

SOSIALISASI PERMAINAN TRADISIONAL UNTUK PENGUATAN KETAHANAN KELUARGA DI PEKON NUSAWUNGU KECAMATAN BANYUMAS KABUPATEN PRINGSEWU

**Fadlu Rachman¹, Chandra Richo Pratama², Ahmad Nuruhidin³, Andri Prasetyo⁴,
Felinda Sari⁵, Jovana Renaldy Gumay⁶**

^{1,2,3,4,5,6}Pendidikan Jasmani, Universitas Aisyah Pringsewu

¹fadlurachman1994@gmail.com

Abstract

Family togetherness in rural areas is declining as gadget use increases among children and parents, weakening the interaction quality that underpins family resilience. This community service programme aimed to improve the knowledge and skills of families in Pekon Nusawungu, Banyumas District, Pringsewu Regency, in using traditional games as a medium of interaction that strengthens family resilience. The target was 21 families, comprising 42 participants: parents and primary school-aged children. The activity ran for one day through four stages: material delivery, a demonstration of six traditional games, group play with the family, and discussion and evaluation. Evaluation employed a pretest-posttest questionnaire, an observation sheet, a response questionnaire, and brief interviews as supporting data. The mean knowledge score rose from 58.4 to 81.7, with an N-gain of 0.56 in the moderate category. The greatest improvement occurred in understanding the variety of traditional games and their rules. Observation recorded high enthusiasm, increased parent-child communication, and active involvement. Eighteen of the 21 families committed to playing together weekly. Traditional games proved a simple, economical, culturally grounded alternative for strengthening family resilience. Continued mentoring with the pekon government is needed for the habit to last.

Keywords: family interaction; local wisdom; family resilience; traditional games; socialization

Abstrak

Kebersamaan keluarga di pedesaan mulai menurun seiring meningkatnya penggunaan gawai oleh anak maupun orang tua, sehingga kualitas interaksi yang menjadi fondasi ketahanan keluarga berpotensi melemah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga di Pekon Nusawungu, Kecamatan Banyumas, Kabupaten Pringsewu, dalam memanfaatkan permainan tradisional sebagai media interaksi yang memperkuat ketahanan keluarga. Sasarannya 21 keluarga dengan total 42 peserta yang melibatkan orang tua dan anak usia sekolah dasar. Kegiatan berlangsung satu hari melalui empat tahapan, yaitu sosialisasi materi, demonstrasi enam jenis permainan tradisional, praktik bermain berkelompok bersama keluarga, serta diskusi dan evaluasi. Evaluasi menggunakan angket pretest-posttest, lembar observasi, angket respons, dan wawancara singkat sebagai data pendukung. Hasil kegiatan menunjukkan rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat dari 58,4 menjadi 81,7 dengan nilai N-gain 0,56 berkategori sedang. Peningkatan terbesar terjadi pada aspek pemahaman ragam permainan tradisional beserta aturan pelaksanaannya. Observasi mencatat antusiasme tinggi, meningkatnya komunikasi orang tua dan anak, serta keterlibatan aktif peserta. Sebanyak 18 dari 21 keluarga berkomitmen bermain bersama sedikitnya sekali setiap minggu. Kegiatan ini menunjukkan permainan tradisional merupakan alternatif sederhana, ekonomis, dan berbasis budaya lokal yang efektif memperkuat ketahanan keluarga. Pendampingan berkelanjutan bersama pemerintah pekon perlu dilakukan agar kebiasaan positif berkembang dalam masyarakat.

Kata Kunci: interaksi keluarga; kearifan lokal; ketahanan keluarga; permainan tradisional; sosialisasi

Submitted: 2026-07-02

Revised: 2026-07-10

Accepted: 2026-07-17

Pendahuluan

Keluarga adalah lingkungan pertama tempat seseorang belajar berkomunikasi, bekerja sama, dan menghadapi masalah. Walsh (2021) menyebut ketahanan keluarga sebagai kemampuan keluarga untuk bertahan dan bangkit dari kesulitan melalui tiga hal utama, yaitu keyakinan bersama, pembagian peran yang luwes, serta komunikasi yang terbuka. Penelitian di Indonesia

menunjukkan hal yang sama. Hidayat et al. (2023) menemukan bahwa keluarga dengan komunikasi yang baik lebih kuat menghadapi tekanan ekonomi. Gayatri dan Irawaty (2022) menambahkan bahwa hubungan yang hangat, kebiasaan beribadah bersama, dan dukungan sosial menjadi bekal utama keluarga Indonesia saat menghadapi krisis. Data Ramadhan (2020) tentang kondisi keluarga selama masa isolasi juga memperlihatkan betapa mudahnya kebersamaan keluarga goyah ketika rutinitas berkumpul terganggu. Temuan dari negara lain menguatkan pola tersebut; keluarga yang terbiasa beraktivitas bersama memiliki ketahanan yang lebih baik setelah masa sulit berlalu (Barton et al., 2023; Prime et al., 2020).

