

MEMPERKUAT KARAKTER DISIPLIN DAN KERJA SAMA SISWA SEKOLAH DASAR MELALUI PEMBELAJARAN JASMANI BERBASIS KEARIFAN LOKAL

Widya Marisi Lesiani ¹, Yohana Tiara Gultom ², Abelia Bintari Situmeang ³, Nayla Zahrotul Ummah ⁴, Marsen Halomoan Situngkir ⁵, Arridho Amry Fadhillah ⁶, Irham Daffa Alfahri ⁷, Gavriel Hulu ⁸

Program Studi PGSD, Universitas Negeri Medan, Indonesia ^{1,2,3,4,5,6,7,8}

Corresponding Author: widyanaiabaho783@gmail.com^{1*}, yohanagultom587@gmail.com², situmeangabelia@gmail.com³, naylazahrotulummah@gmail.com⁴, marsenhalomoan3@gmail.com⁵, arridhoamryfadhila@gmail.com⁶, irhamdaffa58@gmail.com⁷, rafilazira3@gmail.com⁸

Info Artikel

Received: 24 April 2026

Revised : 13 Mei 2026

Accepted: 19 Mei 2026

Published: 06 Juni 2026

Keywords: Local Wisdom, Physical Education and Sports, Discipline, Cooperation, Elementary School, Character

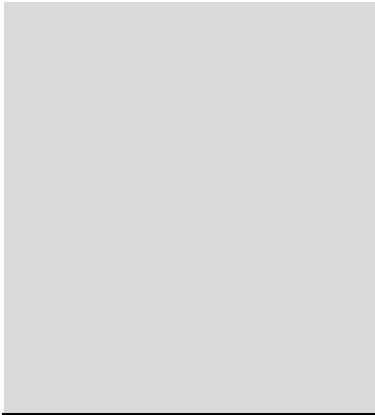
Kata Kunci: Kearifan Lokal, Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Disiplin, Kerja Sama, Sekolah Dasar, Karakter

Abstract

The shift in sociocultural values in the digital era presents unique challenges for education, particularly in shaping the character of elementary school children. Dependence on electronic devices often fuels individualism and diminishes children's discipline and social skills. Physical Education, Sports, and Health (PJOK) learning holds significant potential as a character-building intervention due to its direct physical interaction. This study aims to examine in-depth the effectiveness of integrating local wisdom, specifically traditional games, in strengthening discipline and cooperation in elementary school students. The research method used was a literature review, critically analyzing various scientific literature sources, reputable journals, and related textbooks. The results indicate that local wisdom applied through structured physical activity has proven effective as a moral stimulus. The rules inherent in traditional games train students' discipline independently and without coercion, while the group dynamics within them force students to suppress their egos in order to achieve a common goal (cooperation). In conclusion, local wisdom is not merely supplementary material for cultural preservation but rather a strategic instructional approach essential for developing the affective dimension of elementary school students.

Abstrak

Perubahan nilai-nilai sosiokultural di era digital menghadirkan tantangan unik bagi dunia pendidikan, terutama dalam pembentukan karakter anak-anak sekolah dasar. Ketergantungan pada perangkat elektronik sering kali memicu sikap individualisme serta melemahkan disiplin dan keterampilan sosial anak-anak. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki potensi yang signifikan sebagai intervensi pembentukan karakter karena interaksi fisiknya yang langsung. Penelitian ini bertujuan untuk melakukan pemeriksaan mendalam terhadap efektivitas pengintegrasian kearifan lokal khususnya permainan tradisional dalam memperkuat disiplin dan kerja sama di antara siswa sekolah dasar. Metode penelitian yang digunakan adalah tinjauan pustaka, yang melibatkan analisis kritis terhadap berbagai sumber ilmiah, jurnal terkemuka, dan buku teks yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kearifan lokal, ketika



diterapkan melalui aktivitas fisik terstruktur, terbukti efektif sebagai stimulus moral. Aturan yang melekat dalam permainan tradisional menumbuhkan disiplin siswa secara mandiri dan tanpa paksaan, sementara dinamika kelompok dalam permainan tersebut memaksa siswa untuk mengesampingkan ego mereka demi mencapai tujuan bersama (kerja sama). Kesimpulannya, kearifan lokal bukan sekadar bahan pelengkap untuk pelestarian budaya, melainkan pendekatan instruksional strategis yang esensial untuk mengembangkan dimensi afektif siswa sekolah dasar.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Publisher: Lembaga Penerbit Penelitian Multidisipliner

