



Upaya Meningkatkan Kedisiplinan dan Sportivitas Peserta Didik Melalui Pembelajaran Atletik Berbasis Nilai Karakter Kelas 4 SD Negeri Pojok 2

Vaza Deefath Al Azka

Universitas Nusantara PGRI Kediri

Moh. Nur Kholis

Universitas Nusantara PGRI Kediri

Ahmad Zakiyyunnuhaa Fishilia

SD Negeri Pojok 2

Alamat: Jl KH Achmad Dahlan 76 Mojoroto, Kota Kediri.

Korespondensi penulis: vazadeefath666@gmail.com

Abstrak. *Physical Education, Sports, and Health (PJOK) is an integral part of the basic education curriculum that aims to develop students' physical, motoric, cognitive, and social emotional aspects. Physical Education, Sports, and Health (PJOK) has an important role in shaping the character of students from an early age. In addition to training physical skills, PJOK is also an effective medium for developing positive values, such as discipline, sportsmanship, and a sense of responsibility. This study uses a qualitative approach with the type of classroom action research (Classroom Action Research). This method allows researchers to directly observe the learning process and intervene gradually to improve student learning outcomes. This study was conducted in several cycles involving planning, implementation, observation, and reflection. Through the instruments that have been prepared, researchers collected data related to student discipline and sportsmanship during the athletics learning process. The results of the data above the questionnaire filled out by 28 students after completing PJOK learning in cycle 2 showed a significant increase in positive responses to athletics learning with an emphasis on sportsmanship and discipline having a positive impact on student behavior. Changes in students' attitudes to accept defeat more, appreciate their friends' victories, and participate more actively show that PJOK learning does not only focus on physical aspects, but also character.*

Keywords: *Dicipline, Sportivity.*

Abstrak. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari kurikulum pendidikan dasar yang bertujuan untuk mengembangkan aspek fisik, motorik, kognitif, dan sosial emosional siswa. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran penting dalam membentuk karakter peserta didik sejak usia dini. Selain melatih keterampilan fisik, PJOK juga menjadi media efektif untuk mengembangkan nilai-nilai positif, seperti kedisiplinan, sportivitas, dan rasa tanggung jawab. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*). Metode ini memungkinkan peneliti untuk mengamati secara langsung proses pembelajaran dan melakukan intervensi secara bertahap untuk memperbaiki hasil belajar peserta didik. Penelitian ini dilaksanakan dalam beberapa siklus yang melibatkan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Melalui instrumen yang telah disiapkan, peneliti mengumpulkan data terkait kedisiplinan dan sportivitas peserta didik selama proses pembelajaran atletik berlangsung. Hasil data di atas angket pada yang diisi oleh 28 peserta didik setelah menyelesaikan pembelajaran PJOK pada siklus 2 menunjukkan peningkatan signifikan dalam respons positif terhadap pembelajaran atletik dengan penekanan pada sportivitas dan kedisiplinan memberikan dampak positif terhadap perilaku peserta didik. Perubahan sikap peserta didik yang lebih menerima kekalahan, menghargai kemenangan teman, dan lebih aktif berpartisipasi menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga karakter.

Kata Kunci: Kedisiplinan, Sportivitas.

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari kurikulum pendidikan dasar yang bertujuan untuk mengembangkan aspek fisik, motorik, kognitif,

dan sosial emosional siswa (Marani et al., 2024). Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran penting dalam membentuk karakter peserta didik sejak usia dini. Selain melatih keterampilan fisik, PJOK juga menjadi media efektif untuk mengembangkan nilai-nilai positif, seperti kedisiplinan, sportivitas, dan rasa tanggung jawab (Afif et al., 2025). Melalui aktivitas olahraga, peserta didik belajar untuk mengikuti aturan, mengendalikan emosi, serta menghargai usaha diri sendiri dan orang lain. Namun, dalam kenyataannya, masih banyak peserta didik yang menunjukkan sikap kurang disiplin, misalnya sering mengabaikan instruksi guru atau tidak mengikuti peraturan permainan. Di sisi lain, sikap sportivitas juga masih perlu ditingkatkan, karena beberapa peserta didik cenderung kecewa berlebihan saat kalah atau tidak mau mengakui keunggulan lawan (Dheady yuliawan, 2016).

