

Meningkatkan Karakter Kejujuran Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani: *Systematic Literature Review*

Amalia Ulfah¹, Mashud^{1,*}

¹Universitas Lambung Mangkurat

*Corresponding Author: mashud@ulm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara sistematis berbagai strategi pembelajaran yang digunakan untuk meningkatkan karakter kejujuran siswa melalui Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Metode yang diterapkan adalah *Systematic Literature Review* (SLR) dengan mengacu pada pedoman PRISMA dan pendekatan PICO. Penelusuran artikel dilakukan melalui Google Scholar pada rentang tahun 2020–2025 dan menghasilkan 192 artikel pada tahap identifikasi awal. Melalui proses penyaringan dan seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, diperoleh dua artikel yang memenuhi syarat untuk dianalisis lebih lanjut. Hasil sintesis menunjukkan bahwa model pembelajaran kooperatif berbasis permainan *Teams Games Tournament* (TGT) lebih efektif dibandingkan Jigsaw dalam meningkatkan kejujuran siswa SMA. Selain itu, penerapan gaya mengajar *Self Check Style* pada siswa sekolah dasar terbukti mampu meningkatkan kejujuran sekaligus hasil belajar psikomotorik. Temuan ini mengindikasikan bahwa pembelajaran PJOK memiliki peran strategis dalam penanaman nilai kejujuran melalui pendekatan kompetitif dan reflektif. Namun, keterbatasan jumlah artikel inklusi menyebabkan generalisasi hasil penelitian ini perlu dilakukan secara hati-hati. Secara praktis, hasil kajian ini memberikan implikasi bagi guru PJOK dalam memilih dan menerapkan strategi pembelajaran yang berorientasi pada penguatan karakter kejujuran. Penelitian lanjutan pada jenjang SMP direkomendasikan untuk mengisi kesenjangan penelitian yang masih ada.

Kata kunci: Kejujuran; Pendidikan Jasmani; *Systematic Literature Review*

Received: 4 Okt 2025; Revised: 29 Jan 2026; Accepted: 3 Feb 2026; Available Online: 24 Feb 2026

1. PENDAHULUAN

Pendidikan karakter merupakan aspek fundamental dalam sistem pendidikan Indonesia karena berfungsi membentuk peserta didik yang tidak hanya cakap secara akademik, tetapi juga memiliki integritas moral (Iqbal, Yusra Panjaitan, Helvirianti, & Syahbila Putri Ritonga, 2024). Pemerintah melalui berbagai kebijakan kurikulum secara konsisten menekankan pentingnya internalisasi nilai-nilai karakter sebagai bagian dari tujuan pendidikan nasional. Hal tersebut ditegaskan dalam Peraturan Menteri Pendidikan Dasar dan Menengah Nomor 10 Tahun 2025 tentang Standar Kompetensi Lulusan, yang menetapkan delapan dimensi profil lulusan, meliputi keimanan, kewargaan, penalaran kritis, kreativitas, kolaborasi, kemandirian, kesehatan, dan komunikasi (Mendikdasmen, 2025) Salah satu nilai utama yang secara eksplisit tercantum dan harus dicapai pada seluruh jenjang pendidikan, mulai dari sekolah dasar hingga sekolah menengah atas, adalah kejujuran. Dengan demikian, kejujuran tidak hanya dipandang sebagai nilai moral normatif, tetapi juga sebagai standar nasional yang wajib diimplementasikan dalam proses pembelajaran di sekolah.

Dalam konteks Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), penguatan karakter kejujuran memiliki relevansi yang khas dan strategis. Pembelajaran PJOK melibatkan aktivitas fisik yang sarat dengan aturan, interaksi sosial, dan situasi kompetitif, sehingga memberikan ruang nyata bagi peserta didik untuk menunjukkan perilaku jujur, sportif, dan bertanggung jawab. Melalui aktivitas tersebut, siswa tidak hanya mengembangkan keterampilan motorik, tetapi juga nilai-nilai afektif seperti disiplin, tanggung jawab, sportivitas, dan kejujuran (Syafuruddin, Jahrir, Yusuf, Ikadarny, & Yusuf, 2022). Oleh karena itu, PJOK dipandang sebagai wahana pendidikan yang mampu mengintegrasikan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor secara seimbang, sekaligus menjadi media yang efektif dalam penanaman pendidikan karakter (Kamaruddin et al., 2024). Dalam proses ini, guru PJOK memegang peranan penting tidak hanya sebagai fasilitator penguasaan keterampilan gerak, tetapi juga sebagai teladan dan agen internalisasi nilai moral melalui desain pembelajaran dan interaksi selama aktivitas berlangsung (Batiurat, Tomas, & Kelbulan, 2024).

