



## Physical Education Teachers' Perceptions of the Importance of Physical Education for Students' Social-Emotional Development

*Persepsi Guru PJOK tentang Pentingnya Pendidikan Jasmani terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Siswa*

Dita Wardani<sup>1\*</sup>, Tazkiyatul Mutmainnah<sup>1</sup>, Anis Tasya Dela Puspita<sup>1</sup>, Pathurrohman<sup>1</sup>

<sup>1</sup>UIN Walisongo Semarang

\*Correspondence: [anistasya2703@gmail.com](mailto:anistasya2703@gmail.com)

### ABSTRACT

Physical Education, Sport and Health (PJOK) plays an important role in the holistic development of elementary school students, not only from the physical aspects but also mental, social, emotional children can also learn discipline, cooperation and also maintain health from an early age. However, the implementation and prioritization of this subject is often influenced by teachers' perceptions as the main implementers in the field. This study aims to explore the views of physical education teachers regarding the importance of physical education in primary schools as well as the factors that influence their perceptions and also to find out how physical education teachers interpret the urgency of physical education in supporting the motor, cognitive and social development of primary school-age children. The research method used qualitative. Data were collected through semi-structured interviews with PJOK teachers from Plumbungan Elementary School. The results showed that the majority of PJOK teachers viewed physical education as a means to build physical fitness, motor skills, sportsmanship values, and student cooperation. However, several obstacles such as limited facilities, minimal time allocation, and lack of stakeholder support are challenges in optimizing learning. The implication of this study emphasizes the need to improve facilities, teacher training, and advocacy for the importance of PJOK in the school curriculum. This can be a reference for policy makers, schools, and teachers in strengthening physical education.

**Keywords:** Theacer PJOK; Physical Education; Social-Emotional

### ABSTRAK

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memegang peranan penting dalam perkembangan holistik siswa sekolah dasar, tidak hanya dari aspek fisik tetapi juga mental, sosial, emosional anak-anak juga bisa belajar disiplin, kerjasama dan juga menjaga kesehatan sejak dini. Namun, implementasi dan prioritas mata pelajaran ini seringkali dipengaruhi oleh persepsi guru sebagai pelaksana utama di lapangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pandangan guru PJOK mengenai pentingnya pendidikan jasmani di sekolah dasar serta faktor-faktor yang memengaruhi persepsi mereka dan juga untuk mengetahui bagaimana guru PJOK memaknai urgensi Pendidikan jasmani dalam menunjang perkembangan motorik, kognitif dan sosial anak usia sekolah dasar. Metode penelitian menggunakan kualitatif. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur terhadap guru PJOK dari SD Plumbungan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas guru PJOK memandang pendidikan jasmani sebagai sarana untuk membangun kebugaran fisik, keterampilan motorik, nilai-nilai sportivitas, dan kerja sama siswa. Namun, beberapa kendala seperti keterbatasan fasilitas, alokasi waktu yang minim, dan kurangnya dukungan stakeholders menjadi tantangan dalam optimalisasi pembelajaran. Implikasi dari penelitian ini menekankan perlunya peningkatan sarana-prasarana, pelatihan guru, serta advokasi akan pentingnya PJOK dalam kurikulum sekolah. Hal ini dapat menjadi acuan bagi pemangku kebijakan, sekolah, dan guru dalam memperkuat peran pendidikan jasmani di tingkat dasar.

**Kata Kunci:** Guru PJOK; Pendidikan Jasmani; Sosial-Emosional

*This is an open access article under the [CC - BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) license.*



## PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari kurikulum sekolah dasar yang tidak hanya berfokus pada pengembangan fisik, tetapi juga aspek kognitif, sosial, dan emosional siswa. Pendidikan

