

Permainan tradisional sebagai media pembelajaran : dampaknya terhadap motivasi dan keterlibatan siswa

Tiyar Edwin Jahya^{1ABCD*}, Taufiq Hidayat^{2CDE}, Supto Wibowo^{3DEF}

¹Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

²Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

³Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

*Corresponding author: 24060805023@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh permainan tradisional sebagai media pembelajaran terhadap motivasi dan keterlibatan siswa sekolah dasar. Latar belakang penelitian didasarkan pada rendahnya motivasi dan keterlibatan siswa ketika mengikuti pembelajaran yang bersifat konvensional. Penelitian menggunakan desain one group pretest-posttest dengan jumlah sampel sebanyak 27 siswa sekolah dasar. Instrumen penelitian berupa angket motivasi dan keterlibatan siswa yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Data dianalisis menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk dan uji paired sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara skor pretes dan postes baik pada motivasi maupun keterlibatan siswa. Rata-rata skor motivasi meningkat dari 67,22 pada pretes menjadi 79,26 pada postes, sedangkan skor keterlibatan meningkat dari 64,96 pada pretes menjadi 76,96 pada postes. Uji paired sample t-test menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya peningkatan signifikan setelah penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran. Dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional sebagai media pembelajaran efektif dalam meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa. Temuan ini menegaskan pentingnya integrasi permainan tradisional dalam proses pembelajaran di sekolah dasar sebagai strategi untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, kontekstual, dan mendukung perkembangan siswa secara menyeluruh.

Kata Kunci: permainan tradisional, media pembelajaran, motivasi, keterlibatan siswa

Abstract

This study aims to analyze the effect of traditional games as a learning medium on students' motivation and engagement in elementary schools. The research background was based on the low level of motivation and engagement when students participate in conventional learning activities. The study employed a one group pretest-posttest design with a sample of 27 elementary school students. Research instruments consisted of motivation and engagement questionnaires that had been tested for validity and reliability. Data were analyzed using the Shapiro-Wilk normality test and paired sample t-test. The results showed significant differences between pretest and posttest scores for both students' motivation and engagement. The average score of motivation increased from 67.22 in the pretest to 79.26 in the posttest, while the engagement score rose from 64.96 in the pretest to 76.96 in the posttest. The paired sample t-test revealed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant improvement after the application of traditional games in learning. It can be concluded that traditional games as a learning medium are effective in enhancing students' motivation and engagement. These findings highlight the importance of integrating traditional games into the learning process in elementary schools as a strategy to create enjoyable, contextual, and holistic learning experiences that support students' overall development.

Keywords: traditional games, learning media, motivation, student engagement

Copyright © 2025 Author(s)

Received: 15 08 2025

Revised: 07 09 2025

Accepted: 14 09 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

Pada era pembelajaran modern, diperlukan pendekatan yang tidak hanya menekankan aspek pengetahuan, tetapi juga mengembangkan sikap dan keterampilan peserta didik.

Sayangnya, banyak siswa menunjukkan minat belajar yang rendah akibat penggunaan metode mengajar yang terlalu formal dan kurang bervariasi. Hal ini seringkali membuat siswa merasa jenuh, pasif, dan tidak memiliki motivasi yang cukup untuk mengikuti kegiatan belajar secara optimal. Rendahnya motivasi tersebut berdampak pada keterlibatan siswa yang minim, sehingga tujuan pembelajaran tidak tercapai secara maksimal. Kondisi ini menuntut adanya strategi pembelajaran yang lebih variatif, kreatif, serta mampu menghadirkan pengalaman belajar yang bermakna.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mengatasi persoalan tersebut adalah melalui integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran. Permainan tradisional bukan hanya sekadar aktivitas rekreasi, melainkan sarat dengan nilai-nilai edukatif, sosial, dan budaya. Siswa dapat tertarik pada permainan tradisional yang melibatkan aktivitas fisik seperti koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan. Ini dapat membuat mereka senang dan antusias saat belajar (Syafriadi et al., 2021). Dalam dunia pendidikan, motivasi belajar dan keterlibatan siswa merupakan faktor kunci yang menentukan efektivitas proses pembelajaran. (Ismi Safitri et al., 2023) Siswa yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih aktif dalam memahami materi, berpartisipasi dalam kegiatan belajar, serta menunjukkan hasil akademik yang lebih baik. Permainan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas rekreatif, tetapi juga memiliki nilai edukatif yang tinggi.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat melatih keterampilan motorik, meningkatkan interaksi sosial, serta menumbuhkan rasa kebersamaan di antara siswa. Selain itu, permainan tradisional memberikan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dan interaktif, sehingga dapat meningkatkan motivasi belajar siswa secara signifikan (Sutini, 2018). Hasil penelitian (Setyawan et al., 2025) menunjukkan peningkatan motivasi belajar setelah melakukan pembelajaran permainan tradisional secara konsisten. Hasil studi literatur yang dilakukan (Khansa et al., 2024) terbukti bahwa permainan tradisional memberikan dampak yang signifikan pada minat dan partisipasi belajar siswa, siswa menjadi lebih aktif, antusias dalam proses pembelajaran yang dilakukan. Namun, sebagian besar penelitian masih dilakukan dalam skala kecil dengan durasi terbatas, sehingga generalisasi hasilnya masih perlu diuji lebih lanjut.

