



(Journal Sport, Physical Education and Empowerment)

Volume 9, Nomor 01, Mei 2026.

e-ISSN: 2621-6698

<https://fkipunsika.id/index.php/speed>

Aktivitas Fisik Berbasis Progresivisme Sebagai Medium Penanaman Nilai Pendidikan Karakter Dalam Kesehatan Siswa Sekolah Dasar

Tata Abdul Fatah^{1*}

Universitas Negeri Yogyakarta,
Yogyakarta
Indonesia

Rukiyati²

Universitas Negeri Yogyakarta,
Yogyakarta
Indonesia

Helmy Nurhidayah³

Universitas Negeri Yogyakarta,
Yogyakarta
Indonesia

Info Artikel

Riwayat artikel:

Diterima: 22 Maret, 2026

Direvisi: 03 April, 2026

Disetujui: 18 April, 2026

DOI:

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implementasi aktivitas fisik berbasis progresivisme sebagai medium penanaman nilai pendidikan karakter dalam kesehatan siswa sekolah dasar. Penelitian sebelumnya lebih banyak menyoroti pendidikan karakter secara umum, namun masih terbatas yang mengkaji peran filsafat pendidikan olahraga secara empiris di tingkat sekolah dasar. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan subjek penelitian seluruh siswa kelas IV di SDN Nanjungsari yang berjumlah 20 siswa. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, angket, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan dengan triangulasi data untuk menjaga keabsahan penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik berbasis progresivisme mampu meningkatkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Tingkat keaktifan siswa meningkat dari 45% pada minggu pertama menjadi 90% pada minggu keempat. Selain itu, aktivitas fisik berbasis progresivisme juga berdampak positif terhadap kesehatan siswa, di mana 95% siswa merasa lebih aktif bergerak dan 90% siswa merasa tubuh lebih sehat setelah mengikuti pembelajaran. Nilai pendidikan karakter seperti disiplin, tanggung jawab, kerja sama, sportivitas, dan kepedulian sosial juga mengalami perkembangan yang signifikan selama penelitian berlangsung. Dengan demikian, aktivitas fisik berbasis progresivisme dapat menjadi model pembelajaran pendidikan jasmani yang inovatif, kontekstual, dan efektif dalam mendukung kesehatan serta pembentukan karakter siswa sekolah dasar.

Kata Kunci: aktivitas fisik, progresivisme, pendidikan karakter, kesehatan siswa, sekolah dasar.

Abstract

* **Corresponding author:**

Tata Abdul Fatah, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta. tata0001pasca.2025@student.uny.ac.id

This study aims to analyze the implementation of progressivism-based physical activity as a medium for instilling character education values in elementary school students' health. Previous studies have largely emphasized character education in general, yet empirical research examining the role of the philosophy of sports education at the elementary school level remains limited. The research employed a descriptive qualitative approach involving 20 fourth-grade students at SDN Nanjungsari. Data were collected through observation, interviews, questionnaires, and documentation. Data analysis used the Miles and Huberman interactive model, including data reduction, data presentation, and conclusion drawing with data triangulation to ensure research validity. The findings revealed that progressivism-based physical activity improved student participation in physical education learning. Student participation increased from 45% in the first week to 90% in the fourth week. In addition, progressivism-based physical activity positively affected students' health, where 95% of students felt more physically active and 90% felt healthier after participating in the learning activities. Character education values such as discipline, responsibility, cooperation, sportsmanship, and social awareness also showed significant improvement during the research process. Therefore, progressivism-based physical activity can be an innovative, contextual, and effective physical education learning model to support student health and character development in elementary schools.

Keywords: *physical activity, progressivism, character education, student health, elementary school.*

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani di sekolah dasar tidak hanya bertujuan meningkatkan kebugaran, tetapi juga menjadi wahana pembentukan karakter peserta didik (Damariswara et al., 2021). Namun, meningkatnya perilaku sedentary akibat penggunaan gawai serta dominasi pembelajaran yang berorientasi pada penguasaan teknik gerak menyebabkan dimensi pembentukan karakter dan kesehatan kerap terabaikan (Dewi et al., 2023). Kondisi ini menuntut model pembelajaran yang secara sengaja mengintegrasikan aktivitas fisik dengan penanaman nilai karakter, dan pendekatan progresivisme yang menekankan learning by doing menawarkan landasan yang relevan untuk kebutuhan tersebut (Dewey, 1986).

Sejumlah penelitian terdahulu telah menunjukkan kontribusi positif aktivitas fisik dan pendekatan progresivisme terhadap karakter siswa (Rinja

Efendi, n.d.). Menemukan bahwa guru pendidikan jasmani di sekolah dasar memandang mata pelajaran ini sebagai sarana penanaman nilai disiplin, kerja sama, dan tanggung jawab (Bailey et al., 2021). Menegaskan bahwa filsafat progresivisme dapat menjadi basis pembentukan karakter siswa sekolah dasar, sementara menunjukkan bahwa implikasi progresivisme dalam pembelajaran mampu menghadirkan siswa yang lebih aktif dan inovatif (N. Anisa & Ramadan, 2021). Penelitian juga memperlihatkan adanya sinergi antara aspek fisik dan moral dalam pendidikan jasmani di sekolah (S. Anisa et al., 2025).

Meskipun demikian, kajian-kajian tersebut masih menyisakan beberapa keterbatasan. Sebagian besar penelitian terdahulu bersifat konseptual atau teoretis dalam membahas progresivisme dan pendidikan karakter (Muhammad Nur Alif, 2021), sehingga belum banyak yang menelusuri secara empiris bagaimana nilai karakter benar-benar terbentuk melalui aktivitas fisik di lapangan. Selain itu, kajian yang ada cenderung menyoroti pendidikan karakter secara umum dan jarang menautkannya secara eksplisit dengan landasan filsafat pendidikan olahraga, serta belum mengukur dinamika keterlibatan dan persepsi kesehatan siswa selama proses pembelajaran berlangsung (Muhtar & Dallyono, 2020).

Berdasarkan pemetaan tersebut, terdapat kesenjangan penelitian yang jelas. Penelitian sebelumnya lebih banyak menyoroti pendidikan karakter secara umum, namun masih terbatas yang mengkaji peran filsafat pendidikan olahraga secara empiris di tingkat sekolah dasar (Farmawaty, 2021). Belum banyak penelitian yang menelaah secara langsung bagaimana aktivitas fisik berbasis progresivisme diimplementasikan di kelas, bagaimana perkembangan keterlibatan siswa dari waktu ke waktu, serta bagaimana dampaknya terhadap kesehatan dan nilai karakter secara bersamaan (Lickona, 2012). Penelitian ini penting karena menghubungkan landasan filosofis dengan praktik pembelajaran nyata, sehingga hasilnya dapat menjadi rujukan empiris bagi pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani yang berpusat pada siswa dan selaras dengan Kurikulum Merdeka serta Profil Pelajar Pancasila (Lickona, 2022).

Secara filosofis, penelitian ini berpijak pada aliran progresivisme yang dikembangkan John Dewey, dengan prinsip *learning by doing* yang menempatkan pengalaman langsung sebagai inti pembelajaran (Dewey, 1986).

Aliran ini bersinggungan dengan perspektif konstruktivisme, yang memandang pengetahuan dan nilai dibangun siswa melalui interaksi sosial dan partisipasi aktif (Lickona, 2018). Dalam penelitian ini, kerangka filosofis tersebut tidak diposisikan sebagai uraian normatif semata, melainkan digunakan sebagai lensa untuk menganalisis data lapangan: prinsip pengalaman langsung dipakai untuk membaca pola keterlibatan siswa dari minggu ke minggu, sedangkan gagasan pembentukan karakter melalui pengalaman digunakan untuk menafsirkan munculnya nilai disiplin, tanggung jawab, kerja sama, dan sportivitas dalam observasi, wawancara, dan angket (Ningrum & Ruslan, 2024).

Dengan demikian, posisi penelitian ini adalah mengisi kesenjangan tersebut melalui kajian empiris atas implementasi aktivitas fisik berbasis progresivisme sebagai medium penanaman nilai pendidikan karakter dalam kesehatan siswa sekolah dasar (Julaeha, 2019). Penelitian ini bertujuan menganalisis bagaimana pendekatan tersebut memengaruhi keterlibatan, kesehatan, dan perkembangan karakter siswa, sekaligus menafsirkan temuan tersebut dalam kerangka filsafat pendidikan olahraga sehingga dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis bagi pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar (Bima & Barat, 2025).

