

Pengembangan Model Latihan Permainan Goboy pada Siswa Sekolah Dasar

Development of a Goboy Game Training Model for Elementary School Students

Deby Dwi Pradika¹, Abdian Asgi Sukmana², Rizki Burstiando³, Wasis Himawanto⁴

¹debydwipradikanew@gmail.com, Penjas, FIKS, Universitas Nusantara PGRI Kota Kediri, Indonesia.

²abdianasgi@unpkediri.ac.id, Penjas, FIKS, Universitas Nusantara PGRI Kota Kediri, Indonesia.

³rizkiburst@unpkediri.ac.id, Penjas, FIKS, Universitas Nusantara PGRI Kota Kediri, Indonesia

⁴himasis_23@unpkediri.ac.id, MKO, Pascasarjana, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

Abstrak

Permainan tradisional berperan penting dalam pengembangan kemampuan motorik dan karakter siswa sekolah dasar. Salah satu permainan tradisional di Kota Kediri adalah Goboy, hasil pengembangan dari gobak sodor dan boy-boyan. Penelitian ini bertujuan mengembangkan model latihan permainan Goboy yang sistematis, efektif, dan sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Metode yang digunakan adalah Research and Development (R&D) Borg and Gall yang disederhanakan menjadi tujuh tahap, meliputi pengumpulan informasi awal, perencanaan, pengembangan model latihan, validasi ahli, uji coba perorangan, uji coba kelompok kecil, dan uji coba kelompok besar. Subjek penelitian adalah siswa kelas V SDN Dandangan 2 Kota Kediri. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan angket validasi ahli, sedangkan analisis data menggunakan deskriptif persentase. Hasil penelitian menunjukkan model latihan permainan Goboy memperoleh tingkat kelayakan sebesar 90% dengan kategori sangat layak. Model ini mampu meningkatkan pemahaman teknik dasar, koordinasi, konsentrasi, kerja sama, dan keterampilan siswa, sehingga layak digunakan sebagai alternatif pembelajaran PJOK sekaligus mendukung pelestarian permainan tradisional.

Kata kunci: Model latihan; permainan Goboy; siswa sekolah dasar; olahraga tradisional.

Abstract

Traditional games play an important role in developing motor skills and character in elementary school students. One traditional game that has developed in Kediri City is Goboy, which is an adaptation of gobak sodor and boy-boyan. This study aims to develop a systematic, effective Goboy game training model that is suitable for the characteristics of elementary school students. The research employed a Research and Development (R&D) method based on Borg and Gall, simplified into seven stages: preliminary information gathering, planning, development of the training model, expert validation, individual trials, small-group trials, and large-group trials. The research subjects were fifth-grade students of SDN Dandangan 2 Kediri City. Data were collected through observation and expert validation questionnaires, while data analysis used descriptive percentage analysis. The results showed that the Goboy game training model achieved a feasibility level of 90%, categorized as very feasible. The developed model improved students' understanding of basic techniques, coordination, concentration, cooperation, and overall skills. Therefore, the Goboy game training model is suitable as an alternative learning model in physical education and supports the preservation of traditional games.

Keywords: Training model; Goboy game; elementary school students; traditional sports.

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan anak sekolah dasar merupakan proses yang mencakup aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang berlangsung secara berkelanjutan serta dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti lingkungan, interaksi sosial, dan pengalaman belajar anak (Banggai et al., n.d.). Salah satu upaya penting dalam mendukung proses tumbuh kembang tersebut adalah melalui pendidikan jasmani yang dirancang secara sistematis dan sesuai dengan karakteristik peserta didik. Pendidikan jasmani berperan dalam meningkatkan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, serta pembentukan sikap dan nilai sosial yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari (Arifin, 2017).

Pada jenjang sekolah dasar, pembelajaran pendidikan jasmani perlu dikemas dalam bentuk aktivitas yang menarik dan menyenangkan agar siswa dapat berpartisipasi secara aktif. Anak usia sekolah dasar cenderung belajar melalui aktivitas bermain, sehingga pendekatan pembelajaran berbasis permainan menjadi salah satu strategi yang efektif. Melalui aktivitas bermain, siswa tidak hanya bergerak secara aktif, tetapi juga belajar mengembangkan koordinasi, kerja sama, serta kemampuan sosial yang mendukung perkembangan motorik dan kepribadian anak (Zellawati, n.d.).

