

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Etnografi

a. Pengertian Etnografi

Etnografi merupakan salah satu metode penelitian kualitatif yang digunakan untuk mempelajari kehidupan sosial dan budaya suatu kelompok masyarakat secara mendalam. Penelitian etnografi dilakukan dengan cara mengamati langsung aktivitas, kebiasaan, perilaku, bahasa, nilai, serta interaksi sosial yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari kelompok yang diteliti.

Istilah etnografi berasal dari bahasa Yunani, yaitu *ethnos* yang berarti kelompok masyarakat atau suku bangsa dan *graphy* yang berarti tulisan atau deskripsi. Dengan demikian, etnografi dapat diartikan sebagai suatu tulisan atau gambaran mengenai kehidupan budaya suatu kelompok masyarakat berdasarkan hasil penelitian lapangan.

Dalam penelitian etnografi, peneliti tidak hanya mengumpulkan data melalui wawancara, tetapi juga terlibat langsung dalam lingkungan penelitian agar dapat memahami kehidupan masyarakat secara nyata. Peneliti berusaha

memahami cara berpikir, kebiasaan, nilai, dan aktivitas subjek penelitian berdasarkan sudut pandang mereka sendiri.

Penelitian etnografi biasanya digunakan untuk meneliti budaya sekolah, perilaku sosial, kebiasaan masyarakat, tradisi, pola interaksi, dan kehidupan kelompok tertentu secara mendalam.

b. Tujuan Penelitian Etnografi

Tujuan penelitian etnografi adalah untuk memahami dan mendeskripsikan kehidupan suatu kelompok masyarakat secara rinci dan mendalam. Adapun tujuan penelitian etnografi antara lain:

- 1) Memahami budaya dan kebiasaan suatu kelompok masyarakat.
- 2) Mendeskripsikan perilaku sosial yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari.
- 3) Mengetahui nilai-nilai yang berkembang dalam suatu kelompok.
- 4) Memahami pola interaksi antaranggota masyarakat.
- 5) Menggambarkan kondisi nyata berdasarkan hasil pengamatan langsung.
- 6) Memahami sudut pandang subjek penelitian terhadap suatu aktivitas atau peristiwa.

Melalui penelitian etnografi, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai kehidupan sosial dan budaya yang tidak dapat diperoleh hanya melalui angka atau data statistik.

c. Karakteristik Penelitian Etnografi

Penelitian etnografi memiliki beberapa karakteristik atau ciri khas yang membedakannya dari jenis penelitian lainnya, yaitu:

1) Dilakukan di Lingkungan Alami

Penelitian dilakukan langsung di tempat kehidupan subjek penelitian tanpa adanya rekayasa atau perlakuan tertentu.

2) Bersifat Kualitatif

Data yang diperoleh berupa kata-kata, perilaku, aktivitas, dan deskripsi, bukan berupa angka.

3) Peneliti Terlibat Langsung

Peneliti ikut berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan penelitian untuk memahami kehidupan subjek secara mendalam.

4) Fokus pada Budaya dan Kehidupan Sosial

Penelitian etnografi memusatkan perhatian pada kebiasaan, tradisi, perilaku, dan nilai yang berkembang dalam suatu kelompok.

5) Menggunakan Pengamatan Mendalam

Peneliti melakukan observasi secara terus-menerus untuk memperoleh data yang lengkap.

6) Menghasilkan Deskripsi yang Detail

Hasil penelitian disajikan dalam bentuk penjelasan rinci mengenai kehidupan kelompok yang diteliti.

7) Dilakukan dalam Waktu yang Relatif Lama

Penelitian etnografi membutuhkan waktu cukup lama agar peneliti benar-benar memahami budaya dan kehidupan subjek penelitian.

d. Teknik Pengumpulan Data dalam Etnografi

Dalam penelitian etnografi, pengumpulan data dilakukan secara mendalam menggunakan beberapa teknik berikut:

1) Observasi

Observasi dilakukan dengan cara mengamati langsung aktivitas dan perilaku subjek penelitian di lapangan. Peneliti melihat bagaimana interaksi sosial, kebiasaan, dan aktivitas berlangsung secara alami. Contoh:

Peneliti mengamati aktivitas siswa saat mengikuti pembelajaran PJOK di sekolah.

2) Wawancara Mendalam

Wawancara dilakukan untuk memperoleh informasi secara langsung dari informan mengenai pengalaman, kebiasaan, dan pandangan mereka terhadap suatu kegiatan. Contoh:

Peneliti mewawancarai guru PJOK mengenai budaya disiplin siswa dalam pembelajaran olahraga.

3) Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data penelitian berupa foto, video, arsip, jadwal kegiatan, atau catatan penting lainnya. Contoh:

Dokumentasi kegiatan permainan tradisional saat pembelajaran berlangsung.

4) Catatan Lapangan

Peneliti mencatat seluruh hasil pengamatan, percakapan, dan situasi yang terjadi selama penelitian berlangsung.

Catatan lapangan membantu peneliti mengingat detail-detail penting yang ditemukan di lokasi penelitian.

e. Langkah-Langkah Penelitian Etnografi

Langkah-langkah dalam penelitian etnografi meliputi:

1) Menentukan Fokus Penelitian

Peneliti menentukan kelompok, budaya, atau aktivitas yang akan diteliti.

2) Memilih Lokasi Penelitian

Peneliti menentukan tempat yang sesuai dengan fokus penelitian.

3) Memasuki Lingkungan Penelitian

Peneliti mulai beradaptasi dengan lingkungan dan membangun hubungan baik dengan subjek penelitian.

4) Melakukan Observasi dan Wawancara

Peneliti mengumpulkan data melalui pengamatan langsung dan wawancara mendalam.

5) Mengumpulkan Dokumentasi

Peneliti mengumpulkan dokumen atau bukti pendukung yang berkaitan dengan penelitian.

6) Menganalisis Data

Data dianalisis dengan mencari pola perilaku, budaya, dan interaksi sosial yang ditemukan di lapangan.

7) Menyusun Laporan Penelitian

Peneliti menyusun hasil penelitian dalam bentuk deskripsi yang rinci dan sistematis.

f. Kelebihan Penelitian Etnografi

Penelitian etnografi memiliki berbagai kelebihan yang mendukung peneliti dalam memahami kehidupan sosial dan budaya suatu kelompok masyarakat secara mendalam. Melalui keterlibatan langsung di lapangan, peneliti dapat memperoleh data yang lebih alami dan sesuai dengan kondisi nyata yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari partisipan.

Menurut Ansori (2025:9), penelitian etnografi memiliki keunggulan dalam menggambarkan kehidupan sosial dan

budaya masyarakat secara mendalam melalui pengamatan langsung serta interaksi peneliti dengan subjek penelitian. Selain itu, etnografi mampu membantu peneliti memahami makna, nilai, dan norma yang berkembang dalam suatu kelompok masyarakat. Adapun kelebihan penelitian etnografi menurut Ansori (2025:9), antara lain:

- 1) Mampu menghasilkan data yang mendalam dan rinci mengenai kehidupan sosial masyarakat.
- 2) Membantu memahami makna, nilai, dan norma yang berkembang dalam suatu kelompok.
- 3) Memberikan gambaran nyata mengenai perilaku dan aktivitas masyarakat dalam kehidupan sehari-hari.
- 4) Data yang diperoleh lebih alami karena penelitian dilakukan langsung di lingkungan subjek penelitian.
- 5) Peneliti dapat memahami sudut pandang partisipan secara langsung.
- 6) Memungkinkan peneliti mengetahui budaya dan kebiasaan masyarakat secara lebih detail.
- 7) Membantu mengungkap fakta sosial yang sulit diperoleh melalui penelitian kuantitatif.
- 8) Cocok digunakan untuk meneliti budaya sekolah, kebiasaan belajar, dan interaksi sosial dalam dunia pendidikan.

g. Kelemahan Penelitian Etnografi

Selain memiliki kelebihan, penelitian etnografi juga memiliki beberapa kelemahan yang perlu diperhatikan oleh peneliti. Salah satu kelemahan penelitian etnografi adalah membutuhkan waktu yang cukup lama karena peneliti harus melakukan pengamatan secara mendalam dan berinteraksi langsung dengan subjek penelitian dalam kehidupan sehari-hari. Adapun kelemahan penelitian etnografi menurut Ansori (2025:9) antara lain:

- 1) Membutuhkan waktu penelitian yang relatif panjang untuk memperoleh data yang mendalam.
- 2) Proses pengumpulan dan analisis data cukup kompleks karena data yang diperoleh sangat banyak.
- 3) Hasil penelitian dapat dipengaruhi oleh subjektivitas peneliti dalam mengamati dan menafsirkan data.
- 4) Peneliti harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan budaya subjek penelitian.
- 5) Membutuhkan kemampuan komunikasi dan sosialisasi yang baik agar diterima oleh masyarakat.
- 6) Peneliti dapat mengalami kesulitan ketika kembali menyesuaikan diri dengan lingkungan asal setelah lama berada di lingkungan penelitian.

