

Pelatihan pada Guru Pjok dalam Upaya Penguatan Pengembangan Keterampilan Gerak Dasar Peserta Didik melalui Permainan Kecil

Sasminta Christina Yuli Hartati¹, Bayu Budi Prakoso^{2*}, Dony Andrijanto³, Advendi Kristiyandaru⁴, Sri Wicahyani⁵, Diva Ristie Valentina⁶, Heni Yuli Handayani⁷, Septyaningrum Putri Purwoto⁸

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

²Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

³Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

⁴Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

⁵Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

⁶Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

⁷STKIP PGRI Bangkalan, Indonesia

⁸STKIP PGRI Bangkalan, Indonesia

Korespondensi: bayuprakoso@unesa.ac.id

Info Artikel

Diajukan: 21-07-2026

Diterima: 20-08-2026

Diterbitkan: 25-08-2026

Kata Kunci:

Partisipasi Gerak;

Permainan Kecil;

Keterampilan Gerak Dasar.



Lisensi: cc-by-sa

Copyright © 2026 Sasminta Christina Yuli Hartati, Bayu Budi Prakoso, Dony Andrijanto, Advendi Kristiyandaru, Sri Wicahyani, Diva Ristie Valentina, Heni Yuli Handayani, Septyaningrum Putri Purwoto

Abstract

Permasalahan partisipasi siswa dalam gerak dirasa perlu diatasi dengan pengembangan materi permainan kecil yang sesuai dengan gaya belajar dan kebutuhan belajar siswa. Untuk itu, pelatihan pengembangan permainan kecil sebagai materi ajar dalam PJOK penting dilakukan kepada guru PJOK. Tujuan penelitian ini adalah menjelaskan pelaksanaan pelatihan, kualitas, dan efektivitas pelaksanaan pelatihan. Penelitian lemah ini menggunakan protokol one shot case study design. Sebanyak 14 guru PJOK SMP terdiri atas 13 laki-laki dan 1 perempuan, rata-rata usia 40 tahun (25-59 tahun). Pengukuran dilakukan menggunakan angket tertutup dan terbuka. Jawaban angket terbuka dianalisis menggunakan analisis tematik memanfaatkan aplikasi NVivo dan jawaban angket tertutup dianalisis menggunakan deskriptif statistik. Hasil menunjukkan bahwa kualitas pelaksanaan masuk dalam kategori baik sekali (97%) dengan rincian kualitas materi baik sekali (98%), penyelenggara baik sekali (97%), sarana baik sekali

(94%), dan kemampuan pemateri baik sekali (99%). Efektivitas pelatihan berdasarkan kesan guru terhadap pelaksanaan pelatihan masuk dalam kategori baik sekali (98%), pengalaman baru guru PJOK masuk dalam kategori baik sekali (98%), dan pemahaman guru terhadap topik yang dilatihkan masuk dalam kategori baik sekali (95%). Berdasarkan persepsi guru, bahwa berbagai permainan kecil yang menjadi materi pelatihan sesuai untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar (non-lokomotor, lokomotor, dan manipulatif).

