

Peningkatan Minat Belajar dan Kebugaran Jasmani Melalui Pendekatan CRT Berbasis Permainan Tradisional

Nurul Hikam Arifah¹, Muhammad Muhyi^{2*}, Puji Utomo³, Oka Febri Dwi Jatmiko⁴, Zaki Ichlasul Muhadi⁵, Ramadhan Ali Jafar⁶, Novia Ramadhani⁷, Setyo Welas Asih⁸

^{1,2,3,4,5,6,7}Pendidikan Profesi Guru, Universitas PGRI Adibuana, Surabaya, Indonesia

⁸SMP Negeri 24 Surabaya, Surabaya, Indonesia

*Corresponding author: muhyi@unipasby.ac.id

Abstrak

Melalui penerapan pendekatan *Culturally Responsive Teaching* (CRT) yang berbasis pada permainan tradisional, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan minat peserta didik dalam belajar dan olahraga. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dua siklus dilakukan pada peserta didik di kelas VII-A SMP Negeri 24 Surabaya. Instrument penelitian terdiri dari *Multistage Fitness Test* (MFT) untuk mengukur kebugaran jasmani dan lembar observasi untuk menilai minat belajar. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada kedua aspek tersebut. Rata-rata skor minat belajar peserta didik meningkat dari 3,2 pada siklus I menjadi 3,8 pada siklus II, sedangkan VO₂max peserta didik laki-laki meningkat dari 24,1 ml/kg/menit menjadi 32,0 ml/kg/menit, dan peserta didik perempuan dari 22,6 ml/kg/menit menjadi 27,3 ml/kg/menit. Temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa pendekatan *Culturally Responsive Teaching* (CRT), yang mengintegrasikan unsur budaya lokal melalui permainan gobak sodor, tidak hanya efektif dalam meningkatkan keterlibatan dan motivasi belajar peserta didik, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap peningkatan kebugaran jasmani mereka. Oleh karena itu, pendekatan ini direkomendasikan untuk diimplementasikan dalam pembelajaran PJOK sebagai strategi untuk menciptakan pengalaman belajar yang lebih inklusif, menyenangkan, dan bermakna bagi peserta didik.

Kata Kunci: *Culturally Responsive Teaching*; minat belajar, permainan tradisional; kebugaran jasmani

Abstract

Through the implementation of a *Culturally Responsive Teaching* (CRT) approach based on traditional games, this study aims to enhance students' interest in learning and physical education. A two-cycle Classroom Action Research (CAR) was conducted with Grade VII-A students at SMP Negeri 24 Surabaya. The research instruments included the *Multistage Fitness Test* (MFT) to assess physical fitness and observation sheets to evaluate learning interest. The results showed a significant improvement in both aspects. The average score of students' learning interest increased from 3.2 in the first cycle to 3.8 in the second cycle. Meanwhile, male students' VO₂max improved from 24.1 ml/kg/min to 32.0 ml/kg/min, and female students' VO₂max rose from 22.6 ml/kg/min to 27.3 ml/kg/min. These findings indicate that the CRT approach, which integrates local cultural elements through the traditional game Gobak Sodor, is not only effective in enhancing students' engagement and learning motivation but also contributes positively to improving their physical fitness. Therefore, this approach is recommended for implementation in physical education classes as a strategy to create a more inclusive, enjoyable, and meaningful learning experience for students.

Keywords: *Culturally Responsive Teaching*; learning interest; traditional games; physical fitness

Keywords: *Low impact Aerobic Gymnastic; Yoga; Aerobic endurance; Health Stress*

Copyright © 2025 Author(s)



Received: 31-05-2025

Revised: 07-06-2025

Accepted: 23-06-2025

Authors' Contribution: A – Conceptualization; B – Methodology; C – Software; D – Validation; E - Formal Analysis; F – Investigation; G – Resources; H - Data Curation; I - Writing - Original Draft; J - Writing - Review & Editing; K – Visualization; L – Supervision; M - Project Administration; N - Funding Acquisition

