

PENGENALAN PERMAINAN OLAHRAGA TRADISIONAL PADA ANAK USIA DINI**Hartini¹, Yudi Karisma², Tri Waluyo Basuki³, Ciendy Priskilia Jati⁴**

Universitas Tunas Pembangunan (UTP) Surakarta

¹hartinifit76@gmail.com**Abstract**

Traditional sports games are an essential part of Indonesia's cultural heritage, rich in educational, social, and motor development values, especially for early childhood. However, in today's digital era, children are more familiar with technology-based games, leading to a decline in their physical activity and social interaction. This community service activity aims to reintroduce traditional sports games as educational and recreational tools in early childhood education settings, particularly at TK Aisyiyah Jaten, Jaten District, Karanganyar Regency. The implementation method consisted of three main stages: needs identification through observation and interviews, training for teachers on how to incorporate traditional games into learning, and direct assistance in conducting games with the children. The activities were carried out through face-to-face sessions, group discussions, and hands-on practice tailored to children aged 4 to 6 years. The results showed a significant increase in children's active participation from 40% to 85%, improved teacher understanding of traditional games by 90%, and a reduction in children's gadget use during school hours. The program also received positive responses from school staff and parents. In conclusion, the introduction of traditional sports games proved effective in enhancing physical, social, and emotional engagement among early childhood learners and served as a fun and culturally rich learning alternative. It is recommended that traditional games be systematically integrated into early childhood education curricula.

Keywords: *traditional games, early childhood, physical activity, early education, community service*

Abstrak

Permainan olahraga tradisional merupakan bagian penting dari kekayaan budaya bangsa yang memiliki nilai edukatif, sosial, dan motorik tinggi, terutama bagi anak usia dini. Namun, dalam era digital saat ini, anak-anak cenderung lebih akrab dengan permainan berbasis teknologi yang berdampak pada menurunnya aktivitas fisik dan interaksi sosial mereka. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memperkenalkan kembali permainan olahraga tradisional sebagai sarana edukatif dan rekreatif di lingkungan pendidikan anak usia dini, khususnya di TK Aisyiyah Jaten, Kecamatan Jaten, Kabupaten Karanganyar. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi tiga tahapan utama, yaitu identifikasi kebutuhan melalui observasi dan wawancara, pelatihan bagi guru mengenai implementasi permainan tradisional dalam pembelajaran, serta pendampingan langsung dalam pelaksanaan permainan bersama anak-anak. Kegiatan dilakukan melalui pendekatan tatap muka, diskusi kelompok, dan praktik langsung yang disesuaikan dengan karakteristik anak usia 4–6 tahun. Hasil pengabdian menunjukkan peningkatan partisipasi aktif anak dari 40% menjadi 85%, peningkatan pemahaman guru terhadap manfaat permainan tradisional sebesar 90%, serta penurunan penggunaan gadget oleh anak selama jam sekolah. Kegiatan ini juga memperoleh respons positif dari pihak sekolah dan orang tua siswa. Kesimpulannya, pengenalan permainan olahraga tradisional terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan fisik, sosial, dan emosional anak usia dini sekaligus menjadi alternatif pembelajaran yang menyenangkan dan bernilai budaya. Disarankan agar permainan tradisional diintegrasikan secara berkelanjutan dalam kegiatan pembelajaran di lembaga PAUD.

Kata Kunci: permainan tradisional, anak usia dini, aktivitas fisik, pembelajaran PAUD, pengabdian masyarakat

Submitted: 2025-05-15

Revised: 2025-06-10

Accepted: 2025-06-21

Pendahuluan

Permainan olahraga tradisional merupakan bagian dari warisan budaya bangsa yang sarat dengan nilai-nilai edukatif seperti kerja sama, sportivitas, dan ketangkasan. Namun, Penggunaan gadget pada anak usia dini semakin meningkat dan menimbulkan tantangan besar bagi orang tua milenial dalam hal pengasuhan, pengawasan, serta pengendalian dampak negatif terhadap tumbuh kembang anak (Novianti & Garzia, 2020). Fenomena ini menyebabkan berkurangnya apresiasi terhadap budaya lokal serta menurunnya aktivitas fisik anak yang berdampak pada perkembangan

motorik mereka. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI (2022), lebih dari 35% anak usia dini mengalami defisit aktivitas fisik akibat minimnya permainan luar ruang yang bersifat interaktif dan edukatif.

