



Pengaruh Pelatihan Olahraga Tradisional Megoak - Goakan terhadap Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar Siswa Kelas Tinggi di Sekolah Dasar

Made Soma Jaya^{1*}, I Ketut Suidiana², Gede Doddy Tisna³ 

^{1,2,3} Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

Received July 23, 2023

Revised July 29, 2023

Accepted October 10, 2023

Available online October 25, 2023

Kata Kunci:

Pelatihan Megoak-goakan,
Kebugaran Jasmani, Motivasi
Belajar

Keywords:

Megoak-goakan Training, Physical
Fitness, Motivation to learn



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by
Universitas Pendidikan Ganesha.

ABSTRAK

Penggunaan strategi pembelajaran yang monoton berpengaruh terhadap motivasi siswa dalam belajar PJOK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan olahraga tradisional megoak-goakan terhadap kebugaran jasmani dan motivasi belajar pada siswa kelas tinggi IV, V dan VI. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas tinggi IV, V, dan VI dengan jumlah 72 orang. Sampul dalam penelitian ini kelas V dan VI, yang setiap kelasnya di ambil 20 orang, totalnya 2 kelas 40 orang. Teknik pengambilan data menggunakan tes TKJI untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani, dan angket kuisioner untuk mengetahui motivasi belajar. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji normalitas, uji homogenitas, dan uji t dengan taraf signifikansi 0,05 dengan bantuan SPSS 24.0 for Windows. Hasil penelitian ini terdapat pengaruh latihan megoak-goakan terhadap kebugaran jasmani dengan hasil 0,017, dan motivasi belajar dengan hasil 0,000. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada pelatihan megoak-goakan terhadap kebugaran jasmani dan motivasi belajar pada siswa kelas tinggi IV, V, dan VI. Disarankan pada guru olahraga agar menggunakan pelatihan tradisional megoak-goakan sebagai referensi untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan motivasi belajar siswa.

ABSTRACT

The use of monotonous learning strategies influences students' motivation in learning PJOK. This study aims to determine the effect of traditional sports training on physical fitness and learning motivation in students in high grades IV, V and VI. The subjects in this research were all students in high grades IV, V and VI, totaling 72 people. The samples in this study were classes V and VI, with 20 people taken in each class, a total of 2 classes with 40 people. The data collection technique uses the TKJI test to determine the level of physical fitness, and a questionnaire to determine learning motivation. The data analysis techniques used were normality test, homogeneity test, and t test with a significance level of 0.05 with the help of SPSS 24.0 for Windows. The results of this research show the effect of rocking exercise on physical fitness with a result of 0.017, and learning motivation with a result of 0.000. Based on this, it can be concluded that there is a significant influence of rocking training on physical fitness and learning motivation in students in high grades IV, V, and VI. It is recommended that sports teachers use traditional rocking training as a reference for improving students' physical fitness and learning motivation.

1. PENDAHULUAN

Setiap manusia dalam melakukan kegiatan sehari-hari memerlukan kondisi jasmani yang baik. Kebugaran jasmani adalah kemampuan untuk melakukan kegiatan sehari-hari tanpa merasakan kelelahan yang berlebihan. Kebugaran jasmani seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: genetik, jenis kelamin, usia, komposisi tubuh, aktifitas, dan latihan (Huwaida, Anggraini, & Firdawati, 2021; Zubaidah, Syafarudin, Victorian, Solahuddin, & Soleh Solahuddin, 2021). Tingkat kebugaran jasmani seseorang akan berdampak terhadap kesiapan fisik maupun pikiran untuk sanggup menerima beban kerja (Hakim, Ulpi, & Hasyim, 2022; Kurniawan, Surya, & Kurniawan, 2022) Oleh karena itu, kebugaran jasmani dipakai sebagai

*Corresponding author.

E-mail addresses: soma.jaya@undiksha.ac.id (Made Soma Jaya)

parameter kesehatan dan alat ukur kekuatan *aerobic* maksimal dan kebugaran kardiorespirasi seseorang. Hal ini juga berlaku bagi siswa, di mana seorang siswa mempunyai tugas belajar.