- 7) Terdapat kemungkinan penolakan dari masyarakat apabila peneliti kurang mampu membangun hubungan baik dengan partisipan.

Berdasarkan uraian tersebut, kelemahan penelitian etnografi perlu menjadi pertimbangan sebelum menggunakan pendekatan ini dalam penelitian. Menurut Ansori (2025:9), penelitian etnografi memerlukan kesiapan peneliti baik dari segi waktu, kemampuan sosial, maupun kemampuan memahami budaya masyarakat agar penelitian dapat berjalan dengan baik dan memperoleh data yang akurat.

2. Permainan Tradisional

a. Definisi Permainan Tradisional

Menurut Matulessy, & Dkk (2022:168) permainan tradisional mengandung banyak nilai budaya dan merupakan warisan dari nenek moyang Indonesia. Sementara itu, menurut Sarah & Dkk (2022:22) permainan tradisional adalah bentuk permainan dan olahraga yang berkembang dari kebiasaan masyarakat tertentu.

Menurut Wahyu dan Rukiyati (2022:110), permainan tradisional merupakan bagian penting dalam kehidupan masa kanak-kanak yang berasal dari warisan budaya nenek moyang, meskipun keberadaannya saat ini mulai berkurang. Permainan tersebut juga mengandung berbagai unsur budaya, nilai-nilai,

serta keterampilan yang berkembang sesuai dengan hubungan masyarakat dengan lingkungannya. Menurut Astini dkk. (2022:98), permainan tradisional adalah jenis permainan yang telah ada sejak zaman dahulu dan diwariskan secara turun-temurun, serta mengandung nilai-nilai adat yang dijaga oleh setiap generasi.

Sedangkan Himmawati dan Ningsih (2025:1121) menyatakan bahwa permainan tradisional merupakan bentuk praktik budaya yang dekat dengan kehidupan anak-anak, khususnya di lingkungan pedesaan. Selain sebagai sarana hiburan, permainan tradisional juga mengandung berbagai nilai seperti gotong royong, kerja sama, disiplin, kebersamaan, sportivitas, toleransi, empati, serta memiliki nilai pendidikan yang mencakup aspek kognitif, psikomotor, dan afektif.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional merupakan aktivitas bermain yang berkembang dalam masyarakat secara turun-temurun dan mengandung nilai budaya, sosial, serta unsur pendidikan. Permainan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai media untuk melestarikan budaya sekaligus mengembangkan berbagai aspek kemampuan peserta didik.

b. Jenis-Jenis Permainan Tradisional

Menurut Direktorat Nilai Budaya dalam Kurniati (2016:3), permainan rakyat tradisional untuk bertanding dapat dikelompokkan menjadi tiga jenis, yaitu sebagai berikut:

1) Permainan yang Bersifat Strategi (*Game of Strategy*)

Permainan jenis ini lebih menekankan pada kemampuan berpikir, menyusun taktik, dan strategi untuk memenangkan permainan. Contohnya adalah permainan galah asin yang mengutamakan kerja sama tim dan kecermatan dalam mengatur langkah.

2) Permainan yang Mengutamakan Kemampuan Fisik (*Game of Physical Skill*)

Permainan ini menuntut keterampilan gerak, ketangkasan, kecepatan, kekuatan, dan keseimbangan tubuh. Contohnya adalah permainan baklak yang melatih koordinasi dan keseimbangan tubuh pemain, serta permainan gobak sodor yang melatih kelincahan, kecepatan, kerja sama tim, dan kemampuan menghindari penjagaan lawan.

3) Permainan yang Bersifat Untung-untungan (*Game of Chance*)

Permainan jenis ini lebih dipengaruhi oleh faktor keberuntungan dibandingkan strategi atau kekuatan fisik.

Contohnya adalah permainan gundu atau kelereng yang dalam beberapa variasinya melibatkan unsur peluang.

Selain pengelompokan tersebut, berbagai jenis permainan tradisional yang masih dikenal di masyarakat antara lain: bebentengan, congklak, dogdog lojor, ecor, gatrik, kobak, meong bangkong, ngadu karbit, ngadu muncang, oray-orayan, palalan, prang-pring, pacublek-cublek suweng, sar-sur, serok, susumpitan, turih oncom, ucing kalang, ucing peungpeun, dan galah bandung.

c. Nilai-Nilai dalam Permainan Tradisional

Permainan tradisional merupakan salah satu bentuk budaya yang mengandung berbagai nilai kehidupan. Menurut Prasetya dan Sarmini (2023:273), nilai-nilai yang berkembang dalam masyarakat menjadi dasar dalam penciptaan permainan tradisional. Hal ini menunjukkan bahwa setiap permainan tradisional memiliki nilai-nilai positif yang berbeda-beda dan mencerminkan kehidupan sosial masyarakat.

Sejalan dengan pendapat tersebut, Atikah dan Priambadha (2025:44) menyatakan bahwa anak yang aktif bermain permainan tradisional lebih mudah menerapkan nilai-nilai kehidupan dalam kesehariannya. Adapun nilai-nilai yang terkandung dalam permainan tradisional antara lain sebagai berikut:

1) Nilai Kejujuran

Anak dilatih untuk bersikap jujur selama permainan berlangsung, seperti mengakui kesalahan atau pelanggaran aturan yang dilakukan. Sikap ini penting agar permainan berjalan dengan adil.

2) Nilai Disiplin

Anak belajar untuk menaati aturan permainan, mengikuti giliran, serta mematuhi kesepakatan yang telah ditentukan bersama.

3) Nilai Sportivitas

Anak diajarkan untuk menerima kemenangan dan kekalahan dengan sikap lapang dada serta menghargai lawan bermain.

4) Nilai Kerja Sama (Kolaborasi)

Permainan tradisional yang dilakukan secara berkelompok melatih anak untuk bekerja sama dalam mencapai tujuan bersama.

5) Nilai Tanggung Jawab

Anak belajar untuk menjalankan peran masing-masing dalam permainan dengan baik serta bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan.

d. Peran Permainan Tradisional dalam Pendidikan

Menurut Himmawati dan Ningsih (2025:1121), permainan tradisional memiliki peran sebagai ruang belajar sosialisasi anak yang dilakukan secara menyenangkan dan tanpa menggurui, yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Sebagai ruang belajar yang menyenangkan
 Permainan tradisional memberikan suasana gembira sehingga anak belajar tanpa merasa tertekan atau dipaksa.
- 2) Tanpa proses menggurui
 Anak belajar secara alami melalui pengalaman bermain, bukan melalui penjelasan langsung dari guru.
- 3) Melatih interaksi sosial
 Anak berinteraksi dengan teman sebaya, seperti bekerja sama dan menjalin hubungan sosial.
- 4) Mengembangkan kemampuan komunikasi
 Dalam permainan, anak belajar berbicara, menyampaikan pendapat, serta memahami orang lain.
- 5) Internalisasi nilai budaya
 Nilai-nilai budaya ditanamkan secara tidak langsung melalui aturan dan kebiasaan dalam permainan.
- 6) Internalisasi nilai pendidikan
 Anak belajar nilai-nilai seperti kerja sama, tanggung jawab, dan sikap saling menghargai melalui aktivitas bermain.

e. Nilai-nilai karakter dalam permainan Tradisional gobak sodor

Permainan gobak sodor tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga mengandung berbagai nilai karakter yang penting dalam pembentukan kepribadian anak. Adapun nilai-nilai karakter yang terkandung dalam permainan gobak sodor menurut (Humas, 2019) adalah sebagai berikut:

1) Nilai Religius

Anak dilatih untuk berdoa sebelum dan sesudah bermain serta menjunjung tinggi sikap jujur dan adil sebagai bagian dari nilai-nilai keagamaan.

