

## Edukasi Permainan Tradisional Egrang Batok Kelapa melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) untuk Meningkatkan Aktivitas Fisik Siswa di SMP Negeri 3 Pagimana

*Education on the Traditional Coconut Shell Stilt Game through Physical Education, Sports, and Health (PJOK) Learning to Increase Students' Physical Activity at SMP Negeri 3 Pagimana*

Rahmat La Pou<sup>1</sup>, Muhammad Salahuddin<sup>2</sup>, Abdul Rabbi Arrasul<sup>3</sup>, Miranti<sup>4</sup>  
Siti Ilma S. Dulumina<sup>5</sup> Abd Sugipto<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Universitas Muhammadiyah Luwuk

\*Correspondence email: [matr39829@email.com](mailto:matr39829@email.com)<sup>1\*</sup>, [muhammadsalahuddin252@gmail.com](mailto:muhammadsalahuddin252@gmail.com),  
[arrasulabdulrabbi@gmail.com](mailto:arrasulabdulrabbi@gmail.com), [mirantimira102003@gmail.com](mailto:mirantimira102003@gmail.com), [ilmabalut@gmail.com](mailto:ilmabalut@gmail.com),  
[abdulsugipto007@gmail.com](mailto:abdulsugipto007@gmail.com)

<p><b>Article History</b></p> <p>Published: 25 April 2026</p> <p><b>Keywords</b> traditional games; coconut shell stilts; physical activity; physical education learning; motor skills</p> <p><b>Kata Kunci</b> permainan tradisional; egrang batok kelapa; aktivitas fisik; pembelajaran pjok; keterampilan motorik</p> <p><b>Page</b> 8- 13</p>	<p><b>Abstract</b></p> <p>The rapid development of technology has caused traditional games to become increasingly unfamiliar to children, resulting in decreased physical activity and reduced understanding of local culture. In fact, traditional games play an important role in developing students' motor skills, cognitive abilities, and character. This community service activity aimed to introduce the traditional coconut shell stilt game through Physical Education, Sports, and Health (PJOK) learning at SMP Negeri 3 Pagimana as an effort to increase students' physical activity while preserving local culture. The implementation method included initial observation, coordination with the school, and the execution of activities through educational sessions and direct practice with students as the target participants. The results showed that students responded positively and experienced improvements in balance and movement coordination after participating in the learning activities. In addition, this program also contributed to fostering cooperation, discipline, sportsmanship, and self-confidence among students. The integration of traditional games into PJOK learning proved effective in creating an active, participatory, and enjoyable learning atmosphere. Therefore, the coconut shell stilt game is effective as an alternative learning strategy that is innovative, contextual, and meaningful, while also supporting efforts to preserve local culture within the school environment.</p> <p><b>Abstrak</b></p> <p>Perkembangan teknologi yang pesat menyebabkan permainan tradisional semakin jarang dikenal oleh anak-anak, sehingga berdampak pada menurunnya aktivitas fisik serta berkurangnya pemahaman terhadap budaya lokal. Padahal, permainan tradisional memiliki peran penting dalam mengembangkan keterampilan motorik, kognitif, dan karakter peserta didik. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memperkenalkan permainan tradisional egrang batok kelapa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SMP Negeri 3 Pagimana sebagai upaya meningkatkan aktivitas fisik siswa sekaligus melestarikan budaya lokal. Metode pelaksanaan meliputi tahap observasi awal, koordinasi dengan pihak sekolah, serta pelaksanaan kegiatan melalui edukasi dan praktik langsung kepada siswa sebagai mitra sasaran. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa memberikan respons positif dan mengalami peningkatan kemampuan keseimbangan serta koordinasi gerak setelah mengikuti pembelajaran. Selain itu, kegiatan ini juga berkontribusi dalam menumbuhkan sikap kerja sama, disiplin, sportivitas, dan percaya diri siswa. Integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK terbukti mampu menciptakan suasana belajar yang aktif, partisipatif, dan menyenangkan. Dengan demikian, permainan egrang batok kelapa efektif digunakan sebagai alternatif strategi pembelajaran yang inovatif, kontekstual, dan bermakna, serta mendukung upaya pelestarian budaya lokal di lingkungan sekolah.</p> <p>© 2026 The Author(s). Jesasi: Jurnal Edukasi, Sains, dan Inovasi by PT. Casa Cendekia Media</p>
---	---



