

Analisis Metode Pengajaran Guru PJOK Berbasis Permainan Tradisional Enjang-Enjang

Rusdiana Yusuf^{1*}, I Wayan Lasmawan², I Gusti Putu Suharta³, I Wayan Widiana⁴

¹Universitas Pendidikan Mandalika ²³⁴Universitas Pendidikan Ganesha

*Corresponding Autor: rusdiyusuf0604@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis metode pengajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) berbasis permainan tradisional *enjang-enjang*. Latar belakang penelitian ini berangkat dari kebutuhan akan pendekatan pembelajaran yang kontekstual, menyenangkan serta berbasis kearifan lokal sesuai tuntutan Kurikulum Merdeka. Permainan tradisional dipandang memiliki nilai edukatif dan karakter yang dapat memperkaya pengalaman belajar siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan desain studi kasus. Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam dengan guru dan siswa, serta dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode pengajaran berbasis *enjang-enjang* mampu meningkatkan motivasi belajar, keterlibatan aktif serta pembentukan karakter siswa seperti sportivitas, tanggung jawab dan kerja sama. Guru merancang dan melaksanakan pembelajaran secara sistematis dengan mengintegrasikan nilai-nilai budaya lokal ke dalam rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). Faktor pendukung keberhasilan metode ini meliputi dukungan dari sekolah, antusiasme siswa dan kesiapan guru. Sementara itu, kendala yang dihadapi antara lain keterbatasan waktu pembelajaran, cuaca yang tidak menentu, dan ketidaktahuan siswa terhadap aturan permainan. Meski demikian, guru mampu mengatasi hambatan tersebut melalui strategi adaptif. Temuan ini mengindikasikan bahwa integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK tidak hanya relevan secara kurikuler, tetapi juga efektif dalam membentuk profil pelajar yang berkarakter, kontekstual, dan mencintai budaya lokal.

Pasword: Analisis, Metode Pengajaran, Permainan Tradisional

Abstract

This study aims to analyze the teaching method of physical education, sports, and health (PJOK) based on the traditional game of enjang-enjang. The background of this study departs from the need for a contextual, fun, and local wisdom-based learning approach in accordance with the demands of the Independent Curriculum. Traditional games are seen as having educational and character values that can enrich students' learning experiences. This study used a descriptive qualitative approach with a case study design. Data were collected through participatory observation, in-depth interviews with teachers and students, and documentation. The results showed that the enjang-enjang-based teaching method was able to increase learning motivation, active involvement, and the formation of student character such as sportsmanship, responsibility, and cooperation. Teachers designed and implemented learning systematically by integrating local cultural values into the lesson plan (RPP). Supporting factors for the success of this method included school support, student enthusiasm, and teacher readiness. Meanwhile, obstacles faced included limited learning time, unpredictable weather, and students' unfamiliarity with the game rules. However, teachers were able to overcome these obstacles through adaptive strategies. These findings indicate that the integration of traditional games into physical education (PJOK) learning is not only curricularly relevant but also effective in shaping students' character, contextualization, and appreciation for local culture.

Passwords: Analysis, Teaching Methods, Traditional Games

How to Cite: Rusdiana Yusuf, I Wayan Lasmawan, I Gusti Putu Suharta, & I Wayan Widiana. (2025). Analisis Metode Pengajaran Guru PJOK Berbasis Permainan Tradisional Enjang-Enjang . *Journal of Media, Sciences, and Education*, 4(2), 76–83. <https://doi.org/10.36312/jomet.v4i2.123>



<https://doi.org/10.36312/jomet.v3i4.123>

Copyright©2025, Author (s)

This is an open-access article under the [CC-BY-SA License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



Pendahuluan

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) merupakan salah satu komponen penting dalam sistem pendidikan nasional yang bertujuan mengembangkan aspek jasmani, mental, sosial, dan emosional peserta didik secara seimbang (Depdiknas, 2007). Dalam konteks

ini, pengajaran PJOK tidak hanya berfokus pada pencapaian kemampuan motorik siswa, tetapi juga pada pembentukan karakter, pengembangan keterampilan sosial, dan internalisasi nilai-nilai kebudayaan. Seiring dengan tuntutan Kurikulum Merdeka yang mengedepankan pembelajaran kontekstual dan berdiferensiasi, muncul kebutuhan untuk menghadirkan metode pengajaran yang lebih kreatif dan relevan dengan kehidupan peserta didik.