METODE

Jenis penelitian

Penelitian ini menempuh pendekatan kualitatif deskriptif untuk memperoleh gambaran yang menyeluruh dan mendalam tentang penerapan aktivitas fisik berlandaskan progresivisme sebagai instrumen penanaman nilai karakter dalam kesehatan murid sekolah dasar. Pilihan pada pendekatan kualitatif didasarkan pada kebutuhan untuk tidak hanya mengejar capaian, melainkan juga menyoroti proses, pengalaman, interaksi sosial, dan makna yang tumbuh sepanjang kegiatan. Adapun metode deskriptif dipilih untuk memotret secara teratur bagaimana aktivitas fisik progresivisme diterapkan, nilai karakter ditanamkan, dan sumbangannya bagi kesehatan murid.

Penelitian ini bersifat interpretatif karena peneliti berupaya menangkap dan memaknai beragam pengalaman belajar, interaksi sosial, serta perkembangan nilai karakter yang muncul selama aktivitas fisik progresivisme dijalankan. Paradigma naturalistik dianut agar pembelajaran berlangsung apa

adanya tanpa rekayasa situasi, sehingga data yang terkumpul mampu memotret kondisi nyata penjas di sekolah dasar secara lebih objektif dan kontekstual.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SDN Nanjungsari yang berlokasi di Dusun Sebrang RT 05 RW 02, Kecamatan Ciasem, Kabupaten Subang, Jawa Barat. Lokasi ini dipilih karena lingkungan sekolahnya mendukung pelaksanaan aktivitas fisik progresivisme dan sarana penjas yang tersedia tergolong memadai. Kegiatan berlangsung selama empat pekan pada semester genap tahun ajaran 2025/2026, mulai Februari hingga Maret 2026.

Populasi dan Sampel Penelitian

Seluruh murid kelas IV SDN Nanjungsari tahun ajaran 2025/2026 yang berjumlah 20 orang dengan rentang usia 9–10 tahun ditetapkan sebagai subjek penelitian menggunakan teknik total sampling. Sepanjang penelitian, seluruh murid berpartisipasi aktif dalam berbagai aktivitas fisik progresivisme permainan edukatif, latihan kebugaran, dan kerja kelompok yang dirancang untuk menumbuhkan nilai kedisiplinan, tanggung jawab, kerja sama, sportivitas, dan kepedulian sosial. Guru penjas pun dilibatkan sebagai informan penunjang guna memperkuat data mengenai jalannya pembelajaran dan perkembangan karakter murid.

Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel yang diterapkan adalah total sampling, yakni menjadikan seluruh anggota populasi sebagai sampel penelitian. Dengan demikian, tidak dilakukan seleksi sebagian subjek berdasarkan kriteria tertentu maupun pengacakan. Teknik ini dipilih karena populasi murid kelas IV SDN Nanjungsari relatif kecil 20 siswa, sehingga seluruh murid dapat dilibatkan langsung dalam penelitian guna menghasilkan data yang lebih menyeluruh, objektif, dan mendalam.

Penggunaan total sampling menghadirkan keunggulan tersendiri: peneliti dapat mengamati secara penuh seluruh murid yang mengikuti aktivitas fisik progresivisme. Keterlibatan, kecakapan bekerja sama, kedisiplinan, tanggung jawab, sportivitas, dan reaksi setiap murid selama pembelajaran dapat dicermati secara lebih mendalam dan objektif. Penggunaan seluruh populasi sebagai sampel turut meningkatkan keabsahan data karena hasilnya merefleksikan keadaan nyata seluruh murid tanpa penyaringan.

Jenis Data dan Instrumen Penelitian

Data yang dikumpulkan terdiri atas dua jenis: data primer dan sekunder. Data primer bersumber dari pengamatan, wawancara, serta keterlibatan langsung peneliti dalam pembelajaran, sedangkan data sekunder berasal dari dokumen pendukung berupa perangkat ajar, foto kegiatan, catatan lapangan, daftar kehadiran, dan referensi ilmiah yang relevan. Peneliti berperan sebagai instrumen utama (human instrument) yang ditopang lembar observasi, panduan wawancara, angket, dan dokumentasi. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi dengan menyandingkan hasil pengamatan, wawancara, dan dokumentasi.

Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dijalankan secara runtut, meliputi: (1) tahap persiapan observasi pendahuluan, telaah pustaka, dan penyiapan instrumen; (2) tahap perencanaan program merancang aktivitas fisik progresivisme bersama guru penjas melalui permainan edukatif, kerja kelompok, dan latihan kebugaran; (3) tahap pelaksanaan selama empat pekan dengan keterlibatan aktif seluruh murid; (4) penghimpunan dan analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman; serta (5) penyusunan laporan berdasarkan hasil analisis dan telaah teori yang relevan.

Teknik Pengumpulan Data

Data dihimpun melalui empat teknik yang saling melengkapi: pengamatan, wawancara, angket, dan dokumentasi. Keempat teknik ini dijalankan secara bersamaan dan saling menguatkan untuk memastikan data yang diperoleh sah, objektif, dan mampu melukiskan keadaan pembelajaran yang sesungguhnya.

Observasi

Observasi digunakan untuk mengamati secara langsung aktivitas murid selama pembelajaran penjas berbasis progresivisme. Pengamatan ditempuh secara sistematis menggunakan lembar observasi berindikator yang mencakup keterlibatan murid, jalinan sosial, kedisiplinan, kerja sama, tanggung jawab, sportivitas, dan semangat belajar. Pengamatan diulang setiap pekan agar data perubahan perilaku murid yang diperoleh semakin objektif dan mendalam.

Lembar pengamatan dikembangkan dari indikator yang diturunkan dari variabel penelitian, yakni keterlibatan dalam aktivitas fisik, kesehatan, serta

nilai pendidikan karakter. Pada aspek keterlibatan, indikatornya terdiri atas: (1) kehadiran dan kesiapan murid mengikuti pelajaran; (2) keaktifan bergerak ketika aktivitas berjalan; (3) antusiasme serta inisiatif dalam menjalankan arahan; dan (4) lamanya keterlibatan aktif pada tiap sesi. Aspek kesehatan dijabarkan melalui: (1) kesanggupan murid merampungkan aktivitas fisik tanpa kelelahan berlebih; serta (2) reaksi murid terhadap intensitas latihan. Sementara aspek karakter dirinci menjadi: (1) disiplin, tampak dari ketepatan waktu dan kepatuhan pada aturan; (2) tanggung jawab, terlihat dari kesungguhan menuntaskan tugas dan merawat peralatan; (3) kerja sama, tercermin dalam interaksi dan pembagian peran pada kegiatan kelompok; (4) sportivitas, ditandai kesediaan menerima hasil serta menghargai lawan; dan (5) kepedulian sosial, terwujud dari sikap saling menolong antarteman. Tiap indikator dinilai dengan skala (muncul/tidak muncul disertai uraian kualitatif), sehingga peneliti mampu merekam perkembangan perilaku murid secara tertata dari pekan pertama sampai pekan keempat.

Wawancara

Wawancara ditempuh untuk menggali informasi mendalam mengenai implementasi aktivitas fisik berbasis progresivisme. Wawancara dijalankan secara semi-terstruktur kepada guru penjas dan sejumlah murid kelas IV. Pertanyaan untuk guru diarahkan pada jalannya pembelajaran, strategi penanaman nilai karakter, serta perkembangan kesehatan dan perilaku murid. Adapun wawancara kepada murid ditujukan untuk menelusuri pengalaman belajar, manfaat aktivitas fisik bagi kesehatan, dan pemahaman mereka terhadap nilai-nilai karakter yang ditanamkan.