Kejujuran sebagai salah satu karakter utama peserta didik dapat dimaknai sebagai kesesuaian antara perkataan, tindakan, dan kenyataan, yang tercermin dalam sikap terbuka, amanah, serta menjauhi perilaku curang (Suwarno & Aeni, 2021). Dalam pembelajaran PJOK, kejujuran menjadi krusial karena banyak aktivitas pembelajaran dan penilaian melibatkan pengakuan diri, kepatuhan terhadap aturan permainan, serta evaluasi performa secara objektif. Namun, praktik penilaian kejujuran di sekolah masih menghadapi tantangan, terutama keterbatasan instrumen dan rubrik yang mampu mengukur perilaku jujur secara sistematis dan terukur (Suwarno & Aeni, 2021). Padahal, pembiasaan perilaku jujur melalui proses pembelajaran memiliki implikasi jangka panjang dalam membentuk integritas peserta didik, baik di lingkungan sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari (Azzahra, Marlina, & Dewi, 2024).

Sejumlah penelitian telah mengkaji upaya peningkatan kejujuran melalui pembelajaran PJOK dengan menerapkan berbagai model dan gaya mengajar. Wardana et al. (2020) menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif Jigsaw dan *Teams Games Tournament* (TGT) berpengaruh terhadap peningkatan karakter kejujuran siswa, dengan TGT menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi. Penelitian lain oleh (Warni & Rahman, 2021) melaporkan bahwa penerapan gaya mengajar *Self Check Style* mampu meningkatkan hasil belajar gerak dasar sekaligus sikap kejujuran siswa sekolah dasar. Selain itu, (Kamaruddin et al., 2024) menekankan pentingnya integrasi pendidikan karakter dalam pembelajaran PJOK di jenjang SMA, yang berdampak positif terhadap keterlibatan siswa dan penguatan nilai-nilai karakter. Temuan-temuan tersebut mengindikasikan bahwa pembelajaran PJOK memiliki potensi besar sebagai sarana penanaman kejujuran melalui pendekatan pembelajaran yang inovatif dan berorientasi pada partisipasi aktif serta refleksi diri.

Meskipun demikian, telaah terhadap penelitian-penelitian yang ada menunjukkan adanya celah riset yang signifikan, baik secara teoretis maupun metodologis. Secara teoretis, meskipun kejujuran telah ditetapkan sebagai capaian karakter pada seluruh jenjang pendidikan, kajian empiris yang secara spesifik menelaah peningkatan kejujuran melalui model pembelajaran PJOK masih terbatas dan cenderung terfokus pada jenjang sekolah dasar dan sekolah menengah atas. Penelitian pada jenjang sekolah menengah pertama (SMP), yang merupakan fase transisi krusial dalam perkembangan moral dan sosial peserta didik, masih sangat minim. Secara metodologis, sebagian penelitian yang ada masih didominasi oleh desain penelitian tindakan kelas (PTK), sehingga temuan yang dihasilkan belum sepenuhnya memberikan kekuatan generalisasi terkait efektivitas model pembelajaran dalam meningkatkan kejujuran (Warni & Rahman, 2021).

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk melakukan kajian sistematis terhadap berbagai upaya yang telah dilakukan dalam meningkatkan kejujuran siswa melalui pembelajaran PJOK. Kajian ini diharapkan tidak hanya mampu memetakan kecenderungan dan temuan penelitian yang ada, tetapi juga mengidentifikasi kekuatan, keterbatasan, serta peluang pengembangan strategi pembelajaran PJOK yang berorientasi pada penguatan karakter kejujuran. Dengan demikian, hasil kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis bagi pengembangan pembelajaran PJOK dalam membentuk generasi Indonesia yang berkarakter dan berintegritas.

2. METODE PENELITIAN

Pada tahap pengumpulan data, penulis menghimpun artikel ilmiah nasional melalui basis data Google Scholar. Pencarian artikel dilakukan pada rentang tahun publikasi 2021–2025 guna memastikan keterkinian (*state of the art*) penelitian dengan batas lima tahun terakhir. Proses penelusuran artikel dilakukan pada bulan Januari 2025.