1. PENDAHULUAN

Pesatnya perkembangan teknologi dan informasi di era global ini hampir menggusur eksistensi permainan tradisional. Anak-anak sekarang lebih banyak berminat pada permainan *online* yang lebih banyak dimainkan melalui *gadget* padahal penggunaan *gadget* yang berlebihan berpengaruh negatif pada perkembangan anak (Mustakim, 2020). Selain *game online*, ketagihan *gadget* membuat anak-anak menghabiskan waktunya dengan pasif karena *game online*, bersosial media dengan *facebook*, *twitter*, dan masih banyak lagi konten digital lain yang disajikan (Kancanadana et al., 2021). Untuk itu, menjadi pilihan tepat apabila permainan tradisional banyak digunakan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) untuk membelajarkan kepada anak-anak untuk hidup aktif. Selain itu, penelitian lainnya membuktikan bahwa memanfaatkan bentuk permainan kecil sesuai dengan lingkup materi dapat memberikan dampak pada peningkatan hasil belajar secara signifikan (Wani, 2022). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa permainan kecil dimanfaatkan dalam pemanasan yang dapat meningkatkan kesiapan fisik ditandai dengan peningkatan detak jantung siswa dan keterlibatan keseluruhan dalam pembelajaran (Tirtana & Hartati, 2022). Selain itu, permainan kecil yang diintegrasikan ke dalam model pembelajaran kooperatif terbukti secara positif mempengaruhi hasil pembelajaran, meskipun beberapa siswa mungkin tidak sepenuhnya memenuhi potensi mereka karena gaya belajar yang berbeda (Marasati & Winarni, 2024). Untuk itu, guru perlu berinovasi dalam mengembangkan proses pembelajaran seperti model *hybrid* yang terbukti dapat meningkatkan motivasi siswa di PJOK karena metode pengajaran tersebut dapat memenuhi berbagai kebutuhan belajar siswa (Wahyu et al., 2023). Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa permainan kecil penting ada dalam proses pembelajaran yang juga harus dikemas menggunakan model pembelajaran yang sesuai kebutuhan belajar siswa.

Walau bagaimanapun guru mengembangkan pembelajaran, penelitian lainnya menunjukkan bahwa efektivitas pembelajaran memanfaatkan permainan kecil sebagai materi ajar sering terhambat oleh kurangnya keterlibatan siswa dan kesiapan selama pelajaran (Marasati & Winarni, 2024; Tirtana & Hartati, 2022). Selain itu, banyak bukti bahwa permainan kecil dapat

mengembangkan kreativitas dan partisipasi aktif tetapi pada praktiknya ditemukan bahwa proses pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru tidak selaras dengan gaya belajar siswa, sehingga menyebabkan hasil pendidikan yang kurang optimal (Aji et al., 2024; Marasati & Winarni, 2024). Untuk itu, modifikasi materi perlu dilakukan termasuk dalam penyediaan media pembelajaran dan pemilihan pendekatan yang disesuaikan untuk meningkatkan antusiasme dan kinerja siswa di PJOK (Astuti, 2022). Dengan demikian, solusi dari masalah tersebut harusnya dalam bentuk strategi meningkatkan partisipasi siswa dan penyusunan metode pembelajaran yang lebih adaptif terhadap gaya dan kebutuhan belajar siswa yang beragam (Utama et al., 2023).

Ketika partisipasi siswa telah optimal dan kebutuhan belajar sudah terpenuhi maka siswa akan mau berlama-lama melakukan belajar gerak sehingga mereka akan cepat terampil dan bugar (Prakoso et al., 2014). Pemilihan metode, pendekatan, dan pengembangan materi jelas menjadi wewenang guru agar hasrat gerak dan kebutuhan belajar menjadi terpenuhi. Untuk itu, pelatihan pengembangan materi permainan kecil dalam rangka peningkatan kompetensi guru PJOK penting dilakukan. Fokus pengembangan kompetensi guru adalah untuk meningkatkan keterlibatan dan kesiapan siswa untuk kegiatan fisik. Pengembangan materi permainan kecil bertujuan untuk meningkatkan kompetensi guru PJOK dengan menciptakan pengalaman belajar yang menarik dan efektif bagi siswa (Khotimah & Kurniawan, 2023).

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa perlunya mengembangkan materi permainan kecil untuk menumbuhkan kompetensi guru dan kesiapan siswa dalam pengaturan pendidikan jasmani. Sehingga tujuan artikel ini yaitu: (1) menjelaskan pelaksanaan pelatihan tentang pengembangan materi permainan kecil dalam pembelajaran PJOK; (2) kualitas pelaksanaan pelatihan; (3) efektivitas pelaksanaan pelatihan; dan (4) jenis permainan kecil untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar.

