

INTEGRASI PERILAKU SOSIAL DALAM PEMBELAJARAN PJOK: KAJIAN LITERATUR

Givi Garsiva¹, Iis Marwan², Nanang Kusnadi³

Universitas Siliwangi^{1,2,3}

givigarsiva40@guru.sma.belajar.id¹

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk merangkum, membandingkan, dan menafsirkan bukti empiris terkait integrasi perilaku sosial dalam pembelajaran PJOK. Metode penelitian ini adalah tinjauan pustaka naratif dengan proses seleksi multi-tahap mengikuti alur PRISMA, yang mengidentifikasi 100 artikel dari basis data bereputasi seperti Scopus, Taylor & Francis, SAGE Journals, dan Google Scholar yang difilter pada jurnal terindeks SINTA. Setelah melalui tahap deduplikasi, skrining judul–abstrak, serta penilaian *full-text*, sebanyak 30 artikel memenuhi kriteria inklusi. Analisis dilakukan menggunakan sintesis naratif tematik dengan pengelompokan berdasarkan kesamaan konsep, tujuan, model intervensi, serta outcome perilaku sosial, serta analisis metodologis berdasarkan indikator kualitas penelitian. Hasil penelitian ini adalah ditemukannya empat tema utama, yaitu: (1) efektivitas *Cooperative Learning* dalam mengembangkan kerjasama, komunikasi, empati, dan tanggung jawab siswa; (2) kontribusi nilai sosial dan domain afektif dalam membentuk karakter dan perilaku prososial; (3) peran *Social Emotional Learning* (SEL) dan intervensi regulasi emosi dalam memperkuat perilaku sosial siswa; serta (4) peran guru dan lingkungan sekolah sebagai faktor penentu keberhasilan integrasi perilaku sosial dalam pembelajaran PJOK. Simpulan, penelitian ini menekankan pentingnya penguatan kompetensi guru, pengembangan instrumen penilaian afektif yang terstandar, serta perlunya penelitian eksperimental dan longitudinal untuk mengatasi celah metodologis yang masih ditemukan.

Kata Kunci: *Cooperative Learning*, Perilaku Sosial, PJOK, *Social Emotional Learning*

ABSTRACT

The objective of this study is to summarize, compare, and interpret empirical evidence related to the integration of social behavior in Physical Education (PJOK) learning. The method used in this study is a narrative literature review with a multi-stage selection process following the PRISMA flow, identifying 100 articles from reputable databases such as Scopus, Taylor & Francis, SAGE Journals, and Google Scholar, filtered to include SINTA-indexed journals. After deduplication, title–abstract screening, and full-text assessment, a total of 30 articles met the inclusion criteria. The analysis was conducted using a thematic narrative synthesis by grouping studies based on similarities in concepts, objectives, intervention models, and social behavior outcomes, along with methodological analysis using quality indicators such as research design, sample size, appropriateness of affective instruments, and measurement reliability. The results of this study reveal four main themes: (1) the effectiveness of Cooperative Learning in developing students' cooperation, communication, empathy, and responsibility; (2) the contribution of

social values and the affective domain in shaping character and prosocial behavior; (3) the role of Social Emotional Learning (SEL) and emotion regulation interventions in strengthening students' social behavior; and (4) the role of teachers and the school environment as determining factors in the successful integration of social behavior in PJOK learning. In conclusion, this study highlights the importance of strengthening teacher competencies, developing standardized affective assessment instruments, and the need for experimental and longitudinal research to address existing methodological gaps.

Keywords: *Cooperative Learning, Physical Education (PJOK), Social Behavior, Social Emotional Learning*

PENDAHULUAN

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran strategis dalam mengembangkan perilaku sosial siswa melalui aktivitas fisik yang menekankan interaksi, kolaborasi, dan komunikasi. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa model *Cooperative Learning* secara signifikan meningkatkan kerjasama, komunikasi, tanggung jawab, dan regulasi diri siswa dalam pembelajaran PJOK. Temuan serupa juga muncul pada peserta didik berkebutuhan khusus, khususnya siswa dengan *Autism Spectrum Disorder (ASD)*, di mana aktivitas kooperatif mampu meningkatkan interaksi sosial mereka dalam konteks pembelajaran jasmani. Di Indonesia, penelitian tentang integrasi perilaku sosial dalam PJOK menunjukkan peningkatan perilaku sosial siswa hingga 89% melalui pendekatan kolaboratif dan nilai sosial. Sejalan dengan itu, studi lain menegaskan bahwa nilai-nilai sosial seperti kerjasama, disiplin, toleransi, dan tanggung jawab memiliki kontribusi signifikan terhadap hasil belajar dan perilaku sosial siswa. Dalam konteks global, program pendidikan jasmani berbasis domain afektif juga terbukti meningkatkan *fair play*, kontrol emosi, hubungan sosial, dan nilai moral peserta didik. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa PJOK merupakan mata pelajaran yang ideal untuk mengintegrasikan nilai sosial dan membentuk perilaku prososial siswa.

