

**IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN *OUTDOOR*  
*LEARNING* DALAM PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN MELALUI  
PERMAINAN TRADISIONAL  
DI SD NEGERI SOKO PEKALONGAN**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat  
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)



Oleh :

**FITRI JOHANDAYANI**  
**NIM. 2320099**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEPENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN  
2024**

**IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN *OUTDOOR*  
*LEARNING* DALAM PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN MELALUI  
PERMAINAN TRADISIONAL  
DI SD NEGERI SOKO PEKALONGAN**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat  
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)



Oleh :

**FITRI JOHANDAYANI**  
**NIM. 2320099**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEPENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN  
2024**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Fitri Johandayani

Nim : 2320099

Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Judul Skripsi : IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN *OUTDOOR LEARNING* DALAM PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL DI SD NEGERI SOKO PEKALONGAN

Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya penelitian sendiri, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah peneliti sebutkan sumbernya. Apabila skripsi ini terbukti merupakan hasil duplikasi atau plagiasi, maka peneliti bersedia menerima sanksi akademik dan dicabut gelarnya.

Pekalongan, 03 Juni 2024

Yang menyatakan



FITRI JOHANDAYANI  
NIM. 2320099

**Andung Dwi Haryanto, M. Pd**  
Pegaden Tengah RT.01, RW 01  
Kec. Wonopringgo, Kab. Pekalongan

---

### NOTA PEMBIMBING

Lamp. : 4 (lima) eksemplar  
Hal : Naskah Skripsi  
Sdr. Fitri Johandayani

Kepada :  
Yth. Dekan Fakultas Tarbiyah  
dan Ilmu Keguruan UIN K.H.  
Abdurrahman Wahid  
c/q. Ketua Prodi PGMI  
di-  
Pekalongan

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Setelah saya meneliti dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka bersama ini saya kirimkan naskah Skripsi Saudara:

Nama : **FITRI JOHANDAYANI**  
NIM : **2320099**  
Prodi : **PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH (PGMI)**  
Judul : **IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN *OUTDOOR LEARNING* PADA PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL DI SD NEGERI SOKO PEKALONGAN**

Dengan ini mohon agar skripsi saudara tersebut segera dimunaqosahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Pekalongan, 05 Juni 2024  
Pembimbing,



Andung Dwi Haryanto, M. Pd.  
NIP.19890217 201903 1 007



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN**  
**FAKULTAS TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN**  
Jl. Pahlawan Km 5 Rowolaku kajen Kabupaten Pekalongan  
Website : [fik.uingsdur.ac.id](http://fik.uingsdur.ac.id) | Email : [fik@uingsdur.ac.id](mailto:fik@uingsdur.ac.id)

### PENGESAHAN

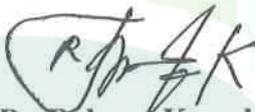
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN K.H. Aburrahman Wahid Pekalongan mengesahkan Skripsi saudara/i:

Nama : **FITRI JOHANDAYANI**  
NIM : **2320099**  
Judul : **IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN *OUTDOOR LEARNING* PADA PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI SOKO PEKALONGAN**

Telah diujikan pada hari Selasa, tanggal 25 Juni 2024 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai bagian syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) dalam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan.

#### Dewan Penguji

Penguji I

  
Dr. Rahmat Kamal, M.Pd.I  
NIP. 198305262023211015

Penguji II

  
M. Adin Setyawan, M.Psi  
NIP. 199209112019031014

Pekalongan, 03 Juli 2024

Disahkan oleh

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan,

  
Prof. Dr. H. Moh. Sugeng Solehuddin, M.Ag  
NIP. 19730112 200003 1 001

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan buku ini adalah hasil Putusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 0543b/U/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam Kamus Linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut:

### 1. Konsonan

Fonem-fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf, sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Di bawah ini daftar huruf Arab dan transliterasi dengan huruf latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṣ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka danha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Z	zet (dengan titik

			di atas
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	ʿ	koma terbalik (di atas)
غ	Ghain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamza h	`	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

### 1) Vokal

Vokal Tunggal	Vokal rangkap	Vokal Panjang
---------------	---------------	---------------

أ = a		آ = ā
إ = i	أي = ai	إي = ī
أ = u	أو = au	أو = ū

## 2) Ta Marbutah

Ta marbutah hidup dilambangkan dengan /t/

Contoh:

مرأة جميلة ditulis *mar'atun jamīlah*

Ta marbutah mati dilambangkan /h/

Contoh:

فاطمة ditulis *fātimah*

## 3) Syaddad (tasydid, geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi *tanda syaddad tersebut*.

Contoh:

ربنا ditulis *rabbānā*

البرر ditulis *al-barr*

## 4) Kata sandang (artikel)

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf syamsiyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh:

الشمس ditulis *asy-syamsu*

الرجل ditulis *ar-rojulu*

السيدة ditulis *as-sayyidinah*

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf qomariyah” ditransliterasikan dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contoh:

القمر

ditulis

*al-qamar*

البدیع

ditulis

*al-badi'*

الجلال

ditulis

*al-jalāl*

### 5) Huruf Hamzah

Hamzah yang berada di awal kata tidak ditransliterasikan. Akan tetapi, jika hamzah tersebut berada di tengah kata atau di akhir kata, huruf hamzah itu ditransliterasikan dengan apostrof (/').

Contoh: أمرت ditulis *umirtu*

شيء ditulis *syai'un*

## PERSEMBAHAN

Dengan menyebutkan nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang sebagai wujud rasa syukurku, baktiku serta hormatku penulis persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua almarhum orang tua saya tercinta Bapak Rustamuji dan Ibu Praswati yang telah meninggal Ketika saya masih menempuh Pendidikan SMP kelas VIII. Semoga beliau bangga dengan perjuangan anaknya sampai dititik ini.
2. Kakak saya tercinta Eka Furi Mirdawati dan Dwi Suryaningsih yang selalu memberi saya motivasi dan dukungan untuk semangat dalam berjuang menuntut ilmu.
3. Almarhum Om Den, Bulek Yun, Mba Lia dan Mas Jaya yang sudah membimbing saya hingga saat ini.
4. Eko Andryawan, yang telah sabar mendukung saya dengan memberikan semangat sampai terselesaikan skripsi ini.
5. Almamater tercinta, Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI), Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.
6. Bapak Andung Dwi Haryanto, M. Pd. Yang telah membimbing dalam penelitian ini.
7. Sekolah Dasar Negeri Soko Pekalongan yang bersedia untuk menjadi tempat penelitian dan membantu segala proses penelitian.
8. Teman-teman suka duka masa kuliah Salsa, Elza, Edi, Juki, Pijar, Arun, Ipul, Subhan, Farhan, Hisyam, Ikhwan, Alam. Terimakasih sudah kebersami semasa kuliah, memberikan kebahagiaan disetiap waktu dan selalu ada dalam keadaan apapun, selalu menghabiskan waktu dan selalu ada dalam keadaan apapun, selalu menghabiskan waktu dan menghibur yang membuat kehidupan perkuliahan lebih berkesan.
9. Teman-teman seperjuangan program studi PGMI Angkatan 2020 yang tak bisa sebutkan satu persatu, terimakasih atas dukungan dan do'a do'abaiknya.

10. Semua pihak yang telah membantu penyusunan skripsi, semoga bantuan dan bimbingan yang telah diberikan mendapatkan balasan pahala yang setimpal dari Allah SWT.
11. Terakhir terimakasih pada diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini, mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.



## MOTTO

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya:

"Dan belanjakanlah (harta bendamu) di jalan Allah, dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah, karena sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik."

Maknanya:

Orang-orang yang tidak menjaga kesehatan termasuk dalam golongan orang yang menjatuhkan diri dalam kebinasaan. Sebab, tidak merawat apa yang telah diberikan oleh Allah.