## PENDAHULUAN

Perkembangan zaman yang ditandai dengan kemajuan teknologi telah membawa perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk pola bermain anak. Perubahan tersebut tidak hanya berdampak pada aspek sosial, tetapi juga memengaruhi kebiasaan dan preferensi anak dalam aktivitas bermain. Saat ini, anak-anak cenderung lebih banyak terpapar permainan berbasis teknologi, sehingga permainan tradisional semakin jarang dikenal dan dimainkan. Kondisi ini menunjukkan adanya pergeseran budaya bermain yang berimplikasi pada berkurangnya aktivitas fisik anak. Padahal, permainan tradisional memiliki peran penting sebagai sarana pengembangan kemampuan motorik dan kognitif secara alami dan menyenangkan (Handoyo, 2014).

Bermain merupakan aktivitas esensial dalam kehidupan anak karena berkontribusi terhadap perkembangan fisik, sosial, emosional, dan kognitif. Aktivitas bermain tidak hanya memberikan kesenangan, tetapi juga menjadi media pembelajaran yang bermakna bagi anak (Cendana & Suryana, 2021). Namun demikian, keberadaan permainan tradisional saat ini semakin terpinggirkan karena anak-anak lebih tertarik pada permainan modern berbasis teknologi (Hasanah, 2016). Padahal, permainan tradisional merupakan warisan budaya yang diwariskan secara turun-temurun dan memiliki nilai edukatif yang tinggi (Siregar & Lestari, 2018).

Permainan tradisional memiliki berbagai manfaat, terutama dalam meningkatkan aktivitas fisik anak. Melalui permainan tradisional, anak-anak terlibat dalam gerakan aktif yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani, melatih koordinasi tubuh, serta mengembangkan keterampilan motorik kasar dan halus. Selain itu, permainan tradisional juga berkontribusi dalam pengembangan aspek sosial seperti kerja sama, kepemimpinan, dan kemampuan mengambil keputusan (Hasanah, 2016). Sejumlah penelitian terbaru menunjukkan bahwa aktivitas fisik berbasis permainan tradisional efektif dalam meningkatkan keterlibatan siswa dalam aktivitas gerak sekaligus mendukung perkembangan karakter dan keterampilan sosial (Schiff et al., 2021; Lubans et al., 2016). Bahkan, permainan tradisional terbukti mampu meningkatkan *physical literacy*, kebugaran jasmani, serta keterampilan motorik dasar siswa secara signifikan (Çinar & Hassani, 2025; Irawan et al., 2020; Kardiawan et al., 2021). Selain itu, pendekatan ini juga memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis dan partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran (Dese et al., 2022; Suryadi et al., 2023).

Salah satu bentuk permainan tradisional yang memiliki potensi untuk dikembangkan dalam pembelajaran adalah permainan egrang batok kelapa. Permainan ini memanfaatkan tempurung kelapa sebagai media utama yang dimodifikasi sehingga dapat digunakan sebagai alat berjalan. Aktivitas ini menuntut keseimbangan, koordinasi, serta kekuatan fisik, sehingga sangat relevan untuk meningkatkan aktivitas fisik siswa (Mujtahidin & Rasyid, 2021).

