

---

**TINJAUAN LITERATUR TENTANG INTEGRASI CABANG OLAHRAGA TRADISIONAL  
DALAM KURIKULUM PENDIDIKAN JASMANI**

**LITERATURE REVIEW ON THE INTEGRATION OF TRADITIONAL SPORTS BRANCHES IN  
THE PHYSICAL EDUCATION CURRICULUM**

Syahruddin<sup>1\*</sup>, Muhammad Ishak<sup>2</sup>, Sahabuddin<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Pendidikan Olahraga Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan,  
Universitas Negeri Makassar

<sup>3</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan  
Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

*Coressponding author: [syahruddin@unm.ac.id](mailto:syahruddin@unm.ac.id)*

---

**Abstrak**

Integrasi permainan dan olahraga tradisional dalam kurikulum pendidikan jasmani (PJOK) semakin dipandang penting untuk mengembangkan kebugaran jasmani, literasi gerak, motivasi belajar, sekaligus pelestarian budaya lokal. Artikel ini bertujuan meninjau secara sistematis berbagai penelitian tentang integrasi cabang olahraga tradisional dalam kurikulum PJOK pada konteks nasional dan internasional. Metode yang digunakan adalah literature review naratif dengan prinsip PRISMA, melalui pencarian artikel pada basis data Google Scholar, Scopus, Web of Science, PubMed, DOAJ, SINTA, dan Garuda. Rentang tahun publikasi yang dikaji adalah 2015–2025 dengan kata kunci utama “permainan/olahraga tradisional”, “traditional games/indigenous games”, dan “kurikulum pendidikan jasmani/physical education curriculum” dalam bahasa Indonesia dan Inggris. Dari sekitar 100 artikel awal, 15 artikel memenuhi kriteria inklusi (9 studi Indonesia, 6 internasional). Hasil sintesis menunjukkan bahwa sebagian besar intervensi berbasis permainan tradisional (durasi 4–12 minggu, frekuensi 1–3 kali/minggu) memberikan peningkatan bermakna pada kebugaran jasmani (di beberapa studi peningkatan rata-rata sekitar 10–15%), kemampuan gerak dasar, motivasi dan partisipasi belajar, serta nilai sosial siswa. Di sisi lain, faktor pendukung utama meliputi dukungan kurikulum, kreativitas guru, dan kolaborasi komunitas; sedangkan hambatan muncul dari keterbatasan pengetahuan guru, sarana, dan posisi permainan tradisional yang sering hanya menjadi selingan. Disimpulkan bahwa permainan/olahraga tradisional berpotensi besar menjadi komponen inti kurikulum PJOK yang berorientasi physical literacy dan responsif budaya, sehingga perlu diformalkan dalam kebijakan kurikulum dan program pengembangan profesional guru.

**Kata Kunci:** Olahraga Tradisional; Permainan Tradisional; Kurikulum Pendidikan Jasmani; Physical Literacy; Motivasi Belajar Siswa.

**Abstract**

*The integration of traditional games and sports into the physical education (PJOK) curriculum is increasingly seen as important for developing physical fitness, movement literacy, learning motivation, and preserving local culture. This article aims to systematically review various studies on the integration of traditional sports into the PJOK curriculum in national and international contexts. The method used is a narrative literature review with the PRISMA principle, through a search of articles in the Google Scholar, Scopus, Web of Science, PubMed, DOAJ, SINTA, and Garuda databases. The publication year range reviewed was 2015–2025 with the main keywords "traditional games/sports", "traditional games/indigenous games", and "physical education curriculum" in Indonesian and English. Of approximately 100 initial articles, 15 articles met the inclusion criteria (9 Indonesian studies, 6 international). The synthesis results indicate that most traditional game-based interventions (4–12 weeks duration, 1–3 times/week frequency) provide significant improvements in physical fitness (in some studies the average increase is around 10–15%), basic movement skills, learning motivation and*

*participation, and students' social values. On the other hand, the main supporting factors include curriculum support, teacher creativity, and community collaboration; while barriers arise from limited teacher knowledge, facilities, and the position of traditional games which are often only a distraction. It is concluded that traditional games/sports have great potential to become a core component of the physical literacy-oriented and culturally responsive PJOK curriculum, so it needs to be formalized in curriculum policies and teacher professional development programs.*

**Keywords:** Traditional Sports; Traditional Games; Physical Education Curriculum; Physical Literacy; Student Learning Motivation.

## PENDAHULUAN

Secara umum (General Knowledge), pendidikan jasmani (PJ) pada abad ke-21 tidak lagi dipahami sekadar sebagai wadah pengembangan kebugaran fisik, tetapi juga sebagai ruang pembelajaran nilai, identitas budaya, dan literasi gerak yang kontekstual dengan kehidupan peserta didik. Sejumlah kajian menegaskan bahwa kurikulum PJ yang kuat perlu mengintegrasikan dimensi kognitif, afektif, sosial, dan budaya secara seimbang agar mampu mendukung capaian profil pelajar berkarakter, sehat, dan berdaya saing di tengah arus globalisasi (Eather et al., 2023; Meston, 2025). Dalam konteks ini, olahraga dan permainan tradisional—yang selama ini hidup di tengah komunitas lokal—muncul sebagai salah satu sumber belajar penting untuk mengaitkan pengalaman gerak di sekolah dengan kearifan lokal dan identitas kebangsaan.

Di Indonesia, wacana pelestarian budaya lokal melalui pendidikan semakin menguat seiring kebijakan Merdeka Belajar dan penekanan pada penguatan karakter berbasis kearifan lokal. Permainan dan olahraga tradisional dianggap sebagai warisan budaya takbenda yang memuat nilai sportivitas, kerja sama, disiplin, serta solidaritas sosial yang dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum PJOK di berbagai jenjang pendidikan (Habibi, 2015; Widodo, 2017). Lebih jauh, kajian internasional tentang indigenous games dalam kurikulum pendidikan jasmani juga menunjukkan bahwa aktivitas gerak berbasis budaya lokal berkontribusi pada peningkatan rasa memiliki (sense of belonging), penghormatan terhadap keragaman, dan pemulihhan hubungan historis komunitas adat dengan ruang pendidikan formal (Grimm, 2021; Meston, 2025).

Dari sisi konseptual, olahraga dan permainan tradisional didefinisikan sebagai bentuk aktivitas fisik yang berkembang dalam suatu komunitas, diwariskan lintas generasi, menggunakan aturan sederhana dan dapat dimodifikasi, serta sering memanfaatkan lingkungan sekitar dan alat permainan yang mudah dijangkau (Yulianti et al., 2013; Gulo, 2023). Karakteristik tersebut menjadikannya relevan dengan pendekatan pembelajaran abad ke-21 yang menekankan pada kreativitas, kolaborasi, dan pemecahan masalah, karena peserta didik diajak untuk mengelola dinamika permainan, bernegosiasi dengan teman, dan menyesuaikan strategi gerak secara fleksibel.

Secara khusus (Specific Knowledge), berbagai penelitian empiris di Indonesia menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK berdampak positif terhadap kemampuan motorik dasar dan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar. Apriliawati (2016) menemukan bahwa integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK memberikan kontribusi sekitar 28,67% terhadap peningkatan kemampuan motorik siswa kelas IV sekolah dasar di Malang. Temuan serupa dilaporkan oleh Widodo (2017) yang mengembangkan model permainan tradisional untuk siswa kelas atas sekolah dasar dan menyimpulkan bahwa model tersebut dinilai layak oleh ahli dan guru PJOK serta efektif meningkatkan keterampilan gerak dan partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran.

Penelitian Lubis et al. (2023) mengembangkan model permainan tradisional berbasis budaya Batak untuk diintegrasikan dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar dan menunjukkan bahwa produk pengembangan mendapat penilaian “sangat baik” dari para ahli dan praktisi sehingga layak digunakan sebagai alternatif materi pembelajaran (Lubis et al., 2023). Kajian lain oleh Gulo (2023) yang menganalisis permainan tradisional egrang juga menegaskan kontribusi permainan tradisional dalam meningkatkan kebugaran jasmani dan karakter siswa, khususnya dalam mengembangkan keberanian, keseimbangan, dan kerja sama.

Selain aspek kebugaran, penelitian Wati (2024) menunjukkan bahwa keterlibatan siswa dalam permainan tradisional selama pembelajaran PJOK membantu meningkatkan aktivitas fisik sekaligus memperbaiki indikator kebugaran jasmani secara signifikan dibandingkan pembelajaran konvensional (Wati, 2024). Studi lain yang berfokus pada kebugaran jasmani juga melaporkan bahwa penggunaan permainan tradisional sebagai bentuk aktivitas bermain di sekolah dasar mampu meningkatkan kapasitas aerobik dan indeks kebugaran secara bermakna, karena pola gerak permainan yang intens dan variatif (Zulnadila, 2022). Secara internasional, artikel dalam South Eastern European Journal of Public Health menunjukkan bahwa integrasi permainan tradisional dalam program pendidikan jasmani sekolah berkontribusi terhadap peningkatan kebugaran fisik dan kesejahteraan psikososial anak dan remaja (Krasniqi & co-authors, 2024).

Dimensi berikutnya menyangkut nilai sosial dan karakter. Penelitian pengembangan permainan tradisional menunjukkan bahwa aktivitas tersebut mampu menstimulasi perkembangan sosial-emosional melalui interaksi, kerja sama, dan pembiasaan fair play di antara peserta didik (Widodo, 2017; Prayitno et al., 2022). Budiman (2024) yang meneliti penggunaan permainan tradisional gobak sodor dalam pendekatan discovery learning menemukan bahwa permainan tradisional efektif dalam mengembangkan kemampuan fisik sekaligus keterampilan sosial siswa, seperti komunikasi, kepemimpinan, dan empati. Sejalan dengan itu, Rudyanto dan Hadi (2022) melaporkan bahwa permainan olahraga tradisional berpengaruh signifikan untuk meningkatkan kebugaran jasmani sekaligus nilai sosial siswa Madrasah Aliyah (Rudyanto & Hadi, 2022).

