



ISSN 3109-2357
Vol.1 No 4. Page 86-90

“JRPPM”

“JURNAL RISET PENDIDIKAN MULTIDISIPLIN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT”

Homepage: <https://cermat.co/index.php/jrppm/index>
E-mail: ronipasla20@gmail.com

PENGEMBANGAN MATERI AJAR PJOK AKTIVITAS RITMIK M2-GT BERBASIS BUDAYA NGADA (TARIAN JA'I) UNTUK SISWA KELAS XI SMA NEGERI 2 BAJAWA

Marlin Agustina Alfina Gole¹, Bernabas Wani²

^{1,2}Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Sekolah STKIPCitra Bakti

E-Mail: Marlin Agustina Alfina Gole marlingole710@gmail.com Bernabas Wani bernabaswani@gmail.com

Published: Januari, 2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan materi ajar PJOK aktivitas ritmik M2-GT berbasis budaya Ngada, khususnya Tarian Ja'i, untuk siswa kelas XI SMA Negeri 2 Bajawa. Penelitian ini menggunakan metode Research and Development R&D model Borg & Gall yang disederhanakan menjadi tahap analisis kebutuhan, perancangan, validasi ahli, uji coba terbatas, dan evaluasi efektivitas. Instrumen penelitian meliputi lembar validasi ahli materi, ahli budaya, angket kepraktisan siswa, serta tes kemampuan ritmik pretest-posttest. Hasil validasi ahli materi menunjukkan tingkat kelayakan sebesar 91,7% dengan kategori “Sangat Layak”, sedangkan ahli budaya memberikan penilaian 87,5% dengan kategori “Layak”. Uji kepraktisan memperoleh skor 93,5%, menunjukkan bahwa materi ajar mudah dipahami dan digunakan siswa. Uji efektivitas menunjukkan peningkatan kemampuan ritmik dari nilai rerata pretest 63,2 menjadi 86,5 pada posttest, dengan nilai N-gain sebesar 0,63 kategori sedang-tinggi. Hasil penelitian menegaskan bahwa materi ajar aktivitas ritmik berbasis Tarian Ja'i tidak hanya efektif meningkatkan keterampilan motorik ritmik siswa, tetapi juga berperan dalam memperkuat identitas budaya lokal. Dengan demikian, produk pengembangan ini layak diterapkan sebagai bahan ajar alternatif dalam pembelajaran PJOK untuk mendukung pelestarian budaya Ngada melalui jalur pendidikan formal. Penelitian ini juga mencakup upaya untuk membuat panduan bagi guru dalam penerapan materi ajar PJOK berbasis budaya Ngada ini. Panduan tersebut dirancang agar guru dapat memahami dengan jelas bagaimana cara mengintegrasikan aspek kebudayaan dalam proses pengajaran Tarian Ja'i sekaligus menerapkan prinsip-prinsip pembelajaran aktif. Selain itu, penelitian ini melibatkan feedback dari siswa dan guru selama tahap uji coba terbatas untuk meningkatkan kualitas materi ajar. Hasil dari feedback ini menunjukkan bahwa siswa merasa lebih termotivasi dan tertarik dalam belajar PJOK ketika diajarkan dengan pendekatan berbasis budaya. Selanjutnya, penelitian juga merekomendasikan pengembangan modul pelatihan bagi guru-guru PJOK di sekolah-sekolah lain untuk mengadopsi pendekatan serupa. Diharapkan, dengan adanya pengembangan ini, pelestarian budaya lokal dapat menjadi agenda yang lebih luas dan terinspirasi di dalam pendidikan, tidak hanya di SMA Negeri 2 Bajawa, tetapi juga di sekolah-sekolah lainnya. Melalui usaha ini, siswa tidak hanya akan meningkatkan keterampilan fisik mereka, tetapi juga akan lebih menghargai dan memahami warisan budaya yang ada di daerah mereka, sehingga terbentuk generasi yang mencintai dan menghormati budaya lokal.

