

Penerapan Pembelajaran Sosial-Emosional melalui Media Permainan Berbasis Game Gerak Tebak dalam Pembelajaran Pencak Silat untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SDN Kampungdalem 4

The Implementation of Social-Emotional Learning through the Game-Based Media Gerak Tebak in Pencak Silat Lessons to Improve Students' Self-Confidence at SDN Kampungdalem 4

Yoga Pratama¹, Ruruh Andayani Bakti², Ali Masrofi³

¹peserta.16560@ppg.belajar.id, PPG/ Pascasarjana, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

²ruruh.andbe@unpkediri.ac.id, Penjas/ FIKS, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

³Almasrofisambi@gmail.com, SD Negeri Kampungdalem 4, Kota Kediri, Jawa Timur, Indonesia

Abstrak

Kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam pembelajaran pencak silat, namun banyak siswa mengalami kendala dalam mengembangkan rasa percaya diri saat berlatih. Pembelajaran sosial-emosional dapat menjadi salah satu strategi untuk mengatasi permasalahan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan pembelajaran sosial-emosional dalam penggunaan media permainan berbasis game Gerak Tebak untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran pencak silat di SDN Kampungdalem 4. Penelitian ini menggunakan metode PTK. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, serta angket sebelum dan sesudah penerapan permainan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah menerapkan pembelajaran sosial-emosional melalui permainan Gerak Tebak, terjadi peningkatan signifikan dalam kepercayaan diri siswa. Siswa menjadi lebih aktif, berani, dan percaya diri dalam melakukan gerakan pencak silat. Selain itu, interaksi sosial di dalam kelas juga meningkat, sehingga menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif dan suportif. Kesimpulannya, penerapan pembelajaran sosial-emosional dalam permainan Gerak Tebak terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran pencak silat. Pendekatan ini dapat dijadikan strategi inovatif dalam pendidikan jasmani untuk menciptakan suasana belajar yang lebih interaktif dan menyenangkan.

Kata kunci: Pembelajaran sosial-emosional, kepercayaan diri, pencak silat, media permainan interaktif “gerak tebak”

Abstract

Self-confidence is a crucial aspect of learning pencak silat, yet many students struggle to develop it during training. Social-emotional learning can be an effective strategy to address this issue. This study aims to analyze the implementation of social-emotional learning in the use of the game-based media Gerak Tebak to enhance students' self-confidence in pencak silat learning at SDN Kampungdalem 4. This research employs a descriptive method with PTK. Data were collected through observations, interviews, and questionnaires before and after the implementation of the game. The results indicate that after applying social-emotional learning through the Gerak Tebak game, students' self-confidence significantly improved. They became more active, courageous, and confident in performing pencak silat movements. Additionally, social interaction in the classroom increased, creating a more positive and supportive learning environment. In conclusion, the implementation of social-emotional learning through the Gerak Tebak game has proven effective in enhancing students' self-confidence in pencak silat learning. This approach can serve as an innovative strategy in physical education to create a more interactive and enjoyable learning atmosphere..

Keywords: Social-emotional learning, self-confidence, pencak silat, interactive game-based media “Gerak Tebak”

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, atau yang sering disingkat sebagai Penjas, merupakan salah satu mata pelajaran yang berperan penting dalam pengembangan keterampilan motorik, kebugaran jasmani, dan karakter peserta didik. Penjas tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kesehatan fisik, tetapi juga membentuk sikap disiplin, kerja sama, dan sportivitas dalam kehidupan sehari-hari (Yuliawan, 2016). Dalam dunia pendidikan, Penjas menjadi sarana untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat dan aktif, serta mengajarkan berbagai cabang olahraga, termasuk pencak silat yang merupakan warisan budaya Indonesia.

Pencak silat adalah seni bela diri tradisional yang telah menjadi bagian dari identitas bangsa Indonesia. Sebagai salah satu cabang olahraga dalam Penjas, pencak silat tidak hanya mengajarkan teknik bela diri, tetapi juga nilai-nilai luhur seperti ketahanan mental, etika, dan kepercayaan diri. Pencak silat memiliki peran penting dalam pembentukan karakter karena mengandung filosofi keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan spiritualitas. Selain itu, pencak silat telah diakui secara internasional dan menjadi bagian dari kompetisi olahraga dunia, menunjukkan bahwa warisan budaya ini memiliki nilai yang tinggi (Sinulingga, 2021).

