SPORTIVITAS
JURNAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA

Published by PT Yetti Afrida Center Bengkulu
e-ISSN: XXXX-XXXX | p-ISSN: XXXX-XXXX
Vol. 1 No. 1 Oktober 2026 | Pages 1-15
https://yettiafridacenter.com/sportivitas
This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

Integrasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran dan Karakter Peserta Didik: A Systematic Literature Review

Yashori Revola*
BAPOM Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu, Indonesia
Email: revolory@yahoo.com

ABSTRACT

Purpose: *This review aims to synthesise recent evidence on how physical education and sport (PE) can be integrated to improve both the quality of learning and the character of school-aged students, two goals that are often addressed separately in research and practice.*

Design/Methodology: *A systematic literature review was conducted following the PRISMA 2020 guidelines. Articles published between 2021 and 2026 were retrieved from Scopus, Google Scholar (via Publish or Perish), DOAJ, and Garuda/SINTA using Boolean combinations of keywords on physical education, character, values, and learning outcomes. Nineteen studies, consisting of meta-analyses, systematic reviews, other reviews, and a primary study, met the inclusion criteria and were analysed through thematic synthesis.*

Findings: *Four themes emerged: (1) PE improves psychomotor, affective, social, and cognitive learning outcomes, with the largest effects in the psychomotor and affective domains; (2) the character values most frequently developed are discipline, responsibility, cooperation, honesty, and sportsmanship; (3) model-based practices, particularly Teaching Personal and Social Responsibility, Sport Education, and Cooperative Learning, are the most consistent vehicles for integrating character into PE; and (4) teacher competence, explicit value-oriented strategies, and implementation fidelity determine success.*

Practical Implications: *PE teachers and curriculum developers can use the proposed input–process–output framework to design lessons that deliberately connect movement tasks, value-oriented pedagogy, and reflection.*

Originality/Value: *This review combines international meta-analytic evidence with Indonesian studies and proposes an integration framework that links learning quality and character outcomes in PE.*

Keywords: *physical education; character education; learning quality; pedagogical models; systematic literature review.*

Received: 19/10/2026	Accepted: 26/10/2026	Published: 31/10/2026

DOI: https://doi.org/10.67319/sportivitas.v1i1.1
Cara Mengutip: Revola, Y. (2026). Integrasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran dan Karakter Peserta Didik: A Systematic Literature Review. *SPORTIVITAS: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, *1*(1), 1–15. https://doi.org/10.67319/sportivitas.v1i1.1

A. INTRODUCTION (PENDAHULUAN)

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) menempati posisi yang khas dalam kurikulum sekolah. Mata pelajaran ini merupakan satu-satunya mata pelajaran yang menjadikan tubuh dan gerak sebagai media utama pembelajaran, sehingga pengalaman belajar yang dihasilkannya tidak terbatas pada ranah fisik, tetapi juga menjangkau ranah kognitif, afektif, dan sosial. Kajian akademik yang luas tentang manfaat pendidikan jasmani dan olahraga sekolah menegaskan bahwa klaim manfaat tersebut mencakup keempat ranah perkembangan peserta didik, meskipun kekuatan bukti untuk setiap ranah tidak selalu sama

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

(Bailey et al., 2009). Dengan karakter seperti itu, PJOK sering dipandang sebagai wahana yang strategis untuk mencapai tujuan pendidikan nasional yang menekankan keseimbangan antara kecakapan dan karakter.

Di Indonesia, penguatan karakter menjadi arah penting kebijakan kurikulum, dan PJOK diharapkan berkontribusi secara nyata terhadap tujuan tersebut. Sejumlah kajian menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK berpotensi menumbuhkan nilai disiplin, tanggung jawab, kerja sama, kejujuran, dan sportivitas (Siti K S et al., 2024; Carsiwan et al., 2025). Namun, potensi tersebut tidak otomatis terwujud. Tinjauan terhadap penelitian pendidikan moral dalam pendidikan jasmani menemukan bahwa sebagian penelitian melaporkan pengaruh positif, sementara sebagian lainnya melaporkan hasil yang berlawanan atau tidak konsisten, dan perencanaan guru yang kurang baik justru dapat menimbulkan dampak negatif (Syarifatunnisa et al., 2024). Kajian lain menyimpulkan bahwa kontribusi guru PJOK dalam pembentukan karakter siswa masih berada pada tingkat sedang (Permana et al., 2024).

Persoalan yang sama juga muncul pada aspek kualitas pembelajaran. Dalam praktik, pembelajaran PJOK masih sering dipersempit menjadi latihan keterampilan teknik dan kebugaran, sementara hasil belajar afektif dan sosial diasumsikan akan muncul dengan sendirinya selama siswa bergerak dan bermain. Meta-analisis terhadap 135 penelitian intervensi pendidikan jasmani menunjukkan bahwa intervensi yang dirancang dengan baik memang meningkatkan hasil belajar psikomotor, afektif, sosial, dan kognitif, tetapi besar pengaruhnya berbeda antarranah dan sangat bergantung pada fokus pedagogis intervensi (Dudley et al., 2022). Pada saat yang sama, jumlah model pedagogis dalam pendidikan jasmani terus bertambah; tinjauan cepat terhadap basis data Web of Science dan Scopus mengidentifikasi 19 pendekatan pedagogis yang memiliki bukti ilmiah, dengan Cooperative Learning, Sport Education, dan Teaching Games for Understanding sebagai pendekatan yang paling banyak didukung penelitian (Arufe-Giráldez et al., 2023).

Penelitian tentang PJOK dan karakter serta penelitian tentang kualitas pembelajaran PJOK selama ini cenderung berjalan sendiri-sendiri. Tinjauan sistematis tentang karakter umumnya memetakan nilai-nilai yang dapat dikembangkan melalui pendidikan jasmani (Siti K S et al., 2024; Carsiwan et al., 2025; Muyassar et al., 2025), sedangkan meta-analisis tentang model pedagogis umumnya mengukur efek terhadap hasil belajar tertentu (Aygun et al., 2024; Boke et al., 2025). Masih jarang kajian yang menghubungkan kedua kelompok bukti tersebut untuk menjawab pertanyaan praktis yang dihadapi guru: bagaimana PJOK diintegrasikan agar kualitas pembelajaran dan karakter peserta didik meningkat secara bersamaan. Selain itu, penelitian di Indonesia masih didominasi desain deskriptif kualitatif pada satu sekolah, sehingga perlu dibaca berdampingan dengan bukti internasional yang lebih kuat secara metodologis.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan menyintesis bukti penelitian tahun 2021–2026 tentang integrasi pendidikan jasmani dan olahraga dalam meningkatkan kualitas pembelajaran dan karakter peserta didik. Secara khusus, kajian ini menjawab empat pertanyaan: (1) bagaimana kontribusi PJOK terhadap kualitas pembelajaran; (2) nilai karakter apa yang dikembangkan melalui PJOK; (3) model dan strategi pedagogis apa yang efektif untuk mengintegrasikan pengembangan karakter dalam PJOK; dan (4) faktor apa yang mendukung dan menghambat integrasi tersebut. Kajian dilakukan dengan metode *systematic literature review* yang mengikuti pedoman PRISMA 2020, dan hasilnya dirumuskan menjadi kerangka integrasi yang dapat digunakan oleh guru dan pengembang kurikulum.