2) Nilai Kejujuran

Dalam permainan gobak sodor, pemain harus jujur dalam mengakui jika tersentuh lawan atau melanggar aturan permainan.

3) Nilai Kecerdasan

Permainan ini menuntut strategi, ketepatan dalam mengambil keputusan, serta kemampuan berpikir cepat untuk menghindari lawan.

4) Nilai Ketangguhan

Anak dilatih untuk tidak mudah menyerah, tetap semangat, dan berusaha kembali meskipun mengalami kekalahan.

5) Nilai Kedemokratisan

Permainan dilakukan dengan kesepakatan bersama, seperti menentukan aturan dan giliran bermain, sehingga melatih sikap demokratis.

6) Nilai Kepedulian

Anak belajar memperhatikan dan membantu anggota timnya agar dapat bekerja sama dengan baik dalam mencapai tujuan.

7) Nilai Nasionalisme

Dengan memainkan gobak sodor, anak turut melestarikan permainan tradisional sebagai bagian dari budaya bangsa Indonesia.

8) Nilai Kepatuhan

Anak dilatih untuk mematuhi aturan permainan yang telah disepakati bersama demi kelancaran permainan.

9) Nilai Kesadaran Hak dan Kewajiban

Anak memahami haknya untuk bermain sekaligus kewajibannya untuk mengikuti aturan dan menghargai pemain lain.

10) Nilai Tanggung Jawab

Setiap pemain bertanggung jawab terhadap perannya dalam tim serta berusaha memberikan kontribusi terbaik.

Selain itu Menurut Hutomo dan Kurniawan (2024:237), permainan tradisional gobak sodor berperan dalam pendidikan jasmani untuk mengembangkan keterampilan sosial siswa, seperti kerja sama, tanggung jawab, dan kepedulian. Hal ini menunjukkan bahwa permainan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai media pembelajaran yang efektif.

3. Permainan Gobak Sodor

a. Pengertian Permainan Gobak Sodor

Permainan gobak sodor merupakan salah satu permainan tradisional Indonesia yang dimainkan secara berkelompok dengan mengutamakan kerja sama, kecepatan, strategi, dan ketangkasan Alimuddin, Dkk (2024:59). Permainan ini dilakukan di lapangan berbentuk persegi panjang yang diberi garis-garis pembatas sebagai area permainan. Dalam permainan gobak sodor terdapat dua kelompok, yaitu kelompok penjaga dan kelompok penyerang. Kelompok penjaga bertugas menghadang lawan agar tidak dapat melewati garis penjagaan, sedangkan kelompok penyerang bertugas melewati seluruh garis hingga mencapai garis akhir dan kembali ke tempat awal tanpa tersentuh penjaga.

Permainan gobak sodor telah dikenal sejak lama dan diwariskan secara turun-temurun oleh masyarakat Indonesia. Dahulu permainan ini sering dimainkan anak-anak pada sore hari

di halaman rumah, lapangan desa, ataupun lingkungan sekolah. Walaupun termasuk permainan sederhana karena tidak memerlukan alat yang mahal, gobak sodor memiliki banyak manfaat bagi perkembangan fisik maupun karakter anak.

Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), permainan gobak sodor dapat dijadikan sebagai media pembelajaran yang menyenangkan. Permainan ini mampu melatih kemampuan gerak dasar siswa seperti berlari, melompat, menghindar, menjaga keseimbangan, dan bergerak cepat. Selain itu, gobak sodor juga dapat menanamkan nilai-nilai karakter seperti kejujuran, disiplin, tanggung jawab, sportivitas, kerja sama, keberanian, dan rasa percaya diri.

Permainan gobak sodor juga termasuk permainan tradisional yang memiliki nilai budaya karena mencerminkan kebersamaan dan interaksi sosial dalam Masyarakat Susena, et al., (2021:450). Oleh karena itu, permainan ini perlu dilestarikan agar generasi muda tetap mengenal budaya permainan tradisional Indonesia di tengah perkembangan permainan modern dan teknologi digital.

b. Nama Permainan Gobak Sodor di Berbagai Daerah

Permainan gobak sodor memiliki nama yang berbeda-beda di beberapa daerah di Indonesia. Perbedaan nama tersebut dipengaruhi oleh bahasa dan budaya masyarakat setempat. Walaupun memiliki nama yang berbeda, cara bermain dan aturan

dasar permainan pada umumnya hampir sama. Beberapa nama gobak sodor di berbagai daerah antara lain:

- 1) Jawa Tengah : Gobak Sodor
- 2) Jawa Timur : Gobak Sodor
- 3) Jawa Barat : Galah Asin atau Galasin
- 4) Riau : Galah Panjang
- 5) Kepulauan Natuna: Galah
- 6) Makassar : Asing
- 7) Sumatera Barat : Cak Bur
- 8) Bali : Megala-galaan
- 9) Daerah lain di Kalimantan : dikenal juga dengan permainan galah

Keberagaman nama tersebut menunjukkan bahwa gobak sodor merupakan permainan tradisional yang sangat dikenal oleh masyarakat Indonesia sejak dahulu.

c. Sejarah Permainan Gobak Sodor

Permainan gobak sodor berasal dari kebiasaan masyarakat tradisional yang menjadikan permainan sebagai sarana hiburan dan latihan ketangkasan fisik. Pada zaman dahulu, anak-anak memainkan gobak sodor tanpa membutuhkan alat khusus. Mereka hanya membuat garis menggunakan kapur, kayu, atau goresan tanah di lapangan terbuka.

Istilah “gobak sodor” berasal dari kata “go back through the door” yang kemudian disesuaikan dengan pengucapan masyarakat menjadi gobak sodor. Permainan ini berkembang menjadi permainan rakyat yang populer di berbagai daerah di Indonesia karena mudah dimainkan dan dapat dilakukan oleh banyak orang.

Saat ini gobak sodor mulai diperkenalkan kembali di sekolah-sekolah melalui pembelajaran PJOK dan kegiatan perlombaan permainan tradisional. Hal tersebut dilakukan sebagai upaya pelestarian budaya sekaligus pembentukan karakter peserta didik.

d. Tujuan Permainan Gobak Sodor

Permainan gobak sodor memiliki beberapa tujuan, antara lain:

- 1) Melatih kelincahan dan kecepatan bergerak siswa.
- 2) Meningkatkan kemampuan kerja sama dalam kelompok.
- 3) Melatih konsentrasi dan strategi dalam bermain.
- 4) Menanamkan nilai sportivitas dan kejujuran.
- 5) Meningkatkan rasa tanggung jawab dan disiplin siswa.
- 6) Mengembangkan kemampuan sosial dan komunikasi antarpemain.
- 7) Menumbuhkan semangat kebersamaan dan saling menghargai.

e. Jumlah Pemain

Permainan gobak sodor dimainkan oleh dua kelompok. Setiap kelompok biasanya terdiri atas 3 sampai 5 orang pemain, tetapi jumlah pemain dapat disesuaikan dengan kondisi lapangan dan jumlah peserta.

Pembagian kelompok dilakukan secara adil. Setelah itu dilakukan undian untuk menentukan kelompok yang bertugas sebagai penjaga dan kelompok yang menjadi penyerang.

f. Peralatan dan Sarana Permainan

Permainan gobak sodor tidak memerlukan peralatan yang rumit. Beberapa sarana yang digunakan antara lain:

- 1) Lapangan atau halaman yang cukup luas.
- 2) Kapur atau tali untuk membuat garis permainan.
- 3) Peluit untuk memberi aba-aba permainan (jika diperlukan).
- 4) Pakaian olahraga yang nyaman digunakan.
- 5) Bentuk dan Ukuran Lapangan Gobak Sodor

Lapangan gobak sodor berbentuk persegi panjang yang dibagi menjadi beberapa kotak menggunakan garis horizontal dan vertikal. Garis tersebut menjadi jalur penjagaan dan area pergerakan pemain.

Ukuran lapangan dapat disesuaikan dengan jumlah pemain dan kondisi tempat. Pada umumnya panjang lapangan sekitar 9–15 meter dan lebar sekitar 4–6 meter.