Dalam konteks pendidikan formal, khususnya pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), permainan tradisional dapat diintegrasikan sebagai bagian dari strategi pembelajaran yang inovatif dan kontekstual. Pendidikan jasmani memiliki peran strategis dalam memberikan pengalaman belajar melalui aktivitas fisik yang terstruktur dan berkesinambungan (Gustiawati et al., 2014). Melalui pembelajaran PJOK, siswa tidak hanya memperoleh manfaat fisik berupa peningkatan kebugaran dan keterampilan motorik, tetapi juga manfaat pendidikan seperti perkembangan sosial, emosional, dan kognitif (Fajar Ari Widiyatmoko & Hudah, 2017; Schiff et al., 2021). Dengan demikian, integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK dapat menjadi alternatif untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam aktivitas fisik secara lebih menyenangkan dan bermakna.

Berdasarkan hasil pengamatan di SMP Negeri 3 Pagimana, ditemukan bahwa permainan tradisional egrang batok kelapa belum pernah diimplementasikan secara khusus dalam pembelajaran PJOK. Kegiatan pembelajaran masih didominasi oleh olahraga modern seperti sepak bola, bola voli, dan atletik, sehingga variasi aktivitas pembelajaran menjadi terbatas dan kurang memberikan ruang bagi pengenalan budaya lokal. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk menghadirkan inovasi pembelajaran yang tidak hanya meningkatkan aktivitas fisik siswa, tetapi juga memperkenalkan kembali nilai-nilai budaya melalui permainan tradisional.

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam bentuk edukasi dan implementasi permainan tradisional egrang batok kelapa melalui pembelajaran PJOK. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan aktivitas fisik siswa sekaligus menumbuhkan minat terhadap permainan tradisional sebagai bagian dari budaya lokal. Selain itu, kegiatan ini diharapkan memberikan manfaat berupa peningkatan keterlibatan siswa dalam pembelajaran PJOK,

penguatan keterampilan motorik, serta terbentuknya pengalaman belajar yang lebih variatif dan kontekstual. Dengan demikian, kegiatan ini menjadi solusi aplikatif dalam menjawab permasalahan rendahnya aktivitas fisik siswa sekaligus pelestarian permainan tradisional di lingkungan sekolah.

## METODE PELAKSANAAN

### Waktu dan Tempat Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 5 Februari 2026 di SMP Negeri 3 Pagimana, yang berlokasi di Desa Poh, Kecamatan Pagimana, Kabupaten Banggai. Sasaran kegiatan adalah siswa SMP Negeri 3 Pagimana dengan melibatkan guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) sebagai mitra dalam pelaksanaan kegiatan.

### Prosedur Kerja

Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif yang mengombinasikan penyuluhan, praktik langsung, dan pendampingan. Pendekatan ini dipilih untuk memberikan pengalaman belajar yang tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga aplikatif melalui keterlibatan aktif peserta dalam setiap tahapan kegiatan.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara bertahap dan sistematis, yang diawali dengan tahap observasi. Pada tahap ini dilakukan identifikasi kondisi awal pembelajaran PJOK di sekolah, khususnya terkait pemanfaatan permainan tradisional. Observasi dilakukan melalui interaksi langsung dengan guru dan siswa untuk memperoleh gambaran kebutuhan serta permasalahan yang dihadapi.

Tahap berikutnya adalah koordinasi dengan pihak sekolah, terutama dengan guru mata pelajaran PJOK. Koordinasi ini bertujuan untuk menyepakati waktu pelaksanaan, teknis kegiatan, serta penyesuaian materi dengan kondisi dan kebutuhan siswa. Kegiatan ini juga menjadi langkah awal dalam membangun kolaborasi antara tim pelaksana dan mitra sekolah.

Tahap inti kegiatan adalah pelaksanaan edukasi permainan tradisional egrang batok kelapa melalui pembelajaran PJOK. Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk penyampaian materi, demonstrasi, serta praktik langsung oleh siswa. Materi yang diberikan meliputi pengenalan permainan tradisional, cara pembuatan alat egrang batok kelapa, aturan dasar permainan, serta nilai-nilai yang terkandung dalam permainan seperti kerja sama, disiplin, dan tanggung jawab. Selanjutnya, siswa diberikan kesempatan untuk mempraktikkan permainan secara langsung dengan pendampingan dari tim pelaksana dan guru.