Atletik, sebagai salah satu cabang olahraga yang diajarkan di sekolah dasar, dapat menjadi sarana yang tepat untuk menanamkan nilai-nilai karakter tersebut. Dalam aktivitas atletik, seperti lari, lompat, dan lempar, peserta didik dituntut untuk memiliki fokus, ketekunan, dan mengikuti peraturan yang sudah ditetapkan (Khairul Usman et al., 2019). Kegiatan ini secara alami melatih peserta didik untuk memahami pentingnya proses latihan, menerima hasil dengan lapang dada, dan menghargai pencapaian teman sebaya. Namun, dalam praktik pembelajaran, materi atletik sering kali hanya ditekankan pada aspek fisik dan teknik, sementara aspek karakter cenderung terabaikan (Pramadani et al., 2023). Berdasarkan pengamatan awal di kelas 4 SD Negeri Pojok 2, ditemukan bahwa masih ada peserta didik yang enggan mengikuti pemanasan, mengeluh saat latihan, atau bahkan bertengkar karena merasa dicurangi dalam permainan. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik belum sepenuhnya memahami makna penting dari kedisiplinan dan sportivitas sebagai bagian yang tak terpisahkan dari olahraga. Kondisi ini dapat menghambat perkembangan sosial-emosional peserta didik, yang seharusnya bisa terbentuk melalui aktivitas berolahraga secara sehat dan menyenangkan.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dibutuhkan strategi pembelajaran yang mengintegrasikan nilai-nilai karakter ke dalam proses belajar PJOK. Pendekatan pembelajaran atletik berbasis nilai karakter diharapkan dapat menjadi solusi untuk membangun pemahaman peserta didik bahwa olahraga bukan sekadar tentang kemenangan, melainkan tentang usaha, kebersamaan, dan belajar menerima hasil dengan sikap positif (Nugraha, 2012). Melalui metode ini, peserta didik tidak hanya berlatih fisik tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai penting yang akan bermanfaat bagi kehidupan mereka di luar sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dan mengimplementasikan pembelajaran atletik berbasis nilai karakter sebagai upaya meningkatkan kedisiplinan dan sportivitas peserta didik kelas 4 SD Negeri Pojok 2. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi guru PJOK dalam mengembangkan metode pembelajaran yang lebih holistik, sehingga peserta didik dapat tumbuh menjadi individu yang sehat secara fisik, mental, dan moral.

KAJIAN TEORITIS

Kedisiplinan merupakan sikap yang mencerminkan kepatuhan terhadap aturan dan tanggung jawab terhadap kewajiban. Kedisiplinan adalah suatu sikap yang menunjukkan ketertiban, kepatuhan, dan keteraturan dalam melaksanakan tugas atau kegiatan (Suryobroto, 2004). Dalam konteks pendidikan dasar, kedisiplinan sangat penting untuk membentuk karakter anak sejak dini, terutama dalam mengikuti proses pembelajaran secara tertib, datang tepat waktu, serta menghormati guru dan teman. Dengan pembiasaan perilaku disiplin sejak usia dini, peserta

didik akan lebih mudah membentuk kebiasaan positif dalam kehidupan sehari-hari maupun di lingkungan sekolah.

Selain kedisiplinan, sportivitas juga merupakan aspek penting dalam pengembangan karakter peserta didik, khususnya melalui kegiatan pendidikan jasmani. Sportivitas adalah nilai moral dalam olahraga yang meliputi sikap jujur, menghargai lawan, menerima kemenangan maupun kekalahan dengan lapang dada, serta mematuhi aturan permainan. Sportivitas tidak hanya berlaku dalam kompetisi, tetapi juga dalam interaksi sosial sehari-hari (Guntur, 2012). Dalam pembelajaran jasmani, terutama pada cabang olahraga atletik, nilai sportivitas sangat relevan karena peserta didik dilatih untuk bekerja sama, bersaing secara sehat, dan menjunjung tinggi nilai kejujuran dan keadilan dalam setiap aktivitas.

