

**HUBUNGAN KETERLIBATAN SISWA DALAM PERMAINAN ATLETIK
LARI JARAK PENDEK DENGAN KETERAMPILAN SOSIAL SISWA SMA
DALAM PEMBELAJARAN PJOK**

M. Yusuf Faiqul Mu'ammar¹, Topo Yono², Bahtiar Hari Hardovi³

Universitas Muhammadiyah Jember^{1,2,3}

yusuffaiqul@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial siswa SMA dalam pembelajaran PJOK. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian melibatkan siswa SMA Negeri Arjasa Jember dengan jumlah sampel sebanyak 42 siswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner keterlibatan siswa dan keterampilan sosial yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang sangat kuat antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial, dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,794$ dan signifikansi $p = 0,000$. Simpulan penelitian ini menegaskan bahwa semakin tinggi keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek, semakin baik pula keterampilan sosial yang dimilikinya, sehingga pembelajaran PJOK berbasis permainan dapat menjadi strategi efektif untuk mengembangkan aspek sosial siswa di samping kemampuan fisik. Simpulan, penelitian ini membuktikan bahwa keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek memiliki hubungan positif dan sangat kuat dengan keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK.

Kata Kunci : keterlibatan siswa, permainan atletik lari jarak pendek, keterampilan sosial, PJOK

ABSTRACT

This study aims to analyze the relationship between student involvement in short-distance athletics and the social skills of high school students in Physical Education (PJOK) learning. The research method used a quantitative approach with a correlational approach. The study population involved 42 students from Arjasa State High School in Jember, selected using a purposive sampling technique. The research instrument was a student involvement and social skills questionnaire, which had been tested for validity and reliability. Data were analyzed using the Pearson Product Moment correlation test with SPSS. The results showed a very strong positive relationship between student involvement in short-distance athletics and social skills, with a correlation coefficient of $r = 0.794$ and a significance level of $p = 0.000$. The conclusion of this study confirms that the higher the student involvement in short-distance athletics, the better their social skills. Therefore, game-based PJOK learning can be an effective strategy for developing students' social aspects in addition to physical abilities. In conclusion, this study proves that student involvement in short-distance running athletics games has a positive and very strong relationship with students' social skills in PJOK learning.

Keywords: student involvement, short-distance athletics, social skills, PJOK

PENDAHULUAN

Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 menegaskan bahwa Pendidikan Jasmani dan Olahraga (PJOK) didedikasikan untuk membentuk individu yang sehat, memiliki kondisi fisik yang baik, serta keterampilan dalam melakukan aktivitas fisik. PJOK juga merupakan bagian integral dari pendidikan yang bertujuan mengembangkan keterampilan gerak, sehingga siswa dapat mencapai tujuan akademis yang mencakup keahlian, kemampuan, dan tindakan (Mustafa & Dwiyogo, 2020).

Pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA), PJOK berperan penting dalam mengembangkan kompetensi sosial, emosional, dan fisik siswa. Seiring perkembangan zaman, pembelajaran PJOK tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga meluas hingga mencakup tanggung jawab sosial, disiplin, serta kerja sama antarindividu (Hidayati et al., 2024). Peserta didik dituntut untuk mengembangkan keterampilan sosial seperti kerja sama, toleransi, sportivitas, dan disiplin di samping keterampilan fisiknya melalui kegiatan pembelajaran PJOK (Juyinah & Mudzakir, 2022).

Pendidikan jasmani memiliki peran strategis tidak hanya dalam meningkatkan kemampuan fisik, tetapi juga sebagai sarana pembentukan keterampilan sosial siswa. Aktivitas olahraga berbasis permainan terbukti mampu menumbuhkan nilai-nilai kerja sama, komunikasi, sportivitas, dan disiplin dalam interaksi sehari-hari siswa (Mo et al., 2024). Hampir setiap saat, manusia saling berhubungan atau berinteraksi, baik antarindividu, individu dengan kelompok, atau antar kelompok (Rut et al., 2020). Keterampilan sosial merupakan bagian integral dari perkembangan anak dan tidak dapat dipisahkan dari keberhasilan belajar maupun kehidupan sehari-hari. Penelitian menunjukkan bahwa anak dengan keterampilan sosial rendah lebih rentan mengalami masalah psikologis, sedangkan anak dengan keterampilan sosial baik cenderung lebih adaptif dan memiliki tingkat depresi lebih rendah (Risma, 2020).

