



## Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan Berbasis Nilai Karakter: Studi Literatur

Hamzah<sup>1</sup>, Novandi Firdaus Yusuf<sup>2</sup>

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga, Institut Pendidikan Global Nusantara, Indonesia

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga, Universitas Hamzanwadi, Indonesia

Korespondensi: hamzah3@gmail.com

### Riwayat Artikel

Naskah yang diserahkan:

10 April, 2025

Naskah direvisi:

18 Mei 2025

Diterima untuk publikasi:

28 Juni 2025

**Keywords:** Physical Education, Sport and Health (PJOK); Learning Models; Character Education

### Abstrak

This study aims to systematically examine various character-based learning models in Physical Education, Sport, and Health (PJOK) that have been developed in recent years and to evaluate their effectiveness and relevance in shaping students' character. The method used was a Systematic Literature Review (SLR) with a descriptive qualitative approach, involving the identification, evaluation, and analysis of five published scientific articles from nationally accredited journals (Sinta 1–6). The findings reveal that the five PJOK learning models reviewed namely Jigsaw and Teams Games Tournament, circuit games, the traditional game *Belengku*, the integrated character education model, and the PJOK AKTIF strategy were generally effective in instilling character values such as honesty, responsibility, cooperation, sportsmanship, and discipline in students. Each model was designed to integrate character formation through contextual and enjoyable physical activities that involve teamwork and local culture. The conclusion of this study is that PJOK learning holds great potential as a strategic medium for character building when designed systematically, creatively, and value-based. The success of implementation is largely determined by teachers' pedagogical competence, the availability of teaching resources, and relevant curriculum support. Therefore, it is recommended that the development of character-based PJOK learning models be continuously advanced by incorporating local wisdom and accompanied by teacher training to enhance integrative skills in designing holistic learning that encompasses physical, affective, and moral dimensions.

Hamzah, & Yusuf, N. F. (2025). Model Pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan Berbasis Nilai Karakter: Studi Literatur. *Jurnal Sinergi Olahraga dan Rekreasi*, 1(1), 1–5. <https://doi.org/10.71094/jsor.v1i1.15>

### Pendahuluan

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang memiliki posisi strategis dalam sistem pendidikan nasional (Siregar et al., 2025). Berdasarkan Fitrianto (2023) menerangkan bahwa dalam Pendidikan Jasmani Kesehatan dan olahraga ini tidak hanya berfokus pada pengembangan kemampuan fisik semata namun juga menjadi sarana yang efektif dalam membentuk karakter peserta didik secara menyeluruh. Melalui aktivitas fisik yang terukur dan sistematis pada pelaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan ini dapat menumbuhkan sikap disiplin (Azhari, 2020), sportivitas (Sembiring et al., 2025), tanggung jawab (Pradana, 2021), kerjasama (Gholi et al., 2021), dan rasa hormat terhadap sesama (Jadwiszczak et al., 2025). Disisi lain juga, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan ini sebagai sarana dalam membangun kesehatan mental (Aulia et al., 2025), memperkuat interaksi sosial (Andriansyah et al., 2025), serta menanamkan nilai-nilai moral dan etika yang luhur. Untuk itu, pendidikan jasmani tidak sekadar membina kebugaran jasmani saja namun juga turut berkontribusi dalam mencetak generasi yang sehat, tangguh, dan berkarakter mulia.

Namun dalam praktiknya di lapangan, pelaksanaan pembelajaran PJOK masih kerap berfokus pada aspek keterampilan motorik semata, tanpa secara eksplisit mengintegrasikan penguatan nilai-nilai karakter. Hal ini menyebabkan terjadinya kesenjangan antara tujuan ideal kurikulum nasional yang menekankan pada pembentukan profil pelajar Pancasila dengan implementasi riil di sekolah. Padahal pada dasarnya, pembelajaran PJOK seharusnya mampu menjadi sarana penanaman nilai-nilai kejujuran, disiplin, kerja sama, sportivitas, tanggung jawab, dan toleransi. Melalui aktivitas permainan, olahraga, dan kerja tim, guru PJOK memiliki peluang besar untuk menanamkan nilai-nilai karakter dalam konteks nyata yang mudah dipahami dan dialami langsung oleh siswa (Angga & Sari, 2025). Namun, belum banyak guru yang menggunakan model pembelajaran yang secara sistematis dirancang untuk tujuan tersebut. Hal tersebut disebabkan oleh



Hak Cipta © 2025, Penulis.