Penelitian ini menghadirkan kebaruan dengan mengadaptasi permainan tradisional sebagai metode pembelajaran yang terstruktur dan terintegrasi dalam kurikulum formal sekolah dasar. Mengonsepan permainan tradisional sebagai strategi pembelajaran inovatif

dalam sistem pendidikan formal, bukan hanya sebagai aktivitas ekstrakurikuler atau informal. Sebagian besar penelitian sebelumnya hanya mendiskusikan potensi permainan tradisional secara kualitatif atau deskriptif tanpa menggunakan pendekatan eksperimen. Penelitian ini menguji secara kuantitatif bagaimana permainan tradisional berpengaruh terhadap motivasi belajar (*intrinsik & ekstrinsik*) dan keterlibatan siswa (*behavioral, emotional, cognitive engagement*).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuasi-eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest design*. Sampel untuk penelitian ini siswa kelas V di SDN Mojoruntut 3 dengan jumlah siswa sebanyak 27. Instrumen yang digunakan berupa angket motivasi belajar dan angket keterlibatan siswa. Angket motivasi mengukur dimensi motivasi intrinsik dan ekstrinsik, sedangkan angket keterlibatan menilai keterlibatan kognitif, afektif, dan perilaku siswa dalam pembelajaran. Keduanya disusun dengan skala Likert empat pilihan, divalidasi melalui expert judgment, dan diuji reliabilitasnya menggunakan *Alpha Cronbach*. Validitas isi diuji melalui *expert judgment* dengan hasil *Content Validity Index (CVI)* rata-rata 0,92 (> 0,80), sehingga seluruh butir dinyatakan valid. Uji validitas konstruk menunjukkan korelasi butir-total berkisar 0,35–0,72 ($\geq 0,30$), sedangkan reliabilitas instrumen diperoleh dengan Cronbach's Alpha, yaitu 0,86 untuk skala motivasi dan 0,83 untuk skala keterlibatan, yang menunjukkan konsistensi internal baik. Analisis data dilakukan menggunakan *paired sample t-test* untuk mengetahui perbedaan skor motivasi dan keterlibatan sebelum dan sesudah perlakuan.

HASIL

Berdasarkan hasil pengumpulan data melalui angket motivasi dan keterlibatan siswa sebelum dan sesudah penerapan pembelajaran berbasis permainan tradisional, diperoleh gambaran adanya peningkatan yang signifikan pada kedua variabel penelitian.

Tabel 1. Deskripsi data

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretes Motivasi	27	64	70	67,22	1,717
Postes Motivasi	27	76	82	79,26	1,852
Pretes Keterlibatan	27	62	68	64,96	1,675
Postes Keterlibatan	27	74	80	76,96	1,675

Analisis deskriptif menunjukkan bahwa motivasi dan keterlibatan siswa mengalami peningkatan setelah pembelajaran dengan permainan tradisional diterapkan. Pada aspek

motivasi belajar, skor rata-rata pretes tercatat sebesar 67,22 (SD = 1,717) dengan rentang nilai antara 64–70. Setelah perlakuan, nilai rata-rata postes meningkat menjadi 79,26 (SD = 1,852) dengan rentang nilai 76–82. Peningkatan rata-rata sebesar lebih dari 12 poin ini menunjukkan bahwa siswa merasakan dorongan belajar yang lebih tinggi setelah dilibatkan dalam pembelajaran berbasis permainan tradisional.