Tugas belajar tersebut akan dapat dilaksanakan dengan baik apabila siswa mempunyai tingkat kebugaran jasmani yang baik. Begitupun sebaliknya jika anak memiliki kebugaran yang kurang maka akan berpengaruh terhadap motivasi belajarnya (Aldiansyah & Asriansyah, 2020; Putra, 2019). Sehingga guru olahraga berperan penting untuk mampu menciptakan pembelajaran olahraga yang menyenangkan sehingga siswa termotivasi untuk memiliki tubuh yang sehat dan bugar. Salah satunya cara yang dapat dilakukan adalah menggunakan strategi pembelajaran, serta media pembelajaran yang mampu menciptakan suasana belajar yang aktif dan menyenangkan (Suwardi & Farnisa, 2018; Triwardhani, Trigartanti, Rachmawati, & Putra, 2020).

Namun kini di dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani siswa sering kali merasa bosan dengan pembelajaran yang itu-itu saja (Aidi, Yulifri, & Edwarsyah, 2019; Raibowo & Nopiyanto, 2020). Siswa lebih tertarik untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang berbentuk permainan atau game. Kemalasan siswa dalam olahraga bisa terjadi karena adanya kejenuhan yang terjadi maka perlu ada beberapa terobosan untuk mengangkat motivasi siswa. Salah satunya dengan menerapkan pelatihan olahraga tradisional. Pelatihan merupakan suatu gerakan fisik atau aktivitas mental yang dilakukan secara sistematis dan berulang-ulang (repetitif) dalam jangka waktu (durasi) yang lama, dengan pembebanan yang meningkat secara progresif dan individual, yang bertujuan untuk memperbaiki sistem serta fungsi fisiologis dan psikologis tubuh agar pada waktu melakukan aktivitas olahraga dapat mencapai penampilan yang optimal (Hanafi, Hakim, & Bulqini, 2020; Utama et al., 2019).

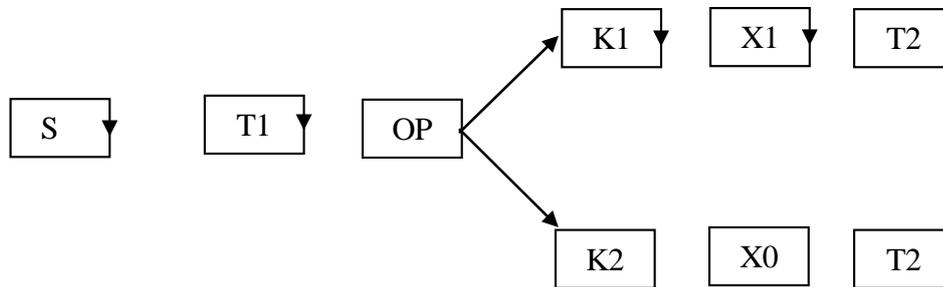
Permainan tradisional adalah suatu permainan yang diturunkan secara turun menurun oleh nenek moyang kita, dimana dalam permainan tradisional terkandung nilai baik dan positif yang dapat mengembangkan kemampuan jasmani dan rohani masyarakat yang memainkannya (Permana & Irawan, 2019; Salam, Yunus, & Kinanti, 2019). Permainan olahraga tradisional merupakan permainan tradisional yang mengandung unsur olahraga dan tradisi. Permainan tradisional biasanya dimainkan oleh orang-orang pada daerah tertentu dengan aturan konsep yang tradisional pada jaman dahulu (Pratiwi & Pujiastuti, 2020; Setiani, 2019). Dalam permainan olahraga tradisional terdapat aspek-aspek yang mampu meningkatkan nilai-nilai karakter siswa khususnya pada nilai kerja sama. Sehingga permainan tradisional ini dapat digunakan sebagai sarana hiburan sekaligus saran belajar. Salah satu permainan tradisional yang dapat digunakan sebagai sarana belajar adalah permainan megoak-goakan (Aldiansyah & Asriansyah, 2020; Rut, Gaol, Abi, & Silaban, 2020).