2. METODE

Penelitian kualitatif ini dilakukan berdasarkan empat langkah yaitu perencanaan, pengumpulan data, data analisis, dan penyajian (Bengtsson, 2016). Pengumpulan data dimulai dengan penyusunan item pertanyaan dalam angket tertutup dan terbuka. Efektivitas pelaksanaan pelatihan menggunakan *one shot case study* design digunakan untuk memeriksa efek dari pelatihan yang diberikan kepada para guru PJOK (Fraenkel et al., 2012). Pelatihan yang diberikan dilakukan dalam tiga sesi, yaitu: (1) sesi kelas, berupa pemaparan materi secara teoretis dan penjelasan terkait dengan permainan-permainan yang akan dilatihkan; (2) sesi lapangan, berupa praktik berbagai permainan kecil terpilih sesuai dengan yang dijelaskan saat di sesi kelas; dan (3) sesi evaluasi dan refleksi, berupa kegiatan penutup yang dimanfaatkan sebagai kegiatan pendalaman dampak dari pelatihan yang dilakukan.

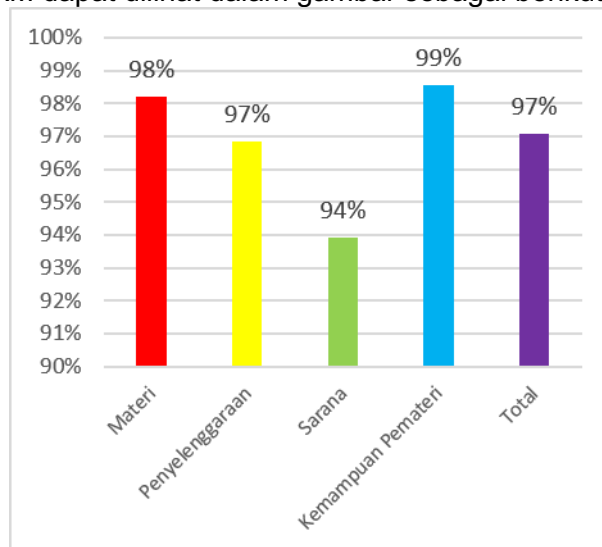
Pelaksanaan PkM di SMPN 6 Nganjuk, Jl. Letnan Jenderal Suprpto, Jatirejo, Kec. Nganjuk, Kabupaten Nganjuk, Jawa Timur 64416. Sebanyak 14 guru PJOK SMP terdiri atas 13 laki-laki dan 1 perempuan berusia rata-rata 40 tahun paling muda 25 tahun dan paling tua 59 tahun.

Pengukuran dilakukan menggunakan angket tertutup dan terbuka untuk mengukur 4 hal, yaitu: (1) kualitas pelaksanaan pelatihan; (2) efektivitas pelaksanaan pelatihan; (3) relevansi materi pelatihan terhadap pengembangan keterampilan gerak dasar; dan (4) penerapan permainan kecil oleh peserta didik di luar PJOK. Kualitas pelaksanaan pelatihan menggunakan angket tertutup mengukur 4 aspek yaitu: materi, penyelenggaraan, sarana, dan kemampuan pemateri. Skala likert digunakan untuk tiap item mulai dari sangat baik sampai sangat kurang (Nilai 5-1). Sedangkan 3 aspek lainnya merupakan angket dengan pertanyaan terbuka.

Analisis data untuk angket tertutup menggunakan deskriptif statistik (*mean*, tertinggi, dan terendah) sedangkan angket pertanyaan terbuka menggunakan analisis kualitatif tematik. Analisis kualitatif menggunakan aplikasi NVivo dengan validitas hasil analisis menggunakan teknik triangulasi jenis konfirmasi beberapa subjek berdasarkan sudut pandang subjek yang menyatakan hal yang sama (Natow, 2019).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelatihan dijelaskan dalam empat hal yaitu: (1) kualitas pelaksanaan pelatihan; (2) efektivitas pelaksanaan pelatihan; (3) alasan rendahnya permainan kecil dimainkan peserta didik di luar PJOK; dan (4) relevansi permainan kecil untuk belajar keterampilan gerak dasar. Hasil Kualitas pelaksanaan PkM dapat dilihat dalam gambar sebagai berikut.