Wawancara dilakukan secara semiterstruktur dengan pedoman yang dikembangkan dari aspek pengalaman belajar, kesehatan, karakter, dan implementasi pendekatan progresivisme. Beberapa contoh pertanyaan yang diajukan kepada guru, antara lain: “Bagaimana Bapak/Ibu merancang aktivitas fisik berbasis progresivisme dalam pembelajaran pendidikan jasmani?”; “Nilai karakter apa yang paling mudah dan paling sulit ditanamkan melalui aktivitas tersebut, dan mengapa?”; serta “Bagaimana respons dan perubahan perilaku siswa selama mengikuti pembelajaran?”. Sementara itu, contoh pertanyaan untuk siswa meliputi: “Apa yang kamu rasakan setelah mengikuti kegiatan aktivitas fisik ini?”; “Bagaimana kamu bekerja sama dengan temanmu saat

bermain atau berlatih?"; dan "Apakah kamu merasa tubuhmu menjadi lebih sehat dan lebih semangat belajar?". Pertanyaan-pertanyaan tersebut dikembangkan lebih lanjut secara fleksibel selama wawancara untuk menggali jawaban yang lebih mendalam sesuai konteks yang muncul.

Angket

Angket digunakan untuk mengukur tanggapan, persepsi, dan pengalaman murid terhadap pembelajaran aktivitas fisik progresivisme. Butir-butir pernyataannya mencakup aspek kesehatan, keterlibatan, kedisiplinan, kerja sama, tanggung jawab, sportivitas, dan semangat belajar, disusun menggunakan skala Likert dengan empat pilihan jawaban. Angket dibagikan kepada seluruh murid kelas IV seusai pembelajaran untuk mengukur manfaat yang dirasakan, kemudian dianalisis secara deskriptif guna melengkapi temuan observasi dan wawancara.

Dokumentasi

Dokumentasi berfungsi sebagai teknik pendukung yang memperkuat temuan dari observasi, wawancara, dan angket. Materi yang dikumpulkan mencakup foto kegiatan belajar, catatan lapangan, perangkat ajar penjas, daftar kehadiran murid, serta lembar jawaban angket. Dokumentasi ini sekaligus berfungsi sebagai bukti pelaksanaan penelitian dan membantu peneliti dalam menganalisis serta memaknai hasil secara lebih mendalam.

Teknik Analisis Data

Analisis data menerapkan model interaktif Miles dan Huberman yang terdiri atas tiga tahap: reduksi data, pemaparan data, dan penarikan simpulan atau verifikasi. Proses ini berjalan secara berkesinambungan sejak data mulai dikumpulkan hingga penelitian selesai. Sumber data yang ditelaah mencakup observasi, wawancara, angket, dan dokumentasi.

Pemberian kode terhadap data ditempuh secara berjenjang. Tahap pertama berupa pengodean terbuka (open coding), saat peneliti menelaah seluruh catatan pengamatan, transkrip wawancara, hasil angket, dan dokumentasi, lalu membubuhkan kode pada tiap satuan makna yang relevan, contohnya "DSP" bagi perilaku disiplin, "KS" bagi kerja sama, "TJ" bagi tanggung jawab, "SP" bagi sportivitas, dan "KP" bagi kepedulian sosial. Tahap kedua, melalui pengodean berporos (axial coding), kode-kode yang sejenis dirangkum ke dalam kategori yang lebih luas, yakni keterlibatan, kesehatan, dan nilai

karakter. Tahap ketiga, peneliti menjalankan pengodean selektif (selective coding) untuk menyambungkan antarkategori dan merumuskan tema pokok yang menggambarkan cara aktivitas fisik progresivisme menanamkan karakter sekaligus menopang kesehatan murid. Tema yang muncul selanjutnya dimaknai dengan bersandar pada bingkai filsafat progresivisme, sehingga analisis tidak sekadar berhenti sebagai deskripsi melainkan menjangkau pemaknaan yang lebih dalam.

Reduksi Data

Langkah pertama dalam analisis adalah reduksi data, yakni menyaring, menyederhanakan, dan menata data hasil observasi, wawancara, angket, dan dokumentasi agar selaras dengan fokus penelitian. Pada tahap ini, data dipilah menurut tema: aktivitas fisik, kedisiplinan, kerja sama, tanggung jawab, sportivitas, dan respons murid terhadap pembelajaran.

Penyajian Data

Tahap berikutnya adalah pemaparan data menata dan mengorganisasi data yang telah direduksi ke dalam format yang sistematis dan mudah dipahami. Data disajikan melalui uraian naratif, tabel ringkas, dan persentase angket yang diklasifikasikan menurut kategori: aktivitas fisik, perilaku sosial, nilai karakter, dan kondisi kesehatan murid.

Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi Data

Tahap penutup analisis adalah penarikan simpulan dan verifikasi. Simpulan dirumuskan dengan mengenali pola, kaitan, dan makna yang tersirat dari data mengenai aktivitas fisik progresivisme, pertumbuhan karakter, dan kesehatan murid. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan teknik, serta member checking terhadap informan untuk memastikan keselarasan antara data dan tafsiran.

Keabsahan Data

Keabsahan data dipertahankan lewat tiga ikhtiar pokok. Pertama, triangulasi yang dilangsungkan dalam dua wujud: triangulasi teknik, yakni menyandingkan data dari pengamatan, wawancara, angket, dan dokumentasi atas perilaku yang sama untuk menjamin keselarasannya; serta triangulasi sumber, yaitu membandingkan keterangan guru, murid, dan dokumen pembelajaran. Saat terdapat ketidakcocokan, peneliti menelusuri ulang data mentah dan mengonfirmasinya kembali sampai diperoleh simpulan yang

ditopang lebih dari satu sumber maupun teknik. Kedua, member checking ditempuh dengan mengembalikan ringkasan wawancara dan tafsiran sementara kepada guru serta sejumlah murid, supaya mereka dapat menimbang apakah catatan peneliti sudah sejalan dengan maksud dan pengalaman mereka; umpan balik ini lalu dipakai untuk membenahi tafsiran yang kurang pas. Ketiga, bias peneliti dikendalikan, mengingat peneliti sekaligus menjadi instrumen utama dan ikut terlibat dalam pembelajaran. Pengendalian itu dilakukan dengan menulis jurnal reflektif guna memilah deskripsi peristiwa dari penafsiran pribadi, memakai panduan pengamatan dan wawancara yang baku agar fokus tetap pada indikator, serta membahas temuan bersama guru dan sejawat (peer debriefing) untuk menguji apakah simpulan benar-benar berakar pada data, bukan pada dugaan peneliti.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini menyimpan beberapa keterbatasan yang patut diungkap secara jujur. Pertama, jumlah informan guru amat sedikit, hanya dua pendidik penjas. Hal ini bersumber dari konteks kajian yang terpusat pada satu sekolah dengan satu jenjang kelas, sehingga guru yang relevan dan memenuhi syarat memang hanya dua orang. Karena itu, keterangan guru ditempatkan sebagai data penunjang yang dikuatkan melalui pengamatan langsung atas seluruh murid dan triangulasi dengan sumber lain, alih-alih menjadi satu-satunya landasan simpulan. Kedua, jumlah subjek murid pun tergolong kecil (20 siswa) dan terbatas pada satu sekolah, sehingga temuannya bersifat kontekstual dan tidak diniatkan untuk digeneralisasi secara luas. Ketiga, durasi penelitian yang hanya empat pekan memungkinkan pengamatan atas tahap awal pertumbuhan karakter, tetapi belum mampu memastikan kelanjutan internalisasi nilai dalam jangka panjang. Maka, penelitian berikutnya disarankan menjangkau informan dan sekolah yang lebih beragam serta rentang pengamatan yang lebih lama agar hasilnya makin menyeluruh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Temuan penelitian dikumpulkan melalui empat jalur pengamatan, wawancara, angket, dan dokumentasi selama pelaksanaan aktivitas fisik progresivisme terhadap 20 murid kelas IV SDN Nanjungsari. Kegiatan berlangsung empat pekan melalui berbagai aktivitas penjas berbasis learning by

doing: permainan edukatif, kerja kelompok, latihan kebugaran, permainan koordinasi gerak, dan kegiatan reflektif seluruhnya dirancang untuk meningkatkan kesehatan sekaligus menumbuhkan nilai karakter murid.

