien validitas sebesar 0,344, yang menunjukkan bahwa item memiliki validitas sedang. Sedangkan uji reliabilitas menghasilkan koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0,951, yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas sangat tinggi dan layak digunakan dalam penelitian.

Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif. Analisis data dilakukan dengan menghitung frekuensi relatif dalam bentuk persentase menggunakan rumus yang dikemukakan oleh ([Sudijono, 2018 : 40](#)), yaitu :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\% \quad (1)$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Pengkategorian skor dilakukan dengan merujuk pada nilai rata-rata (Mean) dan standar deviasi (SD). Mengacu ([Azwar, 2014: 163](#)) kriteria skor dapat ditentukan melalui Penilaian Acuan Norma (PAN) untuk mengelompokkan data secara lebih terstruktur.

Tabel 1. Norma Penilaian

Interval	Kategori
$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Tinggi
$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang
$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Rendah
$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Rendah

Sebelum melakukan pengujian hipotesis, perlu dilakukan uji prasyarat untuk memastikan data memenuhi ketentuan analisis yang akan digunakan ([Usmadi, 2020](#)). Uji prasyarat meliputi Uji Normalitas dan Uji Homogenitas. Tujuan utama dari uji hipotesis adalah untuk mengevaluasi apakah hipotesis yang diajukan dapat diterima atau ditolak berdasarkan data yang telah dikumpulkan ([Sugiyono, 2022](#)). Dalam penelitian ini, pengujian

hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji T, khususnya metode *Paired Sample T-Test* sebagai teknik analisis statistik yang diterapkan.

HASIL

Berdasarkan hasil analisis jawaban peserta didik pada angket pretest dan posttest, dapat disimpulkan adanya perubahan signifikan dalam motivasi peserta didik setelah diberikan perlakuan. Temuan ini mengindikasikan efektivitas intervensi yang diterapkan dalam meningkatkan motivasi belajar, yang diukur menggunakan metode statistik yang sesuai dalam konteks penelitian pendidikan sebagai berikut:

Tabel 2. Deskripsi Statistik Motivasi Peserta didik Pra dan Pasca Perlakuan

	Mean	Selisih	Median	Modus	Std.dev	Skor Min	Skor Max
Pretest	95,19		94	87	10,694	74	114
Posttest	101,16	5,97	102	108	10,621	80	120

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, nilai rata-rata (mean) motivasi belajar peserta didik meningkat dari 95,19 pada pretest menjadi 101,16 pada posttest, dengan selisih sebesar 5,97 poin. Nilai median juga mengalami peningkatan dari 94 menjadi 102, yang menunjukkan adanya pergeseran ke arah nilai yang lebih tinggi secara umum pada kelompok peserta didik setelah perlakuan. Sementara itu, modus meningkat dari 87 menjadi 108, menandakan bahwa nilai yang paling sering muncul setelah perlakuan berada pada kategori lebih tinggi dibandingkan sebelumnya.

Nilai standar deviasi (std. dev) relatif stabil, yaitu 10,694 pada pretest dan 10,621 pada posttest, yang menunjukkan bahwa sebaran data motivasi belajar antar peserta didik tidak mengalami perubahan yang signifikan. Skor minimum meningkat dari 74 menjadi 80, sedangkan skor maksimum naik dari 114 menjadi 120, memperlihatkan bahwa baik peserta dengan motivasi terendah maupun tertinggi mengalami peningkatan. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa penerapan variasi permainan tradisional memberikan dampak positif terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran atletik jalan cepat.

Tabel 3. Deskripsi Statistik Hasil Uji Normalitas

Kelompok	Statistic	Sig.	Keterangan
Pretest	0,967	0,451	Normal
Posttest	0,976	0,695	Normal

Berdasarkan tabel yang disajikan, seluruh data penelitian memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, yaitu 0,451 untuk kelompok pretest dan 0,695 untuk kelompok posttest. Karena nilai signifikansi tersebut melebihi 0,05 ($\text{Sig.} > 0,05$), hipotesis nol yang menyatakan bahwa sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa asumsi normalitas data dalam penelitian ini telah terpenuh.