Permainan tradisional merupakan salah satu bentuk warisan budaya lokal yang mengandung nilai-nilai edukatif, sosial, dan moral yang tinggi. Permainan enjang-enjang atau engkrak, misalnya, telah dikenal luas sebagai permainan rakyat yang melatih keseimbangan, konsentrasi, ketangkasan, serta kejujuran dan kerja sama. Permainan ini tidak hanya menyenangkan, tetapi juga melatih kemampuan psikomotorik dasar siswa secara efektif (Nurhidayah et al., 2021). Sayangnya, permainan tradisional seperti ini semakin jarang dimainkan oleh generasi muda akibat arus modernisasi dan dominasi permainan digital. Padahal, integrasi permainan tradisional dalam pengajaran PJOK dapat menjadi solusi alternatif dalam menciptakan pembelajaran yang aktif, kolaboratif, dan menyenangkan. Permainan tradisional memungkinkan siswa belajar melalui pengalaman langsung (*experiential learning*), yang telah terbukti meningkatkan keterlibatan dan motivasi belajar (Sugiarto & Hasan, 2020). Lebih dari itu, kegiatan tersebut mampu mengasah soft skills seperti kerja sama, sportivitas, kepemimpinan, dan tanggung jawab.

Implementasi metode pembelajaran PJOK berbasis permainan tradisional juga sejalan dengan prinsip pembelajaran kontekstual dan nilai-nilai kearifan lokal yang diusung oleh Kurikulum Merdeka. Melalui pendekatan ini, guru diberi kebebasan untuk mengembangkan kegiatan pembelajaran yang relevan dengan lingkungan dan budaya siswa, sehingga proses belajar menjadi lebih bermakna (Kemendikbudristek, 2022). Oleh karena itu, peran guru sangat krusial dalam merancang, mengorganisasi, dan mengevaluasi proses pembelajaran berbasis permainan lokal.

Namun demikian, penggunaan metode pembelajaran berbasis permainan tradisional belum banyak diterapkan secara sistematis dalam konteks pendidikan menengah. Hal ini disebabkan oleh beberapa kendala seperti keterbatasan dokumentasi permainan, kurangnya pelatihan bagi guru, dan belum adanya modul ajar yang terstandarisasi (Prasetyo & Hidayat, 2021). Selain itu, masih terdapat pandangan bahwa permainan tradisional dianggap kurang “akademis” atau tidak relevan dengan kebutuhan kurikulum modern.

Realitas tersebut menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk melakukan analisis terhadap metode pengajaran PJOK yang berbasis permainan tradisional, khususnya di sekolah-sekolah yang memiliki visi misi berbasis karakter dan nilai-nilai keislaman. Analisis ini penting dilakukan untuk mengkaji bagaimana permainan tradisional seperti enjang-enjang diimplementasikan dalam kegiatan pembelajaran PJOK, sejauh mana keberhasilannya, dan tantangan apa saja yang dihadapi oleh guru dalam proses tersebut.

Lebih lanjut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan praktik pembelajaran PJOK yang lebih inklusif, kreatif, dan kontekstual. Melalui eksplorasi praktik baik (*best practices*) di lapangan, hasil penelitian ini dapat menjadi landasan dalam penyusunan panduan pembelajaran PJOK berbasis permainan tradisional yang aplikatif dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Selain itu, melalui penelitian ini juga dapat diketahui bagaimana persepsi siswa terhadap pembelajaran PJOK dengan pendekatan tradisional. Aspek afektif dan sosial dari permainan seperti engkrak sangat potensial dalam membentuk iklim kelas yang suportif dan kolaboratif, yang berdampak positif terhadap kesejahteraan belajar siswa (Sari & Suharjo, 2018). Penilaian terhadap efektivitas metode ini tidak hanya dilihat dari aspek fisik, tetapi juga afektif dan kognitif siswa secara keseluruhan.