Meskipun berbagai studi menunjukkan efektivitas integrasi perilaku sosial dalam PJOK, masih terdapat sejumlah kelemahan dan celah penelitian yang perlu diatasi. Banyak penelitian terdahulu masih menggunakan desain PTK atau korelasional sehingga belum memberikan bukti kausal yang kuat terkait efektivitas model pembelajaran tertentu. Selain itu, belum tersedia instrumen penilaian afektif yang baku dan komprehensif yang dapat digunakan guru untuk menilai perilaku sosial siswa secara objektif. Penerapan strategi *Social Emotional Learning (SEL)* dalam konteks PJOK juga belum banyak diteliti secara spesifik, meskipun penelitian seperti RAP Club menunjukkan potensi besar dalam meningkatkan regulasi emosi dan perilaku prososial. Pendekatan *Positive Youth Development (PYD)* dan strategi minimisasi *moral disengagement* dalam pendidikan jasmani pun terbukti meningkatkan hubungan sosial dan perilaku prososial **, tetapi penelitian yang menguji penerapannya langsung dalam PJOK masih sangat terbatas. Selain itu, penelitian mengenai peran guru masih minim, padahal literatur menunjukkan bahwa guru PJOK sering tidak memiliki pedoman teknis, pelatihan, maupun instrumen evaluasi yang memadai untuk mengintegrasikan aspek personal dan sosial dalam pembelajaran. Penelitian lokal juga menegaskan bahwa gaya mengajar dan kualitas interaksi guru-siswa berpengaruh besar terhadap perkembangan

perilaku sosial siswa. Celah-celah inilah yang membuat penelitian mengenai integrasi perilaku sosial dalam PJOK menjadi penting dan relevan.

Berdasarkan latar belakang dan celah penelitian tersebut, penelitian ini diarahkan untuk menjawab beberapa pertanyaan utama: (1) bagaimana integrasi perilaku sosial dapat diterapkan secara efektif dalam pembelajaran PJOK; (2) model pembelajaran apa yang paling berpengaruh terhadap peningkatan perilaku sosial siswa; dan (3) bagaimana peran guru serta lingkungan belajar mempengaruhi keberhasilan integrasi perilaku sosial dalam PJOK. Dari kondisi tersebut, tesis sementara penelitian ini menyatakan bahwa pembelajaran PJOK yang dirancang secara kolaboratif melalui integrasi nilai sosial, domain afektif, serta strategi *Social Emotional Learning*, dan didukung oleh kompetensi pedagogis guru yang memadai, mampu meningkatkan perilaku sosial siswa secara signifikan. Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan untuk menyediakan landasan empiris, model pembelajaran yang sistematis, dan instrumen penilaian yang terukur, sehingga pembelajaran PJOK dapat berfungsi optimal dalam membentuk kompetensi sosial peserta didik dan mendukung pencapaian profil pelajar Pancasila.

Penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) dalam beberapa aspek. Pertama, penelitian ini mengintegrasikan pendekatan *Social Emotional Learning* (SEL) ke dalam pembelajaran PJOK secara sistematis, yang masih jarang dikaji dalam konteks pendidikan jasmani di Indonesia. Kedua, penelitian ini tidak hanya menguji efektivitas model pembelajaran, tetapi juga mengembangkan kerangka penilaian perilaku sosial berbasis domain afektif yang lebih terstruktur dan aplikatif bagi guru. Ketiga, penelitian ini menempatkan peran guru sebagai variabel kunci dalam keberhasilan integrasi perilaku sosial, yang selama ini masih kurang mendapat perhatian dalam penelitian sebelumnya. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru baik secara konseptual maupun praktis dalam pengembangan pembelajaran PJOK berbasis perilaku sosial.

KAJIAN TEORI

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) tidak hanya berorientasi pada pengembangan kemampuan fisik, tetapi juga memiliki peran penting dalam membentuk aspek afektif dan sosial peserta didik. Dalam perspektif pedagogis, PJOK merupakan konteks pembelajaran yang kaya akan interaksi sosial karena melibatkan aktivitas kelompok, kerja sama tim, serta komunikasi interpersonal. Melalui aktivitas tersebut, siswa memiliki kesempatan untuk mengembangkan perilaku sosial seperti kerjasama, empati, tanggung jawab, dan sportivitas. Oleh karena itu, integrasi nilai-nilai sosial dalam PJOK menjadi bagian penting dalam mencapai tujuan pendidikan yang holistik.

Salah satu pendekatan yang banyak digunakan dalam mengembangkan perilaku sosial dalam PJOK adalah model Cooperative Learning. Model ini menekankan kerja sama antar siswa dalam kelompok kecil untuk mencapai tujuan bersama, sehingga mendorong interaksi positif dan saling ketergantungan. *Cooperative Learning* terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa, seperti komunikasi, kolaborasi, serta kemampuan menyelesaikan konflik. Selain itu, pendekatan ini juga relevan untuk berbagai karakteristik peserta didik, termasuk siswa berkebutuhan khusus, karena memberikan ruang partisipasi yang setara dalam proses pembelajaran.

