

Analisis Penerapan Permainan Tradisional dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Mahasiswa PGSD Parepare

Marhani,

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Negeri Makassar

Informasi Artikel

Diterima Redaksi: 13 April 2026

Revisi Akhir: 20 Mei 2026

Diterbitkan Online: 31 Mei 2026

Kata Kunci

Pendidikan jasmani, permainan tradisional, keterampilan motorik, kerja sama, PGSD Parepare

Korespondensi

E-mail: marhani@unm.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani pada mahasiswa PGSD Parepare. Naskah ini menggunakan data simulasi dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data disimulasikan melalui observasi aktivitas pembelajaran, wawancara terstruktur, dan dokumentasi nilai praktik pada 36 mahasiswa. Hasil simulasi menunjukkan bahwa 86,1% mahasiswa terlibat aktif dalam permainan tradisional seperti gobak sodor, engklek, bakiak, bentengan, dan hadang. Sebanyak 80,6% mahasiswa menunjukkan peningkatan keterampilan motorik dasar, 83,3% menunjukkan kerja sama kelompok yang baik, dan 84,0% mampu menjelaskan nilai pedagogis permainan tradisional untuk pembelajaran di sekolah dasar. Kendala utama yang muncul meliputi keterbatasan ruang praktik, alokasi waktu, serta perbedaan pemahaman aturan permainan. Temuan simulatif ini menunjukkan bahwa permainan tradisional berpotensi menjadi media pembelajaran Pendidikan Jasmani yang kontekstual, menyenangkan, dan relevan bagi calon guru sekolah dasar di PGSD Parepare.

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani merupakan bagian penting dalam pendidikan calon guru sekolah dasar karena berperan dalam membangun kebugaran, keterampilan gerak, sikap sportif, dan kemampuan bekerja sama. Dalam konteks Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD), Pendidikan Jasmani tidak hanya dipahami sebagai aktivitas fisik, tetapi juga sebagai bekal pedagogis agar mahasiswa mampu merancang pembelajaran gerak yang sesuai dengan karakteristik anak sekolah dasar.

Salah satu pendekatan yang relevan untuk menguatkan pembelajaran Pendidikan Jasmani adalah pemanfaatan permainan tradisional. Permainan tradisional memuat aktivitas lokomotor, nonlokomotor, manipulatif, strategi sederhana, aturan sosial, serta nilai budaya yang dekat dengan kehidupan peserta didik. Melalui permainan seperti gobak sodor, engklek, bakiak, bentengan, dan hadang, mahasiswa dapat mengalami pembelajaran yang aktif, kolaboratif, dan kontekstual.

Permainan tradisional memiliki kedudukan strategis karena menggabungkan aspek fisik, kognitif, afektif, dan sosial. Pada ranah fisik, permainan tradisional melatih kelincahan, keseimbangan, koordinasi, kecepatan, dan daya tahan. Pada ranah kognitif, mahasiswa belajar memahami aturan, menentukan strategi, dan mengambil keputusan secara cepat. Pada ranah afektif

dan sosial, permainan menumbuhkan sportivitas, tanggung jawab, kerja sama, empati, dan penghargaan terhadap lawan bermain.

Mahasiswa PGSD sebagai calon guru kelas perlu memiliki pengalaman langsung dalam mengelola aktivitas Pendidikan Jasmani yang sederhana, murah, aman, dan mudah dimodifikasi. Permainan tradisional memenuhi kebutuhan tersebut karena tidak selalu memerlukan fasilitas kompleks. Lapangan terbuka, garis pembatas sederhana, dan alat lokal seperti kapur, kayu kecil, atau sandal dapat dimanfaatkan untuk menciptakan pembelajaran gerak yang bermakna.

Di PGSD Parepare, pembelajaran Pendidikan Jasmani perlu diarahkan pada kemampuan mahasiswa untuk menghubungkan teori perkembangan motorik dengan praktik pembelajaran di sekolah dasar. Kondisi ini penting karena guru sekolah dasar sering menghadapi keterbatasan fasilitas olahraga, jumlah siswa yang banyak, serta kebutuhan untuk menciptakan pembelajaran yang aman dan menyenangkan. Permainan tradisional dapat menjadi alternatif pedagogis yang sesuai dengan situasi tersebut.

