



## INTEGRITAS PERMAIAN TRADISIONAL BOY SEBAGAI AKTIVITAS PEMBELAJARAN PJOK MATERI GERAK DASAR FUNDAMENTAL SISWA KELAS 3 SDI LOBOLEKE

Monika Lismen Monis<sup>1</sup>, Robertus Lili Bile<sup>2</sup>, Alfonsius Waso<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Citra Bakti

E-Mail: <sup>1</sup>monisnoni025@gmail.com, <sup>2</sup>robertuslilibile16@gmail.com, <sup>3</sup>alfonsiuswaso@gmail.com

Published: Januari, 2026

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan permainan tradisional boy dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di kelas 3 SDI Loboleke, serta menganalisis dampaknya terhadap penguasaan gerak dasar fundamental dan penanaman nilai integritas siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan subjek siswa kelas 3 dan guru PJOK. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan tes keterampilan gerak dasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan permainan boy mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, kontekstual, dan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar. Siswa mengalami peningkatan signifikan dalam keterampilan berlari, melempar, menangkap, dan menghindar. Selain itu, permainan ini menanamkan nilai integritas berupa kejujuran, sportivitas, disiplin, dan kerja sama tim. Temuan ini menegaskan bahwa permainan tradisional tidak hanya efektif sebagai media pembelajaran motorik, tetapi juga sebagai sarana pendidikan karakter dan pelestarian budaya lokal.

**Kata Kunci:** PJOK, permainan tradisional, boy, gerak dasar fundamental, integritas, pendidikan karakter

### PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang memiliki peran strategis dalam membentuk generasi muda yang sehat, bugar, dan berkarakter. PJOK tidak hanya berorientasi pada penguasaan keterampilan motorik semata, tetapi juga berfungsi sebagai wahana pembentukan sikap, nilai, dan kebiasaan hidup sehat yang akan melekat sepanjang hayat. Pada jenjang sekolah dasar, khususnya kelas rendah seperti kelas 3 SD, pembelajaran PJOK difokuskan pada penguasaan gerak dasar fundamental, yaitu berlari, melempar, menangkap, dan menghindar. Gerak dasar ini menjadi fondasi penting bagi keterampilan olahraga yang lebih kompleks di masa depan, sekaligus mendukung perkembangan fisik, kognitif, dan sosial anak (Sukintaka, 2004).

Namun, dalam praktiknya, pembelajaran PJOK sering kali menghadapi tantangan. Banyak guru yang masih menggunakan pendekatan konvensional berupa latihan teknik yang bersifat mekanis dan berulang. Model pembelajaran seperti ini cenderung monoton dan kurang menarik bagi anak usia sekolah dasar yang memiliki karakteristik senang bermain, aktif bergerak, dan mudah bosan. Akibatnya, motivasi belajar siswa menurun, keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran berkurang, dan tujuan pembelajaran PJOK tidak tercapai secara optimal. Oleh karena itu, diperlukan inovasi pembelajaran yang lebih menyenangkan, kontekstual, serta sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Salah satu alternatif yang relevan adalah penerapan permainan tradisional sebagai media pembelajaran (Hafidah, 2022).

Permainan tradisional merupakan bagian dari warisan budaya bangsa yang sarat dengan nilai-nilai edukatif. Salah satu permainan tradisional yang populer di berbagai daerah Indonesia adalah boy. Permainan ini melibatkan aktivitas fisik seperti melempar bola, berlari, menghindar, serta strategi tim untuk memenangkan permainan. Aktivitas tersebut sejalan dengan tujuan pembelajaran PJOK, khususnya dalam melatih gerak dasar fundamental siswa. Lebih dari itu, permainan boy-boyan juga mengandung nilai-nilai karakter seperti integritas, sportivitas, kerja sama, dan disiplin (Supriyanto, 2024).

Integritas dalam permainan tradisional tercermin dari sikap jujur, sportif, dan konsisten dalam mengikuti aturan permainan. Nilai ini sangat penting ditanamkan sejak dulu agar siswa tidak hanya terampil secara fisik, tetapi juga memiliki karakter yang kuat. Melalui permainan boy, siswa belajar menghargai aturan, menerima kekalahan dengan lapang dada, serta bekerja sama dengan teman satu tim untuk mencapai tujuan bersama. Dengan demikian, pembelajaran PJOK tidak hanya berorientasi pada aspek keterampilan motorik, tetapi juga menjadi sarana pembentukan karakter yang berintegritas (Hafidah, 2022).