Strategi pencarian artikel mengacu pada pendekatan PICO (*Population, Intervention, Comparison, Outcome*) untuk memfokuskan pencarian sesuai dengan variabel penelitian serta mengidentifikasi temuan-temuan yang relevan (Kuettel & Larsen, 2020). Rincian komponen PICO yang digunakan dalam penelitian ini disajikan pada Tabel 1:

Tabel 1. PICO

PICO	Keterangan
Populasi	Peserta didik
Intervensi	Pelaksanaan pembelajaran dalam mata Pelajaran penjas
Comparison	–

PICO	Keterangan
Outcome	Peningkatan kejujuran peserta didik

Penerapan pendekatan PICO membantu penulis dalam menyaring artikel yang relevan dan selaras dengan tujuan penelitian. Kata kunci pencarian disusun menggunakan operator Boolean seperti AND, OR, dan NOT, dengan kombinasi sebagai berikut: (“metode” OR “strategi” OR “style” OR “model”) AND (“kejujuran”) AND (“siswa” OR “peserta didik”). Hasil pencarian awal kemudian dikompilasi dan diseleksi lebih lanjut untuk memperoleh artikel yang sesuai dengan fokus kajian.

Tahap selanjutnya adalah seleksi dan ekstraksi data dengan menerapkan kriteria inklusi dan eksklusi guna mempersempit artikel sesuai dengan variabel penelitian (Mashud et al., 2022; Ratih & Susanna, 2018). Proses seleksi dilakukan melalui penelaahan judul, abstrak, dan teks penuh artikel. Kriteria inklusi dan eksklusi yang digunakan dalam penelitian ini disajikan pada Tabel 2:

Tabel 2. Kreteria Inkluslusi Dan Ekskluslusi

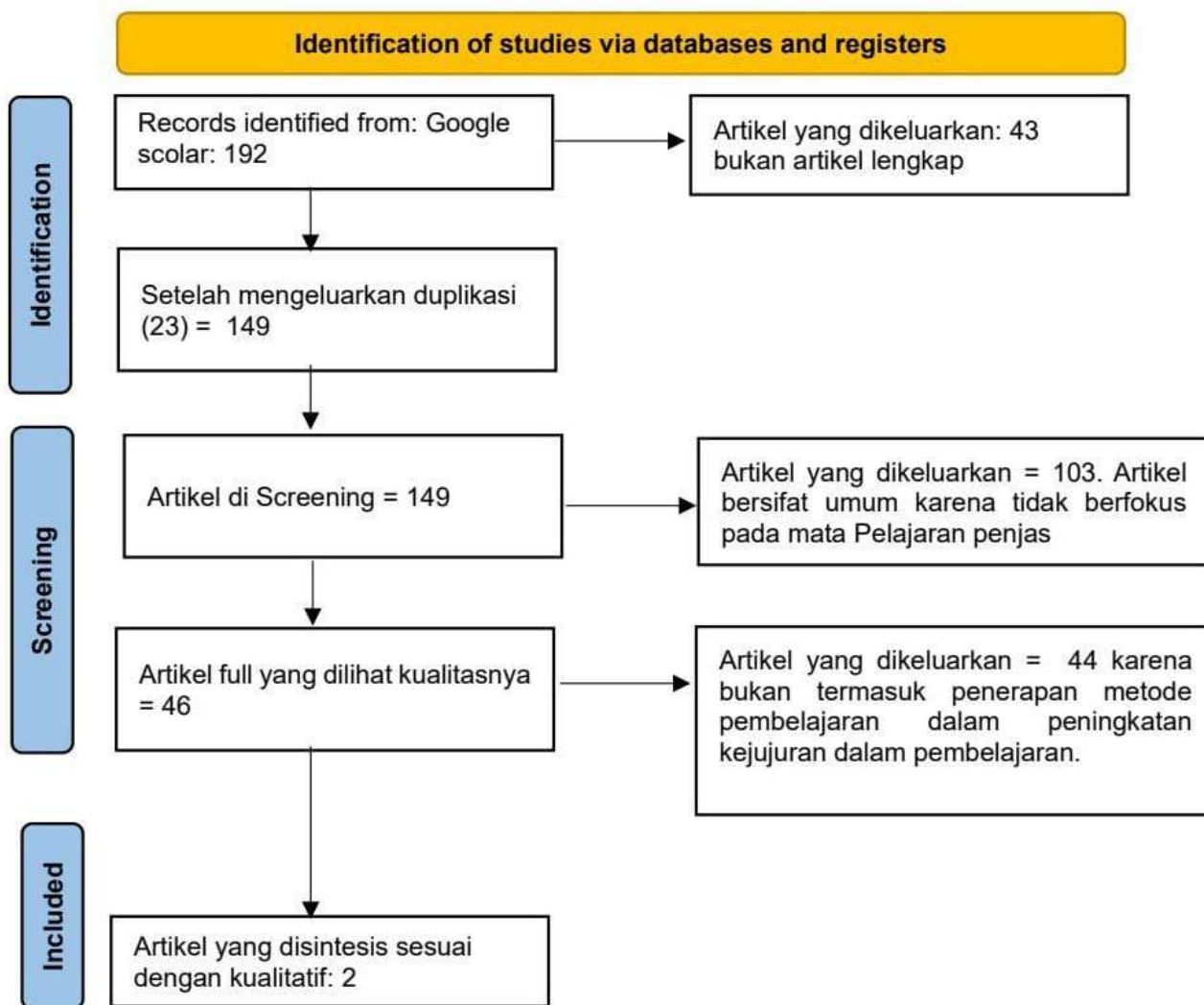
Tipe	Inkluslusi	Ekskluslusi
Jenis artikel	Artikel hasil penelitian	Laporan penelitian (skripsi, tesis, dan disertasi)
Bahasa	Indonesia& Inggris	Selain bahasa Indonesia dan Inggris
Partisipan	Peserta didik	Mahasiswa, dosen, praktisi Pendidikan, Atlet dan pelatih
Tahun terbit	2020-2025	Dibawah tahun 2020
Variable penelitian	Kejujuran peserta didik	kejujuran atlet, mahasisiwa, pelatih, guru, atau selain peserta didik.
Scope bahasan	Pendidikan jasmani	Selain pendidikan jasmani
Outcome	Metode pembelajaran untuk meningkatkan kejujuran peserta didik	Outcome selain kejujuran peserta didik