Namun, penerapan permainan tradisional dalam perkuliahan tidak selalu berjalan optimal. Beberapa mahasiswa belum memahami aturan dasar permainan, sebagian kurang percaya diri memimpin kelompok, dan sebagian lain menganggap permainan tradisional sebagai aktivitas rekreatif semata. Padahal, jika dirancang secara sistematis, permainan tradisional dapat digunakan untuk mencapai tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani, termasuk penguatan keterampilan motorik dasar dan karakter sosial.

Kendala lain yang sering muncul adalah keterbatasan ruang praktik dan variasi tingkat kebugaran mahasiswa. Permainan seperti gobak sodor dan bentengan membutuhkan ruang yang cukup luas, sedangkan permainan bakiak membutuhkan koordinasi kelompok yang kuat. Oleh karena itu, dosen perlu melakukan modifikasi aturan, ukuran lapangan, durasi permainan, dan jumlah pemain agar kegiatan tetap aman, efektif, dan inklusif.

Secara teoretis, pembelajaran melalui permainan sejalan dengan pandangan konstruktivistik yang menempatkan peserta didik sebagai subjek aktif dalam membangun pengalaman belajar. Vygotsky (1978) menekankan pentingnya interaksi sosial dalam perkembangan belajar, sedangkan Piaget (1962) memandang bermain sebagai wahana penting dalam perkembangan anak. Dalam Pendidikan Jasmani, pengalaman bermain juga membantu peserta didik memahami konsep gerak melalui praktik langsung.

Bagi mahasiswa PGSD, pengalaman memainkan dan menganalisis permainan tradisional dapat memperkuat kompetensi profesional calon guru. Mahasiswa tidak hanya bergerak, tetapi juga belajar menyusun tujuan pembelajaran, mengamati respons peserta, mengevaluasi keselamatan, serta merancang variasi permainan sesuai usia anak sekolah dasar. Dengan demikian, permainan tradisional menjadi sarana integratif antara aktivitas jasmani dan perencanaan pembelajaran.

Penelitian simulatif ini difokuskan pada penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani mahasiswa PGSD Parepare. Fokus kajian meliputi bentuk penerapan permainan, partisipasi mahasiswa, peningkatan keterampilan motorik, kerja sama kelompok, pemahaman pedagogis, serta kendala yang muncul selama proses pembelajaran.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting dilakukan sebagai contoh penyusunan artikel berbasis template jurnal. Seluruh data yang disajikan dalam naskah ini bersifat simulatif, namun disusun secara sistematis agar dapat menggambarkan alur penelitian pendidikan yang logis, empiris, dan relevan dengan bidang Pendidikan Jasmani di PGSD Parepare.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena tujuan penelitian adalah menggambarkan secara mendalam proses penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di PGSD Parepare. Data dalam naskah ini merupakan data simulasi yang disusun untuk kepentingan pengisian template artikel dan bukan hasil pengambilan data lapangan yang sesungguhnya.

Lokasi penelitian disimulasikan di Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Parepare. Pemilihan lokasi didasarkan pada karakteristik PGSD sebagai lembaga pendidikan calon guru sekolah dasar yang membutuhkan penguatan kompetensi pedagogis, khususnya dalam merancang pembelajaran Pendidikan Jasmani yang aktif, murah, aman, dan berbasis budaya lokal.

Subjek penelitian simulatif terdiri atas 36 mahasiswa semester IV yang mengikuti perkuliahan Pendidikan Jasmani. Informan pendukung dalam rancangan simulasi ini meliputi satu dosen pengampu mata kuliah dan empat ketua kelompok praktik. Subjek dipilih secara purposive karena dianggap mewakili mahasiswa yang sedang mempelajari perancangan aktivitas jasmani untuk anak sekolah dasar.

Permainan tradisional yang digunakan dalam simulasi pembelajaran meliputi gobak sodor, engklek, bakiak, bentengan, dan hadang. Kelima permainan tersebut dipilih karena memiliki unsur gerak dasar yang beragam, mudah dimodifikasi, tidak membutuhkan biaya tinggi, dan dapat dikaitkan dengan nilai karakter seperti kerja sama, sportivitas, tanggung jawab, disiplin, dan kepemimpinan.

Teknik pengumpulan data disimulasikan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk mencatat partisipasi mahasiswa, keterampilan motorik, komunikasi kelompok, dan kepatuhan terhadap aturan permainan. Wawancara digunakan untuk menggali pengalaman mahasiswa dan dosen mengenai manfaat serta kendala penerapan permainan tradisional. Dokumentasi digunakan untuk mencatat nilai praktik, foto kegiatan, serta catatan refleksi mahasiswa.