Pendidikan jasmani dan pencak silat memiliki hubungan erat dalam pembentukan keterampilan motorik dan karakter peserta didik. Sebagai bagian dari kurikulum, pencak silat tidak hanya berfungsi sebagai olahraga, tetapi juga sebagai sarana untuk melestarikan budaya bangsa. Berdasar dari pernyataan ini maka penguatan pembelajaran pencak silat dalam Penjas menjadi langkah strategis dalam membangun generasi yang sehat, kuat, dan berkarakter (Juriahana, 2017).

Kepercayaan diri merupakan aspek psikologis yang sangat penting dalam kehidupan seseorang, terutama dalam dunia pendidikan dan olahraga. Kepercayaan diri dapat didefinisikan sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk menghadapi berbagai situasi dan tantangan. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung lebih berani mengambil keputusan, menghadapi tantangan, serta memiliki motivasi untuk terus berkembang (Yuliawan et al., 2024). Dalam konteks pendidikan jasmani, berbagai cabang olahraga dapat menjadi sarana untuk meningkatkan kepercayaan diri, salah satunya adalah pencak silat (Sin, 2017).

Dalam pencak silat, kepercayaan diri sangat dibutuhkan agar siswa dapat menampilkan gerakan dengan baik, berani menghadapi lawan, serta mampu menguasai

teknik dengan percaya diri. Namun, dalam praktiknya, banyak siswa yang merasa kurang percaya diri saat mempelajari pencak silat karena takut melakukan kesalahan, kurangnya pemahaman terhadap teknik, atau merasa canggung dalam menampilkan gerakan di depan teman-temannya. Merujuk argumen yang dipaparkan maka diperlukan metode pembelajaran yang inovatif untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam mempelajari pencak silat.

Menurut Syastra (2015) Salah satu solusi yang dapat diterapkan adalah penggunaan media permainan berbasis game dalam pembelajaran pencak silat. Game Gerak Tebak merupakan permainan edukatif yang dirancang untuk membantu siswa mengenali dan memahami berbagai gerakan pencak silat secara interaktif dan menyenangkan. Dalam permainan ini, siswa secara bergantian memperagakan gerakan pencak silat sesuai dengan petunjuk yang diberikan, sementara siswa lainnya menebak nama gerakan tersebut. Metode ini tidak hanya meningkatkan pemahaman siswa terhadap teknik pencak silat, tetapi juga mendorong mereka untuk lebih aktif, berani, dan percaya diri dalam menampilkan gerakan di depan teman-temannya.

Pembelajaran sosial emosional (*Social Emotional Learning/SEL*) merupakan pendekatan pendidikan yang bertujuan untuk membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan sosial, emosional, dan akademik yang seimbang. Dalam konteks pembelajaran pencak silat menggunakan media permainan berbasis game Gerak Tebak, SEL berperan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui interaksi sosial yang positif dan pengalaman belajar yang menyenangkan. Melalui permainan ini, siswa belajar untuk mengenali emosi mereka, mengelola rasa takut atau canggung saat menampilkan gerakan, serta membangun keberanian dalam menunjukkan kemampuan di hadapan teman-temannya. Dengan demikian, pembelajaran pencak silat tidak hanya berfokus pada keterampilan fisik, tetapi juga pada penguatan aspek sosial dan emosional siswa.

Dengan mengintegrasikan SEL dalam pembelajaran pencak silat berbasis game Gerak Tebak, siswa dapat mengembangkan kepercayaan diri secara bertahap dalam lingkungan yang suportif. Mereka tidak hanya belajar untuk menguasai teknik pencak silat, tetapi juga membangun resiliensi, keberanian, dan sikap sportif dalam menghadapi tantangan. Dengan pendekatan ini, pencak silat tidak hanya menjadi sarana pengembangan fisik, tetapi juga menjadi wadah untuk membentuk karakter yang kuat dan positif pada siswa, yang akan bermanfaat bagi kehidupan mereka di masa depan.