Pembelajaran atletik berbasis nilai karakter mengintegrasikan tujuan akademik dengan pengembangan karakter melalui pendekatan aktif dan kontekstual. Dalam konteks atletik, pendekatan ini diwujudkan melalui penguatan nilai-nilai karakter dalam setiap kegiatan fisik yang dilakukan. Guru berperan sebagai fasilitator dan teladan yang aktif menanamkan nilai-nilai positif, seperti menekankan pentingnya mematuhi aturan saat melakukan lari estafet, menerima hasil perlombaan dengan lapang dada, serta memberikan apresiasi terhadap usaha teman sekelas. Dengan menerapkan pembelajaran atletik berbasis nilai karakter, peserta didik tidak hanya berkembang secara fisik, tetapi juga secara sosial dan emosional. Hal ini sejalan dengan tujuan pendidikan nasional, yaitu membentuk peserta didik yang cerdas, terampil, dan berakhlak mulia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*) (Dr. Endang Mulyatiningsih, n.d.). Metode ini memungkinkan peneliti untuk mengamati secara langsung proses pembelajaran dan melakukan intervensi secara bertahap untuk memperbaiki hasil belajar peserta didik. Penelitian ini dilaksanakan dalam beberapa siklus yang melibatkan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Penelitian dilakukan di kelas 4 SD Negeri Pojok 2 dengan melibatkan 30 peserta didik sebagai subjek penelitian. Proses penelitian dimulai dengan tahap perencanaan, di mana peneliti menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang mengintegrasikan nilai karakter dalam materi atletik. Selain itu, peneliti juga menyiapkan instrumen penelitian, seperti lembar observasi untuk mengamati sikap peserta didik, jurnal refleksi untuk merekam pengalaman peserta didik, dan panduan wawancara untuk mendalami pemahaman peserta didik terkait kedisiplinan dan sportivitas. Data dikumpulkan melalui observasi, jurnal refleksi peserta didik, dan wawancara (Bambang Hari Purnomo, 2011). Observasi dilakukan untuk mengamati perilaku peserta didik saat pembelajaran berlangsung, sedangkan jurnal refleksi menjadi wadah bagi peserta didik untuk mengungkapkan perasaan dan pemikiran mereka terkait pembelajaran. Wawancara dilakukan secara santai untuk mengeksplorasi lebih dalam pemahaman peserta didik tentang nilai-nilai yang diterapkan dalam olahraga. Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif kualitatif dengan proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Peneliti mengelompokkan data berdasarkan indikator kedisiplinan dan sportivitas, lalu membandingkan hasil antar siklus untuk melihat perkembangan peserta didik.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, di mana setiap siklus mencakup tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Melalui instrumen yang telah disiapkan, peneliti mengumpulkan data terkait kedisiplinan dan sportivitas peserta didik selama proses pembelajaran atletik berlangsung. Pada siklus pertama, hasil observasi menunjukkan bahwa masih ada peserta didik yang kurang mematuhi aturan permainan dan menunjukkan sikap kecewa berlebihan saat kalah. Dari lembar observasi, skor rata-rata kedisiplinan peserta didik adalah 2,1 (kategori cukup), sedangkan skor sportivitas berada di angka 2,0 (kategori cukup). Melalui jurnal refleksi, beberapa peserta didik mengungkapkan bahwa mereka merasa senang belajar melalui aktivitas fisik, tetapi merasa sulit mengendalikan emosi saat kalah.

Tabel 1. skor penilaian

Aspek yang Diamati	Kriteria Penilaian	Skor
Kepatuhan terhadap aturan permainan	Selalu, Kadang-kadang, Tidak Pernah	3,2,1
Sikap saat menang	Menghargai lawan, Berlebihan, Meremehkan	3,2,1
Sikap saat kalah	Menerima dengan positif, Kecewa berlebihan	3,2,1
Partisipasi dalam aktivitas	Aktif, Pasif, Menghindar	3,2,1

Berikut adalah tabel yang menyajikan hasil angket dari peserta didik :

Tabel 2. Hasil Skor Siklus Pertama

Nama Peserta Didik	Kepatuhan terhadap Aturan Permainan	Sikap saat Menang	Sikap saat Kalah	Partisipasi dalam Aktivitas	Total Skor
Ahmad Aufan E	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Ahmad Rizky Dwi H	Selalu (3)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	8
Almira Farah L	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (2)	Aktif (3)	10
Alvina Dayita D	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Amalya Faihanisya	Kadang-kadang (2)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Aryas Aine M	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (2)	Aktif (3)	11

Upaya Meningkatkan Kedisiplinan dan Sportivitas Peserta Didik Melalui Pembelajaran Atletik Berbasis Nilai Karakter Kelas 4 SD Negeri Pojok 2

Azahra Aulia S	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Azka Fawwaz F	Selalu (3)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	8
Bagas Arya K	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Belvania Cheryl S	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (2)	Aktif (3)	11
Cantika Al Varisha	Kadang-kadang (2)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Daffa Ibnu H	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Dwi Rizky K	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (2)	Aktif (3)	11
Gerald Alkhalifi	Kadang-kadang (2)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Helin Rinanda P	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (2)	Aktif (3)	11
Indranata W	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Maulana Izzat N	Selalu (3)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	8
Miko Vernando	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Mohamad Raihan A	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (2)	Aktif (3)	11
Muhammad Ihsan E	Kadang-kadang (2)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Muhammad Ramadhan S	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (2)	Aktif (3)	11
Muhammad Zidan	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Nadia Almira M	Selalu (3)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	8