Catatan: 0≤Kurang sekali≤20%; 20<Kurang≤40%; 40<Cukup≤60%; 60<Baik≤80%; 80<Baik sekali≤100%

Gambar 1: Kualitas Pelaksanaan PkM

Berdasarkan gambar 1 di atas dapat dijelaskan bahwa kualitas materi yang diberikan kepada peserta masuk dalam kategori baik sekali (98%), kualitas penyelenggara (panitia) masuk dalam kategori baik sekali (97%), kualitas sarana yang disediakan saat pelatihan masuk dalam kategori baik sekali (94%), dan kualitas pemateri yang memandu pelaksanaan pelatihan masuk dalam kategori baik sekali (99%). Berdasarkan empat aspek tersebut didapatkan nilai total yang merepresentasikan kualitas pelaksanaan pelatihan masuk dalam kategori baik sekali (97%).

Efektivitas pelatihan diukur menggunakan angket tertutup dan terbuka untuk mengungkap tiga aspek, yaitu: (1) kesan guru; (2) pengalaman baru yang didapatkan; dan (3) pemahaman atas topik yang dilatihkan. Berdasarkan pengolahan data didapatkan nilai bahwa nilai kesan guru terhadap pelaksanaan pelatihan masuk dalam kategori baik sekali (98%), pengalaman baru guru PJOK masuk dalam kategori baik sekali (98%), dan pemahaman guru terhadap topik yang dilatihkan masuk dalam kategori baik sekali (95%). Secara kualitatif didapatkan data sebagai berikut.

Code			Σ References
Efektivitas pelatihan			-
1	Kesan guru		-
	a	Permainan variatif dan inovatif	7
	b	Permainan menyenangkan	5
	c	Permainan konsentrasi	4
	d	Permainan menarik	2
	e	Permainan numerasi	2
2	Pengalaman baru yang didapatkan		-
	a	Kesenangan	5
	b	Modifikasi	3
	c	Pengembangan materi	2
	d	Bebas bergerak	1
	e	Berkonsentrasi	1
3	Pemahaman atas topik yang dilatihkan		-
	a	Pengembangan permainan untuk PJOK	6
	b	Peraturan menyenangkan	2
	c	Permainan konsentrasi	1
	d	Peraturan permainan	1
	e	Perkembangan anak	1

Tabel 1: Code dan References Keterangan Guru Berdasarkan Aspek Efektivitas Pelaksanaan Pelatihan

Berdasarkan tabel 1 dapat dijelaskan bahwa guru terkesan terhadap kegiatan pelatihan yang memberikan permainan variatif dan inovatif, menyenangkan, konsentrasi, menarik, dan numerasi. Pengalaman baru yang didapatkan oleh guru yaitu kesenangan, pengalaman memodifikasi permainan, pengembangan materi, bebas bergerak, dan berkonsentrasi saat mengikuti permainan. Guru PJOK mengaku paham terhadap pengembangan permainan sebagai materi PJOK, penerapan peraturan yang menyenangkan, membuat permainan konsentrasi, pemahaman peraturan permainan, dan perkembangan anak. Persepsi guru atas alasan peserta didik tidak memainkan permainan kecil di luar pembelajaran PJOK dapat dijelaskan dalam tabel sebagai berikut.

Kesan variatif dan inovatif penting dalam efektivitas pelatihan agar guru mampu mendapatkan pengembangan diri yang baik. Suasana inovatif memberikan dukungan positif terhadap pengembangan kompetensi guru (Webster et al., 2020). Permainan variatif dan inovatif yang dipraktikkan oleh guru PJOK menjadi bagian dari aktivitas pelatihan memberikan dampak pada kesenangan, konsentrasi, dan ketertarikan tersendiri. Mestinya kemasan pelatihan untuk guru memberikan kesenangan untuk menarik perhatian guru dan konsentrasi guru dalam mengembangkan kompetensi.