Permainan megoak-goakan adalah tradisi unik yang digelar di Kabupaten Buleleng, tradisi ini berasal dari desa Panji, Kecamatan Sukasada, berupa permainan tradisional yang biasanya dilakukan oleh anak-anak. Nama Megoak-Goakan sendiri diambil dari nama burung gagak (gaok yang gagah), yang terinspirasi ketika melihat burung membidik mangsanya (Juniawati et al., 2019; Ngurah, 2017). Dari sinilah timbul suatu permainan megoak-goakan, dimana permainan megoak-goakan di gunakan untuk melatih prajuritnya. Permainan megoak-goakan dapat dilaksanakan dengan cara perorangan maupun membentuk regu (Agus & Luh, 2023; Dewi, 2020). Seseorang dari regu lawan atau perorangan menjadi goak, agar bisa menangkap pemain paling buntut (ekor ular) secepatnya, jika dalam waktu yang ditentukan tidak bisa tertangkap maka sang Goak dianggap kalah. Melalui permainan megoak-goakan siswa ditanamkan nilai karakter gotong royong, nasionalis, integritas, dan mandiri (Andriyani, Ulya, & Kuryanto, 2023; Priyantini, Sudiatmaka, & Adnyani, 2022). Melalui permainan ini akan tercipta proses pembelajaran yang aktif dan menyenangkan. Karena siswa di ajak untuk belajar sambil bermain.

Beberapa penelitian sebelumnya menyatakan bahwa permainan tradisional megoak-goakan berpengaruh terhadap motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran (Azka, Siswanto, & Purnamasari, 2020; Sustawati, Cerita, & Suryatini, 2021). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa permainan tradisional megoak-goakan dapat meningkatkan karakter dan kerjasama siswa (Dewi, 2020; Priyantini et al., 2022). Pembelajaran yang menyenangkan dengan berbagai strategi serta media pembelajaran akan mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Melalui permainan tradisional tentu akan dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang budaya nenek moyang kita serta mampu meningkatkan keaktifan siswa dalam belajar (Sinaga, Nasriah, & Hidayati, 2020; Yusria & Musyaddad, 2019). Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelatihan olahraga tradisional megoak-goakan terhadap kebugaran jasmani dan motivasi belajar pada siswa kelas tinggi IV, V dan VI SD N 1 Kukuh Kerambitan.

2. METODE

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah the non-randomized control group pre-test post-test design. Desain penelitian ini disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Rancangan Penelitian

Penjelasan dari rancangan penelitian di atas adalah subjek penelitian diberikan tes awal (pre-test) dengan tujuan untuk memperoleh kelompok dengan cara ordinal pairing atau perataan kelompok yang akan dibagi menjadi 2 (dua) kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Kelompok perlakuan akan diberikan pelatihan ladder drill, sedangkan kelompok kontrol akan diberikan olahraga konvensional, setelah kedua kelompok dibentuk kemudian akan diberikan pelatihan (X1 dan X2) lalu diberikan tes akhir (post-test) untuk mendapatkan hasil penelitian. Sampul penelitian ini adalah kelas V dan VI, yang setiap kelasnya di ambil 20 orang totalnya 40 orang. Instrument penelitian ini menggunakan tes TKJI untuk mengukur tingkat kebugaran jasmani dan pemberian angket kuisioner untuk mengukur motivasi belajar. Analisis data menggunakan uji t dengan taraf signifikansi 0,05, akan tetapi sebelum menguji hipotesis terlebih dahulu akan dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan kolmogorov-smirnov dan uji homogenitas menggunakan levene's test of equality of error variances.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pengujian normalitas sebaran data dilakukan untuk menguji bahwa data kebugaran jasmani dan motivasi belajar siswa SD N 1 Kukuh Kerambitan berdistribusi normal. Pengujian normalitas sebaran data menggunakan statistik *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan program *SPSS 26.0 for Windows* pada signifikansi 0,05. Kriteria pengujian yang digunakan adalah terima H0 jika nilai probabilitas (p) > 0,05 dan tolak H0 jika nilai probabilitas (p) < 0,05. Hasil uji normalitas sebaran data tersaji pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Sebaran Data