-(Q.S Al-Baqarah Ayat 195)-

## ABSTRAK

Johandayani, Fitri. 2024, **Implementasi Pembelajaran *Outdoor Learning* Dalam Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Melalui Permainan Tradisional di SD Negeri Soko Pekalongan.** Skripsi Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan. Pembimbing Andung Dwi Haryanto, M. Pd.

Kata kunci: Pembelajaran *Outdoor Learning*, Permainan Tradisional

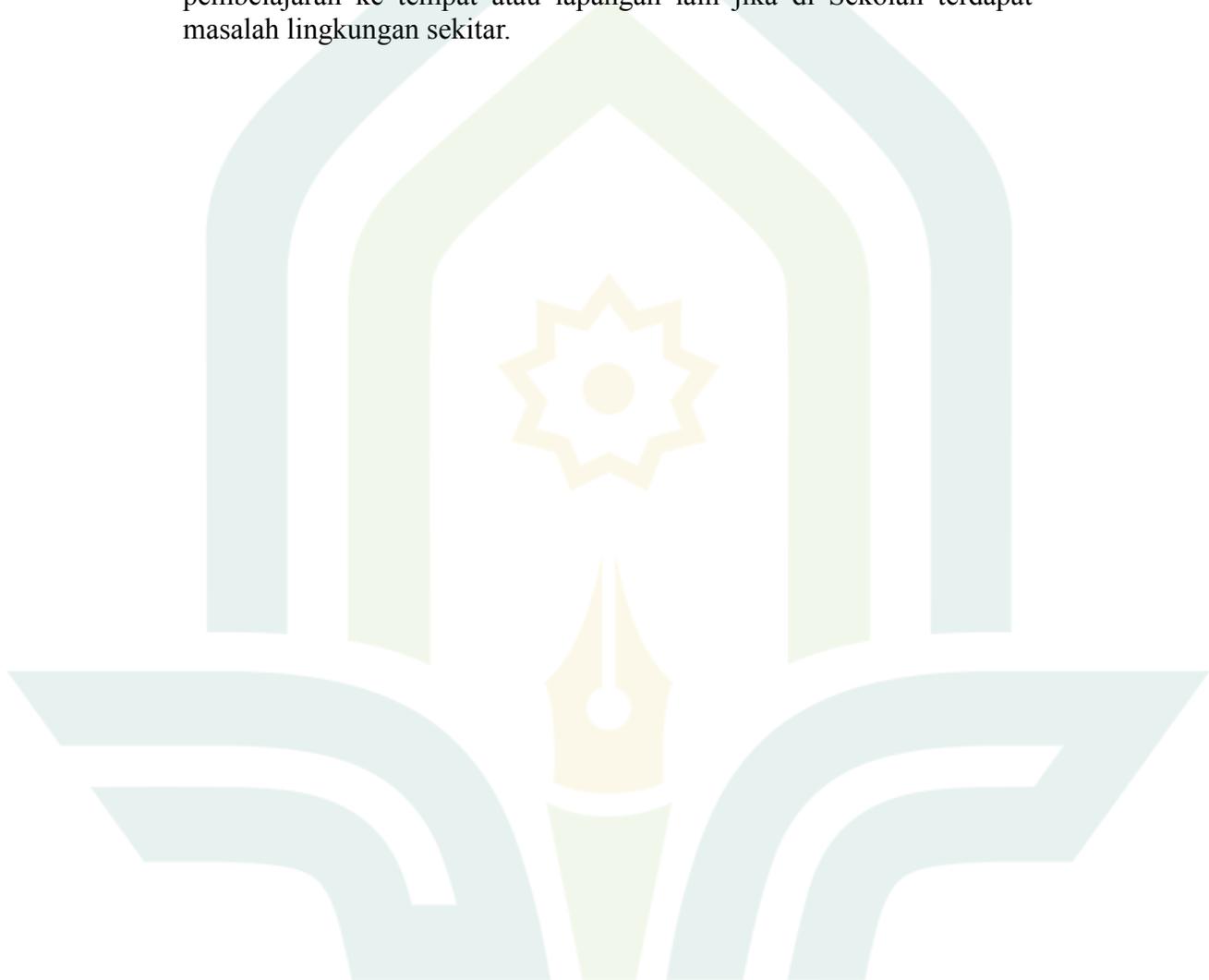
Penelitian ini dilatarbelakangi bahwa pada era saat ini permainan tradisional telah kehilangan popularitasnya karena perkembangan zaman yang semakin maju sehingga merubah mentalitas masyarakat dari kebiasaan tradisional lama ke kebiasaan modern. Terlepas dari hal tersebut, SDN Soko Pekalongan berhasil menerapkan pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional guna melestarikan kembali budaya dan terciptanya semangat serta motivasi peserta didik dalam mengikuti pelajaran khususnya pelajaran PJOK hingga memperoleh kejuaraan dibidang non akademik.

Adapun tujuan penelitian ini adalah (1) Untuk mendeskripsikan Implementasi pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional di SD Negeri Soko Pekalongan, (2) Untuk mendeskripsikan dampak dari implementasi pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional di SD Negeri Soko Pekalongan, (3) Untuk mendeskripsikan faktor pendukung dan penghambat dalam proses implementasi pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional SD Negeri Soko Pekalongan.

Jenis penelitian ini berupa penelitian lapangan dan pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Adapun Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data-data yang dibutuhkan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Sedangkan Teknik analisis data dengan model Miles dan Herman dan Sugiono yang meliputi reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan pembelajaran *outdoor learning* pada mapel PJOK melalui permainan tradisional di SD Negeri Soko Pekalongan berjalan dengan baik dari segi perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pembelajarannya. Terlepas dari keberhasilan pembelajaran, terdapat beberapa faktor baik dari faktor pendukung maupun faktor penghambatnya. Ada 3 faktor pendukung dalam pembelajaran *outdoor learning* pada PJOK melalui permainan

tradisional di SD Negeri Soko Pekalongan yaitu pertama, ketersediaan media pembelajaran, kedua, ketersediaan alat permainan tradisional dan yang ketiga, ada sumber daya peserta didik. Sedangkan yang menjadi faktor penghambat pembelajaran *outdoor learning* pada PJOK melalui permainan tradisional terdiri dari dua faktor yaitu kondisi cuaca dan permasalahan lingkungan yang ada. Upaya mengatasi faktor penghambat tersebut dengan cara memindahkan pembelajaran ke dalam kelas yang dibuat senyaman mungkin dan bisa juga memindahkan pembelajaran ke tempat atau lapangan lain jika di Sekolah terdapat masalah lingkungan sekitar.



## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Implementasi Pembelajaran *Outdoor Learning* pada Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Permainan Tradisional Di SD Negeri Soko Pekalongan”.

Shalawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhamad SAW yang telah membawa risalah Islam sehingga dapat menjadi bekal hidup kita baik di dunia dan akhirat.

Suatu kebanggaan tersendiri jika suatu tugas dapat terselesaikan dengan sebaik-baiknya. Bagi penulis, penyusun skripsi merupakan tugas yang tidak ringan. Penulis sadar banyak hambatan dalam proses penyusunan skripsi ini. Akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan, tentunya karena banyak beberapa pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan ini. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

- 1) Bapak Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.
- 2) Bapak Prof. Dr. Moh. Sugeng Solehuddin, M.Ag. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.
- 3) Ibu Juwita Rini M.Pd. Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Madsah Ibtidaiyah (PGMI) Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan dan Bapak Muhammad Syarifuddin, M. Pd selaku dosen wali akademik yang selalu memberikan ilmu bermanfaat serta motivasi kehidupan.
- 4) Bapak Andung Dwi Haryanto, M.Pd. selaku dosen pembimbing yang telah berkenan meluangkan waktu, mencurahkan tenaga dan pikirannya dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat selesai dengan baik.
- 5) Segenap Dosen Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan yang telah memberikan berbagai macam ilmu serta motivasi selama belajar di Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.

- 6) Almamaterku Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan, tempat menimba ilmu yang saya banggakan.
- 7) Semua pihak yang turut adil dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat penulis sebut satu persatu.