Instrumen penelitian berupa lembar observasi partisipasi, rubrik keterampilan motorik dasar, pedoman wawancara, dan format dokumentasi. Indikator yang digunakan meliputi keaktifan mengikuti permainan, kemampuan melakukan gerak dasar, kerja sama kelompok, pemahaman aturan, kemampuan memodifikasi permainan, dan kemampuan menjelaskan relevansi permainan tradisional bagi pembelajaran sekolah dasar.

Analisis data dilakukan dengan model interaktif yang terdiri atas reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data observasi disajikan dalam bentuk persentase simulatif untuk memudahkan pembacaan pola temuan, sedangkan data wawancara disajikan dalam bentuk narasi deskriptif. Tahapan analisis dilakukan secara berulang untuk memperoleh gambaran yang sistematis mengenai implementasi permainan tradisional.

Keabsahan data dalam rancangan simulasi ini digambarkan melalui triangulasi teknik dan triangulasi sumber. Triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi mahasiswa, ketua kelompok, dan dosen. Member check disimulasikan melalui konfirmasi temuan kepada informan untuk memastikan konsistensi interpretasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Bentuk Penerapan Permainan Tradisional dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Berdasarkan hasil simulasi observasi, penerapan permainan tradisional di PGSD Parepare dilakukan melalui tiga tahap utama, yaitu pengenalan aturan permainan, praktik kelompok, dan refleksi pedagogis. Pada tahap pengenalan, dosen menjelaskan tujuan pembelajaran, prosedur keselamatan, pembagian kelompok, serta indikator penilaian. Pada tahap praktik, mahasiswa memainkan permainan secara bergantian. Pada tahap refleksi, mahasiswa menganalisis nilai gerak dan nilai karakter yang muncul dalam permainan.

Permainan gobak sodor digunakan untuk melatih kecepatan, kelincahan, strategi, dan komunikasi tim. Mahasiswa dibagi menjadi dua kelompok yang berperan sebagai penjaga dan penyerang. Simulasi menunjukkan bahwa 87,0% mahasiswa dapat memahami pola permainan setelah dua kali percobaan. Kesulitan awal umumnya terjadi pada penentuan batas area dan strategi menjaga garis, tetapi dapat diatasi melalui demonstrasi ulang.

Permainan engklek digunakan untuk melatih keseimbangan, koordinasi, kekuatan tungkai, dan konsentrasi. Sebanyak 82,0% mahasiswa menunjukkan kemampuan melakukan lompatan satu kaki secara stabil setelah latihan. Mahasiswa juga diminta merancang variasi engklek untuk siswa kelas rendah dan kelas tinggi, misalnya dengan menyesuaikan ukuran petak, jumlah rintangan, dan durasi permainan.

Permainan bakiak digunakan untuk melatih koordinasi, ritme gerak, komunikasi, dan kerja sama kelompok. Dalam simulasi, 83,3% mahasiswa memperlihatkan kerja sama yang baik setelah diberi waktu penyesuaian. Pada awal kegiatan, beberapa kelompok mengalami kesulitan menyamakan langkah, tetapi kualitas koordinasi meningkat setelah mahasiswa menyepakati aba-aba dan ritme gerakan.

Permainan bentengan dan hadang digunakan untuk melatih daya tahan, kecepatan reaksi, keberanian mengambil keputusan, dan kemampuan membaca situasi. Kedua permainan ini memberi ruang bagi mahasiswa untuk mempraktikkan strategi kelompok dan mengelola emosi saat bermain. Observasi simulatif menunjukkan bahwa permainan yang bersifat kompetitif tetap dapat berlangsung sportif ketika aturan keselamatan disepakati sejak awal.

2. Partisipasi Mahasiswa dalam Kegiatan Pembelajaran

Hasil simulasi menunjukkan bahwa partisipasi mahasiswa dalam pembelajaran berada pada kategori tinggi. Dari 36 mahasiswa, sebanyak 31 mahasiswa atau 86,1% terlibat aktif dalam seluruh rangkaian permainan. Mahasiswa yang aktif terlihat dari kesiapan mengikuti instruksi, keterlibatan dalam diskusi kelompok, keberanian mencoba peran, serta kesediaan membantu teman yang mengalami kesulitan.

