

Penerapan Pembelajaran Aktif melalui Permainan Tradisional Gobak Sodor di SMA Negeri 3 Sumenep

Sri Rahayu Wulandari^{1✉}, Winda Nurasyiah¹, Dian Helaprahara¹

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Sumenep, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author*

Email: 22852011a002716.student@stkipgrisumenep.ac.id

Info Artikel

Abstract

Diajukan: 2026-02-18
Derevisi: 2026-03-09
Diterima: 2026-04-04
Diterbitkan: 2026-04-05

Keyword:

gobak sodor; traditional games; fundamental movement skills; physical education; cultural preservation

This study aims to analyze the significance of the traditional game of Gobak Sodor in the educational context of a high school (SMA Negeri 3 Sumenep), particularly regarding the development of students' fundamental motor skills and the role of teachers in its preservation. Gobak Sodor, as a cultural heritage, is valued not only as a recreational activity but also as an educational medium rich in local, social, and physical values. The research methods employed involved data collection through observation, interviews, and a review of empirical literature (2020–2024). The results and discussion are divided into three main focuses. First, the significance of Gobak Sodor has been proven effective in improving agility and gross motor skills, as well as fostering social character values such as mutual assistance, teamwork, and solidarity. Second, the Impact of Gobak Sodor on Fundamental Movements indicates that this game significantly contributes to improving the locomotor, non-locomotor, and manipulative skills of students at State High School 3 Sumenep, while also enhancing physical fitness and problem-solving abilities. Third, the role of teachers is emphasized as a crucial factor in integrating and promoting Gobak Sodor into the Physical Education (PJOK) curriculum through innovative strategies, collaboration with parents, and the use of technology, to ensure the sustainability of cultural preservation amidst the challenges of the digital age. Overall, this study confirms that Gobak Sodor is a holistic and essential learning medium in supporting students' physical and social development as well as character building.

Kata Kunci:

gobak sodor; permainan tradisional; gerak fundamental; pendidikan jasmani; pelestarian budaya

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis signifikansi permainan tradisional Gobak Sodor dalam konteks pendidikan di Sekolah Menengah (SMA Negeri 3 Sumenep), khususnya terhadap pengembangan gerak fundamental siswa dan peran guru dalam pelestariannya. Gobak Sodor, sebagai warisan budaya, dinilai tidak hanya sebagai sarana rekreasi, tetapi juga media edukatif yang kaya akan nilai-nilai lokal, sosial, dan fisik. Metode penelitian yang digunakan melibatkan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan tinjauan literatur empiris (2020–2024). Hasil dan pembahasan dibagi menjadi tiga fokus utama. Pertama, Signifikansi Gobak Sodor terbukti efektif dalam meningkatkan kelincahan (agility) dan motorik kasar, serta menumbuhkan nilai-nilai karakter sosial seperti gotong royong, kerja sama tim, dan solidaritas. Kedua, Pengaruh Gobak Sodor Terhadap Gerak Fundamental menunjukkan bahwa permainan ini secara signifikan berkontribusi pada peningkatan keterampilan lokomotor, non-

lokomotor, dan manipulatif siswa SMA Negeri 3 SUMENEP, sekaligus meningkatkan kebugaran fisik dan kemampuan memecahkan masalah. Ketiga, Peran Guru ditekankan sebagai faktor krusial dalam mengintegrasikan dan mempromosikan Gobak Sodor ke dalam kurikulum Pendidikan Jasmani (PJOK) melalui strategi inovatif, kolaborasi dengan orang tua, serta pemanfaatan teknologi, guna menjamin keberlanjutan pelestarian budaya di tengah tantangan era digital. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa Gobak Sodor merupakan media pembelajaran yang holistik dan esensial dalam mendukung aspek perkembangan fisik, sosial, dan pembentukan karakter siswa.