Selain aspek karakter, permainan tradisional juga memiliki nilai budaya yang tinggi. Mengintegrasikan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK berarti sekaligus melestarikan warisan budaya bangsa. Hal ini sejalan dengan tujuan pendidikan nasional yang tidak hanya menekankan aspek akademik, tetapi juga pembentukan identitas, kebanggaan terhadap budaya lokal, serta penguatan jati diri bangsa (Kemendikbud, 2017). Dengan demikian, pembelajaran PJOK berbasis permainan tradisional dapat menjadi media yang efektif untuk menghubungkan siswa dengan akar budaya mereka, sekaligus menumbuhkan rasa cinta tanah air.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK dapat meningkatkan berbagai aspek perkembangan siswa, seperti kelincahan, koordinasi mata-tangan, kepercayaan diri, disiplin, serta kemampuan bekerja sama. Hal ini membuktikan bahwa permainan tradisional bukan hanya sekadar hiburan, tetapi juga memiliki nilai pedagogis yang tinggi. Dengan memanfaatkan permainan boy, guru dapat menciptakan suasana belajar yang lebih hidup, menyenangkan, dan bermakna. Siswa tidak hanya belajar keterampilan motorik, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai karakter yang akan berguna dalam kehidupan sehari-hari (Supriyanto, 2024). Lebih jauh lagi, penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK juga mendukung pendekatan holistik dalam pendidikan. Anak-anak tidak hanya berkembang secara fisik, tetapi juga secara sosial, emosional, dan moral. Mereka belajar mengendalikan emosi ketika kalah, belajar menghargai lawan, serta belajar bekerja sama untuk mencapai kemenangan. Semua aspek ini merupakan bagian dari pendidikan karakter yang menjadi fokus utama kurikulum nasional.

Berdasarkan uraian tersebut, penerapan permainan tradisional boy-boyan dalam pembelajaran PJOK di kelas 3 SDI Loboleke diharapkan mampu meningkatkan penguasaan gerak dasar fundamental sekaligus menanamkan nilai integritas pada siswa. Dengan demikian, pembelajaran PJOK akan lebih bermakna, menyenangkan, dan relevan dengan kebutuhan perkembangan anak. Selain itu, penerapan permainan tradisional juga berkontribusi pada pelestarian budaya bangsa, sehingga pendidikan tidak hanya berfungsi sebagai transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai sarana pembentukan identitas dan karakter bangsa.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan tujuan untuk menggambarkan penerapan permainan tradisional boy dalam pembelajaran PJOK serta dampaknya terhadap penguasaan gerak dasar fundamental dan nilai integritas siswa. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan gambaran yang mendalam mengenai proses pembelajaran serta nilai-nilai yang muncul selama kegiatan berlangsung.

Subjek penelitian adalah siswa kelas 3 SDI Loboleke beserta guru PJOK yang terlibat dalam proses pembelajaran. Siswa menjadi fokus utama karena mereka merupakan peserta didik yang sedang berada pada tahap perkembangan gerak dasar fundamental, sedangkan guru berperan sebagai fasilitator yang mengarahkan jalannya pembelajaran. Penelitian ini dilaksanakan di SDI Loboleke pada semester genap tahun ajaran berjalan. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada kebutuhan untuk mengintegrasikan permainan tradisional boy ke dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar, sehingga dapat diamati secara langsung penerapannya dalam konteks nyata.

Data penelitian diperoleh dari empat komponen utama, yaitu observasi, wawancara, Dokumentasi, tes keterampilan dasar. (1) Observasi dilakukan untuk mengamati aktivitas siswa saat mengikuti pembelajaran PJOK dengan permainan boy. (2) Wawancara dilakukan kepada guru PJOK dan beberapa siswa untuk mengetahui pengalaman serta nilai integritas yang muncul selama kegiatan. (3) Dokumentasi berupa foto, dan perangkat pembelajaran dikumpulkan sebagai bukti pendukung. (4) Tes keterampilan gerak dasar untuk mengukur kemampuan berlari, melempar, menangkap, dan menghindar sebelum dan sesudah penerapan permainan, sehingga dapat diketahui adanya peningkatan keterampilan motorik siswa.

## PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### HASIL PENELITIAN

#### Penerapan permainan tradisional boy-boyan dalam pembelajaran PJOK di kelas 3 SDI Loboleke

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional boy dapat dilakukan dengan menyesuaikan aturan permainan agar sesuai dengan kondisi fisik dan psikologis siswa kelas 3. Guru PJOK memulai dengan memberikan penjelasan mengenai aturan permainan, tujuan pembelajaran, serta nilai-nilai yang ingin ditanamkan. Selanjutnya, siswa dibagi ke dalam beberapa kelompok kecil untuk memudahkan koordinasi dan meningkatkan keterlibatan setiap anak. Proses pembelajaran berlangsung dalam suasana yang menyenangkan, penuh semangat, dan tidak monoton. Siswa terlihat lebih aktif bergerak, berinteraksi dengan teman sebaya, serta menunjukkan antusiasme tinggi dibandingkan dengan pembelajaran PJOK yang hanya berfokus pada latihan teknik mekanis. Dengan demikian, penerapan permainan boy terbukti mampu menciptakan pembelajaran yang kontekstual, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar.

#### Peningkatan penguasaan gerak dasar fundamental siswa melalui permainan boy

Hasil observasi dan tes keterampilan gerak dasar menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada kemampuan motorik siswa. Sebelum penerapan permainan, sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam koordinasi gerakan, terutama pada keterampilan menangkap bola dan menghindar. Setelah beberapa kali pertemuan, siswa menunjukkan perkembangan yang nyata: kecepatan berlari meningkat, lemparan bola menjadi lebih terarah, kemampuan menangkap bola lebih baik, serta gerakan menghindar lebih lincah. Selain itu, permainan boy juga melatih kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi mata-tangan secara alami karena siswa harus bergerak cepat, memperhatikan arah bola, dan bekerja sama dengan tim. Dengan demikian, permainan ini terbukti efektif sebagai media pembelajaran untuk meningkatkan penguasaan gerak dasar fundamental yang menjadi fondasi keterampilan olahraga di masa depan.

#### Penanaman nilai integritas melalui permainan boy

Selain aspek keterampilan motorik, penelitian ini juga menemukan bahwa permainan boy mampu menanamkan nilai integritas pada siswa. Nilai kejujuran terlihat ketika siswa mengakui jika terkena bola atau gagal dalam permainan. Sportivitas tercermin dari sikap menerima kekalahan dengan lapang dada serta menghargai kemenangan lawan. Konsistensi dalam mengikuti aturan permainan menunjukkan adanya pembentukan karakter disiplin. Kerja sama tim juga menjadi bagian penting, karena keberhasilan dalam permainan tidak hanya bergantung pada kemampuan individu, tetapi juga pada koordinasi dan dukungan antar anggota tim. Guru PJOK berperan aktif dalam menekankan pentingnya nilai integritas selama permainan berlangsung, sehingga siswa tidak hanya belajar keterampilan fisik, tetapi juga belajar membangun karakter yang kuat.

## PEMBAHASAN

Penerapan permainan tradisional boy dalam pembelajaran PJOK di kelas 3 SD terbukti mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, kontekstual, dan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar. Guru berperan penting dalam menyesuaikan aturan permainan agar sesuai dengan kondisi fisik dan psikologis siswa, sehingga pembelajaran tidak monoton dan lebih bermakna. Hal ini sejalan dengan penelitian Miswan Afmiral & Tofikin (2023) yang menegaskan bahwa permainan tradisional dapat meningkatkan motivasi belajar sekaligus melestarikan budaya lokal.

Selain itu, permainan boy berkontribusi signifikan terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar fundamental siswa. Hasil penelitian menunjukkan adanya perkembangan nyata pada kemampuan berlari, melempar, menangkap, dan menghindar. Temuan ini sejalan dengan penelitian Lilik Maryati dkk. (2023) yang menyatakan bahwa permainan tradisional efektif dalam melatih motorik kasar dan koordinasi gerak anak. Dengan demikian, permainan tradisional dapat dijadikan media pembelajaran yang mendukung fondasi keterampilan olahraga di masa depan. Tidak hanya aspek fisik, permainan boy juga menanamkan nilai integritas pada siswa. Nilai kejujuran, sportivitas, disiplin, dan kerja sama tim muncul secara alami dalam dinamika permainan. Penelitian Hidayatul Munawwarah (2020) menegaskan bahwa permainan tradisional mampu menanamkan nilai karakter sejak usia dini, termasuk kejujuran dan kerja sama. Hal ini diperkuat oleh Nurrochsyam dkk. (2019) yang menyatakan bahwa permainan tradisional merupakan wahana pendidikan karakter yang efektif. Guru PJOK berperan aktif dalam menekankan pentingnya nilai integritas selama permainan berlangsung, sehingga siswa tidak hanya belajar keterampilan fisik, tetapi juga membangun karakter yang kuat.