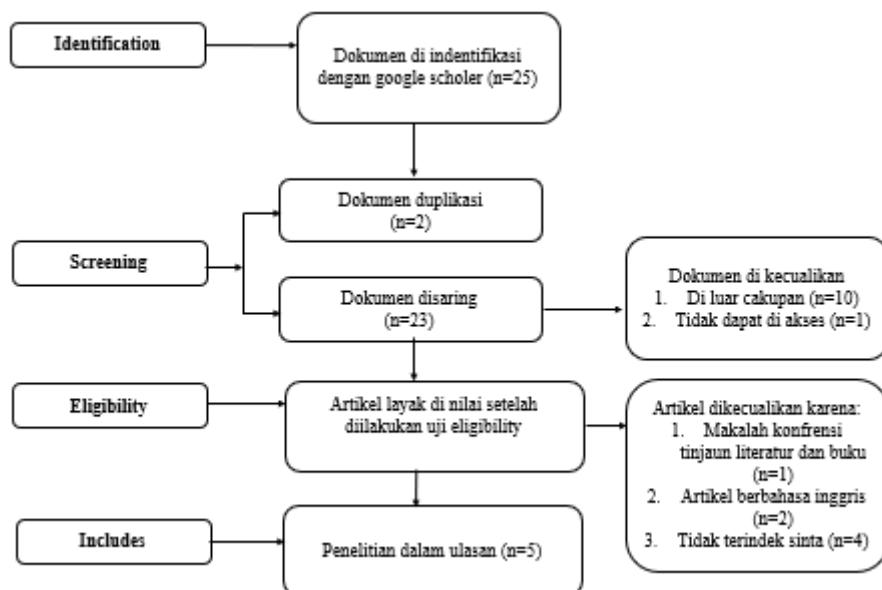
Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi CC-BY-SA.

keterbatasan perangkat ajar, kurangnya pelatihan guru, dan orientasi pembelajaran yang masih dominan pada aspek fisik menjadi kendala utama dalam integrasi karakter ke dalam pembelajaran PJOK.

Di sisi lain juga, berbagai literatur dan hasil penelitian sebelumnya telah mengembangkan dan menguji berbagai model pembelajaran berbasis karakter, baik di dalam maupun luar negeri. Model seperti *Character-Based Learning* (Dudley, 2025), *TPSR* (Erwansyah et al., 2025), dan *Cooperative Learning with Character Emphasis* (Dyson et al., 2020) ini telah terbukti efektif dalam menumbuhkan karakter peserta didik melalui aktivitas jasmani. Namun, sejauh ini belum banyak studi yang merangkum secara sistematis bagaimana model-model tersebut diadaptasi dalam konteks pendidikan Indonesia, khususnya dalam mata pelajaran PJOK. Untuk itu, diperlukan kajian literatur yang komprehensif dengan tujuan mengeksplorasi dan mengklasifikasikan model-model pembelajaran PJOK berbasis karakter, menilai efektivitasnya, serta menggali relevansinya terhadap kebutuhan pembelajaran abad ke-21. Maka dari itu, studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis baik bagi pengembang kurikulum, pendidik PJOK, maupun peneliti pendidikan dalam merancang pembelajaran yang tidak hanya meningkatkan kompetensi fisik, tetapi juga membentuk karakter siswa secara menyeluruh.

#### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan systematic literature review (SLR) dengan sumber data dari jurnal elektronik terindeks yang tersedia secara online yang memiliki kode ISSN. Penggunaan pendekatan SLR ini bertujuan untuk meninjau pustaka dalam beberapa tahapan yang terdiri dari perencanaan dan penentuan pertanyaan penelitian, melakukan tinjauan yang mencakup identifikasi sumber data, menilai kualitas dan penulisan hasilnya. Selanjutnya, metode ini dilakukan secara sistematis mengidentifikasi, mengevaluasi, dan menganalisis literatur yang relevan mengenai variabel model pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berbasis nilai karakter. Hasil penelitian terdahulu yang diperiksa, selanjutnya peneliti mengidentifikasi artikel penelitian yang dipilih. PRISMA merupakan sebuah panduan yang berbasis diagram alur dan bukti yang ditujukan untuk membantu penulis tinjauan membuat literatur sistematis. Dibawah ini terdapat *Flowchart PRISMA* yang akan menjadi panduan pada pelaksanaan penelitian ini.



Gambar 1. Prisma Flowchart  
Sumber: Handayani, (2017)

Penelitian ini merupakan jenis penelitian yang dilakukan dengan pendekatan pengumpulan informasi atau karya tulis ilmiah berupa review literatur kepustakaan. Tinjauan literatur secara sistematis merupakan meninjau berbagai artikel penelitian untuk menemukan jawaban atas pertanyaan. Prinsip utama yang digunakan dalam systematic literature review (SLR) dimulai dengan menyusun protokol penelitian SLR, yang kemudian dilanjutkan dengan melaksanakan proses Penelitian. Adapun tahapan tersebut meliputi identifikasi

pertanyaan penelitian, Mengembangkan protokol, pengembangan penelitian systematic review, Menetapkan lokasi database hasil penelitian sebagai wilayah pencarian, melakukan seleksi hasil-hasil penelitian yang relevan, memilih hasil penelitian yang berkualitas, melakukan ekstraksi data dari studi Individual, Melakukan ekstraksi data dari studi individual untuk mendapatkan temuan pentingnya (seperti: variabel, ukuran sampel, metode analisis, dan hasil statistic), dan Penyajian hasil.

#### Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan pencarian utama dalam studi ini, ditemukan 11.900 artikel yang sesuai dengan kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel. Setelah itu dilakukan pemilihan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi sehingga menemukan 5 artikel relevan untuk analisis lebih lanjut. Untuk lebih jelasnya, Adapun kelima artikel tersebut sebagai berikut ini.

Tabel 1.  
Hasil Artikel Review

N o	Judul Dan Penulis	Tujuan	Metode	Kebaruan	Hasil	Kesimpulan
1	Pengaruh Model Pembelajaran Jigsaw dan Teams Games Tournament Terhadap Karakter Kepedulian Sosial dan Kejujuran dalam Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. (Wardana et al., 2020)	Meneliti perbedaan karakter kepedulian sosial dan kejujuran siswa berdasarkan gender setelah penerapan model pembelajaran Jigsaw dan Teams Games Tournament Jasmani (TGT) dalam Olahraga PJOK."	Metode eksperimen	Kebaruan penelitian ini adalah membandingkan pengaruh model Jigsaw dan TGT terhadap karakter kepedulian sosial dan kejujuran siswa dalam PJOK berdasarkan gender.	Hasil penelitian ini menunjukkan TGT lebih efektif dari Jigsaw dalam membentuk kejujuran, sementara tidak ada perbedaan signifikan untuk kepedulian sosial maupun berdasarkan gender.	Kesimpulannya, Jigsaw dan TGT efektif membentuk kepedulian sosial tanpa perbedaan gender, dan layak diterapkan dalam PJOK.
2	Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Permainan Sirkuit untuk Pembentukan Karakter siswa Sekolah Kelas Atas. (Susilawati & Atmaja, 2023).	Penelitian ini bertujuan mengembangkan model pembelajaran PJOK berbasis permainan sirkuit untuk membentuk karakter kerja sama, tanggung jawab, dan kejujuran siswa SD kelas atas	penelitian dan pengembangan	Kebaruan penelitian ini adalah pengembangan model permainan sirkuit PJOK yang mengintegrasikan nilai karakter dan keterampilan fisik secara simultan melalui empat jenis permainan.	Hasil penelitian ini menunjukkan model permainan sirkuit PJOK efektif membentuk karakter siswa dan dinilai sangat layak oleh ahli dan guru PJOK.	Model permainan sirkuit PJOK efektif membentuk karakter siswa SD dan layak dijadikan alternatif pembelajaran berbasis karakter yang aplikatif dan menyenangkan
3	Pembelajaran Penjas Berbasis Permainan	Penelitian ini bertujuan mengembangkan model PJOK	Penelitian dan pengembangan	Kebaruan penelitian ini terletak pada pengembangan	Hasil penelitian menunjukkan model	Model pembelajaran pendidikan jasmani