Namun, realitas di lapangan menunjukkan adanya kesenjangan. Banyak siswa SMA memiliki kecenderungan kurang menyukai pelajaran PJOK, khususnya materi lari jarak pendek (sprint). Salah satu penyebabnya adalah metode pembelajaran yang lebih menekankan pada aspek keterampilan gerak dibandingkan pengalaman bermain, sehingga mengurangi kesempatan siswa untuk mengembangkan keterampilan sosial. Rendahnya kemampuan sosial siswa diperparah oleh strategi pembelajaran yang repetitif, kurang bervariasi, serta penggunaan contoh yang tidak sesuai dengan materi pelajaran. Kondisi ini membuat sebagian siswa cenderung tidak serius mengikuti pembelajaran PJOK (Siregar, 2023).

Dalam konteks pembelajaran PJOK, permainan atletik lari jarak pendek dapat dimodifikasi menjadi aktivitas kolaboratif, seperti estafet atau relay games, yang menuntut koordinasi, kerja sama tim, dan kepatuhan terhadap aturan. Teori belajar sosial Bandura menegaskan bahwa keterampilan sosial dapat berkembang melalui proses observasi, interaksi, dan penguatan dalam lingkungan sosial (Irmansyah et al., 2020). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa permainan tradisional maupun olahraga beregu efektif meningkatkan kompetensi sosial-emosional siswa sekolah (Widyananti & Winanto, 2024). Namun, studi internasional menekankan efektivitas game-based pedagogy dalam pendidikan jasmani lebih banyak pada olahraga beregu, sementara kajian mengenai keterlibatan dalam permainan atletik lari jarak pendek

terhadap keterampilan sosial masih sangat terbatas, khususnya di Indonesia (Li et al., 2024).

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini memfokuskan pada hubungan antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial mereka dalam pembelajaran PJOK. Penelitian ini menghadirkan sudut pandang baru dengan menekankan keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek sebagai faktor yang berkaitan dengan keterampilan sosial, bukan sekadar aspek fisik. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis sejauh mana keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek berhubungan dengan keterampilan sosial siswa SMA dalam pembelajaran PJOK. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan strategi pembelajaran PJOK yang mampu mengintegrasikan pencapaian fisik sekaligus sosial secara seimbang.

KAJIAN TEORI

Keterlibatan Siswa

Keterlibatan siswa adalah kondisi di mana peserta didik menunjukkan partisipasi aktif, motivasi, serta perhatian penuh terhadap kegiatan pembelajaran. Menurut Gultom & Savitri, (2021) keterlibatan mencakup tiga aspek utama: keterlibatan perilaku (*behavioral engagement*), keterlibatan emosional (*emoitional engagement*), dan keterlibatan kognitif (*cognitive engagement*). Dalam konteks pendidikan jasmani, keterlibatan siswa tercermin melalui partisipasi dalam aktivitas fisik, sikap antusias, serta kesediaan untuk bekerja sama dalam kelompok. Tingginya keterlibatan siswa akan memperkuat pengalaman belajar yang menyenangkan sekaligus meningkatkan hasil belajar.

Permainan Atletik Lari Jarak Pendek

Permainan atletik lari jarak pendek (*sprint*) merupakan salah satu bentuk aktivitas dasar dalam cabang olahraga atletik yang menekankan kecepatan, koordinasi, dan teknik gerak. Namun, melalui pendekatan pedagogi berbasis permainan, lari jarak pendek dapat dimodifikasi menjadi aktivitas kolaboratif, seperti relay games atau estafet. Modifikasi ini tidak hanya mengembangkan keterampilan motorik, tetapi juga menuntut siswa untuk bekerja sama, berkomunikasi, dan saling mendukung dalam mencapai tujuan bersama (Aji & Wismanadi, 2023). Dengan demikian, aktivitas atletik dapat diposisikan sebagai media pembelajaran yang mendukung aspek sosial maupun fisik.

