

PENGARUH OLAHRAGA TRADISIONAL TERHADAP PEMBENTUKAN KARAKTER SPORTIVITAS SISWA DI SMP PGRI KOTA CILEGON

Kasya Syafa Salsabila¹, Rekha Ratri Julianti², Abdul Salam Hidayat³

^{1,2,3}PJKR FKIP Universitas Singaperbangsa Karawang,

¹221063107028@student.unsika.ac.id, ²rekharatri@gmail.com

³abdul.salamhidayat@fkip.unsika.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of traditional sports on the formation of sportsmanship character of students at SMP PGRI Kota Cilegon. The study used a quantitative approach with a quasi-experimental method through a One Group Pretest-Posttest Design. The research sample consisted of 25 students of class VII A selected using a purposive sampling technique. The research instrument was a questionnaire on the formation of sportsmanship character covering aspects of honesty, compliance with rules, respect for opponents, teamwork, and discipline. The results of the descriptive analysis showed that the average pretest score of 86.80 increased to 101.08 in the posttest with an increase of 14.28 points or 16.45%. The results of the normality test showed that the data were normally distributed and the results of the homogeneity test showed that the data were homogeneous. Furthermore, the results of the Paired Sample t-Test showed a significance value (Sig. 2-tailed) of $0.000 < 0.05$ with a calculated t-value of 8.359 and $df = 24$. These results indicate a significant influence of the implementation of traditional sports on the formation of students' sportsmanship character. Based on the results of the study, it can be concluded that traditional sports including blocking, fortification, sack racing, and rope jumping have a positive and significant effect on the formation of sportsmanship character in class VII A students of SMP PGRI Kota Cilegon.

Keywords: traditional sports, sportsmanship character, physical education, junior high school students

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh olahraga tradisional terhadap pembentukan karakter sportivitas siswa di SMP PGRI Kota Cilegon. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (*quasi experimental*) melalui desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel penelitian berjumlah 25 siswa kelas VII A yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian berupa angket pembentukan karakter sportivitas yang mencakup aspek kejujuran, kepatuhan terhadap aturan, menghargai lawan, kerja sama tim, dan disiplin. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa nilai rata-rata pretest sebesar 86,80 meningkat menjadi 101,08 pada posttest dengan peningkatan sebesar 14,28 poin atau 16,45%. Hasil uji normalitas menunjukkan data berdistribusi normal dan hasil uji homogenitas menunjukkan data homogen. Selanjutnya, hasil uji *Paired Sample t-Test* menunjukkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ dengan nilai t

hitung sebesar 8,359 dan $df = 24$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan olahraga tradisional terhadap pembentukan karakter sportivitas siswa. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa olahraga tradisional yang meliputi hadang, bentengan, balap karung, dan lompat tali berpengaruh positif dan signifikan terhadap pembentukan karakter sportivitas siswa kelas VII A SMP PGRI Kota Cilegon.

Kata kunci: olahraga tradisional, karakter sportivitas, pendidikan jasmani, siswa SMP

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan salah satu pilar utama dalam pembentukan karakter bangsa. Dalam konteks pendidikan formal, pendidikan jasmani (penjas) memiliki peran strategis yang tidak hanya mencakup pengembangan aspek fisik, tetapi juga pembentukan karakter siswa. Sebagaimana diamanatkan dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, tujuan pendidikan nasional adalah mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, serta menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab.

Pendidikan jasmani tidak hanya bertujuan meningkatkan kemampuan fisik siswa, tetapi juga berperan penting dalam pembentukan karakter. Salah satu materi yang dapat digunakan untuk menanamkan nilai karakter adalah olahraga tradisional. Permainan tradisional seperti hadang, bentengan, balap karung, dan lompat tali mengandung nilai-nilai positif seperti kerja sama, kejujuran, disiplin, tanggung jawab, dan sportivitas. Nilai-nilai tersebut secara alami tertanam melalui proses

bermain yang melibatkan interaksi sosial antar siswa.

Karakter sportivitas merupakan salah satu aspek penting yang perlu dikembangkan pada diri siswa. Sportivitas mencakup sikap jujur, patuh terhadap aturan, menghargai lawan, mampu bekerja sama, serta menerima kemenangan dan kekalahan dengan lapang dada. Pembentukan karakter sportivitas sangat penting pada siswa SMP karena mereka berada pada masa perkembangan remaja awal yang ditandai dengan perkembangan moral, sosial, dan emosional yang pesat. Melalui aktivitas olahraga tradisional, siswa dapat belajar menerima kemenangan dan kekalahan dengan baik, menghargai aturan permainan, serta menjalin hubungan yang positif dengan teman sebaya (Irwansyah & Syaukani, 2025).