Penggunaan permainan tradisional juga memiliki keuntungan praktis, terutama bagi

sekolah yang memiliki keterbatasan sarana olahraga. Permainan seperti enjang-enjang tidak memerlukan peralatan khusus dan dapat dimainkan di lapangan terbuka yang tersedia di lingkungan sekolah. Hal ini tentu menjadi nilai tambah tersendiri dalam pengembangan metode pembelajaran yang efisien namun tetap efektif (Kurniasih, 2020).

Sebagai bagian dari pelestarian budaya, permainan tradisional tidak hanya menjadi alat bantu pembelajaran, tetapi juga sarana memperkenalkan dan menumbuhkan kecintaan siswa terhadap budaya lokal. Dengan demikian, proses pendidikan menjadi lebih holistik karena mencakup dimensi kognitif, psikomotorik, afektif, dan kultural. Hal ini sejalan dengan semangat pendidikan nasional yang tidak hanya menekankan pada transfer ilmu, tetapi juga pembentukan identitas dan jati diri bangsa.

Berdasarkan uraian di atas, sangat relevan untuk melakukan penelitian yang menganalisis metode pengajaran guru PJOK berbasis permainan tradisional *enjang-enjang*. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mengembangkan model pembelajaran PJOK yang berbasis budaya lokal, bernilai edukatif, dan selaras dengan tuntutan kurikulum masa kini.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Pendekatan ini digunakan untuk memahami secara mendalam fenomena penerapan metode pengajaran PJOK berbasis permainan tradisional *enjang-enjang* yang dilakukan oleh guru, serta menelaah tanggapan siswa terhadap pengalaman belajar tersebut.

Pendekatan kualitatif dipilih karena fokus penelitian ini bukan pada pengukuran variabel secara statistik, melainkan pada penggalian makna, proses, dan pengalaman subjek penelitian dalam konteks pembelajaran yang berbasis budaya lokal.

Jenis penulisan ini adalah studi kasus. Studi kasus dipilih karena penelitian difokuskan pada satu lokasi spesifik, serta mengkaji fenomena tertentu secara mendalam, yaitu penerapan metode pengajaran PJOK berbasis permainan tradisional *enjang-enjang* oleh guru PJOK di sekolah tersebut.

Hasil dan Pembahasan

Deskripsi data dalam penelitian ini disusun secara sistematis berdasarkan hasil pengumpulan data lapangan yang diperoleh melalui tiga teknik utama, yaitu observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Ketiga teknik ini digunakan secara terpadu untuk mendapatkan gambaran menyeluruh tentang praktik pembelajaran PJOK yang mengintegrasikan permainan tradisional enjang-enjang. Data dikumpulkan secara bertahap dan berulang untuk memastikan kedalaman informasi serta akurasi dalam pengambilan makna dari fenomena yang diamati.

Fokus utama analisis dalam penelitian ini diarahkan pada tiga dimensi penting. Pertama, aspek perencanaan dan pelaksanaan metode pengajaran oleh guru PJOK, yang mencakup bagaimana guru merancang kegiatan, menyiapkan media dan strategi, serta melaksanakan pembelajaran berbasis permainan tradisional secara nyata di lapangan. Kedua, tanggapan siswa terhadap metode pengajaran tersebut, yang meliputi persepsi, antusiasme, dan tingkat keterlibatan siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Ketiga, penelitian ini juga mengkaji secara mendalam faktor-faktor pendukung maupun penghambat dalam implementasi metode ini, baik dari sisi internal (kesiapan guru, motivasi siswa) maupun eksternal (dukungan sekolah, kondisi lingkungan belajar).