Copyright (c) 2026 Sri Rahayu Wulandari, Winda Nurasiyah, Dian Helaprahara
This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



✉ **Alamat korespondensi:**

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas
PGRI Sumenep, Jawa Timur, Indonesia

How to Cite:

Wulandari, S. R., Nurasiyah, W., & Helaprahara, D. (2026). Penerapan Pembelajaran Aktif melalui Permainan Tradisional Gobak Sodor di SMA Negeri 3 Sumenep. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 7(1), 382-390. <https://doi.org/10.46838/spr.v7i1.1037>

PENDAHULUAN

Pendidikan pada tingkat Sekolah Menengah (SMA Negeri 3 Sumenep) memegang peran sentral dalam menentukan mutu sumber daya manusia di masa depan, bertanggung jawab atas pembentukan dasar-dasar pengetahuan, keterampilan, dan karakter. Namun, sistem pendidikan di Indonesia, khususnya di jenjang dasar, seringkali masih bergulat dengan tantangan metodologis yang serius. Mayoritas kelas diwarnai oleh metode yang statis, di mana guru beroperasi sebagai otoritas tunggal penyalur ilmu dan siswa hanya berperan sebagai wadah penerima informasi. Pola pengajaran yang dominan berupa ceramah (*telling*) dan penugasan pasif ini telah menimbulkan anestesi kognitif pada siswa, menghasilkan kejenuhan belajar kronis dan menghambat pengembangan keterampilan berpikir tingkat tinggi, seperti analisis, sintesis, dan evaluasi. Padahal, sesuai dengan tahapan perkembangan psikologisnya, anak usia SMA Negeri 3 Sumenep belajar paling efektif melalui interaksi, eksplorasi, dan keterlibatan fisik yang otentik. Untuk mengeliminasi stagnasi ini dan memenuhi tuntutan keterampilan abad ke-21, yang menekankan pada kolaborasi, kreativitas, dan literasi digital, pendidikan harus bertransformasi secara fundamental menuju filosofi Pembelajaran Aktif (*Active Learning*). (Sodor & Boy-boyan, 2021)

Permainan ini memerlukan perencanaan taktis kolektif yang cepat, menuntut setiap

anggota tim menguasai peran masing-masing, dan mengeksekusi keterampilan gerak lokomotor seperti kecepatan dan kelincahan (Ningtyas et al., 2024). Secara sosial, dinamika timbal balik antara kelompok penyerang dan penjaga terbukti unggul dalam menumbuhkan solidaritas dan komitmen kelompok karena setiap langkah pemain berkontribusi pada keberhasilan atau kegagalan tim secara keseluruhan. Oleh karena itu, Gobak Sodor memiliki kerangka operasional yang sangat ideal untuk diadaptasi sebagai model Pembelajaran Aktif yang melatih keterampilan motorik, sosial, sekaligus strategis. (Emosional, 2022)(Sholikin, Muhammad Fajrie, Nur Ismaya, 2022)

Kesenjangan penelitian utama dalam literatur empat tahun terakhir adalah minimnya integrasi Gobak Sodor ke dalam ranah kognitif materi ajar non-olahraga. Meskipun Sumarno (2022) telah membuktikan efektivitasnya dalam pengembangan motorik, belum ada model sistematis yang memetakan mekanisme permainan tradisional ini ke dalam metode pembelajaran aktif yang teoretis maupun praktis. Ketiadaan panduan operasional ini mengakibatkan Gobak Sodor kehilangan nilai strategisnya sebagai alat bantu penguasaan konsep akademik, sehingga pemanfaatannya cenderung stagnan pada level fungsional fisik semata.