Proses seleksi artikel dilakukan secara bertahap dan sistematis. Untuk meminimalkan subjektivitas, seleksi artikel dilakukan oleh penulis dengan menelaah ulang kesesuaian artikel terhadap kriteria yang telah ditetapkan. Alur proses seleksi artikel mengacu pada pedoman PRISMA, yang meliputi tahap identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan inklusi. Visualisasi alur seleksi artikel disajikan dalam bentuk diagram PRISMA.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penulis menemukan bahwa ada 192 artikel yang dikumpulkan dari pencarian Google Cendikia. Artikel-artikel ini akan diproses melalui beberapa tahapan penyaringan. Pada penyaringan pertama, penulis menggugurkan 43 artikel karena bukan artikel lengkap, penulis menggugurkan 103 artikel karena bersifat umum karena tidak berfokus pada mata Pelajaran penjas, kemudian penulis menggugurkan lagi sebanyak 44 karena bukan termasuk penerapan metode pembelajaran dalam peningkatan kejujuran dalam pembelajaran. Penulis menemukan bahwa 2 artikel memenuhi syarat untuk dimasukkan sebagai sampel dan dievaluasi sebagai data penelitian. Keterangan lebih lanjut dapat dilihat pada gambar 1 di bawah ini. Hasil artikel pada atahap “include”.



Gambar 1. Alur Diagram PRISMA

Ringkasan Hasil Studi

Dari hasil seleksi melalui alur PRISMA, sebanyak 2 artikel memenuhi kriteria inklusi. Artikel tersebut berasal dari rentang tahun 2020 hingga 2025, diterbitkan di jurnal-jurnal bereputasi dan berasal dari wilayah Indonesia. Jenis desain penelitian terdiri dari: kuantitatif (n=12) dan mixed-method (n=2). Subjek penelitiannya merupakan peserta didik pada jenjang sekolah dasar dan menengah atas. Ringkasan Hasil Studi Terpilih (Artikel Inklusi) dan Sintesis Tematik dapat dilihat pada table 3 dan 4 dibawah ini:

Tabel 3. Ringkasan Hasil Studi Terpilih (Artikel Inklusi)

No	Penulis & Tahun	Judul Artikel	Desain Penelitian	Model/Metode	Hasil/Temuan
1.	Achmad Wardana, 2020	Pengaruh Model Pembelajaran Jigsaw dan Teams Games Tournament (TGT) terhadap Karakter Kepedulian Sosial dan Kejujuran Siswa SMA Trimurti Surabaya	kuasi eksperimen 2x2	Model Jigsaw & TGT	Terdapat perbedaan pengaruh model pembelajaran terhadap kejujuran siswa: TGT lebih efektif dalam meningkatkan kejujuran dibanding Jigsaw.
2.	Abdul Rahman, Herita	Penerapan Gaya Mengajar Self Check Style: Suatu Upaya	PTK	Gaya Mengajar Self Check Style	Terjadi peningkatan signifikan pada aspek dan afektif (kejujuran)