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

Vol. 1 No. 1, Oktober 2026, hal. 1–15 e-ISSN: XXXX-XXXX | p-ISSN: XXXX-XXXX

B. LITERATURE REVIEW (KAJIAN PUSTAKA)

Kualitas Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani

Kualitas pembelajaran PJOK tidak cukup diukur dari kemampuan siswa melakukan teknik atau dari tingkat kebugaran. Pembelajaran yang berkualitas ditandai oleh tercapainya hasil belajar pada beberapa ranah sekaligus, yaitu psikomotor (keterampilan gerak dan kebugaran), kognitif (pemahaman konsep, taktik, dan pengambilan keputusan), afektif (motivasi, kesenangan, dan konsep diri), serta sosial (kerja sama, komunikasi, dan tanggung jawab sosial). Bailey et al. (2009) menunjukkan bahwa klaim manfaat pendidikan jasmani dan olahraga sekolah tersebar pada keempat ranah tersebut, tetapi manfaat itu bergantung pada cara program dirancang dan dilaksanakan.

Dudley et al. (2022) memberikan bukti kuantitatif yang paling komprehensif tentang hal ini. Melalui meta-analisis terhadap 135 penelitian dengan lebih dari 42.500 partisipan berusia 5–18 tahun, mereka menemukan bahwa efek terbesar intervensi pendidikan jasmani terdapat pada hasil belajar psikomotor (d = 0,52), diikuti afektif (d = 0,47), sosial (d = 0,32), dan kognitif (d = 0,17). Kurang dari 10% intervensi melaporkan efek negatif terhadap pembelajaran dan perkembangan siswa. Temuan ini menegaskan bahwa kualitas pembelajaran PJOK bersifat multidimensi dan dipengaruhi oleh pilihan pedagogis guru. Pada ranah afektif, tinjauan sistematis terhadap 26 penelitian mengelompokkan hasil belajar afektif ke dalam empat tema, yaitu motivasi, respons emosional, konsep diri, dan resiliensi (Teraoka et al., 2021).

Pendidikan Karakter melalui PJOK

Karakter dapat dipahami sebagai seperangkat nilai moral, sikap, dan perilaku yang membentuk kepribadian seseorang dan memengaruhi tindakannya dalam berbagai situasi (Carsiwan et al., 2025). Dalam konteks PJOK, karakter tidak hanya diajarkan sebagai pengetahuan tentang nilai, tetapi dialami secara langsung melalui situasi gerak dan permainan yang menuntut siswa mematuhi aturan, menerima kemenangan dan kekalahan, bekerja sama dengan teman satu tim, serta menghormati lawan. Situasi semacam ini menyediakan kesempatan yang jarang dimiliki mata pelajaran lain untuk mempraktikkan nilai dalam waktu nyata dan di hadapan orang lain.

Meskipun demikian, kajian pendidikan moral dalam pendidikan jasmani mengingatkan bahwa keterlibatan dalam olahraga tidak dengan sendirinya menghasilkan karakter yang baik. Guru menjadi faktor sentral, dan intervensi yang terstruktur seperti program berbasis tanggung jawab pribadi dan sosial atau dilema moral dapat meningkatkan penalaran moral dan *fair play*, sedangkan perencanaan yang buruk dapat menimbulkan hasil yang negatif (Syarifatunnisa et al., 2024). Karena itu, pengembangan karakter melalui PJOK perlu dirancang secara sengaja (*intentional*), bukan diserahkan pada pengalaman bermain semata.

Model Pedagogis Berbasis Nilai

Pendekatan berbasis model (*models-based practice*) menyediakan struktur yang jelas untuk mengintegrasikan tujuan sosial-afektif ke dalam pembelajaran gerak. Teaching Personal and Social Responsibility (TPSR) yang dikembangkan Hellison (2011) menyusun tujuan belajar dalam tingkatan tanggung jawab, mulai dari menghormati hak dan perasaan orang lain, berpartisipasi dan berusaha, mengarahkan diri sendiri, peduli dan membantu orang lain, hingga mentransfer nilai tersebut ke luar kelas. Sport Education memberi siswa pengalaman olahraga yang autentik melalui musim kompetisi, keanggotaan tim yang tetap, dan peran-peran seperti kapten, wasit, atau pencatat skor; tinjauan terhadap 51 penelitian menunjukkan bahwa model ini

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

banyak dikaji untuk pengembangan keterampilan personal dan sosial, meskipun hanya sedikit penelitian yang memastikan fidelitas penerapan model (Bessa et al., 2019). Cooperative Learning menempatkan siswa dalam kelompok kecil untuk mencapai tujuan belajar bersama, sehingga keterlibatan dan hubungan sosial antarsiswa meningkat (Zach et al., 2023).

Ketiga model tersebut juga telah dikaitkan dengan kerangka pembelajaran sosial-emosional. Tinjauan *scoping* terhadap 63 penelitian menunjukkan bahwa praktik berbasis model dalam pendidikan jasmani telah lama menyentuh kompetensi sosial-emosional, meskipun sering tidak dinyatakan secara eksplisit (Dyson et al., 2021). Hal ini memperkuat pandangan bahwa model pedagogis merupakan jembatan antara tujuan pembelajaran gerak dan tujuan pembentukan karakter.

Landasan Motivasional: Self-Determination Theory

Self-Determination Theory (SDT) menjelaskan bahwa motivasi yang lebih otonom tumbuh ketika kebutuhan psikologis dasar akan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan terpenuhi (Ryan & Deci, 2000). Meta-analisis terhadap 265 penelitian dalam konteks pendidikan jasmani sekolah mengonfirmasi bahwa motivasi otonom berkorelasi positif dengan hasil yang adaptif, sedangkan regulasi eksternal dan amotivasi berkaitan dengan hasil yang maladaptif. Pemenuhan ketiga kebutuhan psikologis dasar berkorelasi kuat dengan motivasi otonom, dan teman sebaya tampak lebih berpengaruh terhadap rasa keterhubungan siswa (Vasconcellos et al., 2020). Kerangka ini relevan karena lingkungan belajar yang mendukung otonomi, memberi tantangan sesuai kemampuan, dan membangun kebersamaan sekaligus menjadi lingkungan yang kondusif bagi tumbuhnya karakter.

