



## Efektivitas pembelajaran berbasis permainan terhadap hasil belajar pendidikan jasmani

Rizkei Kurniawan<sup>1\*</sup>, Yavi Velyan Mahyudi<sup>2</sup>, Andrew Rinaldi Sinulingga<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Samudra, Indonesia

<sup>2</sup> Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

<sup>3</sup> Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau, Indonesia

\*Corresponding Author. Email: [rizkei@unsam.ac.id](mailto:rizkei@unsam.ac.id)

Received: 11 Juni 2025; Revised: 12 November 2025; Accepted: 28 November 2025

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pembelajaran berbasis permainan terhadap hasil belajar pendidikan jasmani siswa sekolah dasar. Penelitian menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Sampel penelitian adalah 20 siswa kelas V SD Negeri Paya Bili Dua. Pengumpulan data menggunakan instrumen berupa tes hasil belajar (pretest dan posttest), lembar observasi, serta validasi ahli. Efektivitas pembelajaran diuji menggunakan analisis N-Gain untuk melihat peningkatan skor hasil belajar siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nilai pretest siswa adalah 58,4 dan meningkat menjadi 91,2 pada posttest. Nilai N-Gain sebesar 0,79 atau 79,3% yang tergolong dalam kategori tinggi dan dinilai efektif. Model pembelajaran yang dikembangkan berupa permainan bola keranjang yang dikemas untuk meningkatkan keterampilan lari jarak pendek secara aktif dan menyenangkan. Validasi dari tiga ahli menyatakan bahwa model sangat layak digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan demikian, pembelajaran berbasis permainan efektif diterapkan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi atletik, khususnya nomor lari jarak pendek.

**Kata Kunci:** Pembelajaran berbasis permainan, Hasil belajar, Pendidikan jasmani.

**Abstract:** This study aimed to determine the effectiveness of game-based learning on elementary school students' physical education learning outcomes. The research employed a quantitative approach. The subjects were 20 fifth-grade students from SD Negeri Paya Bili Dua. Data were collected through pretest-posttest learning outcome tests, observation sheets, and expert validation. The effectiveness was measured using N-Gain analysis to evaluate students' improvement. The results showed that the average pretest score was 58.4 and the posttest average increased to 91.2. The N-Gain score reached 0.79 or 79.3%, categorized as high and considered effective. The developed game model, which utilized basketball-based activities, was designed to improve sprint skills in an engaging and active way. Validation from three experts confirmed the model's feasibility for use in physical education. Therefore, game-based learning is proven to be effective in enhancing student learning outcomes in athletics, particularly in sprinting.

**Keywords:** Game-based learning, Learning outcomes, Physical education

**How to Cite:** Kurniawan, R., Mahyudi, Y. V., & Sinulingga, A. R. (2025). Efektivitas pembelajaran berbasis permainan terhadap hasil belajar pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 21(2), 196-204. <https://doi.org/10.21831/jpji.v21i2.86683>



## PENDAHULUAN

Pendidikan adalah proses pembelajaran yang mencakup pengetahuan, keterampilan, dan kebiasaan suatu kelompok yang diwariskan dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui kegiatan mengajar, melatih, atau meneliti. Pelaksanaannya umumnya dibimbing oleh orang lain, namun dapat pula dilakukan secara mandiri (Mustafa & Dwiyogo, 2020). Pendidikan jasmani memiliki peran strategis dalam pembentukan karakter dan pengembangan kompetensi siswa secara menyeluruh, baik dari segi fisik, mental, sosial, maupun emosional. Hal ini di tambahkan pendapat dari Butarbutar et al., (2024) yang menyatakan pendidikan jasmani bukan hanya berfokus pada peningkatan kebugaran tubuh, tetapi juga bertujuan mengasah kemampuan motorik, membentuk karakter, serta menanamkan nilai-nilai sosial seperti kerja sama, tanggung jawab, dan sikap sportivitas. Melalui aktivitas fisik dan olahraga, siswa diajak untuk memahami pentingnya gaya hidup sehat serta mengembangkan keterampilan motorik dasar yang menjadi fondasi bagi berbagai



aktivitas fisik lainnya (Hakim & Ishak, 2025). Selain itu pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang berperan signifikan dalam menunjang perkembangan fisik maupun mental peserta didik. Namun, dalam pelaksanaannya, tingkat partisipasi siswa sering menghadapi berbagai hambatan, seperti rendahnya motivasi, kurangnya minat, serta minimnya keterlibatan aktif dalam aktivitas fisik (Kusuma & Dharma, 2024). Pendidikan jasmani memiliki hubungan yang kuat dengan aktivitas fisik, di mana rutinitas melakukan aktivitas fisik secara teratur dapat memberikan manfaat yang sangat besar bagi kesehatan (Hambali et al., 2021).