Variabel <i>Gain Score</i> Ternormalisasi	Kelompok	<i>Kolmogorov-Smirnov</i>			Keterangan
		<i>Statisti c</i>	<i>Df</i>	<i>Sig.</i>	
Kebugaran Jasmani	Perlakuan	0,163	20	0,170	Berdistribusi normal
	Kontrol	0,166	20	0,148	Berdistribusi normal
Motivasi Belajar	Perlakuan	0,098	20	0,200	Berdistribusi normal
	Kontrol	0,175	20	0,110	Berdistribusi normal

Berdasarkan Tabel 1 ditunjukkan bahwa nilai probabilitas (p) pada statistik *Kolmogorov-Smirnov* untuk kelompok perlakuan dan kelompok kontrol lebih besar dari 0,05 sehingga H0 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa sebaran data *gain score* ternormalisasi kebugaran jasmani dan motivasi belajar siswa SD N 1 Kukuh Kerambitan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol berdistribusi normal. Uji homogenitas varian dilakukan dengan pengelompokan berdasarkan pelatihan, yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Uji homogenitas varians antar kelompok dilakukan dengan *Levene's Test of Equality Error Variance* dengan bantuan program *SPSS 26.0 for Windows* pada signifikansi 0,05. Kriteria pengujian yang digunakan adalah terima H0 jika nilai probabilitas (p) > 0,05 dan tolak H0 jika nilai probabilitas (p) < 0,05. Hal ini berarti kelompok perlakuan dan kelompok kontrol memiliki varians yang sama. Hasil uji homogenitas varians tersaji pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Homogenitas Varians

Variabel <i>Gain Score Ternormalisasi</i>	<i>Levene's Test of Equality of Error Variances</i>				
	<i>Levene Statistic</i>	<i>df1</i>	<i>df2</i>	<i>Sig.</i>	<i>Keputusan</i>
Kebugaran Jasmani	3,519	1	38	0,068	Varians Homogen
Motivasi Belajar	2,189	1	38	0,147	Varians Homogen

Berdasarkan hasil uji homogenitas varians untuk kelompok perlakuan dan kelompok kontrol pada data *gain score* ternormalisasi kebugaran jasmani dan motivasi belajar menunjukkan nilai probabilitas (p) pada statistik *Levene* > 0,05 sehingga H0 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa variansi pada setiap kelompok adalah sama (homogen). Pengujian hipotesis menggunakan uji t, yaitu *Independent-Samples t Test* dengan bantuan *SPSS 26.0 for Windows*. Kriteria pengujian yang digunakan adalah tolak H0 jika nilai probabilitas (p) < 0,05 dan terima H0 jika nilai probabilitas (p) > 0,05. Adapun hasil analisis dengan uji t untuk variabel kebugaran jasmani tersaji pada [Tabel 3](#).

Tabel 3. Hasil Analisis *Independent-Samples t Test* untuk Variabel Kebugaran Jasmani

		<i>Levene's Test for Equality of Variances</i>		<i>t-test for Equality of Means</i>				
		<i>F</i>	<i>Sig.</i>	<i>T</i>	<i>df</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>	<i>Mean Difference</i>	<i>Std. Error Difference</i>
Gain	<i>Equal Variance S</i>	3,519	0,068	2,505	38	0,017	0,076	0,030
	<i>Assumed Equal Variance S not Assumed</i>			2,505	33,914	0,017	0,076	0,030

Berdasarkan [Tabel 3](#) diperoleh nilai probabilitas (p) uji t pada *equal variances assumed* sebesar 0,017. Nilai probabilitas (p) < 0,05, sehingga H0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh positif dan signifikan antara pelatihan permainan tradisional megoak-goakan terhadap kebugaran jasmani siswa SD N 1 Kukuh Kerambitan. Berdasarkan nilai *mean difference* (perbedaan rata-rata) sebesar 0,076 terlihat bahwa rata-rata *gain score* ternormalisasi kebugaran jasmani siswa SD N 1 Kukuh Kerambitan pada kelompok perlakuan lebih besar dari pada kelompok kontrol. Jadi, disimpulkan bahwa peningkatan kebugaran jasmani siswa SD N 1 Kukuh Kerambitan pada kelompok perlakuan dengan pelatihan megoak-goakan lebih tinggi daripada kelompok kontrol diberikan olahraga konvensional. Hipotesis kedua yang telah dikemukakan dalam kajian teori menyatakan bahwa ada pengaruh positif dan signifikan antara pelatihan permainan tradisional megoak-goakan terhadap motivasi belajar siswa SD N 1 Kukuh Kerambitan. Pengujian hipotesis menggunakan uji t, yaitu *Independent-Samples t Test* dengan bantuan *SPSS 26.0 for Windows*. Kriteria pengujian yang digunakan adalah tolak H0 jika nilai probabilitas (p) < 0,05 dan terima H0 jika nilai probabilitas (p) > 0,05. Adapun hasil analisis dengan uji t untuk variabel motivasi belajar tampak pada [Tabel 4](#).