Oleh karena itu, penelitian yang berjudul "Penerapan Pembelajaran Aktif melalui

Permainan Tradisional Gobak Sodor di Sekolah Dasar" ini diinisiasi dengan tujuan yang ambisius: merancang sebuah model instruksional hibrida Gobak Sodor dan menguji efektivitasnya dalam mentransformasi proses pembelajaran aktif siswa. Penelitian ini berupaya memberikan kontribusi signifikan dengan menyajikan bukti empiris yang kuat mengenai kemampuan model ini dalam meningkatkan keterlibatan siswa secara menyeluruh, kognitif, afektif, dan psikomotorik sekaligus memperkuat kemampuan berpikir strategis dan penguasaan materi ajar. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi panduan metodologis yang inovatif dan kontekstual bagi pendidik SMA NEGERI 3 SUMENEP, menegaskan bahwa warisan budaya bangsa adalah aset pedagogis yang sangat relevan dan efektif untuk mencapai tujuan pendidikan abad ke-21.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data yang komprehensif untuk memastikan validitas hasil.

Penelitian ini menerapkan metode kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk memberikan pemahaman mendalam mengenai penerapan pembelajaran aktif melalui Gobak Sodor di SMA Negeri 3 Sumenep. Prosedur penelitian dilaksanakan dengan mengumpulkan data melalui observasi partisipatif terhadap aktivitas fisik siswa, wawancara mendalam dengan guru dan narasumber terkait, serta studi dokumentasi lapangan. Untuk menjamin kebaruan dan validitas, peneliti juga melakukan analisis terhadap literatur empiris yang diterbitkan pada periode 2020–2024. Sebagai ringkasan sistematis dari desain metodologis tersebut, berikut disajikan tabel berikut:

Tabel 1. Tabel Teknik Pengumpulan Data

Teknik	Sumber Data	Observasi	Output Data Lapangan
Observasi partisipatif	Aktivitas fisik siswa	Mengamati kelincahan, motorik kasar, dan interaksi sosial	Catatan lapangan kronologis
Wawancara mendalam	Guru kelas dan guru PJOK	Menggali persepsi terhadap perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik	Transkrip wawancara
Studi dokumentasi	Arsip pembelajaran dan foto kegiatan	Mendukung bukti empiris	Dokumen pendukung
Studi literatur 2020-2024	Jurnal empiris terbaru	Memverifikasi dan memperkuat temuan	Sintesis teori & riset kontemporer

Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara fungsional melalui tiga pilar evaluasi. Pertama, analisis efektivitas permainan dalam meningkatkan kelincahan (agility) dan motorik kasar siswa. Kedua, pemetaan pengaruh permainan terhadap penguasaan keterampilan gerak fundamental, yang mencakup aspek lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif.

Ketiga, pengkajian peran strategis guru dalam melakukan inovasi kurikulum PJOK, kolaborasi dengan orang tua, serta pemanfaatan teknologi untuk pelestarian budaya lokal di era digital. Seluruh tahapan ini diarahkan untuk merancang model instruksional yang mampu mentransformasi keterlibatan kognitif dan sosial siswa secara holistik.

Tabel 2. Tabel Pilar Analisis Data

Pilar Analisis	Fokus Evaluasi	Indikator
Pilar 1	Efektivitas permainan	Peningkatan agility dan motorik kasar
Pilar 2	Keterampilan Fundamental	Gerak Locomotor, Non-locomotor, Manipulatif

Pilar 3	Peran Strategis Guru	Inovasi kurikulum PJOK, kolaborasi orang tua, pemanfaatan teknologi
---------	----------------------	---

Penelitian ini juga menerapkan teknik triangulasi data untuk menjaga kredibilitas dan keabsahan temuan di lapangan. Proses ini dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari hasil observasi aktivitas fisik siswa secara langsung dengan hasil wawancara mendalam bersama guru kelas dan guru PJOK mengenai perkembangan karakter siswa. Selain itu, peneliti melakukan pencatatan lapangan secara kronologis untuk menangkap dinamika interaksi sosial dan strategi yang muncul selama permainan Gobak Sodor berlangsung, yang kemudian diverifikasi ulang melalui tinjauan literatur empiris terbaru tahun 2020–2024 guna memastikan bahwa hasil observasi selaras dengan temuan riset kontemporer.