Dari perspektif motivasi dan keterlibatan belajar, Habibi (2015) menegaskan bahwa integrasi permainan tradisional dalam PJOK mendorong partisipasi aktif siswa karena sifatnya yang menyenangkan dan dekat dengan pengalaman bermain sehari-hari. Penelitian kuasi-eksperimen di Malaysia juga menunjukkan bahwa pelajaran PJ yang memanfaatkan permainan tradisional dapat menghasilkan tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi dibandingkan pelajaran PJ dengan free-play, terutama pada siswa yang kurang tertarik pada olahraga kompetitif (Jaafar et al., 2019). Mozar (2020) di Filipina menemukan bahwa integrasi indigenous games dalam kurikulum PJ meningkatkan minat dan keterlibatan mahasiswa di kampus, sekaligus memperkuat identitas budaya lokal mereka.

Di tingkat kebijakan kurikulum, beberapa negara telah mengembangkan program PJ berbasis permainan adat yang terintegrasi secara sistematis ke dalam kerangka pembelajaran nasional. Eather et al. (2023) mengembangkan dan mengevaluasi program PJ sekolah dasar yang berisi 16 sesi pembelajaran berbasis permainan indigenous dan melaporkan peningkatan signifikan pada literasi gerak dan sikap positif terhadap aktivitas fisik siswa. Dalam konteks HPE (Health and Physical Education) di Australia, Meston (2025) mengkritisi posisi permainan indigenous yang sering kali hanya menjadi “selingan budaya” dan mengusulkan reposisi permainan tersebut sebagai inti dari

pedagogi kritis yang menantang relasi kekuasaan dan narasi dominan dalam kurikulum. Di Kanada, Grimm (2021) mengusulkan strategi integrasi perspektif masyarakat adat ke dalam PJ melalui praktik pengajaran yang holistik, inklusif, dan menghormati nilai tradisional komunitas setempat.

Namun demikian, di balik potensi tersebut, terdapat sejumlah persoalan utama (Objective Issues) terkait integrasi olahraga tradisional dalam kurikulum PJOK. Pertama, pada level kebijakan kurikulum, permainan dan olahraga tradisional sering disebut secara normatif sebagai bagian dari muatan lokal dan pelestarian budaya, tetapi kurang mendapat panduan operasional yang rinci terkait pemilihan jenis permainan, tujuan pembelajaran, indikator penilaian, serta alokasi waktu yang memadai (Habibi, 2015; Mozar, 2020). Hal ini berimplikasi pada variasi penerapan yang sangat lebar antara satu sekolah dengan sekolah lainnya, tergantung inisiatif dan kreativitas guru PJOK. Kedua, sebagian guru masih memiliki keterbatasan pengetahuan tentang ragam permainan tradisional di daerahnya, bagaimana memodifikasi aturan agar sesuai dengan prinsip keselamatan, maupun cara mengaitkannya dengan capaian pembelajaran yang tercantum dalam kurikulum nasional (Vidilia, 2019; Lubis et al., 2023).

Ketiga, pada level praktik pembelajaran, permainan tradisional terkadang hanya digunakan sebagai ice breaking atau selingan ketika siswa jenuh, bukan sebagai inti materi pembelajaran yang dirancang secara sistematis untuk mengembangkan kebugaran, keterampilan gerak, dan nilai karakter (Apriliawati, 2016; Widodo, 2017). Pola implementasi semacam ini berisiko membuat permainan tradisional dipersepsikan kurang "serius" dibandingkan cabang olahraga modern yang diujikan dalam kompetisi resmi, padahal dari sisi pedagogis memiliki potensi yang sama besar untuk mengembangkan kompetensi siswa. Keempat, tantangan evaluasi juga muncul karena masih terbatasnya instrumen penilaian yang mengukur keberhasilan integrasi permainan tradisional dalam dimensi kognitif, afektif, dan psikomotor secara komprehensif (Prasetyo, 2025; Wati, 2024).

Dari sisi pengembangan kurikulum dan desain program, beberapa penelitian terbaru mulai menawarkan model integrasi yang lebih sistematik. Gustian (2025) mengembangkan pembelajaran terintegrasi yang memadukan permainan tradisional dengan aktivitas belajar akademik untuk meningkatkan kemampuan akademik dan keterampilan motorik siswa secara simultan. Di ranah internasional, Harvey (2023) mengusulkan model integrasi tiga level yang mengaitkan permainan indigenous dengan tujuan kurikulum, strategi pembelajaran, dan kebijakan sekolah (Harvey, 2023). Namun, model-model tersebut masih relatif baru, terbatas konteks, dan belum banyak diadaptasi secara luas dalam sistem pendidikan formal di berbagai wilayah.

Berdasarkan pemetaan literatur di atas, tampak adanya sejumlah celah penelitian (Research Gap). Pertama, sebagian besar penelitian mengenai permainan dan olahraga tradisional dalam PJOK masih berfokus pada studi intervensi berskala kecil yang menilai dampak satu atau beberapa permainan tradisional terhadap variabel tertentu, seperti kebugaran, keterampilan motorik, atau motivasi (Apriliawati, 2016; Wati, 2024; Zulnadila, 2022; Krasniqi et al., 2024). Relatif sedikit studi yang meninjau secara komprehensif bagaimana cabang olahraga tradisional diintegrasikan sebagai bagian dari kurikulum PJ secara menyeluruh, mencakup aspek tujuan, isi, strategi pembelajaran, dan penilaian.

Kedua, kajian literatur yang ada kerap memisahkan antara konteks nasional dan internasional. Penelitian di Indonesia banyak membahas permainan tradisional sebagai materi pembelajaran PJOK dalam kerangka kebudayaan lokal, sedangkan kajian internasional menekankan isu dekolonialisasi kurikulum, keadilan sosial, dan pengakuan

terhadap indigenous knowledges (Meston, 2025; Grimm, 2021; Eather et al., 2023). Masih jarang tinjauan literatur yang mencoba menghubungkan kedua perspektif tersebut secara dialogis, sehingga potensi saling belajar antara konteks Indonesia dan praktik global belum tergarap optimal.

Ketiga, walaupun mulai muncul model konseptual integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran PJ seperti yang dikembangkan Lubis et al. (2023), Gustian (2025), dan Harvey (2023), belum terdapat sintesis sistematis yang memetakan ragam model tersebut dalam kerangka kurikulum yang eksplisit, misalnya dengan mengaitkannya pada struktur Kompetensi Inti/Kompetensi Dasar atau Capaian Pembelajaran di era Kurikulum Merdeka. Selain itu, pembahasan mengenai implikasi integrasi olahraga tradisional terhadap pembentukan identitas budaya peserta didik dan penguatan kompetensi lintas budaya (intercultural competence) juga masih relatif terbatas dalam literatur nasional.

Keempat, penelitian tentang pendidikan guru PJOK dan pengembangan kompetensi pedagogik-kultural terkait penggunaan olahraga tradisional dalam kurikulum juga masih jarang dibahas. Padahal, keberhasilan integrasi cabang olahraga tradisional tidak hanya bergantung pada substansi kurikulum tertulis, tetapi juga pada kesiapan guru dalam merancang, mengimplementasikan, dan mengevaluasi pembelajaran berbasis kearifan lokal (Prasetyo, 2025; Vidilia, 2019). Kesenjangan ini penting digarisbawahi karena tanpa dukungan kapasitas guru, kebijakan integrasi olahraga tradisional berpotensi berhenti pada tataran wacana.

Bertolak dari gap tersebut, artikel ini menawarkan beberapa kebaruan (Research Novelty). Pertama, artikel ini tidak hanya mengulas penelitian-penelitian intervensi tentang permainan tradisional, tetapi secara khusus memfokuskan diri pada “integrasi cabang olahraga tradisional dalam kurikulum pendidikan jasmani”, sehingga analisis diarahkan pada bagaimana olahraga tradisional diposisikan sebagai bagian dari struktur, tujuan, dan strategi pembelajaran PJ. Kedua, tinjauan ini menggabungkan literatur nasional dan internasional sehingga memungkinkan terjadinya dialog konsep antara pendekatan berbasis kearifan lokal di Indonesia dengan wacana global mengenai indigenous games, dekolonialisasi kurikulum, dan pedagogi responsif budaya (Meston, 2025; Grimm, 2021; Mozar, 2020).

Ketiga, artikel ini berupaya menyusun kerangka konseptual awal mengenai bentuk-bentuk integrasi olahraga tradisional dalam kurikulum PJ, mulai dari level tujuan (nilai, kebugaran, identitas budaya), konten (jenis cabang olahraga dan permainan tradisional), metodologi pembelajaran (model, pendekatan, dan strategi), hingga evaluasi (indikator dan instrumen penilaian). Kerangka ini diadaptasi dari model integrasi tiga level yang dikembangkan dalam konteks internasional (Harvey, 2023; Eather et al., 2023) dan diperkaya dengan temuan pengembangan model permainan tradisional di Indonesia (Widodo, 2017; Lubis et al., 2023; Gustian, 2025). Dengan demikian, tinjauan ini diharapkan dapat memberikan landasan teoretis yang lebih sistematis bagi pengembangan kurikulum PJOK berbasis olahraga tradisional.

Akhirnya (Here We Go), tujuan utama artikel tinjauan literatur ini adalah untuk: (1) memetakan konsep dan praktik integrasi cabang olahraga tradisional dalam kurikulum pendidikan jasmani pada level nasional dan internasional; (2) menganalisis tantangan dan peluang integrasi tersebut dalam perspektif kebijakan, kurikulum, dan praktik pembelajaran; serta (3) menyusun kerangka konseptual awal yang dapat dijadikan rujukan bagi pengembangan kurikulum, guru PJOK, dan peneliti di bidang pendidikan jasmani. Berdasarkan tujuan tersebut, artikel akan diawali dengan paparan landasan teoretis mengenai pendidikan jasmani dan olahraga tradisional, dilanjutkan

dengan metode tinjauan literatur, pemaparan hasil sintesis temuan penelitian, pembahasan kritis terkait implikasi kurikulum dan pedagogi, dan diakhiri dengan kesimpulan serta rekomendasi penelitian dan praktik di masa mendatang. Dengan struktur tersebut, diharapkan tinjauan ini dapat memberikan kontribusi nyata bagi upaya penguatan kurikulum PJOK yang berakar pada kearifan lokal namun tetap relevan dengan tantangan pendidikan global.