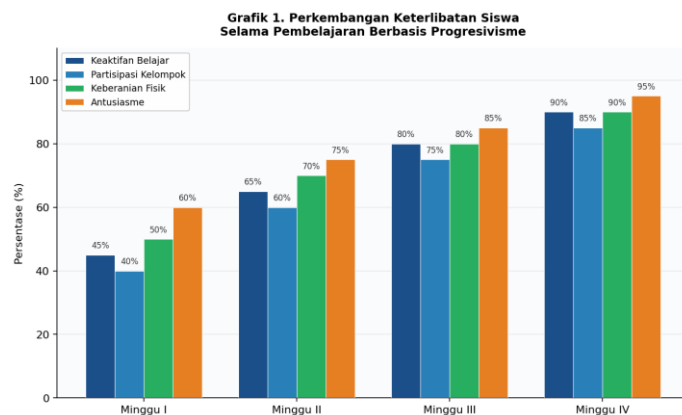
Sebelum data dipaparkan, penting ditegaskan bahwa angka persentase dalam kajian kualitatif ini bukanlah hasil uji statistik inferensial, melainkan sekadar kuantifikasi deskriptif sederhana untuk merangkum data kualitatif supaya pola perkembangannya lebih gampang dicermati. Persentase pada data pengamatan Tabel 1 dan Tabel 4 berasal dari perbandingan banyaknya murid yang menampakkan indikator perilaku tertentu terhadap keseluruhan subjek 20 siswa di tiap pekan, kemudian dikalikan 100%. Sebagai ilustrasi, keaktifan 45% di pekan pertama bermakna 9 dari 20 murid tampak menampilkan keaktifan sesuai indikator pada lembar pengamatan. Sementara itu, persentase pada data angket Tabel 3 dan Tabel 5 dihitung dari banyaknya respons positif, yakni penjumlahan jawaban “sangat setuju” dan “setuju” pada Tabel 2, dibagi seluruh responden 20 siswa. Contohnya, indikator “lebih aktif bergerak” meraih 95% sebab 15 murid menjawab sangat setuju dan 4 murid setuju 19 dari 20. Jadi, perangkat kuantifikasinya berupa lembar pengamatan berindikator dan angket skala Likert empat poin, sedangkan persentase hanyalah alat bantu deskriptif yang tetap dimaknai secara kualitatif lewat triangulasi dengan hasil wawancara dan dokumentasi.

Tabel 1. Hasil Observasi Keterlibatan Siswa

No	Aspek Yang Diamati	Minggu I	Minggu II	Minggu III	Minggu IV
1.	Keaktifan mengikuti pembelajaran	45%	65%	80%	90%
2.	Partisipasi dalam kerja kelompok	40%	60%	75%	85%
3.	Keberanian melakukan aktivitas fisik	50%	70%	80%	90%
4.	Antusiasme mengikuti pembelajaran	60%	75%	85%	95%

Data pada Tabel 1 memperlihatkan peningkatan keterlibatan yang konsisten dari pekan ke pekan. Keaktifan murid naik dari 45% pada pekan pertama menjadi 90% pada pekan keempat. Lonjakan paling tajam terjadi pada peralihan pekan pertama ke kedua 45%→65%, mengisyaratkan adanya fase adaptasi di awal sebelum murid sepenuhnya terbiasa dengan model

pembelajaran baru. Keterlibatan dalam kerja kelompok pun meningkat berarti dari 40% menjadi 85%, mencerminkan keberhasilan pendekatan progresivisme dalam mendinamiskan interaksi sosial antar murid.

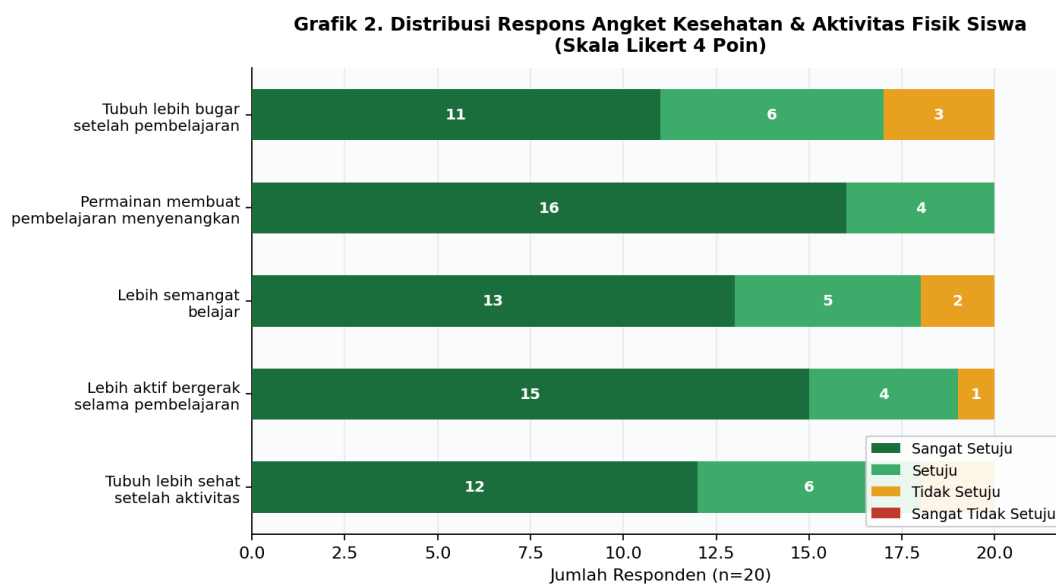


Grafik 1. Perkembangan Keterlibatan Siswa Selama Pembelajaran Berbasis Progresivisme

Grafik keterlibatan siswa menunjukkan adanya peningkatan keaktifan, kerja sama, keberanian, dan antusiasme siswa selama pelaksanaan aktivitas fisik berbasis progresivisme. Peningkatan tersebut terlihat dari minggu pertama hingga minggu keempat, yang menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman mampu meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Tabel 2. Hasil Angket Kesehatan dan Aktivitas Fisik Siswa

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1.	Saya merasa tubuh lebih sehat setelah mengikuti aktivitas fisik	12	6	2	0
2.	Saya lebih aktif bergerak selama pembelajaran berlangsung	15	4	1	0
3.	Pembelajaran membuat saya lebih semangat belajar	13	5	2	0
4.	Aktivitas permainan membuat pembelajaran lebih menyenangkan	16	4	0	0
5.	Saya merasa tubuh lebih bugar setelah pembelajaran	11	6	3	0



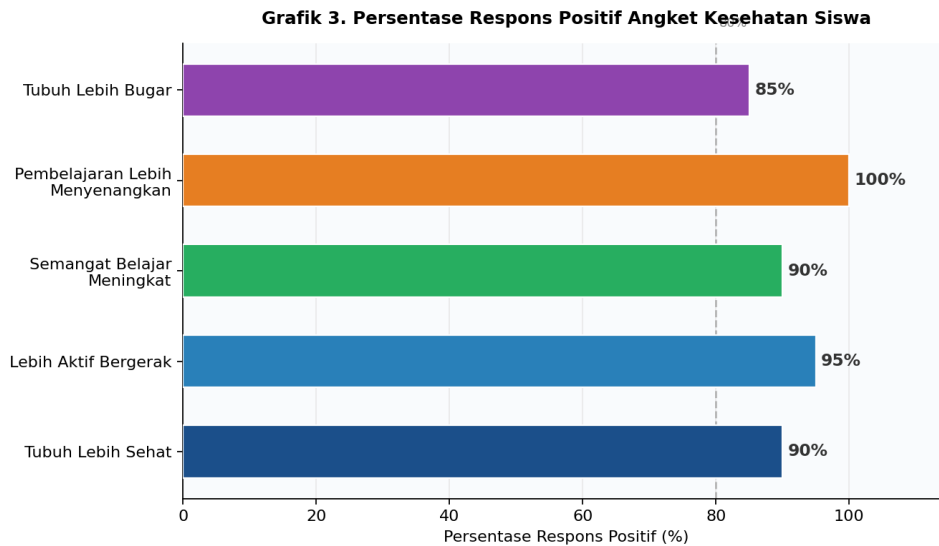
Grafik 2. Distribusi Respons Angket Kesehatan dan Aktivitas Fisik (Skala Likert 4 Poin)

Tabel 2 mengindikasikan bahwa sebagian besar murid memberikan respons positif terhadap aktivitas fisik berbasis progresivisme. Para murid mengaku merasa lebih sehat, lebih bergairak bergerak, lebih bersemangat belajar, dan lebih menikmati proses pembelajaran penjas setelah mengikuti kegiatan.