Kesenjangan Penelitian

Kajian di atas menunjukkan bahwa bukti tentang kualitas pembelajaran dan bukti tentang karakter dalam PJOK berkembang pesat, tetapi masih tersebar. Tinjauan karakter cenderung bersifat deskriptif dan berbasis penelitian di Indonesia, sedangkan meta-analisis model pedagogis cenderung berbasis penelitian di Eropa dan berfokus pada satu model. Kajian ini mengisi kesenjangan tersebut dengan menyintesis kedua kelompok bukti dalam satu kerangka integrasi yang menjelaskan masukan, proses, dan hasil yang diharapkan dari integrasi PJOK.

C. METHOD (METODE)

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *systematic literature review* (SLR) yang dilaporkan mengikuti pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) 2020 (Page et al., 2021). Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti mengidentifikasi, menyeleksi, menilai, dan menyintesis bukti penelitian secara transparan dan dapat direplikasi. Kajian diarahkan oleh empat pertanyaan penelitian (*research questions*, RQ): RQ1, bagaimana kontribusi PJOK terhadap kualitas pembelajaran; RQ2, nilai karakter apa yang dikembangkan melalui PJOK; RQ3, model dan strategi pedagogis apa yang efektif mengintegrasikan pengembangan karakter dalam PJOK; dan RQ4, faktor apa yang mendukung dan menghambat integrasi tersebut.

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

Sumber Data dan Strategi Pencarian

Pencarian artikel dilakukan pada basis data Scopus, Google Scholar melalui aplikasi Publish or Perish, *Directory of Open Access Journals* (DOAJ), dan Garuda/SINTA untuk menjangkau jurnal nasional terakreditasi. Kata kunci disusun dalam bahasa Inggris dan bahasa Indonesia dengan operator Boolean sebagai berikut: (“physical education” OR “pendidikan jasmani” OR “PJOK”) AND (“character” OR “karakter” OR “values” OR “moral” OR “social responsibility”) AND (“learning outcomes” OR “quality” OR “kualitas pembelajaran” OR “pedagogical model”). Rentang publikasi dibatasi pada Januari 2021 sampai [bulan] 2026, dan pencarian terakhir dilakukan pada [tanggal pencarian]. Penelusuran manual terhadap daftar pustaka artikel yang relevan (*backward searching*) juga dilakukan untuk menemukan artikel yang tidak terjaring melalui kata kunci.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Artikel diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan sebelum seleksi dimulai, sebagaimana disajikan pada Tabel 1. Kriteria ini memastikan bahwa artikel yang dianalisis relevan dengan konteks pendidikan jasmani sekolah, membahas hasil belajar atau karakter, dan dapat diakses secara utuh.

Tabel 1. Kriteria inklusi dan eksklusi

Aspek	Kriteria inklusi	Kriteria eksklusi
Topik	Membahas pendidikan jasmani atau olahraga sekolah dalam kaitannya dengan karakter, nilai, kompetensi sosial-emosional, atau kualitas hasil belajar	Membahas olahraga prestasi atau rekreasi di luar konteks pembelajaran sekolah
Partisipan	Peserta didik usia sekolah (sekitar 5–18 tahun) atau guru PJOK	Atlet profesional, mahasiswa nonkependidikan, atau populasi klinis
Jenis publikasi	Artikel jurnal bereviu sejawat: penelitian primer, tinjauan sistematis, atau meta-analisis	Opini, editorial, abstrak konferensi, skripsi, dan buku
Tahun	Terbit tahun 2021–2026	Terbit sebelum tahun 2021
Bahasa dan akses	Berbahasa Inggris atau Indonesia; teks lengkap dapat diakses	Bahasa lain atau teks lengkap tidak tersedia
Status	Artikel aktif	Artikel yang ditarik (*retracted*)

Sumber: disusun oleh penulis, 2026.

Prosedur Seleksi

Seleksi dilakukan dalam empat tahap PRISMA, yaitu identifikasi, penyaringan, penilaian kelayakan, dan inklusi. Pada tahap identifikasi, seluruh hasil pencarian diekspor ke aplikasi pengelola referensi dan duplikasi dihapus. Pada tahap penyaringan, judul dan abstrak dibaca untuk mengeluarkan artikel yang jelas tidak relevan. Pada tahap kelayakan, teks lengkap artikel dibaca dan dinilai berdasarkan kriteria pada Tabel 1. Ringkasan jumlah artikel pada setiap tahap disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Ringkasan tahapan seleksi artikel (PRISMA 2020)

Tahap	Keterangan	Jumlah artikel
Identifikasi	Artikel dari Scopus, Google Scholar, DOAJ, dan Garuda/SINTA	[..]
	Artikel tambahan dari penelusuran daftar pustaka	[..]
	Duplikasi yang dihapus	[..]

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

Tahap	Keterangan	Jumlah artikel
Penyaringan	Artikel yang disaring berdasarkan judul dan abstrak	[..]
	Artikel yang dikeluarkan karena tidak relevan	[..]
Kelayakan	Teks lengkap yang dinilai kelayakannya	[..]
	Teks lengkap yang dikeluarkan beserta alasannya	[..]
Inklusi	Artikel yang dianalisis dalam sintesis	19

Sumber: diolah oleh penulis, 2026.

Ekstraksi Data, Penilaian Kualitas, dan Analisis

Data dari setiap artikel diekstraksi ke dalam matriks yang memuat nama penulis dan tahun, jenis desain, konteks dan partisipan, fokus kajian, model atau strategi pedagogis, serta temuan utama yang berkaitan dengan kualitas pembelajaran dan karakter. Kualitas metodologis artikel tinjauan dinilai dengan memperhatikan kejelasan pertanyaan penelitian, kelengkapan strategi pencarian, kejelasan kriteria seleksi, dan transparansi sintesis, sedangkan artikel primer dinilai berdasarkan kesesuaian desain dengan tujuan penelitian dan kecukupan data. Penilaian kualitas tidak digunakan untuk mengeluarkan artikel, tetapi untuk menimbang kekuatan bukti saat sintesis.

Analisis dilakukan dengan sintesis tematik. Temuan dari setiap artikel diberi kode secara induktif, kemudian kode yang serupa dikelompokkan menjadi tema yang menjawab keempat pertanyaan penelitian. Untuk artikel yang melaporkan ukuran efek, besaran efek dilaporkan sebagaimana adanya agar pembaca dapat membandingkan kekuatan bukti antarranah dan antarmodel. Hasil sintesis kemudian dirumuskan menjadi kerangka konseptual integrasi PJOK yang memetakan masukan, proses, dan hasil.

