

Studi Kasus Permainan Tradisional Petak Umpet sebagai Penguat Motivasi Belajar dalam Pembelajaran PJOK

Ortilana Asri Winung^{1*}, Rudobertus Talan², Oded Liunokas³, Timoteus Ajito⁴

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas San Pedro, Kupang, Nusa Tenggara Timur, Indonesia.

⁴Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha, Bali, Indonesia.

E-mail: ajitotimothy83@gmail.com

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.7753>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 10 Aug 2026

Revised: 13 Aug 2026

Accepted: 1 September 2026

Kata kunci

permainan tradisional;
petak umpet;
pembelajaran PJOK;
motivasi belajar; studi kasus

Keywords

traditional games; hide-and-
seek; physical
education; learning
motivation; case study



ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan penerapan dan pemaknaan permainan tradisional petak umpet dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) sebagai pengalaman yang mendukung penguatan motivasi belajar siswa kelas IV. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus di SD Inpres Bertingkat Kelapa Lima 1, Kota Kupang. Informan terdiri atas satu guru PJOK dan 20 siswa kelas IV yang dipilih secara purposive berdasarkan keterlibatan langsung dalam pembelajaran. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara semi-terstruktur, dokumentasi, dan catatan lapangan, kemudian dianalisis melalui reduksi data, pengkodean, pengelompokan kategori, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa petak umpet diterapkan dalam empat pertemuan melalui penjelasan aturan, pembagian dan pergantian peran, pembatasan area permainan, pengawasan keselamatan, serta refleksi. Siswa memaknai kegiatan sebagai pembelajaran yang menyenangkan dan tidak monoton. Pola temuan memperlihatkan keterkaitan antara kesenangan, aktivitas gerak, interaksi teman sebaya, dan kesempatan mengambil peran dengan antusiasme, partisipasi aktif, kepercayaan diri, ketekunan, dan kemauan mengikuti pembelajaran. Temuan ini bersifat kontekstual dan tidak dimaksudkan sebagai bukti hubungan sebab-akibat.

This study aimed to describe the implementation and meaning of the traditional hide-and-seek game in Physical Education (PJOK) as a learning experience that supported fourth-grade students' learning motivation. A qualitative case study was conducted at SD Inpres Bertingkat Kelapa Lima 1, Kupang City. The participants were one physical education teacher and 20 fourth-grade students purposively selected because of their direct involvement in the learning activities. Data were collected through observation, semi-structured interviews, documentation, and field notes, and were analyzed through data reduction, coding, category development, data display, conclusion drawing, and verification. Trustworthiness was strengthened through source and technique triangulation. The findings showed that hide-and-seek was implemented in four meetings through rule explanation, role assignment and rotation, play-area limitation, safety supervision, and reflection. Students perceived the activity as enjoyable, engaging, and less monotonous. The central pattern indicated that enjoyment, physical movement, peer interaction, and opportunities to take different roles were associated with enthusiasm, active participation, self-confidence, persistence, and willingness to remain involved in learning. These findings provide a contextual account of how a familiar traditional game may support motivational experiences in elementary physical education; they are not intended to establish a causal effect.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Ortilana Asri Winung et al (2026). Studi Kasus Permainan Tradisional Petak Umpet sebagai Penguat Motivasi Belajar dalam Pembelajaran PJOK 5(1). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.7753>

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari pendidikan yang menggunakan aktivitas gerak sebagai wahana untuk mengembangkan aspek fisik, mental, sosial, dan emosional peserta didik. Pada jenjang sekolah dasar, pembelajaran PJOK tidak cukup hanya berorientasi pada penguasaan keterampilan gerak, tetapi juga perlu menghadirkan pengalaman belajar yang aktif, aman, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Peran tersebut sejalan dengan pandangan bahwa PJOK berkontribusi terhadap kebugaran, pembentukan karakter, dan keterlibatan peserta didik dalam aktivitas fisik (Permata & Kurniawan, 2024; Lisnawati et al., 2024).