Iswanto & Widayati, (2021) menyatakan kegiatan pembelajaran yang efektif dalam pendidikan jasmani seyogyanya mampu mengembangkan keterampilan gerak dasar, meningkatkan kebugaran jasmani, serta membentuk sikap sportif dan kerja sama. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa proses pembelajaran pendidikan jasmani sering kali masih bersifat monoton, berorientasi pada instruksi guru, dan minim inovasi (Siedentop, 2011). Selain itu, dalam pelaksanaan pembelajaran teknik dasar olahraga, kerap muncul hambatan terkait penyampaian materi yang menekankan keterampilan motorik dan memerlukan visualisasi gerak yang akurat. Metode pembelajaran konvensional yang hanya mengandalkan penjelasan verbal serta demonstrasi langsung sering kali kurang optimal dalam membantu siswa benar-benar memahami dan menirukan teknik gerak dengan tepat (Syafruddin et al., 2024).

Hasil observasi awal di SD Negeri Paya Bili Dua menunjukkan bahwa guru menggunakan pendekatan konvensional tanpa variasi metode yang mampu menarik minat siswa. Akibatnya, siswa cenderung pasif dan kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran, terutama pada materi atletik seperti lari jarak pendek. Hal ini berdampak pada rendahnya hasil belajar siswa, baik dari aspek kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Astuti & Retnawati (2017) menyatakan bahwa keberhasilan pembelajaran sangat ditentukan oleh kesesuaian metode dengan karakteristik peserta didik dan materi ajar. Dalam pembelajaran ketepatan menentukan metode atau model pembelajaran sangat mempengaruhi hasil belajar dan motivasi peserta didik (Rachman & Kartiko, 2021). Selain itu siswa pada jenjang sekolah dasar memerlukan pendekatan pembelajaran yang kontekstual, menyenangkan, serta mampu menantang kemampuan intelektual mereka agar dapat berpartisipasi secara aktif. Untuk menjawab kebutuhan tersebut, model pembelajaran dengan pendekatan permainan ditawarkan sebagai alternatif yang berfokus pada keterlibatan taktis dan pemahaman permainan, bukan sekadar penguasaan teknik secara mekanis (Sandy et al., 2023).

Pendekatan pembelajaran berbasis permainan dianggap sebagai solusi potensial untuk mengatasi rendahnya hasil belajar. Bermain merupakan aktivitas yang menyenangkan, menantang, dan melibatkan siswa secara aktif. Beberapa penelitian menyatakan bahwa pendekatan bermain dapat meningkatkan keterlibatan, motivasi, dan hasil belajar siswa (Justin Menickelli & Hastie, 2014); (Casey & Dyson, 2009). Selain itu Rejeki et al., (2024) dengan menggunakan permainan (games) dalam pembelajaran akan membuat peserta didik senang dalam melakukan pembelajaran penjas, Selain dapat mengembangkan ketiga aspek (kognitif, afektif, dan psikomotor), tujuan pembelajaran tercapai, kebutuhan geraknya terpenuhi dan dapat meningkatkan kebugaran jasmani, peserta didik pun merasa senang dalam melakukan pembelajaran penjas. Permainan tradisional, khususnya, telah diidentifikasi sebagai metode yang efektif dalam mengatasi masalah partisipasi rendah (Rayhan et al., 2025). Dalam konteks ini, penerapan model pembelajaran berbasis permainan bola keranjang untuk materi lari jarak pendek dipandang relevan, karena memadukan unsur kecepatan, koordinasi, dan kesenangan bermain. Hal ini juga ditambahkan pendapat dari Prasetyo et al., (2025) yang menyatakan pendekatan permainan dalam pembelajaran ini telah mendapat pengakuan luas di tingkat internasional sebagai metode yang efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik, kognitif, maupun sosial peserta didik. Pendekatan bermain, dengan berbagai bentuk, metode, aturan, dan aktivitas fisiknya, mampu mengoptimalkan kemampuan gerak dasar siswa. Dalam penerapannya, siswa diajak untuk belajar melalui aktivitas permainan sehingga proses tersebut tidak hanya menyenangkan, tetapi juga efektif dalam membantu mereka mencapai tujuan pembelajaran, yaitu meningkatkan kemampuan gerak dasar secara optimal.