Garis horizontal digunakan sebagai jalur penjaga biasa, sedangkan garis vertikal di tengah lapangan biasanya dijaga oleh penjaga utama yang memiliki tugas lebih sulit karena dapat bergerak maju dan mundur.

g. Langkah-Langkah Permainan Gobak Sodor

Langkah-langkah permainan gobak sodor adalah sebagai berikut:

- 1) Guru atau pemimpin permainan membagi siswa menjadi dua kelompok dengan jumlah anggota yang sama.
- 2) Lapangan dibuat dengan beberapa garis sehingga membentuk kotak-kotak permainan.
- 3) Kedua kelompok melakukan undian untuk menentukan kelompok penjaga dan kelompok penyerang.
- 4) Kelompok penjaga menempati garis-garis yang telah ditentukan.
- 5) Kelompok penyerang bersiap di garis awal permainan.
- 6) Setelah aba-aba dimulai, kelompok penyerang berusaha melewati setiap garis hingga mencapai garis akhir.
- 7) Penjaga bertugas menghalangi dan menyentuh lawan yang melewati garis penjagaan.
- 8) Penyerang harus bergerak cepat dan mencari celah agar tidak tersentuh penjaga.
- 9) Jika pemain penyerang tersentuh oleh penjaga, maka permainan dihentikan dan dilakukan pergantian peran.

- 10) Penyerang dinyatakan menang apabila berhasil melewati seluruh garis dan kembali ke garis awal tanpa tersentuh penjaga.
- 11) Setelah satu ronde selesai, kelompok penjaga dan penyerang bertukar posisi.
- 12) Kelompok yang memperoleh poin terbanyak dinyatakan sebagai pemenang.

h. Petunjuk Permainan Gobak Sodor

Agar permainan berjalan dengan baik dan tertib, terdapat beberapa petunjuk yang harus diperhatikan, yaitu:

- 1) Semua pemain harus memahami aturan permainan sebelum permainan dimulai.
- 2) Pemain harus bermain dengan jujur dan sportif.
- 3) Penjaga hanya boleh bergerak mengikuti garis yang telah ditentukan.
- 4) Penyerang tidak boleh keluar dari area permainan.
- 5) Pemain tidak diperbolehkan mendorong, menarik, atau melakukan tindakan kasar terhadap lawan.
- 6) Pemain harus menghormati keputusan guru atau wasit.
- 7) Kerja sama antarpemain harus dijaga agar permainan berjalan lancar.
- 8) Pemain harus menjaga keselamatan diri sendiri dan teman selama bermain.

9) Permainan dilakukan dengan penuh semangat dan rasa tanggung jawab.

10) Aturan Permainan Gobak Sodor

i. Beberapa aturan dalam permainan gobak sodor antara lain:

- 1) Permainan dilakukan oleh dua kelompok.
- 2) Penjaga bertugas menjaga garis agar lawan tidak dapat melewati area permainan.
- 3) Penjaga tidak boleh keluar dari garis penjagaan.
- 4) Penyerang harus melewati semua garis hingga kembali ke tempat awal.
- 5) Pemain yang tersentuh penjaga dinyatakan gugur.
- 6) Penyerang dinyatakan menang jika berhasil melewati seluruh area permainan tanpa tersentuh.
- 7) Permainan dilakukan secara sportif tanpa kecurangan.

j. Manfaat Permainan Gobak Sodor

Permainan gobak sodor memiliki banyak manfaat bagi siswa, baik dari segi fisik maupun karakter, di antaranya:

- 1) Melatih kekuatan dan daya tahan tubuh.
- 2) Meningkatkan kelincahan dan kecepatan bergerak.
- 3) Melatih koordinasi gerak tubuh.
- 4) Meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani.
- 5) Melatih kerja sama dalam kelompok.
- 6) Mengembangkan kemampuan komunikasi.

- 7) Menumbuhkan rasa kebersamaan dan solidaritas.
- 8) Menanamkan sikap jujur dan sportif.
- 9) Melatih disiplin dan tanggung jawab.
- 10) Menumbuhkan rasa percaya diri dan keberanian.
- 11) Mengajarkan siswa untuk menerima kemenangan maupun kekalahan dengan baik.

4. Pembelajaran PJOK

a. Pengertian Pembelajaran PJOK

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang berfungsi sebagai media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, kemampuan penalaran, serta pembiasaan pola hidup sehat. Pembelajaran PJOK bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang pada peserta didik Susilo (2024:24).

Pembelajaran PJOK memiliki kedudukan yang sangat penting dalam pembangunan sumber daya manusia, karena tidak hanya menekankan pada aspek fisik, tetapi juga pada pengembangan potensi kognitif dan afektif siswa. Proses pembelajaran PJOK dilaksanakan melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang dirancang secara sistematis dan terarah.

Berdasarkan uraian tersebut, menurut peneliti, pembelajaran PJOK merupakan suatu proses pendidikan yang dilaksanakan melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan secara terencana untuk mengembangkan potensi peserta didik secara menyeluruh, meliputi aspek psikomotor, kognitif, dan afektif, serta membentuk kebiasaan hidup sehat dan karakter positif siswa.

b. Tujuan Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah dasar memiliki tujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik secara menyeluruh melalui aktivitas jasmani yang terencana dan sistematis. PJOK tidak hanya berfokus pada peningkatan kemampuan fisik, tetapi juga pada pembentukan sikap, pengetahuan, serta kebiasaan hidup sehat sejak usia dini. Secara umum, tujuan pembelajaran PJOK di sekolah dasar meliputi beberapa aspek sebagai berikut:

1) Mengembangkan Kebugaran Jasmani

Pembelajaran PJOK bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa agar memiliki kondisi fisik yang sehat dan kuat. Melalui berbagai aktivitas gerak, siswa dilatih daya tahan, kekuatan, kelenturan, serta koordinasi tubuh.

2) Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar

PJOK membantu siswa menguasai keterampilan gerak dasar seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, dan menjaga keseimbangan. Keterampilan ini menjadi fondasi bagi pengembangan kemampuan olahraga pada tahap selanjutnya.

3) Mengembangkan Kemampuan Kognitif

Melalui pembelajaran PJOK, siswa diajak untuk memahami aturan permainan, strategi sederhana, serta pentingnya keselamatan dalam berolahraga. Hal ini mendorong berkembangnya kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah.

4) Mengembangkan Sikap dan Karakter Positif

Pembelajaran PJOK juga bertujuan untuk menanamkan nilai-nilai seperti kerja sama, disiplin, tanggung jawab, sportivitas, dan kejujuran. Aktivitas permainan dan olahraga memberikan pengalaman nyata bagi siswa untuk mempraktikkan nilai-nilai tersebut.

5) Membentuk Pola Hidup Sehat

PJOK menanamkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan melalui aktivitas fisik yang teratur, kebersihan diri, serta pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

d. Materi Ajar PJOK Kelas III SD/MI Kurikulum Merdeka Fase B

Menurut Sari, Dkk (2024:479) pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang bertujuan mengembangkan kemampuan gerak, kebugaran jasmani, keterampilan sosial, serta pola hidup sehat peserta didik melalui aktivitas fisik yang terencana. Pada Kurikulum Merdeka Fase B, pembelajaran PJOK kelas III SD/MI difokuskan pada pengembangan kemampuan gerak dasar, koordinasi tubuh, kebugaran, dan pembentukan karakter peserta didik melalui berbagai aktivitas permainan dan olahraga sederhana.

Materi ajar PJOK kelas III SD/MI disusun sesuai dengan tahap perkembangan anak usia sekolah dasar, sehingga pembelajaran lebih menekankan aktivitas bermain sambil belajar. Materi yang diberikan bertujuan membantu peserta didik mengembangkan keterampilan motorik, kemampuan berpikir, kerja sama, disiplin, sportivitas, serta menjaga kesehatan diri dan lingkungan.

Secara umum, materi PJOK kelas III SD/MI Kurikulum Merdeka Fase B meliputi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, manipulatif, aktivitas senam, aktivitas ritmik, kebugaran jasmani, permainan tradisional, dan pola hidup sehat.

1) Gerak Lokomotor

Gerak lokomotor merupakan gerakan berpindah tempat dari satu posisi ke posisi lainnya Suryono, Dkk, (2022:138). Gerakan ini menjadi dasar dalam berbagai aktivitas olahraga dan permainan. Pada kelas III SD, peserta didik diajarkan kombinasi gerakan berjalan, berlari, melompat, dan meloncat melalui aktivitas permainan sederhana.