Keterampilan Sosial Siswa

Keterampilan sosial merujuk pada kemampuan individu untuk berinteraksi, berkomunikasi, bekerja sama, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. (Bulan & Mawardah, 2023), keterampilan sosial mencakup dimensi kerja sama, empati, tanggung jawab, dan pengendalian diri. Dalam konteks sekolah, keterampilan sosial menjadi faktor penting bagi keberhasilan akademik maupun non-akademik siswa, karena mendukung terciptanya interaksi yang sehat dengan guru maupun teman sebangku. Dalam pembelajaran PJOK, keterampilan sosial dapat berkembang melalui aktivitas kolaboratif yang menuntut interaksi langsung antarsiswa. Permainan olahraga, termasuk atletik, dapat mendorong siswa untuk belajar berbagi peran, mematuhi aturan, serta mengatasi konflik secara konstruktif (Widyananti & Winanto, 2024).

Pembelajaran PJOK

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari kurikulum nasional yang bertujuan mengembangkan aspek fisik, psikomotorik, kognitif, dan afektif peserta didik. Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 menjelaskan bahwa PJOK berfungsi membangun individu yang sehat, bugar, dan berkarakter. Dalam praktiknya, pembelajaran PJOK tidak hanya berfokus pada penguasaan keterampilan gerak, tetapi juga pada pengembangan nilai sosial seperti disiplin, sportivitas, dan kerja sama (Mustafa & Dwiyogo, 2020). Seiring perkembangan pendidikan modern, pembelajaran PJOK dipandang sebagai sarana membentuk kompetensi holistik siswa. (Hidayati et al., 2024), menekankan bahwa PJOK berperan dalam menumbuhkan keterampilan sosial-emosional melalui aktivitas kolaboratif, permainan, serta interaksi kelompok. Dengan demikian, PJOK menjadi ruang strategis untuk menumbuhkan keterampilan sosial siswa melalui keterlibatan aktif dalam aktivitas fisik, termasuk permainan atletik lari jarak pendek.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Pendekatan ini dipilih untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK. Penelitian dilaksanakan di SMAN Arjasa Kabupaten Jember pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Populasi penelitian adalah siswa kelas X5 dan X6 yang mengikuti mata pelajaran PJOK dengan jumlah sebanyak 62 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Dari total populasi 62 siswa, ditetapkan sejumlah 42 siswa yang memenuhi kriteria inklusi. Adapun kriteria inklusi yang digunakan secara umum adalah siswa yang aktif mengikuti pembelajaran PJOK dan bersedia mengisi instrumen penelitian.

Teknik pengumpulan data menggunakan Kuesioner berbasis *skala Likert* dalam bentuk *Google Form* yang diisi oleh siswa. Kuesioner digunakan untuk melihat Hubungan Keterlibatan Siswa dalam Permainan Atletik Lari Jarak Pendek dengan Keterampilan Sosial Siswa SMA dalam Pembelajaran PJOK. Pada Keterlibatan Siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek pernyataan dikembangkan dari indikator partisipasi, perhatian, konsistensi, dan antusiasme dalam mengikuti pembelajaran pjok sebanyak 10 pernyataan. Sedangkan pada Keterampilan sosial dikembangkan berdasarkan indikator kerjasama, komunikasi, sportivitas, empati sebanyak 10 pernyataan. Ada 4 skala yang digunakan pada kuesioner ini Sangat Setuju (4), Setuju (3), Tidak Setuju (2), Sangat Tidak Setuju (1).