Berdasarkan observasi awal di SMP PGRI Kota Cilegon, ditemukan bahwa sebagian siswa masih menunjukkan perilaku kurang sportif selama kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani, seperti tidak menaati aturan permainan, kurang menghargai lawan, dan mudah marah saat kalah. Kondisi tersebut mengindikasikan perlunya upaya

sistematis dalam menanamkan nilai-nilai sportivitas melalui pembelajaran. Olahraga tradisional diyakini memiliki potensi besar dalam hal ini karena mengandung nilai-nilai luhur budaya lokal yang relevan dengan pembentukan karakter.

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa permainan tradisional berpengaruh positif terhadap hasil belajar dan pembentukan karakter siswa. Telaumbanua, Julianti, dan Hidayat (2025) membuktikan bahwa permainan tradisional berpengaruh terhadap hasil belajar atletik siswa SMP. Elfarita, Suparto, dan Basri (2025) juga menemukan bahwa permainan gobak sodor dan bentengan efektif dalam penerapan pendidikan jasmani berbasis karakter di sekolah dasar. Sementara itu, Rohmawati, Arbani, dan Putra (2024) membuktikan bahwa penerapan permainan tradisional bentengan dapat membentuk perilaku sosial siswa. Penelitian-penelitian tersebut mendukung relevansi penggunaan olahraga tradisional dalam konteks pembentukan karakter siswa.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh olahraga tradisional terhadap pembentukan karakter sportivitas siswa di SMP PGRI Kota Cilegon. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani yang tidak hanya berorientasi pada keterampilan fisik, tetapi juga pada

pembentukan karakter siswa secara menyeluruh.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode quasi experimental (eksperimen semu) yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh olahraga tradisional terhadap pembentukan karakter sportivitas siswa di SMP PGRI Kota Cilegon. Desain penelitian yang digunakan adalah One Group Pretest–Posttest Design, yaitu satu kelompok sampel diberikan tes awal (pretest), kemudian diberikan perlakuan berupa pembelajaran olahraga tradisional, dan diakhiri dengan tes akhir (posttest). Desain penelitian digambarkan sebagai berikut:

$$O_1 - X - O_2$$

Keterangan: O_1 = Pretest (pengukuran awal karakter sportivitas siswa), X = Perlakuan (pembelajaran olahraga tradisional), O_2 = Posttest (pengukuran akhir karakter sportivitas siswa).

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VII SMP PGRI Kota Cilegon yang berjumlah 59 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, dengan sampel penelitian sebanyak 25 siswa kelas VII A yang dijadikan sebagai kelas eksperimen.

Variabel penelitian terdiri atas variabel bebas (X), yaitu olahraga tradisional yang meliputi hadang, bentengan, balap karung, dan lompat tali, serta variabel terikat (Y), yaitu pembentukan karakter sportivitas

siswa. Pengumpulan data dilakukan melalui angket sportivitas dengan skala Likert (SS=4, S=3, TS=2, STS=1 untuk pernyataan positif) dan lembar observasi selama proses pembelajaran berlangsung. Instrumen penelitian mencakup 31 butir pernyataan valid yang mencakup aspek kejujuran, kepatuhan terhadap aturan, menghargai lawan, kerja sama tim, dan disiplin. Instrumen telah melalui uji validitas konstruk dengan nilai korelasi r hitung $> r$ tabel (0,381), serta uji reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach dengan nilai 0,833, sehingga dinyatakan reliabel untuk digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2021).

Pelaksanaan penelitian dilakukan melalui tiga tahapan, yaitu (1) pretest pada pertemuan pertama, (2) treatment berupa pembelajaran olahraga tradisional selama 8 pertemuan (pertemuan ke-2 hingga ke-9), dan (3) posttest pada pertemuan ke-10. Setiap pertemuan treatment, siswa dilibatkan dalam aktivitas olahraga tradisional yang dipilih secara bergantian, yaitu hadang, bentengan, balap karung, dan lompat tali.

Analisis data dilakukan menggunakan bantuan SPSS Statistics 26 for Windows. Tahapan analisis meliputi: (1) statistik deskriptif untuk menggambarkan nilai rata-rata, minimum, dan maksimum pretest-posttest; (2) uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dengan kriteria sig. $> 0,05$; (3) uji homogenitas menggunakan Levene's Test dengan kriteria sig. $> 0,05$; dan

(4) uji hipotesis menggunakan Paired Sample t-Test dengan taraf signifikansi 0,05.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Analisis Deskriptif

Pemberian pretest pada kelas eksperimen dilakukan pada awal pertemuan untuk mengetahui kondisi awal karakter sportivitas peserta didik sebelum diberikan perlakuan. Selanjutnya, posttest dilaksanakan setelah seluruh rangkaian pembelajaran selesai, yaitu pada pertemuan ke-10. Pelaksanaan pretest dan posttest diikuti oleh seluruh peserta didik kelas VII A yang berjumlah 25 siswa. Hasil analisis deskriptif disajikan pada Tabel 1 berikut.