Selain *Cooperative Learning*, pendekatan berbasis domain afektif juga menjadi landasan penting dalam pembelajaran PJOK. Domain afektif mencakup sikap, nilai, emosi, dan moral yang berperan dalam membentuk perilaku sosial siswa. Pendidikan jasmani yang mengintegrasikan domain ini dapat mendorong perkembangan nilai-nilai seperti disiplin, toleransi, dan tanggung jawab, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap pembentukan karakter dan perilaku prososial. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa pembelajaran yang efektif tidak hanya menekankan aspek kognitif dan psikomotor, tetapi juga aspek afektif sebagai bagian integral dari proses pendidikan (Hastie & Casey, 2014).

Dalam konteks yang lebih luas, *Social Emotional Learning* (SEL) menjadi pendekatan yang semakin relevan dalam mendukung pengembangan perilaku sosial siswa. SEL berfokus pada pengembangan kompetensi seperti kesadaran diri, pengelolaan emosi, keterampilan hubungan sosial, serta pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Penerapan SEL dalam PJOK dapat dilakukan melalui aktivitas yang mendorong refleksi diri, kerja sama, serta pengelolaan emosi dalam situasi kompetitif maupun kooperatif. Dengan demikian, integrasi SEL dalam PJOK berpotensi memperkuat perilaku prososial siswa secara berkelanjutan.

Selain itu, pendekatan *Positive Youth Development* (PYD) juga memberikan kerangka konseptual dalam mengembangkan potensi sosial peserta didik melalui pengalaman belajar yang positif dan bermakna. PYD menekankan pentingnya menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan karakter, hubungan sosial yang sehat, serta keterlibatan aktif siswa. Dalam PJOK, pendekatan ini dapat diwujudkan melalui aktivitas yang menumbuhkan rasa percaya diri, kepedulian, dan tanggung jawab sosial.

Keberhasilan integrasi perilaku sosial dalam PJOK juga sangat dipengaruhi oleh peran guru. Guru tidak hanya berfungsi sebagai fasilitator pembelajaran, tetapi juga sebagai model perilaku sosial bagi siswa. Kompetensi pedagogis guru dalam merancang pembelajaran, mengelola kelas, serta mengevaluasi aspek afektif menjadi faktor kunci dalam mencapai tujuan pembelajaran sosial. Guru yang mampu menciptakan lingkungan belajar yang inklusif, suportif, dan kolaboratif akan lebih efektif dalam mengembangkan perilaku sosial siswa (Bailey, 2006).

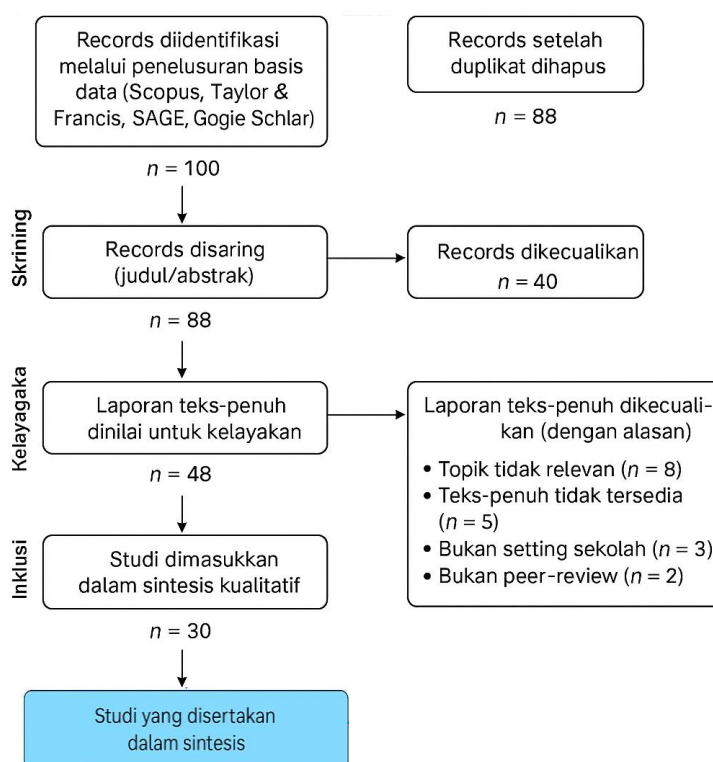
Dengan demikian, kajian teori ini menegaskan bahwa integrasi perilaku sosial dalam PJOK memerlukan pendekatan yang komprehensif, meliputi penggunaan model pembelajaran yang tepat, penguatan domain afektif, penerapan strategi SEL dan PYD, serta dukungan kompetensi guru yang memadai. Sinergi antara komponen-komponen tersebut diharapkan mampu menghasilkan pembelajaran PJOK yang tidak hanya meningkatkan kemampuan fisik, tetapi juga membentuk karakter dan perilaku sosial peserta didik secara optimal.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan tinjauan pustaka naratif dengan proses seleksi multi-tahap yang dirancang untuk memperoleh artikel yang paling relevan dan berkualitas terkait integrasi perilaku sosial dalam pembelajaran PJOK, dengan fokus khusus pada tema *cooperative learning*, *nilai sosial*, *domain afektif*, *keterampilan sosial*, serta *pembelajaran sosial-emosional (SEL)* dalam konteks pendidikan jasmani. Strategi pencarian literatur dilakukan pada basis data internasional bereputasi—Scopus, Taylor & Francis, SAGE Journals, serta Google Scholar (difilter pada jurnal yang terindeks SINTA)—menggunakan kata kunci

seperti “*physical education*”, “*social behaviour*”, “*social skills*”, “*social development*”, “*cooperative learning*”, “*values education*”, “*SEL*”, “*moral development*”, dan padanannya dalam bahasa Indonesia.

