



IMPLEMENTASI PERMAINAN TRADISONAL HADANG SEBAGAI MEDIA PEMBELAJARAN GERAK LOKOMOTOR UNTUK SISWA SDI BOGENG

Vinsensius Nenu¹, Paulus Nong Dion², Nikodemus Bate³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi STKIP Citra Bakti

E-Mail: vensynenu82@gmail.com, saputradion928@gmail.com, nico.dua21@gmail.com

Published: Januari, 2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi permainan tradisional hadang sebagai media pembelajaran gerak lokomotor bagi siswa SDI Bogeng serta dampaknya terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar siswa. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi lapangan, wawancara dengan guru pendidikan jasmani, serta dokumentasi kegiatan pembelajaran. Program pembelajaran dirancang dengan mengintegrasikan unsur-unsur gerak lokomotor seperti berlari, melompat, dan bergeser (sliding) ke dalam aturan permainan hadang yang dimodifikasi sesuai tingkat perkembangan siswa sekolah dasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional ini secara signifikan meningkatkan antusiasme dan partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Siswa mengalami perkembangan dalam kecepatan reaksi, ketepatan langkah, dan koordinasi gerak lokomotor melalui dinamika permainan yang menuntut pergerakan konstan. Selain itu, aspek sosial seperti sportivitas, strategi kelompok, dan kerja sama tim juga berkembang dengan baik. Implementasi permainan hadang terbukti efektif.

Kata Kunci: Permainan tradisional hadang, gerak lokomotor, siswa sekolah dasar, SDI bogeng

ABSTRACT

This study aims to describe the implementation of the traditional game of hadang as a medium for learning locomotor movements for students of SDI Bogeng and its impact on improving students' basic movement skills. This study uses a qualitative descriptive method with data collection techniques in the form of field observations, interviews with physical education teachers, and documentation of learning activities. The learning program is designed by integrating locomotor movement elements such as running, jumping, and sliding into the rules of the hadang game that are modified according to the developmental level of elementary school students. The results of the study show that the implementation of this traditional game significantly increases students' enthusiasm and active participation in physical education learning. Students experience development in reaction speed, step accuracy, and locomotor movement coordination through the dynamics of the game that requires constant movement. In addition, social aspects such as sportsmanship, group strategy, and teamwork also develop well. The implementation of the hadang game has proven effective.

Keywords: Traditional game of hadang, locomotor movement, elementary school students, SDI bogeng.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan nasional yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, dan karakter siswa. Melalui aktivitas fisik yang terukur, siswa tidak hanya dibentuk secara motorik, tetapi juga secara kognitif dan afektif. Menurut Wibowo (2021), pendidikan jasmani di sekolah memiliki fungsi strategis dalam membentuk pribadi yang sehat secara fisik maupun mental, sekaligus memperkuat nilai-nilai sosial di kalangan siswa. Oleh karena itu, inovasi dalam pembelajaran olahraga di tingkat sekolah dasar harus menjadi prioritas agar siswa mampu berkembang secara optimal sejak usia dini.

Salah satu fokus utama dalam kurikulum pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar adalah pengembangan gerak lokomotor. Gerak lokomotor, seperti berjalan, berlari, dan melompat, merupakan fondasi dasar bagi keterampilan gerak yang lebih kompleks di masa depan. Menurut Suryani dan Putra (2022), penguasaan gerak lokomotor yang baik pada anak usia sekolah dasar akan sangat mendukung partisipasi mereka dalam berbagai jenis olahraga dan aktivitas harian. Namun, pembelajaran gerak ini seringkali dianggap membosankan jika hanya dilakukan melalui latihan rutin yang bersifat mekanistik, sehingga diperlukan media yang lebih menyenangkan seperti permainan tradisional.