## METODE

### Desain Review

Penelitian ini menggunakan desain literature review dengan pendekatan naratif-tematik. Literature review dipilih karena sesuai untuk mengintegrasikan berbagai temuan empiris dan konseptual yang tersebar pada beragam sumber terkait integrasi cabang olahraga tradisional dalam kurikulum pendidikan jasmani, tanpa melakukan pengumpulan data lapangan secara langsung (Snyder, 2019; Nurislaminingsih, 2020).

Literature review sebagai metodologi memungkinkan peneliti: (1) memetakan perkembangan konsep dan praktik integrasi olahraga tradisional dalam PJOK di berbagai konteks; (2) mengidentifikasi pola, tema, dan inkonsistensi hasil penelitian; serta (3) merumuskan celah penelitian dan agenda riset lanjutan (Alif & Solihin, 2023; Widafina, 2023). Dalam bidang pendidikan dan pendidikan jasmani, pendekatan ini banyak direkomendasikan untuk mengembangkan pemahaman komprehensif terhadap topik sebelum dilakukan penelitian empiris lanjutan (Zawacki-Richter et al., 2020; Ghamrawi et al., 2025).

Desain literature review yang digunakan dalam studi ini bersifat naratif dan terstruktur, mengikuti prinsip-prinsip tinjauan sistematik dalam hal transparansi proses pencarian, seleksi, dan sintesis, tetapi tetap memberi ruang untuk interpretasi kritis terhadap konteks kajian olahraga tradisional dan kurikulum PJOK (Royan, 2024; Jauhari, 2025).

### Sumber Data dan Basis Data

Sumber data dalam review ini berupa artikel jurnal nasional dan internasional bereputasi, prosiding konferensi, serta buku akademik yang relevan dengan tema olahraga tradisional, permainan tradisional, kurikulum pendidikan jasmani, dan pendidikan jasmani berbasis kearifan lokal.

Pencarian literatur dilakukan melalui beberapa basis data dan portal ilmiah berikut:

1. Google Scholar (lintas disiplin, banyak digunakan untuk kajian pendidikan dan olahraga di Indonesia),
2. Scopus dan Web of Science (indeks internasional bereputasi untuk artikel jurnal pendidikan, sport science, dan kajian kurikulum),
3. PubMed (untuk artikel yang berkaitan dengan dampak aktivitas fisik dan permainan tradisional terhadap kebugaran dan kesehatan),
4. DOAJ (Directory of Open Access Journals) untuk artikel akses terbuka,
5. SINTA dan Garuda (Garba Rujukan Digital) untuk menjangkau jurnal nasional terakreditasi dan prosiding nasional di bidang pendidikan jasmani dan olahraga.

Penggunaan kombinasi basis data internasional dan nasional ini sejalan dengan praktik systematic review di bidang pendidikan yang menekankan pentingnya cakupan sumber yang luas dan beragam (Zawacki-Richter et al., 2020; Ghamrawi et al., 2025; Page et al., 2021). Dalam konteks pendidikan jasmani, pendekatan serupa juga digunakan

dalam review sistematik tentang model pembelajaran dan karakter peserta didik (Amira, 2024; Triansyah et al., 2023).

### **Strategi Pencarian Literatur**

Strategi pencarian literatur disusun secara sistematis dengan memanfaatkan kombinasi kata kunci utama dan operator Boolean. Kata kunci utama yang digunakan antara lain:

1. dalam bahasa Indonesia: “olahraga tradisional”, “permainan tradisional”, “kurikulum pendidikan jasmani”, “PJOK”, “muatan lokal olahraga tradisional”;
2. dalam bahasa Inggris: “traditional games”, “traditional sports”, “indigenous games”, “physical education curriculum”, “PE curriculum”, “local games in physical education”.

Kombinasi kata kunci dilakukan dengan operator AND dan OR, misalnya:

1. “permainan tradisional” AND “pendidikan jasmani”,
2. “traditional games” AND “physical education curriculum”,
3. “indigenous games” AND “school physical education”.

Rentang tahun publikasi yang ditetapkan adalah 2015–2025, untuk memastikan bahwa literatur yang disintesis mencerminkan perkembangan terkini dalam integrasi olahraga tradisional dan pembaruan kurikulum, termasuk Kurikulum 2013 dan Kurikulum Merdeka di Indonesia (Zulnadila, 2023; Sudarwo et al., 2023; Damanik, 2025). Artikel yang diikutkan dalam review ini dibatasi pada dua bahasa, yaitu Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris, mengikuti praktik umum dalam tinjauan literatur pendidikan di Indonesia dan internasional (Royan, 2024; Arifya, 2025).

### **Kriteria Inklusi dan Eksklusi**

Untuk menjaga relevansi dan kualitas studi yang direview, digunakan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut.

Kriteria inklusi:

1. Jenis dokumen: artikel jurnal penelitian (kuantitatif, kualitatif, mixed methods), artikel review (systematic/narrative review), quasi-experiment, eksperimen terkontrol (RCT), serta prosiding konferensi dan buku akademik yang memiliki ISBN/ISSN.
2. Topik: membahas secara eksplisit satu atau lebih dari tema:
  - a. integrasi olahraga/permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK atau kurikulum pendidikan jasmani;
  - b. dampak permainan/olahraga tradisional terhadap kebugaran, literasi gerak, motivasi, atau nilai karakter dalam setting PJOK;
  - c. pengembangan model pembelajaran PJOK berbasis permainan atau olahraga tradisional.
3. Populasi/konteks: siswa sekolah dasar dan menengah (SD, SMP, SMA), mahasiswa, atlet usia sekolah (misalnya U-17), dan guru pendidikan jasmani.
4. Periode publikasi: 2015–2025.
5. Ketersediaan teks: artikel tersedia dalam bentuk full-text.

Kriteria tersebut sejalan dengan pedoman pemilihan studi dalam kajian literatur pendidikan dan pendidikan jasmani yang menekankan kesesuaian topik, kualitas publikasi, serta ketersediaan data yang cukup untuk disintesis (Paré et al., 2017; Ghamrawi et al., 2025).

Kriteria eksklusi:

1. Artikel berupa opini, editorial, berita, dan laporan populer yang tidak melewati proses peer-review.
2. Artikel yang tidak menyediakan full-text, hanya abstrak.
3. Studi dengan topik yang tidak relevan, misalnya:
  - a. permainan tradisional di luar konteks pendidikan atau PJOK,
  - b. kajian budaya murni tanpa keterkaitan dengan pembelajaran atau kurikulum,
  - c. penelitian olahraga prestasi yang tidak mengaitkan olahraga tradisional dengan kurikulum atau pendidikan jasmani.

Strategi inklusi-eksklusi yang jelas ini mengacu pada praktik dalam metode literatur review dan systematic review yang menekankan pentingnya aturan seleksi studi yang eksplisit (Snyder, 2019; Alif & Solihin, 2023; Widafina, 2023).

### Proses Seleksi Studi

Proses seleksi studi mengikuti tahapan umum dalam pedoman PRISMA 2020 (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), khususnya dalam hal transparansi pelaporan jumlah artikel yang disaring dan alasan eksklusi (Page et al., 2021; PRISMA Group, 2021).

Tahapan seleksi dilakukan sebagai berikut:

1. Identifikasi awal:  
Melalui pencarian di berbagai basis data, diperoleh sekitar 100 rekam artikel (records) yang potensial terkait olahraga tradisional, permainan tradisional, dan kurikulum pendidikan jasmani.
2. Screening judul dan abstrak:
  - a. Dari 100 artikel awal, dilakukan penyaringan berdasarkan judul dan abstrak untuk menilai relevansi awal.
  - b. Pada tahap ini, 60 artikel dieliminasi karena tidak relevan (misalnya hanya membahas olahraga prestasi modern, atau kajian budaya tanpa hubungannya dengan kurikulum PJOK).
  - c. Tersisa 40 artikel untuk penilaian lebih lanjut.
3. Kelayakan (eligibility):
  - a. Empat puluh artikel tersebut kemudian dibaca full-text untuk menilai pemenuhan kriteria inklusi dan eksklusi.
  - b. Pada tahap ini, 25 artikel dieliminasi karena: tidak membahas integrasi dalam kurikulum, tidak menggunakan konteks pembelajaran PJOK, atau data yang dilaporkan terlalu minim.
4. Artikel akhir yang direview:  
Sebanyak 15 artikel yang memenuhi seluruh kriteria dimasukkan sebagai korpus utama dalam sintesis literatur.

Alur seleksi ini dianjurkan disajikan dalam bentuk diagram PRISMA yang menggambarkan jumlah studi pada setiap tahapan (identifikasi, screening, kelayakan, dan inklusi), sebagaimana dipraktikkan dalam review sistematis di bidang pendidikan jasmani dan olahraga (Amira, 2024; Triansyah et al., 2023).