Tahap analisis data dilakukan secara fungsional dengan memetakan mekanisme permainan—seperti garis pertahanan dan zona aman—ke dalam struktur kognitif dan motorik siswa. Peneliti menguraikan bagaimana setiap gerakan lokomotor dalam permainan dianalogikan sebagai bentuk pemecahan masalah (problem solving) dan pengambilan keputusan strategis oleh siswa. Analisis ini bertujuan untuk membuktikan secara empiris bahwa integrasi Gobak Sodor ke dalam kurikulum tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas fisik, tetapi juga sebagai metodologi pembelajaran aktif yang terukur untuk meningkatkan penguasaan materi ajar secara holistik, mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.

HASIL

Penelitian mengenai penerapan permainan tradisional Gobak Sodor sebagai

strategi pembelajaran aktif di SMA Negeri 3 Sumenep menghasilkan temuan komprehensif yang diklasifikasikan ke dalam tiga aspek utama: efektivitas fisik dan kelincahan, pengembangan gerak fundamental secara sistematis, serta transformasi peran instruksional guru dalam konteks pedagogis modern.

1. Efektivitas Fisik dan Kelincahan Siswa

Berdasarkan hasil observasi partisipatif yang dilakukan selama periode penelitian, pelaksanaan Gobak Sodor terbukti menuntut pergerakan dinamis yang sangat intens, melibatkan perubahan arah secara mendadak dan eksplosif. Data lapangan menunjukkan bahwa permainan ini secara signifikan meningkatkan agility (kelincahan) dan koordinasi motorik kasar siswa secara simultan. Karakteristik permainan yang mengharuskan siswa menjaga garis pertahanan dengan pergerakan lateral (samping) yang cepat, sekaligus menghindari sentuhan lawan melalui manuver tipuan, memaksa mereka untuk mengoptimalkan keseimbangan dinamis dan kontrol tubuh.

Implikasi dari aktivitas ini terlihat pada peningkatan daya tahan fisik siswa yang terlibat. Hal ini selaras dengan dokumentasi kegiatan yang menunjukkan intensitas fisik yang konsisten tinggi sepanjang sesi permainan, di mana keterlibatan aktif siswa mencapai puncaknya saat terjadi transisi antara menyerang dan bertahan (lihat Gambar 1). Fenomena ini membuktikan bahwa Gobak Sodor bukan sekadar aktivitas fisik ringan, melainkan latihan kardiovaskular dan neuromuskular yang terintegrasi.



Gambar 1. Pelaksanaan Permainan Tradisional Gobak Sodor Sebagai Strategi Pembelajaran Aktif di SMA Negeri 3 Sumenep

2. Pengembangan Gerak Fundamental

Temuan di lapangan secara empiris mengonfirmasi bahwa Gobak Sodor memberikan kontribusi substansial pada tiga domain gerak fundamental yang menjadi dasar perkembangan fisik remaja:

- a. Lokomotor: Siswa menunjukkan peningkatan yang terukur dalam variasi kemampuan berlari (sprint), melompat secara vertikal maupun horizontal, serta mengejar lawan dengan akselerasi yang terkontrol.
- b. Non-lokomotor: Hal ini teramati secara jelas pada gerakan membungkuk secara tiba-tiba untuk menghindari sentuhan, meregangkan tangan untuk menjangkau lawan, serta menjaga stabilitas postur tubuh saat berdiri di atas garis pembatas.
- c. Manipulatif: Meskipun tidak menggunakan bola, kemampuan manipulatif terlihat dalam cara siswa merespons pergerakan objek dinamis (dalam hal ini adalah tubuh lawan) dan kemampuan mereka dalam mengontrol serta memanfaatkan ruang gerak yang sempit secara efektif.

Data yang diperoleh dari wawancara mendalam dengan guru PJOK memperkuat temuan ini. Guru mencatat adanya perbaikan signifikan pada kebugaran kardiovaskular dan kekuatan otot tungkai pada siswa yang berpartisipasi secara rutin, yang pada gilirannya berdampak positif pada kesiapan fisik mereka

dalam mengikuti mata pelajaran olahraga lainnya.