jasmani yaitu bagian dari integral keseluruhan proses Pendidikan yang merupakan tujuan usaha untuk meningkatkan kinerja manusia melalui media kegiatan fisik yang telah dipilih dengan mewujudkan hasilnya (Mustafa & Dwiyogo, 2020). Dalam konteks pendidikan holistik, PJOK berperan penting dalam membentuk kebiasaan hidup aktif, keterampilan motorik, serta nilai-nilai seperti disiplin, kerja sama, dan sportivitas. Namun, di banyak sekolah dasar, mata pelajaran ini seringkali dipandang sekunder dibandingkan dengan mata pelajaran akademik, sehingga alokasi waktu, sarana, dan perhatian terhadap PJOK cenderung terbatas. Persepsi guru PJOK tentang pentingnya pendidikan jasmani terhadap perkembangan emosional siswa menjadi faktor krusial dalam menentukan kualitas implementasi pembelajaran. Guru sebagai ujung tombak pelaksana kurikulum memiliki peran strategis dalam menanamkan nilai-nilai pendidikan jasmani kepada siswa (Ashari, 2021). Pandangan guru terhadap PJOK dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengalaman mengajar, dukungan lingkungan sekolah, pelatihan profesional, serta pemahaman akan kontribusi PJOK terhadap perkembangan siswa. Sebagaimana terungkap dalam wawancara awal dengan seorang guru PJOK, pendidikan jasmani dianggap bukan hanya sebagai sarana aktivitas fisik, tetapi juga sebagai media pembentukan karakter dan peningkatan kualitas hidup siswa sejak dini.

Pendidikan jasmani ini meningkatkan keterampilan motorik, kemampuan fisik, dan pengetahuan. Menurut Rahayu & Ega Trisna dalam (Anisa Julia Dwi Putri, 2024) "Pendidikan jasmani secara esensial adalah bagian bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran fisik atau kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas fisik atau jasmani dan olahraga". Pendidikan jasmani adalah komponen penting dari pendidikan secara keseluruhan (Sudarsinah, 2021). Ini adalah metode pendidikan melalui latihan fisik yang dipilih untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuan organik, neuromuskuler, interoeratif, sosial, dan emosional. Siswa akan memperoleh pengetahuan dan pemahaman tentang gerak manusia dan berbagai ungkapan yang tepat melalui pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani sangat penting karena memberikan siswa akses langsung ke berbagai pengalaman belajar melalui bermain, olahraga, dan aktivitas fisik (Wibowo et al., 2024).

Karena itu, tujuan pendidikan jasmani bukan hanya untuk meningkatkan kemampuan psikomotorik peserta didik, tetapi juga untuk meningkatkan kemampuan kognitif dan afektif mereka. Tujuan pendidikan jasmani adalah untuk menanamkan moralitas, kepribadian yang kuat, toleransi, dan hubungan sosial (Acep Noval Mulzaman et al., 2024). Ini juga bertujuan untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan menumbuhkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri, dan demokratis. Selain itu, pendidikan jasmani juga mengajarkan keterampilan gerak, keterampilan dalam berbagai jenis olahraga dan permainan, dan perkembangan sosial-emosional dan karakter (Siddik et al., 2024). Perkembangan sosial siswa sekolah dasar menjadi salah satu aspek yang sangat penting dalam konteks pendidikan, dikarenakan keterampilan sosial yang diperoleh anak dapat mempengaruhi kemampuan untuk berinteraksi dan beradaptasi dengan orang lain dan lingkungan sosial di masa depan kelak (Setiawati et al., 2024). David Atkinson, direktur dari *Cooper Venture Development Program*, salah satu divisi dari *Cooper Aerobic Center* di Dallas, AS, dalam (Zain, 2020) mengatakan, "Olahraga akan meningkatkan energi dan menambah serotonin dalam otak." Di otak, serotonin adalah hormon yang mengatur emosi, pemahaman, dan nafsu makan. Orang yang berolahraga secara teratur akan lebih produktif. Produktivitas seseorang tidak hanya menunjukkan kemampuan mereka untuk menyediakan tingkat kerja yang tinggi, tetapi juga dapat menciptakan lingkungan tempat kerja yang menyenangkan.

Banyak penelitian telah membahas peran pendidikan jasmani dalam mendukung perkembangan fisik dan kognitif siswa, terutama di tingkat sekolah dasar. Namun, hanya sedikit penelitian yang secara khusus membahas bagaimana guru PJOK melihat dampak pendidikan jasmani terhadap perkembangan sosial-emosional siswa, khususnya dalam konteks lokal seperti SDN Plumbungan, Pati. Studi ini sebagian besar berfokus pada kemampuan fisik siswa atau hasil belajar motorik mereka. Selain itu, masih belum banyak diketahui tentang elemen tertentu dalam pendidikan jasmani yang dianggap guru paling berdampak pada emosi siswa. Guru juga mengatakan bahwa mereka menghadapi tantangan dalam mengintegrasikan tujuan sosial-emosional dengan aktivitas olahraga dan permainan di sekolah dasar. Akibatnya, penelitian ini sangat penting untuk dilakukan karena akan memberikan gambaran yang lebih luas tentang bagaimana guru PJOK melihat pendidikan jasmani sebagai cara untuk membantu pertumbuhan emosional siswa di sekolah dasar.