Penulis menyadari, apa yang disajikan dalam skripsi ini bukanlah suatu penelitian yang sempurna. Kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca. Aamiin

Pekalongan, 05 Juni 2024

Penulis



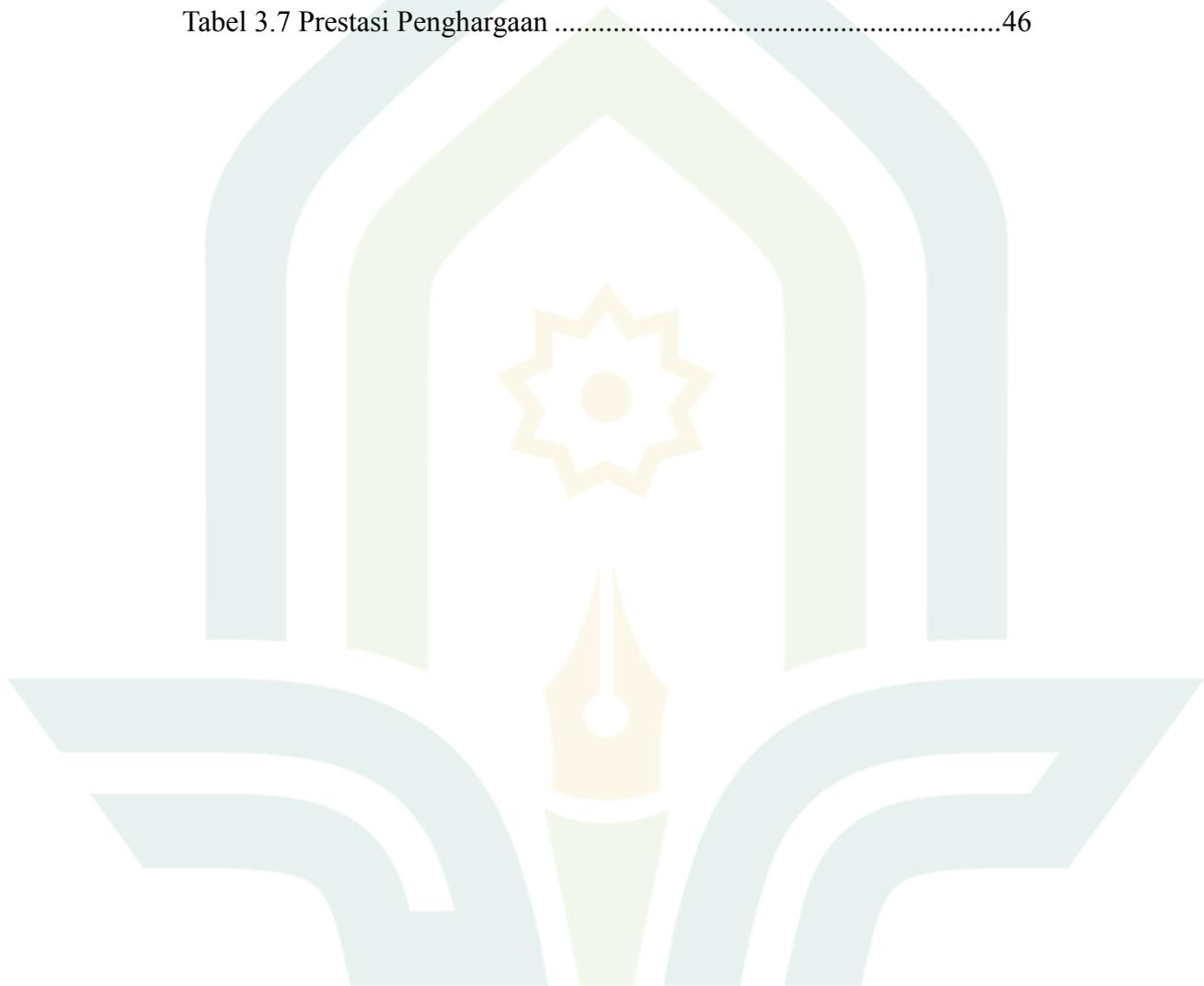
## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	ii
NOTA PEMBIMBING.....	iii
PENGESAHAN .....	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	v
PERSEMBAHAN .....	ix
MOTTO.....	xi
ABSTRAK.....	xii
KATA PENGANTAR .....	xiv
DAFTAR ISI .....	xvi
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR BAGAN .....	xix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xx
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Kegunaan Penelitian .....	6
E. Metode Penelitian .....	7
1. Jenis dan Pendekatan .....	7
2. Tempat dan waktu penelitian .....	7
3. Sumber Data.....	7
4. Teknik Pengumpulan Data .....	8
5. Teknik Analisis Data .....	10
F. Sistematika Penulisan .....	11
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>13</b>
A. Deskripsi Teori.....	13
1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	13
2. Pembelajaran <i>Outdoor Learning</i> .....	16
3. Permainan Tradisional .....	20
B. Penelitian Relevan .....	32
C. Kerangka Berpikir.....	35

<b>BAB III HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
A. Gambaran Umum SD Negeri Soko .....	37
1. Profil SD Negeri Soko Pekalongan.....	37
2. Letak Geografis.....	38
3. Visi, Misi dan Tujuan SD Negeri Soko Kota Pekalongan.....	38
4. Struktur Organisasi .....	41
5. Daftar Guru .....	42
6. Daftar Siswa.....	43
7. Sarana Dan Prasarana .....	45
8. Prestasi Peserta Didik.....	46
B. Implementasi Pembelajaran <i>Outdoor Learning</i> Pada PJOK Melalui Permainan Tradisional di Sd Negeri Soko Pekalongan.....	46
C. Faktor Pendukung Dan Penghambat Pembelajaran <i>Outdoor Learning</i> Melalui Permainan Tradisional .....	61
<b>BAB IV ANALISIS PENELITIAN.....</b>	<b>69</b>
A. Implementasi Pembelajaran <i>Outdoor Learning</i> Pada PJOK Melalui Permainan Tradisional di SD Negeri Soko Pekalongan.....	69
B. Faktor Pendukung Dan Penghambat Dalam Proses Implementasi Pembelajaran <i>Outdoor Learning</i> Pada PJOK Melalui Permainan Tradisional di SD Negeri Soko Pekalongan.....	75
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>79</b>
A. Kesimpulan .....	79
B. Saran .....	80
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>Lampiran</b>	
<b>Daftar Riwayat Hidup</b>	