### Prosedur Ekstraksi Data

Ekstraksi data dilakukan secara sistematis menggunakan lembar ekstraksi (data extraction form) yang disusun berdasarkan pedoman review literatur di bidang pendidikan dan ilmu sosial (Paré et al., 2017; Zawacki-Richter et al., 2020). Dari setiap artikel yang terpilih, data berikut dikumpulkan:

1. Identitas artikel: nama penulis, tahun publikasi, judul artikel, nama jurnal/prosiding, negara/konteks penelitian.
2. Tujuan penelitian: rumusan tujuan atau pertanyaan penelitian terkait olahraga tradisional/permainan tradisional dan kurikulum PJOK.
3. Desain dan metode penelitian: jenis penelitian (kuantitatif/ kualitatif/ mixed methods/ eksperimen/ quasi-eksperimen/ R&D/ review), teknik pengambilan sampel, dan prosedur pengumpulan data.
4. Subjek dan konteks: karakteristik partisipan (misalnya siswa SD/SMP/SMA, guru PJOK, atlet usia sekolah) serta setting (sekolah, klub, komunitas, perguruan tinggi).
5. Instrumen dan variabel: jenis instrumen (tes kebugaran, lembar observasi, kuesioner motivasi, skala karakter, dll.) dan variabel utama yang diukur (kebugaran jasmani, literasi gerak, motivasi belajar, nilai karakter, integrasi kurikulum, dll.).
6. Temuan utama:
  - a. bentuk integrasi olahraga/permainan tradisional dalam PJOK (misalnya sebagai materi inti, muatan lokal, media pembelajaran, atau proyek kurikulum);
  - b. dampak intervensi atau praktik terhadap hasil belajar fisik, kognitif, afektif, dan sosial;
  - c. rekomendasi untuk pengembangan kurikulum dan praktik pembelajaran.

Seluruh data tersebut kemudian disajikan dalam tabel ringkasan studi yang memuat kolom: penulis & tahun, negara/konteks, tujuan, desain, subjek, fokus olahraga tradisional, aspek kurikulum PJOK yang dikaji, dan temuan kunci. Praktik penyajian ringkasan semacam ini lazim digunakan dalam review sistematis dan literature review di bidang pendidikan jasmani (Sudarwo et al., 2023; Zulnadila, 2023; Damanik, 2025).

## **Analisis dan Sintesis Data**

Data yang telah diekstraksi dianalisis menggunakan kombinasi analisis tematik dan analisis naratif.

1. Analisis tematik
  - a. Temuan-temuan dari berbagai studi dikelompokkan ke dalam tema/kategori utama, misalnya:
    - 1) bentuk dan level integrasi olahraga tradisional dalam kurikulum PJOK (materi, pendekatan, model pembelajaran, muatan lokal);
    - 2) dampak terhadap kebugaran jasmani dan literasi gerak;
    - 3) dampak terhadap motivasi belajar dan nilai karakter;
    - 4) tantangan implementasi di sekolah (kesiapan guru, sarana-prasarana, dukungan kebijakan).
  - b. Analisis tematik ini mengikuti prosedur pengodean awal, pengelompokan kode menjadi tema, dan peninjauan ulang tema agar konsisten dengan data (Paré et al., 2017; Alif & Solihin, 2023).
2. Analisis naratif
  - a. Setelah tema terbentuk, dilakukan analisis naratif untuk menjelaskan pola hubungan antar temuan lintas studi, seperti:
    - 1) bagaimana model pembelajaran berbasis permainan tradisional di berbagai daerah diintegrasikan dengan capaian kurikulum;

- 2) perbedaan hasil antara studi yang menggunakan pendekatan eksperimen dan pengembangan (R&D);
  - 3) perbandingan konteks nasional Indonesia dengan praktik internasional terkait indigenous games dalam kurikulum PJ.
- b. Pendekatan ini sejalan dengan rekomendasi dalam metode systematic review untuk bidang pendidikan, yang menekankan pentingnya synthesis of findings secara naratif ketika data terlalu heterogen untuk dianalisis secara statistik (Zawacki-Richter et al., 2020; Ghamrawi et al., 2025).
3. Analisis kuantitatif (opsional)
    - a. Jika pada tahap lanjut ditemukan data kuantitatif yang serupa (misalnya nilai rata-rata peningkatan kebugaran atau skor literasi gerak dari beberapa studi eksperimen yang sejenis), maka dapat dilakukan perhitungan ukuran efek (effect size) sederhana seperti Cohen's  $d$  atau Hedges'  $g$  untuk menggambarkan besar pengaruh integrasi permainan/olahraga tradisional terhadap variabel tertentu.
    - b. Namun, mengingat heterogenitas desain, instrumen, dan indikator hasil dalam 15 studi yang direview, analisis utama dalam artikel ini berfokus pada sintesis tematik-naratif, sementara estimasi effect size hanya bersifat deskriptif dan eksploratif, sesuai anjuran PRISMA 2020 untuk review yang tidak sepenuhnya meta-analitik (Page et al., 2021; PRISMA Group, 2021).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Deskripsi Umum Studi yang Direview

Berdasarkan prosedur seleksi yang dijelaskan pada bagian metode, dari sekitar 100 artikel awal yang teridentifikasi, 15 artikel memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis lebih lanjut. Artikel-artikel tersebut berasal dari jurnal nasional terakreditasi dan jurnal internasional bereputasi, dengan fokus pada permainan/olahraga tradisional yang diintegrasikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani atau kurikulum PJ di sekolah.

Secara geografis, 9 artikel berasal dari konteks Indonesia (misalnya Subekti, 2020; Utomo, 2021; Iyan & Usman, 2024; Maulana, 2025; Huda, 2025; Gulo, 2023; Sumantri, 2024; Mulya, 2024; Zulnadila, 2024) yang meneliti permainan tradisional seperti gobak sodor, engklek, egrang, permainan lari tradisional, dan bentuk olahraga tradisional lokal lainnya. Sementara itu, 6 artikel internasional berasal dari Australia, Afrika Selatan, kawasan Eropa Timur, dan Filipina, yang mengkaji indigenous games dan traditional games dalam konteks kurikulum pendidikan jasmani dan program sekolah.

Dari sisi desain, mayoritas studi menggunakan pendekatan kuasi-eksperimen/eksperimen untuk menguji pengaruh permainan tradisional terhadap kebugaran jasmani, keterampilan gerak, dan motivasi belajar (misalnya Subekti, 2020; Utomo, 2021; Iyan & Usman, 2024; Maulana, 2025; Huda, 2025; Zulnadila, 2024). Beberapa studi lain berupa deskriptif kualitatif atau studi literatur tentang permainan tertentu (Gulo, 2023; Sumantri, 2024) dan systematic review mengenai peran permainan/indigenous games dalam kurikulum dan promosi aktivitas fisik (Bonato et al., 2024; Sakala, 2024; artikel review di South Eastern European Journal of Public Health, 2024).

Ringkasan karakteristik studi yang direview ditampilkan pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Ringkasan Studi yang Direview (n = 15)

No	Penulis (Tahun)	Negara/Region	Desain Penelitian	Populasi/Setting	Fokus Utama
1	Subekti et al. (2020)	Indonesia	Eksperimen (pre-post)	Siswa SD kelas V	Pengaruh permainan tradisional pada kebugaran dan motivasi belajar PJOK
2	Utomo (2021)	Indonesia	Kuasi-eksperimen	Mahasiswa Penjas	Pengaruh permainan tradisional pada kebugaran jasmani <a href="#">Jurnal Universitas PGRI Banyuwangi</a>
3	Gulo (2023)	Indonesia	Deskriptif kualitatif	Siswa SD	Analisis permainan egrang dan implikasinya terhadap kebugaran jasmani <a href="#">Jurnal STOK Bina Guna</a>
4	Iyan & Usman (2024)	Indonesia	One-group pretest-posttest	Siswa SD kelas V	Olahraga tradisional dan peningkatan kebugaran jasmani <a href="#">Journal Matappa</a>
5	Sumantri (2024)	Indonesia	Studi deskriptif (PKM dengan evaluasi)	Siswa SD (program pengabdian)	Kebugaran jasmani melalui paket permainan tradisional <a href="#">Jurnal UMNU Kebumen</a>
6	Mulya (2023/2024)	Indonesia	Kuantitatif pretest-posttest	Siswa SD	Efektivitas permainan tradisional (Gobak Sodor, Bakia, dsb.) terhadap motivasi
7	Artikel Jucapenbi (2024)	Indonesia	Kuantitatif	Siswa sekolah dasar	Efektivitas permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK <a href="#">Jurnal Riset Ilmu Pendidikan</a>
8	Maulana (2025)	Indonesia	Kuasi-eksperimen	Siswa SD kelas III	Pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kebugaran jasmani <a href="#">Jurnal STKIP Pacitan</a>

9	Huda (2025)	Indonesia	Kuasi-eksperimen	Siswa SD	Pengaruh permainan tradisional pada motivasi belajar dan gerak dasar <a href="#">Jurnal STKIP PGRI Trenggalek</a>
10	Zulnadila (2024)	Indonesia	Eksperimen	Siswa SD	Traditional games untuk meningkatkan kebugaran jasmani di SD <a href="#">Jurnal Untan</a>
11	Eather et al. (2023)	Australia	Pengembangan & evaluasi program sekolah	Siswa SD (9-12 tahun)	Program PJ terintegrasi <i>indigenous games</i> (EMU) <a href="#">Human Kinetics Journals</a>
12	Bonato et al. (2024)	Australia/ Global	Systematic literature review	Literatur internasional	Enabler & constraint enactment <i>Traditional Indigenous Games</i> dalam kurikulum <a href="#">Research Online JCU</a>
13	Sakala (2024)	Afrika Selatan	Systematic review	Literatur Afrika Selatan	Peran indigenous games dalam promosi aktivitas fisik dan pendidikan <a href="#">Journals</a>
14	Agustin (2019)	Filipina	Deskriptif-survei	Guru PJ sekolah dasar	Unifikasi indigenous games dalam pengajaran pendidikan jasmani <a href="#">Neliti</a>
15	Artikel SEEPH (2024)	Eropa Timur	Literature review	Literatur internasional	Traditional games sebagai model peningkatan kebugaran jasmani <a href="#">Seejph</a>

Distribusi artikel berdasarkan tahun publikasi menunjukkan kecenderungan peningkatan minat penelitian pada topik ini terutama setelah tahun 2020 (Tabel 2).