No	Penulis & Tahun	Judul Artikel	Desain Penelitian	Model/Metode	Hasil/Temuan
	Warni, Mashud, 2023	Meningkatkan Kejujuran dan Hasil Belajar Kombinasi Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar Kelas V			(46,15% → 77%) siswa SD

Sintesis Temantik

Tabel 4. Sintesis Temantik

Tema Temuan	Jumlah Studi	Ringkasan Isi Temuan	Implikasi Umum
Pengembangan Kejujuran Melalui Model Pembelajaran Kooperatif	1	Model <i>Teams Games Tournament</i> (TGT) lebih efektif dibandingkan Jigsaw dalam meningkatkan karakter kejujuran siswa SMA. Permainan kompetitif yang terstruktur menuntut siswa mematuhi aturan dan berlaku jujur.	Model kooperatif berbasis permainan dapat menjadi alternatif strategi penanaman kejujuran di jenjang menengah atas.
Peningkatan Kejujuran dan Hasil Belajar Melalui gaya mengajar	1	Penerapan gaya mengajar <i>Self Check Style</i> pada siswa SD meningkatkan kejujuran (46,15% → 77%) sekaligus hasil belajar gerak dasar (53,85% → 81%). Siswa dilatih menilai diri sendiri secara objektif.	Gaya mengajar yang memberi kesempatan refleksi diri efektif untuk menanamkan kejujuran sejak jenjang dasar.

Sintesis Kesamaan dan Perbedaan

Berdasarkan analisis terhadap kedua artikel inklusi, terdapat sejumlah kesamaan yang menonjol. Keduanya sama-sama menekankan pada pentingnya pendidikan jasmani sebagai wahana untuk menanamkan nilai karakter kejujuran melalui proses pembelajaran. Selain itu, kedua penelitian juga berfokus pada peserta didik sekolah, sehingga menegaskan bahwa nilai kejujuran dapat dikembangkan sejak jenjang dasar hingga menengah atas. Dari segi hasil, kedua studi menunjukkan konsistensi bahwa penerapan model atau gaya pembelajaran tertentu dalam PJOK mampu meningkatkan sikap jujur siswa.

Namun demikian, terdapat pula beberapa perbedaan penting. Perbedaan pertama terletak pada fokus pendekatan. Wardana (2020) menggunakan model pembelajaran kooperatif Jigsaw dan TGT, dengan temuan bahwa TGT lebih efektif dibandingkan Jigsaw dalam meningkatkan kejujuran siswa SMA (Wardana, Priambodo, & Pramono, 2020). Sementara itu, Rahman dkk. (2023) menerapkan gaya mengajar *Self Check Style* pada siswa SD, yang terbukti mampu meningkatkan kejujuran sekaligus hasil belajar psikomotor siswa (Rahman, Mashud, & Warni, 2021). Perbedaan kedua menyangkut metode penelitian. Wardana menggunakan desain kuasi eksperimen 2x2 untuk membandingkan efektivitas dua model, sedangkan Rahman dkk. menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan pendekatan siklus untuk memperbaiki praktik pembelajaran. Perbedaan ketiga berkaitan dengan jenjang subjek penelitian: penelitian Wardana berfokus pada siswa SMA, sedangkan penelitian Rahman dkk. dilakukan pada siswa SD kelas V. Berikut table sintesis kesamaan dan perbedaan studi disajikan dalam table 5 dibawah ini:

Tabel 5. Sintesis Kesamaan dan Perbedaan Studi

Aspek	Studi yang Konsisten	Studi yang Berbeda	Penjelasan Divergensi
Focus	Sama-sama meneliti kejujuran siswa dalam pembelajaran penjas	Wardana fokus pada model pembelajaran kooperatif (Jigsaw & TGT); Rahman dkk. fokus pada gaya mengajar <i>Self Check Style</i>	Keduanya menggunakan pendekatan berbeda (kooperatif vs individual reflektif) namun tujuannya sama: menanamkan kejujuran
Subjek & Jenjang	Keduanya meneliti siswa sekolah	Wardana → SMA; Rahman dkk. → SD kelas V	Menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis karakter