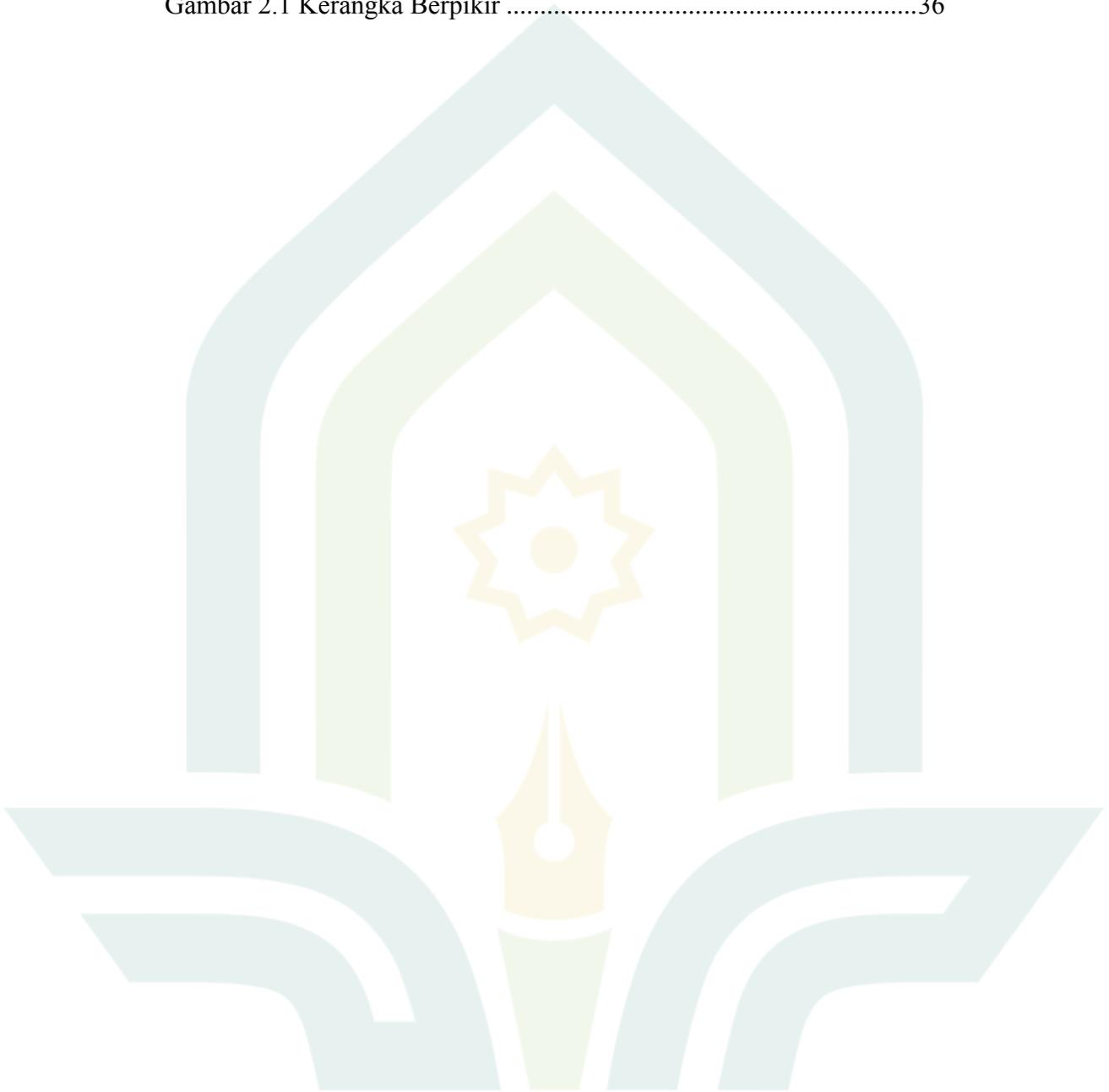
## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Profil Sekolah .....	37
Tabel 3.2 Struktur Organisasi .....	41
Tabel 3.3 Daftar Guru .....	42
Tabel 3.4 Daftar Siswa.....	43
Tabel 3.5 Sarana SD Negeri Soko Pekalongan.....	45
Tabel 3.6 Prasaranan SD Negeri Soko Pekalongan .....	45
Tabel 3.7 Prestasi Penghargaan .....	46



## DAFTAR BAGAN

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....36



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Ijin Penelitian dari UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan
- Lampiran 2 : Surat Keterangan dari SD Negeri Soko Pekalongan
- Lampiran 3 : Pedoman Wawancara
- Lampiran 4 : Transkrip Hasil Wawancara
- Lampiran 5 : Pedoman Observasi
- Lampiran 6 : Transkrip Observasi
- Lampiran 7 : Pedoman Dokumentasi
- Lampiran 8 : Transkrip Dokumentasi
- Lampiran 9 : Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
- Lampiran 10 : Dokumentasi
- Lampiran 11 : Daftar Riwayat Hidup



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pendidikan adalah salah satu komponen kehidupan manusia yang paling penting. Pendidikan juga merupakan faktor lain yang memengaruhi kemajuan dan kemunduran sebuah negara. Ki Hajar Dewantara menjelaskan bahwa “Pendidikan adalah suatu hal penting dalam tumbuh kembang anak, memberikan segala hal Pendidikan pada anak agar menjadi warga masyarakat yang dapat mencapai keselamatan dan kebahagiaan setinggi tingginya”. Artinya dengan mengenyam pendidikan maka anak-anak akan dapat tumbuh menjadi anak-anak yang berkualitas dan membanggakan.<sup>1</sup> Terciptanya orang yang unggul dan kompetitif di era globalisasi bergantung pada pendidikan yang baik. Pendidikan memainkan peran penting dalam pembentukan kepribadian individu yang dapat berinteraksi dan berkomunikasi dengan baik dengan lingkungannya.

Dalam dunia pendidikan terdapat beberapa mata pelajaran yang diajarkan kepada siswa, salah satunya adalah Pembelajaran Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). PJOK mempunyai tujuan untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran, dan tindakan moral melalui pembelajaran. Pembelajaran PJOK memiliki unsur permainan dengan petualangan dalam pelaksanaannya yang bisa dilaksanakan di alam bebas atau luar kelas.<sup>2</sup> Dengan kata lain, pembelajaran PJOK identik dengan pembelajaran yang dilakukan di luar kelas atau *outdoor learning*. Menurut Astuti, mengatakan model *outdoor learning* dapat mengasah keterampilan motorik kasar dan sosial pada anak dimana anak lebih banyak melakukan

---

<sup>1</sup> Eka Yanuarti, Pemikiran Pendidikan Ki. Hajar Dewantara Dan Relevansinya Dengan Kurikulum 13, *Jurnal Penelitian*, Vol. 11, No. 2, 2017.

<sup>2</sup> Prasetyo, R., Synthiawati, N. N., Yunarta, A., & Puspitaningsari, M, “Pelatihan Permainan Outdoor Games Activities Untuk Meningkatkan Kebugaran Siswa Sekolah Dasar”. *Jurnal Gembira: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(06), Hal 1611.

kegiatan-kegiatan yang secara tidak langsung melibatkan kerjasama antar teman dan kemampuan berkreasi.<sup>3</sup> Namun, kurangnya gerak akan menghambat kemampuan dasar ini, menyebabkan anak tidak tertarik dan bahkan tidak mau berolahraga. Ini akan menyebabkan anak-anak kurang sehat, berat badan bertambah, dan obesitas, yang dapat meningkatkan risiko diabetes melitus.<sup>4</sup> Pada dasarnya, pembelajaran yang menyenangkan khususnya bagi anak usia sekolah dasar adalah melalui bermain sambil belajar yang disesuaikan melalui implementasi model maupun metode pembelajaran.<sup>5</sup>

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, karakteristik kepribadian peserta didik harus dipertimbangkan, melalui model pembelajaran salah satunya pembelajaran di luar kelas (*outdoor learning*). Pembelajaran di luar kelas atau *outdoor learning* adalah aktivitas yang baik untuk PJOK dan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik, Selain itu pembelajaran di *outdoor learning* bertujuan untuk mendorong peserta didik untuk menyatu dengan alam melalui berbagai aktivitas dan proses yang mengarah pada perubahan perilaku mereka terhadap lingkungan melalui proses penyadaran, pemahaman, perhatian, tanggung jawab, dan tindakan atau tingkah laku.<sup>6</sup> Aktivitas *outdoor learning* ini dapat berupa permainan, olahraga, perlombaan, aksi lingkungan dan sebagainya. Selain itu Pendidikan *outdoor learning* juga mengembangkan kreatifitas, komunikasi, kerjasama, motivasi diri, kompetensi, pemecahan masalah (*problem solving*) dan kepercayaan diri agar

---

<sup>3</sup> Astuti, "Rangsang Perkembangan Perilaku Sosial Anak Usia Dini Dengan Metode Outdoor Learning Melalui Miniatur Kegiatan Outbound. Pendidikan", 2018, hal 145.

<sup>4</sup> Bangun, S. Y. "Analisis Tujuan Materi Pelajaran Dan Metode Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani", *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, No. 1, 2017.

<sup>5</sup> Fibriansyah, A., dkk, "Model Pembelajaran Outdoor Education Berpengaruh Terhadap Keterampilan Gerak Dasarpada Muatan Pjok Kelas V SD", Seminar Nasional, 2022, hal 64.