Sebanyak 30 mahasiswa atau 83,3% menunjukkan komunikasi kelompok yang baik. Bentuk komunikasi tersebut tampak melalui pemberian instruksi singkat, penentuan strategi, penggunaan aba-aba, serta evaluasi kelompok setelah permainan selesai. Data ini menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat menciptakan interaksi sosial yang intensif dan mendukung pembelajaran kolaboratif.

Sebanyak 28 mahasiswa atau 77,8% menyatakan lebih antusias mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani ketika kegiatan menggunakan permainan tradisional. Alasan utama yang muncul dalam wawancara simulatif adalah suasana pembelajaran lebih menyenangkan, aturan permainan mudah dipahami, dan aktivitas terasa dekat dengan pengalaman masa kecil. Hal ini menunjukkan bahwa unsur familiar dalam permainan dapat meningkatkan motivasi belajar.

3. Peningkatan Keterampilan Motorik Dasar

Berdasarkan dokumentasi nilai praktik simulatif, rata-rata skor keterampilan motorik mahasiswa meningkat dari 72,4 pada penilaian awal menjadi 83,7 pada penilaian akhir. Peningkatan sebesar 11,3 poin menunjukkan bahwa permainan tradisional memberi kesempatan mahasiswa untuk mempraktikkan gerak dasar secara berulang dalam konteks yang menyenangkan.

Indikator kelincahan memperoleh capaian simulatif sebesar 81,0%, keseimbangan 80,6%, koordinasi 82,5%, dan kecepatan reaksi 79,4%. Capaian tertinggi terdapat pada koordinasi karena beberapa permainan, terutama bakiak dan gobak sodor, menuntut kerja sama ritmis dan penyesuaian gerak antarpemain. Capaian terendah terdapat pada kecepatan reaksi karena sebagian mahasiswa masih ragu mengambil keputusan saat permainan berlangsung cepat.

Temuan simulatif juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang pada awalnya pasif mulai berpartisipasi setelah aturan permainan dimodifikasi. Modifikasi yang dilakukan meliputi pengurangan ukuran lapangan, pengurangan jumlah pemain dalam satu tim, serta pemberian contoh gerak sebelum permainan dimulai. Modifikasi ini membantu mahasiswa memahami bahwa pembelajaran Pendidikan Jasmani harus adaptif terhadap kondisi peserta didik.

4. Penguatan Kerja Sama dan Karakter Sosial

Permainan tradisional memberikan ruang yang luas untuk membangun kerja sama, sportivitas, dan tanggung jawab. Data simulasi menunjukkan bahwa 83,3% mahasiswa mampu bekerja sama dengan baik selama permainan berlangsung. Kerja sama tampak dalam pembagian peran, penyusunan strategi, pemberian dukungan kepada anggota kelompok, serta kesediaan menerima keputusan wasit atau pengamat permainan.

Sebanyak 79,0% mahasiswa menunjukkan sikap sportif, seperti menerima kekalahan, menghargai kemenangan kelompok lain, dan tidak menyalahkan teman ketika terjadi kesalahan. Sikap ini penting bagi calon guru karena pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah dasar harus menekankan nilai karakter, bukan hanya hasil pertandingan atau kemampuan fisik semata.

Hasil wawancara simulatif menunjukkan bahwa mahasiswa menyadari permainan tradisional dapat digunakan untuk menanamkan nilai budaya dan sosial kepada peserta didik. Mahasiswa menilai bahwa permainan tradisional membantu anak belajar antre, mengikuti aturan, berdiskusi, memimpin, dan menyelesaikan konflik sederhana. Dengan demikian, permainan tradisional berfungsi sebagai media pendidikan karakter yang berbasis pengalaman.

5. Pemahaman Pedagogis Mahasiswa Calon Guru

Sebanyak 84,0% mahasiswa mampu menjelaskan hubungan permainan tradisional dengan tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah dasar. Mahasiswa dapat mengaitkan permainan dengan kompetensi gerak dasar, sikap sosial, kebugaran, dan pembelajaran budaya lokal. Capaian ini menunjukkan bahwa praktik permainan perlu diikuti dengan refleksi pedagogis agar mahasiswa tidak hanya bermain, tetapi juga memahami makna pembelajaran di balik aktivitas tersebut.

Sebanyak 27 mahasiswa atau 75,0% mampu membuat rancangan modifikasi sederhana untuk anak sekolah dasar. Modifikasi yang disusun meliputi penyederhanaan aturan, pengurangan luas **lapangan**, penambahan giliran bermain, penggunaan alat yang aman, serta pengaturan durasi agar sesuai dengan usia anak. Kemampuan ini menjadi bekal penting bagi mahasiswa PGSD ketika kelak mengajar di sekolah dengan kondisi fasilitas yang beragam.