Aspek	Studi yang Konsisten	Studi yang Berbeda	Penjelasan Divergensi
			kejujuran relevan di berbagai jenjang sekolah dasar dan menengah atas.
Metode penelitian	Sama-sama penelitian empiris dalam setting kelas	Wardana → eksperimen kuasi; Rahman dkk. → PTK	Perbedaan metode memengaruhi cara analisis: eksperimen membandingkan model, PTK memperbaiki praktik mengajar
Hasil	Sama-sama menunjukkan peningkatan kejujuran siswa	Wardana: TGT > Jigsaw; Rahman dkk.: Self Check Style efektif meningkatkan kejujuran & hasil belajar motorik	Menunjukkan ada berbagai strategi yang bisa dipakai guru PJOK untuk menanamkan kejujuran

Ringkasan Hasil Temuan

Secara umum, kedua penelitian yang disintesis menegaskan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani memiliki kontribusi penting dalam pembentukan karakter siswa, khususnya nilai kejujuran. Melalui penerapan model dan gaya mengajar yang bervariasi, baik yang bersifat kompetitif maupun reflektif, pembelajaran PJOK terbukti tidak hanya meningkatkan keterampilan gerak tetapi juga menanamkan sikap afektif yang positif. Temuan bersama ini memperlihatkan bahwa strategi pembelajaran yang tepat mampu mengintegrasikan pencapaian aspek psikomotorik dan afektif secara seimbang, sehingga tujuan pendidikan jasmani yang holistik dapat tercapai.

Penelitian yang dilakukan oleh Wardana dkk. (2020) menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif, khususnya *Teams Games Tournament* (TGT), lebih efektif dibandingkan model *Jigsaw* dalam meningkatkan karakter kejujuran siswa pada pembelajaran PJOK. Meskipun demikian, penelitian ini juga menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan dalam karakter kepedulian sosial maupun kejujuran berdasarkan gender. Temuan ini menegaskan bahwa variasi model pembelajaran berpengaruh terhadap pembentukan karakter afektif siswa, terutama kejujuran, namun faktor gender bukan merupakan penentu utama.

Sementara itu, penelitian Rahman dkk. (2023) melalui pendekatan *Classroom Action Research* (PTK) membuktikan bahwa penerapan gaya mengajar *Self Check Style* mampu meningkatkan baik hasil belajar psikomotorik maupun sikap kejujuran siswa kelas V sekolah dasar. Pada siklus pertama, aspek psikomotorik siswa hanya mencapai 53,85% ketuntasan, sedangkan aspek afektif (kejujuran) sebesar 46,15%. Setelah dilakukan perbaikan pada siklus kedua, ketuntasan psikomotorik meningkat menjadi 81,00% dan aspek kejujuran naik menjadi 77,00%. Hal ini menunjukkan bahwa dengan memberi kesempatan siswa untuk melakukan evaluasi diri, keterampilan motorik dasar dapat berkembang sekaligus menumbuhkan kejujuran dalam proses pembelajaran.

Pembahasan

Hasil sintesis menunjukkan bahwa kedua artikel yang dianalisis sama-sama menegaskan peran strategis pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dalam pengembangan karakter kejujuran siswa, yang secara teoretis sejalan dengan pendekatan pembelajaran karakter berbasis pengalaman (*experiential learning*) dan pembelajaran afektif dalam pendidikan jasmani. Dalam kerangka teori pembelajaran karakter, aktivitas jasmani dipandang sebagai konteks autentik yang memungkinkan internalisasi nilai moral melalui pengalaman langsung, interaksi sosial, serta kepatuhan terhadap aturan dan norma permainan.

Penelitian Wardana (2020) menunjukkan bahwa model pembelajaran kooperatif *Teams Games Tournament* (TGT) lebih efektif dibandingkan *Jigsaw* dalam meningkatkan karakter kejujuran siswa SMA (Wardana et al., 2020). Temuan ini dapat dijelaskan melalui teori pembelajaran sosial, yang menekankan bahwa interaksi antarindividu, kompetisi sehat, dan umpan balik langsung dalam kegiatan kelompok mampu membentuk perilaku afektif, termasuk kejujuran. Struktur kompetitif-kooperatif dalam TGT mendorong siswa untuk bersikap jujur dalam mengikuti aturan permainan dan penilaian, sehingga nilai kejujuran tidak hanya diajarkan secara konseptual, tetapi dipraktikkan secara nyata. Sebaliknya, tidak ditemukannya pengaruh signifikan faktor gender mengindikasikan bahwa efektivitas model pembelajaran lebih dominan dibandingkan karakteristik demografis siswa dalam pembentukan nilai afektif.