Sebagai salah satu pendekatan inovatif dalam pembelajaran pencak silat, penerapan pembelajaran sosial-emosional melalui media permainan berbasis game Gerak Tebak diharapkan dapat menjadi solusi efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di SDN Kampungdalem 4. Dengan mengombinasikan aspek fisik, sosial, dan emosional, metode ini tidak hanya membantu siswa dalam menguasai teknik pencak silat, tetapi juga membangun keberanian, interaksi sosial yang positif, serta sikap sportif dalam proses pembelajaran. Melalui pendekatan ini, siswa tidak hanya belajar mengelola emosi mereka, tetapi juga mengembangkan keterampilan kerja sama, komunikasi, dan refleksi diri yang merupakan bagian penting dari kompetensi sosial-emosional. Dengan adanya suasana belajar yang lebih menyenangkan dan interaktif, siswa diharapkan dapat lebih percaya diri dalam menampilkan gerakan pencak silat tanpa rasa takut atau canggung. Hal ini selaras dengan tujuan utama pendidikan jasmani, yaitu membentuk individu yang sehat secara fisik, mental, dan sosial.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui penerapan media permainan berbasis game "Gerak Tebak" dalam pembelajaran pencak silat. PTK ini dilaksanakan secara kolaboratif antara peneliti dan guru PJOK di SDN Kampungdalem 4, dengan mengacu pada model spiral dari Kemmis dan McTaggart yang terdiri atas empat tahapan: perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Penelitian dilakukan dalam dua siklus, di mana masing-masing siklus meliputi seluruh tahapan tersebut secara berurutan. Subjek penelitian adalah 28 siswa kelas V SDN Kampungdalem 4, yang terdiri dari 19 siswa laki-laki dan 9 siswa perempuan. Selain siswa, guru PJOK yang juga bertindak sebagai pelatih pencak silat turut dilibatkan sebagai kolaborator dalam pelaksanaan tindakan. Setting penelitian dilakukan di lingkungan sekolah, khususnya ruang kelas dan area latihan pencak silat, dengan pertimbangan bahwa tempat tersebut merupakan lokasi strategis untuk pengembangan keterampilan sosial-emosional siswa melalui pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan. Peneliti juga sedang melaksanakan program PLP 2 di sekolah ini, sehingga mempermudah proses koordinasi dan pelaksanaan penelitian.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini mencakup lembar observasi, angket/kuesioner, tes keterampilan pencak silat, dan wawancara terbuka. Lembar observasi digunakan untuk mengamati perilaku dan keterlibatan siswa

dalam kegiatan pembelajaran yang berkaitan dengan indikator kepercayaan diri, seperti keberanian tampil, percaya pada kemampuan diri, dan aktif berpartisipasi. Angket kepercayaan diri disusun berdasarkan indikator sosial-emosional yang sesuai dengan usia siswa sekolah dasar, dan diberikan sebelum dan sesudah pelaksanaan tindakan pada masing-masing siklus. Tes keterampilan digunakan untuk mengukur kemampuan gerak dasar dalam pencak silat, sedangkan wawancara dilakukan untuk menggali informasi kualitatif dari siswa dan guru tentang pengalaman belajar mereka. Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif melalui persentase hasil angket dan tes, serta analisis kualitatif melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan dari hasil observasi dan wawancara. Pendekatan analisis ini bertujuan memberikan gambaran menyeluruh tentang efektivitas penggunaan media permainan "Gerak Tebak" dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa selama proses pembelajaran pencak silat.

HASIL

Hasil penelitian ini mengungkap efektivitas penerapan media permainan interaktif Gerak Tebak dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui pembelajaran sosial - emosional di SDN Kampungdalem 4. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, serta tes keterampilan gerak dasar sebelum dan sesudah implementasi permainan. Proporsi aktivitas guru dan siswa seimbang (50:50), yang berarti guru berperan aktif dalam membimbing, sementara siswa lebih banyak menunjukkan interaksi sosial dan keberanian dalam menampilkan gerakan, yang membuktikan bahwa metode pembelajaran ini berhasil meningkatkan aspek sosial-emosional mereka. Berikut adalah hasil observasi dalam bentuk tabel dan diagram di bawah ini:

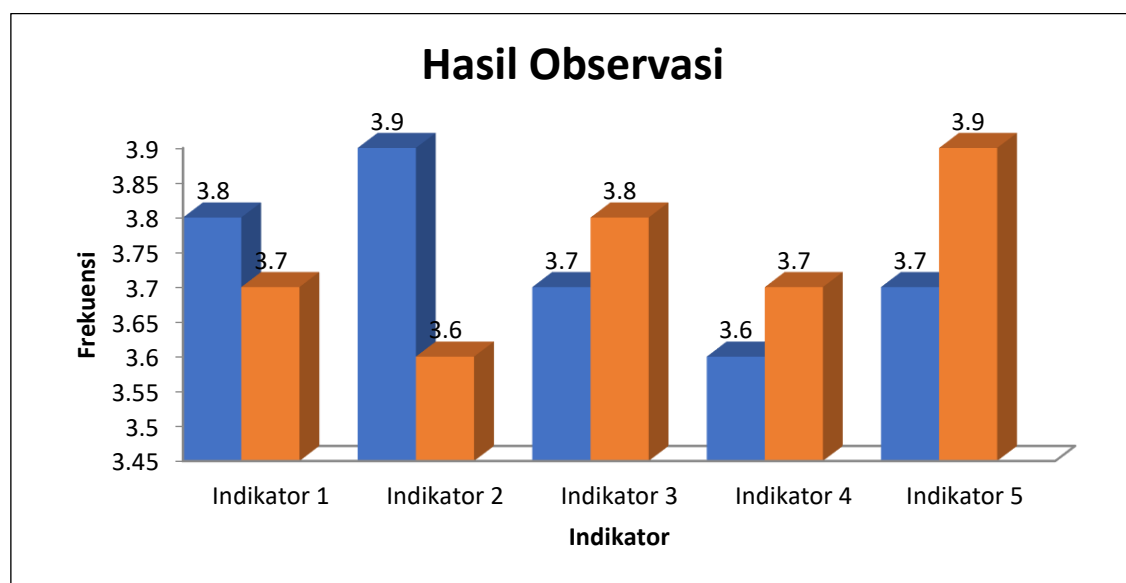
Tabel 1. Hasil Observasi

Indikator	Guru	Siswa
Indikator 1	3.8	3.7
Indikator 2	3.9	3.6
Indikator 3	3.7	3.8
Indikator 4	3.6	3.7
Indikator 5	3.7	3.9

Tabel distribusi frekuensi menunjukkan perbandingan rata-rata penilaian guru dan siswa terhadap lima indikator yang berkaitan dengan pembelajaran pencak silat berbasis permainan "Gerak Tebak". Pada Indikator 1, guru memberikan penilaian rata-rata sebesar 3,80, sedikit lebih tinggi dibandingkan penilaian siswa sebesar 3,70, yang mengindikasikan persepsi guru terhadap aspek tersebut cenderung lebih positif. Berbeda

halnya dengan Indikator 2, terdapat selisih cukup mencolok di mana guru memberikan skor tertinggi sebesar 3,90, sementara siswa hanya menilai 3,60, yang menunjukkan bahwa guru melihat keberhasilan indikator tersebut lebih optimal dibanding siswa.

Sebaliknya, pada Indikator 3, penilaian siswa lebih tinggi dibanding guru, yaitu 3,80 berbanding 3,70, menandakan siswa merasa lebih terlibat atau terdampak secara positif pada aspek ini. Pola serupa juga tampak pada Indikator 4, di mana siswa memberikan penilaian 3,70 dan guru 3,60, yang mencerminkan persepsi siswa yang lebih optimis terhadap keberhasilan indikator ini. Puncaknya terlihat pada Indikator 5, di mana siswa memberikan skor tertinggi sebesar 3,90, sedangkan guru tetap memberikan skor 3,70. Data ini menunjukkan bahwa pada indikator terakhir, siswa merasakan dampak pembelajaran yang paling signifikan terhadap kepercayaan dirinya. Secara umum, guru cenderung memberi nilai lebih tinggi pada indikator awal, sedangkan siswa menunjukkan apresiasi lebih tinggi pada indikator-indikator akhir.