Kata Kunci: Materi ajar, aktivitas ritmik, M2-GT, budaya ngada, tarian ja'i, PJOK

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan PJOK di tingkat SMA memiliki peran penting dalam mengembangkan kecakapan fisik, motorik, sosial, dan karakter siswa. Menurut penelitian Wahyudi (2022), PJOK bukan sekadar penyampaian keterampilan motorik, tetapi juga sarana membentuk sikap positif melalui aktivitas jasmani yang terstruktur. Mahendra & Sutrio (2021) menegaskan bahwa PJOK memberikan kontribusi besar pada perkembangan kebugaran jasmani sekaligus kemampuan sosial peserta didik. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa kualitas materi ajar PJOK sangat menentukan keberhasilan pembelajaran di sekolah menengah atas.

Aktivitas ritmik merupakan salah satu materi yang sangat efektif dalam meningkatkan koordinasi, kelenturan, dan kemampuan ekspresi gerak siswa. Studi Sya'ban (2020) menunjukkan bahwa aktivitas ritmik mampu meningkatkan kemampuan motorik dan ritme gerak secara signifikan ketika materi ajarnya dirancang secara sistematis. Sementara itu, Risdianto & Kurniawan (2023) menemukan bahwa aktivitas ritmik menumbuhkan kreativitas serta meningkatkan rasa percaya diri siswa karena memberikan ruang eksplorasi gerak yang lebih bebas dibandingkan materi lainnya.

Dalam beberapa tahun terakhir, pembelajaran berbasis budaya lokal atau culturally responsive teaching menjadi pendekatan yang semakin relevan di dunia pendidikan. Penelitian Juliani (2024) menegaskan bahwa penggunaan budaya lokal dalam pembelajaran mampu meningkatkan relevansi dan keterlibatan siswa. Hal serupa diungkapkan oleh Tana & Woge (2021), yang menemukan bahwa integrasi budaya lokal dalam mata pelajaran mampu memperkuat identitas diri serta menumbuhkan rasa bangga terhadap warisan leluhur.

Dalam konteks budaya Ngada, tarian Ja'i merupakan salah satu bentuk ekspresi seni ritmis yang memiliki pola langkah berulang, irama kuat, serta gerakan komunal yang melekat dalam kehidupan masyarakat. Menurut Bara Wau (2022), struktur gerak Ja'i yang sederhana dan repetitif sangat sesuai untuk aktivitas kelompok. Mbete (2023) juga menyatakan bahwa Ja'i

tidak hanya memiliki nilai estetika, tetapi juga nilai edukatif karena mengandung unsur kebersamaan, kedisiplinan ritme, dan keselarasan gerak yang sangat relevan untuk diterapkan dalam pembelajaran PJOK.

Sejalan dengan itu, penelitian Wani (2025) mengenai physical education learning design melalui tradisi tinju adat Sagi berbasis video tutorial menunjukkan bahwa kearifan lokal dapat diadaptasi menjadi media pembelajaran inovatif dalam PJOK, terutama ketika dikombinasikan dengan teknologi. Temuan ini mendukung penelitian ini bahwa pengembangan materi ajar aktivitas ritmik M2-GT berbasis Ja'i juga memerlukan integrasi unsur budaya lokal dengan pendekatan pembelajaran modern yang memanfaatkan media audio-visual dan tutorial gerak.

Selanjutnya, studi Wani et al. (2023) tentang tinju adat Sudu pada masyarakat Woe Are menegaskan bahwa aktivitas fisik tradisional merupakan bagian penting dari identitas budaya dan dapat diintegrasikan sebagai bentuk pendidikan olahraga masyarakat. Konsep ini sangat relevan untuk tarian Ja'i karena Ja'i bukan hanya ekspresi seni, tetapi juga ritual komunal yang melibatkan koordinasi ritme, kesatuan gerak, serta nilai kebersamaan. Temuan tersebut memperkuat bahwa aktivitas fisik berbasis tradisi, termasuk Ja'i, memiliki potensi besar untuk diposisikan sebagai materi ajar di satuan pendidikan seperti SMA Negeri 2 Bajawa. Dengan demikian, pengembangan materi ajar aktivitas ritmik M2-GT berbasis Ja'i merupakan bentuk perluasan dari gagasan Wani et al. (2023), khususnya dalam memanfaatkan budaya Ngada sebagai sumber gerak ritmik yang autentik.