Upaya Meningkatkan Kedisiplinan dan Sportivitas Peserta Didik Melalui Pembelajaran Atletik Berbasis Nilai Karakter Kelas 4 SD Negeri Pojok 2

Niko Ageng O	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Rasyid Dananjaya H	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (2)	Aktif (3)	11
Satrio Rinanda P	Kadang-kadang (2)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (1)	Pasif (2)	7
Thristan Anggara S	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (2)	Aktif (3)	11
Zakaria Syamsi R	Selalu (3)	Menghargai lawan (2)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	11

Pada siklus pertama, terlihat bahwa banyak peserta didik masih kesulitan mengontrol emosi saat kalah, dan partisipasi mereka dalam aktivitas masih bervariasi. Skor rata-rata masih berada dalam kategori cukup, yang menunjukkan bahwa intervensi lebih lanjut diperlukan untuk meningkatkan kedisiplinan dan sportivitas peserta didik.

Tabel 2. Hasil Skor Siklus Pertama

Nama Peserta Didik	Kepatuhan terhadap Aturan Permainan	Sikap saat Menang	Sikap saat Kalah	Partisipasi dalam Aktivitas	Total Skor
Ahmad Aufan E	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Ahmad Rizky Dwi H	Kadang-kadang (2)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	8
Almira Farah L	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Alvina Dayita D	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (3)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	9
Amalya Faihanisya	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Aryas Aine M	Kadang-kadang (2)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	8
Azahra Aulia S	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Azka Fawwaz F	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (3)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	9

Upaya Meningkatkan Kedisiplinan dan Sportivitas Peserta Didik Melalui Pembelajaran Atletik Berbasis Nilai Karakter Kelas 4 SD Negeri Pojok 2

Bagas Arya K	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Belvania Cheryl S	Kadang-kadang (2)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	8
Cantika Al Varisha	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Daffa Ibnu H	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (3)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	9
Dwi Rizky K	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Gerald Alkhalifi	Kadang-kadang (2)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	8
Helin Rinanda P	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Indranata W	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (3)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	9
Maulana Izzat N	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Miko Vernando	Kadang-kadang (2)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	8
Mohamad Raihan A	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Muhammad Ihsan E	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (3)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	9
Muhammad Ramadhan S	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Muhammad Zidan	Kadang-kadang (2)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	8
Nadia Almira M	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Niko Ageng O	Kadang-kadang (2)	Menghargai lawan (3)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	9
Rasyid Dananjaya H	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12

Satrio Rinanda P	Kadang-kadang (2)	Berlebihan (2)	Kecewa berlebihan (2)	Pasif (2)	8
Thristan Anggara S	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12
Zakaria Syamsi R	Selalu (3)	Menghargai lawan (3)	Menerima dengan positif (3)	Aktif (3)	12

Pada siklus kedua, terjadi peningkatan yang signifikan dalam aspek kedisiplinan dan sportivitas peserta didik. Kebanyakan peserta didik mulai lebih konsisten mematuhi aturan, menerima kekalahan dengan lebih positif, dan lebih aktif berpartisipasi dalam aktivitas pembelajaran. Ini menunjukkan bahwa refleksi, penguatan positif, dan pemberian contoh nyata dapat membantu peserta didik mengembangkan karakter yang lebih kuat. Setelah refleksi dan perbaikan strategi pembelajaran, siklus kedua menunjukkan peningkatan yang signifikan. Peneliti lebih sering memberikan penguatan positif, mengajak peserta didik berdiskusi tentang makna sportivitas, dan memberikan contoh konkret dari atlet profesional. Pada siklus ini, skor kedisiplinan meningkat menjadi 2,8 (kategori baik), sementara skor sportivitas naik menjadi 2,7 (kategori baik). Peserta didik mulai menerima kekalahan dengan lebih lapang, menghargai kemenangan teman, dan lebih antusias mengikuti setiap aktivitas pembelajaran.

PEMBAHASAN

Pembelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan) memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan fisik, disiplin, dan kebugaran jasmani peserta didik. Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilakukan terhadap peserta didik kelas 4 SD Negeri Pojok 2 Kediri, ditemukan bahwa inovasi dalam metode pembelajaran dapat berkontribusi signifikan terhadap kedisiplinan dan sportivitas peserta didik melalui pembelajaran atletik berbasis nilai karakter.