PENDAHULUAN

Kebugaran jasmani memegang peranan penting dalam menunjang tercapainya proses belajar yang optimal bagi peserta didik. Peserta didik dengan tingkat kebugaran yang optimal cenderung menunjukkan daya tahan fisik yang lebih baik serta kemampuan konsentrasi yang

lebih tinggi (Septianto et al., 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang mengidentifikasi adanya korelasi positif yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan kemampuan kognitif dan prestasi akademik peserta didik (Priadana & Suwandi, 2023). Kebugaran jasmani yang baik berkaitan erat dengan peningkatan fungsi otak, termasuk dalam hal memori, kecepatan pemrosesan informasi, kecakapan dalam berpikir secara rasional dan objektif. Peserta didik dengan kondisi tubuh yang bugar juga cenderung memiliki antusiasme yang tinggi, energi yang lebih banyak, serta kebebasan dalam menggerakkan tubuhnya selama proses pembelajaran (Chandra et al., 2020). Namun, kenyataan yang teramati di SMP Negeri 24 Surabaya menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik memiliki tingkat kebugaran jasmani yang cukup rendah, terkonfirmasi melalui hasil tes awal menggunakan *Multistage Fitness Test* yang menunjukkan kemampuan di bawah rata-rata pada mayoritas peserta didik. *Multistage Fitness Test* merupakan alat ukur yang dapat memberikan gambaran kuantitatif tentang daya tahan kardiovaskular sebagai indikator kebugaran jasmani secara umum (Chandra et al., 2020). Rendahnya tingkat kebugaran ini dapat menjadi penghambat dalam proses pembelajaran, mengingat kebugaran jasmani yang baik berkaitan erat dengan peningkatan fungsi otak dan prestasi akademik peserta didik (Priadana & Suwandi, 2023).

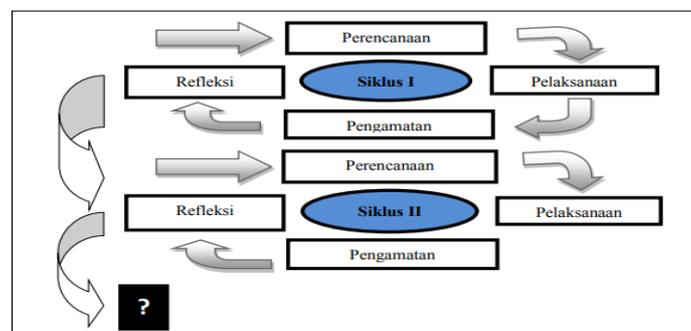
Selain permasalahan kebugaran jasmani, minimnya antusiasme peserta didik terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan juga merupakan faktor penting yang perlu diperhatikan (Putri et al., 2024). Berbagai studi sebelumnya telah mengidentifikasi bahwa pembelajaran yang cenderung konvensional, kurang variatif, dan kurang mengintegrasikan budaya lokal dapat mengakibatkan peserta didik kehilangan motivasi dan kurang aktif terlibat dalam kegiatan belajar (Saputro et al., 2021; Syafriadi et al., 2021). Hal ini sangat disayangkan, mengingat minat belajar intrinsik merupakan fondasi utama dalam memotivasi peserta didik dan mencapai keberhasilan belajar yang berkelanjutan (Portillo, 2023). Lebih lanjut, penelitian terbaru menunjukkan bahwa pengintegrasian budaya lokal ke dalam metode pengajaran dapat meningkatkan keterlibatan dan motivasi peserta didik (Sarbitinil et al., 2024). Dengan demikian, diperlukan inovasi dalam pendekatan pembelajaran yang secara simultan dapat meningkatkan minat belajar dan kebugaran jasmani peserta didik, sehingga memberikan dampak positif yang lebih komprehensif terhadap proses pembelajaran dan prestasi peserta didik (Sarbitinil et al., 2024).