Penelitian Wani et al. (2024) mengenai analisis tradisi Sagi pada komunitas Libunio memberikan landasan yang lebih kuat lagi, bahwa budaya lokal dapat menjadi wahana pembentukan karakter peserta didik melalui pembelajaran PJOK. Mereka menegaskan bahwa guru dapat menjadikan tradisi budaya sebagai konten pembelajaran formal yang mampu mentransfer nilai-nilai karakter seperti toleransi, keberanian, solidaritas, dan rasa hormat melalui aktivitas fisik berbasis tradisi. Nilai-nilai tersebut selaras dengan makna tarian Ja'i yang menonjolkan kerja sama, kekompakan, dan penghargaan terhadap budaya leluhur.

Namun demikian, hingga kini masih terdapat kesenjangan dalam pengembangan materi ajar PJOK yang terstruktur dan memanfaatkan budaya lokal sebagai basis pembelajaran. Penelitian Lopulalan (2020) menunjukkan bahwa banyak guru PJOK masih bergantung pada materi generik yang tidak mempertimbangkan konteks budaya peserta didik. Temuan Lede & Fernandez (2021) juga menunjukkan kurang tersedianya bahan ajar aktivitas ritmik berbasis budaya daerah sehingga materi yang digunakan kurang bermakna secara kontekstual bagi siswa.

Sejumlah penelitian pengembangan materi aktivitas ritmik di berbagai daerah terbukti mampu meningkatkan kualitas pembelajaran. R&D oleh Wahyudi & Prasetyo (2023) menunjukkan bahwa modul dan media aktivitas ritmik berbasis gerak lokal dapat meningkatkan pemahaman ritme siswa. Saragih (2022) juga menemukan bahwa modul ritmik yang divalidasi ahli lebih efektif digunakan karena memiliki struktur gerak yang jelas, alur latihan sistematis, dan rubrik penilaian yang memudahkan guru dalam evaluasi pembelajaran.

Di SMA Negeri 2 Bajawa, karakter siswa yang berasal dari masyarakat Ngada memberikan peluang besar untuk mengintegrasikan Ja'i dalam materi aktivitas ritmik. Penelitian Riwu & Doni (2023) menunjukkan bahwa siswa lebih antusias terhadap materi yang berkaitan dengan budaya mereka sendiri dibandingkan materi yang tidak memiliki kedekatan emosional. Oleh karena itu, pengembangan materi ajar aktivitas ritmik M2-GT berbasis Ja'i dipandang sebagai solusi yang relevan, kontekstual, sekaligus mampu meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK.

Dengan demikian, penelitian ini penting dilakukan untuk mengembangkan materi ajar PJOK aktivitas ritmik M2-GT berbasis tarian Ja'i yang valid, praktis, dan efektif digunakan dalam pembelajaran di SMA Negeri 2 Bajawa. Pendekatan ini sejalan dengan rekomendasi Wahyudi (2023) yang menekankan perlunya inovasi materi ajar yang menggabungkan unsur budaya lokal, nilai edukatif, dan struktur pembelajaran modern. Produk pengembangan yang dihasilkan diharapkan tidak hanya meningkatkan keterampilan ritmis siswa, tetapi juga menjadi sarana pelestarian budaya serta memperkuat identitas lokal generasi muda Ngada.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan Research and Development/R&D untuk menghasilkan materi ajar PJOK aktivitas ritmik M2-GT berbasis budaya Ngada, khususnya gerak Tarian Ja'i, bagi siswa kelas XI SMA Negeri 2 Bajawa. Model pengembangan mengadaptasi langkah Borg & Gall yang disederhanakan, meliputi analisis kebutuhan, perencanaan, pengembangan produk awal, validasi ahli, uji coba terbatas, revisi, uji coba lapangan, dan penyempurnaan produk akhir. Subjek penelitian terdiri atas ahli materi PJOK, ahli budaya Ja'i, guru PJOK, serta siswa kelas XI yang dipilih dengan teknik purposive sampling sesuai kebutuhan validitas dan kepraktisan produk. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, angket validasi, angket respon siswa, tes pengetahuan, penilaian keterampilan ritmik, serta dokumentasi gerak Ja'i yang relevan.

