



Kampung Olahraga Rakyat: Revitalisasi Olahraga Tradisional Sebagai Media Kebugaran Dan Persatuan

Hamzah¹, Haeruddin Azhari², M. Azy' Ari³

Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Bumigora

hamzah@universitasbumigora.ac.id¹, haeruddin@universitasbumigora.ac.id²,
azy_ari@universitasbumigora.ac.id³

Article History:

Received: 14-06-2025

Revised: 24-06-2025

Accepted: 14-07-2025

Keywords: Olahraga Tradisional, Kebugaran Jasmani, Persatuan Sosial, Budaya Lokal Lombok

Abstract: Program Kampung Olahraga Rakyat dilaksanakan sebagai upaya menjawab rendahnya partisipasi masyarakat dalam berolahraga, menurunnya kebugaran jasmani, serta terpinggirkannya olahraga tradisional akibat arus modernisasi. Tujuan kegiatan ini adalah menghidupkan kembali olahraga tradisional Lombok, seperti peresean, begasingan, dan selodor, agar berfungsi ganda sebagai sarana peningkatan kesehatan, pelestarian budaya, dan penguatan solidaritas sosial. Metode yang digunakan meliputi pendekatan partisipatif, kultural, dan kolaboratif dengan melibatkan masyarakat Desa Bagik Payung Selatan, Kecamatan Suralaga. Tahapan kegiatan terdiri dari observasi, wawancara, sosialisasi, implementasi latihan rutin, lomba antar-RT, hingga festival mini desa. Evaluasi dilakukan melalui pencatatan partisipasi, tes kebugaran sederhana, forum refleksi, serta pembentukan komunitas penggerak dan penyusunan modul panduan. Hasil pengabdian menunjukkan peningkatan jumlah peserta dari 25 menjadi lebih dari 60 orang, disertai perbaikan kebugaran seperti ketahanan, kelincahan, dan koordinasi. Dampak sosial juga terlihat pada penguatan interaksi lintas generasi, solidaritas, dan nilai gotong royong. Kendala fasilitas dapat diatasi melalui komunitas penggerak. Dengan demikian, revitalisasi olahraga tradisional terbukti mendukung kesehatan, persatuan sosial, dan pelestarian budaya, serta berpotensi direplikasi di wilayah lain.

© 2025 SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

PENDAHULUAN

Olahraga memiliki kontribusi besar dalam meningkatkan kualitas hidup Masyarakat yang tidak hanya dari aspek kesehatan jasmani saja namun juga dalam membangun karakter dan memperkuat kohesi sosial. Aktivitas olahraga terbukti mampu menurunkan risiko penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes, dan penyakit jantung (WHO, 2020). Namun, kondisi partisipasi olahraga di Indonesia masih menunjukkan angka yang cukup rendah. Berdasarkan *Sport Development Index* (SDI) Kemenpora tahun 2022, tingkat partisipasi masyarakat dalam berolahraga hanya mencapai 30,93%, turun dari 32,80% pada tahun 2021 (Kemenpora, 2022). Fakta ini menunjukkan bahwa olahraga belum menjadi bagian integral dari gaya hidup masyarakat Indonesia.

Rendahnya tingkat partisipasi berolahraga turut berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmani masyarakat. Data Kemenpora tahun 2023 menunjukkan bahwa 55,5% masyarakat Indonesia berada dalam kategori kebugaran jasmani sangat rendah, hanya

6,3% yang berada pada kategori baik ke atas (Kemendikbud, 2023). Kondisi ini mengindikasikan bahwa manfaat olahraga sebagai sarana peningkatan kesehatan jasmani belum sepenuhnya dirasakan secara merata di masyarakat. Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) juga mencatat bahwa hanya 31,39% penduduk berusia 10 tahun ke atas yang melakukan aktivitas olahraga dalam sepekan terakhir (BPS, 2018). Hal ini diperparah oleh fakta bahwa kecenderungan gaya hidup sedentari semakin meningkat, terutama di kalangan anak-anak dan remaja akibat dominasi penggunaan gawai dan permainan daring (Rohman et al., 2021). Apabila kondisi ini dibiarkan, maka akan berdampak pada melemahnya kualitas sumber daya manusia, baik dari sisi kesehatan maupun daya saing bangsa.