Permainan tradisional merupakan salah satu bentuk aktivitas bermain yang memiliki nilai edukatif dan budaya yang tinggi. Selain memberikan manfaat bagi perkembangan fisik dan sosial anak, permainan tradisional juga berperan dalam menanamkan nilai-nilai kearifan lokal serta melestarikan budaya bangsa. Integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar dapat menjadi alternatif pembelajaran yang bermakna dan relevan dengan konteks budaya lokal (Wulandari & Hurustyanti, 2016).

Seiring perkembangan zaman, sejumlah permainan tradisional bertransformasi menjadi olahraga yang lebih terstruktur dan kompetitif, salah satunya adalah Goboy yang berkembang di Kota Kediri. Permainan ini merupakan hasil inovasi dari gobak sodor dan boy-boyan dengan karakteristik gerak yang variatif, melibatkan lari, lempar tangkap, koordinasi, serta kerja sama tim sehingga berpotensi menjadi materi pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar (Sukmana & Rafi, 2024). Selain bernilai rekreatif, Goboy juga telah diperlombakan dalam Festival Olahraga Tradisional di Kediri, yang menegaskan peluang pengembangannya sebagai olahraga tradisional. Namun, penerapannya di sekolah masih menghadapi kendala karena belum tersedia model latihan

yang sistematis dan sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa sekolah dasar.

Keterbatasan model latihan permainan Goboy menyebabkan proses pembelajaran dan pembinaan belum berjalan secara optimal. Banyak sekolah yang mendorong siswa untuk berpartisipasi dalam perlombaan Goboy, tetapi belum memiliki pedoman latihan dasar yang jelas. Akibatnya, siswa belum menguasai teknik dasar permainan secara maksimal, sehingga berdampak pada pencapaian hasil latihan dan prestasi dalam perlombaan. Kondisi ini menunjukkan perlunya pengembangan model latihan permainan Goboy yang terstruktur dan mudah diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan permainan Goboy pada siswa sekolah dasar. Model latihan yang dikembangkan diharapkan dapat meningkatkan penguasaan keterampilan dasar permainan Goboy, membantu guru dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih efektif, serta mendukung pelestarian olahraga tradisional sebagai bagian dari budaya lokal.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Research and Development (R&D) untuk menghasilkan produk pembelajaran berupa model latihan permainan Goboy sekaligus menguji kelayakan dan keefektifannya sebelum diterapkan secara luas. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan proses pengembangan, validasi, serta penyempurnaan produk dilakukan secara sistematis sehingga dapat langsung diaplikasikan dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar, khususnya untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai karakter siswa (Sugiyono, 2019). Model pengembangan mengacu pada Borg dan Gall yang menekankan tahapan berkelanjutan mulai dari pengumpulan informasi awal hingga uji coba pada sasaran yang lebih luas agar produk memiliki validitas dan kepraktisan tinggi (Borg & Gall, 2003). Subjek penelitian adalah siswa kelas V SDN Dandangan 2 Kota Kediri yang dinilai telah memiliki kemampuan motorik dasar sehingga sesuai untuk penerapan model (Sukmana, 2014). Selain itu, dosen penjas, ahli materi, pakar permainan, guru PJOK, dan ahli olahraga tradisional dilibatkan sebagai validator untuk menilai kesesuaian materi, kejelasan instruksi, keamanan, dan relevansi kurikulum. Prosedur pengembangan meliputi studi pendahuluan, perencanaan, pembuatan produk awal, validasi ahli, revisi, serta uji coba perorangan, kelompok kecil, dan kelompok besar. Data dikumpulkan melalui angket validasi dan dianalisis secara

deskriptif menggunakan persentase guna menentukan kategori kelayakan produk sebagai dasar penetapan apakah model latihan dapat diterapkan atau masih memerlukan perbaikan (Arikunto, 2013; Sugiyono, 2019).