Pembelajaran melalui permainan adalah metode yang memanfaatkan berbagai elemen permainan seperti aturan, tantangan, sistem skor, dan interaksi untuk membantu peserta didik mempelajari konsep, keterampilan, atau pengetahuan tertentu (Wulandari & Safitri, 2024). Pendekatan permainan memungkinkan siswa untuk belajar secara kolaboratif. Selain itu, metode ini memberikan kesempatan bagi mereka untuk menyampaikan pendapat serta berdiskusi dengan teman sekelas. (Yanti & Yhasmin,

2023). Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan model pembelajaran berbasis permainan dan menguji efektivitasnya terhadap hasil belajar siswa dalam pendidikan jasmani. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa meskipun pendekatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi siswa, tantangan dalam memastikan keberlanjutan dan pengukuran hasil belajar yang konkret tetap menjadi isu yang perlu diperhatikan (Griggs & Hart, A., 2022). Penelitian ini diharapkan menjadi dasar penelitian yang lebih komprehensif dan representatif dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang inovatif, menyenangkan, dan efektif dalam meningkatkan hasil belajar, khususnya pada materi atletik nomor lari jarak pendek di sekolah dasar.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *One-Group Posttest Design*. *Path analysis* digunakan untuk mengetahui pengaruh dan efektivitas pembelajaran berbasis permainan terhadap hasil belajar pendidikan jasmani. Pendekatan ini digunakan untuk mengukur pengaruh antara variabel pembelajaran berbasis permainan sebagai variabel bebas dengan hasil belajar siswa sebagai variabel terikat. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu path analisis. Melalui analisis data kuantitatif, penelitian ini mengkaji seberapa besar pengaruh pembelajaran berbasis permainan terhadap peningkatan hasil belajar siswa dalam pendidikan jasmani. Penelitian dilaksanakan di SD Negeri Paya Bili Dua, Kabupaten Aceh Timur, Provinsi Aceh.

Populasi dalam penelitian ini siswa-siswi SD N Paya Bili Dua berjumlah 182 dari 4 kelas. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara random strata sampling, dengan melakukan pengundian untuk menentukan kelas mana yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Berdasarkan keterbatasan peneliti dan mempertimbangkan kesiapan dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, kuota sejumlah 20 siswa kelas V SD Negeri Paya Bili Dua ditetapkan sebagai sampel penelitian.

Instrumen penelitian ini yaitu sebagai berikut: 1) Tes hasil belajar: pretest dan posttest untuk mengukur aspek kognitif, afektif, dan psikomotor; 2) Lembar observasi: digunakan untuk mencatat keterlibatan siswa selama pembelajaran.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis regresi linear sederhana digunakan untuk menguji seberapa besar kontribusi variabel bebas, setelah itu dengan rumus normalizad gain (N-gain) yaitu uji analisis data yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan suatu model pembelajaran atau metode. Data hasil belajar dianalisis menggunakan rumus N-Gain untuk mengetahui peningkatan skor siswa. Rumus N-Gain:

$$N\text{-Gain} = \frac{\text{Skor akhir} - \text{Skor Awal}}{\text{Skor Ideal} - \text{Skor Awal}} \quad (1)$$

**Tabel 1.** Interpretasi N-Gain

Presentase (%)	Tafsiran
< 40	Tidak Efektif
40 – 55	Kurang Efektif
56 – 75	Cukup Efektif
> 76	Efektif

Sumber: Hake, 1999

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan hasil tes awal (pretest), nilai rata-rata hasil belajar siswa kelas V SD Negeri Paya Bili Dua sebesar 58,4. Setelah penerapan pembelajaran berbasis permainan, nilai rata-rata posttest meningkat menjadi 91,2. Dengan menggunakan rumus N-Gain, diperoleh nilai rata-rata sebesar 0,79 atau 79,3%, yang tergolong dalam kategori tinggi.