Motivasi belajar menjadi salah satu unsur penting dalam efektivitas pembelajaran PJOK. Siswa yang tertarik terhadap kegiatan, merasa mampu berpartisipasi, dan memperoleh pengalaman belajar yang bermakna cenderung menunjukkan perhatian, keaktifan, serta kemauan yang lebih kuat untuk mengikuti pembelajaran. Hubungan antara motivasi dan efektivitas pembelajaran PJOK telah dilaporkan oleh Irawan et al. (2024), sedangkan Qomariyah et al. (2022) menegaskan peran motivasi dalam keterlibatan dan hasil belajar siswa sekolah dasar. Karena itu, guru memerlukan strategi yang dapat mengurangi suasana monoton dan memberi ruang kepada siswa untuk bergerak serta berinteraksi secara langsung.

Salah satu alternatif yang relevan ialah memanfaatkan permainan tradisional dalam pembelajaran. Permainan tradisional dekat dengan kehidupan anak, relatif mudah diterapkan, tidak selalu membutuhkan peralatan khusus, dan mengandung unsur gerak, aturan, tantangan, kerja sama, serta interaksi sosial. Penelitian Faradila, Yusuf, dan Hendra (2024) menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat mendorong partisipasi aktif siswa dalam PJOK. Temuan lain menunjukkan adanya peningkatan minat dan keterlibatan melalui permainan tradisional (Fauzitama et al., 2025), serta peningkatan motivasi pada pembelajaran PJOK yang dikemas melalui permainan tradisional (Faradila et al., 2024; Permatasari et al., 2025).

Penggunaan permainan tradisional juga memiliki dimensi sosial dan budaya. Ilmi et al. (2024) melaporkan bahwa permainan tradisional berhubungan dengan perkembangan sosial-emosional anak, sedangkan Talan et al. (2025) menunjukkan bahwa integrasi aktivitas budaya lokal ke dalam pendidikan jasmani dapat menjadi sarana pembelajaran sekaligus pelestarian kearifan lokal. Dalam konteks ini, permainan tradisional dapat diposisikan bukan hanya sebagai aktivitas rekreatif, tetapi sebagai konteks belajar yang memungkinkan siswa bergerak, berkomunikasi, mematuhi aturan, dan membangun pengalaman bersama.

Petak umpet merupakan permainan tradisional yang masih dikenal oleh anak-anak dan dapat dimodifikasi menjadi aktivitas pembelajaran PJOK. Permainan ini melibatkan aktivitas berjalan, berlari, menghindar, mencari, bersembunyi, berpindah tempat, mengambil keputusan, serta berganti peran antara pencari dan pemain yang bersembunyi. Karakter tersebut membuat petak umpet berpotensi menghadirkan pengalaman gerak dan sosial secara bersamaan. Ramdan Samadi dan Nurishlah (2023) menempatkan petak umpet sebagai permainan yang mendukung pembentukan karakter mandiri, sedangkan Wahyudi (2023) memandangnya sebagai media pembelajaran PJOK yang menyenangkan. Aisah et al. (2024) juga menunjukkan kontribusi petak umpet terhadap interaksi sosial anak dalam konteks pendidikan.

Observasi awal di kelas IV SD Inpres Bertingkat Kelapa Lima 1 pada 12 Mei 2026 menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK masih relatif kurang bervariasi. Sebagian siswa tampak kurang antusias, menunggu arahan guru sebelum melakukan kegiatan, belum percaya diri dalam aktivitas gerak, serta belum menunjukkan interaksi dan kerja sama yang optimal. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya kegiatan yang lebih memberi ruang bagi pengalaman langsung, aktivitas gerak, dan interaksi teman sebaya.

Meskipun penelitian tentang permainan tradisional dan motivasi belajar telah berkembang, sebagian besar penelitian terdahulu berfokus pada pengaruh atau efektivitas permainan menggunakan pendekatan kuantitatif, atau menggunakan jenis permainan tradisional selain petak umpet. Masih diperlukan penjelasan yang lebih mendalam mengenai bagaimana petak umpet diterapkan sebagai bagian dari pembelajaran PJOK dan bagaimana siswa memaknai pengalaman tersebut, khususnya dalam kaitannya dengan antusiasme, partisipasi aktif, kepercayaan diri, ketekunan, dan interaksi sosial.