Pelatihan yang menarik dan menyenangkan selanjutnya diharapkan dapat mendukung kesehatan mental guru dalam pengembangan diri. Kondisi tersebut penting diperhatikan karena guru Indonesia memiliki beban kerja yang tinggi (Wijaya, 2023) sehingga pengembangan diri guru memang harus tidak malah menjadi salah satu beban kerja guru. Temuan penelitian lainnya menunjukkan perbedaan signifikan untuk karakteristik sosio-demografis dan profesional guru yang memiliki beban kerja berbeda. Selain itu, guru yang memiliki banyak pekerjaan kurang puas dengan kemajuan karier dan keseimbangan antara waktu luang dan waktu kerja (Both, Borgatto, Sonoo, et al., 2017). Faktor kesejahteraan menjadi hal yang perlu diperhatikan dalam memelihara kepuasan kerja guru PJOK sesuai dengan beban kerja. Selain itu, hasil penelitian lainnya mengonfirmasi bahwa kepuasan kerja guru PJOK perempuan dan laki-laki berbeda akibat keperluan dan gaya hidup (Both, Borgatto, Lemos, et al., 2017). Temuan ini jelas menjadi dasar bahwa alih-alih ingin meningkatkan kompetensi guru melalui pelatihan namun adanya pelatihan malah menjadi beban kerja tambahan yang malah akan menurunkan tingkat kepuasan kerja guru PJOK.

Selain pengembangan diri harus menyenangkan dan terhindar dari penambahan beban kerja, pemahaman dan pengalaman guru memang harus terjamin berubah. Pemahaman guru PJOK tentang topik telah menunjukkan hal baik. Mereka mendapatkan pemahaman berupa pengembangan materi untuk pembelajaran sehingga perkembangan anak menjadi sesuai tahapnya dengan optimal. Pemahaman terkait dengan perkembangan anak penting, Terbukti bahwa permainan dapat mendukung perkembangan anak (Widodo & Lumintuarso, 2017). Sehingga melalui pelatihan ini guru mendapatkan

pengalaman berharga berupa perkembangan anak sekaligus perlakuan berupa permainan yang cocok untuk perkembangan anak.

Sayangnya, guru mengakui bahwa permainan kecil jarang dimainkan oleh para siswa di luar PJOK. Guru menuliskan alasan kepada anak-anak saat ini jarang memainkan permainan kecil di luar PJOK seperti tabel 2 sebagai berikut.

Code		Σ References
Penerapan permainan kecil di luar PJOK		-
1	Jarang dikenalkan	7
2	Penggunaan gadget	5
3	Kurang hobi olahraga	2
4	Sarpras kurang	2
5	Digitalisasi game	2
6	Hubungan anak dan orang tua	1

Tabel 2: Code dan References Keterangan Guru Berdasarkan Aspek Alasan Rendahnya Permainan Kecil Dimainkan Peserta Didik di Luar PJOK