Dengan demikian, penerapan permainan boy dalam pembelajaran PJOK tidak hanya meningkatkan keterampilan motorik dasar, tetapi juga menjadi sarana pendidikan karakter yang kontekstual dan berbasis budaya lokal. Hal ini menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat dijadikan strategi pembelajaran yang efektif sekaligus media pelestarian budaya.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa penerapan permainan tradisional boy dalam pembelajaran PJOK di kelas 3 SDI Loboleke memberikan dampak positif yang menyeluruh. Permainan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan gerak dasar fundamental siswa seperti berlari, melempar, menangkap, dan menghindar tetapi juga menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, kontekstual, dan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar. Lebih dari itu, permainan boy terbukti efektif dalam menanamkan nilai integritas, meliputi kejujuran, sportivitas, disiplin, dan kerja sama tim, sehingga pembelajaran PJOK berfungsi sebagai sarana pengembangan karakter sekaligus keterampilan motorik. Integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran juga berperan penting dalam melestarikan budaya lokal, menjadikan pendidikan lebih bermakna karena menghubungkan siswa dengan akar budaya mereka serta menumbuhkan rasa cinta tanah air. Dengan demikian, permainan tradisional boy dapat dipandang sebagai strategi pembelajaran holistik yang mendukung perkembangan fisik, sosial, emosional, dan moral siswa secara seimbang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bambang Hermansah, Heny Setyawati, Nasuka, Endang Sri Hanani. (2025). PJOK Berbasis Budaya Lokal: Model Pembelajaran melalui Permainan Tradisional. Star Digital Publishing. <https://books.google.com/books?id=piok-budaya-lokal>
- Eka Fitri Novita Sari, Nofi Marlina Siregar, Novri Asri, Masnur Ali. (2025). Pelatihan Gerak Dasar Melalui Permainan Tradisional untuk Siswa SD. IJPD. <https://journal.unj.ac.id/ijpd/article/view/109>
- Hafidah, I. (2022). Pengaruh Permainan Tradisional Boy-Boyan Berbasis Socratic Method terhadap Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar. Universitas Pendidikan Indonesia Repository. Link: <http://repository.upi.edu>
- Hidayatul Munawwarah. (2020). Penanaman Nilai-Nilai Karakter Melalui Permainan Tradisional pada Anak Usia Dini. Universitas Negeri Medan. <http://digilib.unimed.ac.id/penanaman-nilai-karakter>
- Ivon Marlin Dike, Miftah Fariz Prima Putra, Yos Wandik. (2023). Gerak Dasar dan Permainan Tradisional. Multilateral PJOK. <https://ppjp.ulm.ac.id/jurnal/index.php/multilateralpjkr/article/view/209>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2017). Permainan Tradisional sebagai Warisan Budaya. Jakarta: Kemdikbud. <https://kemdikbud.go.id>
- Lilik Maryati, Advendi Kristiyandaru, Nur Ahmad Arief. (2023). Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Kemampuan Motorik Kasar Peserta Didik SD. Bravo's Jurnal. <https://ejournal.unesa.ac.id/bravos/article/view/2023>
- Miswan Afmiral & Tofikin. (2023). Pemanfaatan Permainan Tradisional dalam Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar. Universitas Rokania. <https://jerkin.org/index.php/jerkin/article/view/581>
- Nurrochsyam, Mikka Wildha, Sudrajat, Unggul, dkk. (2019). Permainan Tradisional sebagai Wahana Pendidikan Karakter. Pusat Penelitian Kebijakan Pendidikan dan Kebudayaan. <http://puslitjakdikbud.kemdikbud.go.id/produk/buku>
- Ridha Coban Ghifari Hizbillah. (2023). Survei Penerapan Permainan Tradisional dalam Pembelajaran PJOK Sekolah Dasar di Kota Bandung. Universitas Pendidikan Indonesia. <http://repository.upi.edu/123456>
- Sukintaka. (2004). Teori Pendidikan Jasmani. Bandung: CV Andira. [https://scholar.google.com/scholar\\_lookup?title=Teori+Pendidikan+Jasmani&author=Sukintaka&publication\\_year=2004](https://scholar.google.com/scholar_lookup?title=Teori+Pendidikan+Jasmani&author=Sukintaka&publication_year=2004)
- Supriyanto, A. (2024). Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar, Kerja Sama, Percaya Diri, dan Disiplin Peserta Didik. Disertasi, Universitas Negeri Yogyakarta. <https://digilib.uny.ac.id>