Melalui proses pencarian tersebut, diperoleh 100 artikel awal yang berpotensi sesuai dengan topik penelitian. Seluruh artikel kemudian dikompilasi dalam manajer referensi untuk menjalani deduplikasi, menghasilkan 88 artikel unik. Tahap berikutnya adalah skrining judul dan abstrak dengan mempertimbangkan kesesuaian topik—khususnya artikel yang membahas pengembangan perilaku sosial melalui desain pembelajaran PJOK seperti *cooperative learning*, integrasi nilai sosial, domain afektif, intervensi SEL, serta peran guru dalam mengembangkan *personal and social development (PSD)*—dan sebanyak 40 artikel dieliminasi pada tahap ini karena tidak relevan, misalnya hanya membahas aspek psikomotor tanpa aspek sosial, atau tidak menyinggung model pembelajaran. Selanjutnya, 48 artikel *full-text* dianalisis lebih dalam untuk memastikan relevansi substantif, ketersediaan data empiris, konteks pendidikan sekolah, serta kesesuaian dengan fokus topik utama. Pada tahap ini, 18 artikel dikeluarkan karena topik tidak sesuai, tidak tersedia *full-text*, tidak berbasis pembelajaran jasmani, atau tidak memenuhi syarat peer-review. Dengan demikian, 30 artikel yang benar-benar fokus pada integrasi perilaku sosial dalam pembelajaran PJOK dipilih untuk sintesis naratif tematik, mencakup tema besar seperti efektivitas cooperative learning, pengembangan domain afektif, internalisasi nilai sosial, penerapan SEL, dan peran guru dalam memfasilitasi perilaku sosial. Proses seleksi ini kemudian divisualisasikan secara sistematis melalui diagram PRISMA, yang menunjukkan tahapan identifikasi, skrining, kelayakan, dan inklusi artikel secara transparan dan berurutan.



Gambar 1. Diagram Prisma

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini diperoleh melalui telaah terhadap 15 artikel utama yang telah melewati proses seleksi multi-tahap. Artikel-artikel tersebut memberikan gambaran komprehensif mengenai peran pendidikan jasmani dalam pembentukan karakter, pengaruh motivasi dan body image terhadap partisipasi, serta tantangan pedagogis dalam implementasi PJOK. Untuk memudahkan pemahaman, temuan utama literatur disajikan dalam Tabel 1 berikut.

Tabel 1.
Ringkasan Temuan Literatur Utama

No	Penulis (Tahun)	Judul	Metode & Sampel	Temuan Utama
1	(Sofiarini et al., 2020)	Integrasi Perilaku Sosial dalam Pembelajaran PJOK	Pretest–posttest control group; SMA; n=60	Integrasi perilaku sosial (kerjasama, komunikasi, kontrol diri) meningkatkan perilaku sosial hingga 89% dibanding kontrol.
2	(Subekti et al., 2024)	Integrasi Nilai Sosial dalam Pembelajaran PJOK	Eksperimen ; dua kelompok	Nilai sosial (toleransi, tanggung jawab, kerjasama) berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar fisik.
3	(Sofiarini, 2016)	Hubungan Pembelajaran Penjas dengan Perilaku Sosial Siswa	Survei; SMA; n=60	Pembelajaran PJOK berkorelasi sangat kuat dengan perilaku sosial siswa ($r=0.86$).
4	(Bjørke & Mordal Moen, 2020)	Cooperative learning di PE — studi perjalanan belajar 24 pertemuan	Observasi / intervensi; sesi 24 pertemuan	Model kooperatif meningkatkan interaksi sosial, komunikasi, dan tanggung jawab siswa.
5	(Hsu et al., 2022)	Integrating moral-disengagement minimization into teaching personal & social development (PE)	Intervensi; siswa sekolah	Mengurangi moral disengagement, meningkatkan perilaku prososial di kelas PE.
6	(Gil-Madrona et al., 2016)	Acquisition & transfer of values and social skills through a PE program (affective)	Intervensi; 274 siswa (11–13 th)	Meningkatkan fair play, kontrol emosi, hubungan sosial, dan enjoyment siswa.
7	(Lee et al., 2022)	Using cooperative physical activities in inclusive settings to enhance social interactions for preschoolers with ASD	Multiple-baseline design; 3 anak (4–5 th)	Kooperatif meningkatkan frekuensi interaksi sosial dalam PE & saat free play.
8	(Codina-Lorente et al., 2025)	Influence of self-perceived affection on school performance (primary students)	Survei; SD	Afeksi & interaksi sosial berkorelasi positif dengan prestasi akademik — relevansi untuk SEL.
9	(Opstoel et al., 2022)	PE teachers' perceptions & operationalisations of personal & social development	Survei & kualitatif guru PE	Guru memandang PSD (personal & social development) sebagai tujuan penting PJOK, namun butuh panduan implementasi.