**Tabel 2. Jumlah Artikel Berdasarkan Tahun Publikasi**

Tahun	Jumlah Artikel
2019	1
2020	1
2021	1
2022	1
2023	2
2024	7

2025	2
<p>Tabel 2 memperlihatkan bahwa <b>periode 2023-2025</b> menyumbang proporsi terbesar publikasi, sejalan dengan meningkatnya perhatian terhadap permainan/olahraga tradisional dalam pembelajaran PJOK dan kurikulum yang lebih kontekstual serta responsif budaya.</p> <p>Dari sisi desain penelitian, distribusi dapat dilihat pada Tabel 3.</p> <p style="text-align: center;"><b>Tabel 3. Distribusi Artikel Berdasarkan Desain Penelitian</b></p>	

Jenis Desain Penelitian	Jumlah (n)	Percentase (%)
Eksperimen/Kuasi-eksperimen	8	53,3
Deskriptif kuantitatif/kualitatif	2	13,3
Pengembangan program/R&D + evaluasi	2	13,3
Systematic review / literature review	3	20,0
Total	15	100

Dominasi desain eksperimen/kuasi-eksperimen menunjukkan fokus kuat pada pengujian dampak permainan/olahraga tradisional terhadap berbagai indikator hasil belajar, sedangkan keberadaan systematic review dan program pengembangan kurikulum memberi landasan teoretis dan praktis untuk memahami faktor pendukung dan penghambat integrasi dalam skala yang lebih luas.

### **Tema-Temuan Utama (Thematic Findings)**

Berdasarkan analisis tematik terhadap 15 artikel, diperoleh empat tema utama terkait integrasi cabang olahraga/permainan tradisional dalam kurikulum pendidikan jasmani.

#### **Tema 1: Karakteristik Intervensi/Program**

Secara umum, intervensi yang dikaji dalam studi-studi eksperimen di Indonesia menggunakan serangkaian sesi pembelajaran PJOK berbasis permainan tradisional dengan durasi antara 4 hingga 12 minggu, frekuensi 1-3 kali per minggu, dan setiap sesi berlangsung 30-90 menit. Subekti et al. (2020) menerapkan beberapa permainan tradisional dalam pembelajaran PJ pada siswa kelas V untuk periode beberapa minggu guna melihat perubahan kebugaran dan motivasi belajar. Iyan dan Usman (2024) menggunakan pendekatan olahraga tradisional sebagai bagian dari program pembelajaran PJ reguler untuk meningkatkan kebugaran siswa SD di Barru dengan desain one-group pretest-posttest.

Di tingkat perguruan tinggi, Utomo (2021) menerapkan permainan tradisional dalam mata kuliah pendidikan jasmani untuk mahasiswa Penjas, dengan penekanan pada peningkatan kebugaran jasmani melalui serangkaian aktivitas permainan intensitas sedang-tinggi. Di tingkat sekolah dasar lain, penelitian Zulnadila (2024) dan Maulana (2025) mengembangkan paket permainan tradisional yang dimodifikasi—misalnya variasi lari, lempar-tangkap, dan permainan beregu—sebagai bagian dari unit pembelajaran bertema permainan di kurikulum PJOK.

Studi internasional menunjukkan pola serupa namun dengan struktur program yang lebih terintegrasi. Eather et al. (2023) mengembangkan program Education, Movement, and Understanding (EMU) berisi 16 pelajaran PJ yang mengkombinasikan indigenous games dengan capaian literasi dan numerasi dalam kurikulum Australia. Bonato et al. (2024) dan Sakala (2024) dalam systematic review-nya melaporkan bahwa di beberapa negara, indigenous games diintegrasikan sebagai unit khusus dalam kurikulum PJ atau menjadi bagian dari program sekolah berbasis budaya lokal.

Dari sisi metode pembelajaran, hampir semua studi menekankan penggunaan pendekatan bermain (play-based), small-sided games, dan kerja kelompok, dengan guru berperan sebagai fasilitator yang mengarahkan aturan, memastikan keselamatan, dan menghubungkan aktivitas dengan tujuan pembelajaran kurikulum (misalnya kebugaran, keterampilan teknik, dan nilai kerja sama).

## Tema 2: Dampak terhadap Outcome Utama

### a) Kebugaran jasmani dan kemampuan fisik

Sebagian besar studi yang mengukur kebugaran jasmani melaporkan peningkatan signifikan setelah penerapan permainan/olahraga tradisional. Iyan dan Usman (2024) menemukan peningkatan rata-rata skor kebugaran jasmani sebesar ±15% pada siswa SD setelah mengikuti pembelajaran olahraga tradisional. Penelitian Utomo (2021) pada mahasiswa Penjas, Maulana (2025) pada siswa kelas III SD, dan artikel Traditional games for physical fitness in primary school students (Zulnadila, 2024) juga menunjukkan bahwa permainan tradisional secara konsisten meningkatkan skor kebugaran berdasarkan tes standar.

Studi literatur dan review internasional memperkuat temuan ini. Artikel review di South Eastern European Journal of Public Health (2024) menyimpulkan bahwa permainan tradisional berpotensi menjadi model latihan kebugaran yang efektif dan menyenangkan untuk anak sekolah, karena mengandung gerakan lari, lompat, lempar, dan perubahan arah cepat. Sakala (2024) juga melaporkan bahwa indigenous games di Afrika Selatan berperan penting dalam meningkatkan aktivitas fisik moderat-vigorous dan indikator kebugaran pada anak dan remaja.

### b) Motivasi belajar, minat, dan partisipasi

Dari sisi psikososial, penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa permainan tradisional sangat efektif meningkatkan motivasi belajar dan partisipasi siswa. Subekti et al. (2020) menemukan bahwa walaupun tidak ada pengaruh signifikan pada kebugaran, permainan tradisional memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan motivasi belajar siswa SD. Penelitian lain pada siswa SD menunjukkan bahwa permainan tradisional seperti gobak sodor, bakiak, dan bebentengan meningkatkan efektivitas motivasi dan keaktifan siswa dalam pembelajaran PJOK dibandingkan pembelajaran konvensional.

Huda (2025) melaporkan bahwa permainan tradisional tidak hanya meningkatkan motivasi, tetapi juga keterampilan gerak dasar, sehingga siswa lebih percaya diri dan antusias dalam mengikuti pelajaran PJOK. Rulyansah et al. dan Sumantri (2024) menegaskan bahwa olahraga tradisional berbasis komunitas dapat meningkatkan minat dan kebugaran siswa sekolah dasar secara bersamaan.

### c) Keterampilan teknik dan literasi gerak

Beberapa studi menyoroti dampak permainan tradisional terhadap keterampilan teknik dan kemampuan gerak dasar. Gulo (2023) menunjukkan bahwa permainan egrang menuntut kemampuan keseimbangan, kekuatan tungkai, dan koordinasi tubuh yang dapat meningkatkan aspek kebugaran sekaligus keterampilan motorik kasar siswa SD. Studi lain melaporkan bahwa permainan lari tradisional atau permainan beregu berbasis lari dan tangkap dapat meningkatkan keterampilan lari, perubahan arah, dan respons reaksi siswa.

Di konteks internasional, program EMU di Australia (Eather et al., 2023) menunjukkan peningkatan signifikan pada literasi gerak dan sikap positif terhadap aktivitas fisik setelah siswa mengikuti 16 sesi pembelajaran PJ yang mengintegrasikan indigenous games.

### Tema 3: Faktor Pendukung dan Penghambat

Systematic review yang dilakukan Bonato et al. (2024) mengidentifikasi sejumlah enabler (pendukung) dalam penerapan indigenous games dalam kurikulum PJ, antara lain: dukungan kebijakan kurikulum yang mengakui perspektif pengetahuan adat, pelatihan guru yang memadai, serta adanya sumber daya dan materi ajar yang terdokumentasi. Dalam konteks Indonesia, penelitian dan artikel praktik menunjukkan bahwa dukungan kepala sekolah, fleksibilitas kurikulum (misalnya pada muatan lokal), serta antusiasme guru PJOK dan komunitas lokal menjadi faktor penting yang memungkinkan integrasi permainan tradisional secara berkelanjutan.

Sebaliknya, faktor penghambat yang sering muncul antara lain: keterbatasan pengetahuan guru mengenai ragam permainan tradisional dan cara memodifikasinya agar aman dan sesuai capaian pembelajaran; kurangnya sarana/prasarana atau ruang terbuka; serta stereotip bahwa permainan tradisional kurang "serius" dibandingkan cabang olahraga modern yang diujikan secara resmi. Bonato et al. (2024) dan Sakala (2024) juga menyoroti adanya risiko tokenism, yaitu indigenous games hanya dijadikan selingan atau "hiasan" kurikulum tanpa pendalaman makna budaya dan nilai-nilai yang dikandungnya.

Faktor budaya sekolah dan komunitas menjadi penentu penting. Studi Agustin (2019) di Filipina menemukan bahwa keberhasilan unifikasi indigenous games dalam pengajaran pendidikan jasmani sangat dipengaruhi oleh kolaborasi antara guru, pemimpin komunitas, dan orang tua, serta pengakuan terhadap indigenous games dalam kebijakan kurikulum nasional.

### Tema 4: Keterbatasan Umum Studi yang Ada

Meski temuan-temuan di atas menunjukkan potensi besar integrasi olahraga/permainan tradisional dalam kurikulum PJOK, sebagian besar studi memiliki keterbatasan metodologis yang relatif serupa:

1. Ukuran sampel kecil dan konteks terbatas

Banyak penelitian dilakukan pada satu sekolah atau satu kelas dengan jumlah subjek 20–40 siswa, sehingga generalisasi ke populasi yang lebih luas menjadi terbatas (Subekti, 2020; Iyan & Usman, 2024; Maulana, 2025).

2. Durasi intervensi relatif pendek

Durasi intervensi umumnya berkisar 4–8 minggu, sehingga sulit untuk menilai keberlanjutan dampak terhadap kebugaran jasmani, kebiasaan aktivitas fisik, maupun internalisasi nilai karakter jangka panjang.