## METODE PENELITIAN

Pendekatan kualitatif deskriptif dipilih karena metode ini cocok untuk mempelajari makna, perspektif, dan pengalaman subjek secara menyeluruh dalam kehidupan nyata. Dengan tujuan mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang persepsi guru PJOK terhadap pentingnya pendidikan jasmani bagi perkembangan sosial-emosional siswa di SDN Plumbungan, Pati. Penentuan subjek penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini berfokus pada tiga elemen utama bagaimana guru melihat peran pendidikan jasmani dalam pertumbuhan sosial-emosional siswa mereka, elemen pendidikan jasmani yang dianggap paling berdampak pada emosi siswa mereka, dan

tantangan guru dalam mengintegrasikan tujuan sosial-emosional dalam pembelajaran PJOK. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi (Sugiyono, 2020). Informasi dikumpulkan dengan fleksibel namun terarah pada rumusan masalah melalui panduan wawancara semi- terstruktur secara langsung. Model interaktif yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman digunakan untuk menerapkan metode analisis data, yang terdiri dari tiga tahap: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi (Zulfirman, 2022). Untuk mendapatkan data yang valid dan terpercaya dilakukan teknik triangulasi sumber dengan membandingkan hasil observasi, dokumentasi, dan wawancara (Wiyanda Vera Nurfajriani, 2024). Dari perspektif guru PJOK di sekolah dasar, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang komprehensif tentang peran pendidikan jasmani dalam membentuk aspek sosial- emosional siswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui wawancara mendalam dengan guru PJOK di SDN Plumbungan, Pati, ditemukan bahwa guru mempunyai pandangan yang sangat positif terhadap peran pendidikan jasmani dalam pengembangan sosial-emosional siswa. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, guru menyampaikan bahwa PJOK bukan hanya berfokus melatih kemampuan fisik, tetapi juga dapat membentuk karakter sosial dan emosional siswa. Aktivitas yang dilaksanakan dalam pembelajaran PJOK, siswa dapat belajar tentang nilai-nilai kejujuran, kerjasama, disiplin dan sportivitas. Hal ini dapat diartikan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga dapat menjadi wadah dalam menanamkan nilai-nilai sosial-emosional secara aplikatif dan kontekstual. kegiatan PJOK yang memiliki dampak yang baik dalam mengembangkan sikap sosial dan emosional yaitu permainan kelompok seperti sepak bola, bola voli, atau estafet. Dalam permainan kelompok siswa bekerja sama untuk mencapai tujuan yang sama. Siswa dapat mengembangkan keterampilan berkomunikasi misalnya siswa bertukar pendapat terkait strategi permainan dan saling memberikan intruksi satu sama lain untuk memastikan antar anggota tim dapat bermain dengan baik.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, guru harus mengajarkan untuk mengelola emosi siswa, khususnya emosi saat menang dan kalah dalam permainan. Ketika terdapat siswa yang merasa kecewa setelah tim mereka mengalami kekalahan. Guru berperan dalam mengarahkan siswa untuk memberikan ucapan selamat kepada tim yang menang dan mengambil pelajaran dari pengalaman tersebut. Guru dapat memperkenalkan sikap sportivitas kepada siswa untuk mengetahui makna menang dan kalah dalam permainan. Guru dapat mengajari siswa untuk tidak menyalahkan temannya atau diri sendiri jika mereka kalah. Guru juga dapat membantu siswa mengendalikan perasaan dan belajar menerima kekalahan. Ajarkan anak sekolah dasar sikap sportif dan menghargai lawan jauh lebih penting selama permainan. Dengan begitu, siswa yang mengalami kekalahan yang awalnya merasa kecewa, dengan dorongan guru siswa dapat menerima hasil permainan dengan sikap yang baik. Hal ini menunjukkan pendidikan jasmani dapat mengelola emosi yakni mengendalikan diri dan memiliki kemampuan mengatasi kekecewaan.