<sup>6</sup> Vera, Aprilia. *Metode Mengajar Anak di Luar Kelas (Outdoor Study)*, (Jogjakarta: DIVA PRESS, 2018).

anak memiliki kepribadian yang bagus perlu diciptakan dilingkungan yang kondusif.<sup>7</sup>

Kegiatan pembelajaran pada mapel PJOK di SD Negeri Soko Pekalongan khususnya kelas III mengalami kendala dalam hal kejenuhan belajar siswa. Realita di lapangan terlihat siswa kurang terfokus dan berkonsentrasi dalam melakukan aktivitas. Ada beberapa siswa yang sering bengong, ada beberapa siswa yang senang memperlakukan benda-benda yang ada di sekitar dirinya, dan ada beberapa siswa yang terlihat murung dalam belajar. Setelah di telusuri dengan menanyakan ke beberapa siswa, ternyata banyak yang mengemukakan bahwa mereka bosan dan jenuh dalam mengikuti pembelajaran. Hal ini dikarenakan sedikitnya variasi guru dalam mengajar, sehingga pembelajaran PJOK terkesan monoton dan kurang menyenangkan bagi siswa.

Bermain dan belajar sangat penting bagi anak-anak Sekolah Dasar karena membantu perkembangan fisik dan sosial, intelektual, dan emosional mereka. Anak-anak dapat merasakan kepuasan dan kegembiraan melalui permainan. Bermain di luar kelas adalah cara penting untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor peserta didik. Dalam hal ini permainan tradisional bisa dijadikan sebagai salah satu alternatif dalam Pembelajaran PJOK *outdoor learning* disekolah.

Permainan tradisional dalam beberapa tahun terakhir telah kehilangan popularitasnya karena perkembangan yang semakin maju, yang juga mengubah mentalitas masyarakat.<sup>8</sup> Beralihnya dari kebiasaan tradisional lama ke kebiasaan modern yang lebih mudah. Anak-anak dulu lebih suka bermain permainan tradisional yang mengharuskan mereka bertemu langsung dengan teman dalam satu tempat dan melibatkan aktivitas fisik dan menguras keringat, tetapi

---

<sup>7</sup> Utama, A. M. B. "Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain Dalam Pendidikan Jasmani", *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, No.8. 2018.

<sup>8</sup> Gian Prantoro, "Pengaruh Penggunaan Permainan Tradisional Bakiak Dan Engklek Terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Anak Usia Dini", *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 2016.

sekarang mereka lebih suka bermain permainan di ponsel atau laptop mereka yang dikenal dengan kata "Mabar", yang dapat menyebabkan fenomena kesenjangan sosial di mana mereka enggan untuk bergaul, bermain dengan teman, dan berbicara dengan orang lain.<sup>9</sup> Di sekolah dasar, permainan tradisional sebagai materi pembelajaran masih jarang digunakan. Perkembangan kemampuan peserta didik dapat dipengaruhi secara positif oleh permainan tradisional ini. Aktivitas ini sangat membantu perkembangan kecerdasan kinestetik anak yang berkaitan dengan setiap gerakan yang mereka lakukan.<sup>10</sup>

Permainan tradisional ini dimainkan secara turun-temurun dan tidak memiliki peraturan yang jelas. Namun, nilai-nilainya mencakup persatuan, demokrasi, pendidikan, kepribadian, dan kesehatan. Karena menyenangkan dan menggembirakan, anak-anak sering bermain permainan ini. Permainan tradisional dalam PJOK meningkatkan minat peserta didik dalam tugas gerak dan menumbuhkan keberanian, semangat, dan kejujuran.<sup>11</sup>

Untuk mencapai tujuan pembelajaran, pendidik harus kreatif untuk menarik perhatian peserta didik untuk mengikuti proses pelajaran PJOK. Memanfaatkan permainan tradisional sebagai media pembelajaran di *outdoor learning* dapat menarik perhatian peserta didik untuk berpartisipasi dalam pelajaran PJOK dengan rajin dan bersungguh-sungguh. Selain itu, permainan tradisional ini memiliki potensi untuk meningkatkan kemampuan dasar peserta didik. Permainan tradisional dalam PJOK sangat penting karena dapat meningkatkan kebugaran fisik, hubungan sosial, pengendalian emosi, dan moral peserta didik.

---

<sup>9</sup> Sikamali, Toraya, 2021 Artikel "Modernisasi Anak". <https://forumanak.id/artikelView/6wdz3xwz8l> diakses hari rabu, 15 November, 2023.

<sup>10</sup> Kurniati, E. *Permainan Tradisional dan Perannya dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak*. (Jakarta: Kencana, 2016).

<sup>11</sup> Andika Tiyas Apriliawati, Setiyo Hartoto, "Penerapan Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Terhadap Kemampuan Motorik Peserta didik", *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, Vol. 04, No. 02, 2016.

Hasil wawancara peneliti dengan Bapak Dedy Pratama S.Pd selaku guru mata pelajaran PJOK di SD Negeri Soko Pekalongan mengatakan bahwa pada umumnya sekolah lain pada pelajaran PJOK menggunakan pembelajaran *outdoor learning* dengan permainan modern sedangkan di SD Soko ini menggunakan pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional. Dengan adanya pembelajaran ini menjadikan pembelajaran yang menyenangkan dan menjadi pelajaran favorit peserta didik. Dibuktikannya dengan adanya pendidik menciptakan beberapa permainan di luar kelas (*outdoor Learning*) seperti lempar sandal, patil lele, gobak sodor serta bentengan yang menjadikan peserta didik termotivasi dalam melakukan pembelajaran.<sup>12</sup> Hal ini peserta didik bersemangat dan antusias dalam mengikuti pelajaran PJOK. Sehingga dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.<sup>13</sup>

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengambil judul **“Implementasi Pembelajaran *Outdoor Learning* Dalam Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Melalui Permainan Tradisional Di SD Negeri Soko Pekalongan”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan kenyataan pada latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini ialah:

1. Bagaimana implementasi pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional di SD Negeri Soko Pekalongan?
2. Bagaimana faktor pendukung dan penghambat dalam proses implementasi pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional di SD Negeri Soko Pekalongan?

---

<sup>12</sup> Dedy Pratama S. Pd, Guru Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan, SD Negeri Soko Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan Senin 19 Juni 2023.

<sup>13</sup> Dedy Pratama S. Pd, Guru Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan, SD Negeri Soko Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan Senin 19 Juni 2023.

### C. Tujuan Penelitian

Suatu latar belakang serta rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitiannya sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan implementasi pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional di SD Negeri Soko Pekalongan.
2. Untuk mendeskripsikani faktor pendukung dan penghambat dalam proses implementasi pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional SD Negeri Soko Pekalongan.

### D. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan dari penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoritis
  - a. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk mengembangkan ilmu pendidikan khususnya dengan kegiatan outdoor learning serta berkaitan dengan pelajaran PJOK melalui permainan tradisional.
  - b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan untuk mempraktikkan ketrampilan motorik langsung di lapangan.
  - c. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan penelitian mahasiswa selanjutnya dan sebagi bahan referensi bahan perpustakaan.
2. Kegunaan Praktis
  - a. Bagi kepala sekolah, berfungsi sebagai sarana informasi dan referensi maupun peningkatan pengetahuan terkait pembelajaran *outdoor learning* sebagai bahan pertimbangan dan solusi yang kongkrit bagi para pendidik khususnya di SD Negeri Soko Pekalongan.
  - b. Bagi pendidik, dapat digunakan sebagai bahan untuk lebih mengembangkan pembelajaran PJOK yang lebih baik lagi.

- c. Bagi peserta didik, digunakan sebagai motivasi tentang pemahaman konsep peserta didik pada pembelajaran PJOK khususnya melalui permainan tradisional.

## E. Metode Penelitian

### 1. Jenis dan Pendekatan

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode ilmiah yang umum digunakan dalam penelitian lapangan untuk menghasilkan pengetahuan melalui pemahaman dan temuan.<sup>14</sup> Data penelitian ini bersifat deskriptif sehingga tidak melibatkan angka dan stantistika. Untuk menjawab tujuan penelitian, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Peneliti juga mendapatkan data melalui wawancara dan observasi tentang bagaimana pembelajaran *outdoor learning* diterapkan dalam peserta didik melalui permainan tradisional pada PJOK.