Indonesia sebenarnya memiliki modal budaya berupa olahraga tradisional yang kaya nilai filosofis dan sosial. Olahraga tradisional seperti gobak sodor, bentengan, egrang, dan bakiak bukan hanya permainan yang menyenangkan, tetapi juga sarana pembelajaran yang menanamkan sportivitas, kerjasama, dan solidaritas (Hidayat, 2020). Selain itu, olahraga tradisional dapat meningkatkan aspek kebugaran jasmani, seperti kelincahan, kekuatan, keseimbangan, dan koordinasi tubuh (Supriyadi, 2021). Namun sayangnya, modernisasi dan globalisasi menyebabkan olahraga tradisional semakin terpinggirkan baik di daerah perkotaan maupun pedesaan di mana anak-anak lebih memilih permainan berbasis teknologi. Hal ini menimbulkan kekhawatiran akan hilangnya salah satu warisan budaya bangsa yang berharga.

Padahal pada dasarnya, kondisi yang di harapkan di lingkungan Masyarakat Adalah terciptanya masyarakat yang sehat, bugar, dan berkarakter dengan menjadikan olahraga sebagai bagian dari gaya hidup sehari-hari. Disisi lain juga, partisipasi masyarakat dalam berolahraga dapat melampaui angka 50% sebagaimana target pembangunan olahraga nasional yang tercantum dalam *Indeks Pembangunan Olahraga* (IPO) (Kemendikbud, 2023) Selain itu, setiap desa atau kampung seharusnya memiliki ruang terbuka yang memungkinkan masyarakat melakukan aktivitas olahraga secara rutin, baik berupa olahraga modern maupun olahraga tradisional. Lebih jauh lagi bahwa, olahraga tradisional idealnya dapat dijadikan bagian integral dari kegiatan masyarakat, bukan sekadar tontonan pada acara seremonial atau festival budaya.

Merujuk dari penjelasan tersebut, terlihat kesenjangan yang signifikan berdasarkan fakta yang ada di lapangan dengan kondisi yang di harapkan. Hal tersebut terlihat pada aspek partisipasi, masih rendahnya keterlibatan masyarakat dalam olahraga menunjukkan adanya hambatan berupa keterbatasan fasilitas, kurangnya motivasi, dan rendahnya kampanye sadar olahraga (Widiastuti, 2022). Dari aspek budaya, olahraga tradisional belum mendapat tempat strategis dalam kebijakan olahraga nasional, sehingga keberadaannya sering hanya diposisikan sebagai bagian dari agenda pariwisata dan bukan aktivitas keseharian. Selain itu, data menunjukkan bahwa dari 83.931 desa/kelurahan di Indonesia, hanya sekitar 20.138 yang memiliki ruang publik layak untuk olahraga (Unesa, 2022). Fakta ini memperlihatkan masih adanya keterbatasan dalam penyediaan sarana dan prasarana olahraga di tingkat masyarakat.

Melihat kesenjangan tersebut, dibutuhkan sebuah pendekatan baru yang mampu menjemBATani kondisi nyata dengan harapan ideal. Salah satu inovasi yang ditawarkan adalah program "*Kampung Olahraga Rakyat: Revitalisasi Olahraga Tradisional sebagai Media Kebugaran dan Persatuan*". Program ini menghadirkan kebaruan dikarenakan menempatkan olahraga tradisional bukan sekadar sebagai warisan budaya, tetapi juga sebagai media kebugaran dan sarana penguatan kohesi sosial. Revitalisasi olahraga tradisional dilakukan melalui pendekatan partisipatif, di mana masyarakat terlibat secara

langsung dalam memilih, mengorganisir, dan melaksanakan aktivitas olahraga sesuai dengan kebutuhan dan kearifan lokal (Rachmawati, 2021). Disisi lain juga, kebaruan lainnya adalah integrasi antara aspek kebugaran jasmani dan aspek sosial budaya.