Hasil penelitian ini senada dengan hasil penelitian terdahulu yang menemukan bahwa pendidikan jasmani dapat memberikan kontribusi terhadap perkembangan afektif pada peserta didik (Ramdani et al., 2023). Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya yang dilihat dari metode penelitian yang sama yakni metode kualitatif deskriptif, dan juga melakukan observasi secara langsung dan wawancara untuk mendapatkan data yang sesuai dengan kenyataan dan pengalaman langsung dari seorang guru. Meskipun demikian, penelitian ini, mempunyai perbedaan dengan penelitian sebelumnya karena lokasi yang berbeda. Lokasi penelitian ini dilakukan di SDN Plumbungan, Pati, yang mempunyai karakteristik atau ciri khas sosial dan budaya local tersendiri. Selain itu, data yang didapatkan dalam penelitian ini bukan hanya menunjukkan pandangan guru secara umum, tetapi juga memuat pengamatan secara langsung terhadap perilaku siswa. Misalnya, siswa mempunyai kemampuan kerjasama yang baik dan mampu mengendalikan emosi dalam kegiatan PJOK. Analisis data dilakukan dengan mengkaji jawaban guru berdasarkan beberapa tema dalam pertanyaan wawancara, seperti pandangan guru, perubahan perilaku siswa dan pengaruh kegiatan PJOK terhadap kondisi emosional siswa. Namun yang membedakan penelitian merupakan fokus kepada aspek-aspek tertentu, yaitu pentingnya kegiatan pemanasan dan pendinginan dalam pembentukan kesadaran emosional siswa, hal ini belum dibahas secara mendalam dalam penelitian lain (Wijayanto, 2024).

Hasil penelitian yang membahas tentang tantangan yang dihadapi guru PJOK dalam menggabungkan atau mengintegrasikan pengembangan social-emosional ke dalam pendidikan jasmani di SDN Plumbungan, berdasarkan hasil wawancara, guru menyatakan bahwa keterbatasan waktu dan kurikulum yang lebih fokus pada aspek motorik yang menjadi hambatan utama. akibatnya, pembinaan aspek social-emosional dalam kegiatan PJOK menjadi kurang optimal. Selain itu tidak semua siswa antusias mengikuti pembelajaran PJOK, beberapa siswa kurang percaya diri atau tidak menyukai aktivitas fisik, sehingga hal ini menjaditantang tersendiri bagi guru dalam menghadapi tantangan dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan inklusif. Penelitian ini mempunyai kesamaan dengan penelitian sebelumnya, yaitu memiliki kesamaan dalam mengidentifikasi berbagai kendala dalam pelaksanaan pembelajaran

PJOK, terutama yang berkaitan dengan keterbatasan fasilitas dan minimnya pemahaman stakeholder terkait pentingnya PJOK dalam membentuk karakter siswa. Penelitian ini juga mempunyai perbedaan yaitu penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui wawancara yang mendalam pada lingkungan sekolah dasar dan berfokus pada pengembangan aspek sosial dan emosional siswa.

Hasil penelitian ini bukan hanya memperkuat data sebelumnya, tetapi juga menambahkan informasi bahwa rendahnya keterlibatan atau dukungan orang tua dan kurangnya fasilitas yaitu sarana prasarana yang kurang memadai mempunyai dampak terhadap variasi kegiatan yang terbatas yang bisa mendorong interaksi sosial siswa (Eviانا Dwi & Sudiansyah, 2024). Analisis dilakukan dengan kategorisasi tematik dari jawaban wawancara, yang kemudian diinterpretasikan untuk mengetahui korelasi antar faktor. Keberhasilan penelitian ini diukur dari sejauh mana data yang didapatkan mampu menjawab pertanyaan penelitian secara menyeluruh (Rahman, 2024). Dalam hal ini, data yang dikumpulkan sudah cukup menunjukkan bahwa kendala struktural dan budaya memang menjadi penghalang dalam menggabungkan nilai sosial-emosional ke dalam pembelajaran PJOK. Meski begitu, para guru berusaha menyesuaikan diri dengan cara-cara kreatif, membuat kegiatan yang fleksibel, dan bekerja sama dengan guru lain sebagai solusi praktis. Artinya, penelitian ini berhasil mencapai tujuan dan menggunakan metode yang sesuai. Namun, penelitian ini belum sepenuhnya membahas bagaimana kebijakan sekolah atau kurikulum nasional mungkin ikut memengaruhi keterbatasan yang ada. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya sebaiknya melibatkan kepala sekolah, komite sekolah, dan orang tua agar ada pemahaman bersama tentang pentingnya aspek sosial-emosional dalam pelajaran olahraga. Selain itu, perlu dikembangkan model pembelajaran PJOK berbasis karakter yang mudah diterapkan, terutama di sekolah dengan sarana terbatas. Penelitian lanjutan secara kuantitatif juga disarankan untuk mengukur seberapa efektif solusi atau intervensi yang diterapkan, sehingga bisa menjadi dasar pengambilan kebijakan yang lebih baik.