6. Kendala dalam Penerapan Permainan Tradisional

Meskipun hasil simulasi menunjukkan capaian positif, terdapat beberapa kendala dalam penerapan permainan tradisional. Kendala terbesar adalah keterbatasan ruang praktik, yang dialami

oleh 8 mahasiswa atau 22,2%. Beberapa permainan membutuhkan area gerak yang relatif luas sehingga dosen harus mengatur ulang formasi kelompok dan jadwal praktik agar kegiatan tetap aman.

Kendala kedua adalah perbedaan pemahaman aturan permainan. Sebanyak 7 mahasiswa atau 19,4% membutuhkan penjelasan ulang karena versi permainan tradisional yang mereka kenal berbeda dengan versi yang digunakan dalam pembelajaran. Perbedaan ini sebenarnya dapat menjadi bahan diskusi budaya, namun tetap memerlukan penyepakatan aturan agar praktik berjalan tertib.

Kendala ketiga adalah alokasi waktu pembelajaran. Sebanyak 6 mahasiswa atau 16,7% menilai bahwa waktu praktik kurang cukup untuk mencoba semua variasi permainan. Selain itu, 5 mahasiswa atau 13,9% mengalami kelelahan pada permainan dengan intensitas tinggi. Kondisi ini menunjukkan pentingnya pengaturan intensitas, jeda istirahat, dan pemanasan yang memadai.

Pembahasan

Hasil simulasi menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat menjadi strategi pembelajaran Pendidikan Jasmani yang efektif bagi mahasiswa PGSD Parepare. Keterlibatan aktif mahasiswa menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan mampu menciptakan suasana belajar yang partisipatif. Aktivitas fisik yang dilakukan secara berulang dalam permainan juga membantu mahasiswa mengalami langsung prinsip-prinsip pengembangan keterampilan motorik.

Temuan tersebut sejalan dengan pandangan pembelajaran konstruktivistik yang menempatkan pengalaman langsung sebagai dasar terbentuknya pemahaman. Dalam konteks permainan tradisional, mahasiswa membangun pemahaman melalui gerak, interaksi, diskusi, dan refleksi. Proses ini berbeda dengan pembelajaran yang hanya bersifat teoritis karena mahasiswa memperoleh pengalaman konkret tentang cara mengelola aktivitas jasmani.

Dari sisi perkembangan motorik, permainan tradisional menyediakan variasi gerak yang kaya. Gobak sodor dan bentengan menuntut gerak cepat dan strategi ruang, engklek menuntut keseimbangan dan kontrol tubuh, sedangkan bakiak menuntut koordinasi kelompok. Variasi ini penting karena calon guru sekolah dasar perlu memahami bahwa keterampilan motorik anak berkembang melalui latihan yang beragam dan menyenangkan.

Dari sisi sosial, permainan tradisional menuntut mahasiswa untuk berkomunikasi, menyepakati aturan, dan menyelesaikan masalah secara kelompok. Interaksi semacam ini memperkuat makna Pendidikan Jasmani sebagai pendidikan melalui gerak, bukan sekadar pendidikan tentang olahraga. Nilai kerja sama, sportivitas, disiplin, dan tanggung jawab dapat diintegrasikan secara alami melalui situasi permainan.

Penerapan permainan tradisional juga memiliki nilai budaya. Mahasiswa PGSD sebagai calon guru memiliki peran dalam melestarikan permainan lokal agar tidak hilang dari pengalaman belajar anak. Ketika permainan tradisional masuk ke dalam pembelajaran, mahasiswa belajar bahwa pendidikan jasmani dapat menghubungkan kebugaran, budaya, dan karakter dalam satu aktivitas yang bermakna.

Namun, penerapan permainan tradisional membutuhkan perencanaan yang matang. Dosen atau guru perlu memperhatikan keselamatan, jumlah peserta, karakteristik permainan, ketersediaan ruang, dan tujuan pembelajaran. Tanpa perencanaan yang baik, permainan dapat berubah menjadi aktivitas bebas yang kurang terarah. Oleh karena itu, setiap permainan perlu dilengkapi dengan tujuan, aturan, indikator penilaian, dan refleksi akhir.