10	(Donovan et al., 2025)	Positive Youth Development interventions — systematic review	Systematic review; 14 studi (usia 10–24)	Intervensi PYD memperkuat keterampilan sosial, kepercayaan diri, dan keterlibatan sosial.
11	(Mendelson et al., 2025)	Positive impacts of a universal trauma-informed intervention (RAP Club)	Cluster RCT; 29 sekolah; n=644 siswa kelas 8	Penurunan gejala PTSD, depresi, kecemasan; perbaikan perilaku sosial & kesejahteraan.
12	(Zanuttini & Little, 2022)	Teaching social skill acquisition to adolescent students with autism: PMII review	Systematic review (2010–2020); sekolah	Peer-mediated instruction (PMII) meningkatkan interaksi sosial & komunikasi di sekolah.
13	(Potgieter et al., 2025)	Teaching, learning and assessment of the affective domain (scoping review)	Scoping review; 20 studi across disciplines	Menekankan perlunya integrasi domain afektif (nilai & keterampilan sosial) ke kurikulum.
14	(Salamuddin & Harun, 2010)	Facilitating the process of learning social skills	Konseptual / konferensi	Menawarkan model pembelajaran keterampilan sosial yang dapat diadaptasi ke PJOK.
15	(Akarsu, 2025)	Investigating outdoor learning experiences & social outcomes	Mixed methods sekolah	Outdoor learning meningkatkan kerjasama, kolaborasi, dan keterampilan sosial siswa.

Pembelajaran berbasis *Cooperative Learning* (CL) muncul sebagai pendekatan paling kuat dalam membentuk perilaku sosial siswa pada pembelajaran PJOK. Model ini menekankan kerja kelompok, ketergantungan positif, dan interaksi intensif antar siswa sehingga memungkinkan siswa mempraktikkan keterampilan sosial secara langsung. Penelitian (Bjørke & Moen, 2020) menunjukkan bahwa selama 24 pertemuan, siswa mengalami peningkatan konsisten dalam kemampuan komunikasi, kerjasama, tanggung jawab kelompok, serta regulasi diri. Guru melaporkan peningkatan kualitas interaksi dan partisipasi siswa ketika pembelajaran difokuskan pada aktivitas kooperatif, bukan kompetitif.

Dukungan tambahan datang dari studi yang melibatkan anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD), di mana aktivitas fisik berbasis CL meningkatkan frekuensi interaksi sosial secara signifikan, baik dalam sesi PJOK maupun sesi free-play. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran kooperatif efektif bahkan untuk kelompok yang memiliki hambatan sosial yang kompleks. Temuan serupa juga muncul dalam konteks Indonesia. Studi (Sofiarini et al., 2020) menunjukkan bahwa pembelajaran dengan pendekatan kooperatif dan integrasi perilaku sosial dapat meningkatkan perilaku sosial siswa hingga 89% lebih tinggi dibanding kelas kontrol.

Integrasi nilai sosial dan domain afektif menjadi aspek penting dalam pembelajaran PJOK karena keduanya secara langsung mempengaruhi perkembangan perilaku sosial siswa. Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa pembelajaran yang memasukkan nilai-nilai sosial seperti toleransi, tanggung jawab, disiplin, dan kerjasama mampu meningkatkan hasil belajar fisik sekaligus perilaku sosial siswa. Studi (Subekti et al., 2024) membuktikan bahwa nilai-nilai sosial yang diajarkan melalui aktivitas jasmani secara signifikan meningkatkan kompetensi

fisik dan nonfisik siswa. Demikian juga, penelitian tersebut menemukan bahwa integrasi perilaku sosial secara eksplisit dapat meningkatkan skor perilaku sosial siswa hingga 89% dibanding kelompok kontrol, menunjukkan betapa kuatnya efek integrasi nilai dalam PJOK.

Pada tingkat global, penelitian (Gil-Madrona et al., 2016) memperluas pemahaman ini dengan menunjukkan bahwa program PE berbasis domain afektif mampu meningkatkan fair play, kontrol emosi, hubungan sosial, dan nilai moral siswa usia 11–13 tahun. Program tersebut menekankan bahwa pembelajaran nilai tidak dapat terjadi secara otomatis melalui aktivitas fisik; tetapi memerlukan strategi penyampaian yang terstruktur melalui refleksi, diskusi nilai, dan role modeling guru.

Pandangan ini diperkuat oleh *scoping review* (Potgieter et al., 2025) yang menyatakan bahwa integrasi domain afektif, termasuk nilai moral dan keterampilan sosial, menjadi kebutuhan mendesak dalam pembelajaran modern. Namun, mereka menekankan adanya kesenjangan dalam penerapan karena guru masih kekurangan panduan dan instrumen penilaian afektif yang jelas.