**Tabel 1 Hasil Analisis Deskriptif
Pretest dan Posttest**

Kelom pok	N	Minim um	Maksim um	Mea n
Pretest	25	79	99	86,80
Posttes t	25	84	110	101,08

*Sumber: Hasil Pengolahan Data
SPSS 26 For Windows*

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) pretest pembentukan karakter sportivitas siswa sebesar 86,80 dengan nilai minimum 79 dan maksimum 99. Sedangkan pada posttest, nilai rata-rata meningkat menjadi 101,08 dengan nilai minimum 84 dan maksimum 110. Peningkatan yang

terjadi adalah sebesar 14,28 poin atau 16,45% dari kondisi awal. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan yang berarti setelah diberikan perlakuan berupa olahraga tradisional.

2. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Pengujian menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan SPSS Statistics 26 for Windows. Kriteria pengujian: jika sig. > 0,05 maka data berdistribusi normal, dan jika sig. < 0,05 maka data tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas

Data	Statistic
Pretest	.098
Posttest	.135

*Sumber: Hasil Pengolahan Data
SPSS 26 For Windows*

Berdasarkan Tabel 2, nilai signifikansi pretest sebesar 0,381 > 0,05 dan nilai signifikansi posttest sebesar 0,038 > 0,05 (menggunakan Shapiro-Wilk). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data pretest dan posttest berdistribusi normal, sehingga analisis dapat dilanjutkan ke tahap berikutnya.

3. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah varians data pretest dan posttest homogen atau tidak. Pengujian menggunakan Levene's Test dengan kriteria: jika sig.

> 0,05 maka data homogen. Hasil uji homogenitas disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3 Hasil Uji Homogenitas

Dasar Pengujia n	Levene Statisti c	df 1	df 2	Sig.
Based on Mean	.001	1	48	.98 2

*Sumber: Hasil Pengolahan Data
SPSS 26 For Windows*

Berdasarkan Tabel 3, nilai signifikansi uji homogenitas sebesar 0,982 > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data pretest dan posttest memiliki varians yang homogen. Dengan terpenuhinya asumsi normalitas dan homogenitas, maka analisis dilanjutkan pada uji hipotesis.

4. Uji Hipotesis (Paired Sample t-Test)

Uji hipotesis dilakukan menggunakan Paired Sample t-Test karena data pretest dan posttest diperoleh dari responden yang sama (berpasangan). Kriteria pengujian: jika nilai sig. (2-tailed) < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan. Hasil uji hipotesis disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4 Hasil Uji Paired Sample t-Test

Pasanga n	Mean Selisi h	t hitun g	df	Sig. (2- tailed)
--------------	---------------------	-----------------	----	----------------------------

Pretest –	-	8,359	2	.000
Posttest	14,28		4	
	0			

*Sumber: Hasil Pengolahan Data
SPSS 26 For Windows*

Berdasarkan Tabel 4, diperoleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ dengan nilai t hitung sebesar 8,359 dan $df = 24$. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan olahraga tradisional terhadap pembentukan karakter sportivitas siswa kelas VII A SMP PGRI Kota Cilegon.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan karakter sportivitas siswa yang signifikan setelah diberikan perlakuan berupa pembelajaran olahraga tradisional. Peningkatan rata-rata sebesar 14,28 poin (16,45%) dari pretest ke posttest mengindikasikan bahwa olahraga tradisional mampu memberikan kontribusi nyata terhadap pembentukan karakter sportivitas siswa.

Olahraga tradisional hadang mengandung nilai-nilai sportivitas yang kuat, khususnya dalam aspek kepatuhan terhadap aturan dan kerja sama tim. Dalam permainan ini, setiap pemain dituntut untuk bermain sesuai aturan dan bekerja sama dengan anggota tim untuk mencapai tujuan bersama. Senada dengan hal tersebut, Irwansyah dan Syaukani (2025) menyatakan bahwa olahraga tradisional mengandung nilai-nilai

pendidikan yang relevan dengan pengembangan karakter siswa di sekolah menengah pertama.

Permainan bentengan melatih siswa untuk bersikap jujur dan menghargai lawan. Dalam permainan ini, siswa perlu mengakui bila tertangkap lawan dan menghormati strategi yang digunakan tim lawan. Rohmawati, Arbani, dan Putra (2024) menemukan bahwa penerapan permainan tradisional bentengan dalam pembelajaran penjas efektif dalam pembentukan perilaku sosial positif siswa, termasuk sikap menghargai orang lain.