	Tradisional Belengku untuk Membentuk Karakter Kerjasama, Tanggung Jawab dan Kejujuran Siswa Sekolah Dasar. (Ardiansyah et al., 2022)	berbasis permainan Belengku untuk menanamkan karakter kerja sama, tanggung jawab, dan kejujuran pada siswa SD kelas bawah	model berbasis permainan tradisional Belengku untuk menanamkan karakter siswa dan melestarikan nilai budaya lokal.	PJOK	Belengku layak dan efektif, dengan peningkatan signifikan karakter siswa berdasarkan uji statistik dan validasi ahli.	berbasis permainan tradisional Belengku sangat layak diterapkan dalam konteks pembelajaran karakter di sekolah dasar kelas bawah ahli.
4	Model Pendidikan Karakter Terintegrasi Mata Pelajaran PJOK di SMA (Kamaruddin et al., 2024)	Penelitian ini bertujuan mengembangkan model pendidikan karakter terintegrasi di SMA untuk membentuk siswa yang unggul secara fisik, akademik, dan moral	Pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus	Kebaruan penelitian ini adalah pengembangan model karakter terintegrasi dalam PJOK secara holistik melalui proyek, refleksi, dan pendekatan multidisiplin.	Hasil penelitian menunjukkan model karakter terintegrasi meningkatkan keterlibatan dan nilai siswa, meski ada tantangan seperti keterbatasan sumber daya dan perlu pelatihan guru.	Kesimpulannya, model karakter terintegrasi dalam PJOK efektif membentuk karakter siswa secara menyeluruh dan layak dikembangkan lebih lanjut dengan dukungan guru dan Masyarakat.
5	Penerapan Strategi Pembelajaran PJOK AKTIF (Asyik, Karakter, Terukur, Inovatif dan Fit) di Pembelajaran PJOK pada Fase B Tingkat Sekolah Dasar. (Muhyi et al., 2023)	Penelitian ini mengkaji efektivitas strategi PJOK AKTIF dalam meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK Fase B sesuai Kurikulum Merdeka	Metode diskriptif kuantitatif	Kebaruan penelitian ini ada pada strategi PJOK AKTIF yang menyatukan unsur menyenangkan, karakter, inovasi, dan kebugaran, sesuai tantangan Kurikulum Merdeka pasca pandemi	Hasil penelitian menunjukkan strategi PJOK AKTIF efektif diterapkan dalam PJOK Fase B, dengan keberhasilan bergantung pada kesiapan dan kompetensi guru.	Kesimpulannya, strategi PJOK AKTIF efektif dan layak diterapkan dalam PJOK Fase B dengan keberhasilan bergantung pada kesiapan dan kompetensi guru.

Penguatan karakter melalui pembelajaran PJOK berdasarkan berbagai model telah dikembangkan dan diuji untuk menjawab kebutuhan pembelajaran abad ke-21. Salah satu temuan utama dari kelima studi yang