Pendekatan studi kasus diperlukan agar proses pembelajaran dan pengalaman siswa dapat dipahami dalam konteks yang nyata, bukan hanya melalui skor perubahan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan mendeskripsikan penerapan permainan tradisional petak umpet dalam pembelajaran PJOK serta menganalisis bagaimana pengalaman tersebut dipersepsikan dan teramati mendukung penguatan motivasi belajar siswa kelas IV SD Inpres Bertingkat Kelapa Lima 1. Penelitian tidak diarahkan untuk membuktikan hubungan sebab-akibat, melainkan memberikan gambaran kontekstual mengenai proses, pengalaman, dan respons siswa selama pembelajaran.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Desain ini dipilih karena penelitian berfokus pada satu kasus yang dibatasi secara jelas, yaitu penerapan permainan tradisional petak umpet dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas IV SD Inpres Bertingkat Kelapa Lima 1, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur. Penelitian dilaksanakan pada 25 Mei sampai 25 Juni 2026. Batas kasus mencakup tempat, subjek, waktu, aktivitas pembelajaran, serta fokus pengalaman siswa yang berkaitan dengan antusiasme, partisipasi aktif, ketekunan, kepercayaan diri, dan interaksi sosial.

Informan penelitian terdiri atas satu guru PJOK dan 20 siswa kelas IV. Pemilihan informan dilakukan secara purposive dengan mempertimbangkan keterlibatan langsung dalam pembelajaran petak umpet serta kebutuhan memperoleh variasi pengalaman siswa yang aktif, sedang, maupun kurang aktif. Jumlah informan tidak dimaksudkan untuk mewakili populasi secara statistik, tetapi untuk menghasilkan data yang mendalam mengenai kasus yang diteliti. Dalam penyajian hasil, identitas informan disamarkan menggunakan kode G1 untuk guru dan S1-S20 untuk siswa.

Pelaksanaan pembelajaran berlangsung selama empat pertemuan, masing-masing 2 x 35 menit. Pertemuan pertama digunakan untuk memperkenalkan tujuan, aturan, area permainan, pembagian peran, dan keselamatan. Pertemuan kedua dan ketiga difokuskan pada pelaksanaan permainan dengan pergantian peran sebagai pencari dan pemain yang bersembunyi. Pertemuan keempat digunakan untuk pelaksanaan lanjutan, refleksi, dan evaluasi pengalaman belajar. Area permainan dibatasi agar siswa tetap berada dalam jangkauan pengawasan guru; siswa juga diarahkan untuk tidak mendorong, menarik, atau melakukan tindakan yang berpotensi membahayakan teman.

Data primer diperoleh melalui observasi proses pembelajaran dan wawancara semi-terstruktur dengan guru serta siswa. Data sekunder berupa dokumen pembelajaran, catatan lapangan, foto kegiatan, dan dokumen sekolah yang relevan. Instrumen pendukung meliputi pedoman observasi, pedoman wawancara siswa, pedoman wawancara guru, dan pedoman dokumentasi. Observasi diarahkan pada penerapan permainan serta manifestasi motivasi belajar yang tampak dalam antusiasme, partisipasi aktif, ketekunan, kepercayaan diri, dan interaksi sosial. Wawancara digunakan untuk menggali pengalaman, persepsi, kesulitan, dan harapan informan terhadap pembelajaran (Moleong, 2022; Sugiyono, 2023).

Analisis data dilakukan secara interaktif sejak pengumpulan data. Peneliti membaca transkrip dan catatan lapangan secara berulang, memberi kode pada informasi yang relevan, mengelompokkan kode ke dalam kategori, membandingkan informasi antarsumber, menyajikan pola temuan, kemudian menarik dan memverifikasi kesimpulan. Data yang berbeda atau tidak sepenuhnya mendukung pola utama tetap diperhatikan untuk memperoleh gambaran kasus yang lebih utuh. Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi sumber antara guru dan siswa serta triangulasi teknik antara observasi, wawancara, dan dokumentasi. Prosedur penelitian mencakup pengurusan izin penelitian dari sekolah, pengumpulan data, analisis, dan verifikasi temuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan Permainan Petak Umpet dalam Pembelajaran PJOK