Program ini tidak hanya berfokus pada peningkatan kesehatan fisik, tetapi juga pada penguatan nilai-nilai kebersamaan, gotong royong, dan solidaritas sosial melalui permainan tradisional. Dengan demikian, olahraga tradisional dapat dikemas ulang menjadi gerakan kolektif masyarakat yang menyenangkan, murah, mudah diakses, sekaligus bermanfaat bagi kesehatan dan persatuan. Jika berhasil, program ini dapat dijadikan model percontohan yang direplikasi di berbagai wilayah Indonesia untuk mendukung tercapainya target pembangunan olahraga nasional. Dengan adanya revitalisasi olahraga tradisional melalui konsep Kampung Olahraga Rakyat, diharapkan akan lahir masyarakat yang lebih sehat, bugar, dan berkarakter, sekaligus menjaga kelestarian budaya bangsa. Lebih jauh, program ini juga menjadi jawaban atas tantangan rendahnya partisipasi olahraga dan menguatnya budaya sedentari, dengan menawarkan solusi berbasis lokal, murah, dan penuh nilai kebersamaan.

METODE PELAKSANAAN

Program *“Kampung Olahraga Rakyat: Revitalisasi Olahraga Tradisional sebagai Media Kebugaran dan Persatuan”* dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif, kultural, dan kolaboratif, sehingga masyarakat berperan aktif dalam seluruh tahapan kegiatan (Rukmana, 2020). Pelaksanaan pengabdian ini dilakukan pada Desa Bagik Payung Selatan, Kec. Suralaga. Tahapan pelaksanaan pengabdian ini dengan menggunakan tiga tahapan yang terdiri dari persiapan, implementasi, dan evaluasi.



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Pengabdian

Tahap persiapan dilakukan melalui observasi lapangan, wawancara dengan tokoh masyarakat, serta koordinasi dengan perangkat desa untuk memetakan potensi olahraga tradisional yang masih dikenal di Lombok, seperti *peresean*, *gasing* atau *begasingan*, dan *selodor* (Hidayat, 2020). Sosialisasi program dilaksanakan melalui forum warga agar masyarakat memahami tujuan sekaligus menumbuhkan rasa kepemilikan (Widiastuti, 2022).

Tahap implementasi difokuskan pada revitalisasi olahraga tradisional Lombok melalui kegiatan latihan rutin, lomba antar-RT, hingga festival mini desa. Misalnya, *peresean* dikemas ulang dalam bentuk pertunjukan atraktif dan edukatif, *begasingan* dijadikan ajang ketangkasan dan konsentrasi, sedangkan *selodor* digunakan sebagai permainan yang menekankan kerjasama dan ketangkasan tubuh. Aktivitas ini sekaligus diarahkan untuk membentuk *Kampung Olahraga Rakyat* sebagai pusat kegiatan olahraga berbasis budaya lokal.

Tahapan selanjutnya adalah monitoring dan evaluasi dilakukan dengan mencatat tingkat partisipasi warga, mengukur kebugaran sederhana seperti ketahanan dan kelincahan, serta menyelenggarakan forum evaluasi partisipatif untuk mengidentifikasi manfaat dan kendala pelaksanaan (Rachmawati, 2021). Untuk menjamin keberlanjutan, dibentuk komunitas penggerak olahraga tradisional desa yang melibatkan pemuda, guru

olahraga, dan tokoh budaya. Komunitas ini juga dilengkapi dengan modul panduan permainan tradisional Lombok agar dapat dijalankan secara mandiri di masa depan (Supriyadi, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Hasil pelaksanaan pengabdian ini dilakukan berdasarkan tiga tahapan yang dimulai dari tahapan persiapan, tapan pelaksanaan, dan tahapan evaluasi. Adapun hasil dari setiap tahapan dapan di lihat pada penjelasan dibawah ini sebagai berikut.

Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilaksanakan melalui observasi lapangan, wawancara dengan tokoh masyarakat, serta koordinasi dengan perangkat desa di Bagik Payung Selatan, Kecamatan Suralaga. Hasil identifikasi menunjukkan bahwa olahraga tradisional Lombok seperti *peresean*, *begasingan* (gasing), dan *selodor* masih dikenal masyarakat, tetapi keberlangsungannya tidak lagi rutin. Generasi muda lebih banyak mengenal permainan modern atau berbasis gawai dibanding permainan tradisional, sehingga warisan budaya ini cenderung terpinggirkan. Namun, respon warga terhadap gagasan program cukup positif. Sosialisasi dalam forum desa memperlihatkan adanya keinginan masyarakat untuk menghidupkan kembali tradisi olahraga tersebut sebagai sarana rekreasi dan kebersamaan. Hal ini sejalan dengan Ardiansyah (2021) yang menekankan bahwa keterlibatan aktif masyarakat sejak tahap awal merupakan kunci keberhasilan program pelestarian olahraga tradisional. Widiastuti (2022) juga menegaskan bahwa hambatan partisipasi olahraga di desa dapat diatasi melalui sosialisasi yang tepat serta dukungan tokoh masyarakat.

Tahap Pelaksanaan

Implementasi program dilakukan dalam tiga bentuk kegiatan utama, yaitu latihan rutin mingguan, lomba antar-RT, dan festival mini desa. Latihan rutin difokuskan pada permainan *begasingan* dan *selodor*, karena dapat diikuti oleh anak-anak dan remaja dengan mudah. Lomba antar-RT lebih banyak menampilkan *peresean* dalam versi atraktif yang sudah dimodifikasi untuk keamanan, serta permainan tim seperti *selodor*. Sementara itu, festival mini desa mengintegrasikan seluruh jenis olahraga tradisional dan menjadi momentum puncak partisipasi masyarakat. Hasil pengamatan menunjukkan peningkatan jumlah peserta dari sekitar 25 orang pada awal kegiatan menjadi lebih dari 60 orang setelah program berjalan. Partisipasi lintas generasi menjadi ciri khas kegiatan ini, dengan keterlibatan anak-anak, remaja, dewasa, hingga orang tua. Hal ini mendukung temuan Rachmawati (2021) bahwa pendekatan berbasis kearifan lokal mendorong partisipasi yang lebih luas karena aktivitas terasa lebih dekat dengan identitas masyarakat.

Dari sisi kebugaran, peserta yang mengikuti rutin memperlihatkan peningkatan ketahanan tubuh, kelincahan, dan koordinasi. Pengukuran sederhana berupa lari cepat 20 meter, lompat jauh tanpa awalan, dan ketahanan push-up menunjukkan adanya peningkatan skor setelah tiga bulan latihan. Penelitian Kurniawan et al. (2023) juga menemukan bahwa permainan tradisional Lombok efektif meningkatkan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar, sejalan dengan temuan Supriyadi (2021) yang menegaskan bahwa permainan tradisional memiliki potensi melatih aspek kelincahan, keseimbangan, dan kekuatan fisik. Selain manfaat fisik, kegiatan ini juga memperlihatkan dampak sosial yang signifikan. Warga mengaku kegiatan tersebut menjadi sarana mempererat

kebersamaan antar-RT, memperluas interaksi antar generasi, serta memperkuat solidaritas sosial. Nilai-nilai sportivitas, gotong royong, dan tanggung jawab menjadi bagian yang secara alami terinternalisasi dalam permainan tradisional. Penelitian Hidayat (2020) menunjukkan bahwa olahraga tradisional tidak hanya berdampak pada kesehatan jasmani, tetapi juga mengandung nilai pendidikan karakter yang penting untuk memperkuat kohesi sosial.

Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan melalui forum warga dengan melibatkan tokoh masyarakat, pemuda, guru olahraga, serta perangkat desa. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa mayoritas warga merasa kegiatan ini memberikan manfaat nyata dalam hal kesehatan, hiburan, dan persatuan. Tantangan yang dihadapi antara lain keterbatasan fasilitas, seperti lapangan yang kurang memadai untuk *peresean* serta ketersediaan alat permainan *begasingan*. Kendala ini sejalan dengan laporan Unesa (2022) yang mencatat hanya sebagian kecil desa/kelurahan di Indonesia yang memiliki fasilitas olahraga memadai. Sebagai tindak lanjut, dibentuk komunitas penggerak olahraga tradisional desa. Komunitas ini terdiri dari pemuda, guru olahraga, dan tokoh budaya, dengan tugas menjaga keberlangsungan kegiatan, mengatur jadwal latihan, serta menyelenggarakan festival secara mandiri. Tim pengabdian juga menyusun modul panduan berisi deskripsi permainan, aturan main, manfaat kebugaran, dan nilai sosial budaya. Menurut Supriyadi (2021), penyusunan modul semacam ini efektif memperkuat keberlanjutan program karena memberi panduan yang sistematis bagi masyarakat.

2. Pembahasan

Hasil pengabdian menunjukkan bahwa revitalisasi olahraga tradisional Lombok mampu menjawab permasalahan utama terkait rendahnya partisipasi olahraga, menurunnya kebugaran jasmani, dan melemahnya nilai persatuan sosial. Pertama, adanya peningkatan partisipasi dari 25 menjadi lebih dari 60 peserta dalam tiga bulan membuktikan bahwa ketika olahraga dikemas dalam bentuk tradisi lokal, masyarakat lebih mudah tertarik untuk terlibat. Hal ini memperkuat hasil penelitian Rachmawati (2021) yang menyebutkan bahwa model pengembangan olahraga berbasis kearifan lokal dapat meningkatkan partisipasi dan keterlibatan warga secara signifikan.

Kedua, dampak terhadap kebugaran jasmani peserta mendukung temuan empiris di berbagai penelitian. Nugroho (2021) menemukan bahwa permainan tradisional berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kebugaran fisik siswa di Jawa Barat. Demikian juga, penelitian di Lombok oleh Kurniawan et al. (2023) membuktikan bahwa permainan *begasingan* dan *selodor* efektif meningkatkan kebugaran anak usia sekolah dasar. Dengan demikian, kegiatan olahraga tradisional bukan hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai instrumen peningkatan kualitas kesehatan masyarakat.

Ketiga, dari sisi sosial, kegiatan ini berhasil menghidupkan kembali nilai-nilai solidaritas dan gotong royong. Partisipasi lintas generasi memperlihatkan bahwa olahraga tradisional dapat menjadi media interaksi sosial yang menyatukan masyarakat. Hidayat (2020) menegaskan bahwa olahraga tradisional sarat dengan nilai sportivitas dan kebersamaan, sehingga dapat dijadikan media pendidikan karakter. Hal ini terbukti dalam pengabdian, di mana warga merasakan adanya peningkatan rasa persatuan dan solidaritas setelah mengikuti kegiatan.

Namun demikian, masih terdapat kendala yang perlu diperhatikan. Keterbatasan sarana dan prasarana menjadi salah satu hambatan utama. Laporan Unesa (2022)

menunjukkan bahwa hanya sekitar 20.138 desa/kelurahan dari 83.931 di Indonesia yang memiliki ruang publik layak untuk olahraga. Kondisi ini juga dialami di Desa Bagik Payung Selatan, di mana fasilitas lapangan masih sederhana. Oleh karena itu, keberadaan komunitas penggerak olahraga tradisional serta penyusunan modul panduan diharapkan dapat menjadi solusi keberlanjutan program dengan memaksimalkan potensi lokal yang ada.