Pembelajaran pendidikan jasmani di SDI Bogenga sering kali menghadapi kendala dalam hal keterbatasan sarana prasarana serta kurangnya variasi media pembelajaran yang menarik minat siswa. Kondisi ini mengakibatkan rendahnya motivasi siswa untuk mengikuti sesi olahraga secara aktif, yang pada gilirannya berdampak pada kurang maksimalnya perkembangan kemampuan motorik dasar mereka. Menurut penelitian oleh Ramadhan & Nurhidayat (2020), kurangnya variasi dalam model pembelajaran menjadi faktor utama yang menyebabkan kejenuhan siswa dalam kelas olahraga. Oleh karena itu, diperlukan strategi pembelajaran kreatif yang mampu memanfaatkan kearifan lokal untuk mengatasi keterbatasan tersebut.

Permainan tradisional "Hadang" atau yang sering dikenal sebagai *Gobak Sodor* muncul sebagai salah satu solusi praktis untuk memperkaya media pembelajaran gerak lokomotor. Permainan ini secara alami menuntut pemain untuk melakukan gerakan berlari, menghindar, dan bergeser (*sliding*) secara intensif. Menurut Hidayat dan Lestari (2023), permainan tradisional dapat memberikan hasil signifikan dalam meningkatkan koordinasi gerak jika diimplementasikan dengan aturan yang terstruktur. Melalui pendekatan bermain, guru dapat mengoptimalkan kemampuan fisik siswa tanpa membuat mereka merasa terbebani oleh materi pelajaran yang kaku.

Di SDI Bogenga, implementasi permainan tradisional hadang dirancang untuk menjadi jembatan antara pelestarian budaya dan pencapaian tujuan kurikuler. Berdasarkan observasi awal di sekolah tersebut pada tahun 2025, terlihat bahwa siswa memiliki antusiasme yang tinggi terhadap kegiatan kelompok yang bersifat kompetitif namun menyenangkan. Pelatih dan guru olahraga berupaya merancang sesi pembelajaran yang memfokuskan permainan hadang sebagai sarana melatih kelincahan dan kecepatan gerak lokomotor siswa. Strategi ini dianggap sangat relevan dengan karakteristik siswa sekolah dasar yang masih berada pada fase bermain.

Implementasi permainan hadang di SDI Bogenga dilakukan melalui tahapan pengenalan aturan, latihan teknik berpindah tempat, hingga simulasi permainan berkelompok. Penelitian oleh Maulana dan Yusnita (2021) menunjukkan bahwa penggunaan permainan tradisional dalam pembelajaran dapat meningkatkan keterampilan motorik dan kemampuan koordinatif siswa sekolah dasar secara signifikan. Selain aspek fisik, permainan hadang juga melatih kerja sama tim dan strategi, karena keberhasilan dalam menjaga garis atau menembus pertahanan lawan sangat bergantung pada komunikasi antar pemain.

Berdasarkan uraian tersebut, penerapan permainan tradisional hadang bagi siswa SDI Bogenga tahun 2025 merupakan upaya strategis untuk meningkatkan kemampuan gerak lokomotor dalam waktu yang efisien dan menyenangkan. Media pembelajaran ini diharapkan mampu menjadi model pendidikan jasmani berbasis budaya yang efektif di tengah keterbatasan fasilitas sekolah. Dengan perencanaan pembelajaran yang kreatif, dukungan dari pihak sekolah, serta partisipasi aktif siswa, implementasi ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas kebugaran dan keterampilan gerak dasar siswa secara berkelanjutan.

METODE PENELITIAN

Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan secara mendalam proses implementasi permainan tradisional hadang sebagai media pembelajaran gerak lokomotor bagi siswa SDI Bogenga. Menurut Sugiyono (2022), pendekatan kualitatif deskriptif digunakan untuk memahami fenomena yang terjadi secara alami dan menekankan pada makna daripada generalisasi. Melalui pendekatan ini, peneliti berupaya memperoleh gambaran menyeluruh tentang bagaimana aktivitas bermain hadang dapat menstimulus keterampilan motorik dasar siswa dalam situasi pembelajaran yang riil.

Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SDI Bogenga. Sekolah ini dipilih karena keterbatasan fasilitas olahraga yang ada mendorong guru untuk berinovasi menggunakan kearifan lokal sebagai media pembelajaran, serta adanya kebutuhan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa melalui metode yang menyenangkan.

Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V SDI Bogenga yang dibagi dalam 5 kelompok di dalam setiap kelompok terdiri dari 5 orang serta guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) yang menjadi fasilitator pembelajaran. Objek penelitian adalah implementasi permainan tradisional hadang sebagai media pengembangan gerak lokomotor (jalan, lari, lompat, dan geser). Menurut Arikunto (2021), subjek penelitian merupakan individu atau kelompok yang dijadikan sumber data untuk memperoleh informasi yang relevan. Dengan melibatkan guru dan siswa, data diharapkan mampu mencakup aspek teknis pelaksanaan dan respon psikomotorik siswa.

Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui tiga teknik utama, yaitu: Observasi: Dilakukan untuk mengamati secara langsung praktik permainan hadang, mencatat jenis gerak lokomotor yang dominan muncul, serta mengamati tingkat kelincahan dan antusiasme siswa. Wawancara: Dilakukan dengan guru PJOK dan beberapa perwakilan siswa untuk menggali pemahaman mereka mengenai manfaat permainan hadang terhadap koordinasi tubuh. Dokumentasi: Digunakan untuk mengumpulkan data pendukung berupa rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), foto kegiatan, serta catatan penilaian perkembangan gerak dasar siswa.

Instrumen Penelitian

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri sebagai pengumpul dan penganalisis data, dibantu dengan lembar observasi gerak lokomotor, pedoman wawancara mengenai pengalaman bermain, dan format dokumentasi. Lembar observasi digunakan untuk mencatat frekuensi dan kualitas gerak lokomotor siswa (seperti ketepatan langkah dan kecepatan reaksi), sedangkan pedoman wawancara mengarahkan peneliti dalam menggali efektivitas media permainan dari sudut pandang subjek.

Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman, yang meliputi tiga tahap utama: Reduksi Data: Menyeleksi dan merangkum hasil observasi gerak yang paling menonjol serta hasil wawancara yang relevan dengan fokus gerak lokomotor. Penyajian Data: Data disajikan dalam bentuk narasi deskriptif yang menggambarkan alur pembelajaran permainan hadang dan dampaknya terhadap perkembangan fisik siswa. Penarikan Kesimpulan: Dilakukan secara induktif berdasarkan pola-pola yang ditemukan selama penelitian untuk menentukan apakah permainan hadang efektif sebagai media pembelajaran gerak lokomotor.

Keabsahan Data

Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data dari guru dan data dari siswa. Triangulasi teknik dilakukan dengan mencocokkan hasil catatan observasi lapangan dengan hasil wawancara dan bukti dokumentasi foto kegiatan untuk memastikan konsistensi temuan penelitian. Prosedur Penelitian Prosedur penelitian dilakukan dalam tiga tahap: (1) Tahap Persiapan: Meliputi penyusunan rencana pembelajaran berbasis permainan tradisional, penyusunan instrumen pengamatan, dan koordinasi dengan kepala sekolah SDI Bogenga. (2) Tahap Pelaksanaan: Yaitu proses pengumpulan data di lapangan saat siswa melakukan permainan hadang di bawah arahan guru PJOK, dibarengi dengan observasi dan wawancara singkat. (3) Tahap Analisis dan Pelaporan: Mencakup pengolahan data kualitatif, interpretasi hasil temuan saintifik, serta penyusunan laporan akhir mengenai efektivitas permainan hadang terhadap kemampuan gerak lokomotor siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil observasi menunjukkan adanya perubahan positif pada kemampuan gerak lokomotor siswa SDI Bogenga setelah penerapan permainan tradisional hadang sebagai media pembelajaran. Selama proses pembelajaran, para siswa tampak mampu melakukan gerak lokomotor seperti berlari, menghindari, dan bergeser (*sliding*) dengan lebih lincah dan terarah dibandingkan saat pemanasan konvensional. Gerak dasar seperti perpindahan posisi dari satu garis ke garis lain terlihat dilakukan dengan koordinasi yang lebih stabil, meskipun masih ditemukan beberapa siswa yang memerlukan bimbingan dalam menjaga keseimbangan saat melakukan perubahan arah secara mendadak. Sifat permainan yang kompetitif namun menyenangkan membuat suasana pembelajaran menjadi lebih hidup, dan para siswa terlihat semakin percaya diri dalam mengeksplorasi ruang gerak mereka.