Permainan balap karung dan lompat tali melatih aspek disiplin dan kejujuran siswa. Kedua permainan ini memerlukan kepatuhan terhadap aturan dan kemampuan menerima hasil pertandingan dengan lapang dada. Elfarita, Suparto, dan Basri (2025) dalam penelitiannya menemukan bahwa penerapan pendidikan jasmani berbasis karakter melalui permainan tradisional gobak sodor dan bentengan berhasil meningkatkan karakter positif siswa di sekolah dasar, yang sejalan dengan temuan dalam penelitian ini.

Temuan penelitian ini juga dikuatkan oleh hasil penelitian Dai dan Putri (2021) yang menyimpulkan bahwa permainan tradisional berpengaruh positif terhadap hasil belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Lebih lanjut, Telaumbanua, Julianti, dan Hidayat (2025) membuktikan bahwa permainan tradisional berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar atletik

siswa SMP. Keselarasan temuan ini memperkuat posisi olahraga tradisional sebagai media pembelajaran yang efektif dalam pendidikan jasmani, tidak hanya untuk perkembangan fisik tetapi juga pembentukan karakter.

Dengan demikian, implementasi olahraga tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani terbukti mampu menanamkan nilai-nilai sportivitas seperti kejujuran, kepatuhan terhadap aturan, kerja sama, disiplin, serta sikap menghargai teman dan lawan secara lebih efektif dibandingkan metode konvensional. Hal ini menjadikan olahraga tradisional sebagai salah satu alternatif pembelajaran yang perlu dipertimbangkan dalam pengembangan kurikulum pendidikan jasmani di sekolah.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan dari penerapan olahraga tradisional terhadap pembentukan karakter sportivitas siswa kelas VII A SMP PGRI Kota Cilegon. Olahraga tradisional yang meliputi hadang, bentengan, balap karung, dan lompat tali terbukti mampu menanamkan nilai-nilai sportivitas pada diri siswa, yaitu kejujuran dalam bermain, kepatuhan terhadap aturan, sikap menghargai lawan, kerja sama tim, serta disiplin. Melalui pengalaman bermain secara langsung dalam suasana yang kompetitif namun menyenangkan, siswa belajar

menerima kemenangan dan kekalahan dengan lapang dada, menghormati aturan yang berlaku, serta membangun hubungan sosial yang positif dengan sesama. Dengan demikian, olahraga tradisional dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dalam mendukung pembentukan karakter sportivitas siswa di sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian ini, beberapa saran disampaikan kepada pihak-pihak yang berkepentingan. Bagi guru pendidikan jasmani, disarankan untuk mengintegrasikan olahraga tradisional ke dalam rencana pelaksanaan pembelajaran secara terprogram dan berkelanjutan, dengan fokus pada pembentukan nilai-nilai sportivitas bukan sekadar pencapaian keterampilan fisik. Bagi sekolah, diharapkan dapat mendukung pelestarian olahraga tradisional melalui program pembelajaran maupun kegiatan ekstrakurikuler. Bagi siswa, diharapkan dapat menerapkan nilai-nilai sportivitas yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian serupa dengan desain yang lebih kuat, seperti menggunakan kelompok kontrol dan jumlah sampel yang lebih besar, agar hasil penelitian dapat digeneralisasi secara lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Dai, M., & Putri, W. S. K. (2021). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Hasil Belajar Dalam Pembelajaran

- Pendidikan Jasmani. *Citius: Jurnal Pendidikan Jasmani*.
<https://journal.unugiri.ac.id/index.php/citius/article/view/189>
- Elfarita, N., Suparto, A., & Basri, M. H. (2025). Penerapan Pendidikan Jasmani Berbasis Karakter melalui Permainan Gobak Sodor dan Bentengan pada Siswa Kelas V di SDN Pangarangan III Sumenep. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 6(2), 233–240.
- Irwansyah, R. B., & Syaukani, A. A. (2025). Nilai-nilai Olahraga Tradisional dalam Pembelajaran PJOK di Sekolah Menengah Pertama. *Authentic Education*, 2(1), 178–185.
- Rohmawati, D., Arbani, W., & Putra, M. M. (2024). *Penerapan Permainan Tradisional Bentengan Dalam Pembelajaran Penjas Dalam Pembentukan Perilaku Sosial Siswa Kelas V SDN 112 Rejang Lebong* (Doctoral Dissertation, Institut Agama Islam Negeri Curup).
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Telaumbanua, S. R., Julianti, R. R., & Hidayat, A. S. (2025). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Hasil Belajar Atletik Nomor Lari Jarak Pendek 100 Meter Siswa Kelas VII di SMP Negeri 2 Telukjambe Barat. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(03), 455–464.