Pembelajaran gerak lokomotor bertujuan meningkatkan koordinasi tubuh, keseimbangan, kelincahan, serta kemampuan motorik kasar peserta didik. Contoh kegiatan pembelajaran yang dilakukan yaitu permainan estafet, lari zig-zag, lompat rintangan, dan permainan tradisional yang melibatkan perpindahan tempat.

2) Gerak Non-Lokomotor

Gerak non-lokomotor adalah gerakan yang dilakukan tanpa berpindah tempat. Materi ini mencakup gerakan menekuk, memutar, mengayun, meliuk, meregang, dan menyeimbangkan tubuh.

Pembelajaran gerak non-lokomotor bertujuan melatih kelenturan, keseimbangan, serta koordinasi anggota tubuh peserta didik. Aktivitas yang dapat

dilakukan antara lain latihan peregangan, gerakan keseimbangan satu kaki, mengayunkan tangan, dan berbagai gerakan senam sederhana.

3) Gerak Manipulatif

Gerak manipulatif merupakan kemampuan menggerakkan atau mengontrol suatu benda menggunakan tangan, kaki, atau bagian tubuh lainnya. Materi ini meliputi melempar, menangkap, menggiring, memukul, dan menendang bola.

Melalui pembelajaran gerak manipulatif, peserta didik dilatih meningkatkan koordinasi mata dan tangan maupun mata dan kaki. Kegiatan pembelajaran dapat berupa permainan bola kecil, lempar tangkap bola, menggiring bola, serta permainan sederhana yang melibatkan alat bantu olahraga.

4) Permainan dan Olahraga Tradisional

Permainan tradisional menjadi salah satu materi penting dalam PJOK kelas III SD karena dapat mengembangkan kemampuan motorik sekaligus menanamkan nilai sosial dan budaya. Permainan tradisional juga melatih kerja sama, sportivitas, disiplin, dan tanggung jawab peserta didik.

Beberapa contoh permainan tradisional yang sering digunakan dalam pembelajaran PJOK antara lain gobak sodor, engklek, bentengan, tarik tambang, dan lompat tali. Permainan tersebut mengombinasikan gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam suasana belajar yang menyenangkan.

5) Aktivitas Senam

Aktivitas senam berfokus pada pola gerak dominan seperti bertumpu, bergantung, berguling, mendarat, dan menjaga keseimbangan tubuh Arfanda, Dkk (2024:5). Senam bertujuan meningkatkan kelenturan, kekuatan otot, keseimbangan, dan koordinasi gerak peserta didik.

Kegiatan pembelajaran senam dilakukan menggunakan alat sederhana maupun tanpa alat. Contohnya adalah latihan keseimbangan berjalan di garis lurus, senamantai sederhana, dan gerakan bertumpu menggunakan tangan atau kaki.

6) Aktivitas Ritmik

Aktivitas ritmik atau senam irama merupakan gerakan tubuh yang dilakukan mengikuti irama musik atau hitungan tertentu. Materi ini mengajarkan peserta didik melakukan kombinasi langkah kaki dan ayunan tangan secara teratur dan harmonis.

Pembelajaran aktivitas ritmik bertujuan meningkatkan koordinasi gerak, keluwesan tubuh, rasa percaya diri, dan kemampuan mengikuti irama. Selain itu, aktivitas ritmik juga membantu peserta didik mengekspresikan diri melalui gerakan.

7) Aktivitas Air

Aktivitas air atau renang merupakan materi pengenalan dasar yang disesuaikan dengan fasilitas sekolah. Pembelajaran ini meliputi pengenalan keselamatan di air, cara mengapung, gerakan dasar renang, dan aturan keselamatan saat berada di kolam renang.

Tujuan pembelajaran aktivitas air adalah meningkatkan keberanian, keterampilan dasar berenang, dan pemahaman keselamatan diri peserta didik ketika berada di lingkungan air.

8) Kebugaran Jasmani

Materi kebugaran jasmani bertujuan meningkatkan kondisi fisik peserta didik agar mampu melakukan aktivitas sehari-hari dengan baik. Bentuk latihan yang diberikan meliputi latihan kekuatan, kelincahan, daya tahan, dan kelenturan tubuh secara sederhana.

Contoh aktivitas kebugaran jasmani antara lain lari ringan, lompat kecil, peregangan, dan permainan aktif

yang melibatkan banyak gerakan tubuh. Pembelajaran dilakukan secara menyenangkan agar peserta didik termotivasi untuk aktif bergerak.

9) Pendidikan Kesehatan

Materi kesehatan dalam PJOK kelas III SD menekankan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan serta menerapkan pola hidup sehat. Peserta didik diajarkan cara menjaga kebersihan tubuh, mencuci tangan, menjaga kebersihan makanan, berolahraga teratur, dan pentingnya istirahat yang cukup.

Melalui pembelajaran kesehatan, peserta didik diharapkan memiliki kesadaran untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari baik di rumah maupun di sekolah.

Berdasarkan uraian tersebut, materi ajar PJOK kelas III SD/MI Kurikulum Merdeka Fase B dirancang untuk mengembangkan kemampuan motorik, kebugaran jasmani, keterampilan sosial, dan pola hidup sehat peserta didik secara menyeluruh. Pembelajaran PJOK tidak hanya berfokus pada aktivitas fisik, tetapi juga pada pembentukan karakter seperti disiplin, tanggung jawab, kerja sama, dan sportivitas.

e. Ruang Lingkup Materi PJOK di Sekolah Dasar

Ruang lingkup Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar (SD) mencakup berbagai aspek yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan fisik, keterampilan gerak, serta pengetahuan dan sikap peserta didik.

Berdasarkan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dalam Hidayat & Anggriawan (2022:39) ruang lingkup mata pelajaran PJOK pada jenjang sekolah dasar meliputi aspek-aspek sebagai berikut:

- 1) Gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif
Meliputi keterampilan gerak dasar seperti berjalan, berlari, melompat (lokomotor), membungkuk dan memutar (non-lokomotor), serta melempar dan menangkap (manipulatif).
- 2) Aktivitas permainan bola besar dan bola kecil
Kegiatan permainan yang menggunakan bola besar seperti sepak bola dan bola voli, serta bola kecil seperti kasti dan bulu tangkis, yang bertujuan melatih koordinasi, kerja sama, dan sportivitas.
- 3) Aktivitas atletik
Meliputi kegiatan seperti lari, lompat, dan lempar yang bertujuan mengembangkan kemampuan fisik dasar siswa.

4) Aktivitas bela diri

Kegiatan yang melatih ketangkasan, keseimbangan, serta pengendalian diri melalui gerakan bela diri yang disesuaikan dengan usia siswa.

5) Aktivitas pengembangan kebugaran jasmani

Kegiatan yang bertujuan meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelincahan, dan fleksibilitas tubuh.

6) Aktivitas senam

Meliputi senam lantai maupun senam sederhana yang bertujuan meningkatkan kelenturan dan koordinasi tubuh.

7) Aktivitas berirama

Kegiatan yang diiringi musik atau irama tertentu untuk melatih koordinasi dan ekspresi

8) Aktivitas air dan keselamatan diri

Meliputi pengenalan aktivitas di air serta pembelajaran tentang keselamatan diri dalam berbagai situasi.

9) Kesehatan

Materi yang berkaitan dengan pola hidup sehat, kebersihan diri, gizi seimbang, serta pencegahan penyakit.

5. Sikap Jujur

a. Pengertian Sikap Jujur

Sikap jujur merupakan salah satu nilai moral yang sangat penting dalam pembentukan kepribadian peserta didik.

Kejujuran berkaitan dengan kesesuaian antara perkataan, perbuatan, dan kenyataan yang sebenarnya. Seseorang yang memiliki sikap jujur akan bersikap terbuka, tidak menyembunyikan kebenaran, serta berani mengakui kesalahan yang dilakukan.

Menurut Lase & Halawa (2022:192), apabila seseorang berkata tidak sesuai dengan kebenaran dan kenyataan atau tidak mengakui suatu hal sebagaimana adanya, maka orang tersebut dapat dinilai tidak jujur, menipu, mungkir, berbohong, atau bersikap munafik. Lebih lanjut, jujur merupakan suatu sikap yang menunjukkan keberanian seseorang untuk menyatakan keyakinan pribadinya serta menampilkan dirinya apa adanya tanpa rekayasa atau kepura-puraan.