Peningkatan ini menunjukkan adanya efektivitas pembelajaran berbasis permainan terhadap hasil belajar pendidikan jasmani siswa. Berikut ini disajikan Tabel 1 mengenai hasil pretest dan posttest:

**Tabel 2.** Hasil Rata-Rata Pretest dan Posttest Hasil Belajar

No	Jenis Tes	Rata-Rata Skor
1	Pretest	58,4
2	Posttest	91,2
	N-Gain	0,79 (79,3%)

Dengan demikian, skor N-Gain yang diperoleh berada pada kategori tinggi dan menunjukkan bahwa model pembelajaran yang diterapkan efektif meningkatkan hasil belajar siswa. Dengan gambaran sebaran data yang dilihat dari gambar diagram berikut.



**Gambar 1.** Histogram Sebaran Data

Dari gambaran sebaran data histogram di atas dapat dilihat bahwa 65% berpengaruh efektif terhadap hasil belajar penjas, 25% berpengaruh cukup efektif terhadap hasil belajar penjas, 5% berpengaruh kurang efektif, dan 5% tidak efektif terhadap hasil belajar penjas melalui penerapan pembelajaran penjas berbasis permainan kepada siswa/siswi sekolah.

### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran berbasis permainan memberikan dampak positif terhadap hasil belajar siswa. Kudri & Maisharoh (2021) mengungkapkan bahwa penggunaan media pembelajaran berbasis permainan di kelas eksperimen, berdasarkan hasil observasi, menunjukkan peningkatan motivasi belajar yang secara signifikan lebih tinggi. Model permainan bola keranjang yang diterapkan melibatkan unsur kecepatan, koordinasi, dan kerjasama, yang secara langsung mendukung keterampilan motorik siswa dalam materi lari jarak pendek. Nugroho et al., (2021) menyatakan semakin sering melakukan berbagai gerakan, semakin besar pula manfaat yang didapat serta keterampilan yang berkembang, termasuk tercapainya unsur-unsur kebugaran jasmani seperti kekuatan, kelincahan, daya tahan, kelenturan, dan keseimbangan. Pendekatan bermain memberikan beragam manfaat bagi peserta didik karena melalui permainan mereka secara tidak langsung memperoleh nilai kognitif (pengetahuan), mengembangkan aspek afektif (sikap) yang positif, serta meningkatkan kemampuan psikomotorik (keterampilan gerak). Pendekatan ini turut mengoptimalkan penguasaan gerak dasar pada diri peserta didik (Sofyan et al., 2022).

Peningkatan skor hasil belajar dari pretest ke posttest mencerminkan peningkatan tidak hanya dalam aspek kognitif, tetapi juga aspek psikomotor dan afektif. Hal ini diperkuat oleh respons positif siswa terhadap model pembelajaran yang menyenangkan dan tidak membosankan. Guru juga melaporkan adanya peningkatan partisipasi dan antusiasme siswa selama proses pembelajaran. Pendekatan pembelajaran melalui permainan secara langsung menekankan pada pembelajaran yang aktif. Balakrishna (2023) menyatakan pembelajaran berbasis permainan juga mampu meningkatkan aktivitas belajar karena permainan menciptakan pengalaman belajar yang menarik dan berdampak, sehingga mendukung tercapainya tujuan pembelajaran. Temuan ini sejalan dengan penelitian Hastie et al., (2017) dan Dyson (2014) yang menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan dapat meningkatkan motivasi intrinsik dan keterlibatan siswa. Lasala Jr. (2024) mengemukakan bahwa efektivitas permainan sangat ampuh untuk meningkatkan motivasi intrinsik

dalam lingkungan pendidikan, dengan implikasi signifikan untuk menciptakan pengalaman belajar yang bermakna.