Secara keseluruhan, hasil simulatif ini menunjukkan bahwa permainan tradisional relevan digunakan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di PGSD Parepare. Permainan tradisional dapat memperkuat keterampilan motorik, kerja sama, pemahaman pedagogis, dan apresiasi budaya

mahasiswa. Kendala yang muncul dapat diatasi melalui modifikasi permainan, pengelolaan kelas, serta penyesuaian fasilitas yang tersedia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian simulatif mengenai penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani mahasiswa PGSD Parepare, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional berpotensi menjadi media pembelajaran yang efektif, kontekstual, dan menyenangkan. Permainan seperti gobak sodor, engklek, bakiak, bentengan, dan hadang dapat digunakan untuk mengembangkan keterampilan motorik dasar, kerja sama kelompok, sportivitas, serta pemahaman pedagogis mahasiswa calon guru sekolah dasar.

Data simulasi menunjukkan bahwa 86,1% mahasiswa terlibat aktif dalam pembelajaran, 80,6% menunjukkan peningkatan keterampilan motorik dasar, 83,3% menunjukkan kerja sama kelompok yang baik, dan 84,0% mampu menjelaskan nilai pedagogis permainan tradisional untuk pembelajaran di sekolah dasar. Temuan ini menegaskan bahwa pembelajaran Pendidikan Jasmani berbasis permainan tradisional tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga pada aspek sosial, kognitif, dan karakter.

Kendala yang ditemukan dalam simulasi meliputi keterbatasan ruang praktik, perbedaan pemahaman aturan, keterbatasan waktu, dan variasi tingkat kebugaran mahasiswa. Kendala tersebut dapat diatasi melalui modifikasi aturan permainan, pembagian kelompok kecil, pengaturan intensitas aktivitas, serta pemberian refleksi setelah praktik.

Dosen pengampu mata kuliah Pendidikan Jasmani disarankan untuk memasukkan permainan tradisional sebagai bagian dari kegiatan praktik yang terstruktur. Setiap permainan perlu dilengkapi dengan tujuan pembelajaran, prosedur keselamatan, indikator penilaian, dan kegiatan refleksi agar mahasiswa memahami nilai pedagogisnya.

Mahasiswa PGSD disarankan untuk mengembangkan kreativitas dalam memodifikasi permainan tradisional sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Modifikasi dapat dilakukan pada ukuran lapangan, jumlah pemain, alat yang digunakan, lama permainan, serta tingkat kesulitan aturan agar pembelajaran lebih inklusif.

Program studi disarankan menyediakan ruang praktik yang memadai dan mendukung dokumentasi pembelajaran berbasis permainan tradisional. Kegiatan praktik juga dapat dikembangkan menjadi proyek pembelajaran budaya lokal sehingga mahasiswa memiliki portofolio rancangan pembelajaran Pendidikan Jasmani yang siap diterapkan di sekolah dasar.

Peneliti selanjutnya disarankan melakukan penelitian lapangan dengan data aktual, menggunakan desain kuantitatif atau metode campuran, serta melibatkan siswa sekolah dasar sebagai subjek langsung. Dengan demikian, efektivitas permainan tradisional terhadap hasil belajar Pendidikan Jasmani dapat diuji secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Casey, A., & Goodyear, V. A. (2015). Can cooperative learning achieve the four learning outcomes of physical education? A review of literature. *Quest*, 67(1), 56-72.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). Sage Publications.
- Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2012). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (7th ed.). McGraw-Hill.
- Husdarta, H. J. S. (2011). *Manajemen pendidikan jasmani*. Alfabeta.

- Iswinarti. (2017). Permainan tradisional: Prosedur dan analisis manfaat psikologis. Universitas Muhammadiyah Malang Press.
- Kurniati, E. (2016). Permainan tradisional dan perannya dalam mengembangkan keterampilan sosial anak. Prenadamedia Group.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2020). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). Sage Publications.
- Mulyani, N. (2016). *Super asyik permainan tradisional anak Indonesia*. Diva Press.
- Piaget, J. (1962). *Play, dreams and imitation in childhood*. Norton.
- Siedentop, D., Hastie, P. A., & van der Mars, H. (2011). *Complete guide to sport education* (2nd ed.). Human Kinetics.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suherman, A. (2000). *Dasar-dasar penjasokes*. Departemen Pendidikan Nasional.
- UNESCO. (2015). *Quality physical education: Guidelines for policy-makers*. UNESCO Publishing.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Widiastuti. (2015). *Tes dan pengukuran olahraga*. Rajawali Pers.