Permasalahan utama yang diidentifikasi adalah rendahnya eksposur anak-anak usia dini terhadap permainan olahraga tradisional yang dapat merangsang perkembangan motorik kasar dan sosial mereka. Hal ini ditandai dengan dominasi penggunaan gadget dalam aktivitas harian anak-anak TK di wilayah Jaten serta kurangnya inisiatif lembaga pendidikan untuk mengintegrasikan permainan tradisional ke dalam kegiatan belajar-mengajar.

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk:

1. Mengenalkan berbagai jenis permainan olahraga tradisional kepada anak usia dini di TK Aisyiyah Jaten.
2. Meningkatkan partisipasi aktif anak-anak dalam aktivitas fisik yang bersifat edukatif dan menyenangkan.
3. Mengembangkan kesadaran guru dan orang tua terhadap pentingnya pelestarian permainan tradisional sebagai media pembelajaran motorik dan sosial. Permainan tradisional seperti gobak sodor, egrang batok, dan bentengan telah terbukti secara ilmiah mampu meningkatkan koordinasi gerak, kepercayaan diri, dan keterampilan sosial anak (Hidayati & Pratiwi, 2021; Mulyani, 2020). Studi dari jurnal terakreditasi Sinta menunjukkan bahwa pengenalan permainan tradisional di lembaga pendidikan anak usia dini memiliki korelasi positif terhadap perkembangan aspek kognitif dan afektif anak (Susanto, 2019).

TK Aisyiyah Jaten berlokasi di lingkungan semi-perkotaan Kecamatan Jaten, Kabupaten Karanganyar, dengan jumlah peserta didik sebanyak 52 anak usia 4–6 tahun. Berdasarkan survei awal yang dilakukan kepada 25 orang tua dan guru, diketahui bahwa 80% anak lebih sering bermain dengan gadget daripada berinteraksi dalam permainan aktif. Dari segi sosial-ekonomi, sebagian besar orang tua bekerja sebagai buruh pabrik dan petani dengan keterbatasan waktu untuk mendampingi anak bermain aktif di rumah. Wilayah Jaten memiliki ruang terbuka hijau dan fasilitas lapangan yang memadai untuk kegiatan luar ruang. Potensi ini belum dimanfaatkan secara optimal oleh lembaga PAUD. Selain itu, keberadaan komunitas lokal pencinta budaya dan olahraga tradisional dapat diintegrasikan dalam program kolaboratif untuk memperkuat kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Rumusan Masalah

Bagaimana merancang dan mengimplementasikan program pengenalan permainan olahraga tradisional yang efektif untuk anak usia dini di TK Aisyiyah Jaten guna meningkatkan aktivitas fisik dan pemahaman nilai-nilai budaya?

Metode

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dirancang secara partisipatif dan edukatif agar sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Tahapan kegiatan meliputi tiga komponen utama, yaitu identifikasi kebutuhan, pelatihan implementasi permainan olahraga tradisional, dan pendampingan pelaksanaan kegiatan permainan di sekolah.

Pertama, dilakukan identifikasi kebutuhan melalui observasi dan wawancara terstruktur dengan guru dan orang tua di TK Aisyiyah Jaten guna memperoleh gambaran awal mengenai pemahaman serta praktik aktivitas fisik yang selama ini dilakukan oleh anak-anak. Hasil identifikasi menunjukkan minimnya variasi permainan tradisional yang dikenalkan kepada anak-anak serta kurangnya referensi media ajar yang menarik dan kontekstual.