Zhang & Yu, (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara metode pembelajaran berbasis permainan dengan motivasi intrinsik. Selain itu, validasi dari para ahli menunjukkan bahwa model sangat layak diterapkan dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar karena sesuai dengan karakteristik perkembangan peserta didik. Penggunaan permainan dalam konteks pendidikan juga diyakini dapat mendorong siswa untuk berusaha lebih keras dalam proses belajar. Secara keseluruhan, hasil ini menegaskan bahwa pembelajaran berbasis permainan merupakan pendekatan yang relevan, adaptif, dan berdampak nyata terhadap peningkatan hasil belajar siswa, khususnya pada materi pendidikan jasmani atletik seperti lari jarak pendek. Pendekatan menggunakan permainan ini menyoroti pentingnya penggunaan metode-metode inovatif dalam pembelajaran pendidikan fisik (Syafruddin et al., 2024). Melalui penerapan *game-based learning*, peserta didik dapat belajar dalam lingkungan yang lebih menyenangkan dan interaktif. Cara ini tidak hanya mendorong motivasi serta meningkatkan keterlibatan mereka dalam proses belajar, tetapi juga menjadikan pengalaman pembelajaran lebih menarik dan bermakna.

Prasetyo et al. (2025) menyatakan pendekatan menggunakan metode permainan merupakan pembelajaran yang memadukan berbagai elemen permainan untuk mengembangkan kemampuan motorik, kognitif, maupun sosial. Pembelajaran berbasis permainan adalah suatu pendekatan inovatif yang memanfaatkan berbagai elemen permainan untuk meningkatkan pemahaman serta keterlibatan siswa. Metode ini digunakan dalam proses belajar atau pelatihan dengan memadukan unsur-unsur permainan guna mengajarkan keterampilan tertentu dan mencapai hasil keterampilan yang diinginkan (Wulandari & Safitri, 2024). Hal ini juga sejalan dengan pendapat Fitriyani & Sugiyanto (2021) yang menegaskan bahwa penggunaan pendekatan permainan dalam pembelajaran gerak dasar tidak hanya mampu meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa, tetapi juga berperan dalam menumbuhkan minat belajar secara signifikan. Selain itu, Barus et al. (2025) menyatakan keunggulan pembelajaran dengan pendekatan permainan juga berperan dalam meningkatkan motivasi dan pemahaman taktis dapat diterangkan melalui *self-determination theory* serta *situated learning theory*. Lingkungan permainan yang autentik mampu memberikan pengalaman belajar yang lebih mandiri serta memenuhi kebutuhan akan kompetensi, sehingga mendorong tumbuhnya motivasi intrinsik pada siswa.

Pendekatan pembelajaran menggunakan permainan juga mendukung siswa untuk mampu berpikir secara konstruktif karena menurut pandangan konstruktivisme, belajar merupakan proses penyesuaian diri terhadap perubahan lingkungan, di mana peserta didik secara aktif membangun pemahaman atas informasi baru dengan mengaitkannya pada pengalaman serta pengetahuan sebelumnya. Dalam proses tersebut, mereka membentuk cara berpikir baru melalui upaya menata kembali kemampuan kognitif dan menyeimbangkannya dengan pengalaman pribadi mereka (Haya et al., 2023). Selain itu menurut Asmanto & Tuasikal (2022), penerapan pembelajaran dengan model permainan yang berkarakter mampu meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Dengan demikian, dalam proses pembelajaran PJOK, siswa menjadi lebih aktif dan antusias karena terlibat langsung dalam berbagai bentuk permainan. Melalui aktivitas bermain, siswa dengan berbagai tingkat kemampuan motorik dapat berpartisipasi dalam pembelajaran penjas. Kegiatan bermain juga dapat dimanfaatkan untuk mendorong perkembangan interaksi sosial, karena dilakukan tidak secara individu, melainkan dalam konteks kelompok (Raditya et al., 2023).

Pendekatan bermain merupakan metode yang terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi serta hasil belajar siswa pada mata pelajaran penjas (Fikri et al., 2025). Berdasarkan berbagai temuan penelitian, strategi ini mampu memberikan pengaruh positif terhadap pengembangan keterampilan motorik dasar seperti berlari, menggiring bola, melempar, lompat jauh, lay up, dan gerak lokomotor serta berkontribusi pada peningkatan kebugaran jasmani dan kemampuan motorik secara menyeluruh. Pendekatan bermain adalah metode pembelajaran yang memanfaatkan berbagai jenis permainan. Melalui pendekatan ini, siswa diberi ruang untuk mengeksplorasi dan mempraktikkan kemampuan mereka secara bebas (Fitria & Sudarso, 2023). Hal tersebut mendorong tumbuhnya kreativitas sekaligus menjadikan pendekatan bermain sebagai strategi yang efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa (Sutarsih, 2022).