Sementara itu, penelitian Rahman (2023) yang menerapkan gaya mengajar *Self Check Style* pada siswa sekolah dasar menegaskan pentingnya refleksi dan penilaian diri sebagai mekanisme internalisasi nilai kejujuran (Abdul Rahman, Warni, & Rahman, 2021). Temuan ini sejalan dengan teori pembelajaran afektif yang menekankan kesadaran diri (*self-awareness*) dan tanggung jawab personal sebagai fondasi pembentukan karakter. Melalui *Self Check Style*, siswa dilatih untuk menilai performa geraknya secara objektif berdasarkan kriteria yang telah ditentukan, sehingga kejujuran berkembang sebagai sikap intrinsik, bukan sekadar kepatuhan terhadap pengawasan eksternal.

Ditinjau dari pendekatan metodologis, kedua penelitian memiliki kekuatan dan keterbatasan yang saling melengkapi. Desain eksperimen faktorial pada penelitian Wardana et al. (2020) memberikan keunggulan dalam menguji efektivitas model pembelajaran secara komparatif dan memungkinkan penarikan kesimpulan kausal. Namun, pendekatan ini relatif kurang menggambarkan proses internalisasi nilai kejujuran secara mendalam dalam dinamika pembelajaran. Sebaliknya, penelitian tindakan kelas (PTK) pada studi Rahman et al. (2023) memberikan pemahaman kontekstual yang kuat mengenai proses perubahan perilaku jujur siswa melalui siklus refleksi dan perbaikan pembelajaran, meskipun memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi temuan.

Meskipun demikian, sintesis ini juga memiliki keterbatasan yang perlu dicermati. Jumlah artikel yang memenuhi kriteria inklusi relatif sedikit, sehingga temuan penelitian ini berpotensi dipengaruhi oleh bias seleksi dan belum sepenuhnya merepresentasikan keseluruhan praktik pembelajaran PJOK. Selain itu, variasi desain penelitian dan konteks jenjang pendidikan menyebabkan hasil sintesis lebih bersifat eksploratif daripada konklusif.

Namun demikian, studi ini memberikan kontribusi baru baik secara teoretis maupun praktis. Secara teoretis, kajian ini memperkuat pemahaman bahwa pembelajaran PJOK dapat berfungsi sebagai wahana internalisasi nilai kejujuran melalui mekanisme pembelajaran sosial, reflektif, dan berbasis pengalaman. Secara praktis, hasil kajian ini memberikan dasar bagi guru PJOK untuk memilih model pembelajaran yang tidak hanya berorientasi pada pencapaian keterampilan motorik, tetapi juga secara sadar dirancang untuk menumbuhkan karakter kejujuran.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian lanjutan pada jenjang sekolah menengah pertama (SMP) menjadi sangat penting. Secara perkembangan, siswa SMP berada pada fase remaja awal yang ditandai dengan meningkatnya kebutuhan akan pengakuan sosial dan pengujian nilai moral dalam interaksi kelompok. Oleh karena itu, pengembangan dan pengujian model pembelajaran PJOK yang secara spesifik dirancang untuk menumbuhkan kejujuran pada jenjang SMP diharapkan dapat memberikan kontribusi strategis dalam mendukung pendidikan karakter nasional serta memperkuat peran PJOK dalam membentuk generasi berintegritas menuju Indonesia Emas 2045.

4. KESIMPULAN

Kajian ini memberikan kontribusi akademik dengan memperkuat pemahaman bahwa pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) berfungsi tidak hanya sebagai sarana pengembangan keterampilan motorik, tetapi juga sebagai wahana internalisasi karakter kejujuran melalui pembelajaran berbasis pengalaman, interaksi sosial, dan refleksi diri. Secara teoretis, temuan ini menegaskan relevansi integrasi pendekatan kompetitif-kooperatif dan afektif-reflektif dalam kerangka pembelajaran karakter PJOK. Secara empiris dan praktis, hasil kajian menunjukkan bahwa model pembelajaran *Teams Games Tournament* (TGT) lebih efektif dibandingkan Jigsaw dalam meningkatkan kejujuran siswa SMA, sedangkan gaya mengajar *Self Check Style* pada siswa sekolah dasar mampu meningkatkan kejujuran sekaligus hasil belajar psikomotorik, sehingga memberikan implikasi langsung bagi guru PJOK dalam merancang pembelajaran yang secara sadar menargetkan capaian afektif. Meskipun demikian, keterbatasan kajian ini terletak pada jumlah artikel yang terbatas serta cakupan jenjang pendidikan yang masih berfokus pada SD dan SMA, sehingga penelitian lanjutan pada jenjang SMP direkomendasikan untuk memperkuat validitas temuan dan memperluas kontribusi PJOK dalam mendukung pendidikan karakter bangsa menuju Indonesia Emas 2045.