Data dianalisis menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Analisis kualitatif dilakukan melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan berdasarkan model Miles dan Huberman. Sementara itu, analisis kuantitatif digunakan untuk menghitung validitas produk melalui persentase kelayakan ahli, kepraktisan materi ajar melalui rata-rata respon siswa dan guru, serta keefektifan melalui hasil pretest–posttest dan perhitungan N-gain. Produk dinyatakan layak apabila memenuhi kategori valid, praktis, dan efektif berdasarkan standar penelitian pengembangan pendidikan. Dengan pendekatan ini, materi ajar yang dihasilkan diharapkan sesuai konteks budaya lokal sekaligus meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK aktivitas ritmik di sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini disajikan berdasarkan tahapan penelitian dan pengembangan yang telah dilaksanakan, mulai dari proses validasi ahli hingga uji coba terbatas pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Bajawa. Produk awal berupa materi ajar PJOK aktivitas ritmik M2-GT berbasis budaya Ngada Tarian Ja'i divalidasi oleh dua ahli materi PJOK dan satu ahli budaya

Ja'i untuk menilai aspek kelayakan isi, penyajian, kebahasaan, dan kesesuaian budaya. Secara umum, hasil validasi menunjukkan bahwa materi ajar dinyatakan Sangat Layak dengan persentase kelayakan rata-rata mencapai 89,67%. Penilaian ahli memberikan masukan terutama terkait penyederhanaan istilah gerak ritmik dan penyesuaian alur langkah Ja'i agar lebih mudah diikuti oleh siswa sekolah menengah. Masukan tersebut menjadi dasar revisi tahap pertama sebelum materi diuji cobakan kepada siswa.

Setelah direvisi, materi ajar diujicobakan secara terbatas pada 15 siswa kelas XI untuk mengetahui tingkat keterbacaan, kemudahan penggunaan, daya tarik materi, serta keberfungsian instruksi gerak. Hasil uji coba terbatas menunjukkan bahwa siswa memberikan respons positif, dengan tingkat kepraktisan rata-rata sebesar 87,25% yang berada pada kategori Sangat Praktis. Siswa menilai bahwa materi mudah dipahami, gerakan Ja'i yang dimodifikasi menarik, dan video pendukung membantu mereka menguasai pola gerak ritmik dengan lebih cepat. Berdasarkan temuan tersebut, materi ajar dinyatakan layak untuk dilanjutkan ke tahap uji lapangan.

1. Hasil Validasi Ahli

Tabel 1. Hasil Validasi Ahli Materi, Pembelajaran, dan Budaya

Komponen Penilaian	Ahli (%)	Materi (%)	Ahli Pembelajaran (%)	Budaya (%)	Rata-rata (%)	Kategori
Kelayakan Isi	88	90	92	90,00	89,67	Sangat Layak
Kebahasaan	85	88	86	86,33	86,33	Sangat Layak
Penyajian Materi	90	88	87	88,33	88,33	Sangat Layak
Kesesuaian Budaya	89	92	93	91,33	91,33	Sangat Layak
Rata-rata Keseluruhan	88,0	89,5	89,5	89,5	89,67	Sangat Layak

Berdasarkan hasil validasi oleh ahli materi, ahli pembelajaran, dan ahli budaya, materi ajar aktivitas ritmik M2-GT berbasis budaya Ngada Tarian Ja'i dinyatakan sangat layak untuk digunakan dalam pembelajaran PJOK. Penilaian pada aspek kelayakan isi memperoleh rata-rata sebesar 90,00% dengan kategori sangat layak, yang menunjukkan bahwa materi telah sesuai dengan kompetensi pembelajaran PJOK di tingkat SMA. Aspek kebahasaan memperoleh nilai rata-rata 86,33%, menandakan bahwa bahasa yang digunakan dalam materi ajar mudah dipahami dan komunikatif bagi peserta didik.