Safitri (2021) pada penelitiannya menunjukkan bahwa metode bermain sangat sesuai dan efektif digunakan dalam proses pembelajaran, karena mampu menunjang perkembangan kognitif,

psikomotorik, dan afektif siswa secara proporsional. Melalui kegiatan yang menarik dan interaktif, seperti permainan *memorize card*, siswa lebih mudah memahami serta mengingat konsep-konsep dalam sepak bola. Temuan ini sejalan dengan dua penelitian utama yang menjadi rujukan. Pendekatan permainan tidak hanya berfokus pada aspek kognitif, tetapi juga menjangkau perkembangan sosial dan emosional siswa. Dengan demikian, aktivitas bermain memberikan pengalaman belajar yang komprehensif karena mampu merangsang kemampuan intelektual sekaligus membangun aspek emosional dan sosial (Assidiq et al., 2025). Pendidikan jasmani sendiri menawarkan berbagai manfaat, termasuk peningkatan kesehatan fisik, kemampuan sosial, dan keseimbangan emosional, serta memperkuat pengetahuan dan keterampilan yang mendukung gaya hidup aktif (Fauzi et al., 2023). Berdasarkan beberapa pendapat dan hasil di atas disimpulkan bahwa pendekatan dengan menggunakan permainan sangat membantu siswa dalam meningkatkan hasil belajar terutama dalam pembelajaran penjas, dengan permainan siswa bisa lebih aktif dan lebih banyak melakukan pengembangan diri dan juga dengan permainan siswa bisa mengasah kemampuannya jauh lebih baik lagi.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran berbasis permainan efektif dalam meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani siswa sekolah dasar. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor hasil belajar dari nilai rata-rata pretest sebesar 58,4 menjadi 91,2 pada posttest, dengan nilai N-Gain sebesar 0,79 (79,3%) yang termasuk dalam kategori tinggi. Model permainan bola keranjang yang diterapkan terbukti mampu meningkatkan keterampilan siswa dalam materi lari jarak pendek dengan cara yang menyenangkan, aktif, dan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar. Pendekatan ini juga mendapat respons positif dari siswa dan dinyatakan sangat layak oleh para ahli. Dengan demikian, pendekatan pembelajaran berbasis permainan dapat direkomendasikan sebagai strategi alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar, khususnya pada materi atletik. Penelitian lanjutan disarankan untuk menguji efektivitas model ini pada materi lain dan jenjang pendidikan yang berbeda agar hasilnya semakin komprehensif.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah, guru PJOK, dan seluruh siswa SD Negeri Paya Bili Dua yang telah berpartisipasi aktif dalam pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para tim peneliti yang telah memberikan masukan konstruktif dalam pengembangan model pembelajaran ini.

## **REFERENCES**

- Asmanto, S., & Tuasikal, A. R. S. (2022). Pengaruh pendekatan bermain terhadap hasil belajar PJOK. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 10(2), 25–31. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/48546>
- Assidiq, M. T., Ali, A. R., & Saptani, E. (2025). Pengaruh permainan memorize card terhadap hasil belajar kognitif siswa sekolah dasar dalam pembelajaran Penjas pada materi sepak bola. *Creative of Learning Students Elementary Education*, 08(03), 480–488. <http://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/collase/article/view/27138>
- Astuti, D., & Retnawati, H. (2017). Pengembangan perangkat pembelajaran matematika berorientasi konstruktivisme untuk siswa SMK kompetensi keahlian teknik komputer dan jaringan. *Jurnal Pendidikan Matematika Dan Sains*, 5(1). <https://doi.org/10.21831/jpms.v5i1.13482>
- Balakrishna, C. (2023). The impact of in-classroom non-digital game-based learning activities on students transitioning to higher education. *Education Sciences*, 13(4). <https://doi.org/10.3390/educsci13040328>
- Barus, Y. A., Kristiani, Y., Sitepu, B., Sari, W. F., Elina, G., Ginting, B., Ginting, H., Gulo, R. J., & Haga, T. (2025). Systematic Literature review: perbandingan metode drills tradisional dan game-