Dalam pelaksanaan kegiatan, digunakan media sederhana berupa alat egrang batok kelapa yang dibuat dari tempurung kelapa yang dimodifikasi dengan tali sebagai pegangan. Penggunaan media ini bertujuan untuk memberikan pengalaman belajar yang kontekstual dan mudah direplikasi oleh siswa. Secara ringkas, tahapan pelaksanaan kegiatan dapat disajikan pada Tabel 1 berikut:

**Tabel 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan**

Tahap Pelaksanaan	Kegiatan	Metode	materi
<b>Observasi</b>	Identifikasi kondisi awal pembelajaran PJOK dan kebutuhan siswa	Observasi dan wawancara	Pengamatan terkait penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran
<b>Koordinasi</b>	Penentuan waktu, tempat, dan teknis pelaksanaan kegiatan	Diskusi dan koordinasi	Sinkronisasi program dengan pihak sekolah dan guru PJOK
<b>Pelaksanaan</b>	Edukasi dan praktik permainan egrang batok kelapa	Penyuluhan, demonstrasi, praktik	Pengenalan permainan, pembuatan alat, aturan permainan, nilai karakter.

Metode pelaksanaan yang disusun secara sistematis dan partisipatif ini diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar yang bermakna serta mendorong peningkatan aktivitas fisik siswa melalui integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Kegiatan edukasi permainan tradisional egrang batok kelapa melalui pembelajaran PJOK di SMP Negeri 3 Pagimana telah dilaksanakan sesuai dengan tahapan yang direncanakan. Secara umum, kegiatan berlangsung dengan lancar dan memperoleh respons positif dari siswa sebagai peserta utama.

Pada tahap observasi awal yang dilaksanakan pada tanggal 31 Januari 2026, diperoleh informasi bahwa permainan tradisional egrang batok kelapa belum pernah diperkenalkan dalam pembelajaran PJOK. Pembelajaran selama ini lebih berfokus pada cabang olahraga modern, sehingga siswa belum memiliki pengalaman dalam permainan tradisional berbasis aktivitas fisik lokal



**Gambar 1. Kegiatan Observasi Awal Terkait Kondisi Pembelajaran PJOK dan Pengenalan Permainan Tradisional di SMP Negeri 3 Pagimana**

Tahap koordinasi yang dilaksanakan pada tanggal 2 Februari 2026 berjalan dengan baik melalui komunikasi antara tim pelaksana dan guru mata pelajaran PJOK. Koordinasi ini menghasilkan kesepakatan terkait waktu, tempat, serta teknis pelaksanaan kegiatan, sehingga kegiatan dapat dilaksanakan secara terstruktur



**Gambar 2. Kegiatan Koordinasi Antara Tim Pelaksana dan Guru PJOK Dalam Persiapan Pelaksanaan Program**

Pada tahap pelaksanaan yang dilaksanakan pada tanggal 5 Februari 2026, kegiatan edukasi dilakukan melalui penyampaian materi, demonstrasi, serta praktik langsung permainan egrang batok kelapa di lingkungan sekolah. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu memahami teknik dasar penggunaan egrang, seperti cara memegang tali, menjaga keseimbangan, serta berjalan secara bertahap dan terkontrol.



**Gambar 3. Pelaksanaan Kegiatan Edukasi dan Praktik Permainan Tradisional Egrang Batok Kelapa dalam Pembelajaran PJOK**

Meskipun pada tahap awal banyak siswa mengalami kesulitan dan kurang percaya diri, setelah beberapa kali latihan terlihat adanya peningkatan kemampuan keseimbangan dan koordinasi gerak. Selain itu, siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung. Hal ini terlihat dari keterlibatan aktif siswa dalam praktik serta interaksi positif antar teman, seperti saling membantu dan memberikan dukungan.