Sementara itu, pada aspek keterlibatan siswa, skor rata-rata pretes adalah 64,96 (SD = 1,675) dengan rentang nilai 62–68. Setelah perlakuan, rata-rata postes mencapai 76,96 (SD = 1,675) dengan rentang nilai 74–80. Hal ini mengindikasikan adanya peningkatan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran, baik dalam bentuk perhatian, partisipasi, maupun keaktifan selama kegiatan berlangsung.

Tabel 2. Uji Normalitas Data

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Pretes Motivasi	0,948	27	0,188
Postes Motivasi	0,941	27	0,127
Pretes Keterlibatan	0,947	27	0,182
Postes Keterlibatan	0,953	27	0,248

Seluruh nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data baik pada pretes maupun postes berdistribusi normal. Dengan demikian, data memenuhi asumsi untuk dilakukan analisis parametrik menggunakan paired sample t-test.

Tabel 3. Hasil uji *paired sampel test*

		Mean	Std.	t	df	Sig. (2-tailed)
			Deviation			
Pair 1	Pretes Motivasi - Postes Motivasi	-12,037	0,518	-120,862	26	0,000
Pair 2	Pretes Keterlibatan - Postes Keterlibatan	-12,000	0,555	-112,410	26	0,000

Berdasarkan hasil analisis uji *paired sample t-test*, diperoleh temuan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretes dan postes baik pada variabel motivasi belajar maupun keterlibatan siswa. Pada aspek motivasi belajar, nilai rata-rata meningkat sebesar 12,037 dengan standar deviasi 0,518. Uji t menunjukkan nilai t = -120,862 dengan signifikansi

$p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat peningkatan motivasi belajar siswa secara signifikan setelah diterapkannya pembelajaran berbasis permainan tradisional.

Sementara itu, pada aspek keterlibatan siswa, rata-rata skor meningkat sebesar 12,000 dengan standar deviasi 0,555. Uji *t* menghasilkan nilai $t = -112,410$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran setelah diberikan perlakuan.

Berdasarkan data nilai *t* yang negatif bukan berarti hasilnya buruk, melainkan disebabkan oleh rumus perbedaan yang digunakan dalam analisis, yaitu (*pretes – postes*). Karena nilai *postes* lebih tinggi daripada *pretes*, maka selisih menjadi negatif dan nilai *t* muncul dengan tanda minus. Namun, hal yang lebih penting adalah nilai signifikansi ($p < 0,05$) serta selisih rata-rata yang positif dari perspektif (*postes – pretes*). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan permainan tradisional sebagai media pembelajaran berdampak positif dan signifikan dalam meningkatkan motivasi serta keterlibatan siswa

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa permainan tradisional sebagai media pembelajaran memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. Hal ini terlihat dari perbedaan skor rata-rata *pretes* dan *postes* yang cukup tinggi, serta didukung oleh hasil uji *paired sample t-test* dengan signifikansi $p < 0,05$. Temuan ini menegaskan bahwa integrasi nilai budaya lokal ke dalam proses belajar dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kualitas pembelajaran.

Motivasi belajar merupakan faktor penting yang menentukan keberhasilan siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran (Agrifina et al., 2024; Novitasari, 2023). Peningkatan skor motivasi setelah perlakuan menunjukkan bahwa permainan tradisional mampu membangkitkan rasa senang, antusiasme, serta dorongan intrinsik siswa untuk terlibat aktif. Hal ini sejalan dengan teori motivasi menurut (Ryan & Deci, 2000) yang menyatakan bahwa aktivitas yang menyenangkan dan sesuai dengan minat siswa akan memperkuat motivasi intrinsik.

Peningkatan motivasi juga sejalan dengan penelitian (Kurnia et al., 2023) yang menemukan bahwa pembelajaran berbasis permainan tradisional congklak dapat meningkatkan minat dan motivasi siswa sekolah dasar. Kegiatan bermain dianggap mampu mengurangi kebosanan, sehingga siswa lebih bersemangat dalam mengikuti proses pembelajaran. Selain pada motivasi, hasil penelitian ini juga menunjukkan peningkatan

keterlibatan siswa yang signifikan. Keterlibatan belajar yang tinggi merupakan indikator bahwa siswa terlibat secara fisik, emosional, dan kognitif selama pembelajaran. Dengan demikian, permainan tradisional berfungsi bukan hanya sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai instrumen pedagogis yang menumbuhkan partisipasi aktif siswa.