Secara keseluruhan, pengabdian ini mendukung pandangan bahwa olahraga tradisional dapat menjadi instrumen strategis dalam pembangunan masyarakat sehat, bugar, dan berkarakter. Selain itu, kegiatan ini juga sejalan dengan kebijakan Kemenpora (2023) yang menekankan pentingnya olahraga tradisional sebagai bagian dari pembangunan olahraga nasional dan pelestarian budaya bangsa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan paparan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa program kampung olahraga rakyat: revitalisasi olahraga tradisional sebagai media kebugaran dan persatuan menunjukkan bahwa olahraga tradisional Lombok memiliki potensi besar untuk dikembangkan sebagai sarana peningkatan kesehatan masyarakat sekaligus pelestarian budaya lokal. Pada tahap persiapan, keterlibatan aktif warga dalam forum desa dan koordinasi dengan tokoh masyarakat berhasil menumbuhkan rasa kepemilikan dan dukungan terhadap program. Selanjutnya, pelaksanaan kegiatan melalui latihan rutin, lomba antar-RT, serta festival mini desa mendorong peningkatan partisipasi warga yang signifikan, dari sekitar 25 orang pada awal kegiatan menjadi lebih dari 60 orang setelah kegiatan terlaksana. Dampak positif juga terlihat pada aspek kebugaran jasmani, di mana peserta mengalami peningkatan ketahanan tubuh, kelincahan, dan koordinasi. Selain manfaat fisik, olahraga tradisional terbukti memperkuat kohesi sosial masyarakat dengan menghadirkan ruang interaksi lintas generasi dan menumbuhkan kembali nilai gotong royong serta sportivitas.