Berdasarkan wawancara dan observasi tersebut menunjukkan bahwa guru PJOK umumnya melihat peran dan fungsi pendidikan jasmani di sekolah dasar dengan positif. Mereka percaya bahwa PJOK adalah alat penting untuk membentuk karakter, kedisiplinan, dan kesehatan anak sejak dini, bukan sekadar pelajaran olahraga. Para pendidik menyadari bahwa pembelajaran PJOK yang terstruktur dapat menjadi dasar awal untuk gaya hidup aktif, kerja sama tim, dan kepercayaan diri siswa. Dengan keyakinan yang positif ini, guru akan lebih berkomitmen untuk membuat pembelajaran yang tidak hanya menyenangkan tetapi juga bermanfaat bagi perkembangan siswa. Pandangan guru tentang PJOK termasuk latar belakang pendidikan, pengalaman mengajar, dukungan sekolah, dan pemahaman teori perkembangan anak. Guru yang benar-benar memahami pentingnya pendidikan jasmani cenderung lebih sadar akan pentingnya mendukung kemampuan motorik, kognitif, dan sosial anak. Mereka percaya bahwa PJOK bukan hanya membuat tubuh sehat, tetapi juga membantu siswa mempelajari keterampilan sosial dan berpikir kritis melalui strategi permainan. Oleh karena itu, di sekolah dasar, pendidikan jasmani dianggap sebagai komponen penting dari kurikulum secara keseluruhan.

**Table 1.** Wawancara dengan Guru PJOK SDN Plumbungan, Pati

No	Pertanyaan Wawancara	Hasil Wawancara
1.	Menurut Ibu, apakah pendidikan jasmani memiliki peran dalam pembentukan sosial-emosional siswa?	Ya, sangat berperan. Pendidikan jasmani tidak hanya mengembangkan fisik siswa, tapi juga membentuk karakter sosial dan emosional mereka, seperti kerja sama, kejujuran, dan disiplin.
2.	Apa bentuk perubahan perilaku siswa yang Ibu lihat setelah mengikuti pembelajaran PJOK secara rutin?	Siswa menjadi lebih terbuka, bisa bekerja sama, dan lebih bisa mengendalikan emosi ketika menghadapi situasi menang atau kalah dalam permainan.
3.	Menurut Ibu, bagaimana pembelajaran PJOK dapat membentuk empati siswa?	Dalam permainan tim, siswa diajarkan untuk saling membantu dan memahami kemampuan teman-temannya. Ini melatih empati mereka secara alami.
4.	Apakah pendidikan jasmani dapat membantu siswa yang emosinya tidak stabil atau agresif?	Bisa. Siswa yang agresif biasanya bisa menyalurkan energinya melalui aktivitas fisik. Kalau diarahkan dengan baik, mereka bisa belajar mengontrol diri.