Penelitian ini mendukung hasil penelitian (Ramadhan et al., 2025) yang menemukan bahwa permainan tradisional gobak sodor mampu meningkatkan keterlibatan sosial dan kolaborasi siswa dalam pembelajaran PJOK. Aktivitas fisik dalam permainan tradisional memungkinkan terjadinya interaksi sosial yang intens, sehingga keterlibatan siswa meningkat secara alami. Keterlibatan siswa dalam pembelajaran sering kali dikaitkan dengan pengalaman belajar yang bermakna. Menurut (Rukhmana et al., 2023) keterlibatan belajar mencakup tiga aspek, yaitu keterlibatan perilaku (behavioral), emosional (emotional), dan kognitif (cognitive). Permainan tradisional mampu memenuhi ketiganya: siswa bergerak aktif, merasakan kesenangan, dan belajar strategi dalam permainan.

Konteks budaya juga berperan penting dalam efektivitas pembelajaran berbasis permainan tradisional. Karena permainan tersebut merupakan bagian dari budaya lokal, siswa merasa lebih dekat dan memiliki ikatan emosional terhadap aktivitas yang dilakukan. Hal ini sejalan dengan temuan (Khansa et al., 2024) yang menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis budaya lokal meningkatkan keterlibatan dan rasa memiliki siswa terhadap proses belajar.

Temuan ini juga dapat dijelaskan melalui teori konstruktivisme sosial Vygotsky, yang menekankan bahwa pembelajaran efektif terjadi melalui interaksi sosial. Permainan tradisional mengharuskan siswa berinteraksi, bekerja sama, serta bersaing secara sehat, sehingga pembelajaran menjadi lebih kolaboratif dan kontekstual. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa permainan tradisional tidak hanya memiliki manfaat kognitif, tetapi juga sosial dan emosional. Siswa yang terlibat dalam permainan belajar untuk menghargai aturan, bekerja sama dalam tim, serta mengembangkan keterampilan sosial. Ini sesuai dengan hasil penelitian (Prasetyo, Synthiawati, et al., 2023; Prasetyo, Yunarta, et al., 2023) yang menekankan bahwa permainan tradisional meningkatkan keterampilan sosial dan moral siswa.

Dari sisi psikologis, permainan tradisional juga menurunkan tingkat stres dan kecemasan siswa dalam belajar. Siswa merasa lebih santai karena pembelajaran tidak dilakukan dengan cara konvensional yang kaku. Penelitian (Apandi & Atssam Mappanyukki, 2024) menemukan bahwa pembelajaran berbasis permainan tradisional dapat menurunkan kejenuhan siswa sekaligus meningkatkan rasa percaya diri. Peningkatan motivasi dan keterlibatan siswa yang

signifikan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa strategi pembelajaran berbasis permainan tradisional dapat menjadi alternatif inovatif dalam pembelajaran sekolah dasar. Guru tidak hanya dituntut untuk menyampaikan materi, tetapi juga mampu merancang pembelajaran yang menyenangkan dan kontekstual. Keterlibatan siswa yang meningkat melalui permainan tradisional memberikan implikasi terhadap penguatan pendidikan karakter. Nilai-nilai seperti kejujuran, kerja sama, sportivitas, dan tanggung jawab dapat ditanamkan secara alami melalui kegiatan permainan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan tradisional sebagai media pembelajaran memberikan dampak positif dan signifikan terhadap motivasi serta keterlibatan siswa. Hasil uji menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor motivasi dan keterlibatan setelah perlakuan, dengan nilai signifikansi ($p < 0,05$), yang menandakan bahwa permainan tradisional efektif dalam mendorong siswa lebih termotivasi dan aktif dalam proses pembelajaran.