Pendekatan *Culturally Responsive Teaching* (CRT) menawarkan solusi yang menjanjikan untuk mengatasi permasalahan tersebut, dengan mengintegrasikan aspek budaya

lokal ke dalam proses pembelajaran sehingga menciptakan pengalaman belajar yang lebih relevan dan bermakna bagi peserta didik (Desri et al., 2023). Dalam konteks ini, permainan tradisional gobak sodor dipilih sebagai wahana untuk mengimplementasikan pendekatan CRT, dengan tujuan mendorong peningkatan minat belajar peserta didik melalui pengalaman bermain yang menyenangkan sekaligus meningkatkan kebugaran jasmani melalui aktivitas fisik yang terlibat dalam permainan tersebut (Pratalaharja & Dirgantoro, 2021; Sholikin et al., 2022). Penggunaan permainan dalam konteks pendidikan memerlukan pertimbangan yang cermat, karena di satu sisi, permainan dapat menjadi cara yang efektif untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan peserta didik (Suliswaningsih et al., 2021). Di sisi lain, implementasi permainan dalam pembelajaran harus dirancang dengan cermat agar selaras dengan tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan (Mujriah et al., 2022). Sebagai tindak lanjut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji sejauh mana penerapan pendekatan CRT berbasis permainan tradisional gobak sodor efektif dalam meningkatkan minat belajar dan kebugaran peserta didik di SMP Negeri 24 Surabaya, dengan harapan dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan strategi pembelajaran PJOK yang lebih inovatif dan adaptif guna memenuhi kebutuhan peserta didik.

METODE

Penelitian dilakukan dengan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang secara khusus difokuskan pada peningkatan motivasi belajar serta kebugaran jasmani peserta didik melalui penerapan pendekatan *Culturally Responsive Teaching* (CRT) yang diintegrasikan ke dalam aktivitas permainan olahraga tradisional (Pajrini & Mubaidillah, 2023). Terdapat dua siklus dalam pelaksanaan penelitian ini, dengan masing-masing siklus meliputi empat langkah utama, yakni perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Rancangan ini dipilih untuk mengkaji efektivitas tindakan yang diberikan secara berkelanjutan dan sistematis.



Gambar 1. Alur PTK

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 24 Surabaya pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Seluruh rangkaian kegiatan penelitian dilangsungkan selama bulan April hingga Mei 2025. Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh peserta didik kelas VII yang terdaftar di SMP Negeri 24 Surabaya. Dari populasi tersebut, telah ditetapkan satu kelas sebagai sampel, yaitu kelas VII-A yang berjumlah 28 peserta didik, terdiri atas 14 peserta didik laki-laki dan 14 peserta didik perempuan. Pemilihan kelas dilakukan secara purposive dengan mempertimbangkan kesiapan peserta didik, dukungan dari pihak sekolah, serta kesesuaian karakteristik kelas dengan tujuan penelitian.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui dua instrumen utama, yaitu observasi dan tes kebugaran. Minat belajar peserta didik diukur menggunakan lembar observasi yang disusun berdasarkan empat indikator, yakni: (1) perhatian terhadap materi pembelajaran, (2) ketertarikan terhadap aktivitas yang diberikan, (3) ketekunan dalam mengikuti kegiatan, dan (4) keterlibatan aktif selama proses pembelajaran. Observasi dilaksanakan secara langsung oleh peneliti dan guru kolaborator selama proses pembelajaran, menggunakan skala penilaian 1–4 untuk setiap indikator. Seluruh skor dari masing-masing indikator dirata-rata guna memperoleh representasi tingkat minat belajar peserta didik, baik pada level individu maupun secara klasikal. Kebugaran jasmani peserta didik diukur menggunakan *Multistage Fitness Test* (MFT), yaitu tes kebugaran yang menilai daya tahan kardiorespirasi melalui aktivitas lari bolak-balik sejauh 20 meter dengan interval waktu yang meningkat secara bertahap. Hasil tes digunakan untuk memperkirakan nilai VO₂max peserta didik, yang kemudian dianalisis secara kuantitatif guna melihat peningkatan performa fisik antar siklus.