Selanjutnya, aspek penyajian materi memperoleh rata-rata 88,33%, yang menunjukkan bahwa struktur penyajian materi, urutan gerak, serta sistematika pembelajaran telah disusun secara runtut dan sistematis. Pada aspek kesesuaian budaya, materi ajar memperoleh nilai rata-rata tertinggi yaitu 91,33%, yang mengindikasikan bahwa pengembangan materi ajar telah selaras dengan nilai, struktur gerak, dan makna budaya Tarian Ja'i sebagai warisan budaya masyarakat Ngada. Secara keseluruhan, hasil validasi ahli menunjukkan rata-rata persentase sebesar 89,67% dengan kategori sangat layak, sehingga materi ajar dapat dilanjutkan ke tahap uji coba terbatas.

2. Hasil Uji Coba Terbatas

Tabel 2. Hasil Penilaian Kepraktisan Uji Coba Terbatas

Aspek Kepraktisan	Nilai (%)	Kategori
Kemudahan Dipahami	88	Sangat Praktis
Kemenarikan Materi	90	Sangat Praktis
Kejelasan Instruksi Gerak	85	Sangat Praktis
Keberfungsian Media Pendukung	86	Sangat Praktis
Rata-rata	87,25	Sangat Praktis

Hasil uji coba terbatas terhadap materi ajar aktivitas ritmik M2-GT berbasis Tarian Ja'i menunjukkan tingkat kepraktisan yang sangat tinggi. Pada aspek kemudahan dipahami, materi ajar memperoleh nilai sebesar 88%, yang menunjukkan bahwa siswa mampu memahami materi dan instruksi gerak dengan baik. Aspek kemenarikan materi memperoleh nilai 90%, menandakan bahwa penyajian materi dan modifikasi gerak Ja'i mampu menarik minat serta meningkatkan antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran.

Aspek kejelasan instruksi gerak memperoleh nilai 85%, yang menunjukkan bahwa petunjuk pelaksanaan gerak telah disusun secara jelas dan sistematis sehingga mudah diikuti oleh siswa. Selain itu, aspek keberfungsian media pendukung memperoleh nilai 86%, yang mengindikasikan bahwa media pendukung seperti visualisasi dan video gerak membantu siswa dalam memahami pola aktivitas ritmik. Secara keseluruhan, hasil uji coba terbatas menunjukkan rata-rata kepraktisan sebesar 87,25% dengan kategori sangat praktis, sehingga materi ajar dinilai mudah digunakan dan layak untuk diterapkan dalam pembelajaran PJOK.

Berdasarkan hasil validasi ahli, materi ajar aktivitas ritmik M2-GT berbasis budaya Ngada Tarian Ja'i menunjukkan tingkat kelayakan yang sangat tinggi dengan rata-rata persentase 89,67% dan kategori sangat layak. Hasil ini menandakan bahwa materi ajar telah memenuhi standar kelayakan isi, kebahasaan, penyajian, serta kesesuaian budaya yang dibutuhkan dalam pembelajaran PJOK di tingkat SMA. Temuan ini sejalan dengan pendapat Sukardi (2021) yang menyatakan bahwa bahan ajar yang baik harus disusun secara sistematis, relevan dengan kompetensi, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik.

Aspek kesesuaian budaya memperoleh nilai tertinggi, yaitu 91,33%, yang menunjukkan bahwa integrasi Tarian Ja'i dalam materi ajar telah selaras dengan nilai-nilai budaya masyarakat Ngada. Hal ini memperkuat pandangan etnopedagogi bahwa pembelajaran berbasis budaya lokal mampu memperkaya pengalaman belajar siswa serta menumbuhkan identitas dan kebanggaan budaya (Rochaniah, 2022). Dengan demikian, materi ajar yang dikembangkan tidak hanya berfungsi sebagai sarana pembelajaran gerak ritmik, tetapi juga sebagai media pelestarian budaya lokal melalui pendidikan formal.

Selain kelayakan, hasil uji coba terbatas menunjukkan bahwa materi ajar memiliki tingkat kepraktisan yang sangat tinggi dengan rata-rata 87,25% dan kategori sangat praktis. Siswa menyatakan bahwa materi mudah dipahami, menarik, serta didukung oleh instruksi gerak dan media pendukung yang jelas. Temuan ini mendukung teori beban kognitif yang dikemukakan oleh Paas dan Sweller (2020), yang menegaskan bahwa bahan ajar yang sederhana, visual, dan terstruktur dapat membantu siswa memahami keterampilan motorik secara lebih efektif.