Dengan demikian, integrasi nilai sosial dan domain afektif bukan hanya pelengkap aktivitas jasmani, melainkan komponen inti untuk membentuk perilaku sosial siswa. PJOK menjadi ruang ideal karena aktivitas fisik menyediakan konteks alami untuk mempraktikkan nilai, interaksi, dan karakter secara langsung.

Pembelajaran berbasis *Social Emotional Learning* (SEL) memberikan landasan penting dalam pembentukan perilaku sosial siswa dalam aktivitas pendidikan jasmani. Strategi SEL berfokus pada lima kompetensi inti—kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, keterampilan hubungan, serta pengambilan keputusan bertanggung jawab—yang semuanya sangat relevan dalam lingkungan pembelajaran PJOK yang penuh dengan interaksi fisik dan kolaborasi. Beberapa studi menunjukkan bahwa SEL dapat meningkatkan hubungan sosial, komunikasi interpersonal, dan stabilitas emosional siswa.

Salah satu studi paling kuat adalah program RAP Club, sebuah intervensi trauma-informed yang melibatkan 644 siswa dalam desain RCT. Program ini terbukti menurunkan depresi, kecemasan, serta meningkatkan perilaku sosial dan kemampuan mengelola emosi. Meskipun tidak secara khusus diterapkan dalam PJOK, penelitian ini menegaskan bahwa intervensi sosial-emosional mampu memperkuat perilaku sosial siswa di berbagai konteks pembelajaran.

Pendekatan *Positive Youth Development* (PYD) juga memberikan kontribusi besar terhadap tema ini. Tinjauan sistematis PYD menunjukkan bahwa intervensi ini berhasil meningkatkan keterampilan hubungan sosial, rasa percaya diri, dan kemampuan komunikasi siswa usia 10–24 tahun—semua kompetensi yang diperlukan dalam aktivitas olahraga dan kerja tim.

Lebih jauh, studi (Hsu et al., 2022) menunjukkan bahwa strategi moral disengagement minimization dalam pembelajaran PE secara efektif menurunkan perilaku negatif dan meningkatkan perilaku prososial siswa selama aktivitas fisik. Studi outdoor learning juga memperlihatkan peningkatan kolaborasi, kerjasama, dan rasa tanggung jawab siswa sebagai hasil dari pengalaman belajar berbasis lingkungan terbuka. Keseluruhan literatur menunjukkan bahwa pembelajaran SEL dapat diintegrasikan dengan sangat baik dalam PJOK melalui aktivitas berbasis refleksi, diskusi nilai, permainan kolaboratif, serta instruksi eksplisit tentang pengelolaan emosi dan interaksi sosial.

Guru merupakan aktor sentral dalam integrasi perilaku sosial dalam pembelajaran PJOK. Berbagai literatur menunjukkan bahwa keberhasilan pembentukan perilaku sosial siswa sangat dipengaruhi oleh cara guru merancang aktivitas, memberikan umpan balik sosial, serta menciptakan lingkungan belajar yang inklusif. Studi (Opstoel et al., 2022) menunjukkan bahwa guru PJOK memahami pentingnya *personal and social development* (PSD) dalam tujuan kurikulum. Namun, sebagian besar guru mengaku tidak memiliki pedoman teknis, instrumen penilaian, dan pelatihan yang memadai untuk mengintegrasikan PSD secara sistematis.

Di Indonesia, penelitian pada SMAN 4 Kupang menunjukkan bahwa perilaku sosial siswa dipengaruhi secara signifikan oleh kualitas interaksi guru dan gaya mengajar dalam aktivitas PJOK. Guru yang memberikan arahan jelas, kesempatan partisipasi yang adil, serta iklim kelas yang suportif mampu meningkatkan perilaku sosial seperti kerjasama dan kedisiplinan.

Namun, berbagai tantangan juga teridentifikasi. Guru sering menghadapi keterbatasan seperti waktu pembelajaran yang singkat, fasilitas yang kurang memadai, ukuran kelas besar, serta keterbatasan instrumen evaluasi afektif. Scoping review (Potgieter et al., 2025) mengungkap bahwa salah satu hambatan terbesar dalam pengembangan PSD adalah kurangnya sistem asesmen afektif yang bisa digunakan guru untuk menilai perilaku sosial secara objektif.