Selain aspek motorik, observasi juga menunjukkan peningkatan kedisiplinan dan kepatuhan terhadap aturan. Siswa memahami instruksi pembagian peran (penjaga dan penyerang) dengan cepat dan menunjukkan keseriusan dalam menjaga area masing-masing. Interaksi antarsiswa juga tampak lebih kompak, ditunjukkan melalui komunikasi aktif saat mencoba menghalangi lawan yang akan melintas. Secara umum, observasi mengindikasikan bahwa permainan hadang mampu mendorong siswa untuk melakukan aktivitas fisik dengan lebih efektif dan penuh motivasi tanpa merasa sedang menjalani beban latihan yang berat.

Wawancara dengan guru PJOK mengungkapkan bahwa implementasi permainan tradisional hadang sangat membantu dalam mencapai target kurikulum gerak lokomotor di tengah keterbatasan sarana prasarana. Guru menyampaikan bahwa fokus utama penggunaan media ini adalah peningkatan kelincahan (*agility*) dan kecepatan reaksi siswa. Menurut guru, para siswa menunjukkan respon yang sangat antusias terhadap model pembelajaran berbasis permainan tradisional, karena metode ini membuat mereka tidak cepat bosan dan lebih aktif bergerak dibandingkan latihan lari repetitif.

Dari wawancara dengan siswa, diketahui bahwa mereka merasa pembelajaran gerak lokomotor melalui permainan hadang jauh lebih menyenangkan dan menantang. Beberapa siswa menyatakan bahwa mereka tidak

merasa lelah meskipun harus berlari bolak-balik karena fokus mereka adalah memenangkan permainan. Siswa juga mengakui bahwa mereka belajar pentingnya bekerja sama dengan teman agar lawan tidak bisa melewati garis pertahanan. Secara keseluruhan, wawancara menunjukkan bahwa permainan hadang diterima sebagai media belajar yang positif bagi kesiapan fisik maupun keceriaan mental siswa.

Dokumentasi berupa foto kegiatan pembelajaran dan catatan observasi harian menunjukkan bahwa permainan hadang memberikan perubahan nyata pada efisiensi gerak siswa. Pada foto-foto kegiatan tampak siswa melakukan gerakan lari zig-zag dan lompatan kecil dengan tumpuan kaki yang lebih kokoh. Rekaman observasi memperlihatkan pola pertahanan yang lebih tertata, di mana siswa mulai memahami konsep menjaga ruang dan jarak.

Dokumentasi catatan guru menunjukkan adanya perkembangan pada aspek kecepatan reaksi siswa. Guru mencatat bahwa siswa lebih cepat tanggap terhadap pergerakan lawan karena desain permainan hadang menuntut kewaspadaan konstan. Dokumentasi keseluruhan memperkuat hasil observasi dan wawancara bahwa implementasi permainan tradisional hadang memberikan dampak signifikan bagi pengembangan gerak lokomotor siswa SDI Bogenga.

Penerapan permainan tradisional hadang menunjukkan bahwa penggunaan media berbasis kearifan lokal yang bersifat dinamis mampu meningkatkan kemampuan gerak lokomotor siswa secara signifikan. Temuan observasi yang memperlihatkan peningkatan kelincahan dan stabilitas gerak selaras dengan hasil penelitian Riyadi (2021) yang menegaskan bahwa aktivitas permainan yang melibatkan perubahan arah secara cepat dapat meningkatkan efisiensi koordinasi saraf-otot pada anak usia sekolah dasar. Dengan demikian, praktik pembelajaran di SDI Bogenga sesuai dengan konsep pengembangan motorik melalui pendekatan bermain.