Sebelum pelaksanaan tindakan, dilakukan observasi awal untuk mengidentifikasi kondisi awal terkait minat belajar dan kebugaran jasmani peserta didik. Hasil temuan awal ini menjadi dasar perumusan tindakan pada siklus I. Pada tahapan ini, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) disusun dengan mengintegrasikan pendekatan *Culturally Responsive Teaching* (CRT), instrumen observasi serta *Multistage Fitness Test* (MFT) dipersiapkan, dan pembelajaran PJOK dilaksanakan melalui permainan gobak sodor yang telah dimodifikasi. Observasi dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung, dan tes MFT dilakukan di akhir kegiatan untuk menilai kebugaran jasmani. Hasil analisis pada akhir siklus I menunjukkan adanya peningkatan, namun keterlibatan peserta didik belum merata, sehingga diperlukan perbaikan strategi pembelajaran pada siklus II.

Pada siklus II, kegiatan pembelajaran dirancang secara lebih partisipatif dengan menekankan pendekatan yang berpusat pada peserta didik serta menguatkan nilai-nilai

budaya lokal dalam setiap aktivitas. Strategi pembelajaran kolaboratif diterapkan guna mendorong keterlibatan aktif seluruh peserta didik dalam permainan. Observasi dan tes kebugaran jasmani dilaksanakan kembali dengan prosedur yang serupa dengan siklus I. Hasil yang diperoleh pada siklus II menunjukkan peningkatan yang signifikan pada indikator minat belajar dan kebugaran jasmani peserta didik. Temuan ini menguatkan kesimpulan bahwa penerapan pendekatan CRT melalui permainan tradisional mampu meningkatkan minat belajar dan kebugaran jasmani peserta didik secara efektif.

HASIL

Data yang diperoleh dari penelitian menunjukkan adanya perkembangan yang signifikan dalam kedua aspek yang dikaji, baik setelah pelaksanaan siklus I maupun setelah perbaikan strategi pembelajaran pada siklus II. Pada siklus I, minat belajar peserta didik diukur melalui lembar observasi yang mencakup empat indikator utama, yaitu: perhatian terhadap materi pembelajaran, ketertarikan terhadap aktivitas yang disajikan, ketekunan dalam mengikuti kegiatan, serta menunjukkan keaktifan selama pelaksanaan kegiatan belajar. Observasi selama proses berlangsung memperlihatkan bahwa sekitar 60% peserta didik menunjukkan perhatian yang baik terhadap materi serta ketertarikan yang cukup terhadap aktivitas yang diberikan. Namun, hanya 45% peserta didik yang konsisten mengikuti seluruh kegiatan secara tekun, dan sekitar 50% menunjukkan keterlibatan aktif selama permainan gobak sodor. Rata-rata skor minat belajar pada siklus I tercatat sebesar 3,2 pada skala 1–4. Meskipun terdapat peningkatan dibandingkan kondisi awal, keterlibatan peserta didik belum merata, dan sebagian masih menghadapi kendala dalam mempertahankan fokus serta partisipasi aktif sepanjang proses pembelajaran. Pada siklus II, setelah dilakukan penyesuaian strategi pembelajaran yang lebih berpusat pada peserta didik dan menekankan pendekatan partisipatif, hasil observasi menunjukkan perubahan yang signifikan. Sebanyak 85% peserta didik menunjukkan perhatian tinggi terhadap materi, antusiasme yang kuat terhadap aktivitas pembelajaran, dan keterlibatan aktif dalam permainan gobak sodor. Tingkat ketekunan juga meningkat secara substansial, dengan hampir 90% peserta didik menunjukkan partisipasi konsisten tanpa penurunan motivasi selama seluruh tahapan permainan. Skor rata-rata minat belajar pada siklus II meningkat menjadi 3,8 dari skala 1–4. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas pendekatan CRT yang mengintegrasikan nilai-nilai budaya lokal dan mendorong kolaborasi antar peserta didik dalam menciptakan pembelajaran yang lebih bermakna.

Peserta didik tidak hanya menjadi lebih tertarik untuk mengikuti proses pembelajaran, tetapi juga lebih aktif menunjukkan inisiatif untuk terlibat dalam setiap sesi kegiatan.