Penerapan permainan petak umpet dilakukan secara bertahap agar permainan tetap memiliki tujuan pembelajaran, batas aktivitas yang jelas, dan pengelolaan keselamatan. Permainan ditempatkan pada kegiatan inti pembelajaran. Guru mengawali kegiatan dengan apersepsi dan penjelasan tujuan, kemudian menjelaskan aturan, menentukan batas area, membagi peran, mengawasi pergantian peran, dan mengakhiri kegiatan dengan pendinginan serta refleksi. Rangkaian pelaksanaan diringkas pada Tabel 1.

Tabel 1. Penerapan Permainan Petak Umpet dalam Pembelajaran PJOK

Pertemuan	Fokus	Aktivitas Utama	Durasi
1	Orientasi	Apersepsi, tujuan pembelajaran, penjelasan aturan, batas area permainan, pembagian peran, dan pengingat keselamatan.	2 x 35 menit
2	Praktik I	Pelaksanaan permainan, pengawasan guru, keterlibatan gerak, dan pergantian peran antara pencari dan pemain yang bersembunyi.	2 x 35 menit
3	Praktik II	Permainan lanjutan, rotasi peran, komunikasi antarsiswa, kerja sama, strategi sederhana, dan penguatan kepatuhan pada aturan.	2 x 35 menit
4	Praktik dan refleksi	Pelaksanaan lanjutan, pendinginan, refleksi pengalaman, identifikasi kesenangan dan kesulitan, serta evaluasi pembelajaran.	2 x 35 menit

Modifikasi terutama dilakukan pada batas area permainan, pengaturan waktu, pergantian peran, dan pengawasan keselamatan. Pembatasan area membantu guru mempertahankan aktivitas siswa dalam jangkauan pengawasan tanpa menghilangkan unsur mencari dan bersembunyi. Pergantian peran juga memberi kesempatan yang lebih merata kepada siswa untuk mengalami posisi yang berbeda. Dengan demikian, petak umpet tidak digunakan sekadar sebagai permainan bebas, tetapi sebagai aktivitas yang diarahkan pada pengalaman gerak, komunikasi, kepatuhan pada aturan, dan refleksi pembelajaran.

Temuan Tematik Pengalaman Siswa

Analisis observasi, wawancara, dokumentasi, dan catatan lapangan menghasilkan lima tema yang saling berhubungan, yaitu antusiasme, partisipasi aktif, kepercayaan diri, interaksi sosial, dan motivasi belajar. Kelima tema tidak berdiri sendiri. Temuan menunjukkan satu pola inti bahwa kesenangan bermain, kesempatan bergerak, interaksi dengan teman sebaya, dan kesempatan mengambil peran muncul secara bersamaan dalam pengalaman belajar yang lebih menarik. Ringkasan temuan disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Ringkasan Temuan Tematik

Tema	Bukti Utama	Makna Temuan
Antusiasme	Siswa memperhatikan penjelasan, menunjukkan rasa ingin tahu, merasa senang, dan ingin mengikuti permainan kembali.	Suasana bermain mengurangi kesan monoton dan meningkatkan ketertarikan terhadap kegiatan PJOK.
Partisipasi aktif	Siswa bergerak, menjalankan peran, mengikuti aturan, bertanya, berdiskusi, dan terlibat dalam refleksi.	Permainan memberi ruang keterlibatan fisik dan sosial yang lebih luas daripada pembelajaran yang dominan instruksi.
Kepercayaan diri	Beberapa siswa yang awalnya ragu mulai berani menjadi pencari, berinteraksi, mencoba, dan menyampaikan pendapat.	Kesempatan mengambil peran dalam suasana yang tidak menekan membantu keberanian siswa tampil dan mencoba.
Interaksi sosial	Siswa berkomunikasi, saling membantu, menyepakati aturan, memberi dukungan, dan bekerja sama.	Petak umpet menjadi konteks sosial untuk melatih komunikasi, kerja sama, sportivitas, dan penghargaan terhadap teman.