PEMBAHASAN

Hasil analisis terhadap berbagai literatur menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK memiliki potensi besar sebagai sarana pengembangan perilaku sosial siswa. Implikasi utama yang muncul adalah bahwa pembelajaran PJOK tidak boleh lagi dipandang hanya sebagai pendidikan fisik yang berorientasi pada keterampilan motorik, tetapi harus berkembang sebagai wahana pembentukan karakter dan perilaku sosial siswa. Integrasi perilaku sosial melalui aktivitas fisik, permainan kelompok, dan model pembelajaran seperti *cooperative learning* memberikan kontribusi signifikan terhadap kemampuan kerjasama, komunikasi, tanggung jawab, dan empati siswa. Guru PJOK memegang peran sentral dalam proses ini, karena kualitas interaksi, arahan pedagogis, dan umpan balik sosial yang diberikan guru secara langsung memengaruhi perkembangan perilaku sosial siswa. Selain itu, sekolah perlu menyediakan lingkungan yang mendukung, termasuk sarana pendukung pembelajaran kooperatif dan waktu pembelajaran yang memadai. Dari perspektif teoritis, temuan penelitian memperkuat posisi PJOK sebagai ranah pendidikan yang holistik karena secara simultan mengembangkan domain psikomotor, kognitif, sosial, dan afektif. Dengan demikian, implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa integrasi perilaku sosial dalam PJOK tidak hanya meningkatkan kompetensi sosial siswa, tetapi juga dapat memperkaya kualitas pembelajaran secara keseluruhan.

Berdasarkan implikasi dan temuan literatur, beberapa rekomendasi penting dapat diajukan untuk meningkatkan efektivitas integrasi perilaku sosial dalam pembelajaran PJOK. Guru disarankan untuk lebih sering menerapkan model pembelajaran berbasis kolaborasi, seperti *cooperative learning*, karena model ini terbukti meningkatkan interaksi positif dan keterampilan sosial siswa. Guru juga perlu memberikan refleksi sosial setelah aktivitas fisik agar siswa dapat memahami nilai-nilai yang muncul selama proses berinteraksi, seperti menghargai lawan,

menyelesaikan konflik secara sehat, dan bekerja sama dalam kelompok. Sekolah perlu mendukung guru melalui pelatihan tentang integrasi domain afektif serta menyediakan instrumen penilaian perilaku sosial yang valid dan reliabel mengingat penilaian afektif saat ini masih menjadi tantangan. Peneliti dan akademisi juga disarankan untuk mengembangkan model pembelajaran baru yang tidak hanya mengintegrasikan perilaku sosial, namun juga menanamkan aspek regulasi emosi dan komunikasi interpersonal. Selain itu, penggunaan pendekatan pembelajaran luar ruang (*outdoor learning*) juga layak diperluas karena telah terbukti mendukung perkembangan sosial siswa. Secara keseluruhan, rekomendasi ini diarahkan pada upaya meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK sebagai media pendidikan sosial yang efektif.

Analisis literatur mengungkapkan adanya sejumlah celah penelitian yang penting untuk diperhatikan dalam studi lanjutan mengenai integrasi perilaku sosial dalam pembelajaran PJOK. Sebagian besar penelitian yang ada masih didominasi oleh desain PTK dan studi korelasional sehingga bukti empiris dengan desain eksperimen yang lebih kuat masih sangat terbatas. Selain itu, hampir tidak ada penelitian yang mengembangkan instrumen penilaian afektif yang terstandar dan dapat digunakan guru untuk menilai perilaku sosial siswa secara objektif selama pembelajaran PJOK. Peran guru dalam implementasi integrasi perilaku sosial juga belum banyak diteliti secara mendalam, padahal literatur menunjukkan bahwa gaya mengajar dan kualitas hubungan guru-siswa sangat menentukan keberhasilan program. Di samping itu, pendekatan *Social Emotional Learning* (SEL) memang terbukti efektif, namun penerapannya dalam konteks PJOK secara spesifik masih sangat jarang diteliti. Minimnya penelitian longitudinal juga menjadi kelemahan besar karena perkembangan perilaku sosial merupakan proses jangka panjang yang tidak dapat diukur hanya dalam beberapa minggu. Terakhir, perbedaan efektivitas integrasi perilaku sosial pada jenjang SD, SMP, dan SMA belum banyak dikaji, padahal setiap kelompok usia memiliki tahapan perkembangan sosial yang berbeda. Semua celah ini memberikan peluang besar bagi peneliti berikutnya untuk menghasilkan studi yang lebih mendalam, komprehensif, dan berkontribusi nyata pada pengembangan pembelajaran PJOK.

SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk memahami peran pendidikan jasmani dalam membentuk karakter, meningkatkan motivasi, serta mengidentifikasi tantangan implementasi pembelajaran PJOK berdasarkan hasil telaah sistematis terhadap 15 artikel terpilih. Berdasarkan hasil analisis literatur, pembelajaran PJOK menunjukkan kapasitas yang signifikan sebagai wahana pengembangan perilaku sosial peserta didik, tidak hanya sebagai sarana pembinaan keterampilan fisik. Integrasi perilaku sosial terbukti lebih efektif apabila diterapkan melalui pendekatan pembelajaran kolaboratif, khususnya *Cooperative Learning*, yang berkontribusi pada peningkatan kemampuan kerjasama, komunikasi, serta interaksi sosial positif antar siswa. Selain itu, pengintegrasian nilai-nilai sosial dan ranah afektif secara terencana juga memberikan dampak penting terhadap perkembangan karakter, hubungan interpersonal, dan sikap sosial peserta didik dalam konteks pembelajaran jasmani. Strategi *Social Emotional Learning* (SEL) dan intervensi yang menitikberatkan pada regulasi emosi turut memperkuat perilaku prososial, meskipun penerapannya di bidang PJOK masih relatif terbatas. Kualitas integrasi

