

Peran Olahraga Tradisional dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Santri di Pondok Pesantren Nu Darussalam Al-Falah Desa Bukit Tinggi Kecamatan Gunungsari

Abdul Azim ¹⁾, Lalu Moh Yudha Isnaini ^{2)*}, Muhammad Riyan Hidayatullah ³⁾,
S. M. Fernanda Iragraha ⁴⁾

^{1), 2), dan 3)} Program Studi Pendidikan Jasmani dan Olahraga,
Universitas Nahdlatul Ulama NTB

⁴⁾ Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, FKIP,
Universitas PGRI Mahadewa Indonesia

E-mail : ¹⁾ aabdlzim2307@gmail.com, ²⁾ lalumohyudhaisnaini@gmail.com,

³⁾ mriyanhidayatullah@gmail.com, ⁴⁾ indonesia_fernanda.iragraha@mahadewa.ac.id

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana peran olahraga tradisional dalam mereduksi tingkat kejenuhan belajar santri di pondok pesantren Darussalam al-falah desa bukit tinggi kecamatan Gunungsari. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif, penelitian ini dilakukan pada santri dan santriwati di pondok pesantren Darussalam al-falah desa bukit tinggi kecamatan Gunungsari. Dengan mengambil subjek penelitian 20 santri dan santriwati. Adapun teknik pengumpulan data yang dilakukan yaitu wawancara, observasi, dokumentasi dan angket. Analisis data dalam penelitian ini terdiri dari pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan. Hasil dalam penelitian para santri merasa lebih semangat dan tingkat kejenuhan pada diri santri berkurang karena mereka memulihkan rasa malas, bosan, lemas, semangat berkurang, itu dengan cara berolahraga dengan memainkan olahraga tradisional tersebut. Dukungan dari pihak pondok pesantren sangat setuju apabila olahraga tradisional tersebut dapat selalu diterapkan di lingkungan pondok atau dijadikan ekstrakurikuler bagi santri, dilihat dari persentase angket 77% yang sangat senang dengan adanya olahraga tradisional tersebut, 17% yang cukup senang dengan olahraga tradisional dan 6% yang senang dengan diterapkan olahraga tradisional di pondok pesantren.

Kata kunci : olahraga tradisional; mereduksi; tingkat kejenuhan; pembelajaran

ABSTRACT

The purpose of this study was to find out how the role of traditional sports in reducing the level of learning saturation of students at the Darussalam Al-Falah Islamic Boarding School, Bukit Tinggi Village, Gunungsari District. This type of research is a qualitative descriptive study, this research was conducted on students and female students at the Darussalam al-Falah Islamic boarding school, Bukit Tinggi village, Gunungsari sub-district. By taking research subjects 20 students and female students. The data collection techniques used are interviews, observation, documentation and questionnaires. Data analysis in this study consisted of data collection, data reduction, data presentation and withdrawal. The results in the study of the students felt more enthusiastic and the level of saturation in the students decreased because they recovered their feeling of laziness, boredom, weakness, reduced enthusiasm, that was by exercising by playing these traditional sports. Support from Islamic boarding schools strongly agrees that these traditional sports can always be applied in the boarding school environment or used as extracurricular activities for students, judging by the percentage of the questionnaire 77% are

Penulis Korespondensi : Lalu Moh Yudha Isnaini, Universitas Nahdlatul Ulama NTB
E-mail : lalumohyudhaisnaini@gmail.com



Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi berlisensi di bawah *Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License*

very happy with these traditional sports, 17% are quite happy with traditional sports and 6% are happy by applying traditional sports in Islamic boarding schools.

Keywords : *traditional sports; reduce; saturation level; learning*

PENDAHULUAN

Permainan merupakan salah satu hal yang paling disukai oleh anak (Mega *et al.*, 2018). Banyak jenis permainan yang seringkali dimainkan oleh anak-anak pada umumnya permainan memiliki 2 jenis yaitu permainan moderen dan olahraga tradisional (Mega *et al.*, 2018). Permainan tradisional yang merupakan satu dari sekian banyak warisan budaya bangsa mulai hilang dan semakin tidak terdeteksi keberadaannya akibat dari globalisasi yang memunculkan permainan baru yang lebih canggih (Birri *et al.*, 2020). Permainan tradisional yang merupakan salah satu kearifan lokal bangsa yang saat ini mulai terkikis zaman mulai kembali dimunculkan dan sedang dipertahankan keberadaannya (Alpen *et al.*, 2022).