Dari aspek sikap, kegiatan ini juga menunjukkan adanya perkembangan nilai-nilai positif, seperti kerja sama, sportivitas, dan tanggung jawab dalam mengikuti permainan. Pembelajaran berlangsung dalam suasana yang aktif, menyenangkan, dan partisipatif, sehingga mampu meningkatkan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

### **Pembahasan**

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi permainan tradisional egrang batok kelapa melalui pembelajaran PJOK mampu menjawab permasalahan awal, yaitu kurangnya variasi pembelajaran dan minimnya pengenalan permainan tradisional di sekolah. Kondisi awal yang menunjukkan belum adanya integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran menjadi dasar pentingnya kegiatan ini sebagai bentuk inovasi pembelajaran yang kontekstual.

Peningkatan kemampuan siswa dalam menjaga keseimbangan dan koordinasi gerak menunjukkan bahwa permainan egrang batok kelapa efektif dalam mengembangkan keterampilan motorik. Aktivitas ini menuntut keterlibatan fisik secara aktif, sehingga berkontribusi pada peningkatan aktivitas fisik siswa. Temuan ini sejalan dengan pandangan bahwa pembelajaran PJOK berperan dalam meningkatkan kebugaran jasmani serta keterampilan motorik melalui aktivitas fisik yang terstruktur (Schiff et al., 2021).

Selain aspek fisik, peningkatan antusiasme dan partisipasi siswa menunjukkan bahwa penggunaan permainan tradisional mampu menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan bermakna. Pendekatan ini sejalan dengan konsep pembelajaran partisipatif yang menekankan keterlibatan aktif siswa dalam proses belajar. Dengan demikian, siswa tidak hanya menerima materi secara pasif, tetapi juga mengalami langsung proses pembelajaran melalui praktik.

Dari aspek afektif, munculnya sikap kerja sama, sportivitas, dan rasa percaya diri menunjukkan bahwa permainan tradisional memiliki kontribusi dalam pembentukan karakter siswa. Hal ini sejalan dengan pendapat yang menyatakan bahwa aktivitas permainan dapat menjadi media efektif dalam menanamkan nilai-nilai sosial dan emosional (Fajar Ari Widiyatmoko, 2017).

Selain itu, kegiatan ini juga memiliki nilai strategis dalam pelestarian budaya lokal. Pengenalan permainan tradisional melalui pembelajaran formal menjadi salah satu upaya untuk menjaga keberlangsungan warisan budaya di tengah arus modernisasi. Dengan demikian, pembelajaran tidak hanya berorientasi pada aspek akademik, tetapi juga pada penguatan identitas budaya siswa.

Meskipun kegiatan berjalan dengan baik, terdapat beberapa kendala yang dihadapi, seperti keterbatasan waktu pelaksanaan serta kesulitan awal siswa dalam menjaga keseimbangan saat menggunakan egrang. Namun, melalui latihan berulang dan pendampingan, kendala tersebut dapat diatasi secara bertahap.

Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi permainan tradisional egrang batok kelapa merupakan strategi yang efektif dan aplikatif dalam meningkatkan aktivitas fisik siswa, sekaligus memperkaya metode pembelajaran PJOK. Pendekatan ini dapat menjadi alternatif inovatif yang relevan untuk diterapkan pada pembelajaran di sekolah dengan karakteristik yang serupa.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengenalan permainan tradisional egrang batok kelapa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMP Negeri 3 Pagimana, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini terlaksana secara efektif dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan aktivitas fisik siswa. Hal ini ditunjukkan melalui peningkatan keterampilan motorik, khususnya keseimbangan dan koordinasi gerak, yang berkembang selama proses pembelajaran berlangsung.

Selain aspek keterampilan, kegiatan ini juga berkontribusi terhadap pembentukan sikap positif siswa, seperti meningkatnya rasa percaya diri, kerja sama, disiplin, dan sportivitas. Integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK terbukti mampu menciptakan suasana

belajar yang lebih aktif, partisipatif, dan menyenangkan dibandingkan dengan pembelajaran konvensional.