Pada tahap evaluasi, mayoritas warga menilai kegiatan memberikan manfaat nyata, meskipun kendala seperti keterbatasan fasilitas lapangan dan ketersediaan alat permainan masih dirasakan. Solusi keberlanjutan diwujudkan melalui pembentukan komunitas penggerak olahraga tradisional desa dan penyusunan modul panduan yang memuat deskripsi permainan, aturan, serta nilai-nilai kebugaran dan sosial budaya. Keberadaan komunitas ini diharapkan mampu menjaga kesinambungan program tanpa bergantung sepenuhnya pada tim pengabdian. Dengan demikian, pengabdian ini berkontribusi pada tiga aspek penting sekaligus dapat meningkatkan kesehatan masyarakat, memperkuat persatuan sosial, dan melestarikan budaya lokal. Model ini juga berpotensi direplikasi di wilayah lain sebagai strategi untuk mendukung pencapaian target pembangunan olahraga nasional sekaligus menjaga identitas budaya bangsa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian menyampaikan terima kasih kepada masyarakat Desa Bagik Payung Selatan, tokoh masyarakat, dan aparat desa yang telah berpartisipasi aktif dalam setiap tahapan *Kampung Olahraga Rakyat*. Dukungan dan antusiasme warga menjadi kunci keberhasilan program ini. Penghargaan juga kami sampaikan kepada pihak yang telah membantu melalui dukungan moral maupun fasilitas, sehingga keterbatasan dapat diatasi bersama. Semoga kerja sama ini menjadi inspirasi bagi pelestarian olahraga tradisional dan replikasi program di wilayah lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah. (2021). Pengaruh peran masyarakat dalam pelestarian olahraga tradisional. *Jurnal Keolahragaan*, Universitas Negeri Yogyakarta. <https://journal.uny.ac.id>
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2018). *Partisipasi Berolahraga Masyarakat Indonesia*. <https://kopsi.org/partisipasi-berolahraga-masyarakat-indonesia>
- Hidayat, R. (2020). *Olahraga Tradisional Sebagai Media Pembelajaran Karakter Anak*. *Jurnal Pendidikan Olahraga*. <https://ejournal.upi.edu>
- Hidayat, R. (2020). Revitalisasi olahraga tradisional dalam membangun budaya olahraga masyarakat. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, Universitas Pendidikan Indonesia. <https://ejournal.upi.edu>
- Kemenpora. (2022). Laporan pengembangan olahraga masyarakat berbasis kearifan lokal. Deputi Bidang Pembudayaan Olahraga. <https://deputi2.kemenpora.go.id/detail/358>
- Kemenpora. (2022). *Sport Development Index dan Pembangunan Olahraga Indonesia*. <https://deputi2.kemenpora.go.id/detail/358/sport-development-index-sdi-dan-pembangunan-olahraga-indonesia>
- Kemenpora. (2022). *Sport Development Index dan Pembangunan Olahraga Indonesia*. Deputi Bidang Pembudayaan Olahraga. <https://deputi2.kemenpora.go.id/detail/358>
- Kemenpora. (2023). Festival Olahraga Tradisional sebagai wahana pelestarian budaya dan kebugaran. <https://deputi2.kemenpora.go.id/detail/862>
- Kemenpora. (2023). *Peningkatan Indeks Pembangunan Olahraga (IPO) Indonesia Tahun 2024*. <https://deputi2.kemenpora.go.id/detail/862>
- Kurniawan, I., dkk. (2023). Implementasi permainan tradisional Lombok dalam meningkatkan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar. *Jurnal Pakes*. <https://ejournal.hamzanwadi.ac.id>
- Nugroho, H. (2021). Pengaruh permainan tradisional terhadap kebugaran jasmani siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani*. <https://ejournal.upi.edu>
- Rachmawati, E. (2021). Model evaluasi partisipatif dalam pengembangan olahraga masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Universitas Negeri Malang. <https://jurnal.um.ac.id>
- Rachmawati, I. (2021). *Revitalisasi Kearifan Lokal dalam Pengaruh Olahraga Tradisional*. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. <https://jurnal.um.ac.id>
- Rohman, A., dkk. (2021). *Fenomena Gaya Hidup Sedentari pada Remaja di Era Digital*. *Jurnal Olahraga*. <https://journal.unesa.ac.id>
- Rukmana, A. (2020). Pendekatan kolaboratif dalam program pemberdayaan berbasis olahraga. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, Universitas Negeri Malang. <https://jurnal.um.ac.id>
- Supriyadi, D. (2021). *Nilai Kebugaran Jasmani dalam Permainan Tradisional Anak Indonesia*. *Jurnal Pendidikan Jasmani*. <https://journal.uny.ac.id>
- Supriyadi. (2021). Penyusunan modul permainan tradisional untuk pembelajaran jasmani. *Jurnal Olahraga*, Universitas Negeri Yogyakarta. <https://journal.uny.ac.id>
- Unesa. (2022). Angka Partisipasi Masih Rendah, Perwosi Fokus Memasyarakatkan Olahraga. <https://www.unesa.ac.id/angka-partisipasi-masih-rendah-perwosi-fokus-memasyarakatkan-olahraga>
- WHO. (2020). *Physical Activity*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Widiastuti, E. (2022). *Hambatan Partisipasi Masyarakat dalam Berolahraga di Tingkat Desa*. *Jurnal Pendidikan Jasmani*. <https://jurnal.untirta.ac.id>

- Widiastuti, E. (2022). Hambatan partisipasi masyarakat dalam berolahraga di tingkat desa. *Jurnal Pendidikan Jasmani*. <https://jurnal.untirta.ac.id>
- Widiastuti, R. (2022). Sosialisasi berbasis komunitas dalam pelestarian budaya lokal. *Jurnal Abdimas*, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. <https://jurnal.untirta.ac.id>