PENDAHULUAN

Pendidikan pada jenjang sekolah dasar (SD) memegang peranan yang sangat krusial dalam menentukan arah perkembangan seorang anak. Pada fase usia ini, anak-anak tidak hanya mengalami pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif yang pesat, tetapi juga berada pada masa keemasan (*golden age*) untuk internalisasi nilai-nilai moral, watak, dan kepribadian. Keberhasilan pembentukan karakter di masa sekolah dasar akan menjadi fondasi kuat bagi anak ketika mereka melangkah ke jenjang sosial yang lebih luas di masa depan.

Namun, dunia pendidikan dasar saat ini dihadapkan pada realitas zaman yang cukup mengkhawatirkan. Perkembangan teknologi informasi yang masif dan penetrasi gawai yang tak terkendali telah mengubah lanskap bermain anak. Anak-anak zaman sekarang cenderung menghabiskan waktu luangnya di depan layar (sedentari), yang secara tidak langsung mengikis kepekaan sosial mereka. Gejala-gejala seperti menurunnya rasa hormat terhadap aturan (indisipliner), rendahnya rasa empati, serta ketidakmampuan untuk mengelola konflik saat berinteraksi dengan teman sebaya (*egois*) menjadi pemandangan yang makin sering dijumpai di lingkungan sekolah.

Di sisi lain, kurikulum sekolah sering kali terlalu berorientasi pada pencapaian akademik di dalam kelas. Mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) kerap kali dianaktirikan atau dianggap sebatas kegiatan pengisi waktu luang agar anak-anak bisa melepaskan penat setelah belajar teori. Pandangan reduksionis ini sangat disayangkan. PJOK sebenarnya memiliki keunikan metodologis yang tidak dimiliki oleh mata pelajaran lain, yaitu adanya pemanfaatan aktivitas fisik sebagai media untuk mencapai tujuan pendidikan secara utuh, mencakup aspek kognitif, psikomotorik, dan afektif. Melalui interaksi fisik secara langsung di lapangan, ruang-ruang dialog, negosiasi, dan benturan emosi antar-siswa terjadi secara natural. Ruang inilah yang sangat subur untuk ditanami nilai-nilai karakter.

Agar pembelajaran jasmani menjadi lebih kontekstual, menarik, dan tidak monoton, salah satu strategi yang dapat ditempuh adalah dengan mengangkat kembali kearifan lokal. Indonesia memiliki kekayaan budaya luar biasa, yang salah satu wujud konkretnya adalah permainan tradisional dan olahraga rakyat. Di dalam setiap permainan tradisional—seperti gobak sodor, bentengan, engklek, galah asin, atau permainan spesifik daerah lainnya terkandung filosofi luhur dan nilai moral yang diwariskan secara turun-temurun. Sayangnya, modernisasi perlahan membuat anak-anak asing dengan warisan budayanya sendiri.

Mengintegrasikan kearifan lokal ke dalam pembelajaran PJOK bukan sekadar langkah romantis untuk bernostalgia atau mempertahankan tradisi lama. Lebih dari itu, ini adalah pendekatan pedagogis yang sengaja dirancang untuk mengembalikan esensi bermain yang sehat, aktif, dan sosial. Fokus utama dalam kajian ini adalah mengulas bagaimana struktur pembelajaran jasmani yang disisipi nilai-nilai kearifan lokal mampu menjadi stimulus yang efektif dalam memperkuat dua pilar karakter esensial pada siswa sekolah dasar, yaitu karakter disiplin dan karakter kerja sama.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang menggunakan metode studi kepustakaan atau tinjauan pustaka (*literature review*). Pendekatan ini dipilih untuk mengeksplorasi, mengumpulkan, menganalisis, dan menyintesis data teoritis maupun empiris dari penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dengan topik yang diangkat. Langkah-langkah yang dilakukan dalam penelitian ini meliputi:

1. Identifikasi dan Pencarian: Mencari artikel ilmiah melalui database jurnal nasional maupun internasional seperti Google Scholar, Sinta, dan portal jurnal pendidikan lainnya menggunakan kata kunci kombinasi seperti "Kearifan Lokal dalam PJOK", "Permainan Tradisional", "Karakter Siswa SD", "Disiplin", dan "Kerja Sama".
2. Seleksi Literatur: Memilih artikel yang dipublikasikan dalam rentang waktu yang relevan dan memiliki fokus kajian pada subjek anak usia sekolah dasar serta implementasi pembelajaran jasmani berbasis kearifan lokal.
3. Analisis Data: Data yang diperoleh dari berbagai literatur dianalisis secara deskriptif kualitatif. Penulis memetakan konsep-konsep kunci, membandingkan hasil temuan dari berbagai peneliti, dan menyusun sintesis mendalam mengenai kaitan logis antara aktivitas fisik berbasis budaya dengan pembentukan watak disiplin dan kerja sama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar dan Relevansinya dengan PJOK

Secara psikologis, anak usia sekolah dasar (sekitar 6 hingga 12 tahun) berada pada fase perkembangan operasional konkret menurut Piaget. Pada fase ini, mereka belajar memahami dunia luar melalui tindakan nyata dan pengalaman langsung, bukan sekadar konsep abstrak yang diceramahkan di dalam kelas. Selain itu, menurut teori perkembangan sosial, anak-anak di usia ini memiliki dorongan kuat untuk diterima dalam kelompok bermainnya (*peer group*).

PJOK mengakomodasi karakteristik alami anak tersebut melalui aktivitas bergerak. Ketika pembelajaran PJOK diintegrasikan dengan kearifan lokal yang dikemas dalam bentuk permainan tradisional, siswa tidak merasa sedang dipaksa untuk belajar, melainkan sedang diajak bermain. Rasa senang dan antusiasme yang muncul inilah yang menjadi kunci utama pintu masuknya nilai-nilai karakter. Pembelajaran yang menyenangkan membuat emosi siswa berada pada kondisi positif, sehingga internalisasi nilai moral dapat terjadi secara halus dan bertahan lama di dalam memori mereka.

B. Kearifan Lokal: Lebih dari Sekadar Aktivitas Fisik

Kearifan lokal dalam konteks olahraga di sekolah dasar dapat berwujud permainan tradisional (baik yang bersifat kompetitif maupun rekreasi) serta gerakan ritmik seperti senam kreasi daerah. Jurnal-jurnal referensi menunjukkan bahwa modifikasi pembelajaran jasmani menggunakan instrumen lokal terbukti mampu mendongkrak minat gerak anak secara signifikan.

Olahraga modern (seperti sepak bola standar, basket, atau atletik) sering kali menuntut penguasaan teknik yang rumit dan fasilitas yang mahal, yang terkadang membuat anak-anak dengan kemampuan motorik rendah merasa minder dan menarik diri dari lapangan. Sebaliknya, permainan tradisional berbasis kearifan lokal sangat fleksibel. Alat penunjang yang digunakan biasanya memanfaatkan bahan alam atau benda sederhana di sekitar kita (seperti pecahan genting, kayu, potongan bambu, atau karet gelang). Sifatnya yang inklusif dan mengutamakan kegembiraan kelompok memastikan setiap anak tanpa memandang tingkat bakat olahraganya dapat ikut serta mengambil peran.