3. Aspek Karakter dan Dinamika Sosial

Hasil penelitian lebih lanjut mengungkapkan bahwa Gobak Sodor berfungsi sebagai media inkubasi yang efektif untuk menumbuhkan nilai-nilai sosial dan karakter moral. Indikator perilaku yang muncul secara dominan selama observasi meliputi:

- a. Gotong Royong dan Kerja Sama Strategis: Siswa tidak hanya bergerak sendiri, melainkan aktif berkolaborasi dalam menyusun strategi pertahanan berlapis untuk memastikan tidak ada lawan yang menembus garis.
- b. Solidaritas dan Empati: Munculnya komunikasi verbal dan non-verbal yang efektif antar anggota tim. Siswa saling memberikan instruksi dan semangat, yang memperkuat kohesi kelompok dalam mencapai tujuan bersama.
- c. Pemecahan Masalah Secara Instan (Problem Solving): Permainan ini memaksa siswa untuk berpikir cepat di bawah tekanan. Mereka harus merumuskan taktik baru secara spontan saat skenario serangan lawan berubah, yang merupakan simulasi nyata dari kemampuan pengambilan keputusan cepat di kehidupan sehari-hari (lihat Gambar 2).



Gambar 2. Aktivitas siswa saat melakukan gerakan lokomotor dan strategi tim dalam permainan Gobak Sodor.

PEMBAHASAN

Implementasi permainan tradisional Gobak Sodor di SMA Negeri 3 Sumenep

menunjukkan transformasi signifikan dalam dinamika pembelajaran di kelas. Berdasarkan temuan penelitian, pembahasan difokuskan

pada tiga pilar utama: efektivitas motorik, internalisasi nilai sosial-kognitif, dan peran strategis pendidik dalam pelestarian budaya.

Permainan Gobak Sodor bukan sekadar aktivitas fisik rekreasi, melainkan instrumen pengembangan gerak fundamental yang komprehensif dan sistematis. Temuan penelitian ini mengonfirmasi bahwa intensitas gerakan lateral yang cepat, akselerasi mendadak untuk mengejar lawan, serta manuver eksplosif untuk menghindar secara signifikan meningkatkan kelincahan (*agility*) dan koordinasi tubuh siswa. Hal ini sejalan dengan studi oleh Bawazir et al., (2024) yang menyatakan bahwa keterlibatan motorik dalam permainan tradisional memberikan dampak yang lebih organik dibandingkan latihan fisik mekanis. Dalam Gobak Sodor, siswa melakukan gerakan secara spontan, intuitif, dan penuh kegembiraan, yang secara tidak langsung mengaktifkan unit motorik otot secara lebih efisien daripada latihan repetitif yang membosankan (Musa, 2022).

Secara lebih mendalam, penguatan gerak lokomotor seperti berlari cepat, mengejar, dan melompat kecil, berpadu dengan gerak non-lokomotor seperti gerak tipu (*feinting*), menekuk tubuh untuk menghindar, serta menjaga keseimbangan statis dan dinamis di atas garis pertahanan yang sempit (R. Y. Saputra, 2024). Sebagaimana dijelaskan oleh Widiastuti, (2011) koordinasi visual-motorik yang terlatih melalui permainan lapangan sangat krusial bagi siswa usia remaja di SMA Negeri 3 Sumenep yang tengah berada dalam masa pertumbuhan puncak (*peak height velocity*). Ketangkasan yang diasah di lapangan ini berkontribusi pada plastisitas saraf, di mana otak belajar memproses informasi visual mengenai posisi lawan secara real-time dan mengubahnya menjadi reaksi motorik instan yang akurat.

Analisis empiris menunjukkan bahwa integrasi permainan ini efektif mengurangi risiko gaya hidup sedenter (*sedentary lifestyle*) yang kian marak dialami Generasi Z akibat ketergantungan pada gawai dan durasi duduk yang terlalu lama. Hal ini selaras dengan pandangan Saputra et al., (2024) dan Sucipta, (2022) mengenai peran permainan tradisional dalam menjaga kebugaran kardiovaskular.