Tema	Bukti Utama	Makna Temuan
Motivasi belajar	Siswa bertahan mengikuti kegiatan, menunjukkan semangat, tanggung jawab terhadap peran, dan keinginan mengikuti kegiatan sampai selesai.	Motivasi dipahami sebagai pengalaman yang muncul dari kombinasi kesenangan, gerak, peran, dan interaksi teman sebaya.

Antusiasme dan Partisipasi Aktif

Hasil observasi menunjukkan bahwa perhatian siswa meningkat ketika guru mulai menjelaskan aturan dan pembagian peran. Siswa mengajukan pertanyaan mengenai jalannya permainan, bersedia mengikuti kegiatan, dan terlibat sejak awal sampai akhir. Ketika permainan berlangsung, siswa aktif berjalan, berlari, mencari tempat persembunyian, menghindar, dan menjalankan peran sesuai aturan. Pada kegiatan refleksi, beberapa siswa secara sukarela menyampaikan pengalaman mereka. Guru juga menilai bahwa suasana pembelajaran menjadi lebih aktif dibandingkan pembelajaran sebelumnya yang lebih banyak menggunakan demonstrasi dan latihan berulang.

“Sebelum menggunakan permainan petak umpet masih ada sebagian siswa yang kurang antusias mengikuti pembelajaran. Setelah permainan diterapkan, sebagian siswa terlihat lebih aktif, antusias, dan menikmati proses pembelajaran. Mereka lebih mudah diarahkan karena merasa sedang bermain sambil belajar.” (G1)

“Saya senang belajar sambil bermain bersama teman-teman. Belajarnya jadi lebih seru dan tidak membosankan.” (Siswa)

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Faradila, Yusuf, dan Hendra (2024) yang menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat mendorong partisipasi aktif siswa dalam PJOK. Permatasari et al. (2025) juga menemukan bahwa permainan tradisional dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi dalam pembelajaran PJOK. Kesamaan temuan terletak pada pentingnya unsur kesenangan dan keterlibatan langsung. Namun, penelitian ini menambahkan penjelasan kontekstual bahwa antusiasme dan partisipasi muncul bersamaan dengan kesempatan bergerak, pergantian peran, dan interaksi teman sebaya, sehingga keduanya lebih tepat dipahami sebagai bagian dari pengalaman belajar yang terintegrasi.

Kepercayaan Diri dan Interaksi Sosial

Pada awal kegiatan, beberapa siswa masih ragu untuk mengambil peran dan cenderung menunggu arahan guru. Setelah kegiatan berlangsung, siswa yang sebelumnya lebih pasif mulai berani menjadi pencari, berbicara dengan teman, dan menyampaikan tanggapan saat refleksi. Dukungan guru serta suasana bermain bersama teman membuat siswa merasa lebih aman untuk mencoba. Pada saat yang sama, permainan menghasilkan banyak kesempatan komunikasi: siswa mendiskusikan aturan, saling menjelaskan, memberi dukungan, dan bekerja sama agar permainan berjalan sesuai kesepakatan.

“Saya jadi lebih berani mencoba karena guru selalu memberi semangat dan teman-teman juga mendukung.” (Siswa)

“Permainan ini membuat saya lebih banyak berbicara dengan teman dan bekerja sama saat bermain.” (Siswa)

Temuan mengenai interaksi sosial konsisten dengan Aisah et al. (2024) yang melaporkan peningkatan kemampuan sosial melalui permainan petak umpet, serta Ilmi et al. (2024) yang menempatkan permainan tradisional sebagai aktivitas yang mendukung perkembangan sosial-emosional. Dalam pembelajaran PJOK, aspek ini penting karena pengalaman gerak tidak berlangsung secara terpisah dari pengalaman sosial. Siswa belajar mematuhi aturan, menunggu giliran, menerima hasil permainan, dan mempertimbangkan tindakan teman. Hal tersebut juga mendukung tujuan PJOK yang mencakup pembentukan karakter, kerja sama, dan sportivitas (Lisnawati et al., 2024).