C. Mekanisme Penguatan Karakter Disiplin

Disiplin sering kali diartikan secara sempit di sekolah sebagai kepatuhan yang kaku karena takut akan sanksi dari guru atau pihak otoritas. Namun, disiplin yang sejati adalah disiplin diri (*self-discipline*) yang lahir dari kesadaran internal. Pembelajaran PJOK berbasis kearifan lokal melatih

jenis kedisiplinan ini dengan cara yang sangat unik dan alamiah.

Dalam setiap permainan tradisional, terdapat struktur aturan main (*rule of the game*) yang wajib ditaati oleh semua pemain. Menariknya, aturan-aturan ini umumnya telah disepakati bersama oleh anak-anak sebelum permainan dimulai di lapangan.

Contoh Kasus pada Permainan Gobak Sodor (Galah Asin): Seorang siswa yang bertugas sebagai penjaga garis vertikal atau horizontal harus disiplin menjaga areanya dan tidak boleh melangkah keluar dari garis pembatas yang sudah ditentukan. Di sisi lain, pemain lawan juga harus disiplin menunggu giliran dan membaca celah pergerakan tanpa berbuat curang (seperti menerobos masuk sebelum permainan dimulai).

Mekanisme Konsekuensi Sosial: Jika seorang anak melakukan kecurangan atau melanggar aturan permainan, sanksi yang diterima bukan berupa teguran marah dari guru, melainkan sanksi sosial langsung dari teman-temannya (misalnya diteriaki curang, permainan dihentikan, atau dikeluarkan dari kelompok). Rasa ingin terus diterima dan bermain bersama kelompoknya memaksa anak tersebut untuk belajar menahan diri, menghormati kesepakatan, dan patuh pada aturan.

Melalui pengulangan aktivitas ini di setiap jam pelajaran olahraga, sikap patuh pada aturan (disiplin) perlahan-lahan bertransformasi menjadi sebuah kebiasaan yang melekat pada kepribadian anak, baik di dalam maupun di luar lapangan.

D. Dinamika Kelompok dalam Mengasah Karakter Kerja Sama

Manusia adalah makhluk sosial, dan keterampilan bekerja sama tidak muncul secara instan, melainkan harus dilatih sejak dini. Permainan jasmani berbasis kearifan lokal hampir seluruhnya menuntut format permainan tim atau kelompok. Format kelompok ini menjadi laboratorium sosial mini bagi siswa SD untuk mengikis sifat egosentris mereka.

Negosiasi dan Pembagian Peran: Dalam permainan seperti Bentengan, kemenangan mustahil diraih oleh satu orang sendirian, sekuat atau secepat apa pun ia berlari. Tim harus mendiskusikan strategi secara kolektif: siapa yang bertugas menjaga benteng pertahanan, siapa yang bertugas memancing musuh keluar, dan siapa yang bertugas menyusup untuk merebut benteng lawan. Proses ini mengajarkan anak mengenali kelebihan dan kekurangan dirinya serta menghargai kemampuan temannya.

Menekan Ego untuk Tujuan Bersama: Di lapangan, anak yang biasanya dominan atau egois di kelas dipaksa untuk mendengarkan masukan dari anggota tim yang lain jika ingin kelompoknya menang. Sebaliknya, anak yang pemalu atau kurang percaya diri akan terdorong untuk berani

bersuara dan mengambil tanggung jawab karena ia tahu timnya membutuhkan kontribusinya.

Empati dan Solidaritas: Ketika ada anggota tim yang tertangkap oleh lawan, anggota kelompok yang lain harus mengorbankan posisinya yang aman untuk berlari menyelamatkan temannya tersebut. Aktivitas ini secara nyata membangun rasa empati, kepedulian (caring), serta rasa kesetiakawanan yang tinggi di antara sesama siswa.

Melalui interaksi fisik yang dinamis ini, siswa belajar mengartikan makna kerja sama yang sesungguhnya: bahwa keberhasilan bersama hanya bisa dicapai ketika ego individu dikesampingkan demi kebaikan dan soliditas kelompok.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) yang berbasis kearifan lokal memiliki dampak yang sangat signifikan dalam proses pembentukan karakter siswa sekolah dasar. Integrasi nilai budaya lokal, yang diwujudkan melalui ragam permainan tradisional, terbukti efektif tidak hanya dalam meningkatkan kebugaran fisik dan kemampuan motorik anak, melainkan juga dalam memperkuat dimensi afektif mereka, khususnya aspek disiplin dan kerja sama.