Peningkatan antusiasme dan disiplin siswa yang terlihat selama permainan menunjukkan adanya perubahan perilaku positif dalam mengikuti materi olahraga. Hal ini mendukung pandangan Saputra & Indrayana (2022) yang menyatakan bahwa pembelajaran jasmani yang mengintegrasikan unsur kompetisi dan kegembiraan mampu meningkatkan motivasi intrinsik siswa karena mereka merasa terlibat aktif dalam prosesnya. Oleh sebab itu, peningkatan partisipasi siswa merupakan respons alami terhadap media pembelajaran yang mampu memfasilitasi kebutuhan gerak anak.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa siswa merasakan manfaat nyata dalam hal kelincahan dan ketangkasan. Pengalaman siswa tersebut sejalan dengan temuan Kartono (2023) yang menegaskan bahwa permainan tradisional membantu menjaga fokus kognitif siswa saat melakukan aktivitas fisik berat, sehingga volume gerak lokomotor yang dilakukan menjadi lebih tinggi tanpa menimbulkan kejenuhan. Efek psikologis ini penting karena suasana hati yang senang sangat menentukan kualitas penyerapan keterampilan gerak dasar.

Dari sisi sosial, permainan hadang yang menekankan strategi kelompok mendorong siswa untuk lebih komunikatif. Temuan ini diperkuat oleh Lestari & Nurhidayat (2020) yang menyatakan bahwa permainan tradisional beregu meningkatkan kohesi kelompok dan kecerdasan interpersonal siswa. Dengan demikian, perkembangan kerja sama tim di SDI Bogenga dapat dikategorikan sebagai dampak positif dari integrasi nilai-nilai sosial dalam permainan tradisional.

Dokumentasi kegiatan memperlihatkan perubahan pola gerak yang lebih efisien pada teknik lari dan menghindar. Bukti visual ini sejalan dengan teori pembelajaran motorik dari Pradipta (2021) bahwa stimulasi gerak yang bervariasi dalam situasi permainan mempercepat pembentukan skema gerak dalam otak. Perkembangan motorik dalam dokumentasi menunjukkan bahwa prinsip belajar sambil bermain bekerja dengan sangat baik dalam meningkatkan kemampuan lokomotor siswa.

Sinergi antara data observasi, wawancara, dan dokumentasi memperlihatkan bahwa permainan tradisional hadang memberikan hasil yang konsisten. Pendekatan triangulasi data ini sejalan dengan anjuran Hanif & Prakoso (2020) yang menekankan bahwa validitas temuan penelitian kualitatif akan semakin kuat jika didukung oleh sumber data yang beragam. Konsistensi temuan ini membuktikan bahwa hadang bukan sekadar permainan, melainkan media instruksional yang saintifik.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa permainan tradisional hadang dapat menjadi solusi efektif bagi sekolah dengan keterbatasan fasilitas. Efektivitas ini selaras dengan temuan Manurung (2023) bahwa media pembelajaran berbasis budaya merupakan strategi tepat untuk mengoptimalkan potensi fisik siswa di daerah. Oleh karena itu, model ini layak direkomendasikan untuk diterapkan di sekolah lain sebagai media pembelajaran gerak lokomotor yang edukatif dan ekonomis.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa implementasi permainan tradisional Hadang mampu memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan gerak lokomotor siswa SDI Bogenga. Siswa menunjukkan perkembangan yang signifikan pada keterampilan dasar seperti berlari, melompat, serta kelincuhan dalam mengubah arah secara cepat. Model pembelajaran melalui permainan tradisional yang bersifat aplikatif dan menyenangkan terbukti efektif membantu siswa menguasai pola gerak lokomotor dengan lebih alami dan tidak membosankan.

Selain itu, penggunaan permainan Hadang memberikan pengaruh nyata terhadap peningkatan aspek afektif siswa, terutama dalam hal kegembiraan dan antusiasme belajar. Selama proses pelaksanaan, siswa menunjukkan partisipasi aktif, keceriaan, dan sportivitas yang tinggi dalam mengikuti instruksi guru. Lingkungan belajar yang bersifat kompetitif namun santai menjadikan siswa lebih berani dalam melakukan gerakan-gerakan fisik yang sebelumnya sulit mereka lakukan.