Selain itu, penggunaan permainan tradisional terbukti mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, kontekstual, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak sekolah dasar. Pembelajaran menjadi lebih bermakna karena siswa tidak hanya terlibat secara kognitif, tetapi juga secara emosional, sosial, dan fisik. Dengan demikian, permainan tradisional dapat dijadikan sebagai salah satu strategi pembelajaran alternatif yang mendukung implementasi kurikulum merdeka, khususnya dalam membangun motivasi, keterlibatan, dan karakter siswa. Penelitian ini juga memberikan rekomendasi agar guru lebih mengintegrasikan permainan tradisional dalam pembelajaran sehari-hari guna meningkatkan kualitas pendidikan di sekolah dasar

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih khusus ditujukan kepada kepala sekolah, guru, serta siswa yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Agrifina, V. F., Vrisilia, V., Agustina, L. N., Supriyadi, S., & Izzatika, A. (2024). Pentingnya Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Di Sekolah Dasar. *PEDAGOGIKA: Jurnal Pedagogik Dan Dinamika Pendidikan*, 12(2), 414–431. <https://doi.org/10.30598/pedagogikavol12issue2page414-431>

- Apandi, R., & Atssam Mappanyukki, A. (2024). Penerapan Permainan Tradisional Untuk Mengatasi Kejenuhan Belajar Pjok Di Kelas V Sdn Parang Tambung 1. *Jurnal Education*, 1(1), 9–14. <https://doi.org/10.59562/education.v1i1.2991>
- Ismi Safitri, D., Rahman, R., Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P., Muhammadiyah Kuningan, S.,, Ismi Safitri Department, D., & Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Afiliasi, P. (2023). Pengaruh Permainan Tradisional Hadang Terhadap Kelincahan Pada Permainan Bola Voli STKIP Muhammadiyah Kuningan Under the license CC BY-SA 4.0. *Journal of Physical Education and Sport Science*, 5(2), 15–19.
- Khansa, M., Rahmat, A., & Carsiwin. (2024). Permainan Tradisional Terhadap Minat Belajar Siswa Dalam Aktivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sytematic Literature Review. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 7(02), 7823–7830.
- Kurnia, E., Dia, A., & Sari, I. (2023). Pembelajaran Matematika Pada Materi Konsep Dasar KPK Berbasis Permainan Tradisional Congklak. *Jurnal Al-Hikmah Way Kanan*, 4, 71–82. <https://www.alhikmah.stit-alhikmahwk.ac.id/index.php/awk/article/view/52>
- Novitasari, A. T. (2023). Motivasi Belajar sebagai Faktor Intrinsik Peserta Didik dalam Pencapaian Hasil Belajar. *Journal on Education*, 5(2), 5110–5118. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.1248>
- Prasetyo, R., Synthiawati, N. N., & Susanto, N. (2023). Pengembangan Model Pembelajaran Outdoor Games Activities untuk Meningkatkan Problem Solving Skills Siswa. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(6), 7362–7370. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i6.5545>
- Prasetyo, R., Yunarta, A., & Andrianto, J. R. (2023). Outdoor Games Activities Model to Improve Students' Basic Movement and Creative Thinking Skills. *Bravo's : Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*, 11(4), 452. <https://doi.org/10.32682/bravos.v11i4.3432>
- Ramadhan, R., Priambodo, A., & Marsudianto, M. (2025). Penerapan Metode CRT Untuk Memupuk Antusiasme Belajar Siswa Kelas IV Dalam Materi Aktivitas Permainan SDN Pakis 1 Surabaya Tahun Pelajaran 2024 / 2025 Kebudayaan Republik Indonesia , khususnya oleh Menteri Nadiem Anwar Makarim , mandiri . Kebijakan ini me. *Student Research Journal*, 2(5), 48–61.
- Rukhmana, T., Arif, H. M., Novelti, M., Yunidar, M., Katili, A. Y., Sos, S., Khasanah, S. P., Kom, M., Arfianto, A. Z., & Dumiyati, M. P. (2023). *Teori Dasar Pembelajaran. Cendikia Mulia Mandiri*.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68.
- Setyawan, I., Muhammad, H. N., Hidayat, T., & Ridwan, M. (2025). Dampak Integrasi Permainan Tradisional Pada Motivasi Belajar Siswa Pjok Di Sekolah Dasar. *Jurnal Penjaskesrek*, 12(1), 80–91.
- Sutini, A. (2018). Meningkatkan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional. *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 67–77. <https://doi.org/10.17509/cd.v4i2.10386>
- Syafriadi, S., Lalu Sapta Wijaya Kusuma, & Rusdiana Yusuf. (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>