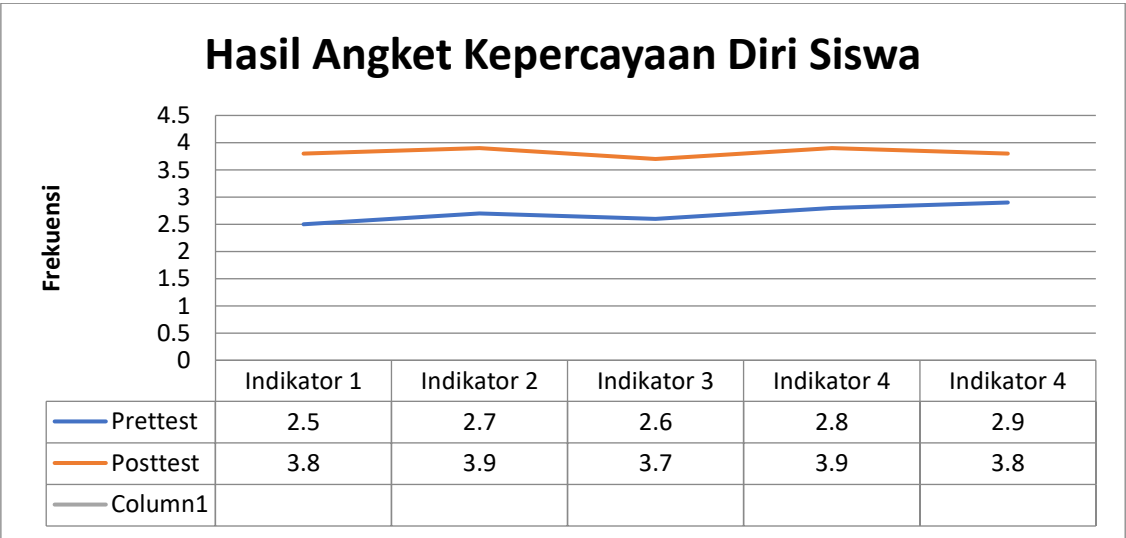
Gmabar 1. Histogram Hasil Observasi

Hasil angket kepercayaan diri yang disajikan dalam diagram batang dan diagram lingkaran, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan "Gerak Tebak" dalam pembelajaran pencak silat efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Peningkatan tertinggi terlihat pada keberanian mencoba gerakan baru (55%) dan kenyamanan dalam berlatih bersama teman (54%). Hasil ini membuktikan bahwa metode pembelajaran sosial-emosional berbasis permainan dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan keterampilan motorik dan sosial-emosional siswa. Berikut hasil dalam bentuk tabel dan diagram berikut:

Tabel 2. Hasil Angket Kepercayaan Diri Sisa

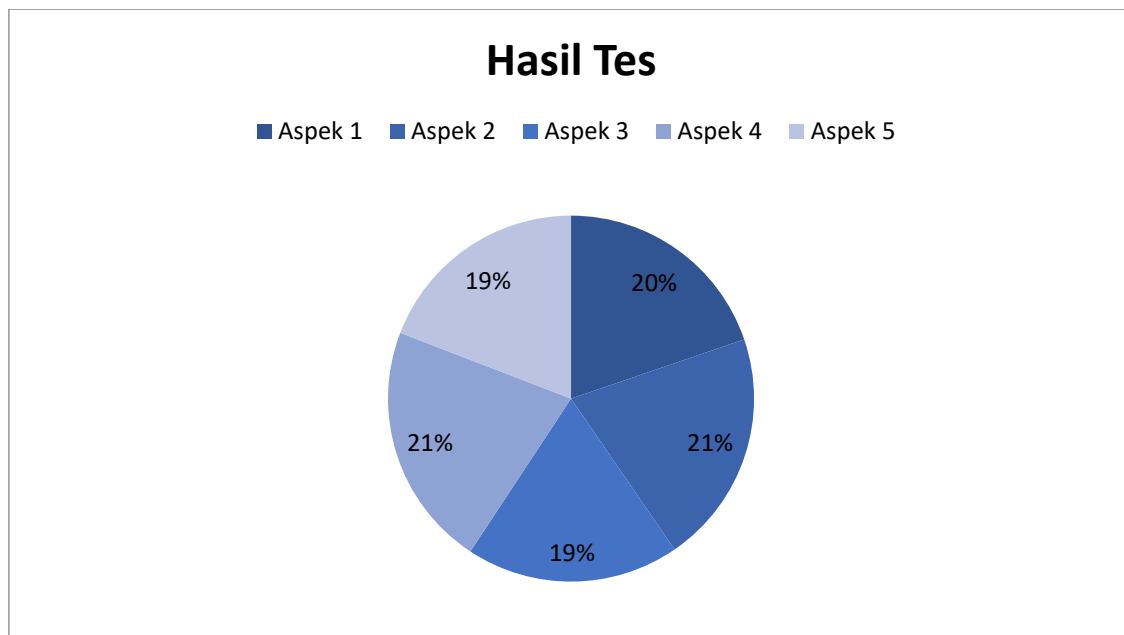
Indikator	Pretest	Posttest	Gain
Indikator 1	2.5	3.8	1.3
Indikator 2	2.7	3.9	1.2
Indikator 3	2.6	3.7	1.1
Indikator 4	2.8	3.9	1.1
Indikator 5	2.9	3.8	0.9