D. RESULT AND DISCUSSION (HASIL DAN PEMBAHASAN)

Karakteristik Studi yang Dianalisis

Sebanyak 19 artikel yang terbit pada tahun 2021–2026 memenuhi kriteria inklusi. Artikel tersebut terdiri atas lima meta-analisis atau tinjauan sistematis dengan meta-analisis, sembilan tinjauan sistematis, empat tinjauan jenis lain (*scoping review*, *quick review*, dan tinjauan literatur), serta satu penelitian primer dengan pendekatan kualitatif. Berdasarkan tahun terbit, tiga artikel terbit pada 2021, dua pada 2022, dua pada 2023, tujuh pada 2024, tiga pada 2025, dan dua pada 2026. Enam artikel ditulis oleh peneliti di Indonesia dan seluruhnya berfokus langsung pada karakter, sedangkan artikel internasional lebih banyak berfokus pada efek model pedagogis terhadap hasil belajar. Ringkasan karakteristik dan temuan utama setiap artikel disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Karakteristik dan temuan utama studi yang dianalisis

No	Penulis (tahun)	Desain dan cakupan	Fokus	Temuan utama
1	Bores-García et al. (2021)	Tinjauan sistematis; 15 artikel (2014–2019)	Cooperative Learning	Penelitian didominasi jenjang menengah, intervensi jangka pendek, serta metode kualitatif atau campuran
2	Dyson et al. (2021)	Scoping review; 63 penelitian	Model pedagogis dan pembelajaran sosial-emosional	Praktik berbasis model telah menyentuh kompetensi sosial-emosional meskipun sering tidak eksplisit
3	Teraoka et al. (2021)	Tinjauan sistematis; 26 penelitian	Pembelajaran afektif	Empat tema afektif dan lima strategi efektif; fidelitas penerapan penting
4	Dudley et al. (2022)	Meta-analisis; 135 penelitian, >42.500 partisipan	Kualitas pendidikan jasmani	Efek terbesar pada ranah psikomotor (d = 0,52) dan afektif (d = 0,47), lalu sosial (0,32) dan kognitif (0,17)

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

No	Penulis (tahun)	Desain dan cakupan	Fokus	Temuan utama
5	Shen et al. (2022)	Tinjauan sistematis	Proses dan hasil TPSR	Pemahaman proses penerapan TPSR penting untuk menjelaskan hasil yang dicapai
6	Arufe-Giráldez et al. (2023)	Quick review; Web of Science dan Scopus	Model pedagogis pendidikan jasmani	19 pendekatan pedagogis; Cooperative Learning, Sport Education, dan TGfU paling didukung bukti
7	Zach et al. (2023)	Tinjauan literatur; 44 penelitian (2000–2020)	Strategi Cooperative Learning	Strategi beragam dengan hasil pada empat ranah; data masih perlu dilengkapi
8	Aygun et al. (2024)	Meta-analisis; 20 penelitian, 28 ukuran efek	TPSR	Efek positif pada hasil emosional dan sosial (g = 0,337)
9	Bronikowska et al. (2024)	Tinjauan sistematis	Intervensi kompetensi moral dan sosial	Intervensi sekolah dipetakan menurut jenjang usia peserta didik
10	Febryani et al. (2024)	Kualitatif; satu SD di Padang	Karakter siswa SD	Disiplin, kerja sama, dan tanggung jawab tumbuh melalui keteladanan guru; hambatan waktu dan pelatihan guru
11	Navarro-Talón et al. (2024)	Tinjauan sistematis dan meta-analisis; PRISMA, PROSPERO	TPSR	TPSR berpotensi signifikan meningkatkan berbagai variabel dan perkembangan holistik siswa
12	Permana et al. (2024)	Tinjauan literatur; 10 artikel (2016–2022)	Peran guru PJOK	Kontribusi guru dalam pembentukan karakter berada pada tingkat sedang
13	Siti K S et al. (2024)	SLR (PRISMA); 10 dari 400 artikel	Karakter melalui pendidikan jasmani	Tanggung jawab, disiplin, semangat, kejujuran, dan kerja sama
14	Syarifatunnisa et al. (2024)	SLR; 9 artikel Scopus (2011–2022)	Pendidikan moral	Enam penelitian positif, tiga berlawanan atau tidak konsisten; guru sebagai faktor sentral
15	Boke et al. (2025)	Meta-analisis; 40 penelitian	Cooperative Learning	Efek keseluruhan g = 0,459; terbesar pada ranah sosial (0,612) dan kognitif (0,589)
16	Carsiwan et al. (2025)	SLR (PRISMA); 15 dari 750 artikel	Karakter siswa di sekolah	Tanggung jawab, kerja sama, kemandirian, disiplin, toleransi, kejujuran, dan kepercayaan diri
17	Muyassar et al. (2025)	SLR; 7 penelitian (2005–2024)	Perkembangan karakter	Enam tema dengan hubungan yang sebagian besar positif
18	Manzano-Sánchez et al. (2026)	Tinjauan sistematis	Model pedagogis dan keadilan sosial	TPSR dan Sport Education paling sering digunakan; efek positif personal dan sosial
19	Wang et al. (2026)	Tinjauan sistematis dan meta-analisis; 11 penelitian	Sport Education di sekolah menengah	Hasil motivasi lebih baik dibandingkan pengajaran tradisional

Sumber: diolah oleh penulis dari artikel yang dianalisis, 2026.

Komposisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar bukti yang tersedia merupakan bukti sekunder, yaitu tinjauan dan meta-analisis. Di satu sisi, hal ini memperkuat sintesis karena setiap artikel telah merangkum puluhan hingga ratusan penelitian primer. Di sisi lain, hal ini juga menunjukkan bahwa penelitian primer yang menguji integrasi PJOK dan karakter dengan desain yang kuat, khususnya di Indonesia, masih terbatas.

Tema 1: PJOK sebagai Penggerak Kualitas Pembelajaran Multiranah

Temuan yang paling konsisten adalah bahwa pembelajaran PJOK yang dirancang dengan baik meningkatkan hasil belajar pada lebih dari satu ranah. Meta-analisis Dudley et al. (2022) menempatkan ranah psikomotor dan afektif sebagai ranah dengan efek terbesar, disusul ranah sosial dan kognitif. Pola yang serupa tetapi dengan urutan berbeda ditemukan pada Cooperative Learning: meta-analisis terhadap 40 penelitian melaporkan efek keseluruhan sedang (g = 0,459), dengan efek terbesar pada ranah sosial (0,612) dan kognitif (0,589), diikuti ranah fisik (0,471) dan afektif (0,304) (Boke et al., 2025). Perbedaan ini menunjukkan bahwa

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

ranah yang paling berkembang sangat bergantung pada model yang digunakan: model yang menekankan interaksi kelompok cenderung menghasilkan efek sosial dan kognitif yang lebih besar.