perilaku sosial tersebut sangat dipengaruhi oleh kompetensi pedagogis guru, pola interaksi guru–siswa, serta lingkungan belajar yang kondusif. Meski demikian, kajian sebelumnya menunjukkan adanya keterbatasan pada desain penelitian, ketiadaan instrumen penilaian afektif yang baku, serta kurangnya penelitian mendalam mengenai peran guru dan implementasi SEL secara langsung dalam pembelajaran PJOK. Secara keseluruhan, integrasi perilaku sosial dalam PJOK terbukti relevan dan memiliki kontribusi besar terhadap peningkatan kualitas proses dan hasil pendidikan, sehingga perlu dikembangkan melalui pendekatan yang lebih sistematis, terukur, dan berorientasi pada penguatan kompetensi sosial peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Akarsu, A. H. (2025). Beyond the walls: Investigating outdoor learning experiences of social studies teacher candidates in Türkiye. *Teaching and Teacher Education, 154*, 104876. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2024.104876>
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health, 76*(8), 397–401.
- Bjørke, L., & Moen, K. M. (2020). Cooperative learning in physical education: A study of students' learning journey over 24 lessons. *Physical Education and Sport Pedagogy, 25*(6), 600–612. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1761955>
- Codina-Lorente, M. del P., Gil-Madrona, P., Gómez-Ramos, J. L., Simón-Piqueras, J. Á., & Gómez Barreto, I. M. (2025). Influence of self-perceived affection on school performance by primary education students. *SAGE Open, 15*(3), 1–14. <https://doi.org/10.1177/21582440251358555>
- Donovan, A., Azer, J., Idrees, S., Lassi, Z., Nisa, S., & Meherali, S. (2025). Positive youth development interventions: A systematic review. *Journal of Adolescent Health, 77*(6), 1027–1037. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2025.04.022>
- Gil-Madrona, P., Samalot-Rivera, A., & Kozub, F. M. (2016). Acquisition and transfer of values and social skills through a physical education program focused in the affective domain. *Motricidade, 12*(3), 32–38. <https://doi.org/10.6063/motricidade.6502>
- Hastie, P. A., & Casey, A. (2014). Fidelity in models-based practice research in sport pedagogy: A guide for future investigations. *Journal of Teaching in Physical Education, 33*(3), 422–431.
- Hsu, W. T., Pan, M., Shang, I. W., & Hsiao, C. H. (2022). The influence of integrating moral disengagement minimization strategies into teaching personal and social responsibility on student positive and misbehaviors in physical education. *SAGE Open, 12*(4), 1–11. <https://doi.org/10.1177/21582440221143359>
- Lee, G. T., He, L., & Xu, S. (2022). Using cooperative physical activities in inclusive settings to enhance social interactions for preschoolers with autism spectrum disorder in China. *Journal of Positive Behavior Interventions, 24*(3), 236–249. <https://doi.org/10.1177/10983007211035135>
- Mendelson, T., Clary, L. K., Musci, R. J., Sheridan, S., Webb, L., Sibinga, E., Mmari, K., Welna, A., & Ialongo, N. (2025). Positive impacts of a universal trauma-informed intervention on student mental health: The Project POWER trial. *Journal of School Psychology, 112*, 101469. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2025.101469>

- Opstoel, K., Prins, F., Jacobs, F., Haerens, L., van Tartwijk, J., & De Martelaer, K. (2022). Physical education teachers' perceptions and operationalisations of personal and social development goals in primary education. *European Physical Education Review*, 28(4), 968–984. <https://doi.org/10.1177/1356336X221102300>
- Potgieter, M. L., Filmalter, C., & Maree, C. (2025). Teaching, learning and assessment of the affective domain of undergraduate students: A scoping review. *Nurse Education in Practice*, 86, 104417. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2025.104417>
- Salamuddin, N., & Harun, M. T. (2010). Facilitating the process of learning social skills through humanistic physical education. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 9, 223–227. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.140>
- Sofiarini, A. M. (2016). Hubungan antara pembelajaran penjas dengan perilaku sosial siswa (studi deskriptif di SMA Negeri 10 Kota Bandung). *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(1), 68. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v1i1.3665>
- Sofiarini, A. M., Kusmaedi, N., & Ma'mun, A. (2020). Integrasi perilaku sosial dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 20(1), 1–10. <https://doi.org/10.17509/jpp.v20i1.24548>
- Subekti, N., Mulyadi, A., & Mulyadi, D. Y. N. (2024). Integrasi nilai sosial dalam pendidikan jasmani dan olahraga: Eksplorasi strategi dan hasil yang dicapai. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 8(1), 105–117.
- Zanuttini, J. Z., & Little, C. (2022). Teaching social skill acquisition to adolescent students with autism: A systematic review of peer-mediated interventions published between 2010 and 2020. *International Journal of Educational Research Open*, 3, 100192. <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2022.100192>