Tabel distribusi frekuensi menunjukkan perbandingan skor antara pretest dan posttest pada lima indikator yang diukur untuk menilai kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran pencak silat berbasis permainan “Gerak Tebak”. Secara umum, terjadi peningkatan skor pada seluruh indikator setelah tindakan pembelajaran dilakukan. Pada Indikator 1, skor pretest sebesar 2,5 meningkat menjadi 3,8 pada posttest. Demikian pula pada Indikator 2, terjadi peningkatan dari 2,7 menjadi 3,9, yang merupakan skor tertinggi pada posttest bersama dengan indikator 4. Indikator 3 juga menunjukkan peningkatan dari 2,6 ke 3,7, sedangkan Indikator 4 mengalami kenaikan dari 2,8 menjadi 3,9. Terakhir, Indikator 5 menunjukkan peningkatan dari 2,9 ke 3,8. Kenaikan skor ini menunjukkan bahwa siswa mengalami perkembangan signifikan dalam hal kepercayaan diri setelah mengikuti pembelajaran pencak silat menggunakan media permainan interaktif. Seluruh indikator menunjukkan tren peningkatan lebih dari 1 poin, yang menandakan bahwa pendekatan pembelajaran yang diterapkan efektif dalam mendorong aspek sosial-emosional siswa, khususnya kepercayaan diri. Dengan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa penggunaan permainan “Gerak Tebak” memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan non-kognitif siswa dalam konteks pendidikan jasmani.



Gambar 2. Histogram Hasil Angket Kepercayaan Diri Siswa

Berdasarkan hasil uji N-Gain yang disajikan dalam diagram batang dan diagram lingkaran, Interaksi sosial mengalami peningkatan tertinggi (71%), sementara aspek keberanian, kelancaran gerakan, ekspresi, dan motivasi berada dalam kategori "sedang" dengan skor rata-rata di atas 0.60. Hasil ini membuktikan bahwa pendekatan sosial-emosional dalam pembelajaran pencak silat dapat memberikan dampak positif yang signifikan terhadap siswa.



Gambar 3. Diagram Hasil Tes Siswa

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru dan siswa, dapat disimpulkan bahwa penerapan pembelajaran sosial-emosional berbasis permainan "Gerak Tebak" terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam mengikuti pembelajaran pencak silat. Guru menyampaikan bahwa melalui metode ini, siswa menjadi lebih aktif, berani mencoba, dan lebih mudah dalam memahami gerakan-gerakan dasar pencak silat. Pendekatan yang menyenangkan dan interaktif ini juga dinilai mampu mengurangi rasa takut siswa untuk melakukan kesalahan. Dari sisi siswa, mereka mengungkapkan bahwa kegiatan pembelajaran terasa lebih menyenangkan, membuat mereka lebih percaya diri dan tidak canggung saat tampil di depan teman-teman. Selain itu, permainan "Gerak Tebak" juga mendorong terciptanya interaksi sosial yang positif di antara siswa. Mereka saling memberi dukungan dan lebih terbuka dalam bekerja sama, sehingga suasana kelas menjadi lebih inklusif dan partisipatif. Hal ini menunjukkan bahwa strategi pembelajaran yang mengintegrasikan aspek sosial-emosional melalui media permainan tidak hanya mendukung penguasaan keterampilan motorik, tetapi juga berkontribusi pada

pembentukan karakter dan keberanian siswa dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran sosial-emosional berbasis permainan Gerak Tebak mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran pencak silat di SDN Kampungdalem 4. Berdasarkan analisis data kuantitatif dari hasil angket pretest dan posttest, seluruh indikator mengalami peningkatan skor, dengan rata-rata gain score lebih dari 1,0. Peningkatan tertinggi terjadi pada indikator keberanian mencoba gerakan baru dan kenyamanan saat berlatih bersama teman, yang menunjukkan adanya dampak positif dari pendekatan yang interaktif dan menyenangkan. Hasil ini sejalan dengan temuan yang menyebutkan bahwa pendekatan pembelajaran yang menggabungkan aspek sosial dan emosional dapat meningkatkan keberanian siswa dalam mengekspresikan kemampuan dirinya (Miranda et al., 2024).