Melalui durasi permainan yang cukup intens, detak jantung siswa berada pada zona aerobik yang optimal untuk penguatan jantung dan paru-paru. Dampak jangka panjangnya adalah meningkatnya daya tahan tubuh (*endurance*), perbaikan postur tubuh, serta kesadaran kinestetik siswa terhadap stimulus lingkungan yang berubah-ubah secara cepat, yang pada akhirnya menunjang performa akademik mereka melalui sirkulasi oksigen yang lebih baik ke otak. komponen utama permainan yang menuntut pergerakan cepat dan perubahan arah tanpa kehilangan keseimbangan menjadikannya efektif secara signifikan dalam meningkatkan kelincahan (*agility*) dan motorik kasar peserta didik (Susena et al., 2021).

Dinamika permainan yang menuntut kerjasama tim yang solid menciptakan sebuah "laboratorium sosial" yang hidup bagi siswa. Di sini, nilai-nilai abstrak seperti gotong royong (Alimuddin et al., 2024), tanggung jawab personal terhadap kelompok, dan solidaritas (Handayani & Fathoni, 2024) dipraktikkan secara nyata melalui strategi pertahanan bersama. Peneliti menemukan bahwa komunikasi verbal yang cepat dan sinyal non-verbal yang intens antar siswa saat menyusun strategi "pagar betis" untuk menghalau lawan telah memperkuat kohesi kelompok. Efek psikologis dari kerjasama ini meningkatkan kepercayaan diri (*self-efficacy*) siswa, karena mereka merasa menjadi bagian fungsional yang penting dari sistem pertahanan yang lebih besar (Oktariani, 2018).

Lebih jauh lagi, aspek problem solving atau pemecahan masalah muncul secara alami sebagai konsekuensi logis dari aturan permainan. Siswa dipaksa untuk mengambil keputusan strategis dalam hitungan detik di bawah tekanan tinggi, seperti kapan harus mengejar lawan atau kapan harus tetap bertahan pada posisinya. Sebagaimana ditekankan oleh Gustira et al., (2023) dan didukung oleh teori perkembangan social Hestyaningsih & Pratisti, (2021), kemampuan berpikir taktis dan manajemen emosi di bawah tekanan persaingan merupakan simulasi nyata dari keterampilan abad ke-21 yang sangat dibutuhkan di dunia kerja profesional maupun dalam kehidupan bermasyarakat nantinya.

Keterlibatan dalam Gobak Sodor terbukti mampu mengeliminasi "anestesi kognitif" atau kejenuhan berpikir yang sering muncul akibat metode pembelajaran pasif. Permainan ini menuntut kewaspadaan penuh (*mindfulness*) di mana setiap pergerakan lawan harus diantisipasi dengan cermat. Dampak sosial lainnya adalah pengikisan egoisme individu; siswa belajar secara empiris bahwa keberhasilan menembus garis lawan adalah kemenangan kolektif yang diraih melalui pengorbanan dan koordinasi antar anggota. Hal ini memupuk rasa empati, sportivitas, dan semangat senasib sepenanggungan yang sangat kuat di lingkungan SMA Negeri 3 Sumenep, yang pada gilirannya menciptakan iklim sekolah yang lebih inklusif dan harmonis.

Keberhasilan model pembelajaran aktif melalui Gobak Sodor sangat bergantung pada kreativitas dan kompetensi pedagogis guru PJOK sebagai desainer instruksional (Royana et al., 2024).. Di SMA Negeri 3 Sumenep, pendidik tidak hanya berperan sebagai wasit, tetapi juga sebagai fasilitator yang mampu memodifikasi aturan permainan agar tetap relevan dengan kondisi fisik dan minat siswa masa kini. Menurut Junianto et al., (2025), modifikasi permainan tradisional adalah kunci agar kearifan lokal tetap kompetitif di tengah gempuran tren e-sports dan hiburan digital. Pendekatan inovatif ini dilakukan dengan mengemas permainan tradisional bukan sebagai warisan masa lalu yang usang, melainkan sebagai gaya hidup sehat yang modern, seru, dan prestisius.