Tabel 3. Persentase Hasil Angket Kesehatan Siswa

No	Indikator	Presentase Positif
1.	Tubuh lebih sehat	90%
2.	Lebih aktif bergerak	95%
3.	Semangat belajar meningkat	90%
4.	Pembelajaran lebih menyenangkan	100%
5.	Tubuh lebih bugar	85%

Berdasarkan rekapitulasi angket pada Tabel 3, seluruh murid 100% menyatakan pembelajaran terasa lebih menyenangkan karena dikemas melalui permainan edukatif dan kegiatan kelompok yang beragam. Sebanyak 95% murid mengaku menjadi lebih bergairak bergerak sepanjang pembelajaran. Capaian ini menegaskan bahwa aktivitas fisik progresivisme mampu menghadirkan suasana belajar yang lebih hidup, mengasyikkan, dan mendukung kesehatan murid sekolah dasar.

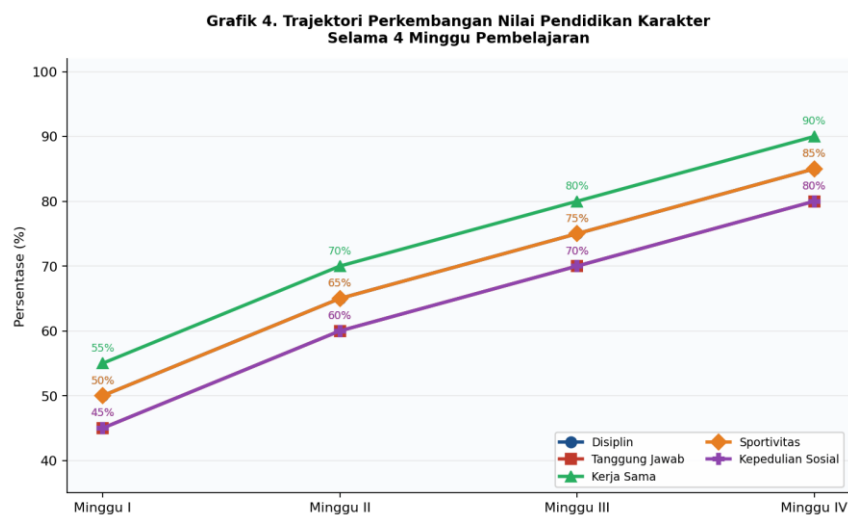


Grafik 3. Persentase Respons Positif Angket Kesehatan Siswa per Indikator

Grafik menunjukkan bahwa aktivitas fisik berbasis progresivisme memberikan dampak positif terhadap kesehatan dan keaktifan siswa. Sebagian besar siswa merasa lebih sehat, lebih aktif bergerak, lebih bugar, dan lebih semangat belajar setelah mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani berbasis aktivitas fisik.

Tabel 4. Hasil Observasi Nilai Pendidikan Karakter

No.	Nilai Karakter	Minggu I	Minggu II	Minggu III	Minggu IV
1.	Disiplin	50%	65%	75%	85%
2.	Tanggung jawab	45%	60%	70%	80%
3.	Kerja Sama	55%	70%	80%	90%
4.	Sportivitas	50%	65%	75%	85%
5.	Kepedulian Sosial	45%	60%	70%	80%



Grafik 4. Trajektori Perkembangan Nilai Karakter Selama 4 Minggu Pembelajaran

Tabel 4 menunjukkan bahwa nilai kerja sama mencatat peningkatan tertinggi, dari 55% pada pekan pertama menjadi 90% pada pekan keempat. Hal ini membuktikan bahwa permainan kelompok berhasil mengasah kemampuan murid dalam bekerja sama dan menjalin interaksi sosial. Nilai kedisiplinan dan sportivitas pun meningkat cukup berarti: murid mulai terbiasa menaati aturan permainan, menghargai lawan, dan menerima hasil pertandingan dengan lapang dada.

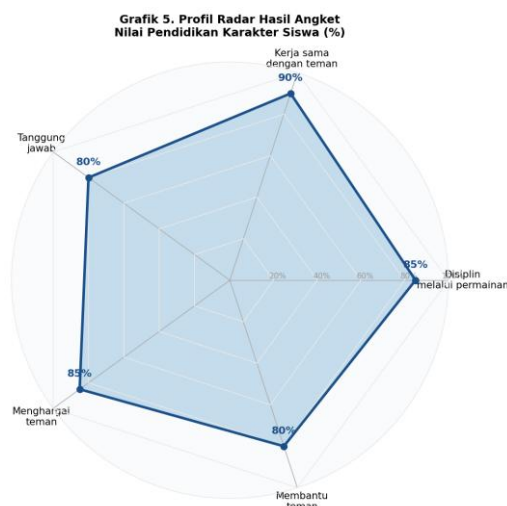
Jika data pengamatan karakter ditelaah secara menyeluruh, terungkap pola yang lebih berarti ketimbang sekadar angka yang menanjak. Pertama, semua nilai memang meningkat, namun titik awal dan kecepatan pertumbuhannya tidak sama. Nilai yang bertumpu pada interaksi kelompok, yakni kerja sama, bertolak dari posisi paling tinggi 55% sekaligus tumbuh paling pesat hingga 90%, sebaliknya nilai yang menuntut pengendalian diri dan kepekaan pada sesama, yaitu tanggung jawab dan kepedulian sosial, justru berangkat dari titik terendah 45% dan berakhir di angka terendah pula 80%. Pola semacam ini memberi isyarat bahwa pendekatan progresivisme berbasis kegiatan kelompok lebih lekas menumbuhkan nilai bercorak sosial-interaktif dibandingkan nilai yang bersifat batiniah dan personal. Kedua, terdapat selisih antarkonteks kegiatan: nilai disiplin dan sportivitas yang kerap diasah lewat aturan permainan memperlihatkan lintasan yang mirip 50% menuju 85%, sedangkan keterlibatan afektif semisal antusiasme Tabel 1 ajek berada di atas nilai-nilai karakter yang menuntut komitmen perilaku. Dengan kata lain, murid terlebih dahulu menikmati dan terlibat dalam kegiatan, barulah nilai karakter yang lebih menuntut terbentuk setahap demi setahap. Pola lintas-konteks inilah, alih-alih besaran persentase tiap indikator, yang menjadi temuan pokok penelitian ini.

Tabel 5. Hasil Angket Pendidikan Karakter

No	Pernyataan	Presentase Positif
1.	Saya belajar disiplin melalui permainan	85%
2.	Saya belajar bekerja sama dengan teman	90%
3.	Saya belajar bertanggung jawab	80%
4.	Saya menghargai teman selama permainan	85%
5.	Saya membantu teman saat kegiatan berlangsung	80%

Temuan angket Tabel 5 memperkuat hasil observasi: sebagian besar murid menilai aktivitas fisik progresivisme membantu mereka memahami nilai

karakter secara kontekstual. Kegiatan permainan dan kerja kelompok memberi ruang bagi murid untuk mempraktikkan kedisiplinan, tanggung jawab, dan kerja sama dalam situasi nyata yang bermakna bagi mereka.