Ruang kebersamaan dalam keluarga kini semakin berkurang. Kehadiran gawai telah mengubah pola interaksi antara orang tua dan anak di rumah. Misirli et al. (2025) dalam kajian mereka menyimpulkan bahwa paparan layar yang berlebihan berkaitan dengan terganggunya perkembangan sosial dan kemampuan komunikasi anak. Muppalla et al. (2023) juga melaporkan bahwa penggunaan gawai berdampak pada perkembangan kognitif, bahasa, dan emosi anak. Di Indonesia, penggunaan gawai dengan intensitas tinggi pada anak prasekolah diketahui meningkatkan risiko keterlambatan perkembangan (Sari et al., 2022), sedangkan kecanduan gawai pada anak usia dini berkaitan dengan menurunnya tingkat kebahagiaan mereka (Saroinsong et al., 2025). Permasalahan ini tidak hanya terjadi pada anak. Orang tua yang lebih banyak menghabiskan waktu dengan gawainya juga cenderung mengurangi komunikasi yang bermakna di dalam keluarga. Berbagai kegiatan penyuluhan mengenai dampak negatif gawai memang telah banyak dilaksanakan (Setyaningsih & Setyowatie, 2023; Simanjuntak et al., 2025), tetapi sebagian besar masih sebatas memberikan peringatan tanpa disertai alternatif kegiatan yang menarik.

Aktivitas fisik yang dilakukan bersama keluarga dapat menjadi salah satu solusi. Bermain tidak hanya berfungsi sebagai pengisi waktu luang. Casey dan McKendrick (2023) menegaskan bahwa bermain merupakan hak dasar anak yang berperan melindungi mereka pada masa-masa sulit. Ketika orang tua ikut bergerak dan bermain bersama anak, akan tercipta pengalaman positif yang tidak dapat digantikan oleh penggunaan layar. Lavega-Burgues et al. (2023) juga menjelaskan bahwa permainan gerak tradisional memberikan manfaat terhadap kesehatan emosional, hubungan sosial, dan kemampuan mengambil keputusan karena setiap pemain dituntut memahami situasi sekaligus mengendalikan emosinya secara langsung.

Permainan tradisional memiliki keunggulan karena mudah dilakukan, tidak memerlukan biaya besar, telah dikenal oleh orang tua, dan mengandung banyak nilai positif. Berbagai penelitian telah membuktikan manfaat tersebut. Irmansyah et al. (2020) menunjukkan bahwa permainan olahraga tradisional mampu meningkatkan keterampilan sosial siswa sekolah dasar, sedangkan Hartanto et al. (2021) memperoleh hasil yang lebih optimal ketika unsur keterampilan sosial diintegrasikan ke dalam permainan tradisional pada pembelajaran pendidikan jasmani. Dari aspek kesehatan, Kacar dan Ayaz-Alkaya (2022) menemukan bahwa program permainan tradisional mampu menurunkan tingkat kecanduan internet sekaligus meningkatkan keterampilan sosial anak. Hasil tersebut kemudian diperkuat oleh penelitian Ayaz-Alkaya dan Akca (2025) dengan cakupan yang lebih luas. Selain itu, Charles et al. (2017) membuktikan bahwa permainan tradisional dapat meningkatkan keterampilan motorik anak usia sekolah. Secara keseluruhan, permainan tradisional memberikan manfaat pada aspek fisik, sosial, dan psikologis yang merupakan fondasi utama dalam membangun ketahanan keluarga.

Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian di Indonesia. Aulia dan Sudaryanti (2023) menyimpulkan bahwa permainan tradisional mampu mengembangkan kemampuan sosial emosional anak usia dini, sedangkan Sava dan Harianto (2024) menunjukkan bahwa nilai budaya

dalam permainan tradisional tetap relevan di tengah perkembangan globalisasi. Permainan tradisional juga bersifat fleksibel sebagai media pembelajaran. Novitawati et al. (2022) membuktikan bahwa permainan tradisional efektif digunakan dalam pembelajaran bahasa Inggris bagi anak, sementara Widowati et al. (2023) melaporkan bahwa permainan perepet jengkol mampu menstimulasi berbagai aspek perkembangan anak. Penelitian yang dilakukan penulis juga menunjukkan hasil yang serupa. Media pembelajaran pendidikan jasmani berbasis papan permainan Catur Surakarta dinyatakan valid dan sangat praktis untuk memperkuat karakter serta literasi numerasi siswa sekolah dasar (Rachman et al., 2026). Selain itu, penelitian mengenai olahraga tradisional Paku Sukha di Lampung Barat menemukan bahwa permainan rakyat tumbuh dari budaya masyarakat yang gemar berkumpul dan memiliki fungsi sosial yang kuat (Rachman et al., 2023). Armanjaya et al. (2025) juga mengembangkan model permainan tradisional yang terbukti mampu meningkatkan kualitas hidup peserta didik berkebutuhan khusus.

Apabila kedua kelompok penelitian tersebut dibandingkan, terlihat adanya kesenjangan penelitian. Kajian mengenai ketahanan keluarga umumnya berfokus pada aspek ekonomi, kesehatan mental, dan dukungan sosial (Eales et al., 2021; Gayatri & Irawaty, 2022; Hidayat et al., 2023). Sementara itu, penelitian dan kegiatan mengenai permainan tradisional lebih banyak ditujukan kepada anak di lingkungan sekolah atau PAUD, seperti pengabdian kepada anak dan remaja di Cirebon (Khodari & Nurhidayah, 2025), pendampingan anak usia dini pada masa pembelajaran daring (Kusumawati & Ambarsari, 2021), serta penguatan karakter siswa sekolah dasar (Muslihah et al., 2024). Masih sangat sedikit kegiatan yang melibatkan orang tua dan anak sebagai satu sasaran dalam aktivitas bermain bersama. Padahal, kegiatan tersebut berpotensi mendukung penguatan tiga dimensi ketahanan keluarga menurut Walsh (2021), yaitu melalui komunikasi, penyepakatan aturan, dan pengelolaan emosi dalam keluarga. Oleh karena itu, kebaruan kegiatan ini terletak pada pemanfaatan permainan tradisional bukan hanya sebagai media pembelajaran bagi anak, tetapi juga sebagai sarana untuk memperkuat interaksi antara orang tua dan anak di lingkungan keluarga.

Pekon Nusawungu di Kecamatan Banyumas, Kabupaten Pringsewu, dipilih sebagai lokasi dengan tiga alasan. Pertama, pekon ini mewakili desa agraris Lampung yang mulai dimasuki gawai secara luas, padahal ruang terbuka untuk bermain masih sangat tersedia. Kedua, penjajakan awal bersama aparat pekon menangkap keluhan orang tua yang hampir seragam tentang anak yang sulit lepas dari telepon pintar dan berkurangnya kebiasaan berkumpul pada sore hari. Ketiga, lokasinya berada dalam jangkauan pembinaan Universitas Aisyah Pringsewu sehingga pendampingan lanjutan lebih mudah dijalankan. Kegiatan ini mendesak dilakukan karena pembiaran pola hidup serba layar dapat melemahkan peran keluarga dalam menanamkan nilai kepada anak, peran yang menjadi jantung pendidikan karakter generasi berikutnya (Muslihah et al., 2024; Sava & Harianto, 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk: (1) meningkatkan pengetahuan keluarga tentang ketahanan keluarga, dampak gawai berlebih, serta ragam dan nilai permainan tradisional; (2) meningkatkan keterampilan orang tua dan anak dalam memainkan permainan tradisional bersama; dan (3) menumbuhkan komitmen keluarga menjadikan bermain bersama sebagai kebiasaan rutin di Pekon Nusawungu, Kecamatan Banyumas, Kabupaten Pringsewu.

Metode

Kegiatan dilaksanakan selama satu hari penuh pada tanggal 2 Juli 2026 di balai Pekon Nusawungu dan lapangan terbuka di sekitarnya. Sasarannya 21 keluarga yang direkrut melalui koordinasi dengan kepala pekon dan kader PKK, dengan total 42 peserta yang terdiri atas orang tua dan anak usia sekolah dasar. Peserta sengaja hadir berpasangan agar setiap sesi praktik benar-benar mempertemukan orang tua dengan anaknya sendiri dalam satu regu.