direview adalah bahwa karakteristik model pembelajaran yang bersifat partisipatif, kolaboratif, dan kontekstual sangat efektif dalam menanamkan nilai-nilai karakter kepada peserta didik. Hal yang selaras dilakukan oleh Wardana et al (2020) yang menerapkan dua model pembelajaran kooperatif yang terdiri dari *Jigsaw* dan *Teams Games Tournament (TGT)* dalam konteks pembelajaran PJOK untuk mengembangkan karakter kepedulian sosial dan kejujuran. Model ini menekankan keterlibatan aktif siswa dalam kerja kelompok serta kompetisi yang sehat, yang ternyata mampu mendorong terbentuknya sikap jujur dan peduli antar teman. Temuan ini sejalan dengan Sembiring et al (2025) yang menyatakan bahwa model pembelajaran kooperatif dapat menumbuhkan sportivitas dan tanggung jawab sosial siswa melalui interaksi tim.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Susilawati & Atmaja (2023) dengan melakukan pengembangan model berbasis permainan melalui pendekatan permainan sirkuit, menunjukkan efektivitas tinggi dalam membentuk karakter siswa sekolah dasar kelas atas. Model ini mengintegrasikan empat bentuk permainan yang dirancang secara tematik untuk mengembangkan nilai kerja sama, tanggung jawab, dan kejujuran. Misalnya, permainan “voli kain” diarahkan untuk menumbuhkan kejujuran dalam bermain, sedangkan sirkuit sepak bola untuk menanamkan tanggung jawab. Penelitian ini mempertegas oleh Pradana (2021) yang menyatakan bahwa karakter tanggung jawab dapat tumbuh secara alami dalam aktivitas jasmani jika guru mampu merancang bentuk permainan yang menantang namun bermuatan nilai.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Ardiansyah et al (2022) dengan mengembangkan model pembelajaran berbasis permainan tradisional Belengku dari Sulawesi Tengah. Pendekatan ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan keterampilan fisik, tetapi juga sebagai alat untuk melestarikan nilai-nilai budaya lokal sambil menanamkan nilai karakter seperti *kejujuran*, *kerja sama*, dan *tanggung jawab*. Penggunaan permainan tradisional sebagai media pembelajaran karakter juga didukung oleh Aulia et al (2025) yang menegaskan bahwa permainan rakyat memiliki muatan sosial dan moral yang tinggi serta dapat sebagai jembatan antara pembelajaran jasmani dan pendidikan karakter. Model ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis budaya lokal dapat memberikan pengalaman belajar yang bermakna dan dekat dengan kehidupan siswa, sehingga nilai-nilai karakter dapat lebih mudah dipahami dan diinternalisasi.

Model yang lebih holistik dikembangkan oleh Kamaruddin et al (2024) yang menyusun model pendidikan karakter terintegrasi dalam PJOK di tingkat SMA. Model ini mengombinasikan praktik olahraga, refleksi diri, dan penghubungan materi PJOK dengan mata pelajaran lain seperti PPKn dan Pendidikan Agama. Nilai-nilai yang dikembangkan meliputi sportivitas, disiplin, kerja sama, dan tanggung jawab. Pendekatan ini tidak hanya menyasar aspek fisik dan psikomotorik, tetapi juga mendorong pembentukan karakter moral dan etika secara menyeluruh. Model ini selaras dengan padangan dari Jadwiszczak et al (2025) yang menekankan pentingnya keterpaduan antara pembelajaran afektif dan kognitif dalam mencetak generasi muda yang berintegritas dan tangguh secara moral.

Selanjutnya bahwa tidak kalah menarik serta inovasi model pembelajaran berbasis kurikulum terbaru yang ditawarkan oleh Muhyi et al (2023) melalui strategi PJOK AKTIF (Asyik, Karakter, Terukur, Inovatif, dan Fit). Strategi ini dirancang untuk menjawab tantangan implementasi Kurikulum Merdeka yang lebih mengedepankan pengalaman belajar yang menyenangkan, fleksibel, dan berbasis nilai karakter. Pembelajaran dilakukan melalui aktivitas kelompok, permainan kreatif, dan kegiatan jasmani yang dapat diukur, yang secara simultan menumbuhkan kejujuran, kerja sama, tanggung jawab, dan inovasi. Penelitian ini menemukan bahwa model PJOK AKTIF sangat cocok diterapkan di Fase B pendidikan dasar karena mampu menghubungkan aspek fisik dengan pembangunan karakter secara kontekstual. Hal selaras dilakukan oleh Fitrianto (2023) yang menyatakan bahwa pembelajaran jasmani tidak hanya tentang fisik, tetapi merupakan wadah efektif untuk membentuk kepribadian siswa secara menyeluruh.