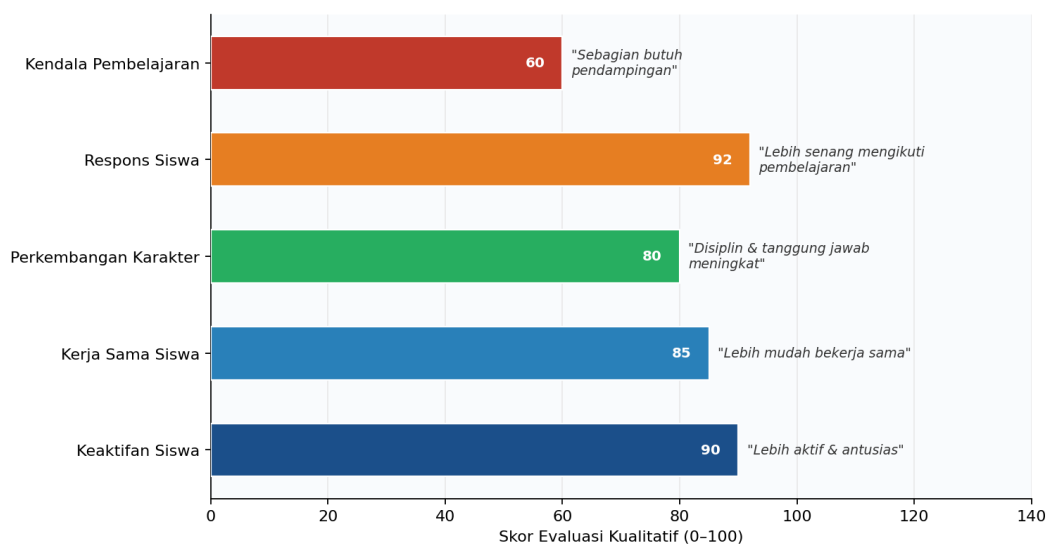
Grafik 5. Profil Radar Hasil Angket Nilai Pendidikan Karakter Siswa (%)

Grafik perkembangan nilai pendidikan karakter menunjukkan adanya peningkatan pada aspek disiplin, tanggung jawab, kerja sama, sportivitas, dan kepedulian sosial siswa selama pelaksanaan aktivitas fisik berbasis progresivisme. Nilai kerja sama mengalami peningkatan tertinggi dari 55% menjadi 90%, sedangkan nilai disiplin dan sportivitas meningkat dari 50% menjadi 85%. Selain itu, nilai tanggung jawab dan kepedulian sosial meningkat dari 45% menjadi 80%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa aktivitas fisik berbasis progresivisme efektif dalam membantu pembentukan karakter siswa sekolah dasar melalui pengalaman belajar secara langsung.

Tabel 6. Hasil Wawancara Guru Pendidikan Jasmani

No	Aspek Wawancara	Hasil Wawancara
1.	Keaktifan siswa	Siswa menjadi lebih aktif dan antusias
2.	Kerja sama siswa	Siswa lebih mudah bekerja sama dalam kelompok
3.	Perkembangan karakter	Disiplin dan tanggung jawab siswa meningkat
4.	Respons siswa	Siswa lebih senang mengikuti pembelajaran
5.	Kendala pembelajaran	Beberapa siswa masih memerlukan pendampingan

Grafik 6. Temuan Wawancara Guru Pendidikan Jasmani per Aspek yang Dikaji



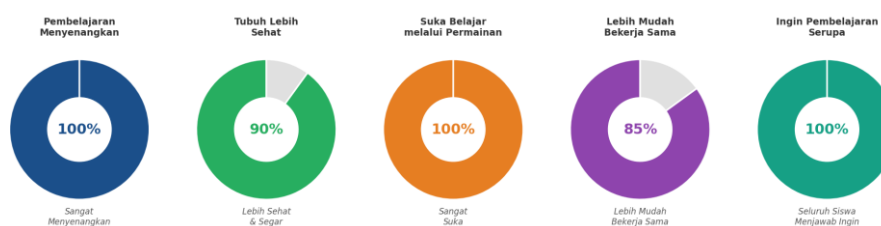
Grafik 6. Temuan Wawancara Guru Pendidikan Jasmani per Aspek yang Dikaji

Menurut guru penjas, implementasi aktivitas fisik progresivisme memberikan pengaruh positif yang nyata terhadap perilaku dan keterlibatan murid dalam pembelajaran. Guru mengamati kemajuan pada aspek keaktifan, kerja tim, dan tanggung jawab murid selama mengikuti rangkaian kegiatan.

Tabel 7. Hasil Wawancara Siswa

No.	Pertanyaan	Respons Dominan Siswa
1.	Apakah pembelajaran menyenangkan?	Sangat menyenangkan
2.	Apakah tubuh terasa lebih sehat?	Tubuh lebih sehat dan segar
3.	Apakah suka belajar melalui permainan?	Sangat suka
4.	Apakah lebih mudah bekerja sama?	Lebih mudah bekerja sama
5.	Apakah ingin pembelajaran seperti ini lagi?	Seluruh siswa menjawab ingin

Grafik 7. Distribusi Respons Dominan Wawancara Siswa Kelas IV SDN Nanjungsari



Grafik 7. Distribusi Respons Dominan Wawancara Siswa Kelas IV SDN Nanjungsari

Hasil wawancara Tabel 7 mengungkap kepuasan yang sangat tinggi dari murid. Mereka merasa lebih gembira mengikuti penjas karena pembelajaran dikemas melalui permainan dan kegiatan kelompok yang mengasyikkan. Murid pun merasakan tubuh lebih sehat, gerak lebih lincah, dan kerja sama dengan teman jauh lebih lancar sepanjang kegiatan.

Di balik kecenderungan hasil yang positif, data juga memuat temuan yang perlu dibaca secara kritis dan tidak boleh diabaikan. Pertama, tidak ada satu pun indikator yang mencapai penerimaan penuh dalam aspek karakter; bahkan pada minggu keempat, tanggung jawab dan kepedulian sosial hanya mencapai 80%, yang berarti sekitar empat dari dua puluh siswa belum konsisten menampilkan kedua nilai tersebut. Kedua, terdapat ketimpangan antara antusiasme yang sangat tinggi 95% dan internalisasi nilai yang lebih menuntut, yang mengindikasikan bahwa kesenangan terhadap aktivitas tidak otomatis berbanding lurus dengan terbentuknya karakter; siswa bisa sangat menikmati pembelajaran namun belum tentu disiplin atau bertanggung jawab secara konsisten. Ketiga, hasil angket yang seragam positif dan tanpa satu pun jawaban “sangat tidak setuju” patut disikapi hati-hati karena berpotensi mengandung bias keinginan menyenangkan peneliti (social desirability) dan keterbatasan kemampuan refleksi diri siswa kelas IV, sehingga angka angket tidak dapat berdiri sendiri tanpa dukungan observasi. Keempat, hasil wawancara guru secara eksplisit menyebutkan adanya kendala, yaitu sebagian siswa masih memerlukan pendampingan, yang memperlihatkan bahwa pembentukan karakter melalui aktivitas fisik tidak berlangsung merata pada semua siswa. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa keberhasilan pendekatan progresivisme bersifat gradual dan kontekstual, serta masih menyisakan keterbatasan dalam hal konsistensi dan pemerataan penerapan nilai karakter, terutama di luar situasi pembelajaran yang terstruktur.

Pembahasan

Bagian ini menganalisis temuan secara sistematis melalui empat langkah: gambaran umum temuan, telaah per tema pokok, mekanisme teoritis mengapa aktivitas fisik membentuk karakter, serta implikasi praktis bagi guru dan kurikulum PJOK.

1. Tinjauan Umum Temuan

Secara keseluruhan, hasil penelitian memperlihatkan bahwa aktivitas fisik progresivisme memberikan pengaruh positif yang konsisten terhadap tiga dimensi utama: keterlibatan murid, kebugaran fisik, dan perkembangan nilai karakter. Ketiga dimensi tersebut tidak tumbuh secara terpisah, melainkan saling menopang dalam satu proses pembelajaran yang menyatu.

2. Analisis Per Tema

a. Keterlibatan dan Kesehatan Siswa

Peningkatan keterlibatan dari 45% ke 90% dalam empat pekan adalah temuan penting yang layak ditelaah lebih dalam. Lonjakan pada transisi pekan pertama ke pekan kedua (45%→65%) menyiratkan adanya fase penyesuaian: murid membutuhkan waktu untuk memahami corak pembelajaran baru yang berbeda dari kebiasaan konvensional. Dalam ranah kesehatan, 90% murid menyatakan tubuhnya lebih prima dan 85% merasa lebih bugar, selaras dengan rekomendasi WHO yang menganjurkan aktivitas fisik sedang hingga tinggi minimal 60 menit per hari bagi anak usia sekolah dasar.

b. Perkembangan Nilai Pendidikan Karakter

Analisis data karakter mengungkap hierarki laju perkembangan yang bermakna: kerja sama (55%→90%) tumbuh paling cepat karena langsung diperkuat oleh struktur kegiatan kelompok; disiplin dan sportivitas (50%→85%) berada di posisi menengah; sementara tanggung jawab dan kepedulian sosial (45%→80%) menunjukkan laju terlambat karena menuntut pengendalian diri internal dan kepekaan pada sesama kapasitas yang memerlukan waktu dan kematangan kognitif lebih panjang.