HASIL

Penelitian ini menghasilkan produk berupa model latihan permainan Goboy bagi siswa sekolah dasar yang dikembangkan secara sistematis melalui pendekatan Research and Development dengan mengacu pada model Borg dan Gall, sehingga produk tidak hanya bersifat konseptual tetapi juga teruji kelayakan serta efektivitasnya (Sugiyono, 2019). Pengembangan diawali dengan observasi dan wawancara guru PJOK yang menunjukkan bahwa pembelajaran Goboy masih berlangsung sederhana tanpa tahapan teknik dasar yang jelas, sementara banyak siswa belum menguasai keterampilan seperti melempar, menangkap, mengumpan, menembak, menjaga wilayah, dan mempertahankan konsentrasi. Berdasarkan kebutuhan tersebut, dirancanglah model latihan berbasis bermain yang sederhana, bertahap, aman, dan progresif, disesuaikan dengan perkembangan motorik siswa serta kondisi sarana sekolah agar mudah diterapkan guru. Produk awal kemudian divalidasi oleh dosen penjas, ahli materi, pakar permainan, dan guru PJOK untuk menilai kesesuaian isi, kejelasan instruksi, keamanan, serta relevansinya dengan karakteristik peserta didik, sehingga masukan yang diperoleh dapat digunakan untuk menyempurnakan model sebelum memasuki tahap uji coba lapangan.

Hasil validasi dari para ahli menunjukkan bahwa secara umum model latihan permainan Goboy dinilai layak untuk digunakan dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Para validator memberikan penilaian positif terhadap struktur model latihan Goboy yang disusun secara bertahap dan sistematis. Namun demikian, beberapa saran perbaikan juga diberikan, seperti penyederhanaan instruksi latihan, penyesuaian durasi latihan dengan waktu pembelajaran PJOK, serta penambahan variasi latihan agar siswa tidak mudah merasa bosan. Seluruh saran dan masukan dari validator kemudian dijadikan dasar untuk melakukan revisi produk sebelum dilanjutkan ke tahap uji coba.

Hasil validasi ahli secara disajikan pada Tabel 1, yang memuat penilaian terhadap aspek kelayakan, kejelasan, keamanan, dan kebermanfaatan model latihan permainan Goboy. Tabel tersebut menjadi dasar penentuan tingkat kelayakan produk serta acuan dalam pengambilan keputusan bahwa model latihan permainan Goboy dapat dilanjutkan ke tahap uji coba pada siswa sekolah dasar. Dengan demikian, tahapan pengembangan dan validasi yang dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa model latihan

permainan Goboy telah melalui proses pengujian yang sistematis dan terarah. Proses ini diharapkan dapat menghasilkan produk pembelajaran yang tidak hanya layak secara teoritis, tetapi juga praktis dan efektif untuk diterapkan dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar.

Tabel 1. Tabel Penilaian Validator

No	Validator	Skor Perolehan	Skor Maksimal	Persentase	Kategori
1.	Dosen PENJASKESREK UN PGRI Kediri	36	100	90%	Sangat Baik
2.	Ahli Materi	37	100	92,5%	Sangat Baik
3.	Ahli pakar Permainan Tradisional dan guru PJOK SDN Dandangan 2 Kota Kediri	33	100	82,5%	Sangat Baik
4.	Ahli Olahraga Tradisional	38	100	95%	Sangat Baik
Rata-rata				90%	Sangat Baik

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa seluruh aspek penilaian yang diberikan oleh para validator memperoleh nilai pada kategori baik hingga sangat baik. Aspek penilaian tersebut meliputi kelayakan isi, kelayakan penyajian, serta kelayakan penggunaan model latihan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah dasar. Hasil penilaian ini menunjukkan bahwa model latihan permainan Goboy yang dikembangkan telah memenuhi standar kualitas yang dipersyaratkan sebagai produk pembelajaran. Model latihan dinilai telah sesuai dengan tujuan pembelajaran PJOK, karakteristik peserta didik sekolah dasar, serta prinsip keselamatan dan keterlaksanaan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Temuan ini sejalan dengan pendapat Borg dan Gall (2003) bahwa validasi ahli merupakan tahap penting dalam penelitian dan pengembangan untuk menjamin kualitas, keakuratan, dan kesesuaian produk sebelum diterapkan kepada peserta didik. Setelah dinyatakan layak, model latihan permainan Goboy diuji melalui uji coba perorangan, kelompok kecil, dan kelompok besar untuk mengetahui keterpahaman instruksi, kemudahan pelaksanaan, serta keterlibatan siswa, sekaligus melihat kesesuaiannya dengan kondisi nyata pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Uji coba perorangan memberikan gambaran awal mengenai kejelasan instruksi, urutan latihan, dan kemampuan siswa mengikuti tahapan sehingga menjadi dasar perbaikan awal. Selanjutnya, uji coba kelompok kecil memungkinkan pengamatan dinamika beregu, termasuk kerja sama tim, koordinasi gerak, konsentrasi, efektivitas waktu, pembagian