Olahraga tradisioanal sebuah permainan atau olahraga yang turun temurun dari nenek moyang yang di dalamnya mengandung berbagai unsur dan memiliki nilai yang memiliki manfaat besar bagi yang memainkannya (Pratama, 2019). olahraga tradisional adalah salah satu bentuk permainan atau olahraga anak-anak yang beredar secara lisan di antara anggota kolektif tertentu, berbentuk tradisional dan diwarisi turun temurun serta banyak mempunyai variasi (Gandasari, 2019). Sejak zaman dahulu permainan tradisional ini sudah tumbuh dan berkembang di setiap daerah memiliki jenis permainan tradisional yang berbeda-beda (Permana *et al.*, 2021).

Pada zaman dahulu olahraga tradisional dijadikan sebagai rekreasi untuk mencapai kesenangan, olahraga tradisional ini dipercayai mengandung nilai yang diciptakan oleh leluhur nenk moyang sebagai sarana pembelajaran bagi anak-anak (Sport *et al.*, 2020). Permainan tradisional merupakan permainan yang tumbuh dan berkembang di daerah tertentu dengan sarat nilai-nilai kehidupan budaya dan mempunyai nilai turun-temurun dari generasi kegenerasi berikutnya dan di ajarkan ke masyarakat (Cahya *et al.*, 2022). Penurunan olahraga tradisional pada tempo dahulu tidaklah menggunakan tulisan atau aksara yang di bukukan, melainkan secara lisan dan contoh langsung kepada para generasi yang kemudian disebar luaskan. Mudzakir (2020) mengatakan bahwa olahraga tradisional merupakan simblis dari pengetahuan yang tersebarmelalui lisan dan mempunyai pesan moral dan manfaat di dalamnya (Sukiyandari *et al.*, 2012; Yono, 2020).

Olahraga tradisional ini dari generasi ke generasi tidak dapat dipisahkan pada masa dahulu bagi anak-anak salah satu aktivitas penting yaitu bermain salah satu olahraga tradisional dan juga dijadikan sebagai sarana belajar, olahraga tradisional ini harus di jaga dan tidak bisa di biarkan hilang (Iwandana *et al.*, 2021). olahraga tradisional harus dijaga keberadaannya di kalangan masyarakat terutama di kalangan anak-anak yang akan menjadi generasi kedepannya dan juga olahraga tradisional dijadikan sebagai sarana bermain dan belajar bagi

anak-anak (Rudiyanto & Hadi, 2022). olahraga tradisional dapat disimpulkan bahwa permainan atau olahraga ini merupakan warisan secara turun temurun yang di turunkan dari zaman dahulu hingga sekarang, olahraga tradisional adalah salah satu aktivitas bermain yang di lakukan oleh anak-anak dari zaman dahulu hingga sekarang dengan aturan-aturan tertentu guna untuk mencari kegembiraan, olahraga tradisional ini memiliki kandungan nilai yang bermanfaat dan di dalamnya memiliki efek positif bagi siapa saja yang memainkannya (Mega *et al.*, 2018).

Nusa Tenggara Barat saat ini olahraga tradisional dan permainan rakyat sudah menjadi perhatian dinas pendidikan dan kebudayaan. Kepala dinas Dikbud NTB, Dr. H. Aidy Furqan, M.Pd. terus berupaya melindungi atau menjaga olahraga tradisional dan permainan rakyat supaya permainan rakyat dan olahraga tradisional tidak mengalami kepunahan melalui pendekatan kegiatan pendidikan di sekolah. Untuk mengembangkan permainan rakyat dan olahraga tradisional dinas Dikbud NTB memasyarakatkan permainan tersebut, olahraga tradisional sebagai media pembelajaran dinas Dikbud NTB mengembangkan permainan rakyat dan olahraga tradisional ini melalui alah satu Liga Hadang anatar sekolah.