Melalui pendekatan kualitatif deskriptif, seluruh data yang diperoleh dianalisis untuk menggambarkan fenomena secara holistik, bukan hanya untuk menjawab rumusan masalah,

tetapi juga untuk mengeksplorasi potensi pembelajaran berbasis budaya lokal dalam meningkatkan efektivitas pendidikan jasmani secara kontekstual dan bermakna.

1. Deskripsi Perencanaan Pembelajaran oleh Guru PJOK

Guru PJOK menunjukkan inisiatif pedagogis yang inovatif dengan menyusun perencanaan pembelajaran yang mengintegrasikan permainan tradisional *enjang-enjang* ke dalam dokumen Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Integrasi ini bukan dilakukan secara sembarangan, melainkan melalui proses penyesuaian antara karakteristik permainan lokal dengan capaian pembelajaran PJOK yang diatur dalam kurikulum nasional. Pendekatan ini dipilih sebagai upaya untuk menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan, kontekstual, dan sekaligus sarat dengan nilai-nilai pendidikan karakter.

Tujuan pembelajaran yang dirumuskan guru tidak semata-mata menekankan pada pengembangan aspek keterampilan motorik seperti keseimbangan, ketangkasan, dan koordinasi tubuh, tetapi juga mencakup dimensi afektif dan sosial, seperti sportivitas, kerja sama, kejujuran, dan tanggung jawab. Hal ini menunjukkan bahwa guru memposisikan PJOK bukan hanya sebagai sarana latihan fisik, tetapi juga sebagai media internalisasi nilai-nilai positif yang penting dalam kehidupan sosial peserta didik.

Dalam merancang kegiatan, guru menyusun tahapan pembelajaran secara sistematis dan sesuai dengan prinsip pembelajaran PJOK, yaitu mencakup sesi pemanasan, kegiatan inti berupa permainan *enjang-enjang*, dan sesi pendinginan. Setiap tahap dirancang agar mendukung perkembangan fisik dan sosial siswa secara bertahap dan terstruktur. Lokasi pembelajaran dipilih secara strategis, yaitu di lapangan sekolah terbuka, yang memungkinkan siswa bergerak bebas dan berinteraksi secara aktif tanpa hambatan fisik.

Lebih lanjut, guru melakukan adaptasi terhadap bentuk dan aturan permainan *enjang-enjang* agar selaras dengan tingkat perkembangan peserta didik. Penyesuaian ini mencakup variasi, sistem giliran, serta evaluasi kinerja yang lebih bersifat reflektif. Dengan demikian, metode pembelajaran yang digunakan tidak hanya mempertahankan nilai tradisional permainan, tetapi juga memperkaya pengalaman belajar siswa dalam konteks pendidikan jasmani berbasis budaya lokal.

2. Deskripsi Pelaksanaan Pembelajaran

Pelaksanaan pembelajaran PJOK berlangsung dalam suasana yang dinamis, partisipatif, dan kondusif bagi tumbuhnya keterlibatan aktif siswa. Berdasarkan hasil observasi langsung di lapangan, guru PJOK menjalankan peran sebagai fasilitator yang komunikatif dan responsif. Ia memulai kegiatan dengan penjelasan aturan permainan *enjang-enjang* secara runtut dan mudah dipahami oleh seluruh siswa, dilanjutkan dengan demonstrasi praktik yang memperlihatkan teknik dasar dan ketentuan permainan.

Setelah itu, guru membagi siswa ke dalam kelompok-kelompok kecil secara adil, untuk menciptakan suasana belajar yang kolaboratif sekaligus kompetitif secara sehat. Selama kegiatan berlangsung, guru menunjukkan keterlibatan aktif dengan cara mengamati, membimbing, dan memberikan koreksi ringan terhadap sikap maupun teknik bermain siswa. Tidak hanya fokus pada aspek keterampilan jasmani, guru juga menyisipkan penguatan nilai-nilai karakter seperti kejujuran, kerja sama, dan tanggung jawab yang disampaikan melalui sesi refleksi bersama di akhir kegiatan.