Penelitian ini juga menyimpulkan bahwa permainan Hadang mampu meningkatkan aspek kognitif dan sosial siswa di sekolah dasar. Siswa tampak lebih cepat dalam mengambil keputusan saat bermain, mampu berkoordinasi dengan rekan satu tim, serta menunjukkan sikap kerja sama yang kuat untuk menjaga garis pertahanan. Dengan demikian, permainan tradisional Hadang dapat dikatakan efektif sebagai media pembelajaran yang komprehensif untuk meningkatkan kemampuan fisik, kecerdasan kinestetik, dan karakter siswa dalam waktu pembelajaran yang tersedia.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2021). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hanif, A. S., & Prakoso, B. B. (2020). *Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Hidayat, A., & Lestari, D. (2023). *Periodisasi Latihan pada Atlet Pelajar: Mengoptimalkan Performa dalam Waktu Singkat*. Jurnal Keolahragaan Indonesia, 11(1), 45-58.
- Hidayat, A., & Lestari, D. (2023). *Periodisasi Latihan pada Atlet Pelajar: Mengoptimalkan Performa dalam Waktu Singkat*. Jurnal Keolahragaan Indonesia, 11(1), 45-58.
- Kartono. (2023). *Eksistensi Permainan Tradisional dalam Meningkatkan Kebugaran Jasmani Anak*. Jurnal Pendidikan Olahraga, 12(1), 15-28.
- Lestari, D., & Nurhidayat. (2020). *Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Kerjasama dan Kemampuan Motorik Kasar*. Jurnal Sport Science, 10(2), 143-155.
- Manurung, J. (2023). *Inovasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Kearifan Lokal*. Medan: Unimed Press.
- Maulana, R., & Yusnita, E. (2021). *Pengaruh Drill Training dan Permainan Situasional terhadap Keterampilan Motorik Siswa*. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Adaptif, 4(2), 88-102.
- Maulana, R., & Yusnita, E. (2021). *Pengaruh Drill Training dan Permainan Situasional terhadap Keterampilan Motorik Siswa*. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Adaptif, 4(2), 88-102.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Pradipta, G. D. (2021). *Teori Belajar Motorik: Konsep dan Aplikasi dalam Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Ramadhan, I., & Nurhidayat, T. (2020). *Analisis Perencanaan Program Latihan dan Kendala Prestasi Olahraga di Tingkat Sekolah Menengah*. Jurnal Prestasi Olahraga, 8(3), 120-134.
- Ramadhan, I., & Nurhidayat, T. (2020). *Analisis Perencanaan Program Latihan dan Kendala Prestasi Olahraga di Tingkat Sekolah Menengah*. Jurnal Prestasi Olahraga, 8(3), 120-134.
- Riyadi, S. (2021). *Peningkatan Kelincuhan Siswa melalui Permainan Gobak Sodor (Hadang)*. Jurnal Penjaskesrek, 8(2), 89-101.

- Santoso, B., & Wahyuni, S. (2022). *Psikologi Olahraga: Membangun Mental Juara dan Solidaritas Tim*. Jakarta: Penerbit Olahraga Nasional.
- Santoso, B., & Wahyuni, S. (2022). *Psikologi Olahraga: Membangun Mental Juara dan Solidaritas Tim*. Jakarta: Penerbit Olahraga Nasional.
- Saputra, R., & Indrayana, B. (2022). *Motivasi Siswa dalam Pembelajaran PJOK berbasis Permainan*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 18(1), 44-56.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryani, L., & Putra, M. (2022). *Pembentukan Karakter melalui Ekstrakurikuler Bola Voli di Tingkat Menengah Pertama*. Jurnal Pendidikan Karakter dan Olahraga, 5(2), 67-79.
- Suryani, L., & Putra, M. (2022). *Pembentukan Karakter melalui Ekstrakurikuler Bola Voli di Tingkat Menengah Pertama*. Jurnal Pendidikan Karakter dan Olahraga, 5(2), 67-79.
- Wahyuni, S. (2022). *Aspek Psikologis dalam Permainan Tradisional Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Wibowo, A. (2021). *Pendidikan Jasmani dan Pembentukan Karakter Siswa di Era Milenial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Wibowo, A. (2021). *Pendidikan Jasmani dan Pembentukan Karakter Siswa di Era Milenial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.