Sebelum dilakukan penyebaran kuesioner kepada responden dilakukan Uji Validitas dan Reliabilitas pada kelas X7 dengan total 30 Siswa. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment*. Kriteria yang digunakan adalah jika nilai r hitung lebih besar dari r tabel = 0,361. Sedangkan uji reliabilitas instrumen dilakukan menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai koefisien lebih besar dari 0,6. Setelah dilakukan perhitungan semua pernyataan dinyatakan valid sehingga diperoleh koefisien reliabilitas untuk kuesioner keterlibatan siswa yaitu sebesar 0,710 dan koefisien reliabilitas untuk kuesioner keterampilan sosial yaitu sebesar 0,715. Hal ini berarti kuesioner keterlibatan siswa dan kuesioner keterampilan sosial memiliki reliabilitas cukup baik.

Teknik analisis data yang diperoleh dari responden dianalisis secara kuantitatif dengan menggunakan uji korelasi yang digunakan untuk menentukan suatu besaran yang menyatakan seberapa kuat hubungan suatu variabel dengan variabel lain dengan tidak mempersoalkan apakah suatu variabel tertentu tergantung kepada variabel lain. Pada penelitian ini menggunakan analisis statistik korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan program SPSS. Hasil analisis digunakan untuk menjawab hipotesis mengenai hubungan antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK.

HASIL PENELITIAN

Keterlibatan Siswa dalam Permainan Atletik Lari Jarak Pendek

Tabel berikut menunjukkan distribusi frekuensi keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek pada pembelajaran PJOK.

Tabel 1. Distribusi Keterlibatan Siswa dalam Permainan Atletik Lari Jarak Pendek

Kategori	Frekuensi	Percentase (%)
Keterlibatan Siswa Kurang	1	2,4
Keterlibatan Siswa Cukup	16	38,1
Keterlibatan Siswa Baik	25	59,5
Total	42	100

Berdasarkan data pada Tabel 1, terlihat bahwa mayoritas siswa (59,5%) memiliki keterlibatan yang baik dalam mengikuti permainan atletik lari jarak pendek pada pembelajaran PJOK. Sebanyak 38,1% siswa berada pada kategori cukup, sementara hanya 2,4% siswa yang berada pada kategori kurang. Hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa sudah menunjukkan partisipasi aktif, perhatian, konsistensi, serta antusiasme dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Namun, keberadaan siswa dengan keterlibatan cukup hingga kurang menunjukkan bahwa masih diperlukan inovasi dalam strategi pembelajaran agar seluruh siswa dapat lebih optimal dalam berpartisipasi.

Keterampilan Sosial dalam Pembelajaran PJOK

Selanjutnya, distribusi frekuensi keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK ditampilkan pada tabel berikut.

Tabel 2. Distribusi Keterampilan Sosial dalam Pembelajaran PJOK

Kategori	Frekuensi	Percentase (%)
Keterampilan Sosial Kurang	1	2,4
Keterampilan Sosial Cukup	17	40,5
Keterampilan Sosial Baik	24	57,1
Total	42	100

Berdasarkan hasil analisis data keterampilan sosial siswa, diperoleh bahwa dari total 42 responden, terdapat 1 siswa (2,4%) yang memiliki keterampilan sosial dalam kategori kurang. Selanjutnya, sebanyak 17 siswa (40,5%) berada pada kategori cukup, sedangkan mayoritas siswa yaitu 24 siswa (57,1%) menunjukkan keterampilan sosial dalam kategori baik. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki keterampilan sosial yang baik dalam pembelajaran PJOK, khususnya pada saat mengikuti permainan atletik lari jarak pendek. Temuan ini mengindikasikan bahwa aktivitas olahraga yang bersifat kolaboratif dapat menjadi sarana efektif untuk menumbuhkan aspek kerjasama, komunikasi, sportivitas, dan empati dalam interaksi antar siswa.