Aturan main dalam kearifan lokal membentuk pola kedisiplinan yang mandiri dan penuh kesadaran pada diri anak, sementara format permainan kelompok mengikis sifat individualis dan menumbuhkan keterampilan sosial yang adaptif. Pendekatan ini menawarkan solusi konkret bagi tantangan degradasi moral anak di era digital. Oleh karena itu, disarankan kepada para praktisi pendidikan, khususnya guru PJOK di sekolah dasar, untuk secara konsisten menggali, memodifikasi, dan mengimplementasikan kekayaan kearifan lokal daerahnya masing-masing ke dalam rancangan pelaksanaan pembelajaran di sekolah agar tercipta generasi muda yang sehat secara fisik sekaligus luhur secara pekerti.

DAFTAR PUSTAKA

- Irfandi, Rahmat, Z., Is, Z., Mansur, & Rangkuti, Y. A. (2025). Sosialisasi media pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kearifan lokal, seni tari, inovasi, nilai budaya dan identitas nasional. *JPKS: Jurnal Pengabdian Keolahragaan dan Sains*, 1(2), 1-10.
- Jasmani, Sholeh, M., Sudarsono, S., Teguh W, R. A., Kusuma, I. A., & Batistusta, C. (2026). Penguatan program kebugaran jasmani sekolah dasar berbasis kearifan lokal melalui

- kolaborasi guru, orang tua, dan komunitas. *PROFICIO: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 598-603.
- Junianto, A. R. D., Priambodo, A., & Pudjijuniarto. (2025). Menghidupkan kembali permainan tradisional: Meningkatkan motivasi belajar dalam pendidikan jasmani sekolah dasar melalui permainan berbasis budaya. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(04), 134-145.
- Muhadi. (2025). Efektivitas pembelajaran jasmani berbasis kearifan lokal dan teknologi digital terhadap penguatan nilai karakter dan kebugaran siswa. *PIOR: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(1), 1-10.
- Nurfajariyah, A. P., Febriani, I. R., Anissa, P. N., & Hambali, B. (2024). Memperkuat karakter siswa sekolah dasar melalui permainan tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Ilmiah SPIRIT: Sport, Pendidikan, Ilmu&Riset*, 24(2), 45-54.
- Rachmawati, N., Muhyi, M., & Wiyarno, Y. (2020). Pengembangan permainan olahraga tradisional untuk meningkatkan nilai peduli dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(2), 125-137.
- Rahail, R. B., Bawawa, M., & Hiskya, H. J. (2023). Implementasi model pembelajaran olahraga tradisional kayu malele sebagai upaya meningkatkan sikap dan karakter serta melestarikan kearifan lokal. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(1), 192-202.
- Setiawan, T., Angkareda, G., Rottie, R. M. R., Umadji, W. R. P., & Ahmad, J. (2025). Pengembangan model pembelajaran PJOK berbasis permainan tradisional Kalari untuk meningkatkan gerak dasar lokomotor pada siswa kelas V sekolah dasar. *JSCAJ: Jambura Sports Coaching Academic Journal*, 4(2), 75-85.
- Tumaloto, E. H., Ilham, A., Kadir, S. S., & Ikhsan, H. (2025). Pelatihan senam kreasi daerah Biteya di SD Negeri 75 Kota Tengah: Upaya revitalisasi budaya lokal dalam pembelajaran penjas. *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 4(2), 85-92.
- Wardiyanto, Y., & Hadi, R. (2022). Komik digital PJOK tematik aktivitas fisik berbasis kearifan lokal untuk siswa kelas V sekolah dasar pada kegiatan asistensi mengajar mitra MBKM. *JSSF: Journal of Sport Sciences and Fitness*, 8(2), 94-102.