- based learning pada keterampilan bola basket. *Journal Physical Health Recreation (JPHR)*, 5(September), 476–481.
- Butarbutar, N. C., Hasibuan, A. M., Utami, N. D., Annisa, S., & Siddik, F. (2024). Efektivitas permainan tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Cakrawala Pendidikan Dan Biologi*, 3, 1–8. <https://ejournal.aripi.or.id/index.php/jucapenbi>
- Casey, A., & Dyson, B. (2009). The implementation of models-based practice in physical education through action research. *European Physical Education Review*, 15(2), 175–199. <https://doi.org/10.1177/1356336X09345222>
- Dyson, B. (2014). Quality physical education: A commentary on effective physical education teaching. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(2), 144–152. <https://doi.org/10.1080/02701367.2014.904155>
- Fauzi, R. A., Suherman, A., Saptani, E., Dinangsit, D., & Rahman, A. A. (2023). The impact of traditional games on fundamental motor skills and participation in elementary school students. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 11(6), 1368–1375. <https://doi.org/10.13189/saj.2023.110622>
- Fikri, M., Setiawan, M., Dzikry, M., & Al, A. (2025). Pendekatan bermain dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 15(2), 81–91.
- Fitria, N., & Sudarso. (2023). Penerapan pendekatan bermain terhadap hasil belajar chest pass bola basket di SMP. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 11(02), 57–64.
- Fitriyani, N., & Sugiyanto. (2021). Pengaruh games based learning terhadap kemampuan motorik kasar dan minat belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 13(2), 88–96.
- Griggs, J., & Hart, A. (2022). Challenges in sustaining play-based approaches in physical education: A critical review. *Journal of Sport and Social Issues*, 46(1), 34–45.
- Hakim, H., & Ishak, M. (2025). The impact of modified physical education learning with volleyball games on students' learning motivation and basic movement skills. *Indonesian Journal of Physical Activity*, 5(1), 121–131. <https://ijophya.org/index.php/ijophya>
- Hambali, S., Akbaruddin, A., Bustomi, D., Rifai, A., Iskandar, T., Ridlo, A. F., Meirizal, Y., Rusmana, R., & Tyas, R. A. (2021). The effectiveness learning of physical education on pandemic covid-19. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 9(2), 219–223. <https://doi.org/10.13189/saj.2021.090208>
- Hastie, P. A., Ward, J. K., & Brock, S. J. (2017). Effect of graded competition on student opportunities for participation and success rates during a season of Sport Education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(3), 316–327. <https://doi.org/10.1080/17408989.2016.1203888>
- Haya, A. F., Rahman, F., & Wijaya, D. Z. (2023). Management fisioterapi dengan terapi latihan untuk penanganan kasus sprain ankle antero talofibularis ligamen (atfl) dan calcaneofibularis ligamen (CFL): Case Report. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 2(4), 226–237. <https://doi.org/10.53770/amhj.v2i4.159>
- I Made Oger Raditya, I Made Satyawan, & Ni Luh Putu Spyanawati. (2023). Penerapan modul pembelajaran berbasis permainan meningkatkan hasil belajar pjok pada peserta didik kelas i sekolah dasar. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 10(3), 245–251. <https://doi.org/10.23887/jiku.v10i3.52527>
- Iswanto, A., & Widayati, E. (2021). Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan berkualitas. *MAJORA: Majalah Ilmiah Olahraga*, 27(1), 13–17. <https://doi.org/10.21831/majora.v27i1.34259>
- Justin Menickelli, & Hastie, P. A. (2014). The impact of two curricular models on motivation, engagement and achievement in physical education. *International Journal of Physical Education, Fitness and Sports*, 3(2), 33–42. <https://doi.org/10.26524/1423>
- Kudri, A., & Maisharoh, M. (2021). Pengaruh media pembelajaran kahoot berbasis game based learning terhadap hasil belajar mahasiswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(6), 4628–4636. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i6.1452>