Respons siswa terhadap pembelajaran menunjukkan kecenderungan yang sangat positif. Mereka tampak antusias, bersemangat, dan saling mendukung satu sama lain dalam permainan. Dalam suasana yang kompetitif dan menyenangkan ini, siswa tetap

menunjukkan sikap sportivitas, seperti menerima kekalahan dengan lapang dada dan memberi semangat kepada teman satu tim. Hal ini mencerminkan keberhasilan metode pengajaran dalam menanamkan nilai-nilai sosial dan emosional melalui aktivitas fisik.

3. Deskripsi Tanggapan Siswa

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan siswa yang menjadi informan dalam penelitian ini, diperoleh gambaran bahwa mayoritas siswa merespons positif dan antusias terhadap penggunaan metode pembelajaran PJOK berbasis permainan tradisional *enjang-enjang*. Para siswa menyatakan bahwa kegiatan pembelajaran menjadi lebih menyenangkan, tidak membosankan, serta mampu meningkatkan semangat mereka untuk terlibat aktif selama pelajaran berlangsung. Salah satu siswa mengungkapkan bahwa “biasanya pelajaran PJOK terasa biasa saja, tapi kalau pakai permainan begini jadi seru dan ingin terus ikut.”

Permainan *enjang-enjang* dinilai memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna karena menggabungkan unsur hiburan dengan aktivitas fisik yang menantang. Selain membuat siswa bergerak secara aktif, permainan ini juga melatih konsentrasi, koordinasi tubuh, serta kerja sama dalam kelompok. Siswa merasa dituntut untuk fokus dan sekaligus belajar menghargai giliran serta menghormati aturan main yang telah disepakati. Hal ini menunjukkan bahwa permainan tidak hanya berdampak pada aspek motorik tetapi juga menyentuh ranah afektif, social dan emosional siswa.

Beberapa siswa bahkan menyebutkan bahwa metode pembelajaran ini jauh lebih menarik dan tidak monoton jika dibandingkan dengan model pembelajaran PJOK konvensional yang hanya berfokus pada teori atau aktivitas berulang seperti lari, push-up, atau sit-up. Menurut mereka, meskipun permainan terlihat sederhana, tetapi tantangan yang muncul dalam permainan justru memacu semangat dan menciptakan suasana kompetisi yang sehat di antara teman sekelas.

Lebih lanjut, siswa menyampaikan bahwa mereka lebih mudah memahami dan mengingat materi PJOK ketika dipraktikkan dalam bentuk permainan karena suasananya lebih interaktif dan menyenangkan. Permainan membantu menciptakan suasana belajar yang hidup, mempererat hubungan antarteman, dan membuat pelajaran PJOK menjadi momen yang ditunggu-tunggu. Tanggapan ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis permainan tradisional memiliki potensi kuat dalam meningkatkan motivasi belajar dan menciptakan pengalaman pendidikan jasmani yang positif dan kontekstual bagi siswa.

4. Faktor Pendukung dan Penghambat

a. Faktor Pendukung

Dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK berbasis permainan tradisional *enjang-enjang*, ditemukan sejumlah faktor pendukung yang turut memperkuat keberhasilan metode ini. Salah satu faktor utama adalah dukungan dari pihak sekolah, terutama dalam penyediaan fasilitas pembelajaran seperti area lapangan terbuka yang luas dan cukup representatif untuk pelaksanaan permainan tradisional.

Selain itu, antusiasme siswa yang tinggi terhadap permainan tradisional juga menjadi modal penting dalam menciptakan suasana pembelajaran yang aktif dan menyenangkan. Siswa menunjukkan minat yang kuat karena permainan ini tidak hanya menghibur, tetapi juga memberikan tantangan yang sesuai dengan karakter remaja. Ketertarikan terhadap permainan lokal ini turut memudahkan guru dalam membangun kedekatan emosional dan partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran.