Kualitas pembelajaran juga tecermin pada hasil afektif. Teraoka et al. (2021) mengidentifikasi lima strategi yang efektif dan banyak digunakan untuk mendukung pembelajaran afektif, yaitu memberi pilihan, mendorong umpan balik antarteman, mengajukan pertanyaan deduktif, memfokuskan siswa pada kemajuan pribadi, dan menerapkan diferensiasi pembelajaran. Pada jenjang sekolah menengah, tinjauan sistematis dan meta-analisis terhadap 11 penelitian menemukan bahwa Sport Education menghasilkan motivasi yang lebih baik dibandingkan pengajaran tradisional (Wang et al., 2026). Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa kualitas pembelajaran PJOK tidak dapat dilepaskan dari iklim motivasional kelas, yang sejalan dengan bukti SDT bahwa pemenuhan kebutuhan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan berkaitan dengan hasil belajar yang adaptif (Vasconcellos et al., 2020).

Implikasi dari tema ini adalah bahwa peningkatan kualitas pembelajaran PJOK tidak cukup dilakukan dengan menambah waktu latihan atau intensitas aktivitas. Guru perlu memilih model dan strategi yang selaras dengan ranah hasil belajar yang ingin dicapai, sebagaimana disarankan oleh Arufe-Giráldez et al. (2023) agar guru memvariasikan pendekatan pedagogis sesuai dengan materi dan efek yang diharapkan pada ranah motorik, afektif-emosional, dan sosial.

Tema 2: Nilai Karakter yang Dikembangkan melalui PJOK

Tinjauan-tinjauan dari Indonesia menunjukkan konvergensi yang kuat tentang nilai karakter yang dapat dikembangkan melalui PJOK. Carsiwan et al. (2025), yang menyeleksi 15 dari 750 artikel, menemukan bahwa aktivitas jasmani yang terstruktur dalam kurikulum dapat menumbuhkan tanggung jawab, kerja sama, kemandirian, disiplin, toleransi, kejujuran, dan kepercayaan diri. Siti K S et al. (2024), yang menganalisis 10 dari 400 artikel, melaporkan nilai tanggung jawab, disiplin, semangat, kejujuran, dan kerja sama, serta menyimpulkan bahwa pendidikan jasmani berperan penting dalam pembentukan karakter pada semua jenjang pendidikan. Muyassar et al. (2025) juga menemukan bahwa sebagian besar temuan dalam enam tema yang mereka identifikasi menunjukkan hubungan positif antara pendidikan jasmani dan perkembangan karakter. Pemetaan nilai karakter, contoh perilakunya dalam PJOK, dan studi pendukungnya disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Nilai karakter, contoh perilaku dalam PJOK, dan studi pendukung

Nilai karakter	Contoh perilaku dalam pembelajaran PJOK	Studi pendukung
Disiplin	Hadir tepat waktu, mematuhi aturan permainan dan instruksi keselamatan	Siti K S et al. (2024); Febryani et al. (2024); Carsiwan et al. (2025)
Tanggung jawab	Menjalankan peran dalam tim, merawat peralatan, berusaha maksimal	Aygun et al. (2024); Navarro-Talón et al. (2024); Siti K S et al. (2024); Carsiwan et al. (2025)
Kerja sama	Berbagi bola, menyusun strategi kelompok, membantu teman yang kesulitan	Febryani et al. (2024); Siti K S et al. (2024); Boke et al. (2025); Carsiwan et al. (2025)
Kejujuran dan sportivitas	Mengakui pelanggaran sendiri, menghormati keputusan wasit dan lawan	Siti K S et al. (2024); Syarifatunnisa et al. (2024); Carsiwan et al. (2025)
Kepercayaan diri dan kemandirian	Mencoba tugas gerak baru, mengatur latihan sendiri	Teraoka et al. (2021); Carsiwan et al. (2025)

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

Nilai karakter	Contoh perilaku dalam pembelajaran PJOK	Studi pendukung
Toleransi dan kepedulian	Menerima perbedaan kemampuan teman, bermain dalam kelompok yang beragam	Carsiwan et al. (2025); Manzano-Sánchez et al. (2026)
Kompetensi sosial-emosional	Mengelola emosi saat kalah, berkomunikasi secara santun	Dyson et al. (2021); Aygun et al. (2024); Bronikowska et al. (2024)

Sumber: diolah oleh penulis, 2026.

Tabel 4 menunjukkan bahwa disiplin, tanggung jawab, dan kerja sama merupakan nilai yang paling sering dilaporkan, baik oleh tinjauan nasional maupun oleh meta-analisis internasional. Nilai-nilai ini memiliki indikator perilaku yang mudah diamati dalam situasi gerak, sehingga lebih mudah diajarkan dan dinilai. Sebaliknya, nilai seperti kejujuran, toleransi, dan penalaran moral memerlukan situasi pembelajaran yang lebih spesifik, misalnya permainan tanpa wasit, diskusi tentang keputusan yang adil, atau dilema moral. Temuan Syarifatunnisa et al. (2024) bahwa enam dari sembilan penelitian melaporkan pengaruh positif, sedangkan tiga lainnya melaporkan hasil yang berlawanan atau tidak konsisten, menunjukkan bahwa nilai moral yang lebih kompleks tidak dapat diharapkan tumbuh tanpa perencanaan yang sengaja.

Tema 3: Model Pedagogis sebagai Wahana Integrasi

Bukti terkuat tentang integrasi karakter dalam PJOK berasal dari model pedagogis berbasis nilai. Untuk TPSR, meta-analisis terhadap 20 penelitian dengan 28 ukuran efek menemukan pengaruh positif yang signifikan terhadap hasil emosional dan sosial (g = 0,337; IK 95% = 0,199–0,476), meskipun heterogenitas antarpenelitian tinggi (Aygun et al., 2024). Meta-analisis lain yang mengikuti pedoman PRISMA dan terdaftar di PROSPERO menyimpulkan bahwa TPSR memiliki potensi edukatif yang signifikan dalam meningkatkan berbagai variabel, sehingga memperkuat proses belajar-mengajar dan perkembangan holistik siswa (Navarro-Talón et al., 2024). Shen et al. (2022) menambahkan pentingnya memahami proses penerapan TPSR, bukan hanya hasilnya, agar nilai yang diajarkan benar-benar terinternalisasi.

Sport Education dan Cooperative Learning menunjukkan pola yang saling melengkapi. Sport Education memberi siswa peran dan tanggung jawab yang nyata dalam tim, dan meta-analisis terbaru menunjukkan keunggulannya dibandingkan pengajaran tradisional dalam aspek motivasi pada siswa sekolah menengah (Wang et al., 2026). Cooperative Learning menghasilkan efek terbesar pada ranah sosial (Boke et al., 2025) dan telah diterapkan melalui berbagai strategi seperti Jigsaw, Learning Team, dan Complex Instruction (Zach et al., 2023). Namun, tinjauan terhadap penelitian Cooperative Learning menemukan bahwa sebagian besar penelitian dilakukan di sekolah menengah dengan intervensi jangka pendek dan didominasi metode kualitatif atau campuran, sehingga peneliti perlu lebih cermat ketika mengklaim telah menerapkan model ini (Bores-García et al., 2021).