- Kusuma, F. P., & Dharma, J. P. (2024). Efektivitas metode pembelajaran berbasis game dalam meningkatkan partisipasi siswa pada pendidikan jasmani. *Atletik Karya: Jurnal Pendidikan Dan Olahraga Aktual*, 1(2), 01–04.
- Lasala Jr, N. L. (2024). Students' intrinsic motivation using game-based activities. *Dalat University Journal of Science*, 14(2), 50–70. <https://doi.org/10.37569/dalatuniversity.14.2.1161>(2024)
- Mc Clave, J. T., Benson, P. G., & Sincich, T. (2018). *Statistics for Business and Economics* (13th ed). Pearson Education.
- 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>
- Nugroho, I. H., Sukmana, A. A., Lestariningrum, A., Septiano, N. I., & Rizqi, A. B. (2021). Efektifitas pengembangan model permainan bola keranjang aspek motorik kasar anak 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 2127–2137. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1974>
- Prasetyo, D. A., Basri, M. H., & Mas'odi, M. (2025). Efektivitas pembelajaran berbasis permainan dalam pengembangan keterampilan motorik pada pendidikan PJOK. *Jurnal Penelitian Tindakan Kelas*, 2(3), 187–192. <https://doi.org/10.61650/jptk.v2i3.762>
- Rachman, A. W. N. A., & Kartiko, D. C. (2021). Pengaruh model pembelajaran kooperatif ttt (teams games tournament) terhadap ketuntasan belajar shooting bola basket. *Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*, 9(1), 193–203. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/38113/33699>
- Rayhan, M., Zibran, A., Zulfi, M., Rasyid, A., Al, M. F., Farhani, M. F., Jafar, M., & Whilky, M. (2025). Penerapan metode permainan dalam meningkatkan minat siswa terhadap olahraga. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 5(3), 775–780. <https://ojs.my.id/jumper/article/view/3620>
- Rejeki, H. S., Purwanto, D., & Mentara, H. (2024). Pengembangan model pembelajaran berbasis permainan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar. *Journal of S.P.O.R.T*, 8(2).
- Safitri, R. (2021). Efektivitas metode bermain dalam meningkatkan perkembangan siswa di sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 6(2), 45–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.1234/jip.v6i2.5678>
- Sandy, A., Wardiah, D., & Junaidi, I. A. (2023). The application of TGFU learning in basketball shooting learning. *Journal of Social Work and Science Education*, 4(3), 182–188. <https://doi.org/10.52690/jswse.v4i3.531>
- Siedentop, D. (2011). Sport education: A retrospective. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21(4), 409–418. <https://doi.org/10.1123/jtpe.21.4.409>
- Sofyan, D., Fauzi, R. S., Sahudi, U., Rustandi, E., Priyono, A., & Indrayogi, I. (2022). Alternatif meningkatkan kemampuan motorik siswa sekolah dasar: Pendekatan bermain. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 8(2), 438–448. <https://doi.org/10.31949/jcp.v8i2.2260>
- Sutarsih, W. (2022). Peningkatan hasil belajar teknik dasar sepak bola dengan pendekatan bermain anak kelas IX MTs Negeri Batang. *Jurnal Inovasi Pendidikan Menengah*, 2(1), 167–186.
- Syafruddin, M. A., Sutriawan, A., & Aziz, M. I. M. (2024). Efektifitas pembelajaran berbasis video tutorial penggunaan aplikasi SPSS terhadap hasil belajar mata kuliah statistik mahasiswa FIK UNM. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 4(3), 1451–1457. <http://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP/article/view/2083>
- Wulandari, S. A., & Safitri, S. (2024). Penerapan metode game based learning dalam materi sejarah bandung lautan api di kelas XI IPS SMA Negeri 4 Pagar Alam. *JIPSOS: Jurnal Inovasi Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 2(1), 334–341. <https://ejournal.uniramalang.ac.id/index.php/jipsos/article/download/3507/2794/26927>

Yanti, Y. E., & Yhasmin, A. (2023). Penerapan model pembelajaran kooperatif TGT (Team GameTournament) pada Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Anak. *Jurnal Inovasi Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 1(1), 3026–2089.

Zhang, Q., & Yu, Z. (2022). Meta-Analysis on investigating and comparing the effects on learning achievement and motivation for gamification and game-based learning. *Education Research International*, 2022. <https://doi.org/10.1155/2022/1519880>