Secara keseluruhan, seluruh model pembelajaran yang dikembangkan dalam kelima penelitian tersebut memberikan gambaran kuat bahwa penguatan karakter melalui PJOK sangat bergantung pada kreativitas guru dalam merancang aktivitas yang tidak hanya bermakna secara fisik, tetapi juga secara moral dan sosial. Aktivitas fisik yang dikombinasikan dengan nilai budaya, refleksi, kerja sama tim, dan kompetisi sehat mampu menumbuhkan nilai-nilai karakter yang menjadi fondasi utama pembentukan profil pelajar Pancasila. Hasil-hasil tersebut mempertegas pentingnya transformasi paradigma PJOK dari yang berorientasi keterampilan fisik semata menjadi media strategis pembelajaran karakter di sekolah.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian terhadap lima model pembelajaran PJOK berbasis nilai karakter, dapat disimpulkan bahwa pendekatan pembelajaran yang dirancang secara sistematis dan kontekstual mampu membentuk karakter peserta didik secara signifikan. Model seperti *Jigsaw*, *Teams Games Tournament*, permainan sirkuit,

permainan tradisional Belengku, model integratif, hingga strategi PJOK AKTIF terbukti efektif dalam menanamkan nilai-nilai seperti kejujuran, kerja sama, tanggung jawab, disiplin, dan sportivitas. Aktivitas pembelajaran yang berbasis pengalaman langsung, kerja tim, kompetisi sehat, serta pelibatan budaya lokal memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan afektif siswa di berbagai jenjang pendidikan. Temuan ini menunjukkan bahwa PJOK tidak hanya berperan dalam membina aspek fisik dan kebugaran, tetapi juga sebagai media strategis dalam pembentukan karakter. Keberhasilan penerapan model-model tersebut sangat bergantung pada kompetensi pedagogis guru, dukungan kurikulum yang relevan, serta kolaborasi antara sekolah, orang tua, dan masyarakat dalam menciptakan ekosistem pendidikan yang sehat, bermoral, dan berorientasi pada penguatan nilai-nilai kebangsaan.

#### Ucapan Terima Kasih

Saya ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pengelola Jurnal Sinergi Olahraga dan Rkreasi yang sudah mewadahi saya dalam publikasi artikel ini sebagai bentuk pengembangan ilmu pengetahuan yang khususnya pada bidang keolahragaan. Saya ucapkan terimakasih kepada semua anggota tim penulis atas suksesnya pembuatan artikel dan penelitian ini yang selalu bersinergi dan meluangkan waktunya.

#### Daftar Pustaka

- Andriansyah, R., Alwasi, M. N. D. I., Ramadhan, F. A., Zahra, E., & Riski, D. M. (2025). Strategi Dan Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Dalam Membentuk Karakter Anak Bangsa. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Ilmu*, 2(2), 01–06. <https://doi.org/10.69714/fbwfkm98>
- Angga, P. D., & Sari, A. J. (2025). Deep Learning: Bagaimana Implementasinya Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)? *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 10(2), 1373–1391. <https://doi.org/10.29303/jipp.v10i2.3227>
- Ardiansyah, A., Rejeki, H. S., & Dewi, A. I. (2022). Pembelajaran penjas berbasis permainan tradisional Belengku untuk membentuk karakter kerjasama, tanggung jawab dan kejujuran siswa sekolah dasar. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 4(2), 116. <https://doi.org/10.26418/jilo.v4i2.52298>
- Aulia, N. syafa, Surbakti, S. N. br, Darmayani, Dongoran, M., Bahri, N., & Sembiring, Z. (2025). Hubungan antara Kesemaptaan Jasmani dan Kesehatan Mental. *Indonesian Research Journal on Education*, 5(3), 175–184. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/irje.v5i3.2651>
- Azhari, H. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Keshatan Dan Olahraga. In *Seminar Nasional Keolahragaan*, 1.
- Dudley, D. A. (2025). Educating Character Through Quality Physical Education: A Pedagogical Model. *Quest*, 77(3), 449–466. <https://doi.org/10.1080/00336297.2025.2473423>
- Dyson, B., Howley, D., & Shen, Y. (2020). ‘Being a team, working together, and being kind’: Primary students’ perspectives of cooperative learning’s contribution to their social and emotional learning. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(2), 137–154. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1779683>
- Erwansyah, R., Vai, A., & Maesaroh, S. (2025). Penerapan Model TPSR pada Pembelajaran PJOK untuk Meningkatkan