Bukti tentang pemerataan juga mulai muncul. Tinjauan sistematis terhadap model pedagogis untuk siswa yang kurang beruntung secara sosial, budaya, atau ekonomi menemukan bahwa TPSR dan Sport Education adalah model yang paling sering diterapkan, dan keduanya menunjukkan efek positif terhadap aspek personal dan sosial (Manzano-Sánchez et al., 2026). Sementara itu, tinjauan terhadap intervensi kompetensi moral dan sosial dalam pendidikan jasmani menunjukkan bahwa intervensi sekolah untuk tujuan ini perlu disesuaikan dengan jenjang usia peserta didik (Bronikowska et al., 2024). Secara keseluruhan, tema ini menunjukkan bahwa model pedagogis berfungsi sebagai “wadah” yang membuat integrasi karakter menjadi sistematis: model menentukan struktur kegiatan, peran siswa, dan bentuk interaksi yang memungkinkan nilai dipraktikkan dan direfleksikan.

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

Tema 4: Peran Guru serta Faktor Pendukung dan Penghambat

Seluruh kelompok bukti menempatkan guru sebagai faktor penentu. Syarifatunnisa et al. (2024) menyebut guru sebagai faktor sentral dalam pendidikan moral melalui pendidikan jasmani, sementara Permana et al. (2024) menilai bahwa kontribusi guru PJOK dalam pembentukan karakter masih berada pada tingkat sedang. Penelitian kualitatif di sekolah dasar menemukan bahwa keteladanan guru memengaruhi internalisasi nilai disiplin, kerja sama, dan tanggung jawab, dan dukungan orang tua membantu siswa mempertahankan kebiasaan tersebut di luar sekolah. Hambatan utama yang ditemukan adalah keterbatasan waktu pembelajaran dan kurangnya pelatihan guru (Febryani et al., 2024).

Faktor lain yang konsisten muncul adalah fidelitas penerapan. Teraoka et al. (2021) menekankan pentingnya fidelitas untuk memahami bagaimana program intervensi benar-benar dilaksanakan, dan temuan serupa telah dilaporkan pada penelitian Sport Education yang jarang memastikan fidelitas model (Bessa et al., 2019). Dalam konteks sekolah di Indonesia, persoalan fidelitas dapat muncul ketika model pedagogis diadopsi hanya pada tingkat sintaks kegiatan, tanpa memperhatikan tujuan nilai dan refleksi yang menjadi inti model. Dengan demikian, faktor pendukung integrasi mencakup kompetensi pedagogis guru, keteladanan, dukungan sekolah dan orang tua, serta desain pembelajaran yang eksplisit; sedangkan faktor penghambatnya mencakup waktu yang terbatas, pelatihan guru yang kurang, dan penerapan model yang tidak setia pada prinsipnya.

Perbandingan Bukti Nasional dan Internasional

Jika dibandingkan, bukti nasional dan internasional saling melengkapi tetapi berbeda karakter. Artikel dari Indonesia umumnya menjawab pertanyaan nilai apa yang berkembang melalui PJOK dan bagaimana guru menanamkannya, dengan sumber data berupa tinjauan literatur nasional atau observasi dan wawancara di sekolah (Siti K S et al., 2024; Febryani et al., 2024; Carsiwan et al., 2025). Artikel internasional umumnya menjawab pertanyaan seberapa besar efek suatu model pedagogis terhadap hasil belajar tertentu, dengan sumber data berupa penelitian eksperimen dan eksperimen semu yang digabungkan dalam meta-analisis (Dudley et al., 2022; Aygun et al., 2024; Boke et al., 2025). Akibatnya, bukti nasional kaya akan deskripsi kontekstual tetapi lemah dalam inferensi sebab-akibat, sedangkan bukti internasional kuat dalam estimasi efek tetapi belum tentu mencerminkan kondisi sekolah di Indonesia, seperti jumlah siswa per kelas, ketersediaan sarana, dan alokasi waktu PJOK.

Perbedaan tersebut juga tampak pada cara karakter dioperasionalkan. Tinjauan nasional cenderung menggunakan istilah nilai karakter seperti disiplin, tanggung jawab, dan kejujuran, sedangkan penelitian internasional lebih sering menggunakan istilah hasil emosional dan sosial, kompetensi sosial-emosional, motivasi, atau tanggung jawab pribadi dan sosial (Dyson et al., 2021; Aygun et al., 2024). Kedua kelompok istilah ini sebenarnya merujuk pada gejala yang beririsan. Karena itu, penelitian di Indonesia dapat memanfaatkan instrumen dan model yang telah teruji secara internasional, misalnya TPSR dan Sport Education, sambil tetap merumuskan indikator karakter yang sesuai dengan nilai-nilai yang ditekankan dalam kurikulum nasional. Penyelarasan istilah ini penting agar hasil penelitian nasional dapat dibandingkan dan digabungkan dalam meta-analisis di masa mendatang.

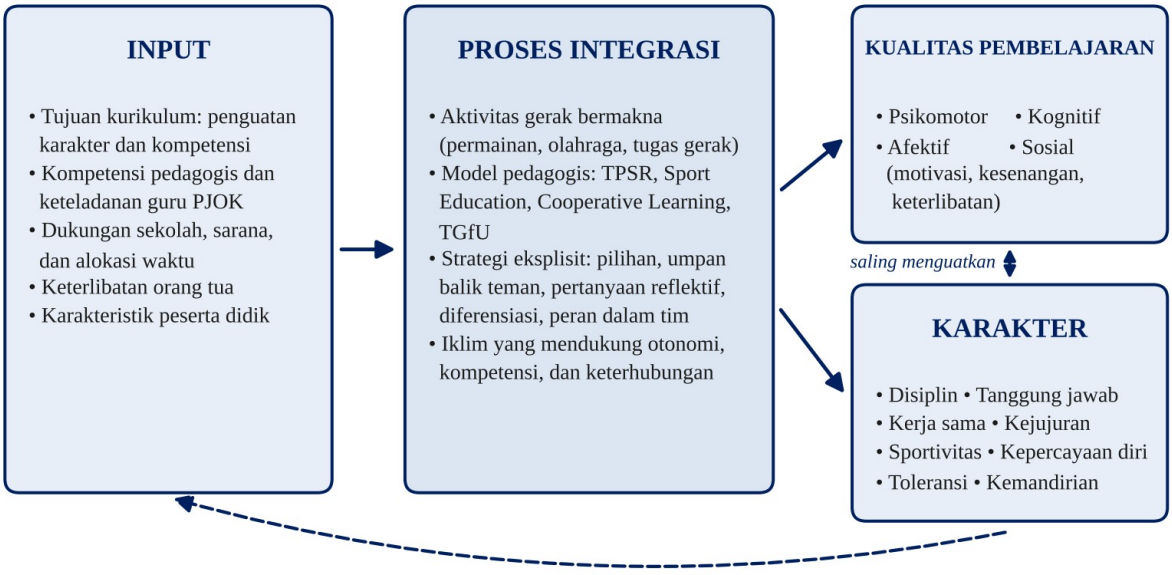
Kerangka Integrasi PJOK untuk Kualitas Pembelajaran dan Karakter