Hubungan Keterlibatan Siswa dalam Permainan Atletik Lari Jarak Pendek dengan Keterampilan Sosial Siswa dalam Pembelajaran PJOK

Untuk mengetahui hubungan antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK, dilakukan uji korelasi Pearson. Hasil analisis ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 3. Uji Korelasi Pearson Product Moment pada Keterlibatan siswa dengan Keterampilan Sosial

		Keterlibatan Siswa	Keterampilan Sosial
Keterlibatan Siswa	Pearson Correlation	1	.794**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	42	42
Keterampilan Sosial	Pearson Correlation	.794**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	42	42

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson di atas, diperoleh nilai koefisien korelasi $r = 0,794$ dengan tingkat signifikansi $p = 0,000$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan sangat kuat antara keterlibatan siswa dan keterampilan sosial. Artinya, semakin tinggi keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek, maka semakin baik pula keterampilan sosial yang dimiliki siswa. Temuan ini memperkuat dugaan bahwa aktivitas fisik berbasis permainan dalam pembelajaran PJOK tidak hanya mengasah kemampuan motorik, tetapi juga mendukung pengembangan aspek sosial seperti kerjasama, komunikasi, sportivitas, dan empati.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial siswa SMA dalam pembelajaran PJOK. Nilai korelasi sebesar $r = 0,794$ ($p < 0,01$) mengindikasikan bahwa semakin tinggi keterlibatan siswa, semakin baik pula keterampilan sosial yang mereka tunjukkan. Temuan ini sejalan dengan teori (Gultom & Savitri, 2021) yang menekankan bahwa keterlibatan siswa mencakup dimensi perilaku, emosional, dan kognitif, yang apabila dioptimalkan dapat meningkatkan kualitas pengalaman belajar siswa, termasuk dalam konteks pendidikan jasmani.

Permainan atletik lari jarak pendek, ketika dimodifikasi dalam bentuk kolaboratif seperti relay games, mampu menumbuhkan interaksi sosial yang intensif. Siswa dituntut untuk bekerja sama, berkomunikasi, dan menyesuaikan diri dengan aturan permainan. Hal ini sesuai dengan pendapat (Aji & Wismanadi, 2023) bahwa modifikasi aktivitas atletik bukan hanya berfungsi melatih kemampuan motorik, tetapi juga dapat dijadikan media pembelajaran sosial. Dalam penelitian ini, keterlibatan siswa dalam aktivitas tersebut terbukti memberi kontribusi nyata terhadap perkembangan keterampilan sosial mereka.

Keterampilan sosial yang diteliti meliputi kerjasama, komunikasi, sportivitas, dan empati. Hasil menunjukkan mayoritas siswa berada pada kategori baik, terutama karena aktivitas berbasis permainan memungkinkan mereka untuk belajar berbagi peran, menunggu giliran, serta menerima kemenangan dan kekalahan secara sehat. Hal ini menguatkan temuan Bulan & Mawardah, (2023), bahwa keterampilan sosial merupakan komponen penting bagi keberhasilan siswa di sekolah, baik dalam ranah akademik maupun non-akademik.

Lebih jauh lagi, penelitian ini memperlihatkan peran strategis PJOK sebagai sarana pembelajaran holistik. Seperti ditegaskan oleh (Hidayati et al., 2024), PJOK tidak hanya berfungsi membina keterampilan fisik, tetapi juga kompetensi sosial-emosional siswa melalui aktivitas kelompok dan permainan. Dalam konteks ini, keterlibatan aktif dalam permainan atletik lari jarak pendek menjadi salah satu bentuk implementasi pembelajaran PJOK yang efektif, karena berhasil mengintegrasikan pencapaian fisik dengan pengembangan nilai sosial.

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokusnya pada permainan atletik lari jarak pendek sebagai sarana pengembangan keterampilan sosial, yang masih jarang diteliti dibandingkan permainan tradisional atau olahraga beregu (Aji & Wismanadi, 2023). Oleh sebab itu, penelitian ini memberikan kontribusi bagi pengembangan strategi pembelajaran PJOK yang lebih variatif, inovatif, dan mampu mengintegrasikan aspek motorik sekaligus sosial.

SIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek memiliki hubungan positif dan sangat kuat dengan keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK. Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan nilai $r = 0,794$ dengan signifikansi $p = 0,000$, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi keterlibatan siswa, semakin baik pula keterampilan sosial mereka. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan atletik tidak hanya berdampak pada penguasaan aspek fisik, tetapi juga mendukung perkembangan aspek sosial siswa.