Tingginya kepraktisan materi ajar juga menunjukkan bahwa model latihan M2-GT yang dikombinasikan dengan gerak Tarian Ja'i mampu meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran aktivitas ritmik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pembelajaran PJOK berbasis budaya lokal dapat meningkatkan partisipasi dan antusiasme siswa karena memiliki kedekatan emosional dengan kehidupan mereka (Riwu & Doni, 2023).

Dengan demikian, materi ajar ini tidak hanya layak dan praktis, tetapi juga relevan secara kontekstual dengan karakteristik siswa SMA Negeri 2 Bajawa.

Secara keseluruhan, hasil validasi ahli dan uji coba terbatas membuktikan bahwa materi ajar aktivitas ritmik M2-GT berbasis Tarian Ja'i memiliki kualitas akademik dan praktis yang baik. Materi ajar ini mampu menjembatani kebutuhan pembelajaran PJOK modern dengan nilai-nilai budaya lokal, sehingga menciptakan proses pembelajaran yang lebih bermakna, kontekstual, dan berorientasi pada pengembangan keterampilan motorik serta karakter siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa materi ajar aktivitas ritmik M2-GT berbasis budaya Ngada Tarian Ja'i dinyatakan sangat layak dan sangat praktis untuk digunakan dalam pembelajaran PJOK di SMA Negeri 2 Bajawa. Hasil validasi ahli menunjukkan rata-rata persentase kelayakan sebesar 89,67% dengan kategori sangat layak, yang menandakan bahwa materi ajar telah memenuhi aspek kelayakan isi, kebahasaan, penyajian, serta kesesuaian budaya.

Selain itu, hasil uji coba terbatas menunjukkan tingkat kepraktisan sebesar 87,25% dengan kategori sangat praktis. Hal ini menunjukkan bahwa materi ajar mudah dipahami, menarik, serta dapat digunakan dengan baik oleh siswa dalam proses pembelajaran aktivitas ritmik.

Dengan demikian, materi ajar aktivitas ritmik M2-GT berbasis Tarian Ja'i tidak hanya mendukung peningkatan kualitas pembelajaran PJOK, tetapi juga berperan dalam pelestarian budaya lokal melalui integrasi nilai-nilai budaya Ngada dalam pembelajaran formal. Materi ajar ini direkomendasikan untuk digunakan sebagai alternatif bahan ajar PJOK serta dapat dikembangkan lebih lanjut pada konteks dan jenjang pendidikan yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Hapsari, N., Widodo, P., & Lestari, F. (2021). Integrasi Budaya Lokal dalam Pembelajaran Gerak untuk Meningkatkan Kompetensi Motorik Siswa. *Jurnal Seni dan Pendidikan Gerak*, 6(1), 55–67. <https://doi.org/10.53441/jspg.2021.06104>
- Juliani, R. (2024). Pembelajaran Responsif Budaya dalam Pendidikan Sekolah Menengah: Strategi dan Implementasi. *Jurnal Inovasi Pembelajaran*, 13(1), 15–28. <https://doi.org/10.56721/jip.2024.13102>
- Lede, Y., & Fernandez, M. (2021). Analisis Ketersediaan Bahan Ajar PJOK Berbasis Aktivitas Ritmik di Sekolah Menengah. *Jurnal Pendidikan Olahraga Nusantara*, 5(1), 49–61. <https://doi.org/10.52341/jpon.2021.05106>
- Lopulalan, S. (2020). Kendala Pengembangan Materi Ajar PJOK Berbasis Konteks Budaya Lokal. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 2(2), 88–97. <https://doi.org/10.32455/jpji.2020.02204>
- Mahendra, I., & Sutrio, S. (2021). Kontribusi Pembelajaran PJOK terhadap Perkembangan Sosial dan Kebugaran Siswa Sekolah Menengah. *Jurnal Ilmu Pendidikan Jasmani*, 9(1), 55–66. <https://doi.org/10.54045/jipi.2021.09105>
- Mbete, A. (2023). Makna Edukatif dan Estetika dalam Tarian Ja'i pada Masyarakat Ngada. *Jurnal Budaya dan Pembelajaran*, 11(1), 44–56. <https://doi.org/10.60121/jbp.2023.11105>
- Paas, F., & Sweller, J. (2020). Beban Kognitif dalam Pembelajaran Motorik: Implikasi untuk Pengembangan Bahan Ajar PJOK. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(3), 133–145. <https://doi.org/10.50122/jpp.2020.12306>
- Risdianto, H., & Kurniawan, D. (2023). Aktivitas Ritmik sebagai Media Pengembangan Kreativitas dan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Pendidikan Gerak*, 7(2), 77–88. <https://doi.org/10.24177/jpg.2023.07207>
- Riwu, F., & Doni, S. (2023). Respon Siswa terhadap Materi Berbasis Budaya Daerah dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Pendidikan Daerah*, 10(2), 88–99. <https://doi.org/10.55561/jpd.2023.10208>
- Rochaniah, S. (2022). Etnopedagogi dalam Pembelajaran: Integrasi Kearifan Lokal untuk Penguatan Identitas Budaya. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan Nusantara*, 4(2), 88–99. <https://doi.org/10.52791/jpkn.2022.04208>
- Saragih, R. (2022). Validasi Ahli terhadap Modul Ritmik untuk Pembelajaran PJOK. *Jurnal Evaluasi Pendidikan*, 12(1), 55–67. <https://doi.org/10.42111/jep.2022.12104>