### 2. Tempat dan waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Soko Pekalongan. Untuk waktu pada bulan Februari sampai Maret 2024 dari tahapan persiapan penelitian, pengajuan ijin penelitian, susunan instumen penelitian, kumpulan data dan susunan penelitian.

### 3. Sumber Data

Dalam penelitian ini terdapat dua sumber, data primer dan data sekunder.

#### a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber langsung dan utama dalam pengumpulannya data penelitian. Jadi sumber data primer yaitu data-data utama yang dibutuhkan peneliti.<sup>15</sup> Adapun yang menjadi sumber data

---

<sup>14</sup> Noor, Juliansyah, "Metodologi Penelitian", Cet. ke-7. (Jakarta: Kencana, 2017).

<sup>15</sup> Sumadi Suryabrata, *Metodelogi Penelitian*, (Jakarta, PT Grafindo Persada, 2008), hlm 39.

primer adalah guru mapel dan peserta didik Kelas III SD Negeri Soko Pekalongan.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah penunjang dan perbandingan yang berkaitan dengan permasalahan. Sumber data sekunder adalah data yang tidak langsung didapatkan dengan masalah penelitian, melainkan didapatkan dari sumber lain, tidak dijadikan bahan utama dalam analisis penelitian.<sup>16</sup> Penelitian ini yang menggunakan sumber data sekunder yaitu buku-buku yang berhubungan dengan penelitian ini, dokumen-dokumen yang menunjukkan identitas SD Negeri Soko Pekalongan. Adapun seperti sumber data yang kita peroleh dari kepala sekolah dengan cara wawancara. Peneliti akan mengumpulkan data-data yang diperoleh kepastakaan data-data tersebut.

4. Teknik Pengumpulan Data

Dalam suatu penelitian diperlukan adanya suatu data sebagai hasil akhir dari penelitian. Untuk pengumpulan data yang konkrit peneliti melaksanakan beberapa teknik pengumpulan data, sebagai berikut:

a. Wawancara

Wawancara adalah kegiatan pengumpulan data yang dilakukan peneliti dengan cara menanyakan secara langsung pada sumber informasi. Wawancara dapat dilakukan secara langsung dalam pengertian bahwa pewawancara dan narasumber berada ditempat yang sama dan melakukan proses wawancara secara langsung, selain itu wawancara dapat pula dilakukan secara virtual atau tidak langsung dengan mEdya komunikasi jarak jauh berupa televisi, telepon dan lainnya.<sup>17</sup>

---

<sup>16</sup> Musfiqon, *Panduan Lengkap Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: Prestasi Pustaka, 2012), hlm 131.

<sup>17</sup> Hadi Subaei Yunus, *Metodologi Penelitian wilayah kontemporer* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm 357.

Peneliti melakukan wawancara kepada guru mapel PJOK di SD Negeri Soko guna menggali informasi tentang implementasi pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional. Wawancara tersebut mencakup perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Tahapan perencanaan berupa wawancara pribadi terhadap guru mata pelajaran PJOK, tahapan pelaksanaan pengumpulan data melalui metode observasi peserta didik dalam menerapkan pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional, serta pada tahapan evaluasi peneliti mengumpulkan data dengan instrumen pertanyaan yang berisi tentang pertanyaan-pertanyaan yang akan diajukan oleh pewawancara kepada peserta didik.

b. Observasi

Cara yang paling efektif untuk menggunakan metode observasi adalah dengan melengkapi format atau blangko pengamatan sebagai alat. Dalam format yang disusun, item-item tentang peristiwa atau tingkah laku yang akan terjadi di sertakan.<sup>18</sup> Dalam kasus ini, peneliti melakukan pengamatan langsung di SD Negeri Soko untuk melihat kegiatan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional.

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi merupakan suatu cara untuk mendapatkan data, informasi dan catatan peristiwa dimasa lampau. Metode ini ditunjukkan untuk memperoleh data mengenai profil sekolah, sejarah berdirinya sekolah, letak geografis, visi dan misi, struktur organisasi, daftar guru, jumlah siswa, serta sarana dan prasarana di SD Negeri Soko Pekalongan.

---

<sup>18</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2016), hlm 229.

<sup>18</sup> Hadi Subaei Yunus, *Metodelogi Penelitian wilayah kontenporer*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm 357.

## 5. Teknik Analisis Data

Selama penelitian ini, dari awal hingga akhir, analisis data dilakukan baik di lapangan maupun di luar lapangan dengan menggunakan metode yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman.<sup>19</sup>

### a. Reduksi data

Reduksi data mengabstrakkan seluruh data yang dikumpulkan dari seluruh catatan lapangan yang ditemukan melalui wawancara dan analisis dokumen. Reduksi data adalah jenis analisis data yang menajamkan yang mengharapkan hal-hal penting diklasifikasikan, diarahkan, dibuang, dan diorganisasikan secara sistematis untuk mencapai kesimpulan yang bermakna. Oleh karena itu, data yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dan pengkajian dokumen dikumpulkan, dipilih, dikelompokkan, dan kemudian disimpulkan tanpa menghilangkan nilai sendiri dari data.

### b. Penyajian data

Penyajian data adalah sekumpulan informasi yang disusun dengan cara yang memungkinkan pengambilan keputusan. Agar sekelompok data menjadi mudah dibaca dan dipahami, proses penyajian data ini mengungkapkannya secara keseluruhan dari data yang telah dikumpulkan. Proses ini paling sering digunakan dalam penelitian kualitatif dengan teks naratif.<sup>20</sup>

### c. Kesimpulan dan verifikasi Data

Kesimpulan dan verifikasi data yang sudah diatur secara sistematis (dipolakan, difokuskan, dan disusun secara sistematis) kemudian disimpulkan untuk menemukan maknanya. Memberikan kesimpulan

---

<sup>19</sup> Matthew B. Miles dan A. Michael Huberman, *Analisis Data Kualitatif* (terj. Tjejep Rohendi Rohidi, (Jakarta: UI-Press, 1992), hlm 19-19.

<sup>20</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2019) cet.6, hlm 341.

penelitian harus singkat, padat, dan mudah dipahami. Selain itu, kebenarannya harus diperiksa secara teratur, terutama yang berkaitan dengan relevansinya terhadap judul, rumusan masalah, dan tujuan penyimpulan saat ini.

Dengan kegiatan mereduksi data, dan penyimpulan terhadap hasil penelitian yang dilakukan memberikan kemudahan pembaca dalam memahami proses dan hasil penelitian tentang Pembelajaran *outdoor learning* dalam Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Melalui Permainan Tradisional Di SD Negeri Soko Pekalongan tersebut.

#### **F. Sistematika Penulisan**

Sistematika pembahasan dalam penyusunan skripsi adalah aspek yang sangat penting. Karena sistematika pembahasan dimaksudkan untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang uraian penelitian. Sistematika ini mencakup 5 bab, diantaranya:

**BAB I** Pendahuluan, adalah gambaran umum tentang keseluruhan isi skripsi yang berisi Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Kegunaan Penelitian, Metode Penelitian, dan Sistematika Penulisan.

**BAB II** Landasan Teori, terdiri dari tiga sub bab yaitu sub bab pertama, deskripsi teori yang meliputi: pengertian pembelajaran *outdoor learning*, manfaat *outdoor learning*, tahapan pembelajaran *outdoor learning*, pengertian PJOK, tujuan PJOK, proses PJOK, pengertian permainan tradisional, manfaat permainan tradisional, macam-macam permainan tradisional. Sub bab dua Penelitian relevan yang berisi tentang beberapa penelitian terdahulu yang memiliki kesamaan dengan penelitian, dan sub bab tiga berisi kerangka berpikir.