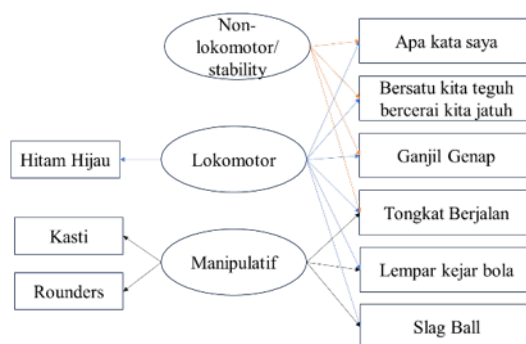
Permasalahan yang paling banyak muncul adalah para peserta didik tidak kenal permainan kecil. Temuan ini menjadi “aneh” karena permainan kecil berasal dari permainan-permainan umum di masyarakat yang dimasukkan ke dalam materi PJOK. Kemungkinan yang paling kuat kenapa hal ini bisa terjadi adalah akibat “hubungan anak dan orang tua” yang saat ini tidak begitu baik. Hasil penelitian lainnya menerangkan bahwa waktu orang tua tidak cukup mendukung pendidikan anak (Li & Guo, 2023). Waktu orang tua tidak banyak untuk mengurus anak akibat kerja dan aktivitas non-pekerjaan. Sedangkan harapannya adalah orang tua banyak mengenalkan permainan kecil yang dikenal sejak dulu. Hal ini penting karena pada umumnya, permainan kecil dimainkan secara turun-temurun tidak tertulis. Sedangkan guru PJOK belum semua memberikan materi permainan kecil kepada peserta didik (Hartati et al., 2018).

Alasan berikutnya adalah penggunaan gawai dan digitalisasi gim sehingga banyak menyita waktu anak untuk bisa bermain permainan kecil. Penggunaan gawai ditentukan dengan *screen time* yang menunjukkan trend angka di atas rekomendasi di atas 2 jam/hari (Marciano & Camerini, 2021). Secara normatif memang teknologi terus memainkan peran penting dalam kehidupan kita sehari-hari akan tetapi efek negatif akan datang sehingga berbagai organisasi dan otoritas kesehatan di seluruh dunia menetapkan pedoman dan rekomendasi (Tadpatrikar et al., 2024).

Ketertarikan anak pada gawai dan permainan digital jelas akan semakin menggerus hobi mereka terhadap olahraga. Sehingga alasan “kurang hobi olahraga” menjadi alasan kuat kenapa permainan kecil tidak dimainkan dalam waktu luang anak. Selain itu, kurangnya sarpras juga mendukung rendahnya tingkat durasi anak memainkan aktivitas fisik. Hasil penelitian lainnya menjelaskan bahwa waktu memainkan *mobile phone* memengaruhi

keikutsertaan orang pada aktivitas olahraga bahkan aktivitas luar ruangan walau hanya sekedar jalan santai (Auhuber et al., 2019). Jika hanya melakukan olahraga saja tidak, tetapi malah digunakan untuk pasif dengan gawai maka hobi olahraga tidak akan muncul.

Temuan berikutnya adalah tentang relevansi permainan kecil yang digunakan dalam PJOK untuk membelajarkan peserta didik materi keterampilan gerak dasar. Hasil analisis dapat dilihat dalam gambar 2.



Gambar 2: Persepsi Guru PJOK terhadap Relevansi Permainan Kecil untuk Membelajarkan Keterampilan Gerak Dasar

Permainan yang dilatihkan sebanyak enam permainan yaitu: (1) apa kata saya; (2) bersatu kita teguh bercerai kita jatuh; (3) ganjil-genap; (4) tingkat berjalan; (5) lempar kejar bola; dan (6) slag ball. Tetapi dalam analisis data, ternyata ada tambahan tiga jenis permainan yang disebutkan guru berdasarkan pengetahuan di luar materi pelatihan, yaitu: (1) permainan hitam-hijau; (2) kasti; dan (3) rounders.

Keterampilan gerak dasar terdiri atas 3 golongan yaitu non-lokomotor/ stability, lokomotor, dan manipulatif (Setyorini et al., 2017). Hasil analisis menunjukkan bahwa semua jenis permainan yang dilatihkan dapat digunakan untuk materi keterampilan gerak dasar lokomotor. Empat jenis permainan cocok untuk non-lokomotor/ stability dan tiga lainnya untuk manipulatif. Temuan ini dapat dijadikan dasar guru PJOK bahwa mereka perlu memerhatikan jenis permainan untuk mengajarkan materi keterampilan gerak dasar.