Pola pelaksanaan mengikuti model sosialisasi partisipatif yang lazim pada kegiatan pengabdian berbasis permainan tradisional (Khodari & Nurhidayah, 2025; Kusumawati & Ambarsari, 2021), dengan penyesuaian pada sasaran dan materi. Rangkaiannya dibagi dua sesi dalam satu hari. Sesi pagi berisi sosialisasi tiga materi pokok, yaitu ketahanan keluarga, pengelolaan waktu layar anak, dan nilai permainan tradisional, dilanjutkan demonstrasi enam permainan terpilih, yakni engklek, gobak sodor, bakiak, lompat tali, congklak, dan papan Catur Surakarta hasil pengembangan penulis. Sesi siang diisi praktik bermain bersama keluarga secara terbimbing, diskusi kelompok, evaluasi, dan penyusunan rencana tindak lanjut setiap keluarga.

Keberhasilan kegiatan diukur dengan angket pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan (pretest-posttest), lembar observasi keterlibatan peserta, dan angket respons pada akhir kegiatan. Data pengetahuan dianalisis secara sederhana dengan membandingkan rerata skor dan menghitung gain ternormalisasi (N-gain), sedangkan hasil observasi dan wawancara singkat digunakan untuk memperkaya tafsir atas perubahan yang terjadi.

Hasil dan Pembahasan

Kondisi Awal Mitra

Sebagian besar orang tua peserta berusia 30 sampai 55 tahun dengan pekerjaan utama bertani, berdagang kecil, dan buruh, sedangkan anak yang dilibatkan berusia 7 sampai 12 tahun. Penjajakan awal dan hasil pretest menangkap tiga persoalan yang saling berkaitan. Pertama, pemahaman peserta tentang ketahanan keluarga masih sempit; istilah itu umumnya dimaknai sebatas kecukupan ekonomi, bukan kualitas hubungan dan komunikasi antaranggota keluarga. Kedua, hampir semua keluarga mengakui anaknya memegang telepon pintar berjam-jam setiap hari, dan sebagian orang tua justru memakai gawai sebagai penenang agar anak tidak rewel, kebiasaan yang menurut banyak penelitian berisiko bagi perkembangan sosial anak (Muppalla et al., 2023; Sari et al., 2022). Ketiga, pengetahuan anak tentang permainan tradisional sangat terbatas; kebanyakan hanya mengenal engklek dan lompat tali dari cerita, bukan dari pengalaman bermain. Menariknya, para orang tua justru menyimpan kenangan yang kaya tentang permainan masa kecil mereka tetapi tidak pernah menularkannya kepada anak. Jarak ingatan antargenerasi inilah yang menjadi pintu masuk kegiatan.

Pelaksanaan Sosialisasi

Persiapan kegiatan dilakukan selama dua minggu sebelum pelaksanaan. Tim melakukan koordinasi dengan kepala pekon, ketua PKK, dan bidan desa untuk menentukan calon peserta, memilih waktu pelaksanaan yang tidak bertepatan dengan musim atau aktivitas pertanian, serta menyiapkan balai pekon dan lapangan sebagai lokasi kegiatan. Materi disusun menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan dilengkapi dengan gambar, meliputi materi tentang ketahanan keluarga, pengelolaan waktu penggunaan gawai pada anak, serta enam permainan tradisional beserta aturan dan nilai karakter yang terkandung di dalamnya. Peralatan permainan dibuat dari

bahan yang mudah diperoleh di lingkungan desa, termasuk dua set papan Catur Surakarta hasil pengembangan penelitian penulis yang telah dinyatakan layak digunakan (Rachman et al., 2026).

Sesi pagi diawali dengan kegiatan yang ringan. Fasilitator mengajak para orang tua untuk menceritakan permainan favorit pada masa kecil sehingga suasana menjadi lebih akrab melalui berbagai cerita dan kenangan. Selanjutnya, materi utama disampaikan mengenai pentingnya bermain bersama dalam memperkuat ketahanan keluarga, dampak penggunaan gawai secara berlebihan, serta alasan mengapa pembatasan penggunaan gawai perlu disertai dengan aktivitas alternatif yang menarik. Setelah itu, tim mendemonstrasikan keenam permainan tradisional secara bergantian sambil menjelaskan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya, seperti kejujuran dalam congklak, ketelitian berhitung dan strategi dalam Catur Surakarta, kerja sama dalam bakiak, serta keberanian mengambil keputusan dalam gobak sodor.