Tabel 4. Deskripsi Statistik Hasil Uji Homogenitas

Kelompok	Leven Statistic	Sig.	Keterangan
Pretest	0,003	0,956	Homogen

Berdasarkan hasil uji homogenitas yang ditunjukkan pada tabel, nilai Levene Statistic sebesar 0,003 dengan nilai signifikansi 0,956 yang lebih besar dari 0,05 ($\text{Sig.} > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa varians data dalam penelitian ini bersifat homogen. Oleh karena itu, analisis data dapat dilanjutkan dengan menggunakan metode statistik parametrik.

Tabel 5. Deskripsi Statistik Hasil Uji t Paired Sample T-Test

Variabel	Mean	T hitung	df	T tabel	Sig.	Keterangan	Peningkatan
Pretest	95,19	-					
Posttest	101,16	4,09	7	1,696	0,000	Signifikan	6,27%

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji-t menunjukkan nilai t hitung sebesar -4,097, sedangkan nilai t tabel pada derajat kebebasan (df) 31 dengan taraf signifikansi 0,05 adalah 1,696. Nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,000. Karena nilai t hitung (-4,097) lebih besar dari t tabel (1,696) secara absolut dan nilai signifikansi 0,000 lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan bahwa “ada pengaruh variasi permainan tradisional terhadap motivasi peserta didik dalam pembelajaran atletik jalan cepat” diterima.

PEMBAHASAN

Peningkatan motivasi disebabkan oleh karakteristik permainan tradisional

yang menyenangkan dan melibatkan aktivitas gerak yang sesuai dengan minat dan kebutuhan anak-anak. Permainan menciptakan suasana pembelajaran yang lebih interaktif, tidak monoton, dan mampu membangkitkan semangat belajar peserta didik, khususnya dalam pembelajaran atletik jalan cepat yang sebelumnya dianggap membosankan. Sejalan dengan hal tersebut menurut ([Winatha & Setiawan, 2020](#)) Pembelajaran berbasis permainan memiliki peranan penting dalam mempengaruhi motivasi peserta didik, dan mampu membuat peserta didik bersemangat, tertantang, dan menjalin kerjasama antar teman. Penerapan variasi permainan juga memberikan pengalaman belajar yang lebih kontekstual dan menyenangkan, sesuai dengan kecenderungan alami peserta didik untuk belajar melalui bermain. Melalui bermain, diharapkan dapat memberikan kesempatan kepada peserta didik dalam bereksplorasi, berkreasi dan belajar secara menyenangkan ([Bate'e et al., 2023](#))

Hasil temuan ini memperkuat hasil penelitian terdahulu, seperti yang diungkapkan oleh [Effendi dan Hartati \(2018\)](#), bahwa penerapan permainan tradisional mampu meningkatkan minat peserta didik dalam pembelajaran PJOK. Demikian pula dengan temuan [Wardani \(2022\)](#) yang menekankan pentingnya pendekatan berbasis permainan untuk meningkatkan engagement peserta didik. Penelitian [Latif et al. \(2019\)](#) juga menunjukkan bahwa modifikasi permainan tradisional dapat meningkatkan keaktifan peserta didik dalam pembelajaran. Penelitian ini memperluas temuan-temuan tersebut dengan menekankan bahwa permainan tradisional tidak hanya berdampak pada partisipasi atau minat peserta didik, tetapi secara signifikan meningkatkan motivasi belajar, khususnya dalam konteks materi atletik jalan cepat yang belum banyak diteliti sebelumnya.