3. Mekanisme Teoritis: Mengapa Aktivitas Fisik Membentuk Karakter

Menjawab pertanyaan “mengapa” aktivitas fisik mampu menempa karakter menuntut uraian yang melampaui pernyataan normatif bahwa “olahraga membangun karakter.” Dalam bingkai progresivisme Dewey, jawabannya terletak pada mekanisme reflektif yang muncul saat murid berhadapan dengan tantangan nyata dalam aktivitas fisik. Ketika seorang murid kalah bermain lalu mesti memilih antara menerima hasil dengan besar hati atau bereaksi gegabah, ia tengah menjalani apa yang Dewey namai “pengalaman bermasalah” (*problematic experience*), yang memantik perenungan dan keputusan moral.

Proses semacam ini tidak hadir dalam pembelajaran teoretis di kelas, sebab tidak ada akibat nyata yang dirasakan secara fisik dan sosial sekaligus. Secara filosofis, progresivisme memandang raga dan akal bukan sebagai dua hal yang terpisah, melainkan satu kesatuan yang tumbuh melalui pengalaman yang menyatu. Gagasan ini berbeda mendasar dari pendekatan konvensional yang cenderung memisah “pelajaran gerak” dari “pelajaran nilai.” Dalam pendekatan progresif, tiap momen fisik sekaligus menjadi momen moral: saat murid berlari bersama, ia bukan hanya melatih jantung dan pembuluh darah, tetapi juga menimbang ruang, laju, dan kepentingan bersama. Pertautan teori dan praktik pada penelitian ini mewujudkan nyata lewat rancangan kegiatan: permainan edukatif disusun bukan semata sebagai hiburan, tetapi sebagai situasi yang sengaja memunculkan dilema sosial-moral, seperti berbagi peran, menerima kekalahan, dan menyokong anggota kelompok yang lemah. Dengan begitu, asas *learning by doing* tidak diterapkan sekadar sebagai metode mengajar, melainkan sebagai epistemologi moral: nilai karakter dibangun bukan melalui khotbah tentang kebajikan, melainkan melalui pengalaman hidup yang dituntun secara pedagogis. Mekanisme inilah yang juga menerangkan temuan bahwa nilai kerja sama tumbuh paling cepat: kegiatan kelompok menumbuhkan saling ketergantungan fungsional antarmurid yang menjadikan kerja sama bukan pilihan etis tetapi keperluan praktis, sehingga penghayatannya lebih lekas dan lebih kukuh dibanding nilai yang semata digerakkan oleh kesadaran moral yang abstrak.

4. Implikasi Praktis bagi Guru dan Kurikulum PJOK

Temuan ini membawa sejumlah implikasi praktis. Pertama, guru PJOK perlu berperan bukan sekadar sebagai fasilitator gerak, melainkan sebagai penata situasi moral yang menghadirkan dilema sosial dalam konteks fisik. Kedua, kurikulum PJOK perlu mengalihkan orientasi penilaian dari yang semata mengukur keterampilan gerak menuju penilaian yang turut merangkul dimensi afektif dan sosial. Ketiga, nilai-nilai yang tumbuh lebih lambat tanggung jawab dan kepedulian sosial membutuhkan alokasi waktu, ragam kegiatan, dan intensitas *scaffolding* yang lebih besar dibandingkan nilai yang terbentuk secara alami melalui kerja kelompok.

KESIMPULAN

Berdasarkan keseluruhan temuan, implementasi aktivitas fisik berbasis progresivisme memberikan pengaruh positif yang bermakna terhadap tiga dimensi pembelajaran: (1) keterlibatan murid meningkat secara konsisten dari 45% ke 90% selama empat pekan; (2) persepsi kesehatan berada dalam rentang 85 sampai 100% respons positif; dan (3) seluruh nilai pendidikan karakter kedisiplinan, tanggung jawab, kerja sama, sportivitas, dan kepedulian sosial berkembang secara bertahap dengan laju yang bervariasi sesuai tingkat kerumitannya.

Kontribusi Teoritis

Secara teoretis, kajian ini memperluas aplikasi filsafat progresivisme Dewey dari tataran konseptual menuju tataran empiris di lapangan penjas sekolah dasar. Lebih dari itu, penelitian ini menghadirkan temuan orisinal mengenai hierarki laju perkembangan nilai karakter bahwa nilai sosial-interaktif tumbuh lebih cepat dibandingkan nilai yang menuntut pengendalian diri yang dapat menjadi kerangka analitis baru bagi pengkaji pendidikan karakter.

Kontribusi Praktis

Pada tataran praktis, kajian ini menyodorkan model pembelajaran PJOK yang dapat langsung diadaptasi tanpa memerlukan sarana khusus atau anggaran tambahan yang besar. Model tersebut tersusun atas: (1) rancangan kegiatan berbasis situasi moral; (2) lembar observasi karakter mingguan; dan (3) sesi refleksi singkat pascakegiatan. Bagi penyusun kurikulum, temuan ini mengisyaratkan perlunya penyesuaian alokasi waktu dan intensitas scaffolding sesuai tingkat kerumitan nilai karakter yang hendak dibentuk.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diakui secara terbuka. Pertama, jumlah informan guru yang hanya dua orang membatasi keluasan sudut pandang dari sisi pendidik. Kedua, cakupan yang terbatas pada satu sekolah dengan 20 murid membuat temuan bersifat kontekstual dan tidak dapat digeneralisasi secara luas. Ketiga, durasi empat pekan hanya memungkinkan pengamatan atas fase awal pembentukan karakter, belum cukup untuk memastikan internalisasi nilai dalam jangka panjang.

Arah Penelitian Lanjutan

Berdasarkan temuan dan keterbatasan kajian ini, tiga arah penelitian lanjutan dipandang paling mendesak: (1) penelitian kuasi-eksperimen dengan kelompok kontrol di beberapa sekolah berbeda untuk menguji kausalitas; (2) penelitian longitudinal minimal satu semester penuh guna mengamati keajegan internalisasi nilai di luar situasi pembelajaran formal; dan (3) pengembangan intervensi yang secara khusus menargetkan nilai yang tumbuh lambat terutama tanggung jawab dan kepedulian sosial melalui scaffolding yang lebih intensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala SDN Nanjungsari, Kecamatan Ciasem, Kabupaten Subang, Jawa Barat, beserta segenap pendidik khususnya guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) atas izin, kepercayaan, dan dukungan fasilitas yang diberikan selama seluruh rangkaian penelitian berlangsung. Ucapan terima kasih yang tulus juga disampaikan kepada seluruh murid kelas IV yang berpartisipasi secara sukarela dan penuh semangat sebagai subjek penelitian. Penghargaan tinggi penulis haturkan kepada para pakar bidang pendidikan jasmani dan evaluasi pembelajaran yang telah memberikan validasi instrumen penelitian sehingga alat ukur yang digunakan menjadi lebih sahih dan tepat sasaran. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada Universitas Negeri Yogyakarta atas dukungan akademik dan kelembagaan selama penyusunan karya ini. Perlu ditegaskan bahwa penelitian ini dibiayai secara mandiri oleh para penulis, tanpa dana hibah dari lembaga pemerintah, swasta, maupun nirlaba mana pun.

PERNYATAAN KONTRIBUSI PENULIS

Tata Abdul Fatah (TAF): konseptualisasi dan perumusan gagasan penelitian, perancangan prosedur dan metodologi, pengembangan instrumen, pengumpulan data di lapangan, analisis data, dan penyusunan draf naskah awal. Rukiyati (RUK): penajaman kerangka teoritis dan konseptual, penyeliaan pelaksanaan penelitian, validasi kesesuaian pendekatan metodologis, serta peninjauan dan penyuntingan naskah secara kritis. Helmy Nurhidayah (HNN): penyempurnaan instrumen dan prosedur penelitian, pendalaman interpretasi hasil analisis data, penyeliaan penulisan naskah, serta peninjauan dan

penyuntingan versi akhir artikel. Seluruh penulis telah membaca, menyetujui, dan menyetujui versi akhir naskah ini untuk dipublikasikan.