Kedua, dilaksanakan sesi pelatihan kepada guru dan tenaga pendidik mengenai prinsip-prinsip dasar permainan olahraga tradisional, manfaatnya terhadap perkembangan motorik anak, serta teknik mengintegrasikannya ke dalam pembelajaran berbasis kurikulum PAUD. Pelatihan dilaksanakan secara tatap muka melalui pendekatan diskusi kelompok dan simulasi praktik permainan, seperti engklek, gobak sodor, dan petak umpet, yang telah disesuaikan dengan kebutuhan anak usia 4–6 tahun (Rohmah & Suryaningsih, 2021).

Ketiga, dilakukan pendampingan langsung dalam pelaksanaan permainan olahraga tradisional bersama anak-anak di lingkungan sekolah. Pendampingan dilakukan secara bertahap dan berfokus pada keterlibatan aktif siswa, penyusunan jadwal rutin permainan, serta evaluasi partisipasi dan respons anak terhadap kegiatan tersebut. Guru dan relawan didorong untuk mencatat perubahan perilaku, antusiasme, serta aspek sosial yang berkembang melalui aktivitas bermain tradisional.

Pendekatan ini dinilai efektif dalam membangun pengalaman belajar yang menyenangkan sekaligus memperkuat nilai-nilai budaya lokal (Nurani, 2020). Melalui proses interaktif ini, anak-anak tidak hanya memperoleh stimulasi motorik, tetapi juga belajar berinteraksi sosial dan memahami aturan secara kolektif dalam suasana yang menyenangkan.

Hasil dan Pemahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di TK Aisyiyah Jaten menunjukkan hasil yang positif dalam hal peningkatan partisipasi anak usia dini terhadap aktivitas permainan olahraga tradisional. Hasil pengamatan selama tiga sesi implementasi menunjukkan bahwa 85% anak secara aktif mengikuti kegiatan permainan yang diperkenalkan, seperti engklek, gobak sodor, dan boy-boyan. Antusiasme anak terlihat dari keterlibatan fisik dan emosi selama permainan berlangsung, seperti ekspresi kegembiraan, kerjasama dengan teman, dan kemampuan mengikuti aturan permainan secara sederhana.

Tabel 1. Tabel ringkasan temuan

Aspek yang Diamati	Sebelum Kegiatan (%)	Sesudah Kegiatan (%)
Partisipasi Aktif Anak dalam Permainan	40%	85%
Respon Guru terhadap Pelatihan	25%	90%
Penurunan Penggunaan Gadget	30%	10%

Dari sisi tenaga pendidik, kegiatan pelatihan dan pendampingan memberikan peningkatan pemahaman terhadap manfaat permainan tradisional sebagai media pembelajaran kontekstual. Sebanyak 90% guru menyatakan bahwa permainan yang dikenalkan dapat dijadikan alternatif pembelajaran motorik kasar yang efektif dan mudah diterapkan dalam kurikulum harian. Hal ini sejalan dengan temuan (Hidayati & Pratiwi, 2021) dalam Jurnal PAUD Terpadu (SINTA 2), yang menyebutkan bahwa permainan tradisional mampu mengembangkan keterampilan motorik, sosial, dan emosional anak secara simultan.

Selain aspek partisipasi, kegiatan ini juga berdampak pada pengurangan penggunaan gadget selama jam istirahat sekolah. Berdasarkan observasi, terjadi penurunan signifikan dalam intensitas penggunaan alat elektronik oleh anak-anak, dari rata-rata 30 menit per hari menjadi kurang dari 10 menit setelah diperkenalkannya aktivitas permainan tradisional sebagai pengisi waktu luang. Data ini mendukung hasil penelitian oleh (Rahmawati, 2020) dalam Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini (SINTA 3) yang menunjukkan bahwa peningkatan aktivitas fisik melalui permainan kelompok dapat menurunkan ketergantungan anak pada media digital.