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat dipahami bahwa sikap jujur tidak hanya berkaitan dengan berkata benar, tetapi juga mencerminkan integritas diri, keberanian moral, dan tanggung jawab atas 45indakan yang dilakukan. Dalam konteks 45indakan45n, penanaman sikap jujur sangat penting agar peserta didik terbiasa bersikap benar dalam setiap perkataan maupun perbuatannya.

Menurut peneliti, sikap jujur 45indak sikap dan perilaku yang mencerminkan kesesuaian antara perkataan, 45indakan, dan kenyataan, serta keberanian untuk mengakui kebenaran dan

menerima konsekuensi atas perbuatan yang dilakukan. Sikap ini perlu dibentuk sejak usia sekolah dasar melalui berbagai aktivitas pembelajaran, termasuk melalui permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK.

b. Faktor yang Mempengaruhi Sikap Jujur

Sikap jujur merupakan salah satu nilai karakter yang penting untuk ditanamkan sejak dini. Pembentukan sikap jujur tidak terjadi secara instan, tetapi dipengaruhi oleh berbagai faktor dari lingkungan sekitar anak. Menurut Hariandi dkk. (2020:52), sikap jujur pada peserta didik dipengaruhi oleh peran keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial. Adapun faktor-faktor yang memengaruhi sikap jujur adalah sebagai berikut:

1) Faktor Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam pembentukan karakter anak, termasuk sikap jujur. Sejak usia dini, anak lebih banyak menghabiskan waktu bersama orang tua sehingga perilaku yang ditunjukkan oleh orang tua akan mudah ditiru oleh anak. Jika orang tua membiasakan berkata jujur, menepati janji, dan bersikap terbuka, maka anak akan meniru perilaku tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Sebaliknya, jika anak sering melihat kebohongan atau ketidaksesuaian antara ucapan dan tindakan orang tua, maka hal tersebut dapat memengaruhi perkembangan sikap jujur anak. Selain itu, pola asuh yang diterapkan, seperti memberikan nasihat, pembiasaan, serta penguatan ketika anak berkata jujur, juga sangat berperan dalam menanamkan nilai kejujuran secara konsisten.

2) Faktor Sekolah

Sekolah merupakan lingkungan kedua setelah keluarga yang memiliki peran penting dalam membentuk sikap jujur. Melalui kegiatan pembelajaran, guru dapat menanamkan nilai kejujuran, misalnya dengan membiasakan siswa untuk jujur dalam bermain, mengerjakan tugas secara mandiri, serta berkata jujur dalam setiap situasi. Selain itu, aturan-aturan sekolah yang menekankan pentingnya kejujuran juga menjadi sarana pembentukan karakter siswa.

Keteladanan guru menjadi faktor yang sangat berpengaruh, karena siswa cenderung meniru sikap dan perilaku guru. Guru yang bersikap jujur, adil, dan konsisten dalam tindakan akan memberikan contoh nyata bagi siswa dalam menerapkan kejujuran.

3) Faktor Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial, seperti teman sebaya dan masyarakat sekitar, turut memengaruhi pembentukan sikap jujur pada anak. Dalam pergaulan sehari-hari, anak akan berinteraksi dengan berbagai karakter dan kebiasaan yang berbeda. Jika anak berada dalam lingkungan yang menjunjung tinggi nilai kejujuran, maka ia akan terdorong untuk bersikap jujur.

Jika lingkungan sosial cenderung permisif terhadap perilaku tidak jujur, maka anak berpotensi meniru perilaku tersebut. Teman sebaya memiliki pengaruh yang cukup besar karena anak cenderung ingin diterima dalam kelompoknya. Oleh karena itu, lingkungan sosial yang positif sangat penting untuk mendukung terbentuknya sikap jujur pada anak.

c. Bentuk-Bentuk Sikap Jujur

Beberapa bentuk sikap jujur yang dapat diterapkan siswa antara lain sebagai berikut:

1) Berkata Sesuai Kenyataan

Siswa menyampaikan informasi sesuai dengan keadaan sebenarnya tanpa menambah atau mengurangi fakta. Misalnya, siswa mengatakan hasil permainan sesuai kenyataan dan tidak mengubah informasi demi keuntungan kelompok.

2) Tidak Berbohong

Siswa tidak mengatakan hal yang tidak benar, baik kepada guru maupun teman. Sikap ini terlihat ketika siswa tidak menyangkal kesalahan yang dilakukan selama permainan berlangsung.

3) Mengakui Kesalahan

Siswa berani mengakui kesalahan apabila melakukan pelanggaran atau kesalahan saat bermain. Sikap ini menunjukkan tanggung jawab terhadap tindakan yang dilakukan.

4) Tidak Melakukan Kecurangan

Siswa bermain sesuai aturan dan tidak mencari kemenangan dengan cara curang. Dalam permainan gobak sodor, siswa tidak melewati batas secara diam-diam atau memanipulasi hasil permainan.

5) Tidak Mencontek

Siswa mengerjakan tugas atau kegiatan dengan kemampuan sendiri tanpa menyalin pekerjaan teman. Sikap ini menunjukkan kemandirian dan rasa percaya diri.

6) Bertanggung Jawab terhadap Perkataan dan Tindakan

Siswa berani mempertanggungjawabkan ucapan dan tindakan yang telah dilakukan. Jika melakukan kesalahan, siswa bersedia menerima konsekuensi dengan lapang dada.

7) Menyampaikan Pendapat Apa Adanya

Siswa mengungkapkan pendapat sesuai keadaan yang sebenarnya tanpa dibuat-buat atau dilebih-lebihkan.

8) Tidak Memanipulasi Informasi

Siswa tidak mengubah data, hasil permainan, maupun laporan demi kepentingan pribadi atau kelompok.

9) 9. Bermain Secara Adil

Siswa mengikuti aturan permainan dan menghormati hak teman selama kegiatan berlangsung.

10) Menepati Kesepakatan

Siswa melaksanakan aturan dan kesepakatan yang telah dibuat bersama dengan penuh tanggung jawab.

d. Langkah-langkah membangun sikap jujur

Membangun sikap jujur pada anak memerlukan proses yang berkelanjutan dan dilakukan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Sikap jujur tidak muncul secara instan, tetapi perlu ditanamkan melalui berbagai langkah yang tepat. Adapun langkah-langkah dalam membangun sikap jujur adalah sebagai berikut:

1) Memberikan Keteladanan

Orang tua dan guru harus menjadi contoh yang baik dalam bersikap jujur. Anak cenderung meniru perilaku orang

dewasa, sehingga keteladanan menjadi langkah utama dalam menanamkan kejujuran.

2) Membiasakan Berkata Jujur

Anak perlu dibiasakan untuk selalu berkata jujur dalam berbagai situasi, baik dalam hal kecil maupun besar. Pembiasaan ini dilakukan secara terus-menerus agar menjadi kebiasaan.

3) Memberikan Pemahaman tentang Pentingnya Kejujuran

Anak perlu diberikan penjelasan mengenai manfaat bersikap jujur serta dampak negatif dari kebohongan agar mereka memahami pentingnya nilai tersebut.

4) Memberikan Penguatan (Reward dan Punishment)

Memberikan penghargaan ketika anak bersikap jujur dan memberikan konsekuensi yang mendidik ketika anak tidak jujur dapat memperkuat perilaku jujur.

5) Menciptakan Lingkungan yang Mendukung

Lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat perlu menciptakan suasana yang menjunjung tinggi nilai kejujuran agar anak terbiasa dengan perilaku tersebut.

6) Melatih Tanggung Jawab

Anak perlu dilatih untuk bertanggung jawab atas tindakan dan perkataannya, sehingga terbiasa bersikap jujur dalam setiap situasi.

7) Menghindari Hukuman yang Berlebihan

Hukuman yang terlalu keras dapat membuat anak takut berkata jujur. Oleh karena itu, pendekatan yang bijak dan mendidik lebih dianjurkan.

e. Pentingnya Sikap Jujur

Sikap jujur merupakan salah satu nilai karakter yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari karena menjadi dasar dalam membangun kepercayaan antarindividu. Kejujuran membuat seseorang dapat dipercaya oleh orang lain, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Tanpa adanya sikap jujur, hubungan sosial akan sulit terjalin dengan baik karena munculnya rasa curiga dan ketidakpercayaan.