- Rasa Tanggung Jawab Peserta Didik SMAN 15 Pekanbaru. *PENJAGA : Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 5(2), 70–77. <https://doi.org/10.55933/pjga.v5i2.858>
- Fitrianto, A. T. (2023). Relevansi Pendidikan Jasmani dengan Tujuan Pendidikan Islam dalam Membentuk Individu yang Seimbang Secara Fisik, Mental, dan Spiritual. *AL GHAZALI: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 3(2), 148–166. <https://doi.org/10.69900/ag.v3i2.194>
- Gholi, M. S., Sumardi, S., & Hadi, S. R. (2021). Pengembangan Model Pembelajaran PJOK Melalui Program SIBBER Untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani Berkarakter Sportivitas. *JOSSAE Journal of Sport Science and Education*, 6(2), 134–145. <https://doi.org/10.26740/jossae.v6n2.p134-145>
- Jadwiszczak, M., Wawrzyniak, S., & Pezdek, K. (2025). More than movement: a systematic review of moral and social development in adolescents physical education. *BMC Public Health*, 25(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23169-2>
- Kamaruddin, I., Abidin, D., Setiawan, A., Baruno, Y. H. E., Syafruddin, S., & Rifai, M. (2024). Model Pendidikan Karakter Terintegrasi mata pelajaran PJOK di SMA. *Indonesian Research Journal on Education*, 4(3), 1549–1558. <https://doi.org/10.31004/irje.v4i3.1113>
- Muhyi, M., Utomo, G. M., Yasa, I. G. D. U., Verianti, G., Hakim, L., Prastyana, B. R., & Hanafi, M. (2023). Penerapan Strategi Pembelajaran PJOK AKTIF ( Asyik, Karakter, Terukur, Inovatif dan Fit) di Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada Fase B Kurikulum Merdeka Di Tingkat Sekolah Dasar. *Jendela Olahraga*, 8(1), 212–221. <https://doi.org/10.26877/jo.v8i1.14382>
- Pradana, A. A. (2021). Strategi Pembentukan Karakter Siswa Pada Jenjang Pendidikan Dasar Melalui Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *PREMIERE : Journal of Islamic Elementary Education*, 3(1), 78–93. <https://doi.org/https://doi.org/10.51675/jp.v3i1.128>
- Sembiring, Z., Harahap, S., Addila, U., Delia, I., Ramadhani, A., & Husein, A. (2025). Kesamaptaan Jasmani: Analisis Komponen, Evaluasi, dan Dampak Holistik dalam Pendidikan dan Pelatihan Fisik. *Indonesian Research Journal on Education*, 5(3), 374–380. <https://irje.org/irje/article/view/1976>
- Siregar, M., Febriyanti, E., & Lubis, M. T. H. (2025). Peningkatan Pemahaman Dan Pelaksanaan Pendidikan Jasmani Melalui Pendekatan Pembelajaran Aktif Di Smp Swasta Percut Sei Tuan. *PENDALAS: Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Dan Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 104–116. <https://doi.org/10.47006/pendalas.v4i2.496>
- Susilawati, I., & Atmaja, N. M. K. (2023). Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Permainan Sirkuit Untuk Pembentukan Karakter Siswa Sekolah Kelas Atas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (Penjaskesrek)*, 10(1), 38–46. <https://doi.org/10.46368/jpjkr.v10i1.987>
- Wardana, A., Priambodo, A., & Pramono, M. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran Jigsaw dan Teams Games

---

Tournament Terhadap Karakter Kepedulian Sosial dan Kejujuran dalam Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan.

*JOSSAE: Journal of Sport Science and Education*, 5(1), 12. <https://doi.org/10.26740/jossae.v5n1.p12-24>