Olahraga tradisional ini mencoba untuk di terapkan di lingkungan pondok pesantren sebagai aktifitas dan olah raga santri sehingga dapat mengurangi tingkat kejenuhan santri dan dapat meningkatkan kesegaran jasmani santri yang dirasa masih rendah akan semakin baik (Cahya *et al.*, 2022). Selama pembelajaran berlangsung santri sudah merasa jenuh

bosan dan minta istirahat. Selain itu banyak santri yang mudah merasa lelah ketika proses pembelajaran masih berlangsung, ketika pembelajaran dipondok sedang berlangsung banyak yang ijin istirahat karena sakit, dan lain sebagainya. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat kejenuhan masih ada dan kesegaran jasmani santri masih dalam kategori rendah, sehingga perlu ditingkatkan agar lebih baik lagi. Dengan tingkat kesegaran jasmani dan kejenuhan yang baik diharapkan santri tidak mudah merasakan lelah yang berlebih, sehingga ketika mengikuti proses kegiatan umum juga tidak mudah lelah dan dapat terus berkonsentrasi.

Penyebab tingkat kejenuhan pada diri santri maka para santri banyak yang tidak mengikuti dari pondok pesantren karena merasa lelah atau jenuh dalam kegiatan belajar mengajar. Maka dari itu untuk meningkatkan tingkat kesegaran jasmani dan menghilangkan tingkat kejenuhan belajar santri, peneliti memilih permainan tradisional gobak sodor, permaianan hadang dan permainan egrang untuk merangsang santri bergerak. Dengan demikian diharapkan setelah melakukan permainan beberapa kali tingkat kesegaran jasmani santri menjadi lebih baik dan tingkat kejenuhan pada diri santri berkurang. Tingkat kesegaran jasmani merupakan faktor yang sangat penting bagi seorang santri, sehingga perlu dikontrol keadaanya, dijaga dan ditingkatkan apabila masih dirasa rendah. Tujuan dalam penelitian ntuk mengetahui peran olahraga tradisional (Hadang, Tarik Tambang, dan Enggrang) dalam mereduksi tingkat kejenuhan belajar santri di pondok pesantren NU Darussalam Al-falah Desa

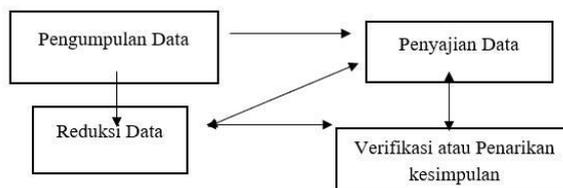
Bukit Tinggi Kecamatan Gunungsari Kabupaten Lombok Barat.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, Pada penelitian kualitatif berkaitan erat dengan teknik-teknik survai sosial termasuk juga wawancara terstruktur, observasi terstruktur dan analisis terstruktur dan banyak lagi lainnya. Dalam metode penelitian kualitatif adalah kumpulan metode untuk memahami dan menganalisis lebih dalam lagi mengenai makna kelompok atau individu dianggap sebagai masalah sosial dan masalah kemanusiaan (Yono, 2020). Pada penelitian ini peneliti menggunakan penelitian kualitatif supaya dapat memahami konteks dalam fenomena sosial secara alamiah yang menggambarkan permasalahan seseorang dan sosial mengenai prilaku dan sudut pandang seseorang, dalam penelitian

kualitatif peneliti dapat menganalisis dalam fenomena dan setelah itu dapat melaporkan suatu hasil analisis dalam penelitian tersebut.

Lokasi penelitian ini adalah suatu objek atau tempat untuk dilaksanakan suatu penelitian, tempat lokasi penelitian ini ada di Pondok pesantren Darussalam Al-Falah Desa Bukit Tinggi Kecamatan Gunungsari. Peneliti mengambil tempat tersebut karena santri di pondok ini banyak sekali yang mengalami kejenuhan atau kebosanan saat belajar agama sedang berlangsung karena tingkat kejenuhan karena kurang adanya hiburan atau model pembelajaran yang menarik, dari situlah peneliti mencoba untuk menggunakan permainan tradisional dalam mereduksi tingkat kejenuhan belajar santri, dengan permainan tradisional ini santri dapat memodifikasi pembelajaran dan sekaligus berolahraga, melatih fisik dan juga dapat bermain secara berkelompok.