Faktor pendukung lainnya adalah kesiapan guru PJOK dalam merancang dan

melaksanakan pembelajaran, baik dari segi perencanaan RPP, penguasaan materi, maupun keterampilan memodifikasi permainan *enjang-enjang* agar sesuai dengan kurikulum dan karakteristik peserta didik. Guru mampu memfasilitasi pembelajaran dengan pendekatan yang komunikatif dan adaptif terhadap keadaan kelas.

b. Faktor Penghambat

Penelitian ini juga mengidentifikasi sejumlah faktor penghambat yang memengaruhi kelancaran implementasi metode ini. Faktor eksternal yang paling dominan adalah kondisi cuaca yang tidak menentu, khususnya saat musim hujan. Karena pembelajaran PJOK dilaksanakan di ruang terbuka, maka hujan dapat menyebabkan pembatalan atau pengalihan kegiatan, sehingga tidak semua rencana pembelajaran dapat direalisasikan secara optimal. Selain itu, masih terdapat beberapa siswa yang belum sepenuhnya memahami aturan permainan tradisional, baik karena belum pernah memainkan sebelumnya maupun karena perbedaan latar belakang pengalaman bermain. Hal ini terkadang memerlukan waktu tambahan untuk penjelasan atau demonstrasi ulang yang dapat mengurangi durasi waktu praktik secara langsung.

Faktor penghambat lainnya adalah keterbatasan alokasi waktu pembelajaran PJOK yang hanya berlangsung beberapa jam dalam seminggu. Hal ini membuat guru harus menyesuaikan durasi permainan dengan waktu yang tersedia, termasuk mengefisienkan proses pemanasan, pelaksanaan, dan refleksi dalam satu pertemuan. Meskipun demikian, guru berusaha mengatasi kendala tersebut dengan strategi alternatif seperti melakukan simulasi permainan di ruang tertutup, memberikan penjelasan visual menggunakan gambar/video, serta memodifikasi waktu dan aturan permainan agar tetap efektif meskipun dalam kondisi terbatas.

1. Kesesuaian Perencanaan dan Pelaksanaan dengan Prinsip Pembelajaran

Temuan menunjukkan bahwa guru merancang pembelajaran secara sistematis mulai dari penyusunan RPP, pemilihan media permainan hingga strategi pelaksanaan di lapangan. Hal ini mencerminkan implementasi prinsip pembelajaran aktif di mana siswa tidak hanya menjadi penerima materi tetapi terlibat secara langsung dalam proses belajar melalui aktivitas fisik yang menyenangkan dan bermakna.

2. Peningkatan Motivasi dan Keterlibatan Siswa

Siswa menyampaikan bahwa metode permainan membuat mereka lebih semangat dan tidak bosan serta ingin terus mengikuti pelajaran PJOK. Selain itu, permainan *enjang-enjang* memberikan tantangan yang realistis dan kesempatan untuk bekerja dalam kelompok sehingga meningkatkan interaksi sosial dan rasa percaya diri siswa.

3. Penanaman Nilai Karakter melalui Permainan Tradisional

Permainan *enjang-enjang* tidak hanya membentuk keterampilan motorik, tetapi juga secara alami menanamkan nilai-nilai karakter seperti sportivitas, kerja sama, disiplin, dan tanggung jawab. Siswa belajar menghargai aturan, menerima kekalahan serta mendukung teman satu kelompok.

4. Peran Faktor Pendukung dan Hambatan

Keberhasilan implementasi metode pengajaran ini juga dipengaruhi oleh sejumlah faktor pendukung, seperti: Dukungan dari sekolah, Kesiapan guru dalam merancang pembelajaran dan Antusiasme siswa terhadap permainan. Namun, terdapat juga hambatan, seperti: Ketergantungan pada cuaca untuk pembelajaran di luar ruang, Waktu pembelajaran yang terbatas dan Masih adanya

siswa yang belum paham dengan aturan permainan.