PERNYATAAN PENGUNGKAPAN AI

Dalam proses penyusunan artikel ini, penulis memanfaatkan beberapa alat berbantuan kecerdasan buatan (AI) sebagai pendukung teknis penulisan. Grammarly digunakan untuk penyuntingan bahasa, penyesuaian gaya penulisan, dan perbaikan tata bahasa agar sesuai kaidah penulisan ilmiah. Alat bantu parafrase berbasis AI juga digunakan untuk memperkaya variasi diksi dan struktur kalimat. Seluruh keluaran yang dihasilkan oleh alat-alat tersebut telah ditinjau, dievaluasi, dan disunting secara menyeluruh oleh penulis sebelum dimasukkan ke dalam naskah akhir. Tanggung jawab penuh atas keakuratan isi, kedalaman analisis, validitas simpulan, dan seluruh pernyataan dalam artikel ini sepenuhnya berada di tangan para penulis. Penggunaan AI dalam penelitian ini semata-mata bersifat teknis dan tidak memengaruhi orisinalitas gagasan, proses pengumpulan data, maupun interpretasi temuan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyanti, Y. (2008). Validitas dan reliabilitas dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 12(2), 137–141.
- Al Hakim, R., Mustika, I., Yuliani, W., & others. (2021). Validitas dan reliabilitas angket motivasi berprestasi. *FOKUS (Kajian Bimbingan \& Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(4), 263.
- Anisa, N., & Ramadan, Z. H. (2021). Peran Kepala Sekolah dan Guru dalam Menumbuhkan Perilaku Hidup Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(4), 2263–2269.
- Anisa, S., Maulani, A., Khobir, A., Najiyah, S., & Sabiq, M. Z. (2025). *Implikasi Progresivisme dalam Pembelajaran: Membangun Siswa yang Aktif dan Inovatif*. November.
- Arianto, B. (2024). *Teknik wawancara dalam metoda penelitian kualitatif*.
- Bailey, R., Agans, J. P., Côté, J., Daly-Smith, A., & Tomporowski, P. D. (2021). *Physical Activity and Sport During the First Ten Years of Life*. Routledge.
- Bima, K., & Barat, T. (2025). *Membangun Karakter Positif melalui Pendidikan Jasmani di Sekolah: Sinergi antara Fisik dan Moral Fostering Positive Character through Physical Education in Schools: A Synergy between Physical and Moral Development*. 4(1), 40–54.

- Damariswara, R., Wiguna, F. A., Khunaifi, A. A., Zaman, W. I., & Nurwenda, D. D. (2021). Penyuluhan Pendidikan Karakter Adaptasi Thomas Lickona. *Dedikasi Nusantara: Jurnal Pengabdian Masyarakat Pendidikan Dasar*, 1(1), 25–32.
- Dewey, J. (1986). Experience and education. *The Educational Forum*, 50(3), 241–252.
- Dewi, A. P., Hartono, H., & Ary, D. Da. (2023). Pendekatan Euritmik Dalcroze sebagai proses pengembangan kemampuan gerak dasar anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(6), 7515–7524.
- Farida, N. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan*. Bahasa.
- Farmawaty, W. (2021). *Konsep Pendidikan Karakter Dalam Buku Educating For Character Karya Thomas Lickona Untuk Menumbuhkan Karakter Religius*. IAIN Ponorogo.
- Jailani, M. S., & others. (2023). Teknik pengumpulan data dan instrumen penelitian ilmiah pendidikan pada pendekatan kualitatif dan kuantitatif. *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9.
- Julaeha, S. (2019). Problematika Kurikulum dan Pembelajaran Pendidikan Karakter. *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, 7(2), 157. <https://doi.org/10.36667/jppi.v7i2.367>
- Kristina, A. (2024). *Teknik wawancara dalam penelitian kualitatif*. Deepublish.
- Lickona, T. (2012). Character education: Restoring virtue to the mission of schools. In *Developing Cultures* (pp. 57–76). Routledge.
- Lickona, T. (2018). Reflections on Robert McGrath’s “What is character education?” *Journal of Character Education*, 14(2), 49–57.
- Lickona, T. (2022). *Character matters (Persoalan karakter): Bagaimana membantu anak mengembangkan penilaian yang baik, integritas, dan kebajikan penting lainnya*. Bumi Aksara.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., Saldana, J., & Rohidi, T. R. (1996). F. Analisis Data. *Implementasi Kurikulum Merdeka Di Sekolah*, 61.
- Muhammad Nur Alif, T. M. (2021). *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. *Jpjo*, 6(1), 102–109.
- Muhtar, T., & Dallyono, R. (2020). Character education from the perspectives of elementary school physical education teachers. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 39(2), 395–408.
- Murniarti, E. (2025). *Metode penelitian kualitatif dalam pendidikan*.
- Ningrum, S., & Ruslan, A. (2024). *Filsafat Pendidikan Progresivisme dalam*

Pembentukan Karakter Siswa Sekolah Dasar. 1(6), 408–418.

- Nurfajriani, W. V., Ilhami, M. W., Mahendra, A., Afgani, M. W., & Sirodj, R. A. (2024). Triangulasi data dalam analisis data kualitatif. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(17), 826–833.
- Organization, W. H. (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. World Health Organization.
- Qomaruddin, Q., & Sa'diyah, H. (2024). Kajian teoritis tentang teknik analisis data dalam penelitian kualitatif: Perspektif Spradley, Miles dan Huberman. *Journal of Management, Accounting, and Administration*, 1(2), 77–84.
- Raharjo, H. P., Kusuma, D. W. Y., Putra, R. B. A., & Irsyada, R. (2023). Physical education with the TPSR model: Building characters and basic manipulative movements in elementary school students. *Journal Sport Area*, 8(2), 239–250. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2023.vol8\(2\).11072](https://doi.org/10.25299/sportarea.2023.vol8(2).11072)
- Rinja Efendi, 2009. (n.d.). *Pendidikan Karakter di Sekolah*.
- Solihin, E. (2021). *Pendekatan Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan*. Pustaka Ellios.
- Suryobroto, A. S., & Jiménez, J. V. G. (2022). Pendidikan karakter kemandirian peserta didik sekolah dasar melalui bermain sepakbola empat gawang. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(2), 155–169.
- Suwarnaningrat, N. D. E. (2023). Analisis Teknik Observasi Dalam Pembelajaran Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(24), 1011–1015.
- Syafei, I. (2025). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Cv Widina Media Utama.
- Wijaya, H. (2018). Analisis data kualitatif model Spradley (etnografi). *Sekolah Tinggi Theologia Jaffray*, 3(1), 1–10.
- Wijoyo, H. (2022). Analisis teknik wawancara (pengertian wawancara, bentuk-bentuk pertanyaan wawancara) dalam penelitian kualitatif bagi mahasiswa teologi dengan tema pekabaran injil melalui penerjemahan alkitab. *Academia. Edu*, 1–10.

PROFIL SINGKAT



Tata Abdul Fatah, S.T., M.Pd., lahir di Karawang pada tanggal 03 Juli 1978. Menempuh pendidikan Strata I (SI) pada Program Studi Teknik Industri Fak. Teknik (TI) di Universitas Negeri Singaperbangsa Karawang, dan lulus pada tahun 2004. Dan Menempuh Pendidikan Strata II (S2) pada Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP di Universitas Negeri Singaperbangsa Karawang, dan lulus pada tahun 2025. Kemudian sedang melanjutkan Strata III (S3) pada Program Studi Ilmu Pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta pada tahun 2025 sampai sekarang.

Saat ini Tata aktif sebagai Staff BPKU Universitas Singaperbangsa menjabat sebagai Analis SDMA Aparatur Kepegawaian dan mendapatkan tugas Tambahan sebagai Staff. Teknisi, Sarana Prasarana, dan BMN di bagian Umum Universitas Negeri Singaperbangsa Karawang kampus satu yang beralamatkan di 1. HS. Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Kec. Telukjambe Timur, Kabupaten Karawang, Jawa Barat 41361 dan kampus dua yang beralamatkan Jl. Lingkar Tanjungpura, Desa Margasari, Kecamatan Karawang Timur, Kabupaten Karawang, Jawa Barat 41361. Selain itu juga aktif sebagai wakil ketua dari pengurus (Petanque) di Koni Kabupaten Karawang.