Selain itu, sikap jujur juga berperan dalam membentuk kepribadian yang baik. Seseorang yang terbiasa bersikap jujur akan memiliki integritas, tanggung jawab, dan konsistensi antara ucapan dan tindakan. Hal ini sangat penting dalam kehidupan, karena kejujuran mencerminkan kualitas diri seseorang dalam bersikap dan bertindak sesuai dengan kenyataan.

Dalam kehidupan sosial, kejujuran juga mampu menciptakan hubungan yang harmonis dan saling menghargai. Dengan bersikap jujur, seseorang dapat berkomunikasi secara terbuka tanpa adanya kebohongan yang dapat merusak hubungan. Sikap ini juga membantu dalam menyelesaikan

masalah dengan cara yang lebih baik karena didasarkan pada kebenaran.

Sikap jujur dapat mencegah berbagai perilaku negatif seperti berbohong, menipu, dan berbuat curang. Penanaman sikap jujur sejak dini sangat penting agar menjadi kebiasaan yang melekat dalam diri individu. Dengan demikian, kejujuran tidak hanya bermanfaat bagi diri sendiri, tetapi juga bagi lingkungan sekitar dalam menciptakan kehidupan yang lebih baik dan tertib.

f. Indikator Sikap Jujur pada Siswa

Sikap jujur pada siswa sekolah dasar dapat diidentifikasi melalui perilaku nyata yang ditunjukkan dalam kegiatan pembelajaran maupun interaksi sosial. Menurut Mustari dalam Munir & Dkk, (2023:33), indikator sikap jujur pada siswa dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Menyampaikan sesuatu sesuai dengan keadaan sebenarnya
Siswa yang memiliki sikap jujur akan menyampaikan informasi atau kejadian sesuai dengan fakta yang terjadi tanpa menambah, mengurangi, atau mengubah isi informasi tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa siswa mampu berkata benar dan tidak menyembunyikan kebenaran.

- 2) Bersedia mengakui kesalahan, kekurangan, atau keterbatasan diri

Sikap jujur tercermin dari kesediaan siswa untuk mengakui kesalahan atau kekurangan yang dimilikinya.

Siswa tidak mencari alasan atau menyalahkan orang lain, melainkan menerima keadaan dirinya dengan penuh tanggung jawab.

- 3) Kejujuran dalam Bermain

Siswa yang jujur tidak melakukan kejujuran saat mengerjakan tugas atau ujian. Mereka mengerjakan sendiri berdasarkan kemampuan yang dimiliki tanpa bergantung pada jawaban orang lain.

- 4) Tidak suka berbohong

Sikap jujur terlihat dari kebiasaan siswa untuk selalu berkata benar. Siswa tidak memberikan informasi yang tidak sesuai dengan kenyataan, baik kepada guru maupun teman.

- 5) Tidak memanipulasi fakta atau informasi

Siswa tidak mengubah atau merekayasa data demi kepentingan tertentu. Semua informasi disampaikan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya tanpa adanya unsur kebohongan atau manipulasi.

6) Berani mengakui kesalahan

Siswa yang jujur memiliki keberanian untuk mengakui kesalahan yang telah dilakukan. Hal ini menunjukkan adanya tanggung jawab moral dan kesadaran diri yang baik.

7) Tidak curang dalam mengerjakan ujian atau ulangan

Dalam situasi evaluasi, siswa tetap menjaga kejujuran dengan tidak melihat jawaban teman atau menggunakan cara lain yang melanggar aturan. Siswa berusaha mengerjakan soal secara mandiri.

8) Tidak melakukan plagiasi

Siswa tidak mengambil atau menyalin karya orang lain tanpa mencantumkan sumber. Dalam mengerjakan tugas, siswa berusaha menggunakan hasil pemikirannya sendiri atau menyebutkan sumber jika mengambil dari referensi lain.

9) Mengungkapkan perasaan apa adanya

Siswa mampu menyampaikan perasaan dengan jujur tanpa berpura-pura atau menutupinya. Hal ini penting dalam membangun komunikasi yang baik dengan guru dan teman.

Menyerahkan barang temuan kepada yang berwenang

- 10) Siswa menunjukkan kejujuran dengan tidak mengambil barang yang bukan miliknya. Jika menemukan barang, siswa akan menyerahkannya kepada guru atau pihak yang berwenang.
- 11) Menyampaikan Kondisi Permainan Sesuai Kenyataan
Siswa menyampaikan informasi mengenai jalannya permainan sesuai dengan keadaan yang sebenarnya, seperti mengakui ketika tersentuh lawan, keluar garis, atau melakukan pelanggaran selama permainan
- 12) Mengakui kesalahan atau kekurangan yang dimiliki
Siswa tidak menutupi kesalahan yang telah dilakukan, melainkan mengakuinya sebagai bentuk tanggung jawab. Sikap ini membantu siswa untuk belajar dan memperbaiki diri di masa depan.

Berdasarkan indikator tersebut, sikap jujur pada siswa sekolah dasar dapat diamati melalui perilaku yang muncul selama proses pembelajaran, khususnya dalam kegiatan permainan tradisional pada pembelajaran PJOK. Ke-12 indikator ini menjadi acuan dalam mengidentifikasi dan menganalisis perilaku jujur siswa dalam penelitian ini.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Kajian penelitian yang relevan bertujuan untuk memperkuat landasan teoritis sekaligus menunjukkan posisi penelitian yang dilakukan peneliti. Berikut beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK dan pembentukan sikap siswa sekolah dasar.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nazila (2025) berjudul Makna Permainan Tradisional dalam Pembentukan Sikap Siswa melalui Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi deskriptif. Penelitian ini bertujuan menggali makna pengalaman siswa kelas rendah dalam bermain permainan tradisional serta peran guru PJOK dalam pembentukan sikap. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional menumbuhkan tiga esensi pengalaman, yaitu kegembiraan otonom, belajar sosial kolektif, serta frustrasi dan resiliensi. Guru berperan sebagai fasilitator sikap melalui refleksi setelah permainan. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada fokus penggunaan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK dan tujuan pembentukan sikap siswa sekolah dasar. Adapun perbedaannya, penelitian Nazila menitikberatkan pada makna pengalaman siswa secara fenomenologis dan sikap secara umum, sedangkan penelitian ini secara khusus menganalisis pembentukan

sikap jujur berdasarkan indikator yang telah ditentukan pada siswa kelas III di SDN 03 Sebungkang.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Ardiansyah, Rejeki, dan Dewi (2022) berjudul Pembelajaran Penjas Berbasis Permainan Tradisional Belengku untuk Membentuk Sikap Kerja Sama, Tanggung Jawab dan Kejujuran Siswa Sekolah Dasar menggunakan metode Research and Development (R&D). Penelitian ini menghasilkan produk berupa buku panduan aktivitas permainan yang telah divalidasi oleh ahli dan diuji efektivitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional Belengku efektif dalam membentuk sikap kerja sama, tanggung jawab, dan kejujuran siswa. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama mengkaji pembelajaran PJOK berbasis permainan tradisional serta meneliti pembentukan sikap, termasuk sikap jujur. Perbedaannya terletak pada metode penelitian dan ruang lingkup sikap yang dikaji. Penelitian Ardiansyah dkk. menggunakan metode pengembangan dan meneliti beberapa sikap sekaligus, sedangkan penelitian ini bersifat analisis dengan fokus utama pada sikap jujur siswa kelas III.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Rohmawati, Arbani, dan Putra (2024) berjudul Penerapan Permainan Tradisional Bentengan dalam Pembelajaran Penjas dalam Pembentukan Perilaku Sosial Siswa Kelas V meneliti bagaimana permainan Bentengan dapat membentuk perilaku sosial siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan

tradisional mampu meningkatkan interaksi sosial dan kerja sama antar siswa. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti permainan tradisional dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar dan berorientasi pada pembentukan sikap atau perilaku siswa. Perbedaannya terletak pada fokus variabel dan subjek penelitian, di mana penelitian Rohmawati dkk. berfokus pada perilaku sosial siswa kelas V, sedangkan penelitian ini berfokus pada pembentukan sikap jujur siswa kelas III.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Nevitaningrum, Mulyatno, dan Nopembri (2023) berjudul Implementasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Permainan Tradisional dalam Membentuk Sikap Peserta Didik Sekolah Dasar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK dalam membentuk sikap siswa sekolah dasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional mampu membentuk sikap siswa seperti kerja sama, disiplin, dan tanggung jawab melalui aktivitas bermain yang melibatkan aturan serta interaksi sosial antar siswa. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada penggunaan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK serta tujuan pembentukan sikap siswa sekolah dasar. Adapun perbedaannya, penelitian Nevitaningrum dkk. mengkaji sikap secara umum,

sedangkan penelitian ini lebih memfokuskan pada pembentukan sikap jujur pada siswa kelas III di SDN 03 Sebungkang.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Nurfadillah, Syamsul Bahri, dan Andi Sukri (2023) berjudul Analisis Penerapan Nilai-Nilai Sikap dalam Permainan Olahraga Tradisional Galang Hadang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang bertujuan untuk menganalisis nilai-nilai sikap yang muncul dalam permainan tradisional galang hadang dalam pembelajaran PJOK. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat menumbuhkan sikap jujur, disiplin, serta kepatuhan terhadap aturan permainan. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama mengkaji permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK serta berorientasi pada pembentukan sikap siswa. Perbedaannya terletak pada fokus penelitian, di mana penelitian tersebut mengkaji berbagai nilai sikap, sedangkan penelitian ini lebih menekankan pada pembentukan sikap jujur siswa kelas III di SDN 03 Sebungkang.

Berdasarkan kajian penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK memiliki kontribusi yang signifikan terhadap pembentukan sikap siswa. Namun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya masih membahas sikap secara umum atau menggabungkan beberapa sikap sekaligus. Penelitian ini memiliki kebaruan karena secara khusus menganalisis pembentukan sikap jujur dengan indikator yang jelas, yaitu mengakui kesalahan atau pelanggaran, tidak

melakukan kecurangan, kepatuhan terhadap aturan permainan, serta konsistensi antara perkataan dan perbuatan. Dengan demikian, penelitian berjudul Analisis Permainan Tradisional Gobak Sodor Pada Pembelajaran Pjok Dalam Pembentukan Sikap Jujur Siswa Kelas III di SDN 03 Sebungkang diharapkan dapat melengkapi penelitian sebelumnya serta memberikan kontribusi dalam pengembangan pembelajaran PJOK berbasis permainan tradisional untuk pembentukan sikap jujur siswa sekolah dasar.

C. Kerangka Berpikir

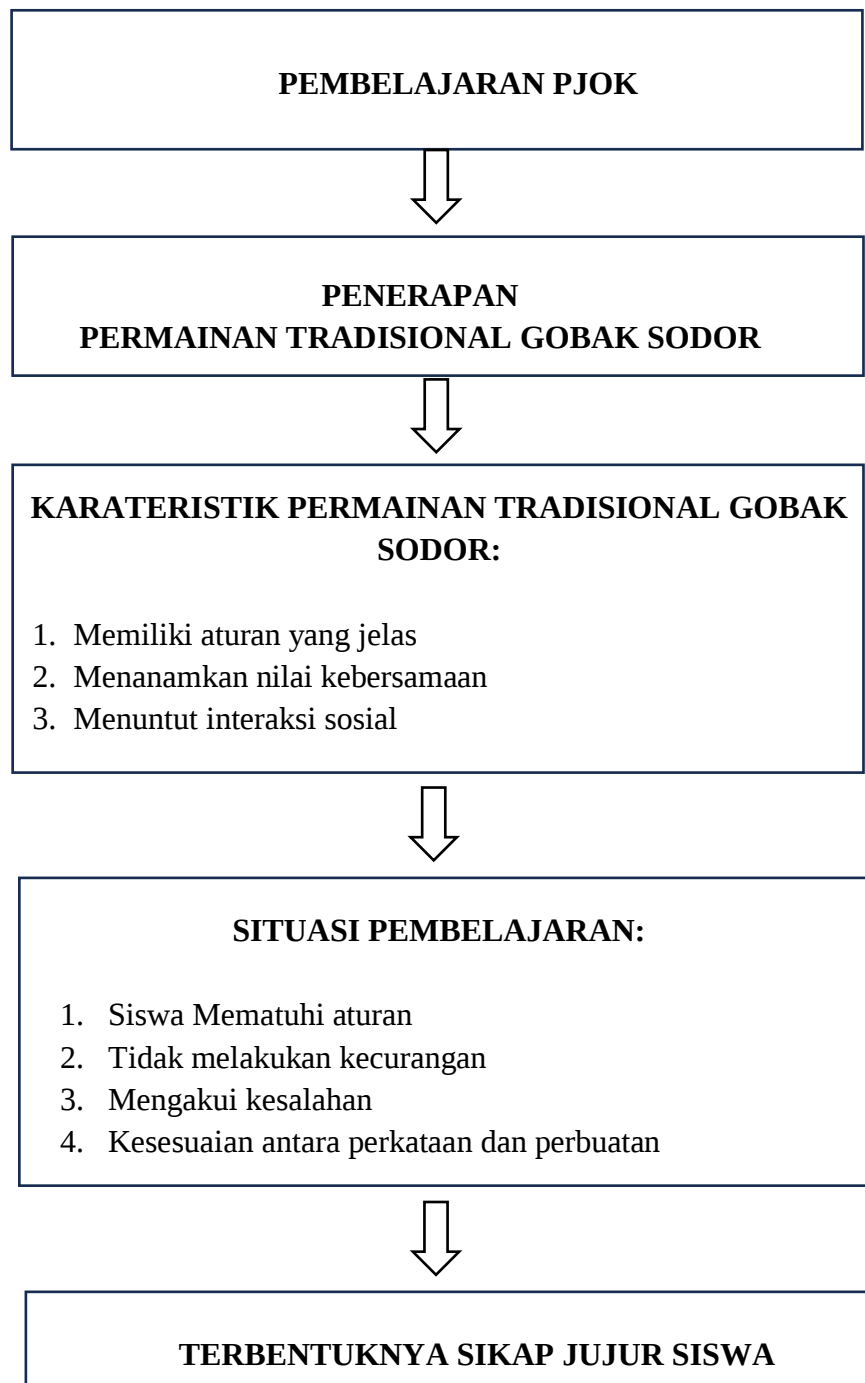
Kerangka berpikir merupakan gambaran konseptual mengenai hubungan antara variabel yang diteliti serta alur pemikiran peneliti dalam menjawab rumusan masalah. Dalam penelitian ini, kerangka berpikir disusun berdasarkan asumsi bahwa pembelajaran PJOK yang memanfaatkan permainan tradisional Gobak Sodor dapat menjadi sarana efektif dalam membentuk sikap jujur siswa sekolah dasar.

Pembelajaran PJOK pada dasarnya tidak hanya berorientasi pada pengembangan aspek psikomotor, tetapi juga kognitif dan afektif. Salah satu strategi yang dapat digunakan guru dalam pembelajaran PJOK adalah melalui permainan tradisional Gobak Sodor. Permainan tradisional Gobak Sodor memiliki aturan, nilai kebersamaan, serta menuntut interaksi sosial yang secara tidak langsung melatih sikap jujur siswa dalam bermain.

Dalam pelaksanaan permainan tradisional Gobak Sodor, siswa dihadapkan pada situasi yang mengharuskan mereka mematuhi aturan

permainan, tidak melakukan kecurangan, mengakui kesalahan, serta menunjukkan kesesuaian antara perkataan dan perbuatan. Melalui proses tersebut, nilai kejujuran dapat terbentuk secara alami karena siswa mengalami langsung situasi sosial yang menuntut sikap jujur.

Dengan demikian, dapat diasumsikan bahwa semakin baik pelaksanaan permainan tradisional Gobak Sodor dalam pembelajaran PJOK, maka semakin optimal pula pembentukan sikap jujur siswa. Penelitian ini menganalisis bagaimana permainan tradisional Gobak Sodor yang diterapkan dalam pembelajaran PJOK di kelas III SDN 03 Sebungkang berkontribusi terhadap pembentukan sikap jujur berdasarkan indikator yang telah ditentukan.



Gambar 2. 1 Kerangka Bepikir