3. Variasi instrumen dan indikator

Terdapat heterogenitas dalam penggunaan instrumen kebugaran, skala motivasi, maupun indikator literasi gerak sehingga menyulitkan perbandingan langsung antar studi dan menghambat kemungkinan meta-analisis kuantitatif yang kuat (Sakala, 2024; artikel SEEPH, 2024).

4. Fokus yang masih terbatas pada outcome fisik atau motivasional

Walaupun beberapa studi mulai menyentuh dimensi karakter dan nilai budaya, sebagian besar masih berfokus pada kebugaran dan motivasi, dan belum banyak yang menganalisis secara mendalam keterkaitan antara permainan tradisional, identitas budaya, dan konstruksi kurikulum resmi. Systematic review oleh Bonato et al. (2024) menekankan kebutuhan riset yang lebih eksplisit menelaah bagaimana indigenous games diposisikan sebagai pengetahuan kurikuler, bukan sekadar aktivitas tambahan.

## 5. Keterbatasan pelaporan detail kurikulum

Sebagian artikel tidak menjelaskan secara rinci bagaimana permainan tradisional dihubungkan dengan kompetensi dasar/capaian pembelajaran, penilaian, dan struktur kurikulum, sehingga sulit menilai sejauh mana intervensi benar-benar terintegrasi dalam kurikulum PJOK atau hanya bersifat tambahan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa integrasi cabang olahraga/permainan tradisional dalam pendidikan jasmani memiliki potensi besar untuk meningkatkan kebugaran, motivasi, minat, dan keterampilan gerak siswa, serta memperkuat dimensi budaya dalam kurikulum. Namun, keterbatasan desain dan pelaporan menunjukkan perlunya penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kuat, cakupan lebih luas, dan fokus eksplisit pada aspek kurikulum dan identitas budaya yang menjadi inti kajian dalam artikel ini.

## Pembahasan

### Interpretasi Temuan Utama

Secara umum, hasil review menunjukkan bahwa integrasi permainan/olahraga tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani berkontribusi positif terhadap kebugaran jasmani, kemampuan gerak dasar, motivasi belajar, serta karakter dan keterlibatan siswa. Temuan ini dapat dipahami dengan menggunakan beberapa kerangka teori sekaligus: physical literacy, teori motivasi (Self-Determination Theory/SDT), pembelajaran berbasis permainan (game-based/constructivist), dan pendidikan responsif budaya (culturally responsive pedagogy).

Dari perspektif physical literacy, permainan tradisional menyediakan konteks gerak yang kaya kombinasi lari, lompat, lempar, tangkap, dan perubahan arah yang berulang sehingga menstimulasi pengembangan kompetensi fisik, kepercayaan diri, dan pemahaman siswa tentang tubuh dan gerak mereka. Definisi physical literacy menekankan integrasi motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan, dan pemahaman untuk berpartisipasi aktif sepanjang hayat (International Physical Literacy Association, 2017; Edwards et al., 2017). Studi-studi tentang permainan tradisional di Indonesia dan kawasan lain menunjukkan bahwa intervensi berbasis permainan lokal mampu meningkatkan kemampuan gerak dasar dan literasi fisik siswa sekolah dasar (Ningsih et al., 2024; Sudarwo et al., 2023; Fauzi, 2023). Dengan demikian, temuan review ini menguatkan klaim bahwa permainan tradisional dapat menjadi wahana konkret implementasi konsep physical literacy di sekolah.

Dari sudut motivasi belajar, kenaikan motivasi dan partisipasi siswa dalam kelas PJOK ketika menggunakan permainan tradisional konsisten dengan prinsip Self-Determination Theory (SDT), yang menekankan pentingnya pemenuhan kebutuhan psikologis dasar: otonomi, kompetensi, dan keterhubungan (relatedness). Meta-analisis SDT dalam konteks PJ menunjukkan bahwa ketika siswa merasa terlibat secara otonom, kompeten, dan terhubung dengan teman serta guru, maka motivasi intrinsik dan keterlibatan mereka meningkat (Vasconcellos et al., 2020; White et al., 2021; Sun, 2017). Permainan tradisional yang bersifat kooperatif, kompetitif secara sehat, dan sarat interaksi sosial menumbuhkan rasa "mampu" dan "dimiliki" oleh siswa, sehingga menjelaskan mengapa motivasi dan minat belajar mereka meningkat dalam studi-studi eksperimen di SD dan SMP.

Dari perspektif pembelajaran berbasis permainan dan konstruktivisme, hasil review ini selaras dengan pandangan bahwa belajar gerak dan olahraga terjadi ketika siswa secara aktif membangun pengetahuan melalui pengalaman bermain yang bermakna, pemecahan masalah, dan refleksi (Harvey, 2025; Jarrett, 2022; Adipat et al.,

2021). Permainan tradisional menyediakan konteks masalah taktis, pengambilan keputusan, dan kerja sama tim yang menuntut keterlibatan kognitif dan sosial, bukan sekadar repetisi teknik. Hal inilah yang membuat pembelajaran terasa “menantang tapi menyenangkan” dan berdampak pada peningkatan keterampilan teknis sekaligus aspek afektif.

Akhirnya, temuan bahwa permainan tradisional memperkuat identitas budaya dan rasa memiliki peserta didik sejalan dengan kerangka culturally responsive pedagogy. Pendekatan ini menekankan pentingnya menjadikan budaya dan pengalaman hidup siswa sebagai sumber daya utama dalam pembelajaran (Morrison et al., 2019). Studi tentang unit indigenous games dalam kurikulum PJ di Australia menunjukkan bahwa pengintegrasian permainan adat dapat meningkatkan koneksi budaya, rasa bangga, dan keterlibatan siswa jika diorganisasi secara reflektif dan kritis (Wrench & Garrett, 2020; Bonato, 2024; Meston, 2024). Hasil review ini mengonfirmasi bahwa logika serupa juga berlaku ketika permainan tradisional Nusantara diintegrasikan secara sadar dalam PJOK.

### **Perbandingan dengan Penelitian Terdahulu**

Temuan review ini konsisten dengan studi-studi kunci (landmark) di Indonesia yang menunjukkan bahwa permainan tradisional secara signifikan meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Penelitian Fauzi (2023) menemukan peningkatan kebugaran yang bermakna pada siswa SD kelas V setelah intervensi permainan tradisional seperti galah asin, ucing baledog, dan lompat tali. Hasil serupa juga dilaporkan dalam berbagai konteks: permainan tradisional masyarakat Jambi (2019), permainan hadang, serta berbagai permainan lokal lain yang meningkatkan kesegaran jasmani melalui aktivitas fisik intensitas sedang-tinggi.

Pada aspek kemampuan gerak dasar dan literasi fisik, Ningsih et al. (2024) menunjukkan bahwa paket permainan tradisional secara signifikan meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa SD, sementara Sudarwo et al. (2023) membuktikan bahwa permainan tradisional Lombok efektif meningkatkan physical literacy siswa sekolah dasar. Artikel “Kebugaran Jasmani: Permainan Tradisional sebagai Warisan Budaya” juga menegaskan bahwa permainan tradisional dapat menjadi media pengembangan kebugaran sekaligus pelestarian budaya di sekolah dasar. Review kami menguatkan tren umum ini dengan menunjukkan pola serupa pada berbagai studi dalam rentang 2015–2025.

Temuan mengenai peningkatan motivasi dan keterlibatan belajar melalui permainan tradisional sejalan dengan studi Festiawan (2020) dan Butarbutar et al. (2024) yang menemukan bahwa permainan tradisional meningkatkan keterlibatan dan hasil belajar PJOK di SD. Studi Winarno dkk. juga menunjukkan bahwa model pembelajaran PJ berbasis permainan meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa secara signifikan.

Pada level internasional, hasil review ini sejalan dengan systematic review Bonato (2024) yang mengidentifikasi enabler dan constraint enactment Traditional Indigenous Games dalam kurikulum, serta review Sakala (2024/2025) yang menunjukkan peran indigenous games dalam meningkatkan aktivitas fisik dan mencegah penyakit tidak menular di kalangan pelajar Afrika Selatan. Kemiripan pola – peningkatan aktivitas fisik, keterlibatan, dan koneksi budaya – mengindikasikan bahwa manfaat permainan tradisional/indigenous games pada dasarnya bersifat lintas konteks budaya, selama desain kurikulum dan pedagoginya responsif terhadap budaya lokal.

Namun, dibandingkan dengan review internasional tersebut, review ini lebih

menonjolkan keterkaitan langsung dengan kurikulum PJOK di Indonesia, khususnya dalam konteks Kurikulum 2013 dan Kurikulum Merdeka yang memberi ruang lebih besar bagi muatan lokal dan proyek profil pelajar Pancasila. Temuan ini memperkaya literatur global dengan contoh konkret dari negara berkembang yang memiliki kekayaan permainan tradisional sangat besar tetapi baru sebagian yang diintegrasikan secara sistematis ke dalam kurikulum.

### **Implikasi Teoretis**

Secara teoretis, review ini memberikan tiga kontribusi utama:

1. Penguatan konsep physical literacy melalui permainan tradisional  
Studi-studi dalam review memperlihatkan bahwa permainan tradisional tidak hanya meningkatkan aspek fisik (kebugaran, gerak dasar), tetapi juga motivasi, kepercayaan diri, nilai sosial, dan koneksi budaya siswa. Pola ini sejalan dengan konsep physical literacy yang bersifat holistik (Edwards et al., 2017; Myers, 2016) dan menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat diposisikan sebagai salah satu "laboratorium" penting untuk mengoperasionalkan physical literacy dalam PJOK.
2. Integrasi Self-Determination Theory dalam konteks permainan tradisional  
Review ini menegaskan bahwa intervensi permainan tradisional yang dirancang dengan memberi pilihan, peluang sukses, dan interaksi sosial yang positif mendukung terpenuhinya kebutuhan otonomi, kompetensi, dan relatedness siswa, sebagaimana dijelaskan dalam SDT (Vasconcellos et al., 2020; White et al., 2021). Dengan demikian, permainan tradisional dapat dimaknai sebagai strategi pedagogis berbasis SDT dalam PJOK.
3. Mengusulkan kerangka integratif: game-based, responsif budaya, dan kurikuler  
Kajian Bonato (2024), Wrench & Garrett (2020), dan Meston (2024) menunjukkan bahwa indigenous games dapat berfungsi sebagai medium untuk mengintegrasikan pengetahuan budaya, tujuan kurikulum, dan prinsip game-based learning dalam satu paket pedagogis. Review ini mengafirmasi bahwa kerangka semacam itu juga relevan untuk konteks olahraga tradisional di Indonesia, sehingga membuka peluang pengembangan model teoritis integrasi permainan tradisional dalam kurikulum PJOK yang menggabungkan physical literacy, SDT, dan culturally responsive pedagogy secara eksplisit.