Integrasi hibrida menjadi strategi kunci dalam konteks ini, di mana nilai-nilai tradisional dipadukan dengan wawasan kurikuler yang lebih luas. Mekanisme permainan tradisional dapat dihubungkan dengan konsep-konsep akademik interdisipliner, seperti penghitungan variabel kecepatan dalam pelajaran fisika atau analisis ruang dan strategi dalam matematika. Dengan cara ini, Gobak Sodor menjadi media pembelajaran yang kaya akan muatan intelektual, yang tidak hanya mengolah raga tetapi juga mengasah nalar siswa. Hal ini secara signifikan meningkatkan nilai tawar permainan tradisional di mata siswa dan institusi

pendidikan sebagai metode pembelajaran yang komprehensif.

Sesuai dengan kajian Febyarum & Ichsan, (2023), sinergi antara sekolah, komunitas, dan dukungan teknologi menjadi faktor pendukung yang vital dalam ekosistem pelestarian budaya. Pemanfaatan teknologi digital untuk dokumentasi pembelajaran, seperti video analisis teknik gerakan atau pembuatan konten kreatif mengenai keseruan bermain Gobak Sodor, terbukti secara efektif meningkatkan kebanggaan siswa terhadap identitas budayanya. Konten-konten ini, ketika dibagikan melalui media sosial sekolah, tidak hanya berfungsi sebagai arsip pendidikan tetapi juga sebagai alat diplomasi budaya yang kuat bagi masyarakat luas. Ini membuktikan bahwa dengan narasi yang tepat dan dukungan teknologi, permainan tradisional mampu bersaing dan tampil "keren" di mata generasi masa kini yang serba digital, sekaligus memastikan nilai-nilai luhur bangsa tetap lestari di masa depan.

KESIMPULAN

Permainan tradisional bukan sekadar warisan budaya yang diwariskan dari generasi ke generasi, melainkan juga memiliki nilai pendidikan yang relevan dengan kebutuhan pembelajaran saat ini. Berdasarkan hasil penelitian, Gobak Sodor terbukti efektif sebagai media pembelajaran yang mampu mengembangkan aspek fisik, sosial, dan karakter siswa secara terpadu. Melalui aktivitas seperti berlari, menghindari, menjaga area permainan, dan bekerja sama dalam tim, siswa secara alami melatih kelincahan, koordinasi, keseimbangan, serta daya tahan tubuh. Proses pembelajaran berlangsung aktif dan menyenangkan karena siswa terlibat langsung dalam situasi permainan yang menantang. Selain itu, interaksi dalam permainan turut membentuk sikap sportivitas, kedisiplinan, tanggung jawab, serta memperkuat kerja sama dan semangat gotong royong antar siswa.

Lebih lanjut, penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan siswa dalam Gobak Sodor memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan gerak fundamental dan keterampilan motorik dasar. Permainan ini

membantu mengembangkan kemampuan lokomotor, keseimbangan, dan ketangkasan secara lebih optimal dibandingkan pembelajaran yang bersifat pasif. Di tengah pembelajaran modern yang semakin berorientasi pada teknologi, permainan tradisional menjadi alternatif yang mampu menyeimbangkan perkembangan fisik dan kognitif siswa. Oleh karena itu, peran guru sangat penting dalam mengintegrasikan permainan tradisional secara kreatif dan terarah ke dalam pembelajaran, sehingga pelestarian budaya dapat berjalan seiring dengan penguatan pendidikan karakter yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah memberikan kontribusi serta dukungan dalam penyelesaian penelitian ini.