Lebih lanjut, kegiatan ini menunjukkan bahwa pemanfaatan permainan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai media pembelajaran, tetapi juga sebagai sarana pelestarian budaya lokal di lingkungan sekolah. Meskipun demikian, dalam pelaksanaannya masih terdapat beberapa kendala, seperti keterbatasan waktu pembelajaran dan adaptasi awal siswa terhadap teknik penggunaan egrang batok kelapa.

Oleh karena itu, permainan tradisional egrang batok kelapa direkomendasikan sebagai alternatif model pembelajaran Pendidikan Jasmani yang inovatif, kontekstual, dan bermakna, serta layak untuk dikembangkan secara lebih luas dalam mendukung peningkatan aktivitas fisik dan karakter siswa.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada SMP Negeri 3 Pagimana atas kesempatan dan dukungan yang diberikan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Sekolah, guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), serta seluruh siswa yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan pengenalan permainan tradisional egrang batok kelapa.

Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan dukungan, baik secara moral maupun material, sehingga kegiatan ini dapat berjalan secara optimal. Dukungan dan kerja sama tersebut sangat berarti dalam upaya meningkatkan aktivitas fisik siswa sekaligus melestarikan permainan tradisional di lingkungan sekolah.

## REFERENSI

- Cendana, H., & Suryana, D. (2021). Peran bermain dalam perkembangan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 100–110.
- Çinar, M., & Hassani, F. (2025). The effects of traditional games on physical literacy among school-aged children. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7, 1759890.
- Dese, D. C., Huwae, A., & Nugraha, P. A. (2022). Effect of physical activity based on traditional games on the psychological well-being of elementary school children. *Jurnal Maenpo: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 13(1).
- Fajar Ari Widiyatmoko, F. A., & Hudah, M. (2017). Evaluation of value education implementation in sport learning. *Journal of Physical Education*, 3(2), 44–60.
- Gustiawati, R., Fahrudin, & Suryadi, M. M. (2014). Model-model pembelajaran penjas dan kemampuan guru dalam mengembangkan strategi pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 1(3), 33–40.
- Handoyo, P. (2014). *Permainan tradisional dalam budaya dan perkembangan anak*.
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan kemampuan fisik motorik melalui permainan tradisional bagi anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5, 717–733.
- Irawan, F. A., Sutaryono, S., Permana, D. F. W., Chuang, L. R., & Yuwono, Y. (2020). Locomotor skills: Traditional games in the fundamental of physical activities. *Al-Athfaal: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1).
- Kardiawan, I. K., Sutajaya, I. M., Suja, I. W., Wahjoedi, W., & Swadesi, I. K. I. (2021). Physical fitness of elementary children through Balinese traditional games. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*.
- Lubans, D. R., Smith, J. J., Morgan, P. J., Beauchamp, M. R., Miller, A., Lonsdale, C., & Plotnikoff, R. C. (2016). Mediators of physical activity behavior change among children and adolescents: A review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 13(1), 1–14.
- Mujtahidin, S., & Rasyid, A. (2021). Pengaruh permainan tradisional egrang batok terhadap keseimbangan siswa. *Jurnal Keolahragaan*, 130–135.
- Schiff, N. T., Friskawati, G. F., Sulistiadinata, H., & Karisman, A. (2021). Penerapan evaluasi pembelajaran penjas secara daring tingkat SMP selama masa pandemi COVID-19. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 3(2), 179–193.
- Siregar, N., & Lestari, W. (2018). Peranan permainan tradisional dalam mengembangkan kemampuan matematika anak usia sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 2(2), 1–7.
- Suryadi, D., Ivanov, D., & Zulnadila, Z. (2023). Stimulation of physical fitness through traditional games in elementary school students: A systematic review in Indonesia. *Journal of Applied Movement and Sport Science*, 1(3).