Daftar Pustaka

Abdul Rahman, B., Warni, H., & Rahman, A. (2021). Penerapan Gaya Mengajar *Self Check Style*: Suatu Upaya Meningkatkan Kejujuran Dan Hasil Belajar Kombinasi Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar Kelas V. *Jurnal*

Ilmu Keolahragaan, 6(2). <https://doi.org/10.26418/jilo.v6i2.69967>

- Azzahra, S., Marlina, E., & Dewi, R. S. (2024). Strategi Efektif Menanamkan Nilai Kejujuran Pada Generasi Muda Melalui Pendidikan Karakter. In *Ainara Journal* (Vol. 5). Retrieved From <http://journal.ainarapress.org/index.php/ainj>
- Batiurat, W., Tomas, S. K., & Kelbulan, E. (2024). Peran Penting Guru Olahraga Dalam Pendidikan Karakter Di Sekolah. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 23(4), 264. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v23i4.20961>
- Iqbal, M., Yusra Panjaitan, A., Helvirianti, E., & Syahbila Putri Ritonga, Q. (2024). Relevansi Pendidikan Karakter Dalam Konteks Pendidikan Islam: Membangun Generasi Berkarakter Islami. *Indonesian Research Journal on Education*, 4(3). Retrieved From <https://irje.org/index.php/irje>
- Kamaruddin, I., Abidin, D., Setiawan, A., Heristyo Endro Baruno, Y., Rifai, M., Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, P., ... Al-Aqidah Al-Hasyimiyah Jakarta, S. (2024). Model Pendidikan Karakter Terintegrasi Mata Pelajaran Pjok di SMA. In *Indonesian Research Journal on Education Web Jurnal Indonesian Research Journal on Education* (Vol. 4).
- Kuettel, A., & Larsen, C. H. (2020, January 1). Risk And Protective Factors for Mental Health in Elite Athletes: A Scoping Review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, Vol. 13, Pp. 231–265. Routledge. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2019.1689574>
- Mashud, M., Muhammad, R., Mu'arifin, M., Didik, P., Afri, T., & Wulandari, A. (2022). Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Untuk Meningkatkan Kecakapan Kolaborasi Siswa di Indonesia: Article Review. *Jendela Olahraga*, 7(2), 78–94. <https://doi.org/10.26877/jo.v7i2.11973>
- Mendikdasmen. *Permendikdasmen-10-2025*. , Pub. L. No. 10 (2025). Indonesia.
- Rahman, A., Mashud, M., & Warni, H. (2021). *Penerapan Gaya Mengajar Self Check Style: Suatu Upaya Meningkatkan Kejujuran Dan Hasil Belajar Kombinasi Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar Kelas V*.
- Ratih, S. P., & Susanna, D. (2018, October 11). Perceived Effectiveness of Pictorial Health Warnings on Changes in Smoking Behaviour in Asia: A Literature Review. *Bmc Public Health*, Vol. 18. Biomed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-6072-7>
- Suwarno, S., & Aeni, C. (2021). Pentingnya Rubrik Penilaian Dalam Pengukuran Kejujuran Peserta Didik. *Edukasi: Jurnal Pendidikan*, 19(1), 161. <https://doi.org/10.31571/edukasi.v19i1.2364>
- Syafruddin, M. A., Jahrir, A. S., Yusuf, A., Ikadarny, & Yusuf, A. (2022). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Dalam Pembentukan Karakter Bangsa. *Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna Medan*, 10(2), 73–83.
- Wardana, A., Priambodo, A., & Pramono, M. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran Jigsaw Dan *Teams Games Tournament* Terhadap Karakter Kepedulian Sosial Dan Kejujuran Dalam Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Jossae: Journal of Sport Science and Education*, 5(1), 12. <https://doi.org/10.26740/jossae.v5n1.p12-24>
- Warni, H., & Rahman, A. (2021). Gaya Mengajar Self Check Style: Suatu Upaya Meningkatkan Kejujuran Dan Hasil Belajar Kombinasi Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar Kelas V. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 6(2). <https://doi.org/10.26418/jilo.v6i2.69967>