Kebugaran jasmani peserta didik diukur menggunakan MFT, yaitu tes lari bolak-balik sejauh 20 meter dalam interval waktu yang terus meningkat, bertujuan untuk mengukur daya tahan kardiorespirasi. Pada siklus I, hasil menunjukkan bahwa peserta didik laki-laki memiliki rata-rata $VO_2\max$ sebesar 24,1 ml/kg/menit, yang mencerminkan tingkat kebugaran jasmani yang masih tergolong rendah dan belum memenuhi kategori ideal untuk usia remaja. Beberapa peserta didik belum mampu mempertahankan performa hingga level akhir, yang menandakan adanya keterbatasan daya tahan fisik serta perlunya aktivitas yang lebih sesuai dengan kemampuan mereka. Memasuki siklus II, setelah dilakukan intervensi berupa modifikasi permainan gobak sodor menjadi lebih dinamis, peningkatan intensitas pemanasan, dan penyesuaian aktivitas fisik yang lebih menantang dan menarik, terjadi peningkatan yang signifikan. Rata-rata $VO_2\max$ peserta didik laki-laki meningkat menjadi 32,0 ml/kg/menit, menunjukkan perkembangan kapasitas kardiorespirasi yang sangat baik. Sebagian besar peserta didik laki-laki juga mampu menyelesaikan tes hingga level yang lebih tinggi dibandingkan pada siklus sebelumnya, yang menunjukkan adanya peningkatan daya tahan secara menyeluruh.

Pada siklus I, rata-rata $VO_2\max$ peserta didik perempuan tercatat sebesar 22,6 ml/kg/menit, yang tergolong dalam kategori rendah dan belum mencapai standar kebugaran jasmani yang ideal. Beberapa peserta didik perempuan juga mengalami kendala dalam menyelesaikan tes hingga tahap akhir. Namun, setelah penerapan strategi pembelajaran yang sama pada siklus II, terlihat adanya peningkatan performa yang cukup signifikan. Rata-rata $VO_2\max$ peserta didik perempuan meningkat menjadi 27,3 ml/kg/menit, yang mengindikasikan perkembangan positif dalam kapasitas daya tahan kardiorespirasi. Perbandingan hasil antara siklus I dan siklus II mengindikasikan bahwa penerapan pembelajaran berbasis kearifan lokal melalui pendekatan CRT terbukti mampu meningkatkan tingkat kebugaran jasmani peserta didik. Peningkatan rata-rata nilai $VO_2\max$ sebesar 32,8% pada peserta didik laki-laki dan 20,8% pada peserta didik perempuan menunjukkan bahwa pengintegrasian permainan tradisional dalam proses belajar memiliki efek positif terhadap kondisi fisik peserta didik dalam waktu relatif singkat. Selain aspek fisik, peningkatan skor minat belajar sebesar 18,75% juga menunjukkan bahwa pendekatan ini berdampak nyata dalam meningkatkan keterlibatan, partisipasi aktif, dan motivasi peserta didik selama kegiatan pembelajaran.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan pendekatan CRT yang diimplementasikan melalui permainan tradisional gobak sodor secara efektif dapat meningkatkan minat belajar serta tingkat kebugaran jasmani peserta didik. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan daya tarik pembelajaran, tetapi juga memfasilitasi pengembangan kemampuan sosial dan fisik secara bersamaan. Strategi pembelajaran yang menekankan pada keaktifan dan keberpusatan pada peserta didik, serta mengintegrasikan nilai-nilai budaya lokal, mampu menciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif, menyenangkan, dan mendorong keterlibatan peserta didik dalam setiap kegiatan pembelajaran. Hasil ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan pembelajaran PJOK yang lebih adaptif terhadap kebutuhan, karakteristik, dan potensi peserta didik. Oleh karena itu, pendekatan serupa direkomendasikan untuk diimplementasikan di berbagai satuan pendidikan guna meningkatkan kualitas pembelajaran sekaligus mendukung peningkatan kebugaran jasmani peserta didik dalam lingkungan belajar yang dinamis dan positif.