Motivasi Belajar sebagai Pengalaman yang Terintegrasi

Temuan utama penelitian menunjukkan bahwa motivasi belajar tidak muncul sebagai satu perilaku tunggal. Motivasi teramati melalui kombinasi perhatian, rasa senang, keterlibatan gerak, keberanian mengambil peran, ketekunan mengikuti kegiatan, interaksi dengan teman, dan keinginan untuk tetap mengikuti pembelajaran. Petak umpet memberi pengalaman yang dekat dengan dunia anak dan memungkinkan siswa belajar melalui aktivitas langsung. Kondisi tersebut menjelaskan mengapa siswa menilai pembelajaran lebih menarik dan tidak monoton.

Hasil ini sejalan dengan Irawan et al. (2024) yang menunjukkan hubungan antara motivasi siswa dan efektivitas pembelajaran PJOK, serta Faradila et al. (2024) yang melaporkan manfaat permainan

tradisional terhadap motivasi siswa. Fauzitama et al. (2025) juga menekankan peningkatan minat belajar melalui permainan tradisional. Di sisi lain, kontribusi penelitian ini berbeda karena tidak mengukur perubahan motivasi secara kuantitatif. Temuan berfokus pada bagaimana siswa dan guru memaknai proses pembelajaran, sehingga hasilnya menjelaskan mekanisme pengalaman belajar—kesenangan, gerak, interaksi, dan peran—yang tampak mendukung motivasi dalam konteks kasus ini.

Aspek budaya turut memberi nilai tambah. Permainan yang telah dikenal siswa dapat digunakan sebagai jembatan antara pengalaman keseharian dan tujuan pembelajaran. Talan et al. (2025) menunjukkan bahwa integrasi budaya lokal dalam pendidikan jasmani dapat memperkaya pembelajaran sekaligus mendukung pelestarian kearifan lokal. Dalam penelitian ini, petak umpet tidak diposisikan sebagai materi budaya formal, tetapi sebagai permainan tradisional yang familiar dan mudah diterapkan. Familiaritas tersebut membantu siswa memahami aturan dengan cepat dan segera terlibat dalam aktivitas.

Meskipun pola temuan dominan bersifat positif, data juga menunjukkan adanya variasi pengalaman. Beberapa siswa pada awal kegiatan masih ragu, kurang percaya diri, atau memerlukan dorongan guru untuk berpartisipasi. Variasi ini penting karena menunjukkan bahwa penggunaan permainan tradisional tidak otomatis menghasilkan respons yang sama pada setiap siswa. Guru tetap perlu memberikan struktur, dukungan, pergantian peran yang adil, batas area yang aman, dan refleksi agar pengalaman bermain dapat diarahkan menjadi pengalaman belajar.

Penelitian ini memiliki keterbatasan. Penelitian dilakukan pada satu sekolah, melibatkan satu guru PJOK dan 20 siswa, serta berlangsung dalam rentang satu bulan. Ada kemungkinan reaktivitas karena siswa mengetahui bahwa kegiatan sedang diamati. Penelitian juga tidak menggunakan pengukuran motivasi sebelum dan sesudah penerapan permainan. Oleh sebab itu, temuan tidak dapat digunakan untuk menyatakan bahwa petak umpet secara kausal meningkatkan motivasi belajar. Hasil lebih tepat dipahami sebagai gambaran kontekstual tentang pengalaman pembelajaran yang dipersepsikan dan teramati mendukung keterlibatan serta motivasi siswa. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan desain *multiple-case study*, *mixed methods*, atau kuasi-eksperimen untuk memperluas transferabilitas dan menguji perubahan motivasi secara terukur.

SIMPULAN

Permainan tradisional petak umpet dalam pembelajaran PJOK diterapkan melalui tahap orientasi, penjelasan aturan, pembagian dan pergantian peran, pembatasan area, pengawasan keselamatan, pelaksanaan permainan, serta refleksi. Dalam konteks kelas IV SD Inpres Bertingkat Kelapa Lima 1, penerapan tersebut membentuk pengalaman belajar yang lebih aktif dan menyenangkan. Siswa menunjukkan antusiasme, partisipasi aktif, keberanian mengambil peran, ketekunan, dan interaksi sosial yang lebih terlihat selama kegiatan berlangsung.