Tabel 4. Hasil Analisis *Independent-Samples t Test* untuk Variabel Motivasi Belajar

		<i>Levene's Test for Equality of Variances</i>		<i>t-test for Equality of Means</i>				
		<i>F</i>	<i>Sig.</i>	<i>T</i>	<i>df</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>	<i>Mean Difference</i>	<i>Std. Error Difference</i>
Gain	<i>Equal Variance S</i>	2,189	0,147	6,442	38	0,000	0,102	0,016
	<i>Assumed Equal Variance S not Assumed</i>			6,442	34,259	0,000	0,102	0,016

Berdasarkan [Tabel 4](#) diperoleh nilai probabilitas (p) uji t pada *equal variances assumed* sebesar 0,000. Nilai probabilitas (p) < 0,05, sehingga H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh positif dan signifikan antara pelatihan permainan tradisional megoak-goakan terhadap motivasi belajar siswa SD N 1 Kukuh Kerambitan. Berdasarkan nilai *mean difference* (perbedaan rata-rata) sebesar 0,102 terlihat bahwa rata-rata *gain score* ternormalisasi motivasi belajar siswa SD N 1 Kukuh Kerambitan pada kelompok perlakuan lebih besar dari pada kelompok kontrol. Jadi, disimpulkan bahwa peningkatan motivasi belajar siswa SD N 1 Kukuh Kerambitan pada kelompok perlakuan dengan pelatihan megoak-goakan lebih tinggi daripada kelompok kontrol diberikan olahraga konvensional.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa ada pengaruh positif dan signifikan pelatihan permainan tradisional megoak-goakan terhadap kebugaran jasmani siswa SD N 1 Kukuh Kerambitan. Pelatihan permainan tradisional megoak-goakan mampu menciptakan pembelajaran yang menarik minat siswa serta dapat mendorong keaktifan belajarnya. Pelatihan permainan tradisional megoak-goakan dapat meningkatkan motivasi belajar PJOK. Beberapa faktor keberhasilan ini, karena. Pelatihan permainan megoak-goakan menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan, menciptakan lingkungan belajar yang positif serta mampu memotivasi siswa untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran ([Juniawati et al., 2019](#); [Priyantini et al., 2022](#)). Dengan permainan megoak-goakan siswa diajak untuk praktik secara langsung sehingga meningkatkan semangat dan menciptakan atmosfer belajar yang rileks dan terhindar dari tekanan ([Badru, 2020](#); [Yusria & Musyaddad, 2019](#)).

Kedua, dengan pelatihan permainan tradisional megoak-goakan siswa dapat membentuk kepribadian seperti mengembangkan kecerdasan, mengembangkan kreativitas, mengembangkan fisik anak, kejujuran, kedisiplinan ([Azka et al., 2020](#); [Dewi, 2020](#)). Dengan kepribadian yang baik siswa akan memiliki empati dan motivasi belajar yang tinggi. Selain itu dengan permainan tradisional siswa dapat mengembangkan keterampilan sosial seperti kerjasama, tanggung jawab, pantang menyerah, melatih emosi, dan yang paling penting anak dapat berinteraksi dan berkomunikasi dengan kawan bermain serta menghargai orang lain. Siswa yang mampu mengembangkan keterampilan sosialnya dengan baik akan disukai dan mudah bergaul dengan teman ([Ngurah, 2017](#)). Selain itu kepribadian serta keterampilan sosial yang baik akan mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa. Sehingga mereka termotivasi untuk selalu meningkatkan pengetahuan yang dimilikinya.