5. Relevansi terhadap Kurikulum dan Kearifan Lokal

Penerapan permainan *enjang-enjang* sebagai bagian dari pembelajaran PJOK menunjukkan relevansi kuat dengan Kurikulum Merdeka, yang mendorong pembelajaran berbasis budaya lokal, kontekstual, dan berorientasi pada pembentukan Profil Pelajar Pancasila. Permainan ini juga menjadi bentuk pelestarian budaya yang memperkaya identitas siswa sebagai bagian dari masyarakat Indonesia yang beragam.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, penelitian ini menghasilkan sejumlah kesimpulan sebagai berikut:

1. Metode pengajaran PJOK berbasis permainan tradisional *enjang-enjang* yang diterapkan oleh guru terbukti mampu meningkatkan motivasi, keterlibatan aktif, dan pembentukan karakter siswa. Pembelajaran berlangsung dalam suasana yang menyenangkan dan partisipatif di mana siswa tidak hanya mengembangkan keterampilan motorik tetapi juga nilai-nilai seperti sportivitas, kerja sama, disiplin, dan tanggung jawab.
2. Guru PJOK melaksanakan proses perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran secara sistematis dan sesuai dengan prinsip pembelajaran aktif.
3. Faktor-faktor yang mendukung keberhasilan penerapan metode ini meliputi: dukungan sekolah, antusiasme siswa, serta kesiapan dan kreativitas guru. Sebaliknya, hambatan seperti kondisi cuaca, keterbatasan waktu dan belum meratanya pemahaman siswa terhadap aturan permainan ditangani guru dengan strategi adaptif.
4. Permainan *enjang-enjang* tidak hanya relevan secara fisik tetapi juga memiliki nilai edukatif dan kultural. Hal ini menunjukkan bahwa integrasi kearifan lokal ke dalam pembelajaran PJOK sejalan dengan Kurikulum Merdeka dan mendukung penguatan Profil Pelajar Pancasila.

Daftar Pustaka

1. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). *The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior*. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
2. Dimiyati, & Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
3. Fitriyah, L. (2020). Permainan tradisional sebagai warisan budaya. *Jurnal Sosial Budaya*, 15(1), 44–52.
4. Gagné, R. M. (1985). *The Conditions of Learning and Theory of Instruction* (4th ed.). New York: CBS College Publishing.
5. Kemendikbudristek. (2022). *Kurikulum Merdeka: Panduan Pembelajaran dan Asesmen*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
6. Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
7. Lickona, T. (1991). *Educating for Character: How Our Schools Can Teach Respect and Responsibility*. New York: Bantam Books.
8. Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
9. Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Edisi Revisi). Bandung: Remaja Rosdakarya.

10. Nurhidayah, S., Rahmawati, A., & Ramadhani, R. (2021). Analisis gerak dasar pada permainan tradisional engklek sebagai sumber belajar pendidikan jasmani. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 6(1), 30–37.
- Prasetyo, A., & Hidayat, T. (2021). Pemanfaatan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK: Analisis persepsi guru sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 2(2), 122–130.
- Sari, P. I., & Suharjo, M. T. (2018). Pengaruh penggunaan permainan tradisional terhadap motivasi belajar siswa dalam mata pelajaran PJOK. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7(1), 18–25.
- Siedentop, D. (2004). *Introduction to Physical Education, Fitness and Sport* (5th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suparno, P. (2015). *Nilai-Nilai Pendidikan dalam Permainan Tradisional Anak Indonesia*. Yogyakarta: Kanisius.
- Widiastuti, A., & Rahardjo, S. (2022). Desain modul PJOK berbasis permainan tradisional untuk meningkatkan karakter siswa sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 12(1), 55–68.
- Yin, R. K. (2014). *Case Study Research: Design and Methods* (5th ed.). Los Angeles: SAGE Publications.