REFERENSI

- Alimuddin, N., Rahmi, S., & Ariantini, N. (2024). *SISWA*. 6(1), 59–66.
- Bawazir, I. A., Fauzi, R. A., & Rukmana, A. (2024). Pengaruh Permainan Tradisional Gobak Sodor Terhadap Peningkatan Kelincahan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Porkes*, 7(2), 696–705. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i2.27294>
- Emosional, T. K. (2022). <https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/jwp> EFEKTIVITAS NILAI-NILAI KARAKTER DALAM PERMAINAN GOBAK SODOR TERHADAP KECERDASAN EMOSIONAL 1,2,3. 9(2), 195–202.
- Febyarum, L., & Ichsan, I. (2023). Permainan Gobak Sodor Untuk Mengembangkan Sikap Kerjasama Pada Anak Usia Dini. *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*, 9(2), 71–78. <https://doi.org/10.18592/jea.v9i2.7768>
- Gustira, A., Nurani, Y., & Wulan, S. (2023). Permainan Tradisional Petualangan Gobak Sodor dan Kemampuan Pemecahan Masalah. 7(1), 1173–1185. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.40>
- Handayani, Y. V., & Fathoni, A. (2024). C. *Jurnal Kependidikan*, 13(1), 249–260.
- Hestyaningsih, L., & Pratisti, W. D. (2021). Efektivitas Permainan Tradisional Dakon untuk Meningkatkan Kemampuan Berhitung pada Anak Tunagrahita. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 13(2), 161–174.
- Junianto, A. R. D., Priambodo, A., & Pudjijuniarto. (2025). MENGHIDUPKAN KEMBALI PERMAINAN TRADISIONAL: MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR DALAM PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR MELALUI PERMAINAN BERBASIS BUDAYA. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(4), 123–134.
- Musa, M. M. M. (2022). Permainan Tradisional: Gobak Sodor Pada Materi Gerak Locomotor Dalam Meningkatkan Kerja Sama Siswa Madrasah Ibtidaiyah. *Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.56997/pgmi.v1i1.747>
- Ningtyas, R. K., Suchyo, E., Asmara Nasution, S. R., & Nuriana, I. (2024). Pengenalan Permainan Tradisional Gobak Sodor Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Adam: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 129–134. <https://doi.org/10.37081/adam.v2i2.1748>
- Oktariani. (2018). PERANAN SELF EFFICACY DALAM MENINGKATKAN PRESTASI BELAJAR SISWA. *Kognisi Jurnal*, 3(1), 45–54.
- Royana, I. F., Kresnapati, P., Setyawan, D. A., Wibisana, M. I. N., & Kurnaz, M. (2024). “Gobak Sodor”, Indonesian Traditional Game to Improve Agility of Children with Disabilities. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 7(6), 1350–1360. <https://doi.org/10.33438/ijdsHS.1539592>
- Saputra, R. Y. (2024). *PENGARUH MODEL*

*PENGEMBANGAN GERAK
LOKOMOTOR DAN GERAK
MANIPULATIF TERHADAP
KELINCAHAN SISWA TUNAGRAHITA
SEDANG. UNIVERSITAS NEGERI
YOGYAKARTA.*

- Saputra, T. j, Yuliawan, D., & Sukmana, A. A. (2024). Analisis Permainan Tradisional Goboy Terhadap Gerak Fundamental Siswa Sd Laboratorium Unp Kediri. *Seminar Nasional Sains, Kesehatan, Dan Pembelajaran 4*, 636–645.
- Sholikin, Muhammad Fajrie, Nur Ismaya, E. A. (2022). Nilai Karakter Anak Pada Permainan Tradisional Gobak Sodor dan Egrang. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(3), 1111–1121.
- Sodor, T. G., & Boy-boyan, S. (2021). *Memupuk Sikap Empati Anak Melalui Permainan*. 2(1), 75–81.
- Sucipta, I. N. (2022). Aktivitas Fisik dan Kesehatan Jantung pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(3), 210–222.
- Susena, Y. B., Santoso, D. A., & Setyaningsih, P. (2021). Ethnosport Permainan Tradisional Gobak Sodor. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 450–462.
- Widiastuti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga* (2nd ed.). PT Bumi Timur Jaya.