4. SIMPULAN

Pelaksanaan pelatihan berjalan dengan meninggalkan kesan sangat baik kepada para guru PJOK. Guru mendapatkan kesenangan dari permainan yang variatif dan inovatif. Sehingga menambah pemahaman dan pengalaman guru PJOK dalam menggunakan materi pelatihan ke dalam pengembangan materi ajar. Selain itu, guru mendapatkan klasifikasi permainan yang relevan untuk mengajar keterampilan dasar mulai dari non-lomotor/ stability, lokomotor, dan manipulatif.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada SMPN 6 Nganjuk yang telah memberikan tempat, dukungan, dan kesempatan selama pelaksanaan kegiatan. Apresiasi juga disampaikan kepada seluruh guru PJOK yang telah berpartisipasi aktif sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik. Terima kasih kepada seluruh tim peneliti dan pihak yang telah memberikan dukungan selama proses pelaksanaan hingga penyelesaian artikel ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Aji, S. K., Ramadi, R., & Hidayat, H. (2024). Penerapan model pembelajaran project based learning terhadap kreativitas siswa PJOK. *Jurnal Porkes*, 7(1), 448–458. <https://doi.org/10.29408/PORKES.V7I1.25762>
- Astuti, T. (2022). Upaya meningkatkan hasil belajar bola voli melalui modifikasi bola voli mini pada siswa kelas vi sdn 3 selat hulu tahun pelajaran 2020/2021. *Edunomika*, 6(2), 1–14. <https://jurnal.stie-aas.ac.id/index.php/jie/article/view/5266>
- Auhuber, L., Vogel, M., Grafe, N., Kiess, W., & Poulain, T. (2019). Leisure Activities of Healthy Children and Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(12). <https://doi.org/10.3390/ijerph16122078>
- Bengtsson, M. (2016). How to plan and perform a qualitative study using content analysis. *NursingPlus Open*, 2, 8–14. <https://doi.org/10.1016/J.NPLS.2016.01.001>
- Both, J., Borgatto, A. F., Lemos, C. A. F., Ciampolini, V., & Do Nascimento, J. V. (2017). Physical education teachers' wellbeing and its relation with gender. *Motricidade*, 13(4), 23–32. <https://doi.org/10.6063/MOTRICIDADE.10165>
- Both, J., Borgatto, A. F., Sonoo, C. N., Lemos, C. A. F., Ciampolini, V., & Nascimento, J. V. do. (2017). Multiple Jobholding Associated with the Wellbeing of Physical Education Teachers in Southern Brazil. *Educación Física y Deporte*, 35(1), 117–140. <https://doi.org/10.17533/UDEA.EFYD.V35N1A05>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to Design and Evaluate Research In Education (6th ed.)*. Mc Graw Hill.
- Hartati, S. C. Y., Priambodo, A., Djawa, B., & Prakoso, B. B. (2018). *Building Cooperation Interpersonal Skill in Physical Education Lessons Through Traditional Game*. 245–248. <https://doi.org/10.2991/isphe-18.2018.57>
- Kancanadana, G., Saputri, O., & Tristiana, V. (2021). The Existence of Traditional Games as a Learning Media in Elementary School. *International Conference on Early and Elementary Education (ICEEE)*, 4, 31–39.
- Khotimah, K., & Kurniawan, A. W. (2023). Ispring Application of the Number Thing Athletic Materials for Junior High School Physical Education Teacher. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 7(2), 121. <https://doi.org/10.24114/pjkr.v7i2.39701>