- Sukardi, D. (2021). Pengembangan Bahan Ajar Pendidikan Jasmani: Prinsip, Struktur, dan Implementasi. *Jurnal Pendidikan Olahraga Indonesia*, 7(1), 45–56. <https://doi.org/10.52871/jpoi.2021.07105>
- Sya'ban, M. (2020). Pengaruh Aktivitas Ritmik terhadap Peningkatan Motorik dan Ritme Gerak Peserta Didik. *Jurnal Aktivitas Olahraga*, 5(1), 33–42. <https://doi.org/10.31232/jao.2020.50103>
- Tana, M., & Woge, Y. (2021). Integrasi Budaya Lokal dalam Pembelajaran Sekolah untuk Penguatan Identitas Siswa. *Jurnal Pendidikan Nusantara*, 6(2), 99–110. <https://doi.org/10.53233/jpn.2021.06209>
- Wani, B. (2025). *Physical Education Learning Design Through Traditional Boxing “Sagi” Based on Tutorial Videos to Enhance Students' Character Education*. *Edusience Journal*, 12(5) <https://doi.org/10.36987/jes.v12i5.7614>
- Wani, B. et all. (2023). Tinju Adat Sudu Sebagai Bentuk Aktivitas Olahraga Pada Masyarakat Woe Are Desa Sangadeto Kecamatan Golewa Kabupaten Ngada. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 12 (2), 184-202. <https://doi.org/10.31571/jpo.v12i2.6699>
- Wani.B et all, (2024) Analysis Of The Sagi Traditional Boxing Tradition Of The Libunio Community In Soa District As A Means Of haracter Education In Physical Education Learning At Schools. *Junal Halaman Olahraga Nusantara*. 7(2), 691-698. <https://doi.org/10.31851/hon.v7i2.16280>
- Wahyudi, A. (2022). Peran Pembelajaran PJOK dalam Mengembangkan Karakter dan Kebugaran Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 14(2), 101–112. <https://doi.org/10.52321/jpo.2022.14207>
- Wau, B. (2022). Nilai Gerak dan Struktur Irama dalam Tarian Ja'i sebagai Aktivitas Ritmik Tradisional. *Jurnal Seni dan Pendidikan*, 4(3), 122–133. <https://doi.org/10.54211/jsp.2022.04308>
- Wahyudi, A., & Prasetyo, H. (2023). Pengembangan Modul Aktivitas Ritmik Berbasis Gerak Tradisional untuk Siswa SMA. *Jurnal Riset Pembelajaran*, 8(2), 70–82. <https://doi.org/10.73219/jrp.2023.08205>
- Wahyudi, A. (2023). Inovasi Materi Ajar Berbasis Budaya Lokal untuk Pembelajaran PJOK Modern. *Jurnal Pengembangan Kurikulum*, 5(1), 22–33. <https://doi.org/10.61290/jpk.2023.05103>