peran, dan kelancaran penerapan model dalam situasi yang lebih kompleks..

Tahap terakhir adalah uji coba kelompok besar, yang dilakukan untuk mengetahui kelayakan dan keterlaksanaan model latihan permainan Goboy dalam kondisi pembelajaran yang mendekati situasi sebenarnya di kelas PJOK. Pada tahap ini, model latihan diterapkan kepada seluruh siswa dalam satu kelas, sehingga memberikan gambaran menyeluruh mengenai efektivitas model latihan, respon siswa secara umum, serta potensi kendala yang mungkin muncul dalam penerapannya. Hasil dari uji coba kelompok besar menjadi dasar utama dalam menentukan bahwa model latihan permainan Goboy layak digunakan sebagai alternatif pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Tahap uji coba model latihan goboy disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Tahap Uji Coba Model Latihan Permainan Goboy

Tahap Uji Coba	Jumlah Subjek
Uji coba perorangan	4 siswa
Uji coba kelompok kecil	6 siswa
Uji coba kelompok besar	27 siswa

Hasil uji coba menunjukkan keterlibatan aktif serta peningkatan pemahaman siswa terhadap permainan Goboy selama penerapan model latihan. Pada uji coba perorangan, siswa mampu mengikuti instruksi dan melakukan keterampilan dasar seperti melempar, menangkap, mengumpan, menembak sasaran, serta menjaga area permainan dengan benar, disertai berkembangnya konsentrasi dalam setiap tahapan latihan. Pada uji coba kelompok kecil dan besar, koordinasi gerak siswa semakin baik, terlihat dari kemampuan melakukan rangkaian gerakan secara berkesinambungan, menembak dengan lebih tepat, menjalankan peran, dan bekerja sama dalam tim. Perkembangan ini menunjukkan peningkatan koordinasi motorik melalui latihan yang terstruktur dan berulang (Gallahue & Ozmun, 2012), pemahaman terhadap situasi permainan yang dinamis (Burstiando, 2020), peningkatan akurasi melalui koordinasi mata–tangan serta kontrol kekuatan dan arah gerak (Schmidt & Lee, 2011), serta tumbuhnya kerja sama dan pembagian tugas antarpemain (Arifin, 2017).

Peningkatan konsentrasi siswa terlihat dari kemampuan mereka dalam memperhatikan instruksi, mematuhi aturan permainan, serta mengambil keputusan selama permainan berlangsung. Konsentrasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani sangat berpengaruh terhadap keberhasilan siswa dalam melakukan keterampilan gerak dan memahami strategi permainan. Pembelajaran berbasis permainan yang menyenangkan dan menantang terbukti dapat meningkatkan fokus dan keterlibatan siswa

secara aktif (Wulandari & Hurustyanti, 2016).

Tabel 3. Kriteria Penilaian Kelayakan Model Latihan

No	Kriteria Pencapaian	Kategori
1.	1-25%	Kurang Baik
2.	26-50%	Cukup Baik
3.	51-75%	Baik
4.	76-100%	Sangat Baik

Berdasarkan kriteria tersebut, model latihan permainan Goboy berada pada kategori layak hingga sangat layak dan dapat digunakan sebagai panduan latihan dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar.