Dalam permainan tradisional, terdapat unsur ilmu dan tradisi. Sehingga seringkali permainan ini melibatkan unsur kreativitas dan imajinasi siswa. Hal ini akan dapat memicu minat siswa terhadap pembelajaran ([Lubis, Fahmi, Mawardinur, Azandi, & Nugroho, 2021](#); [Nur & Widiatmoko, 2019](#)). Permainan tradisional *megoak-goakan* tersebut juga berfungsi untuk mengembangkan fisik atau organ tubuh anak-anak. Dalam permainan tradisional *megoak-goakan*, anak-anak senantiasa bergerak, melompat, berlari, menari, berputar, merangkak, menjinjit, jongkok, dan lain-lain dalam suasana gembira. Hal ini dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Selain itu dalam permainan tradisional megoak-goakan siswa diajarkan untuk mampu berinteraksi dan bekerjasama dengan teman baik dengan wanita maupun laki-laki ([Juniawati et al., 2019](#); [Sustiawati et al., 2021](#)). Keseruan permainan tradisional megoak-goakan dapat membuat siswa tertarik untuk belajar. Hal ini dapat menjadi motivasi bagi siswa untuk mengikuti pembelajaran.

Beberapa penelitian sebelumnya menyatakan bahwa permainan tradisional megoak-goakan berpengaruh terhadap motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran ([Azka et al., 2020](#); [Sustiawati et al., 2021](#)). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa permainan tradisional megoak-goakan dapat meningkatkan karakter dan kerjasama siswa ([Dewi, 2020](#); [Priyantini et al., 2022](#)). Pembelajaran yang menyenangkan dengan berbagai strategi serta media pembelajaran akan mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Melalui permainan tradisional tentu akan dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang budaya nenek moyang kita serta mampu meningkatkan keaktifan siswa dalam belajar ([Sinaga et al., 2020](#); [Yusria & Musyaddad, 2019](#)). Dengan demikian, permainan tradisional sebagai salah satu hasil budaya bangsa dilestarikan keberadaannya agar tidak punah seiring perkembangan zaman. Permainan tradisional untuk kedepannya dapat digunakan sebagai sarana yang mendukung proses pembelajaran siswa, khususnya dalam pembelajaran PJOK. Implikasi penelitian ini diharapkan guru mampu melestarikan budaya dengan menggunakan metode pembelajaran yang efektif berbasis permainan tradisional sehingga proses belajar dapat berlangsung menyenangkan sehingga meningkatkan motivasi belajar siswa.