**BAB III** Hasil Penelitian berisi tentang Profil SD Negeri Soko Pekalongan, gambaran umum lokasi penelitian

yang meliputi: letak geografis, visi dan misi, stuktur organisai, daftar guru, jumlah siswa, prestasi siswa, saran dan prasarana, kemudian hasil implementasi pembelajaran *outdoor learning* dalam PJOK melalui permainan tradisional, kemudian faktor pendukung dan penghambat dalam proses pembelajaran *outdoor learning* di SD Negeri Soko Pekalongan.

#### BAB IV

Analisis Hasil Penelitian, meliputi analisis dari pembelajaran *outdoor learning* dalam PJOK melalui permainan tradisonal yang ada di SD Negeri Soko Pekalongan dan analisi dari faktor penghambat dan pendukung dalam pembelajaran *outdoor learning* dalam PJOK melalui permainan trasional di SD Negeri Soko Pekalongan.

#### BAB V

Penutup, meliputi kesimpulan dan saran.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pemaparan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa:

Pembelajaran *outdoor learning* pada PJOK melalui permainan tradisional dilaksanakan dalam 3 tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi yang akan peneliti jabarkan sebagai berikut:

1. Tahap perencanaan pembelajaran *outdoor learning* terdiri dari: Menentukan tujuan pembelajaran yang tertuang dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Pada RPP yang digunakan pada RPP pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional terdapat indikator tentang mempraktikkan permainan tradisional dengan teknik bermain yang benar dengan tujuan peserta didik mampu mempraktikkan permainan tradisional dengan teknik bermain yang benar. Pemilihan media pembelajaran yang berupa beberapa alat yang digunakan dalam melakukan permainan tradisional seperti bakiak, enggrang, kapur dan pecahan gendeng untuk permainan engklek, cone & bola untuk permainan lempar bola, gobak sodor, bentengan, menentukan lokasi pembelajaran untuk memulai proses belajar berupa lapangan halaman sekolah.
2. Pelaksanaan pembelajaran *outdoor learning*, terdiri dari: memberi motivasi peserta didik seperti guru memberika semangat belajar dan memberikan *ice breaking* kepada peserta didik seperti tepuk tangan dan sebagainya. Pemaparan materi oleh guru dengan metode ceramah, diskusi dan berkelompok guna membantu peserta didik. Metode pelaksanaan pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional menggunakan metode drill sesuai dengan tingkat kemampuan

peserta didik dan fasilitas sekolah yang digunakan seperti sumber buku belajar, alat permainan dan lapangan sekolah.

3. Evaluasi pembelajaran *outdoor learning*, terdiri dari: evaluasi pembelajaran di laksanakan mulai dari awal pembelajaran hingga akhir pembelajaran guna mengetahui seberapa jauh peserta didik memahami apa yang sudah diajarkan guru. Evaluasi yang digunakan guru seperti menanyakan kesulitan pembelajaran yang sudah dilakukan. Jika terdapat peserta didik yang belum memahami materi maka guru memberikan contoh soal yang sesuai dengan materi.

Pembelajaran *outdoor learning* pada PJOK melalui permainan tradisional yang dilaksanakan juga tidak lepas dari adanya faktor pendukung dan faktor penghambat. Faktor pendukung dalam pembelajaran *outdoor learning* meliputi ketersediaan media pembelajaran memiliki alat sebagai penunjang pembelajaran yang baik, ketersediaan alat permainan tradisional yang akan digunakan dan sumber daya peserta didik yang berupa tenaga. Sedangkan faktor penghambat dalam pembelajaran *outdoor learning*, meliputi perubahan kondisi cuaca yang tidak dapat diprediksi dan permasalahan lingkungan yang mungkin terjadi di lingkungan sekolah dan masyarakat sekitar. Melihat di SD Negeri Soko berada ditengah tengah masyarakat tidak memungkinkan terdapat padatnya penduduk sehingga pada proses pembelajaran *outdoor learning* pada mata pelajaran PJOK terganggu dengan aktivitas masyarakat.

## **B. Saran**

Berdasarkan poin-poin kesimpulan diatas, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi sekolah sebagai tempat wadah minat dan bakat peserta didik dengan melalui Lomba Festival Olahraga Tradisional Club Kota Pekalongan Tahun 2019. Sehingga peserta didik dapat meningkatkan prestasinya dibidang akademik maupun non akademik.

2. Bagi guru dan kepala sekolah hendaknya mampu memfasilitasi peserta didik untuk pelaksanaan pembelajaran *outdoor learning* untuk membangun keterampilan sosial anak, agar tidak lagi menjadi kendala dalam pelaksanaan penerapan pembelajaran *outdoor learning* melalui permainan tradisional di Sekolah.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abidah. Annisa Fathoni. dkk. (2018). "Sikap Kerjasama Melalui Permainan Bentengan Pada Anak Usia 5-6 Tahun". *Jurnal Kumara Cendekia*.
- Alimah. Siti. & Aditya Marianti. (2016). *Jelajah Alam Sekitar Pendekatan, Strategi, Model dan Metode pembelajaran Biologi Berkarakter untuk Konservasi*. (Semarang: FMIPA UNNES).
- Aminuriyah. S. (2022). Pembelajaran Berdifferensiasi: Meningkatkan Kreatifitas Peserta Didik. *Jurnal Mitra Swara Ganesha*. 9(2).
- Anggraeni. S. T. Muryaningsih, S. & Ernawati A. (2020) Analisis faktor penyebab kesulitan belajar matematika di sekolah dasar. *Jurnal Riset Pendidikan Dasar (JRPD)*.1(1).
- Anwar. R. N. (2019). Motivasi Belajar Baca Tulis Al Quran Pada Ibu Rumah Tangga Di TPQ Anwarul Qulub Sidorejo. In *Prosiding Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Pendidikan*. (April).
- Apriliawati. Andika Tiyas dan Setiyo Hartoto. (2016). "Penerapan Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Olahraga Dan Kesehatan Terhadap Kemampuan Motorik Peserta didik". *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Vol. 04. No. 02.
- Arikunto. Suharsimi. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta).
- Astuti. (2018). "Rangsang Perkembangan Perilaku Sosial Anak Usia Dini Dengan Metode Outdoor Learning Melalui Miniatur Kegiatan Outbound. Pendidikan".
- Bandi Utama. A. M. (2019). "Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain Dalam Pendidikan Jasmani". (*Yogyakarta: Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*). Vol. 8 No. 1.

- Bangun. S. Y. (2017). "Analisis Tujuan Materi Pelajaran Dan Metode Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani". *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*. No. 1.
- Darmawan. I. (2017). Upaya meningkatkan kebugaran jasmani siswa melalui penjas. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 7(2).
- Deona. Salsabila. (2021). "Permainan Tradisional Dalam Rangka Menstimulus Perkembangan Sosio Emosional Anak Selama Masa Pandemi Covid-19". *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*.
- Diva. S. A. & Purwaningrum. J. P. (2022). Penyelesaian Soal Cerita pada Siswa Diskalkulia ditinjau dari Teori Bruner dengan Metode Drill. *Plusminus: Jurnal Pendidikan Matematika*. 2(1).
- Fauziyah. N. (2014). Penggunaan Media Miniatur Dalam Model Pembelajaran Berdasarkan Masalah Pada Materi Gaya Dan Momen Di kelas X TGB 3 SMK Negeri 3 Surabaya. *Jurnal Kajian Pendidikan Teknik Bangunan*. 1 (1/JKPTB/14). 3
- Fibriansyah. A. dkk. (2022). "Model Pembelajaran Outdoor Education Berpengaruh Terhadap Keterampilan Gerak Dasarpada Muatan Pjok Kelas V SD". *Seminar Nasional*.
- Herliani. dkk. (2021). *Teori Belajar Dan Pembelajaran*. (Klaten: Lakeisha).
- Hizbullah. M. Hafid. (2019). "Upaya Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Sederhana Pada Peserta Didik Kelas 2 SDN 1 Ketileng Kecamatan Malo Kabupaten Bojonegoro Tahun Pelajaran 2019/2020". *Skripsi* Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Husamah. (2013). *Pembelajaran Luar Kelas Outdoor Learning*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Irwan. (2019). *Direktori Permainan Tradisional*. Sumatera Selatan: Dinas Pendidikan, Pemuda, Olahraga, dan Pariwisata.