Gambar 1. Diagram Alur Penelitian Pengembangan Model Latihan Permainan Goboy



Gambar 1 menunjukkan diagram alur penelitian pengembangan model latihan permainan Goboy yang dilakukan menggunakan pendekatan *Research and Development* (R&D) dengan mengacu pada model Borg & Gall. Diagram alur tersebut menggambarkan tahapan penelitian yang dilaksanakan secara sistematis dan berurutan, mulai dari tahap awal hingga tahap akhir pengembangan produk.

Penelitian pengembangan model latihan permainan Goboy diawali dengan pengumpulan informasi melalui observasi dan wawancara guru PJOK untuk mengidentifikasi kondisi sarana, prasarana, serta penerapan permainan di sekolah dasar sebagai dasar perancangan produk. Tahap berikutnya meliputi perencanaan, penyusunan desain awal, pengembangan produk, validasi ahli, dan revisi sebelum dilanjutkan ke uji coba perorangan, kelompok kecil, dan kelompok besar guna melihat keterpahaman instruksi, kemudahan pelaksanaan, serta keterlibatan siswa. Hasil validasi dan uji coba menunjukkan tingkat kelayakan yang sangat baik serta efektivitas model dalam meningkatkan keterampilan motorik, koordinasi, dan kerja sama tim melalui latihan yang bertahap dari sederhana ke kompleks. Penyempurnaan produk pada setiap tahap

memperkuat bahwa pendekatan penelitian dan pengembangan memungkinkan model menjadi lebih aplikatif di lapangan (Suhartanto & Sucipto, 2016). Selain meningkatkan motivasi dan nilai sosial, model ini juga menjawab kebutuhan guru akan panduan latihan yang sistematis sehingga pembelajaran permainan tradisional dapat berlangsung lebih terarah dan sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa (Kholis et al., 2018; Nadhif et al., 2019; Sukmana, 2014).

PEMBAHASAN

Model latihan permainan Goboy yang dikembangkan dalam penelitian ini secara khusus menitikberatkan pada keterampilan melempar sebagai komponen utama permainan. Keterampilan melempar merupakan salah satu keterampilan motorik dasar yang sangat penting untuk dikembangkan pada anak usia sekolah dasar karena berkaitan erat dengan koordinasi, keseimbangan, dan kontrol gerak. Latihan melempar dalam model latihan ini disusun secara progresif, dimulai dari jarak yang dekat menuju jarak yang lebih jauh, sehingga siswa dapat menyesuaikan kemampuan geraknya secara bertahap. Selain itu, penggunaan variasi target yang berbeda dalam latihan melempar membantu siswa meningkatkan koordinasi mata dan tangan serta ketepatan arah lemparan dalam konteks permainan Goboy (Burstiando, 2020).

Selain keterampilan melempar, model latihan permainan Goboy juga mengintegrasikan latihan menembak sasaran, yaitu aktivitas menjatuhkan lempeng menggunakan bola sesuai dengan aturan permainan. Latihan menembak sasaran dalam model ini dirancang untuk melatih akurasi gerak, konsentrasi, serta kemampuan mengontrol kekuatan lemparan. Pemberian latihan secara bertahap dan terukur memungkinkan siswa memahami teknik menembak sasaran dengan lebih baik, sekaligus meminimalkan risiko kesalahan gerak. Dengan demikian, latihan menembak sasaran tidak hanya berfungsi sebagai bagian dari permainan, tetapi juga sebagai sarana pengembangan keterampilan motorik yang spesifik dan terarah (Sukmana, 2014).

Kombinasi latihan melempar dan menembak dalam model latihan permainan Goboy memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan motorik spesifik siswa. Latihan yang dilakukan secara berulang, konsisten, dan terstruktur membantu siswa mengembangkan kemampuan mengatur arah, kecepatan, serta kekuatan lemparan sesuai dengan situasi permainan. Proses latihan yang sistematis ini memungkinkan siswa memperoleh pengalaman belajar yang optimal melalui

pengulangan gerak, sehingga terjadi peningkatan kualitas keterampilan motorik secara bertahap dan berkelanjutan (Burstiando, 2020).