4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat ditarik simpulan penelitian bahwa ada pengaruh positif dan signifikan antara pelatihan permainan tradisional megoak-goakan terhadap kebugaran jasmani dan motivasi belajar siswa SD N 1 Kukuh Kerambitan. Bagi guru, pelatihan megoak-goakan dijadikan salah satu alternatif pelatihan yang dapat diterapkan di sekolah untuk mengoptimalkan kebugaran jasmani dan motivasi belajar pada siswa SD N 1 Kukuh Kerambitan.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Agus, D. M., & Luh, P. S. N. (2023). The Effect of 6-week Traditional Balinese Game of Megoak-goakan on the Running Speed of Junior Pencak Silat Athletes. *The Central European Journal Of Social Science and Humanities*, 23(3), 98–105. <https://doi.org/10.14589/ido.23.3.10>.
- Aidi, Z., Yulifri, Y., & Edwarsyah, E. (2019). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Dalam Menerapkan Permainan Kecil Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Sport Science*, 19(1). <https://doi.org/10.24036/jss.v19i1.22>.
- Aldiansyah, R., & Asriansyah. (2020). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas Vii Smp Negeri 51 Palembang. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 3(1). <https://doi.org/10.31851/hon.v3i1.3738>.
- Andriyani, A. C., Ulya, H., & Kuryanto, M. S. (2023). Pengaruh Model Role Playing dengan Permainan Tradisional Pasaran terhadap Kemampuan Numerik Siswa. *MANAZHIM: Jurnal Manajemen Dan Ilmu Pendidikan*, 5(1). <https://doi.org/10.36088/manazhim.v5i1.2938>.
- Azka, F. L., Siswanto, J., & Purnamasari, V. (2020). Peran Permainan Tradisional Megoak Goakan Buleleng dalam Pembelajaran untuk Melatih Jiwa Kepemimpinan Peserta Didik Kelas IV di Sd Negeri Karangsono 03 Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak. *Dwijaloka Jurnal Pendidikan Dasar Dan Menengah*, 1(3). <https://doi.org/10.35473/dwijaloka.v1i3.693>.
- Badru, B. B. (2020). Membangun Sikap Disiplin dan Kemampuan Konsentrasi Anak Melalui Permainan Tradisional Beklen (Bola Bekel). *URNAL SIPATOKKONG BPSDM SULSEL*, 1(2), 197–201.
- Dewi, N. P. C. P. (2020). Tradisi Megoak-Goakan Sebagai Media Penguat Karakter Berbasis Kearifan Lokal Di Era Industri 4.0. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(2–3), 30–37. Retrieved from <https://jayapanguspress.penerbit.org/index.php/ganaya/article/view/383>.
- Hakim, N., Ulpi, W., & Hasyim, F. A. (2022). Meningkatkan Kebugaran Jasmani Anak pada Masa Pandemi melalui Kegiatan Senam Berbasis Windows Movie Maker. *Jurnal Obsesi*, 6(4). <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.1954>.
- Hanafi, M., Hakim, A., & Bulqini, A. (2020). Pengaruh Model Permainan Target Terhadap Akurasi Mengumpan Dalam Permainan Sepak Takraw. *JSES : Journal of Sport and Exercise Science*, 3(1), 23. <https://doi.org/10.26740/jses.v3n1.p23-29>.
- Huwaida, Z., Anggraini, F. T., & Firdawati. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kebugaran Jasmani Siswa SDN 13 Sungai Pisang. *JIKESI: Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 2(4). <https://doi.org/10.25077/jikesi.v2i4.361>.
- Juniawati, L., Armini, K. I., Priani, I. G. . A. P., Wahyudi, I., Ardani, N. W. S., & Erawati, N. K. I. (2019). Eksistensi Budaya Megoak-Goakan Dalam Mempengaruhi Akuntansi Khususnya Pengelolaan Dana Di Desa Panji. *Jurnal Ilmiah Akuntansi Dan Humanika*, 9(1). <https://doi.org/10.23887/jinah.v9i1.19942>.
- Kurniawan, A. W., Surya, K. K. H., & Kurniawan, R. (2022). Pengembangan Media Pembelajaran Aktivitas Kebugaran Jasmani Unsur Kelentukan Berbasis Multimedia Interaktif di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Patriot*, 4(1). <https://doi.org/10.24036/patriot.v4i1.831>.
- Lubis, A. E., Fahmi, M., Mawardinur, M., Azandi, F., & Nugroho, A. (2021). Sosialisasi Permainan Tradisional Untuk Siswa SD di SDN 104202 Bandar Setia. *Jubaedah : Jurnal Pengabdian Dan Edukasi Sekolah (Indonesian Journal of Community Services and School Education)*, 1(2 SE-), 165–171. <https://doi.org/10.46306/jub.v1i2.32>.
- Ngurah, A. I. K. (2017). Tradisi Megoak-Goakan Di Kabupaten Buleleng Dan Relevansinya Terhadap Pariwisata Budaya Di Bali (Kajian Etnopedagogi). *Maha Widya Duta*, 1(1). <https://doi.org/10.55115/duta.v1i1.669>.
- Nur, M., & Widiyatmoko, F. A. (2019). Implementasi Permainan Tradisional Untuk Meningkatkan Keaktifan Gerak Siswa. *Jendela Olahraga*, 4(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.26877/jo.v4i1.3028>.
- Permana, D. F. W., & Irawan, F. A. (2019). Persepsi Mahasiswa Ilmu Keolahragaan terhadap Permainan Tradisional dalam Menjaga Warisan Budaya Indonesia. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 9(2), 50–53. <https://doi.org/10.15294/miki.v9i2.23645>.