Dengan demikian, permainan atletik lari jarak pendek yang dimodifikasi dalam pembelajaran PJOK dapat dijadikan strategi pembelajaran efektif untuk mengembangkan kerjasama, komunikasi, sportivitas, dan empati siswa. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi landasan bagi guru PJOK untuk lebih kreatif dalam menciptakan variasi pembelajaran yang menyenangkan, serta bagi sekolah dalam mendorong implementasi model pembelajaran berbasis permainan untuk memperkuat keterampilan sosial siswa di samping keterampilan motoriknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, B. P., & Wismanadi, H. (2023). Improving Learning Outcomes in Short-Distance Running Through a Play-Based Approach for Grade V Students. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 6(2), 79–86. <https://doi.org/10.17509/tegar.v6i2.60597>
- Bulan, M. D. F., & Mawardah, M. (2023). Program Ekstrakulikuler Permainan Tradisional (Congklak) untuk Menumbuhkan Keterampilan Sosial Pada Siswa SMA dengan Autism Spectrum Disorder di Sekolah Khusus Pelita Bunda Samarinda. *Indonesia Berdaya*, 4(3), 1203–1210. <https://doi.org/10.47679/ib.2023530>
- Gultom, Z. A., & Savitri, J. (2021). Hubungan Teacher Support dengan School Engagement Pada Siswa SMP "X" di Bandung. *Jurnal Psikologi Mandala*, 5(1), 29–42. <https://doi.org/10.36002/jpm.v5i1.1628>
- Hidayati, N., Salabi, M., & Palgunaldi, I. K. A. (2024). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Tgt Dalam Pembelajaran Penjas Untuk Meningkatkan Kerjasama Peserta Didik Siswa Kelas X Sma Nw Kopang Lombok Tengah Tahun 2023. *Gelora : Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP Mataram*, 11(1), 219. <https://doi.org/10.33394/gjpk.v11i1.12813>

- Irmansyah, J., Lumintuarso, R., Sugiyanto, F. X., & Sukoco, P. (2020). Children's social skills through traditional sport games in primary schools. *Cakrawala Pendidikan*, 39(1), 39–53. <https://doi.org/10.21831/cp.v39i1.28210>
- Juyinah, J., & Mudzakir, D. O. (2022). The effect of traditional games on children's social attitudes in Physical education learning. *Jurnal Maenpo : Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 12(1), 12. <https://doi.org/10.35194/jm.v12i1.2135>
- Li, Q. Z., Fang, Q., Zhao, X. T., & Peng, W. (2024). Motor ability development by integrating small-sided games into physical education class. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1259924>
- Mo, W., Saibon, J. Bin, LI, Y., Li, J., & He, Y. (2024). Effects of game-based physical education program on enjoyment in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 24(1), 1–20. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18043-6>
- Mustafa, P. S., & Dwiyogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438. <https://doi.org/10.36765/jartika.v3i2.268>
- Risma, R. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran (Kooperatif & Konvensional) dan Jenis Kelamin terhadap Keterampilan Sosial Siswa. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 62. <https://doi.org/10.25157/jkor.v6i2.4973>
- Rut, N., Gaol, R. L., Abi, A. R., & Silaban, P. (2020). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Keterampilan Sosial Anak Sd. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 6(2), 449–455. <https://doi.org/10.31949/educatio.v6i2.568>
- Siregar, I. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar Lari Jarak Pendek (Sprint) Melalui Penerapan Model Permainan (Games) Improving Learning Results for Short Distance Running (Sprint) Through the Application of Game Models (Games). *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 11 (2), 255–263.
- Widyananti, T., & Winanto, A. (2024). Improving Socio-Emotional Competence of Grade IV Elementary School Students by Implementing Traditional Games in Learning. *Tunas: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 10(1), 76–83. <https://doi.org/10.33084/tunas.v10i1.9085>