PEMBAHASAN

Peningkatan minat belajar peserta didik yang terjadi secara konsisten dari satu siklus ke siklus berikutnya menunjukkan bahwa pendekatan *Culturally Responsive Teaching* (CRT) memiliki potensi yang signifikan dalam membentuk pengalaman belajar yang lebih bermakna, kontekstual, dan relevan dengan latar belakang budaya peserta didik (Sumarni et al., 2022). Pendekatan CRT yang memanfaatkan budaya lokal, khususnya permainan tradisional gobak sodor, mampu membangun koneksi emosional dan sosial yang kuat antar peserta didik, sehingga meningkatkan partisipasi aktif dan antusiasme mereka selama proses pembelajaran PJOK (Sholikin et al., 2022). Selain itu, peningkatan skor VO₂max melalui tes MFT mengindikasikan adanya peningkatan kebugaran jasmani yang signifikan (Fariska & Setyawan, 2023; Marwah, 2020; Sudaryanto, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas permainan tradisional memiliki intensitas fisik yang memadai untuk mendukung peningkatan kapasitas kardiorespirasi peserta didik (Sarbaitinil et al., 2024).

Permainan seperti gobak sodor yang bersifat dinamis melibatkan berbagai gerakan seperti berlari, menghindar, dan mengejar, yang secara efektif melatih sistem kardiovaskular dan pernapasan peserta didik (Pratalaharja & Dirgantoro, 2021). Peningkatan ini sangat erat kaitannya dengan pemberian treatment, yang mana sangat berpengaruh terhadap peningkatan VO₂max peserta didik (Iswahyudi et al., 2020). Hal ini juga didukung dengan kajian yang menyatakan bahwa aktivitas fisik dapat meningkatkan perkembangan peserta didik baik secara mental maupun secara fisik (Desri et al., 2023). Guru sebagai pendidik dituntut untuk