Aspek kebaruan dari penelitian ini terletak pada fokusnya yang spesifik terhadap materi atletik jalan cepat, suatu bentuk aktivitas yang cenderung monoton jika diajarkan secara konvensional. Dengan menyisipkan unsur permainan tradisional ke dalam pembelajaran, interaksi belajar menjadi sangat menyenangkan ([Kurniawan et al., 2023](#)). Selain itu, penelitian ini juga memberikan bukti empiris tentang peran signifikan faktor intrinsik

dalam peningkatan motivasi belajar peserta didik, yang mengindikasikan bahwa permainan tradisional tidak hanya memicu respons dari luar, tetapi juga memotivasi peserta didik dari dalam untuk terlibat aktif dalam pembelajaran.

Dampak dari temuan ini cukup luas, khususnya bagi guru PJOK, yang dapat mempertimbangkan permainan tradisional sebagai alternatif metode pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan motivasi, terutama dalam materi-materi yang dianggap kurang menarik oleh peserta didik. Selain itu, permainan tradisional juga berpotensi menguatkan dan menumbuhkan nilai-nilai sosial pada peserta didik sejak dini, seperti kemampuan bekerjasama, kemampuan berinteraksi, serta menghargai teman (Sari et al., 2019).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian hanya dilakukan di satu sekolah, yaitu SMP Negeri 2 Telagasari, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisaskan secara luas. Kedua, durasi perlakuan yang terbatas pada enam kali pertemuan belum mampu menunjukkan dampak jangka panjang penerapan permainan tradisional terhadap motivasi dan hasil belajar siswa. Ketiga, penggunaan angket berbasis self-report berpotensi menimbulkan bias sosial, karena responden mungkin memberikan jawaban yang dianggap positif secara sosial. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menerapkan triangulasi data melalui observasi langsung dan wawancara mendalam guna meningkatkan validitas hasil. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variasi permainan tradisional merupakan strategi pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran atletik jalan cepat, sekaligus menawarkan pendekatan yang menyenangkan, edukatif, dan relevan dengan karakteristik peserta didik dalam konteks pendidikan jasmani.

KESIMPULAN

Penerapan variasi permainan tradisional dalam pembelajaran atletik jalan cepat terbukti mampu menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan, interaktif, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik

tingkat SMP. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan motivasi belajar, tetapi juga memberikan kontribusi penting dalam pengembangan model pembelajaran PJOK yang berbasis budaya lokal. Permainan tradisional sebagai bagian dari warisan budaya memiliki potensi edukatif yang kuat, sehingga dapat menjadi alternatif strategi pembelajaran yang relevan dan kontekstual, terutama pada materi yang kurang diminati seperti atletik.

Ke depan, permainan tradisional diharapkan dapat diintegrasikan secara sistematis ke dalam kurikulum PJOK. Guru disarankan untuk mengembangkan dan memanfaatkan variasi permainan tradisional dalam proses pembelajaran, tidak hanya untuk meningkatkan motivasi belajar, tetapi juga untuk menanamkan nilai-nilai kearifan lokal. Penelitian lanjutan perlu dilakukan dengan cakupan yang lebih luas dan durasi yang lebih panjang guna mengevaluasi dampak jangka panjangnya terhadap berbagai aspek, termasuk hasil belajar, disiplin, dan interaksi sosial peserta didik.

KONTRIBUSI PENULIS

Alvindo Dony Firmansyah: Writing - Original Draft. **Astri Ayu Irawan:** Review. **Asep Suherman:** Validating

DAFTAR PUSTAKA

- AM, S. (2009). *Intreaksi & Motivasi Belajar Mengajar*.
- Ardiansyah, F., & Hartati, S. C. Y. (2014). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani , Olahraga dan Kesehatan. *Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2(3), 671–674.
- Azwar, S. (2014). *Tes Prestasi*.
- Bate'e, A. K., Laoli, J. D., Rasti, D. S., & Lase, I. W. (2023). Penerapan Metode Permainan Untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Confrence Of Elementary Studies*, 48.
- Effendi, A., & Hartati, S. C. Y. (2018). Penerapan Permainan Tradisional terhadap Minat Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan (Studi Pada Sdn Pelem II Kecamatan Kertosono, Kabupaten Nganjuk). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 06(01), 45–49. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive45>
- Hadi, S. (1991). *Analisis Butir Untuk Instrumen*.
- Kurniawan, A. R., Priambodo, A., & Kristiyandaru, A. (2023). Pengaruh