- Kurniati. E. (2016). *Permainan Tradisional dan Perannya dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak*. Jakarta: Kencana.
- Kurniati. Euis. (2017). "Permainan Tradisional dan Perannya dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak". (*Jakarta: Prenada Media Group*). No 1
- Lafamane. F. (2020). *Metode Pembelajaran (Pendapat Para Ahli)*.
- Mashuri. Afif. (2018). "Pengaruh Permainan Gobak Sodor Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani pada Peserta didik Kelas V SDN Pulo Lor 4 Jombang (Study Mahasiswa Universitas Nusantara PGRI KEDyri 2018 Putra)". *Jurnal Simki-Techsain*. Vol. 2 No. 4.
- Muali. C. & Qodratillah, K. R. (2018). Pengembangan karakter guru dalam menghadapi demoralisasi siswa perspektif teori dramaturgi. *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 8(1).
- Mulyana. Y. & Lengkana, A. S. (2020). *Permainan tradisional*. Salam Insan Mulia.
- Mulyani. Novi. (2016). *Super Asyik Permainan Tradisional Anak Indonesia*, (Yogyakarta: Diva Press).
- Mulyani. Sri. (2014). *45 Permainan Tradisional Anak Indonesia*. Yogyakarta: Legensari Publishing.
- Mulyani. Sri. (2022). *EHB BKS Penilaian dalam Teori dan Praktik*. Caremedia Communication.
- Musfiqon. (2012) *Panduan Lengkap Metodologi Penelitian Pendidikan*. (Jakarta: Prestasi Pustaka).
- Muslihin H. Y. dkk. (2021). "Kajian Historis dan Identifikasi Kepunahan Permainan Tradisional". *Jurnal Sosial Budaya*. No.18.
- Muslimah. I Nugraha. A. & Hamdu. G. (2017). Pengembangan instrumen penilaian sikap sosial pada outdoor learning di sekolah

dasar. *PEDADIDAKTIKA: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasa.*, 4(1).

- Mustafa. P. S. & Dwiyoogo, W. D. (2020). “Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21”. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*. Vol. 3 No. 2.
- Noor. Juliansyah. (2017). *Metodologi Penelitian*. (Jakarta: Kencana). Cet. ke-7.
- Novianti. Ni Gusti Ayu Kadek Fitri. Et. al. (2017). “Penerapan Metode Demonstrasi Melalui Permainan Tradisional Engklek Untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok B2 Semester II TK Widya Santhi”. *E-Journal PG-PAUD Universitas Pendidikan Ganesha*. Vol. 3 No. 1.
- Nugroho. Aditya Hari (2019). “Peran Permainan Tradisional Egrang Dalam Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Di Smp Nu 09 Rowosari Kecamatan Rowosari Kabupaten Kendal”, [file:///C:/Users/ASUS/Downloads/6211412142\\_Optimized.pdf](file:///C:/Users/ASUS/Downloads/6211412142_Optimized.pdf) diakses pada hari kamis tanggal 23 November 2023 pukul 21:55.
- Nursobah. A. (2019). perencanaan pembelajaran MI/SD
- Paryanto. Rusadi. (2014). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Pendidikan Jasmani. *Artikel Penelitian*.
- Prantoro. Gian. (2016). “Pengaruh Penggunaan Permainan Tradisional Bakiak Dan Engklek Terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Anak Usia Dini”, *Jurnal Ilmu Komunikasi*.
- Prana. (2014). *Permainan Tradisional Jawa*. (Klaten: PT Intan Pariwara).
- Prantoro. Gian. (2015). “Pengaruh Penggunaan Permainan Tradisional Bakiak Dan Engklek Terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Anak Usia Dini”. *Jurnal Ilmu Komunikasi*.

- Prasetyo, R., Synthiawati, N. N., Yunarta, A., & Puspitaningsari, M (2022). "Pelatihan Permainan Outdoor Games Activities Untuk Meningkatkan Kebugaran Siswa Sekolah Dasar". *Jurnal Gembira: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(06).
- Risnayanti (2017). "Implementasi Pendidikan Agama Islam Di Taman Kanak-Kanak Islam Ralia Jaya Villa Dago Pamulang". *Skripsi*. (Jakarta: Perpustakaan Umum).
- Rusdi. R. (2017). Implementasi Teori Kreativitas Graham Wallas Dalam Sekolah Kepenulisan di Pesantren Mahasiswa Hasyim Asy'ari Cabeyan Yogyakarta. *Muslim Heritage*, 2(2).
- Saputra. N. E. & Ekawati, Y. N. (2017). "Meningkatkan Kemampuan Dasar Anak Tradisional Games in Improving Children' S Basic Abilities". *Jurnal Psikologi Jambi*. Vol. 2 No. 2.
- SMP Negeri 2 Tuntang. (2022). "Permainan Gobak Sodor". <https://smpn2tuntang.sch.id/permainan-tradisional-gobak-sodor/> diakses pada hari senin, 13 November 2023 pukul 13:45.
- Sugiono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. (Bandung: Alfabeta) cet.6.
- Sumantri. Agus dan Hendri Neldi. (2019). "Profil Pelaksanaan Pembelajaran PJOK di SD Gugus 1 Kecamatan Bintan Timur". *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*. Vol. 2 no. 1.
- Suryobroto. Agus S. (2017). *Diklat Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. (Yogyakarta: FIK UNY).
- Toraya. Sikamali. (2021). Artikel Modernisasi anak. <https://forumanak.id/artikelView/6wdz3xwz8l> diakses hari Rabu, 15 November 2023.
- Uno. Hamzah B. (2023). *Teori motivasi dan pengukurannya: Analisis dibidang Pendidikan*. (PT. Bumi Aksara: Jakarta).

- Utama. A. M. B. (2018). “Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain Dalam Pendidikan Jasmani”. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. No.8.
- Vanagosi. K. D. (2016). “Konsep Gerak Dasar Untuk Anak Usia Dini”. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*. No. 2.
- Vera. Aprilia. (2018). *Metode Mengajar Anak di Luar Kelas (Outdoor Study)*. (Jogjakarta: DIVA PRESS).
- Wibisono. Galih, dkk. (2019). “Analisis Gerak Permainan Tradisional Egrang Pada Anak Usia 10 – 12 Tahun”. *PROSIDING Seminar Nasional Kesehatan “Transformasi Bidang Kesehatan di Era Industri 4.0”*.
- Wibowo. S. W. & A, I. R. I. (2017). “Game 3d Patelele Sebagai Sarana Pelestarian Dan Pengenalan Permainan Tradisional Indonesia Berbasis Android”. *Jurnal Teknologi Pintar*.
- Widiasworo. Erwin. (2017). *Strategi dan Metode Mengajar Peserta didik di Luar Kelas (Outdoor Learning) Secara Aktif, Kreatif, Inspiratif dan Komunikatif*. (Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA).
- Wijayanti. Kurnia Eka. dkk. (2017). “Implementasi Pendidikan Luar Sekolah (*Outdoor Education*) Terhadap Pembentukan Karakter Peserta didik Sekolah Dasar”. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olah Raga*. Vol. 9 No. 1.
- Wijayanti. R. (2017). “Permainan Tradisional sebagai Media Pengembangan Kemampuan Sosial Anak”. *Jurnal Pendidikan*. Vol. 5 No.1.
- Winataputra. Udin. (2014). Pendidikan PKn di SD. Universitas Terbuka. Banten.
- Yanuarti. Eka. (2017). Pemikiran Pendidikan Ki. Hajar Dewantara Dan Relevansinya Dengan Kurikulum 13, *Jurnal Penelitian*. Vol. 11. No. 2

Yudiwinata. H. P. (2014). Permainan Tradisional Dalam Budaya Dan Perkembangan Anak. *Paradigma*, 2(3).

Yunus. Hadi Subaei. (2010), *Metodelogi Penelitian Wilayah Kontenporer* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar).