Permainan Gerak Tebak secara efektif menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan partisipatif, yang berdampak pada keberanian siswa untuk tampil di depan kelas serta mengurangi rasa takut melakukan kesalahan. Hal ini diperkuat oleh pendapat bahwa strategi pembelajaran yang melibatkan interaksi kelompok dan permainan mampu membangun kepercayaan diri serta keterlibatan siswa secara aktif (Fauziyah, 2024; Ningtyas, 2024). Interaksi sosial yang terjalin selama permainan juga menjadi faktor penting dalam peningkatan kepercayaan diri. Siswa belajar bekerja sama, saling mendukung, dan menunjukkan empati terhadap teman, sebagaimana dijelaskan bahwa lingkungan sosial yang suportif dapat membentuk keberanian dan keterampilan sosial peserta didik (Bekti & Junaidi, 2023; Purwanto & Yuliawan, 2025).

Selain data kuantitatif, hasil wawancara dengan guru dan siswa mendukung temuan tersebut. Guru menyatakan bahwa metode pembelajaran ini membantu siswa lebih aktif, mudah memahami materi, dan menunjukkan peningkatan dalam keberanian tampil. Siswa pun merasa senang, tidak takut salah, dan lebih percaya diri. Temuan ini menguatkan pandangan bahwa pembelajaran sosial-emosional tidak hanya meningkatkan aspek afektif, tetapi juga kognitif dan psikomotorik secara bersamaan (Azzahra & Angeli, 2024). Penelitian sebelumnya juga telah membuktikan bahwa implementasi pendekatan sosial-emosional secara sistematis pada pembelajaran pendidikan jasmani dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa karena siswa diberikan ruang untuk mengekspresikan emosi, bekerja sama, dan merasa aman dalam lingkungan belajar

(Yuliawan et al., 2024). Dengan demikian, permainan Gerak Tebak tidak hanya efektif dalam konteks pembelajaran pencak silat, tetapi juga memiliki implikasi luas dalam pengembangan karakter siswa, khususnya keberanian, kerja sama, dan resiliensi.

Pendekatan ini juga konsisten dengan prinsip pendidikan jasmani yang mengutamakan keseimbangan antara perkembangan fisik dan sosial-emosional siswa. Pembelajaran pencak silat melalui metode inovatif seperti ini memungkinkan siswa untuk mengembangkan kepercayaan diri secara bertahap dalam lingkungan yang aman dan suportif. Penelitian lain mendukung bahwa penerapan metode berbasis permainan dalam pendidikan jasmani dapat membentuk rasa percaya diri dan motivasi siswa dalam jangka panjang (Susani et al., 2023). Integrasi antara media permainan dan pembelajaran sosial-emosional dapat dijadikan strategi pedagogis yang relevan dalam penguatan pendidikan karakter di sekolah dasar..

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan pembelajaran sosial-emosional melalui media permainan berbasis game "Gerak Tebak" terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran pencak silat di SDN Kampungdalem 4. Melalui pendekatan ini, siswa menunjukkan peningkatan signifikan dalam keberanian, keterlibatan aktif, serta kenyamanan saat menampilkan gerakan pencak silat di hadapan teman-temannya. Hasil angket dan observasi menunjukkan peningkatan skor pada seluruh indikator kepercayaan diri, dengan rata-rata gain lebih dari 1,0 poin. Selain itu, terjadi peningkatan interaksi sosial antarsiswa, di mana mereka lebih saling mendukung dan berani tampil di depan umum. Metode pembelajaran yang menyenangkan dan interaktif ini juga memudahkan siswa memahami materi pencak silat secara lebih baik. Dengan demikian, pembelajaran sosial-emosional berbasis permainan "Gerak Tebak" dapat dijadikan strategi inovatif dalam pendidikan jasmani untuk menciptakan lingkungan belajar yang positif, interaktif, dan membangun karakter siswa secara menyeluruh.

REFERENSI

- Agus, R. M., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis tingkat kepercayaan diri saat bertanding atlet pencak silat Perguruan Satria Sejati. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 19(2), 164.
- Arikunto, S. (2016). *Metodologi penelitian*. Yogyakarta: Bina Askara.