memiliki kepekaan yang tinggi terhadap berbagai permasalahan dalam proses pembelajaran. Beragam tantangan yang muncul di dalam kelas memerlukan respons yang tepat, karena apabila permasalahan tersebut tidak ditangani secara efektif, maka dapat menjadi hambatan dalam pencapaian tujuan pembelajaran yang telah dirancang (Egistiani et al., 2023). Dengan demikian, dibutuhkan suatu model pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik individu peserta didik agar dapat menunjang upaya penguatan pendidikan karakter secara optimal. Pemilihan pendekatan yang tepat akan membantu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi pengembangan nilai-nilai karakter peserta didik secara optimal (Mujriah et al., 2022). Efisiensi dan keberhasilan pembelajaran tidak terlepas dari metode yang digunakan guru dalam menyampaikan materi. Penggunaan metode yang tepat dan efektif dapat merangsang kemampuan berpikir kritis peserta didik serta mendorong keterlibatan aktif mereka dalam proses belajar (Sarkadi et al., 2020). Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan pendekatan CRT yang berbasis pada permainan tradisional tidak hanya efektif dalam meningkatkan minat belajar peserta didik, tetapi juga berkontribusi secara positif terhadap peningkatan kebugaran jasmani mereka. Pendekatan ini membuktikan bahwa integrasi nilai budaya lokal dalam pembelajaran mampu mendukung perkembangan peserta didik secara holistik, baik secara kognitif maupun fisik (Andara & Az-Zahra, 2023). Selain itu, guru juga perlu berperan sebagai fasilitator yang mendampingi peserta didik, sehingga tercipta suasana belajar yang lebih nyaman dan mendukung proses pembelajaran.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan pendekatan CRT melalui permainan tradisional gobak sodor terbukti mampu meningkatkan minat belajar dan kebugaran jasmani peserta didik secara efektif. Pendekatan ini mampu menghadirkan suasana pembelajaran yang menyenangkan, relevan dengan konteks budaya peserta didik, dan bersifat inklusif, sehingga mampu mendorong partisipasi aktif peserta didik dalam setiap tahapan proses pembelajaran. Peningkatan minat belajar ditandai dengan keterlibatan dan ketekunan peserta didik selama kegiatan, sementara peningkatan kebugaran jasmani tercermin dari peningkatan nilai VO₂max melalui tes MFT. Dengan demikian, pembelajaran PJOK yang memanfaatkan budaya lokal tidak hanya relevan secara kultural, tetapi juga memberikan manfaat fisik dan emosional bagi peserta didik. Penelitian ini memberikan implikasi positif bagi guru dalam merancang pembelajaran PJOK yang inovatif dan adaptif terhadap kebutuhan serta latar belakang peserta didik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada SMP Negeri 24 Surabaya atas izin, dukungan, dan kerja sama yang telah memungkinkan terlaksananya penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing dan tim kolaborator yang telah memberikan arahan serta saran yang membangun di setiap tahap penelitian. Apresiasi khusus ditujukan kepada seluruh peserta didik kelas VII-A atas peran aktif mereka dalam kegiatan pembelajaran dan proses pengumpulan data. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat menjadi kontribusi positif dalam pengembangan pembelajaran PJOK yang lebih inovatif dan responsif terhadap kebutuhan serta potensi peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Andara, Y., & Az-Zahra, P. F. (2023). Analisis Implementasi Strategy Inventory For Language Learning (Sill) Dalam Pembelajaran Bahasa Inggris Di Sekolah Dasar. *Karimah Tauhid.*, 2(5), 2128–2141. <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v2i5.9448>
- Chandra, D. P., Putra, R. E., & Ismail. (2020, January). A Review of Students' Physical Fitness Students at MTSN, Lubuk Buaya, Padang. In *Proceedings of the 1st Progress in Social Science, Humanities and Education Research Symposium (PSSHERS 2019)*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200824.049>
- Desri, D., Nuryadi, N., & Carsiwan, C. (2023). Profil Gerak Dasar Manipulatif Melempar Peserta didik di Sekolah Menengah Pertama. *Gelombang Olahraga Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 6(2), 154–164. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v6i2.6243>
- Egistiani, S., Wibowo, D. V., Nurseha, A., & Kurnia, T. (2023). Strategi Guru Dalam Mendidik Anak Menuju Indonesia Emas 2045. *Educatio*, 17(2), 141–152. <https://doi.org/10.29408/edc.v17i2.6859>
- Fariska, F. D., & Setyawan, A. (2023). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Materi Ciri-Ciri Makhluk Hidup Tema 1 Subtema 1 Menggunakan Model Problem Based Learning Pada Peserta didik Kelas III SDN Socah 3 Bangkalan. *SIMPATI*, 1(2), 60–71. <https://doi.org/10.59024/simpativ1i2.156>
- Iswahyudi, N., Fajar, M. K., Sugeng, I., & Derana, G. T. (2020). LATIHAN CIRCUIT TRAINING TERHADAP PENINGKATAN DAYA TAHAN AEROBIK (VO2 MAX). *Altius Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 9(2), 61–69. <https://doi.org/10.36706/altius.v9i2.12862>
- Marwah, S. (2020). Improving Amounting Ability Through Media Power Points in Grade II of Basic School. *Social Humanities and Educational Studies (SHEs) Conference Series*, 3(3), 314–314. <https://doi.org/10.20961/shes.v3i3.45855>
- Mujriah, M., Esser, B. R. N., & Susilawati, I. (2022). EFEK PEMBERIAN REWARD AND PUNISHMENT PADA MOTIVASI PESERTA DIDIK SEKOLAH DASAR (STUDI KASUS DALAM PERMAINAN TRADISIONAL). *JUPE Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(1). <https://doi.org/10.58258/jupe.v7i1.3061>
- Pajrini, A. & Mubaidillah. (2023). Enhancing Students' Speaking Skill Through Active Learning Strategy; a Classroom Action Research. *NUR EL-ISLAM Jurnal Pendidikan Dan Sosial Keagamaan*, 10(1), 165–183. <https://doi.org/10.51311/nuris.v10i1.518>