- Permainan Tradisional Terhadap Motivasi Belajar. *Bravo's: Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*, 11(2), 196. <https://doi.org/10.32682;bravos.v11i2.2954>
- Latif, M., Faozi, F., Bakhri, R. S., Harja, F., & Listiandi, A. D. (2019). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Minat Siswa Dalam Kegiatan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di Sman 1 Cikembar. *Physical Activity Journal*, 1(1), 82. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2019.1.1.2005>
- Pujasari, N. W., Wijaya, M. A., & Spynawati, N. L. P. (2025). Permainan tradisional Metembing: kajian etnografi terhadap praktik dan pelestariannya. *Sriwijaya Journal of Sport*, 4(3), 329.
- Radik, R., Samodra, Y. T. J., & Gustian, U. (2021). Desain Modifikasi Permainan Tradisional Sebagai Alternatif Untuk Pemanasan. *Journal RESPECS*, 3(2), 20–31. <https://doi.org/10.31949/respecs.v3i2.1036>
- Rahmadhanty, O. Y., Rifqi, S. A., & Nevitaningrum. (2025). Dari permainan ke kehidupan sosial: Mengkaji efek permainan tradisional di daerah rawan bencana. *Sriwijaya Journal of Sport*, 4(3), 241.
- Sari, C. K., Muslihatun, A., Cahyaningtyas, L., Khaimuddin, R. N. L. H., Fijatullah, R. N., & Nisa', E. U. (2019). Pemanfaatan permainan tradisional untuk media pembelajaran: Congklak bilangan sebagai inovasi pembelajaran matematika sekolah dasar. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 15(1), 14–22. <https://doi.org/10.20414/transformasi.v15i1.915>
- Soegiyanto, N. □, & Lestari, W. (2015). Pengembangan Permainan Bintang Gedalo Dalam Pembelajaran Atletikbagi Siswa Sekolah Dasar. *Jpes*, 4(2), 129–135. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>
- Sudijono, A. (2007). Pengantar Statistik Pendidikan, Cet. In *Jakarta: Raja Grafindo Persada*.
- Sugawara, E., & Nikaido, H. (2014). Properties of AdeABC and AdeIJK efflux systems of *Acinetobacter baumannii* compared with those of the AcrAB-TolC system of *Escherichia coli*. *Antimicrobial Agents and Chemotherapy*, 58(12), 7250–7257. <https://doi.org/10.1128/AAC.03728-14>
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (29th ed.). Penerbit Alfabeta.
- Sumarsono, R. N. (2022). *Permainan Tradisional Nusantara*.
- Suteja, Saifuddin, Farihin, Aris, & Winarso, W. (2022). A Traditional Game-Based Parenting Model as a Cultural-Inheritance Medium in Early Childhood Education. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 21(3), 143–165. <https://doi.org/10.26803/ijlter.21.3.9>
- Tadkiroatun, M. (2018). Teori dan Konsep Bermain. *Modul PAUD: Bermain Dan Permainan Anak UT*, 1–44. <http://repository.ut.ac.id/4699/1/PAUD4201-M1.pdf>

- Usmadi, U. (2020). Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas Dan Uji Normalitas). *Inovasi Pendidikan*, 7(1), 50–62.
<https://doi.org/10.31869/ip.v7i1.2281>
- Wardani, I. K. (2022). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Motivasi Belajar Dalam Pembelajaran Penjas Di Sekolah Dasar. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 6(2), 44–49.
<https://doi.org/10.58258/jisip.v6i2.3151>
- Winatha, K. R., & Setiawan, I. M. D. (2020). Pengaruh Game-Based Learning Terhadap Motivasi dan Prestasi Belajar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 10(3), 198–206.
<https://doi.org/10.24246/j.js.2020.v10.i3.p198-206>