Gambar 1
Model Analisis Data Interaktif

Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah analisis interaktif. Analisis data dalam penelitian Kualitatif yaitu aktivitas yang dilakukan secara interaktif dan berlangsung sampai tuntas secara terus-menerus sehingga datanya sudah jenuh atau valid. Tujuan dalam analisis data ini agar informasi yang di dapatkan atau di himpun akan

menjadi jelas dan eksplisit. Teknik dalam pengumpulan data di dalam penelitian ini adalah menggunakan analisis data kualitatif dan deskriptif kemudian menganalisisnya dalam bentuk pertanyaan-pertanyaan atau kata-kata demi memperoleh informasi atau kesimpulan yang jelas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dari Peran Olahraga Tradisional dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Santri di Pondok Pesantren Darussalam Al-Falah Desa Bukit Tinggi Kecamatan Gunungsari

sangatlah baik dikarenakan antusias para santri untuk ingin memainkan olahraga tradisional tersebut, dan juga semenjak diterapkan olahraga tradisional dilingkungan pondok tersebut.

Tabel 1
Pertanyaan dan Kategori

No.	Pertanyaan	Katagori				
		SS	CS	S	KS	SKS
1	Apakah anda senang dengan permainan tradisional ini?	18	0	2	0	0
2	Bagaimana pendapat anda dengan ada nya permaianan tradisional di pondok pesantren ini?	17	1	2	0	0
3	Apakah tingkat kejenuhan anda berkurang saat mengikuti permaianan tradisioanal tersebut?	3	16	1	0	0
4	Apakah anda lebih semangat lagi dalam mengikuti pembelajara di pondok pesantren setelah mengikuti permainan tradisional tersebut?	10	4	6	0	0
5	Apakah permainan tradisional dapat mengembalikan semangat belajar anda?	15	4	1	0	0
6	Seberapa pentingnya permainan tradisional bagi anda untuk selalu diterapkan?	18	2	0	0	0
7	Apakah tingkat kebosanan mengurang setelah anda melakukan permainan tradisional?	19	1	0	0	0
8	Apakah anda setuju juka olahraga tradisional dijadikan program pondok untuk dijadikan olahraga setiap sorenya?	20	0	0	0	0
9	Bagaimana setelah anda mengikuti olahraga tradisional dan dapat bermain sama teman-teman anda apakah dapat mengurangi rasa jenuh atau rasa bosan anda?	18	2	0	0	0

10	Apakan olahraga tersebut dapat membantu anda untuk lebih aktif lagi dan mengurangi tingkat kejenuhan anda?	15	3	2	0	0
JUMLAH		153	33	14	0	0
PERSENTASE		77%	17%	6%	0%	0%

Keterangan :

- SS : Sangat Senang
- CS : Cukup Senang
- S : Senang
- KS : Kurang Senang
- SKS : Sangat Kurang Senang

Para santri merasa lebih semangat dan tingkat kejenuhan pada diri santri berkurang karena mereka memulihkan rasa malas, bosan, lemas, semangat berkurang, itu dengan cara berolahraga dengan memainkan olahraga tradisional tersebut. Dukungan dari pihak pondok pesantrenpun sangatlah setuju apabila olahraga tradisional tersebut dapat selalu diterapkan dilingkungan pondok atau dijadikan ekschool bagi santri.

Berdasarkan hasil wawancara kepada Yusron Al Misri, ST. selaku Ustadz yang mengurus berjalannya pembelajaran para santri di Pondok Pesantren NU Darussalam Al-Falah sebagai berikut : “Saya senenang melihat para santri mengikuti kegiatan permainan olahraga tradisinal tersebut, dari situ mereka juga bisa berolahraga dan saling mensupport satu sama lain. Saya berharap kegiatan ini bisa berjalan sampai seterusnya bila perlu kita jadikan ekschool Pondok dengan itu InsyaAllah para santri tidak merasakan bosan lagi”(Ungkapnya) wawancara Pada Tanggal 25 Juli 2022, Tempatnya di Pondok Pesantren Darussalam Al-Falah.