Berdasarkan keempat tema tersebut, kajian ini merumuskan kerangka integrasi PJOK dengan logika masukan–proses–hasil sebagaimana disajikan pada Gambar 1. Masukan

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

mencakup tujuan kurikulum yang menempatkan karakter sejajar dengan kompetensi, kompetensi dan keteladanan guru, dukungan sekolah dan orang tua, serta karakteristik peserta didik. Proses integrasi mencakup aktivitas gerak yang bermakna, pemilihan model pedagogis yang sesuai, strategi eksplisit seperti pemberian pilihan, umpan balik antarteman, pertanyaan reflektif, diferensiasi, dan pembagian peran dalam tim, serta iklim kelas yang mendukung otonomi, kompetensi, dan keterhubungan. Hasil yang diharapkan adalah meningkatnya kualitas pembelajaran pada empat ranah dan menguatnya karakter peserta didik, yang keduanya saling menguatkan.

Gambar 1. Kerangka integrasi PJOK untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dan karakter peserta didik



Sumber: disusun oleh penulis berdasarkan hasil sintesis, 2026.

Kerangka ini menegaskan dua hal. Pertama, kualitas pembelajaran dan karakter bukan dua tujuan yang bersaing memperebutkan waktu pembelajaran yang terbatas, melainkan dua hasil dari proses yang sama. Siswa yang menjalankan peran sebagai kapten atau wasit dalam Sport Education, misalnya, sekaligus belajar memahami aturan dan taktik (kognitif) serta berlatih tanggung jawab dan kejujuran (karakter). Kedua, refleksi dan asesmen autentik berfungsi sebagai umpan balik yang menghubungkan pengalaman di lapangan dengan kehidupan sehari-hari. Tanpa refleksi, nilai yang dipraktikkan dalam permainan berisiko berhenti sebagai perilaku sesaat dan tidak ditransfer ke luar kelas, yang dalam TPSR justru merupakan tingkat tanggung jawab tertinggi (Hellison, 2011).

Bagi guru PJOK di Indonesia, kerangka ini dapat diterjemahkan ke dalam langkah praktis. Guru dapat (1) menetapkan satu atau dua nilai karakter sebagai tujuan eksplisit dalam setiap unit pembelajaran bersama tujuan keterampilan; (2) memilih model pedagogis yang paling sesuai, misalnya TPSR untuk tanggung jawab, Sport Education untuk kepemimpinan dan sportivitas, atau Cooperative Learning untuk kerja sama; (3) merancang situasi gerak yang menuntut nilai tersebut dipraktikkan; (4) menyediakan waktu singkat untuk refleksi di akhir

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

pertemuan; dan (5) menilai perilaku karakter dengan rubrik observasi atau penilaian diri dan teman sebaya. Pihak sekolah dan dinas pendidikan dapat mendukung langkah ini melalui pelatihan guru yang berfokus pada model pedagogis dan melalui pelibatan orang tua.

Asesmen merupakan bagian yang sering terlupakan dalam integrasi karakter. Tanpa asesmen, guru sulit mengetahui apakah nilai yang ditargetkan benar-benar berkembang, dan siswa sulit melihat kemajuan perilakunya sendiri. Sejalan dengan strategi yang ditemukan Teraoka et al. (2021), asesmen karakter dalam PJOK sebaiknya memadukan observasi guru menggunakan rubrik perilaku yang spesifik, penilaian diri, dan umpan balik antarteman. Rubrik dapat disusun berdasarkan indikator perilaku pada Tabel 4, misalnya frekuensi siswa membantu teman atau menghormati keputusan wasit selama permainan. Hasil asesmen tidak hanya digunakan untuk memberi nilai, tetapi juga sebagai bahan refleksi di akhir pertemuan, sehingga asesmen berfungsi sebagai bagian dari proses belajar dan bukan sekadar alat ukur.

Keterbatasan Kajian

Kajian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, sebagian besar artikel yang dianalisis merupakan tinjauan dan meta-analisis, sehingga sintesis ini bersifat tinjauan atas tinjauan dan berpotensi menghitung penelitian primer yang sama lebih dari satu kali. Kedua, pembatasan bahasa pada artikel berbahasa Inggris dan Indonesia serta rentang tahun 2021–2026 dapat membuat sebagian bukti yang relevan tidak tercakup. Ketiga, penelitian di Indonesia yang dianalisis masih didominasi tinjauan dan penelitian kualitatif di satu sekolah, sehingga generalisasi temuan ke konteks Indonesia perlu dilakukan dengan hati-hati. Keempat, heterogenitas yang tinggi pada beberapa meta-analisis menunjukkan bahwa efek model pedagogis dapat berbeda menurut konteks, durasi, dan kualitas penerapan.

E. CONCLUSION (KESIMPULAN)

Kajian sistematis terhadap 19 artikel yang terbit pada tahun 2021–2026 menunjukkan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga dapat meningkatkan kualitas pembelajaran dan karakter peserta didik secara bersamaan apabila diintegrasikan secara sengaja. Pertama, PJOK yang dirancang dengan baik meningkatkan hasil belajar psikomotor, afektif, sosial, dan kognitif, dengan besar efek yang bergantung pada model yang digunakan. Kedua, nilai karakter yang paling konsisten berkembang melalui PJOK adalah disiplin, tanggung jawab, dan kerja sama, disusul kejujuran, sportivitas, kepercayaan diri, toleransi, dan kemandirian. Ketiga, model pedagogis berbasis nilai, terutama TPSR, Sport Education, dan Cooperative Learning, merupakan wahana integrasi yang paling didukung bukti. Keempat, keberhasilan integrasi ditentukan oleh kompetensi dan keteladanan guru, strategi pembelajaran yang eksplisit, fidelitas penerapan model, dan dukungan sekolah serta orang tua.