Pendekatan bermain dalam model latihan permainan Goboy membuat proses belajar melempar dan menembak menjadi lebih menyenangkan serta mengurangi rasa jenuh pada siswa. Suasana yang santai dan minim tekanan mendorong mereka lebih berani mencoba, bereksplorasi, serta mengembangkan kemampuan gerak, sehingga motivasi dan partisipasi aktif selama pembelajaran PJOK meningkat (Sukmana, 2014). Selain itu, penekanan pada pengalaman langsung melalui aktivitas fisik memberi kesempatan kepada siswa untuk memperoleh pembelajaran yang bermakna dan kontekstual; melalui praktik nyata, mereka lebih mudah memahami konsep dan teknik permainan dibandingkan jika hanya menerima penjelasan teoritis. Hal ini sesuai dengan karakteristik PJOK di sekolah dasar yang menempatkan aktivitas gerak sebagai inti proses pembelajaran (Arifin, 2017).

Selain meningkatkan keterampilan motorik, penerapan model latihan permainan Goboy turut memberikan dampak positif terhadap perkembangan sosial siswa. Latihan beregu mendorong mereka untuk bekerja sama, saling membantu, dan berkomunikasi secara efektif demi mencapai tujuan permainan, sehingga interaksi yang terjadi menumbuhkan empati, toleransi, serta kemampuan bekerja dalam tim sebagai keterampilan sosial penting pada usia sekolah dasar (Burstiando, 2020). Di samping itu, nilai karakter seperti sportivitas, disiplin, dan tanggung jawab berkembang melalui kepatuhan terhadap aturan serta penghargaan terhadap peran masing-masing. Permainan tradisional yang dikemas secara terstruktur dengan demikian memiliki posisi strategis dalam membentuk perilaku sosial positif, sehingga pembelajaran PJOK tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga pada pembinaan karakter siswa (Wulandari & Hurustyanti, 2016).

Dari perspektif budaya, model latihan permainan Goboy berfungsi sebagai sarana pelestarian permainan tradisional dengan mengintegrasikannya ke dalam pembelajaran formal di sekolah dasar sehingga tetap relevan di tengah dominasi permainan modern dan digital (Kristiana et al., 2023). Pengemasan dalam bentuk latihan yang terstruktur, menarik, dan selaras dengan kurikulum menjadikan Goboy berpotensi sebagai alternatif pembelajaran PJOK berbasis kearifan lokal sekaligus referensi bagi guru untuk menghadirkan pembelajaran yang kreatif dan inovatif (Sukmana & Rafi, 2024). Secara keseluruhan, model yang dikembangkan tidak hanya layak digunakan, tetapi juga efektif

meningkatkan keterampilan motorik seperti melempar dan menembak, memperkuat aspek sosial serta karakter siswa, dan mendukung keberlanjutan budaya lokal, sehingga direkomendasikan sebagai pendekatan pembelajaran yang holistik, kontekstual, dan berkelanjutan (Asgi, 2014).

Implikasi praktis dari penelitian ini adalah tersedianya model latihan permainan goboy yang dapat digunakan sebagai alternatif pembelajaran pendidikan jasmani berbasis permainan tradisional. Model ini berpotensi mendukung pelestarian olahraga tradisional sekaligus meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Secara teoretis, penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan model latihan berbasis budaya lokal yang relevan dengan karakteristik peserta didik. Penelitian ini memiliki keterbatasan, antara lain cakupan subjek penelitian yang masih terbatas pada satu sekolah serta belum dilakukannya pengujian efektivitas model secara eksperimen. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji efektivitas model latihan permainan goboy menggunakan desain eksperimen dengan subjek yang lebih luas serta mengkaji dampaknya terhadap variabel lain, seperti peningkatan kebugaran jasmani dan hasil belajar pendidikan jasmani.

KESIMPULAN

Model latihan permainan Goboy yang dikembangkan melalui pendekatan Research and Development Borg dan Gall dinyatakan sangat layak dan efektif digunakan dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Model ini dirancang secara sistematis dan bertahap sehingga membantu siswa memahami serta menguasai teknik dasar, terutama melempar, menangkap, mengumpan, dan menembak sasaran, sekaligus meningkatkan kemampuan menjaga wilayah permainan dan konsentrasi selama aktivitas berlangsung. Pendekatan latihan berbasis permainan juga memberi dampak positif pada aspek afektif dan sosial, seperti kerja sama, sportivitas, komunikasi, serta kepatuhan terhadap aturan. Dengan demikian, model latihan permainan Goboy dapat menjadi alternatif pembelajaran yang inovatif, menyenangkan, dan bermakna, sekaligus mendukung pelestarian olahraga tradisional sejak usia dini..