Peneliti melakukan penelitian ditempat kediaman Ustadz Yusron Al

Misri peneliti melanjutkan ke para santri dan santriwati yang mukimin. “Menurut Kaerul Anwar, saya pribadi sangat senang mengikuti olahraga tradisional tersebut karena kita dapat bercanda sama teman-teman yang lain, dan jugak kita tidak merasakan bosan lagi begitu selesai belajar kita tidak tau apa yang harus kita lakukan, umam bisa bermain bola seadanya semenjak adanya olahraga tradisional ini kita semua menjadi senang karena bisa bermain dan lainsebagainya.” (wawancara pada tanggal 25 juli 2022 di pondok pesantren Darussalam Al-Falah).

Peneliti melakukan penelitian pada tanggal 25 juli 2022 peneliti berniat untuk melakukan penelitian pada tanggal 28 Juli 2022 karena tanggal 26-27 Juli acara pengajian umum dalam rangka memperingati ulang tahun pondok pesantren. “Awalnya saya masih bingung karena saya belum bisa memainkannya terutama Egrang itu, tetapi setelah saya mencoba memainkannya saya senang dan pingin selalu memainkannya karena dengan olahraga tradisional itu kita dapat berolahraga dan bekerjasama sama teman-teman yang lain, saya berharap semoga program ini bisa dalam jangka panjang dan menjadi kegiatan olahraga sore bagi teman-teman santri yang lainnya.”(Ungkapnya) (Wawancara Pada Tanggal 28 Juli 2022, di Ponpes Darussalah Al-falah).

Selain melakukan penelitian pada santri atas nama Abdullah peneliti mencari responden selanjutnya.

“Menurut M. Sanusi olahraga tradisional itu cukup bagus dapat membuat kejenuhan kita berkurang karena bisa bermain sama teman-teman lainnya dan jugak kita dapat mengetahui perkembangan olahraga tradisional sampai saat ini, dan jugak selain dapat bermain kita dapat berolahraga juga dengan olahraga tradisional tersebut.” (Wawancara Pada Tanggal 28 Juli 2022 di Ponpes Darussalam Al-falah).

“Saya suka dengan olahraga tradisional setelah kita selesai kegiatan belajar di pondok kita dapat menaikan olahraga tradisional tersebut menjadi salah satu kegiatan kita supaya selesai belajar tidak merasakan jenuh atau bosan, kita dapat memainkannya bersama teman-teman yang lain dan juga bisa menjadi kegiatan olahraga sore bagi kita di pondok ini” (Ungkapnya) (Wawancara Pada Tanggal, 29 Juli 2022 di Ponpes Darussalam Al-Falah).

Olahraga tradisional merupakan salah satu kegiatan yang memiliki berbagai macam manfaat secara individu maupun secara berkelompok, sebelumnya seperti yang kita ketahui bahwa olahraga tradisional tersebut yang melibatkan beberapa orang (Cahya *et al.*, 2022). Menurut para ahli tentang olahrag tradisional adalah permainan yang tumbuh atau berkembang dikalangan masyarakat sekitar dengan tujuan untuk mendapatkan hiburan sendiri ketika melakukan permainan tersebut (Lee & Linda, 2011; Rhea & Martin, 2010). Jika kita simpulkan maka olahraga tradisional tersebut yang awalnya eksis pada sebuah komunitas atau masyarakat tertentu, dari situlah peneliti berinisiatif untuk memperkenalkan olahraga tradisional ini di lingkungan pondok pesantren untuk

mereduksi tingkat kejenuhan belajar para santri (Ripki Setiawan, 2015).

Olaharaga tradisional seperti egrang, Tarik tambang, dan gobak sodor sangat disetujui oleh para santri dan juga para ustadz terutama oleh pimpinan pondok pesantren untuk dijadikan sebagai ekschool di pondok karena melihat antusias para santri untuk mengikuti kegiatan olahraga tradisional tersebut sangat luarbiasa, dan juga para santri sangat menginginkan olahraga tradisional dijadikan sebagai kegiatan bermain sekaligus olahraga sore bagi mereka semua dan juga dukungan dari semua pihak sangat luar biasa dengan adanya olahraga tradisional tersebut.