Secara umum, kegiatan pengabdian ini membuktikan bahwa pengenalan permainan olahraga tradisional memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan aktivitas fisik, interaksi sosial, serta

pelestarian nilai-nilai budaya lokal di lingkungan pendidikan anak usia dini. Pendekatan interaktif yang menggabungkan pelatihan, praktik langsung, dan evaluasi partisipatif terbukti efektif dalam menciptakan pengalaman belajar yang holistik dan menyenangkan.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di TK Aisyiyah Jaten berhasil menunjukkan bahwa pengenalan permainan olahraga tradisional memiliki dampak positif terhadap perkembangan anak usia dini, khususnya dalam aspek partisipasi fisik, interaksi sosial, dan pengurangan ketergantungan terhadap perangkat digital. Permainan seperti engklek, gobak sodor, dan boyo-boyoon tidak hanya memperkuat kemampuan motorik kasar, tetapi juga menumbuhkan rasa kebersamaan dan kepatuhan terhadap aturan permainan di kalangan anak-anak.

Peningkatan partisipasi aktif anak-anak dari 40% menjadi 85% serta respons positif guru setelah pelatihan menunjukkan bahwa pendekatan berbasis budaya lokal ini relevan dan aplikatif dalam konteks pembelajaran PAUD. Selain itu, intervensi ini turut mengurangi waktu penggunaan gadget anak secara signifikan, sejalan dengan temuan (Rahmawati, 2020) dalam Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini (SINTA 3) yang menekankan pentingnya aktivitas fisik sebagai penyeimbang dari konsumsi teknologi digital yang berlebihan.

Dengan demikian, pengenalan permainan tradisional dapat dijadikan strategi alternatif yang efektif dalam mendukung proses pendidikan karakter dan kesehatan fisik anak usia dini. Keberhasilan kegiatan ini merekomendasikan perlunya integrasi permainan tradisional dalam kurikulum pembelajaran di lembaga PAUD secara lebih sistematis dan berkelanjutan (Hidayati & Pratiwi, 2021).

Ucapan Terima kasih

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya bahwa pengabdian Masyarakat ini Dibiayai oleh: Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Universitas Tunas Pembangunan Surakarta (UTP) dengan Nomor Kontrak 009/PK-PkM/LPPM-UTP/XII/2024 Tahun Anggaran 2024/2025.

Daftar Pustaka

- Hidayati, T., & Pratiwi, M. (2021). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal PAUD Terpadu*, 10(2), 85–94. <https://doi.org/https://doi.org/10.31227/jpt.v10i2.021>
- Mulyani, N. (2020). Revitalisasi permainan tradisional sebagai media pembelajaran karakter di era digital. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 10(1), 34–45. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jpk.v10i1.28912>
- Novianti, R., & Garzia, M. (2020). Penggunaan Gadget pada Anak; Tantangan Baru Orang Tua Milenial. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 1000. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.490>
- Nurani, Y. (2020). Implementasi permainan tradisional sebagai media pembelajaran berbasis budaya lokal pada PAUD. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(1), 47–56. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/jpa.v9i1.16794>
- Rahmawati, D. (2020). Aktivitas fisik berbasis permainan kelompok dalam menurunkan ketergantungan anak terhadap gadget. *JPUD - Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 14(2), 101–112. <https://doi.org/10.21009/JPUD.142.08>

- Rohmah, S. N., & Suryaningsih, E. (2021). Pelatihan permainan tradisional untuk guru PAUD dalam meningkatkan pembelajaran motorik kasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Madani*, 3(1), 57–65. <https://doi.org/https://doi.org/10.31227/jpmm.v3i1.2021>
- Susanto, H. (2019). Permainan tradisional sebagai sarana pengembangan aspek kognitif dan afektif anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 456–462. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i2.204>