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azzahra, L. L., & Angeli, R. A. (2024). Implikasi perkembangan afektif, kognitif, dan psikomotorik serta moral dan spiritual peserta didik dalam pembelajaran pada sekolah dasar. *Mesada: Journal of Innovative Research*, 1(2), 202–210.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman and Company.
- Bekti, R. A., & Junaidi, S. (2023). Pendidikan jasmani di sekolah dasar dalam dimensi analisis kurikulum secara praksis. *Nusantara Sporta: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Keolahragaan*, 1(4), 197–205.
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). (2020). What is SEL? <https://casel.org>
- Dunn, R., & Dunn, K. (1993). *Teaching students through their individual learning styles: A practical approach*. Prentice Hall.
- Fathoni, A. F. (2018). The role of blended learning on cognitive step in education of sport teaching by adjusting the learning style of the students. In *Proceedings of the 1st International Seminar on Public Health Education (ISPHE 2018)* (pp. 208–213). <https://doi.org/10.2991/isphe18.2018.49>
- Fauziyah, N. (2024). Strategi pembelajaran efektif dalam meningkatkan keaktifan siswa di SD Bahreisy Surabaya. *Golden Age and Inclusive Education*, 1(2).
- Iswanto, T., & Wahyudi, A. R. (2018). Tingkat pemahaman atlet terhadap peraturan pertandingan pencak silat kategori tanding hasil Munas IPSI tahun 2012: Studi pada atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(2), 1–8. <https://doi.org/10.33258/birci.v4i4.2698>
- Juriah, & Takhi, K. (2017). Peran pelatihan mental dalam meningkatkan kepercayaan diri atlet renang sekolah ragunan. *Journal of Sport Science and Education (Jossae)*, 2(1). <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jossae/article/view/846>
- Miranda, N. T., Putri, D. A., Al, R., Anggreani, S. D. N., Utomo, Y., & Rochmat, N. (2024). Pembelajaran IPA yang efektif melalui pendidikan sosial dan emosional (PSE). *Journal of Innovation and Teacher Professionalism*, 2(1), 101–109.
- Ningtyas, W. S. R. (2024). Keaktifan siswa melalui pembelajaran permainan edukatif di SD Dumas Surabaya. *Walada: Journal of Primary Education*, 3(2).
- Nurdiana, R. (2023). Penggunaan metode pembelajaran berbasis permainan terhadap keterampilan motorik kasar anak usia dini. *Thufuli: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(2), 53–58. <https://doi.org/10.62070/thufuli.v1i2.25>
- Piaget, J. (1970). *The science of education and the psychology of the child*. Orion Press.
- Prahastiwi, S. (2017). Tingkat pemahaman siswa kelas VIII terhadap materi bela diri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul [Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta].
- Pratama, M. I. (2019). Pengaruh kepercayaan diri terhadap peak performance pada atlet futsal usia remaja [Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta].
-

- Purwanto, J., & Yuliawan, D. (2025). Integrasi nilai karakter dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar: Sebuah kajian literatur. *Nusantara Sporta: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Keolahragaan*, 3(2), 258–269. https://doi.org/10.2024/ns.v3i02.2025_P258-269
- Rahmawati, D. (2021). Pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini [Skripsi, Universitas Nusantara PGRI Kediri]. <https://simki.unpkediri.ac.id>
- Sampurna, J., Istiono, W., & Suryadibrata, A. (2021). Virtual reality game for introducing pencak silat. *International Journal of Interactive Mobile Technologies (iJIM)*, 15(1), 199–207. <https://doi.org/10.3991/ijim.v15i01.17679>
- Sin, T. H. (2017). Tingkat percaya diri atlet sepak bola dalam menghadapi pertandingan. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(2), 163–174. <https://doi.org/10.26638/jfk.414.2099>
- Sinulingga, A., Sagala, R. S., & Harahap, A. A. (2021). Training model of pencak silat learning based on android module design. *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal): Humanities and Social Sciences*, 4(4), 7792–7798.
- Susani, D., Ma'mun, A., & Carsiwan, C. (2023). Meningkatkan rasa percaya diri siswa melalui aktivitas pendidikan jasmani (systematic literature review). *JOKER (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 4(3), 463–478.
- Syastra, T. (2015). Pemanfaatan media pembelajaran berbasis teknologi informasi bagi siswa kelas X SMA Ananda Batam. *CBIS Journal*, 3.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Wahyudi, A. (2022). Implementasi model pembelajaran kooperatif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa pada mata pelajaran PJOK [Skripsi, Universitas Nusantara PGRI Kediri]. <https://simki.unpkediri.ac.id>
- Yuliawan, D. (2016). Pembentukan karakter anak dengan jiwa sportif melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. *Sportif: Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*, 2(1), 101–112.
- Yuliawan, D., Suherman, W. S., & Nopembri, S. (2024). Structural analysis of physical activity, self-efficacy on academic achievement, and critical thinking skills of elementary school children. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 60, 1076–1083. <https://doi.org/10.47197/retos.v60.106989>