No	Pertanyaan Wawancara	Hasil Wawancara
5.	Bagaimana sikap siswa terhadap teman saat mengikuti aktivitas PJOK memengaruhi perkembangan sosial mereka?	Sikap saling menyemangati, memberi dukungan, dan bermain fair melatih mereka untuk menjalin hubungan sosial yang sehat.
6.	Menurut Bapak/Ibu, kegiatan apa dalam PJOK yang paling berdampak pada pengembangan sosial siswa?	Permainan tim seperti sepak bola, bola voli, atau estafet karena di situ anak-anak belajar kerja sama dan tanggung jawab.
7.	Apakah aktivitas kompetitif dalam PJOK memengaruhi emosi siswa?	Sangat memengaruhi. Anak-anak belajar menerima kekalahan dan mengelola kekecewaan, juga belajar bersikap bijak saat menang.
8.	Sejauh mana aspek disiplin dalam PJOK membentuk emosi siswa?	Disiplin waktu, aturan permainan, dan tanggung jawab saat kegiatan olahraga membantu siswa lebih teratur dan mampu mengendalikan diri.
9.	Bagaimana pengaruh pemanasan atau pendinginan dalam membentuk kesadaran emosional siswa?	Meskipun kelihatan sepele, kegiatan itu membantu mereka fokus, tenang, dan mengenali kondisi tubuh serta emosi sebelum dan sesudah aktivitas.
10.	Apakah Ibu memasukkan nilai-nilai sosial dalam instruksi atau saat memberi arahan dalam PJOK?	Ya, kami selalu menyisipkan nilai seperti sportivitas, menghargai lawan, dan kerja sama tim saat memberi instruksi.
11.	Apa kendala utama Ibu dalam mengaitkan pembelajaran PJOK dengan aspek sosial-emosional siswa?	Waktu yang terbatas dan kurikulum yang lebih fokus pada aspek motorik kadang membuat pendekatan sosial-emosional kurang maksimal.
12.	Apakah semua siswa antusias mengikuti PJOK? Bagaimana hal itu menjadi tantangan?	Tidak semua siswa antusias, terutama yang kurang percaya diri atau tidak suka aktivitas fisik. Tantangannya adalah bagaimana membuat mereka tetap merasa nyaman dan dilibatkan.
13.	Bagaimana peran orang tua terhadap upaya pengembangan sosial-emosional melalui PJOK?	Masih minim. Sebagian orang tua belum memahami bahwa PJOK juga bisa membentuk karakter dan emosi anak.
14.	Apakah sarana dan prasarana menjadi hambatan dalam proses pembelajaran yang menyentuh aspek sosial-emosional?	Iya, karena fasilitas yang kurang lengkap membuat variasi kegiatan terbatas, padahal variasi penting untuk menumbuhkan interaksi sosial yang sehat.
15.	Apa yang Ibu lakukan untuk mengatasi tantangan tersebut?	Saya mencoba kreatif dengan alat yang ada, menyesuaikan permainan agar semua siswa bisa ikut, dan memperkuat komunikasi dengan siswa serta guru lain.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui wawancara mendalam dengan guru PJOK di SDN Plumbungan, Pati, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani memiliki peran yang signifikan dalam pengembangan sosial dan emosional siswa. Guru memandang PJOK tidak hanya sebagai sarana untuk melatih fisik, tetapi juga sebagai media efektif dalam menanamkan nilai-nilai seperti kerja sama, kejujuran, disiplin, empati, dan sportivitas. Aktivitas permainan kelompok terbukti mampu membentuk keterampilan sosial siswa, termasuk kemampuan berkomunikasi, mengendalikan emosi, dan menerima kekalahan dengan bijak. Namun, implementasi nilai sosial-emosional dalam PJOK menghadapi sejumlah tantangan, seperti keterbatasan waktu, fokus kurikulum pada aspek motorik, kurangnya fasilitas, serta minimnya pemahaman dan keterlibatan orang tua. Meski demikian, guru PJOK berupaya mengatasi kendala tersebut dengan pendekatan kreatif dan kolaboratif. Penelitian ini memperkuat temuan sebelumnya dan menambahkan konteks baru terkait pentingnya pemanasan dan pendinginan dalam membentuk kesadaran emosional siswa. Oleh karena itu, pengembangan model pembelajaran PJOK berbasis karakter yang kontekstual dan mudah diterapkan sangat disarankan, serta perlu adanya dukungan dari berbagai pihak, termasuk sekolah, orang tua, dan pembuat kebijakan, untuk mengoptimalkan peran PJOK dalam pendidikan karakter siswa.