### **Implikasi Praktis**

Berdasarkan temuan di atas, beberapa implikasi praktis dapat diajukan bagi berbagai pemangku kepentingan.

1. Bagi guru pendidikan jasmani
  - a. Guru dapat menjadikan permainan tradisional sebagai bagian inti (bukan sekadar selingan) dalam unit pembelajaran PJOK, misalnya unit "permainan dan olahraga" atau proyek profil pelajar Pancasila.
  - b. Menggunakan prinsip game-based approach (seperti TGfU) dengan memodifikasi aturan permainan tradisional agar selaras dengan capaian pembelajaran, tingkat kesulitan, dan keselamatan siswa (Harvey, 2025; Jarrett, 2022).
  - c. Mengaitkan aktivitas permainan tradisional dengan tujuan kebugaran, literasi gerak, dan nilai karakter; misalnya, guru secara eksplisit merefleksikan makna kerja sama, sportivitas, dan penghargaan terhadap budaya lokal setelah permainan.
2. Bagi pelatih dan pengelola klub/sekolah
  - a. Klub atau sekolah dapat menjadikan permainan tradisional sebagai bagian dari

- program pembinaan usia dini atau latihan pengkondisian umum, karena sifatnya yang multikomponen (melatih kekuatan, daya tahan, kelincahan, dan koordinasi sekaligus).
- b. Kegiatan ekstrakurikuler bisa memadukan permainan tradisional dengan cabang olahraga formal untuk menjaga variasi, mengurangi kejemuhan, dan menumbuhkan kebanggaan identitas lokal.
  - 3. Bagi pembuat kebijakan dan pengembang kurikulum
    - a. Temuan bahwa permainan tradisional meningkatkan kebugaran, motivasi, dan literasi fisik mendukung penguatan muatan olahraga/permainan tradisional dalam dokumen kurikulum nasional maupun kurikulum operasional sekolah.
    - b. Perlu disusun panduan nasional atau modul yang memetakan berbagai permainan tradisional (nama, asal, nilai, cara bermain, indikator keselamatan, relevansi dengan CP) sehingga guru memiliki rujukan jelas dan sah, mirip dengan sumber daya Yulunga Traditional Indigenous Games di Australia.
    - c. Program pengembangan profesional guru PJOK sebaiknya memasukkan pelatihan desain pembelajaran berbasis permainan tradisional dan pendekatan responsif budaya, agar guru tidak hanya “menggunakan” permainan, tetapi juga memahami nilai teoritis dan pedagogis di baliknya (Wrench & Garrett, 2020; Fabian et al., 2024).

### Keterbatasan Review

Meskipun telah dilakukan secara sistematis, review ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diakui:

#### 1. Keterbatasan basis data dan bahasa

Pencarian literatur dibatasi pada beberapa basis data besar (Scopus, Web of Science, PubMed, DOAJ) dan portal nasional (SINTA, Garuda, Google Scholar). Artikel yang diterbitkan dalam bahasa selain Indonesia dan Inggris (misalnya bahasa lokal atau negara lain) mungkin tidak terjangkau sepenuhnya. Hal ini berpotensi menimbulkan publication bias, terutama terkait praktik permainan tradisional di negara non-Anglophone.

#### 2. Rentang waktu publikasi

Review ini difokuskan pada literatur 10 tahun terakhir (2015–2025). Walaupun ini memastikan relevansi dengan konteks kurikulum dan politik pendidikan terkini, literatur klasik tentang permainan tradisional dan pendidikan jasmani yang lebih lama dari periode ini tidak banyak dieksplorasi, sehingga beberapa landasan historis mungkin kurang tergali.

#### 3. Keterbatasan analisis statistik

Heterogenitas desain, populasi, instrumen, dan indikator hasil (kebugaran, motivasi, literasi fisik, karakter) membuat meta-analisis kuantitatif yang kuat sulit dilakukan. Oleh karena itu, analisis utama yang digunakan adalah analisis tematik dan naratif. Implikasi statistik seperti ukuran efek rata-rata lintas studi belum dapat dihitung secara presisi, sebagaimana lazim dalam systematic review dengan data homogen (Wang et al., 2024).

#### 4. Keterbatasan cakupan konteks kurikulum

Sebagian artikel tidak menjelaskan secara rinci bagaimana permainan tradisional diintegrasikan dengan kompetensi inti/dasar, penilaian, dan struktur kurikulum. Konsekuensinya, penilaian derajat “integrasi kurikuler” masih bergantung pada interpretasi peneliti, bukan deskripsi eksplisit. Temuan Bonato (2024) dan Meston

(2024) menunjukkan bahwa isu serupa juga muncul dalam kajian internasional tentang Traditional Indigenous Games.

### Arah Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan keterbatasan di atas, beberapa agenda penelitian ke depan dapat diusulkan:

1. Desain eksperimen yang lebih kuat dan beragam

Diperlukan penelitian dengan desain eksperimen acak terkontrol (RCT), ukuran sampel lebih besar, dan durasi intervensi lebih panjang untuk menilai dampak jangka panjang integrasi permainan tradisional terhadap kebugaran, literasi fisik, dan perilaku aktivitas fisik sehari-hari. Kombinasi indikator objektif (tes kebugaran, accelerometer) dan subjektif (motivasi, sikap, nilai) akan memperkaya bukti.

2. Populasi khusus yang belum banyak diteliti

Sebagian besar studi berfokus pada siswa sekolah dasar “umum”. Penelitian ke depan perlu menyasar kelompok yang kurang terwakili: siswa berkebutuhan khusus, remaja putri yang cenderung kurang aktif, komunitas adat di daerah terpencil, atau siswa dengan risiko tinggi penyakit tidak menular. Kajian Afro-sentris Sakala (2025) tentang indigenous games dan pencegahan NCD dapat menjadi model pengembangan studi serupa di konteks Indonesia.

3. Integrasi teknologi dan permainan tradisional

Perkembangan teknologi membuka peluang untuk mengembangkan media digital, aplikasi, atau platform game-based learning yang mengadaptasi permainan tradisional tanpa menghilangkan nilai budaya dan komponen fisiknya—misalnya menggunakan augmented reality untuk memperkenalkan aturan dan sejarah permainan, sementara praktik fisiknya tetap dilakukan di lapangan. Kerangka desain game-based konstruktivis yang dikembangkan Li (2025) dapat diadaptasi untuk konteks ini.

4. Penelitian kurikulum dan kebijakan

Diperlukan studi analisis kebijakan dan studi kurikulum yang menelaah bagaimana permainan tradisional diakomodasi dalam dokumen kurikulum nasional/daerah, bagaimana guru memaknai dan mengimplementasikannya, serta bagaimana suara komunitas lokal diikutsertakan dalam proses pengembangan kurikulum. Kajian kritis Bonato (2024) dan Meston (2024) tentang (re)posisi indigenous games dalam HPE dapat menjadi rujukan metodologis dan konseptual.

5. Pengembangan model teoretis dan praktis integrasi permainan tradisional

Akhirnya, dibutuhkan pengembangan model konseptual dan praktis integrasi permainan tradisional dalam PJOK yang menggabungkan dimensi physical literacy, SDT, game-based learning, dan pedagogi responsif budaya; serta pengujinya melalui penelitian desain (design-based research) di berbagai konteks sekolah. Model semacam ini akan membantu menjembatani kesenjangan antara teori dan praktik, dan memberikan panduan konkret bagi guru, pelatih, dan pengambil kebijakan dalam memanfaatkan kekayaan olahraga tradisional sebagai bagian integral kurikulum pendidikan jasmani.

### SIMPULAN

Berdasarkan telaah terhadap 15 artikel yang memenuhi kriteria inklusi (9 penelitian konteks Indonesia dan 6 penelitian internasional), dapat disimpulkan bahwa integrasi permainan/olahraga tradisional dalam kurikulum pendidikan jasmani secara konsisten memberikan dampak positif pada berbagai aspek hasil belajar. Sekitar 53,3%

studi menggunakan desain eksperimen/kuasi-eksperimen, 20% berupa systematic/literature review, dan sisanya studi deskriptif serta pengembangan program. Mayoritas studi melaporkan peningkatan signifikan kebugaran jasmani (misalnya salah satu studi menunjukkan kenaikan rata-rata skor kebugaran sekitar 15% setelah intervensi), perbaikan kemampuan gerak dasar, serta peningkatan motivasi dan partisipasi belajar siswa dalam PJOK. Selain itu, beberapa penelitian menegaskan bahwa penggunaan permainan tradisional turut memperkuat nilai-nilai sosial (kerja sama, sportivitas, disiplin) dan rasa keterikatan budaya siswa terhadap lingkungan lokalnya.

Implikasi kunci dari temuan ini adalah bahwa permainan/olahraga tradisional layak diposisikan sebagai komponen inti dalam desain kurikulum PJOK, bukan sekadar selingan atau aktivitas tambahan. Dalam kerangka teori physical literacy dan Self-Determination Theory, permainan tradisional terbukti mampu mengintegrasikan pengembangan kompetensi fisik, motivasi intrinsik, dan keterhubungan sosial-budaya dalam satu paket pembelajaran. Hal ini menegaskan pentingnya dukungan kebijakan kurikulum, pengembangan profesional guru, serta penyediaan panduan praktis yang sistematis agar integrasi permainan tradisional benar-benar terencana, terukur, dan berkelanjutan.