Pola utama penelitian menunjukkan bahwa unsur kesenangan, aktivitas gerak, interaksi teman sebaya, dan kesempatan mengambil peran saling berkaitan dalam mendukung pengalaman motivasional siswa. Karena penelitian menggunakan desain studi kasus tanpa pengukuran sebelum-sesudah, temuan tidak dimaksudkan sebagai bukti sebab-akibat. Secara praktis, guru PJOK dapat menggunakan petak umpet sebagai alternatif pembelajaran kontekstual dengan tetap memperhatikan tujuan pembelajaran, keselamatan, pengelolaan peran, dan refleksi. Sekolah juga dapat memanfaatkan permainan tradisional sebagai bagian dari pembelajaran aktif sekaligus upaya mempertahankan pengalaman budaya lokal yang dekat dengan kehidupan siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Kepala Sekolah, guru PJOK, dewan guru, dan siswa kelas IV SD Inpres Bertingkat Kelapa Lima 1 yang telah memberikan izin, dukungan, dan partisipasi selama pelaksanaan penelitian. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas San Pedro atas dukungan akademik dalam penyelesaian penelitian dan penyusunan artikel ini.

REFERENSI

- Aisah, I. S., Kurniawaty, L., & Kasih, D. (2024). Peningkatan kemampuan sosial anak usia 4-5 tahun melalui permainan tradisional petak umpet di Kober Ar-Raudloh. *COMSERVA: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 4(4), 1013-1025.
- Faradila, E. Z., Ihsani, H., Sopiah, R. N., Syahidah, S. M., Dealova, Z. K., & Mulyana, A. (2024). Efektivitas penerapan permainan tradisional dalam meningkatkan motivasi siswa pada pembelajaran PJOK. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(3), 3119-3128.
- Faradila, N., Yusuf, M., & Hendra, A. (2024). Penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK terhadap partisipasi aktif siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(2), 55-64.
- Fauzitama, W., Utomo, A. C., & Zawawi, A. (2025). Meningkatkan minat belajar siswa melalui penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 3(4), 512-523.
- Ilmi, S., Julianto, T., & Kusmati, R. (2024). Pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan sosial emosional anak. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(2), 120-130.
- Irawan, D. C., Aziz, M. Z., & Wibisono, I. G. A. B. (2024). Hubungan antara motivasi siswa dengan efektivitas pembelajaran pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 3(2), 105-115.
- Lisnawati, N., Gustiawati, R., & Rahayu, E. T. (2024). Transformasi sejarah pendidikan jasmani dan olahraga: Kontribusi terhadap kesehatan mental dan pembentukan karakter dalam pendidikan modern. *MULTILATERAL: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 23(4), 204-215.
- Moleong, L. J. (2022). *Metodologi penelitian kualitatif (Edisi revisi)*. Remaja Rosdakarya.
- Permata, D., & Kurniawan, R. (2024). Pendidikan jasmani sebagai bagian dari sistem pendidikan nasional. *Jurnal Olahraga*, 8(1), 27-36.
- Permatasari, P. S. D. A., Ramadhan, P., Khoirudin, R. I., Nuryanto, P. A., Azizah, P. N., Pertiwi, R. M., & Kristiyandaru, A. (2025). Upaya meningkatkan motivasi belajar dalam pembelajaran PJOK melalui permainan boi-boian pada siswa kelas VA. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 3(4), 1650-1656.
- Qomariyah, R. S., Putri, M. K., & Aminullah, I. (2022). Peran motivasi belajar siswa dalam hasil belajar tematik di sekolah dasar tahun ajaran 2021/2022. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(2), 170-174.
- Ramdan Samadi, M., & Nurishlah, L. (2023). Peran permainan tradisional petak umpet terhadap pembentukan karakter mandiri siswa sekolah dasar. *TA'DIB: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(2), 178-185.
- Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Talan, R., Nay, F. A., Pratama, R. S., & Irawan, Y. (2025). Integrasi Tari Tradisional Bonet ke dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani sebagai Upaya Pelestarian Kearifan Lokal. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 9(2), 357-370.
- Wahyudi, A. (2023). Permainan petak umpet sebagai media pembelajaran PJOK yang menyenangkan. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 8(1), 29-38.