Santri merupakan anak-anak yang datang dari jauh maupun dekat yang khusus datang untuk belajar ilmu agama dan tinggal disebuah komplek pendidikan yang disebut dengan pesantren dibawah asuhan para kyai atau tuan guru. Walaupun seiring dunia pesantren semakin berkembang namun kurikulum pendidikannya tidak hanya semata berisi pelajaran agama saja kan tetapi juga pelajaran umum lainnya juga di pelajari oleh para santri tersebut, banyak orang tua yang memasukan anaknya ke dalam pesantren supaya menjadi anak-anak yang beragama dan menjadi anak yang soleh dan solehah itu yang di inginkan oleh para orang tua para santri tersebut. Banyak hal yang harus dikerjakan oleh para santri bukan hanya program pondok saja yang harus dikerjakan oleh para santri bahkan pendidikan secara formal pun wajib dijalankan para santri dari situlah salah satu yang menyebabkan timbulnya rasa jenuh atau bosan pada diri santri oleh karena itu peneliti mencoba untuk mengajak santri secara perlahan untuk bermain salah satu olahraga

tradisional tersebut sebagai menarik perhatian mereka, kemudian peneliti mengajak santri untuk membuat alat olahraga tradisional tersebut sesuai kreasi atau kesenian mereka masing-masing.

Peran olahraga tradisional Hadang dalam mereduksi tingkat kejenuhan santri di pondok pesantren Darussalam Al-Falah ini cukup baik dikarenakan partisipasi dari semua santri dan santriwati dalam mengikuti kegiatan bermain yaitu olahraga tradisional tersebut, dan juga dorongan dari pimpinan pondok dan para ustadz yang mendukung ingin melihat olahraga tradisional tersebut dijadikan sebagai ekstrakurikuler di pondok tersebut sebagai aktifitas bermain dan sekaligus olahraga bagi para santri setelah melakukan kegiatan belajar karena semenjak diterapkan olahraga tradisional santri menjadi lebih semangat belajar dan juga dapat mengurangi rasa jenuh atau bosan pada diri santri. Peran olahraga tradisional Tarik Tambang dalam mereduksi tingkat kejenuhan santri di pondok pesantren Darussalam Al-Falah ini cukup baik dikarenakan partisipasi dari semua santri dan santriwati dalam mengikuti kegiatan bermain yaitu olahraga tradisional tersebut, dan juga dorongan dari pimpinan pondok dan para ustadz yang mendukung ingin melihat olahraga tradisional tersebut dijadikan sebagai ekstrakurikuler di pondok tersebut sebagai aktifitas bermain dan sekaligus olahraga bagi para santri setelah melakukan kegiatan belajar karena semenjak diterapkan olahraga tradisional santri menjadi lebih semangat belajar dan juga dapat mengurangi rasa jenuh atau bosan pada diri santri.

Peran olahraga tradisional Egrang dalam mereduksi tingkat kejenuhan santri

di pondok pesantren Darussalam Al-Falah ini cukup baik dikarenakan partisipasi dari semua santri dan santriwati dalam mengikuti kegiatan bermain yaitu olahraga tradisional tersebut, dan juga dorongan dari pimpinan pondok dan para ustadz yang mendukung ingin melihat olahraga tradisional tersebut dijadikan sebagai ekstrakurikuler di pondok tersebut sebagai aktifitas bermain dan sekaligus olahraga bagi para santri setelah melakukan kegiatan belajar karena semenjak diterapkan olahraga tradisional santri menjadi lebih semangat belajar dan juga dapat mengurangi rasa jenuh atau bosan pada diri santri.

SIMPULAN DAN SARAN

Peran olahraga tradisional dalam mereduksi tingkat kejenuhan santri sangat penting pada lingkungan pondok pesantren karena sebagian santri menjelaskan bahwa olahraga tradisional tersebut dijadikan hiburan dan bermain sekaligus olahraga bagi para santri yang berada di pondok pesantren Darussalam al-falah dari berbagai hasil wawancara terhadap ustadz dan para santri menyetujui jika olahraga tradisional dijadikan ekstrakurikuler mereka dan juga dapat mengurangi tingkat kejenuhan atau kebosanan yang dirasakan oleh para santri tersebut. Bukan hanya para santri yang ikut mencoba memainkan olahraga tradisional tersebut bahkan ada salah satu ustadz pun yang ikut mencoba memainkannya jadi olahraga tradisional sangat tepat apabila diterapkan di lingkungan pondok itu sendiri. Saran peneliti olahraga tradisional bisa memperluas wawasan para santri dan santriwati yang berada dilingkungan pondok pesantren, dan jugak olahraga