Secara praktis, guru PJOK disarankan untuk menetapkan tujuan karakter secara eksplisit, memilih model pedagogis yang sesuai, dan menyediakan waktu refleksi dalam setiap pembelajaran. Sekolah dan dinas pendidikan disarankan menyelenggarakan pelatihan guru yang berfokus pada penerapan model pedagogis berbasis nilai dan asesmen karakter. Penelitian selanjutnya perlu menguji kerangka integrasi yang diusulkan melalui penelitian eksperimen atau eksperimen semu dengan kelompok kontrol, durasi intervensi yang lebih panjang, pengukuran fidelitas penerapan, dan instrumen karakter yang tervalidasi, khususnya pada jenjang sekolah dasar dan menengah di Indonesia.

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

F. BIBLIOGRAPHY (DAFTAR PUSTAKA)

Arufe-Giráldez, V., Sanmiguel-Rodríguez, A., Ramos-Álvarez, O., & Navarro-Patón, R. (2023). News of the pedagogical models in physical education: A quick review. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(3), 2586. https://doi.org/10.3390/ijerph20032586

Aygun, Y., Boke, H., Yagin, F. H., Tufekci, S., Murathan, T., Gencay, E., Prieto-González, P., & Ardigò, L. P. (2024). Emotional and social outcomes of the teaching personal and social responsibility model in physical education: A systematic review and meta-analysis. *Children, 11*(4), 459. https://doi.org/10.3390/children11040459

Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R., & BERA Physical Education and Sport Pedagogy Special Interest Group. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education, 24*(1), 1–27. https://doi.org/10.1080/02671520701809817

Bessa, C., Hastie, P., Araújo, R., & Mesquita, I. (2019). What do we know about the development of personal and social skills within the sport education model: A systematic review. *Journal of Sports Science and Medicine, 18*(4), 812–829.

Boke, H., Aygun, Y., Tufekci, S., Yagin, F. H., Canpolat, B., Norman, G., Prieto-González, P., & Ardigò, L. P. (2025). Effects of cooperative learning on students' learning outcomes in physical education: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology, 16*, 1508808. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1508808

Bores-García, D., Hortigüela-Alcalá, D., Fernandez-Rio, F. J., González-Calvo, G., & Barba-Martín, R. (2021). Research on cooperative learning in physical education: Systematic review of the last five years. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 92*(1), 146–155. https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1719276

Bronikowska, M., Mouratidou, K., Ludwiczak, M., Karamavrou, S., McKeel, C., & Bronikowski, M. (2024). Systematic review on social/moral competence interventions in physical education. *Biomedical Human Kinetics, 16*, 55–77. https://doi.org/10.2478/bhk-2024-0007

Carsiwan, Maesara, N., Maryati, & Rahmadayanti, R. S. (2025). The role of physical education in the development of student character in schools. *Indonesian Values and Character Education Journal, 8*(1). https://doi.org/10.23887/ivcej.v8i1.89641

Dudley, D., Mackenzie, E., Van Bergen, P., Cairney, J., & Barnett, L. (2022). What drives quality physical education? A systematic review and meta-analysis of learning and development effects from physical education-based interventions. *Frontiers in Psychology, 13*, 799330. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.799330

Dyson, B., Howley, D., & Wright, P. M. (2021). A scoping review critically examining research connecting social and emotional learning with three model-based practices in physical education: Have we been doing this all along? *European Physical Education Review, 27*(1), 76–95. https://doi.org/10.1177/1356336X20923710

Febryani, F., Marheni, E., Damrah, D., Bahtra, R., Andika, H., & Ockta, Y. (2024). Character development through physical learning for elementary school children. *JETL (Journal of Education, Teaching, and Learning), 9*(1), 160–165. https://doi.org/10.26737/jetl.v9i1.6120

Hellison, D. (2011). *Teaching personal and social responsibility through physical activity* (3rd ed.). Human Kinetics.

Manzano-Sánchez, D., Hortigüela Alcalá, D., Gómez-López, M., & González-García, H. (2026). Pedagogical models in physical education and their impact on socially,

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License

culturally, and economically disadvantaged students through social justice: A systematic review. *Quest*, 1–22. https://doi.org/10.1080/00336297.2026.2673152

Muyassar, A. M., Carsiwan, & Hambali, B. (2025). Character development through physical education: A systematic literature review. *SPORT TK-EuroAmerican Journal of Sport Sciences, 14*, Article 150. https://revistas.um.es/sportk/article/view/627781

Navarro-Talón, P., Ruiz-Lara, E., & González-Gálvez, N. (2024). Effects of teaching personal and social responsibility model: Systematic review and meta-analysis. *Cultura, Ciencia y Deporte, 19*(61), 2140. https://doi.org/10.12800/ccd.v19i61.2140

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., … Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ, 372*, n71. https://doi.org/10.1136/bmj.n71

Permana, G., Carsiwan, C., Juliantine, T., Yulianto, A. G., Aman, M. S., & Shahudin, N. N. (2024). The contribution of physical education teachers in shaping student character. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation, 13*(3). https://doi.org/10.15294/peshr.v13i3.14059

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1), 68–78. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68

Shen, Y., Martinek, T., & Dyson, B. P. (2022). Navigating the processes and products of the teaching personal and social responsibility model: A systematic literature review. *Quest, 74*(1), 91–107.

Siti K S, A. Y., Adh Dhuha, Z. U., Aimar, D., Saputra, D. A., Rifki, M. T. M., Nurfaidah, T., & Rizkyanfi, M. W. (2024). The role of physical education in forming students' character education (systematic literature review). *Jurnal Ilmiah Mandala Education, 10*(1), 110–120. https://doi.org/10.58258/jime.v10i1.6538

Syarifatunnisa, A., Ma'mun, A., & Nuryadi. (2024). Moral education and physical education: A systematic literature review. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 9*(2), 196–204. https://doi.org/10.17509/jpjo.v9i2.64380

Teraoka, E., Ferreira, H. J., Kirk, D., & Bardid, F. (2021). Affective learning in physical education: A systematic review. *Journal of Teaching in Physical Education, 40*(3), 460–473. https://doi.org/10.1123/jtpe.2019-0164

Vasconcellos, D., Parker, P. D., Hilland, T., Cinelli, R., Owen, K. B., Kapsal, N., Lee, J., Antczak, D., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., & Lonsdale, C. (2020). Self-determination theory applied to physical education: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Educational Psychology, 112*(7), 1444–1469. https://doi.org/10.1037/edu0000420

Wang, Y., Samsudin, N., & Niu, Z. (2026). Sport education model versus traditional teaching in secondary-school physical education: A systematic review and meta-analysis. *Retos, 82*, 392–406. https://doi.org/10.47197/retos.v82.119521

Zach, S., Shoval, E., & Shulruf, B. (2023). Cooperative learning in physical education lessons: Literature review. *Frontiers in Education, 8*, 1273423. https://doi.org/10.3389/feduc.2023.1273423

This Article is licensed under a CC BY-SA 4.0 International License