- Li, D., & Guo, X. (2023). The effect of the time parents spend with children on children's well-being. *Frontiers in Psychology*, 14, 1096128. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2023.1096128/BIBTEX>
- Marasati, & Winarni, S. (2024). Game situations, teams games tournament and learning styles: How they affect PJOK learning outcomes? *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 11(1), 178–182. <https://doi.org/10.22271/KHELJOURNAL.2024.V11.I1C.3221>
- Marciano, L., & Camerini, A. L. (2021). Recommendations on screen time, sleep and physical activity: associations with academic achievement in Swiss adolescents. *Public Health*, 198, 211–217. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2021.07.027>
- Mustakim. (2020). Efektivitas Pembelajaran Daring Menggunakan Media Online Selama Pandemi Covid-19 Pada Mata Pelajaran Matematika the Effectiveness of E-Learning Using Online Media During the Covid-19 Pandemic in Mathematics. *Al Asma: Journal of Islamic Education*, 2(1), 1–12.
- Natow, R. S. (2019). The use of triangulation in qualitative studies employing elite interviews. *Qualitative Research*, 20(2), 160–173. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/146879411983007>
- Prakoso, B. B., Saifuddin, H., & Burstiando, R. (2014). Keterampilan Gerak Dasar Siswa Kelas atas MI Miftahul Ulum 3 Pereng Kulon Gresik. *Seminar Nasional "Inovasi Pembelajaran Penjasorkes Pada Kurikulum 2013."* https://www.researchgate.net/publication/327620944_Keterampilan_Gerak_Dasar_Siswa_Kelas_atas_MI_Miftahul_Ulum_3_Pereng_Kulon_Gresik
- Setyorini, Suroto, & Indahwati, N. (2017). First Grade Primary School Students' Physical Activity Level on Physical Education Subject through Live Life Well at School Program. *IOP Conf. Series: Materials Science and Engineering*, 180(012178), 1–6. <https://doi.org/10.1088/1757-899X/180/1/012178>
- Tadpatrikar, A., Sharma, M. K., & Murthy, P. (2024). Digital dilemmas and existing recommendations for healthy screen time use for children and adolescents. *Asian Journal of Psychiatry*, 99(May), 104154. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2024.104154>
- Tirtana, E. Y., & Hartati, S. C. Y. (2022). Pengaruh Penerapan Permainan Kecil Dalam Pemanasan Terhadap Kesiapan Siswa Dalam Pembelajaran PJOK di SMPN 1 Tuban. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 5(2), 55–63. <https://doi.org/10.31602/RJPO.V5I2.7817>
- Utama, S. F., Kristina, P. C., & Lubis, P. H. M. (2023). Pengembangan permainan kecil pada materi lari jarak pendek. *Jurnal Porkes*, 6(2), 797–812. <https://doi.org/10.29408/PORKES.V6I2.20307>
- Wahyu, D., Anugrah, P., Kurniawan, R., & Saputra, S. A. (2023). Implementasi Model Pembelajaran Hybrid Teaching Games For Understanding Dan Sport Education Model Terhadap Motivasi Belajar PJOK. *Sport Pedagogy Journal*, 12(2), 37–46. <https://doi.org/10.24815/SPJ.V12I2.34671>

- Wani, B. (2022). Pengembangan bahan ajar permainan kecil dengan materi permainan tradisional “etu” (tinju adat) bagi mahasiswa pjkr stkip citra bakti. *Jurnal Imedtech*, 6(1), 32–41. <https://doi.org/10.38048/imedtech.v6i1.256>
- Webster, C. A., Mindrila, D., Moore, C., Stewart, G., Orendorff, K., & Taunton, S. (2020). Exploring the Role of Physical Education Teachers’ Domain-Specific Innovativeness, Educational Background, and Perceived School Support in CSPAP Adoption. *Journal of Teaching in Physical Education*, 39(1), 36–47. <https://doi.org/10.1123/JTPE.2018-0313>
- Widodo, P., & Lumintuarso, R. (2017). Pengembangan model permainan tradisional untuk membangun karakter pada siswa SD kelas atas. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 183. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i2.7215>
- Wijaya, L. (2023). Peran Guru Profesional Untuk Meningkatkan Standar Kompetensi Pendidikan. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(6), 1222–1230. <https://doi.org/10.58344/JMI.V2I6.273>