- Portillo, H. L. (2023, May). *Impact of Culture on Students' Academic Achievement in the Classroom*.
https://digitalcommons.csumb.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2579&context=caps_thes_all
- Pratalaharja, E., & Dirgantoro, B. (2021). Re-Introducing Indonesian Traditional Games through an Interactive Multiplayer Table Game—Gobak Sodor. *Journal of Games Game Art and Gamification*, 6(1), 27–31. <https://doi.org/10.21512/jggag.v6i1.7324>
- Priadana, B. W., & Suwandi, E. W. (2023). Identifikasi Tingkat Kebugaran Jasmani Peserta didik Sekolah Dasar di Kecamatan Sugihwaras. *Physical Activity Journal*, 4(2), 187–187. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2023.4.2.7894>
- Putri, A. A., Ridhwan, A. S. N., Zahra, F. R., Handayani, N. A., Maharani, N. F., Rahmadini, R., & Mulyana, A. (2024). Menumbuhkan Minat dan Keterampilan Berolahraga melalui Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(3), 2750–2762. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i3.1161>
- Saputro, A. A., Prasetyo, G. B., & Saputra, Y. D. (2021). Recognition of Physical Education Learning at Elementary School Level During the Covid 19 Pandemic in Jombang Regency. *PHEDHERAL*, 18(2), 59–59. <https://doi.org/10.20961/phduns.v18i2.56225>
- Sarbaitinil, S., Muzakkir, M., Yasin, M., Baresi, I. S., & Muhammadong. (2024). Menumbuhkan Minat Belajar Peserta didik melalui Metode Pembelajaran Kreatif. *Deleted Journal*, 2(2), 367–379. <https://doi.org/10.62504/jimr75xf4w76>
- Sarkadi, Casmana, A. R., & Rahmawati, Y. (2020). Improved Learning Design for Pre-Service Teacher in a Character Education Course. *Universal Journal of Educational Research*, 8(1), 212–224. <https://doi.org/10.13189/ujer.2020.080126>
- Septianto, I., Sumaryanti, S., Nasrulloh, A., Sulistiyono, S., Nugraha, H., Ali, M., Ramadhani, A. M., Dewantara, J., Haniyyah, N., Fauzi, F., Suryadi, D., Ardian, R., & Subarjo, S. (2024). Traditional games for physical fitness: An experimental study on elementary school students. *Retos*, 54, 122–128. <https://doi.org/10.47197/retos.v54.104177>
- Sholikin, M. M., Fajrie, N., & Ismaya, E. A. (2022). Nilai Karakter Anak Pada Permainan Tradisional Gobak Sodor dan Egrang. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(3), 1111–1121. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i3.3035>
- Sudaryanto, B. W. (2022). MENINGKATKAN KEAKTIFAN BERKOMUNIKASI MELALUI MODEL ROLE PLAYING. *Jurnal Ilmiah WUNY*, 4(1). <https://doi.org/10.21831/jwuny.v4i1.26863>
- Suliswaningsih, S., Widiawati, C. R. A., Syafa'at, A. Y., & Fajrina, B. T. N. (2021). Pelatihan Membuat Game Menggunakan Software Construct 2 untuk Meningkatkan Motivasi Belajar pada Peserta didik SMK. *SEMAR (Jurnal Ilmu Pengetahuan Teknologi Dan Seni Bagi Masyarakat)*, 10(1), 1–1. <https://doi.org/10.20961/semar.v10i1.44463>
- Sumarni, B., Bhatta, D. D., & Kho, S. F.-C. (2022). The Use of Total Physical Response in Teaching Vocabulary Integrated with Meaningful Classroom Interaction. *Journal of Language and Literature Studies*, 2(1), 23–32. <https://doi.org/10.36312/jolls.v2i1.710>
- Syafriadi, S., Kusuma, L. S. W., & Yusuf, R. (2021). Integrasi Permainan Tradisional Dalam Metode Pembelajaran Praktik untuk Meningkatkan Minat Belajar PJOK. *Reflection Journal*, 1(1), 14–21. <https://doi.org/10.36312/rj.v1i1.487>