Sebagai rekomendasi akhir, guru PJOK, pelatih, pengelola sekolah/klub, dan pembuat kebijakan disarankan untuk: (1) memperluas pemetaan dan dokumentasi permainan/olahraga tradisional yang relevan dengan capaian pembelajaran; (2) mengembangkan modul dan perangkat ajar berbasis permainan tradisional yang terintegrasi dengan CP/KI-KD atau capaian Kurikulum Merdeka; serta (3) mendorong penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kuat dan populasi yang lebih beragam (misalnya peserta didik berkebutuhan khusus atau komunitas terpencil). Dengan langkah-langkah tersebut, kekayaan olahraga tradisional Nusantara dapat dioptimalkan sebagai fondasi pembentukan generasi yang bugar, berkarakter, dan bangga pada identitas budayanya.

## REFERENSI

- Arifah, N. H. A. (2025). Peningkatan minat belajar dan kebugaran jasmani melalui pendekatan culturally responsive teaching berbasis permainan tradisional. BRAVOS: Jurnal Pendidikan Jasmani. <https://doi.org/10.32682/bravos.v13i2/134>
- Ariyanto, A., Triansyah, A., & Gustian, U. (2020). Penggunaan permainan tradisional untuk meningkatkan keterampilan gerak fundamental siswa sekolah dasar. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 16(1), 78–91. <https://doi.org/10.21831/jpii.v16i1.30785>
- Bagiasa, I. K. (2023). Penerapan olahraga tradisional Makepung untuk meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa. Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia, 3(1), 56–73. <https://doi.org/10.54284/jopi.v3i1.242>
- Bonato, G., Curit, P., Gray, S., Paradis, K. F., & McHugh, T.-L. F. (2024). Investigating Indigenous games as culturally relevant physical activities in curriculum. Curriculum Studies in Health and Physical Education. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/25742981.2023.2218350>
- Bu'ulolo, B., & Zebua, Y. Y. (2024). Peran guru profesional dalam menerapkan permainan tradisional pada anak usia dini. MERDEKA: Jurnal Ilmiah Multidisiplin, 1(3), 359–367.

- Carl, J., Barratt, J., Töpfer, C., Cairney, J., & Pfeifer, K. (2022a). How are physical literacy interventions conceptualized? A systematic review on intervention design and content. *Psychology of Sport and Exercise*, 58, 102091. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102091>
- Carl, J., Barratt, J., Wanner, P., Töpfer, C., Cairney, J., & Pfeifer, K. (2022b). The effectiveness of physical literacy interventions: A systematic review with meta-analysis. *Sports Medicine*, 52, 2965–2999. <https://doi.org/10.1007/s40279-022-01738-4>
- Hedhy, Y. (2018). Pembentukan karakter anak dengan jiwa sportif melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. *Jurnal Sportif*, 2(1), 101–112.
- Eather, N., Morgan, P. J., Lubans, D. R., Callcott, D., & Rasmussen, R. (2024). A primary school-based physical education program integrating Indigenous games alongside numeracy and literacy skills. *Journal of Teaching in Physical Education*, 43(1), 50–62. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2022-0171>
- Eather, N., Riley, N., Babic, M., Bennie, A., Maynard, J., & Morgan, P. J. (2024). Evaluating the feasibility of the Education, Movement, and Understanding (EMU) program: A primary school-based physical education program integrating Indigenous games alongside numeracy and literacy skills. *Journal of Teaching in Physical Education*, 43(1), 50–61. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2021-0284>
- Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., & Jones, A. M. (2017). Definitions, foundations and associations of physical literacy: A systematic review. *Sports Medicine*, 47(1), 113–126. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0560-7>
- Gustian, U., Samodra, Y. T. J., Mardiyyaningsih, A. N., Ghasya, D. A. V., & Mashud. (2023). Stimulating fundamental movement skills through field games: An experimental study on elementary school students. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 4(1), 57–68. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2023.vol4\(1\).12259](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2023.vol4(1).12259)
- Hadebe-Ndlovu, B. N. (2022). Teachers' experiences of Indigenous games in the early grades. *South African Journal of Childhood Education*, 12(1), a931. <https://doi.org/10.4102/sajce.v12i1.931>
- Handoko, D., & Gumantan, A. (2021). Penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran olahraga di SMAN 1 Baradatu. *Journal of Physical Education*, 2(1), 1–7.
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan kemampuan fisik motorik melalui permainan tradisional bagi anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 115–134.
- International Physical Literacy Association. (2017). Definition of physical literacy. International Physical Literacy Association. <https://www.physical-literacy.org.uk/>
- Kurniati, E. (2016). Permainan tradisional dan perannya dalam mengembangkan keterampilan sosial anak. Kencana.
- Latif, M., Faozi, F., Bakhri, R. S., Harja, F., & Listiandi, A. D. (2019). Pengaruh permainan tradisional terhadap minat siswa dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di SMAN 1 Cikembar. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 1(1), 82–90.
- Mathunjwa, M. L., Ndlovu, P. B., Mazibuko, S., Mukoma, G. G., & Avramov, D. (2025). Indigenous games and physical activity for preventing non-communicable

- diseases in African communities: A public health perspective. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7, 1674875. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1674875>
- Maulana, A., Ria, M., & Rasmitadila. (2021). Peran guru terkait permainan tradisional berbasis aplikasi di satuan PAUD di era new normal. *JECER (Journal of Early Childhood Education and Research)*, 2(2), 67–72.
- Novri, E. P., & A. S. (2020). Dasar-dasar pendidikan jasmani untuk guru sekolah dasar. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 3(1), 45–56.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Paré, G., Trudel, M.-C., Jaana, M., & Kitsiou, S. (2015). Synthesizing information systems knowledge: A typology of literature reviews. *Information & Management*, 52(2), 183–199. <https://doi.org/10.1016/j.im.2014.08.008>
- Rahmat, A. (2020). Pengembangan permainan tradisional untuk melestarikan budaya bangsa melalui pembelajaran pendidikan jasmani sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar (JPDS)*, 1(2), 38–49. <http://ejournal.unira.ac.id/index.php/jpds/article/view/744>
- Rijal, S., Mujriah, M., & Susilawati, I. (2025). Pengaruh permainan tradisional Benteng dan permainan Kasti terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa. *Gelora: Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 12(1), 36–49. <https://doi.org/10.33394/gipok.v12i1.15349>
- Rulyansah, A., Budiarti, R. P. N., Pratiwi, E. Y. R., & Rihlah, J. (2022). Peningkatan minat dan kebugaran siswa sekolah dasar melalui olahraga tradisional. *Indonesia Berdaya: Journal of Community Engagement*, 3(3), 449–454.
- Sabzi, A. H., Torabi, F., & Akramian Arani, Z. (2023). The effect of local Indigenous games on children's physical and perceived fitness. *International Journal of Pediatrics*, 11(5), 17749–17758. <https://doi.org/10.22038/ijp.2023.70576.5194>
- Sahruni, A. Y., Rasyid, A., & Nur, H. (2024). Pemahaman mahasiswa tentang permainan dan olahraga tradisional sebagai kultur budaya pada generasi Z. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 14(3), 150–156.
- Sari, Y. Y., Ulfani, D. P., & Ramos, M. (2024). Pentingnya pendidikan jasmani olahraga terhadap anak usia sekolah dasar. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 6(2), 478–488.
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Subekti, N., Juhrodin, J., & Mulyadi, A. (2020). Permainan tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan kebugaran dan motivasi belajar. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 5(1), 55–62.
- Supriadi, D. (2019). Traditional games activities to develop fundamental movement skills of elementary school students. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 4(1), 98–102. <https://doi.org/10.17509/jpjv4i1.13873>

- Susanto, B. H. (2017). Model pembelajaran pendidikan jasmani melalui permainan tradisional untuk membentuk karakter pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Moral Kemasyarakatan*, 2(2), 117–130.
- Tiansyah, A., Haetami, M., Hidasari, F. P., & Bafadal, M. F. (2025). Permainan tradisional: Upaya menjaga kebugaran jasmani peserta didik di Kota Pontianak. *Jurnal Bina Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 185–191. <https://doi.org/10.55081/jbpkm.v5i2.258>
- Utomo, G. M., & Harwanto, H. (2021). Permainan tradisional dan kebugaran jasmani. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani dan Olahraga)*, 6(1), 197–202. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v6i1.1153>
- Vasconcellos, D., Parker, P. D., Hilland, T., Cinelli, R., Owen, K. B., Kapsal, N., Lee, J., Antczak, D., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., & Lonsdale, C. (2020). Self-determination theory applied to physical education: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Educational Psychology*, 112(7), 1444–1469. <https://doi.org/10.1037/edu0000420>
- Wahyu, A., & Rukiyati. (2022). Permainan tradisional sebagai media alternatif stimulasi perkembangan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 11(2), 109–120. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpa/article/view/51524>
- Wati, S. I., Dia, A., & Sari, I. (2024). Keterkaitan permainan tradisional “boy-boyan” dengan mata pelajaran PENJAS materi lari jarak pendek (sprint) dari suatu proses pembelajaran. *Pendidikan Jasmani*, 1, 47–54.
- Wrench, A., & Garrett, R. (2021). Navigating culturally responsive pedagogy through an Indigenous games unit. *Sport, Education and Society*, 26(6), 567–578. <https://doi.org/10.1080/13573322.2020.1764520>
- Yulianti, H. N. (2018). Implementasi permainan tradisional Sunda Manda dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini kelompok B1 di Taman Kanak-Kanak Tut Wuri Handayani Kecamatan Langka Pura Bandar Lampung (Disertasi doktoral, UIN Raden
- Zawacki-Richter, O., Kerres, M., Bedenlier, S., Bond, M., & Buntins, K. (Eds.). (2020). Systematic reviews in educational research: Methodology, perspectives and application. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-27602-7>