tradisional tersebut dijadikan program yang bermanfaat di pondok pesantren lainnya juga karena perlu para santri dan santriwati mengetahui perkembangan olahraga tradisional pada zaman moderen ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alpen, J., Dlis, F., Hernawan, Widiastuti, Apriani, L., Kurniawan, E., & Sofyan, D. (2022). Trends in scientific publication of traditional game learning models in physical education and sports in Indonesia: A bibliometric analysis. *Journal Sport Area*, 7(2), 214–226. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7\(2\).9072](https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7(2).9072)
- Birri, M. S., Hariyanto, A., & Tuasikal, A. R. S. (2020). Development of Traditional Sport Game Model “Bentengan” for Student’s Physical Fitness in Sports and Health Physical Education Learning (Case Study on Class IV MI Students of Maduran Lamongan District). *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 3(3), 1614–1622. <https://doi.org/10.33258/birle.v3i3.1251>
- Cahya, S. T., Zakaria, D. A., & Kurnia, D. (2022). Minat Mahasiswa terhadap Olahraga Tradisional. *Journal Respects*, 4(2), 138–147. <https://doi.org/10.31949/respects.v4i2.3016>
- Gandasari, M. F. (2019). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Sepak Beleg Terhadap Kemampuan Kelincahan Anak Usia 7-10 Tahun. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 2(1), 21. <https://doi.org/10.26418/jilo.v2i1.32628>
- Iwandana, D. T., Falaahudin, A., & Nugroho, W. A. (2021). Sport Values in Traditional Games as Playing Activities for Children. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 4(2), 96–100. <https://doi.org/10.17509/tegar.v4i2.33798>
- Lee, D., & Linda, J. (2011). Comparison of eSports and Traditional Sports Consumption Motives. *ERIC*, 6(2), 39-44. <https://eric.ed.gov/?id=EJ954495>
- Mega, G., Baitul, S., & Arif, M. (2018). 3392-Article Text-12774-1-10-20190404
- Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Motivasi Dalam Pembelajaran Penjas Di Sekolah Dasar. *Jurnal Maenpo: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 10(1), 44–49
- Permana, P. S. S., Akhmad, S., & Rony, M. R. (2021). Jurnal master penjas & olahraga. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 2(April), 127–136. <http://ejournal.upi.edu/index.php/JKO>
- Pratama, P. (2019). Aktifitas Permainan Olahraga Tradisional Sepak Raga Putra Pratama, Eri Barlian Program Studi Pendidikan Kepelatihan olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang. *Jurnal Patriot*, 1(2), 422–428
- Ripki Setiawan, M. (2015). Journal of Physical Education and Sports Pengembangan Media Pembelajaran Aktivitas Ritmik Berbasis Multimedia Pada Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di

- Sekolah Menengah Kejuruan (Smk) Kabupaten Ogan Komering Ulu (Oku) Selatan Provinsi Sumatera Selatan Info Artikel. In *JPES* (Vol. 4, Issue 2). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>
- Rhea, D. J., & Martin, S. (2010). Personality Trait Differences of Traditional Sport Athletes, Bullriders, and other Alternative Sport Athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 5(1), 75–85. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.5.1.75>
- Rudiyanto, A., & Hadi, S. R. (2022). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional untuk Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Madrasah Aliyah Manbaul Ulum Bungah Gresik. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 8(1), 25-31
- Sport, H., Elisyah, R., Tangkudung, V., Puspitorini, J., & Kristina, W. (2020). Effectiveness of The Use of Basic Athletic Motion Learning Model Based on Traditional Games to Improve Skills at Run 40 Meters. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 9(1), 28–32. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>
- Sukiyandari, L., Ks, S., & Rustiana, E. R. (2012). Journal of Physical Education and Sports Multimedia Bola Basket untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA. In *JPES* (Vol. 1, Issue 2). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>
- Yono, T. (2020). *Traditional Sport: Student's Perception on the Importance to Continue It*. 23(UnICoSS 2019), 77–78. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200305.024>