- Pratiwi, J. W., & Pujiastuti, H. (2020). Eksplorasi Etnomatematika Pada Permainan Tradisional Kelereng. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, 5(2). <https://doi.org/10.33369/jpmr.v5i2.11405>.
- Priyantini, G. A. P. N., Sudiarmaka, K., & Adnyani, N. K. S. (2022). Perlindungan Hukum Terhadap Tradisi Megoak-Goakan Sebagai Wujud Pelestarian Identitas Budaya Ditinjau Dari Perspektif Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta Dan Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2017 Tentang Pemajuan Kebudayaan (Studi Kasus Tradisi. *Jurnal Komunitas Yustisia*, 5(2). <https://doi.org/10.23887/jatayu.v5i2.51689>.
- Putra, E. P. (2019). Hubungan Kebugaran Jasmani Terhadap Tingkat Konsentrasi Peserta Didik (Studi Pada Peserta Didik Smp Negeri 1 Gondang Mojokerto). *JPOK: Jurnal Pendidikan Jasmani*, 7(3). Retrieved from <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/31375>.
- Raibowo, S., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan pada SMP Negeri Se-Kabupaten Mukomuko melalui Pendekatan Model Context , Input , Process & Product (CIPP). *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(2), 146-165. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3881891>.
- Rut, N., Gaol, R. L., Abi, A. R., & Silaban, P. J. (2020). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Keterampilan Sosial Anak Kelas IV Sd 091526. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 6(2), 449-455. <https://doi.org/10.31949/educatio.v6i2.568>.
- Salam, A. F. B., Yunus, M., & Kinanti, R. G. (2019). Pengaruh Permainan Tradisional (Egrang Bambu) terhadap Peningkatan Keseimbangan pada Anak Kelas 5 SD. *Jurnal Sport Science and Health*, 1(3).
- Setiani, R. E. (2019). Pemanfaatan Permainan Tradisional Dalam Penanaman Nilai-Nilai Kebangsaan Di Tk Negeri Pembina 2 Purwokerto. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.32678/as-sibyan.v4i1.1963>.
- Sinaga, R., Nasriah, & Hidayati, I. (2020). Pengaruh Permainan Tradisional Kelereng Terhadap Perkembangan Sosial Anak Kelompok B di TK Puteri Sion Medan. *Jurnal Usia Dini*, 6(1), 10-19.
- Sustiawati, N. L., Cerita, I. N., & Suryatini, N. K. (2021). Eksistensi Tari Tradisional Megoak-Goakan sebagai Etnisitas Budaya di Kabupaten Buleleng. *Panggung: Jurnal Seni Budaya*, 31(4). <https://doi.org/10.26742/panggung.v31i4.1854>.
- Suwardi, I., & Farnisa, R. (2018). Hubungan Peran Guru Dalam Proses Pembelajaran Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Gentala Pendidikan Dasar*, 3(2), 181-202. <https://doi.org/10.22437/gentala.v3i2.6758>.
- Triwardhani, I. J., Trigartanti, W., Rachmawati, I., & Putra, R. P. (2020). Strategi Guru dalam membangun komunikasi dengan Orang Tua Siswa di Sekolah. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 8(1), 99. <https://doi.org/10.24198/jkk.v8i1.23620>.
- Utama, M. B. R., Pangkahila, A., Adiputra, I., Tianing, N., Weta, I., & Adiputra, L. S. H. (2019). Pelatihan Pliometrik Jump to Box Lebih Meningkatkan Daya Ledak Otot Tungkai Dari Pada Pealtihan Pliometrik Barrier Hops Pada Permainan Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 5(2), 34-41.
- Yusria, & Musyaddad, K. (2019). Permainan Tradisional Sebagai Model Permainan Edukatif Untuk Meningkatkan Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *AL ATHFAAL: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Uisa Dini*, 2(1), 14-24. <https://doi.org/10.24042/ajipaud.v2i1.3995>.
- Zubaidah, Syafarudin, Victorian, A. R., Solahuddin, S., & Soleh Solahuddin. (2021). Profil Kebugaran Jasmani Atlet Pencak Silat Binaan Bank Sumsel Babel Palembang. *Jurnal Patriot*, 3(2). <https://doi.org/10.24036/patriot.v3i2.783>.