Hasil data di atas angket pada yang diisi oleh 28 peserta didik setelah menyelesaikan pembelajaran PJOK pada siklus 2 menunjukkan peningkatan signifikan dalam respons positif terhadap pembelajaran atletik dengan penekanan pada sportivitas dan kedisiplinan memberikan dampak positif terhadap perilaku peserta didik. Perubahan sikap peserta didik yang lebih menerima kekalahan, menghargai kemenangan teman, dan lebih aktif berpartisipasi menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga karakter (Pratama et al., 2025). Strategi yang diterapkan, seperti refleksi kelompok, diskusi nilai sportivitas, dan pemberian penguatan positif, terbukti efektif meningkatkan pemahaman peserta didik akan pentingnya sikap positif dalam berolahraga. Perubahan signifikan antara siklus pertama dan kedua mengindikasikan bahwa dengan pendekatan yang tepat, peserta didik mampu mengembangkan kontrol emosi dan memperbaiki sikap saat bermain.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil observasi, dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran berbasis aktivitas fisik dalam mata pelajaran PJOK kelas 4 SD Negeri Pojok 2 dapat meningkatkan kedisiplinan dan sportivitas peserta didik. Pada siklus pertama, peserta didik masih cenderung emosional saat kalah dan kurang aktif dalam mengikuti aktivitas. Namun, melalui

intervensi positif dan penguatan nilai sportivitas, siklus kedua menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam hal kepatuhan aturan, sikap positif saat menang maupun kalah, serta partisipasi aktif. Penelitian ini mengonfirmasi bahwa pembelajaran PJOK dapat menjadi media efektif untuk membangun karakter peserta didik secara holistik, asalkan disertai dengan pendekatan yang mendukung penguatan nilai-nilai positif. Oleh karena itu, guru diharapkan terus mengembangkan strategi pembelajaran yang mengintegrasikan aspek karakter dalam setiap aktivitas fisik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afif, M., Santoso, D. A., & Setiabudi, Moh. A. (2025). Analisis Ekstrakurikuler Olahraga terhadap Karakter Siswa di SMP Darul Ilmi Banyuwangi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 11(1), 50–66. <https://doi.org/10.59672/jpkr.v11i1.4417>
- Bambang Hari Purnomo. (2011). METODE DAN TEKNIK PENGUMPULAN DATA DALAM PENELITIAN TINDAKAN KELAS (CLASSROOM ACTION RESEARCH). *Pengembangan Pendidikan*, 8(1).
- Dheady yuliawan. (2016). Pembentukan karakter sportif melalui penjas. *Journal Of Sportif*, 2(1), 101–112.
- Dr. Endang Mulyatiningsih. (n.d.). METODE PENELITIAN TINDAKAN KELAS. In *MODUL PELATIHAN PENDIDIKAN PROFESI GURU FAKULTAS TEKNIK, UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA*.
- Khairul Usman, Rinaldi Aditya, & Boby Helmi. (2019). PENGEMBANGAN PERALATAN MODIFIKASI ATLETIK PADA PEMBELAJARAN PJOK TINGKAT SEKOLAH DASAR. *JURNAL ILMIAH STOK BINA GUNA MEDAN*, 7(1).
- Marani, I. N., Muhyi, M., Ginanjar, S., & Widyaningsih, H. (2024). *Aspek Pembelajaran dan Metode Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan* (Adi Wijayanto, Kowim Sabilillah, & Diky M. Fauzi, Eds.; Cetakan Pertama). Akademia Pustaka.
- Nugraha, R. M. (2012). Meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran gerak atletik dasar dengan menggunakan metode bermain pada siswa kelas IV SD Negeri Sukoharjo 2 Malang. *Repositori Universitas Negeri Malang*.
- Pramadani, A. Y., Yuliawan, D., & Bekti, R. A. (2023). Survey Using the Physical Activity Questionnaire For OlderChildren (PAQ-C) Upper Class Students of SD N Sugihwaras, Gondang, Bagor,Nganjuk, East Java. *Nusantara Sporta: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Keolahragaan*, 01(01).
- Pratama, Y., Wardana, I. T. K., Amirunni'am, T. R. N., Fahmi, R. A., Kirana, S. H., Bekti, R. A., & Andriano. (2025). Meningkatkan Keterampilan Gerak Lokomotor, Non Lokomotor, dan Manipulatif Melalui Permainan Kasti pada Siswa Kelas V SDN Banjaran 1 Kota Kediri. *Nusantara Sporta: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Keolahragaan*, 03(01).