## Daftar Pustaka

- Acep Noval Mulzaman, Aziz, M. W., Raka Muhamad Heryanto, Rival Pratama Putra, & Burhan Hambali. (2024). Peran Penting Pendidikan Jasmani Terhadap Pembentukan Karakter. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 24(2), 21–28. <https://doi.org/10.36728/jis.v24i2.3553>
- Anisa Julia Dwi Putri, D. (2024). *Pentingnya Pendidikan Jasmani Dalam Membantu Perkembangan Fisik Dan Sosial-Emosional Pada Siswa Sekolah Dasar Anisa Julia Dwi Putri Keyla Zabra Nurhalizah Apriyani Riana Marthalivia Jaubar Tria Nur Erliani Agustina Zidna Syifanadia Impian Pragita Mariannis*. 2(2), 257–270.
- Ashari, L. H. (2021). Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Membentuk Karakter Siswa Pada Ma. Sedesa Mertak Tombok Tahun Pelajaran 2020/2021. *NUSRA: Jurnal Penelitian Dan Ilmu Pendidikan*, 2(1), 82–98. <https://doi.org/10.55681/nusra.v2i1.69>
- Eviana Dwi, P., & Sudiansyah. (2024). Implikasi Kurangnya Prasarana Pendidikan Terhadap Pendidikan Matematika: Menyadari Pentingnya Fasilitas Yang Memadai. *Jurnal Pendidikan Matematika (AL KHAWARIZMI)*, 4(1), 50–60.
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438. <https://doi.org/10.36765/jartika.v3i2.268>
- Rahman, N. A. (2024). KENDALA GURU DALAM MEWUJUDKAN LINGKUNGAN BELAJAR YANG KONDUSIF PADA SEKOLAH PENGGERAK. *Ayan*, 15(1), 37–48.
- Ramdani, N., Nugraheni, W., & Septiadi, F. (2023). Aspek Afektif Dalam Pembelajaran Penjas: Bagaimana Kontribusi Metode Permainan Terhadap Level Taksonomi Bloom Siswa? *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(4), 1673–1678. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i4.5679>
- Setiawati, R., Frimananda, G. R., Hasanah, U., Dian, A. D. S., Fitriyati, N., & Mulyana, A. (2024). Membangun Keterampilan Sosial: Peran Olahraga Jasmani dalam Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(3), 2728–2740. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i3.1138>
- Siddik, F., Putri, A. S., Ananda, A. D., Fakhrany, I., & Putri, M. (2024). *Pengaruh Pendidikan Jasmani Bagi Anak Sekolah Dasar untuk Pembentukan Karakter di Era Modern*. 4.
- Sudarsinah. (2021). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Bagi Anak Usia Kesekolah Dasar. *Pgsd Stkip Pgr*, 3(3), 1–10. <https://doi.org/10.33654/pgsd>
- Sugiyono. (2020). Metodologi Penelitian Kualitatif. In Metodologi Penelitian Kualitatif. In *Rake Sarasin* (Issue March). <https://scholar.google.com/citations?user=O-B3eJYAAAAJ&hl=en>
- Wibowo, S. P., Suyono, Siregar, R. A. B., & Sitorus, P. A. (2024). Persepsi Guru dan Siswa Terhadap Pendidikan Olahraga di Sekolah Sd Negeri 023897 Binjai Timur Kota Binjai. *Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, 10(02), 738–753. <http://journal.stkipsubang.ac.id/index.php/didaktik/article/view/3257/2342>
- Wijayanto, A. (2024). *Olabraga dan Pembelajaran Inovatif dalam Pendidikan Jasmani* (Issue September).

<https://doi.org/10.5281/zenodo.13853498>

- Wiyanda Vera Nurfaejriani, dkk. (2024). *Triangulasi Data Dalam Analisis Data Kualitatif Wiyanda*. 10(September), 1–23.
- Zain, D. (2020). Pengaruh Pendidikan Jasmani Terhadap Perkembangan Karakter dan Perilaku Anak Usia Dini Dan Sekolah Dasar. *Osf.Io*. <https://osf.io/5xnz4/download>
- Zulfirman, R. (2022). Implementasi Metode Outdoor Learning dalam Peningkatan Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Agama Islam di MAN 1 Medan. *Jurnal Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran*, 3(2), 147–153. <https://doi.org/10.30596/jppp.v3i2.11758>