REFERENSI

- Abdillah. (2021). Pengembangan model latihan sepaktila dalam permainan sepaktakraw. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(2), 45–53.
- Burstiando, R. (2020). Pengembangan model latihan permainan tradisional untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa sekolah dasar. Kediri: Universitas
-

Nusantara PGRI Kediri.

- Burstiando, R. (2021). Pengembangan permainan tradisional berbasis pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 5(2), 85–94.
- Burstiando, R., & Sukmana, A. A. (2022). Permainan tradisional sebagai media pengembangan keterampilan motorik dan karakter siswa sekolah dasar. *Jurnal Keolahragaan*, 10(1), 45–56.
- Borg, W. R., & Gall, M. D. (2016). *Educational research: An introduction* (10th ed.). Educational Researcher, 45(5), 271–279. <https://doi.org/10.3102/0013189X16659388>
- Kholis, M. N., Sucipto, S., & Saputra, R. A. (2018). Traditional games-based physical education learning model for elementary school students. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(3), 1850–1856. <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.03274>
- Nadhif, M. A., Sucipto, S., & Hidayat, T. (2019). The effectiveness of traditional games on students' motor skills development. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(4), 742–751. <https://doi.org/10.14198/jhse.2019.144.07>
- Sucipto, S. (2018). Development of learning models in physical education based on students' characteristics. *Journal of Physical Education, Health and Sport*, 5(2), 67–73. <https://doi.org/10.15294/jpehs.v5i2.14536>
- Sukmana, A. A. (2014). Karakteristik perkembangan motorik anak usia sekolah dasar dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 3(1), 1–10.
- Sukmana, A. A. (2019). Pengembangan olahraga tradisional sebagai alternatif pembelajaran PJOK di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 7(2), 60–69.
- Sukmana, A. A., & Burstiando, R. (2020). Model latihan berbasis permainan tradisional untuk meningkatkan koordinasi dan kerja sama siswa. *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), 101–110.
- Sukmana, A. A., & Rafi, M. (2024). Pengembangan permainan Goboy sebagai inovasi olahraga tradisional di Kota Kediri. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 14(1), 20–31.
- Widodo, A., & Lumintuarso, R. (2017). Traditional games as learning media to improve motor skills. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1), 45–51. <https://doi.org/10.15294/jpes.v6i1.17319>
- Pratama, R. R., & Suryanto, S. (2020). Development of physical education learning models for elementary school students. *Journal of Teaching in Physical Education*, 39(2), 232–240. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2019-0125>
- Setiawan, I., & Yudiana, Y. (2019). The role of traditional games in character education through physical education. *Cakrawala Pendidikan*, 38(3), 545–556. <https://doi.org/10.21831/cp.v38i3.25273>
- Hadi, S., & Andriyani, W. (2021). Physical education learning innovation based on local culture. *International Journal of Instruction*, 14(2), 327–342. <https://doi.org/10.29333/iji.2021.14219a>
-

- Putra, A. R., & Pramono, H. (2018). Game-based learning in elementary physical education. *Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 7(2), 98–104. <https://doi.org/10.15294/jpess.v7i2.23421>
- Nurhasan, N., & Winarno, M. E. (2017). Development of physical education learning models for elementary students. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(3), 221–227. <https://doi.org/10.15294/jpes.v6i3.20543>
- Arifin, Z., & Suroto, S. (2020). Improving teamwork through traditional games in physical education. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(1), 204–210. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.01027>
- Hidayat, T., & Suyanto, S. (2019). Motor skill development through traditional games for elementary school students. *International Journal of Physical Education*, 56(3), 189–196. <https://doi.org/10.1080/00971170.2019.1607764>
- Lestari, P., & Mashuri, H. (2022). Development of physical education learning models based on traditional sports. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 11(1), 12–20. <https://doi.org/10.15294/peshr.v11i1.5>