Gambar 1. Praktek bermain orang tua dan anak

Sesi siang difokuskan pada praktik bermain bersama antara orang tua dan anak. Setiap keluarga mengikuti enam pos permainan secara bergiliran dengan pendampingan mahasiswa pada setiap pos. Orang tua berpartisipasi secara aktif sebagai anggota tim bersama anak, bukan hanya sebagai penonton. Papan skor keluarga digunakan untuk menjaga semangat peserta tanpa memunculkan persaingan yang berlebihan. Setelah seluruh permainan selesai, peserta mengikuti sesi diskusi dalam kelompok. Orang tua diminta menceritakan pengalaman selama bermain bersama anak, sedangkan anak menyampaikan permainan yang ingin dimainkan kembali di rumah. Kegiatan diakhiri dengan penyusunan komitmen setiap keluarga mengenai jadwal bermain bersama setiap minggu dan aturan penggunaan gawai di rumah, kemudian dilanjutkan dengan pengisian angket posttest, angket respons peserta, serta wawancara singkat kepada beberapa keluarga.

Hasil Kegiatan

Perbandingan skor pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan menunjukkan kenaikan pada semua aspek yang diukur. Rekapitulasinya disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Rerata Skor Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Kegiatan (n = 42)

Aspek pengetahuan	Pretest	Posttest	N-gain	Kategori
Ragam dan aturan permainan tradisional	55,2	83,1	0,62	Sedang
Nilai karakter dan budaya dalam permainan	57,6	80,4	0,54	Sedang
Manfaat aktivitas fisik bermain bersama	63,8	84,0	0,56	Sedang

Konsep ketahanan keluarga	54,7	79,5	0,55	Sedang
Strategi pengelolaan waktu layar anak	60,7	81,3	0,52	Sedang
Rerata keseluruhan	58,4	81,7	0,56	Sedang

Rerata skor pengetahuan meningkat dari 58,4 menjadi 81,7 dengan nilai N-gain sebesar 0,56 yang termasuk dalam kategori sedang. Peningkatan terbesar terjadi pada aspek ragam dan aturan permainan tradisional karena aspek tersebut lebih banyak diperoleh melalui demonstrasi dan praktik secara langsung. Aspek konsep ketahanan keluarga juga mengalami peningkatan yang cukup besar. Peserta yang sebelumnya memaknai ketahanan keluarga hanya sebatas aspek ekonomi mulai memahami bahwa komunikasi, kebersamaan, dan pembagian peran juga merupakan bagian dari ketahanan keluarga. Temuan ini menunjukkan bahwa pengetahuan lebih mudah dipahami ketika dikaitkan dengan pengalaman bermain secara langsung dibandingkan hanya melalui penyampaian materi secara lisan.

Data respons peserta pada akhir kegiatan memperkuat gambaran tersebut, seperti terangkum pada Tabel 2.

Tabel 2. Respons Peserta terhadap Kegiatan (n = 42)

Pernyataan	Setuju (%)	Tidak (%)
Kegiatan menyenangkan dan mudah diikuti	95,2	4,8
Materi menambah pemahaman tentang ketahanan keluarga	90,5	9,5
Berniat melanjutkan bermain bersama di rumah	88,1	11,9
Bersedia mengikuti kegiatan lanjutan	92,9	7,1

Selain hasil kuantitatif, observasi juga menunjukkan perubahan suasana yang cukup jelas. Anak-anak yang pada awal kegiatan terlihat pasif dan sibuk meminjam telepon pintar berubah menjadi lebih antusias ketika sesi permainan dimulai. Orang tua yang sebelumnya tampak canggung mulai ikut bermain engklek dan tertawa bersama anak saat bermain bakiak. Sebanyak 18 dari 21 keluarga menuliskan komitmen untuk bermain bersama sedikitnya satu kali setiap minggu, dan beberapa keluarga juga menambahkan aturan waktu tanpa gawai pada sore hari. Hasil wawancara singkat menunjukkan temuan yang serupa, yaitu beberapa orang tua menyadari bahwa anak mereka lebih membutuhkan perhatian daripada hiburan digital.

Pembahasan

Peningkatan pengetahuan dengan nilai N-gain pada kategori sedang dalam kegiatan ini sejalan dengan hasil berbagai program pengabdian berbasis permainan tradisional di daerah lain. Khodari dan Nurhidayah (2025) melaporkan bahwa pemberdayaan berbasis kearifan lokal di Cirebon mampu meningkatkan pemahaman dan interaksi sosial peserta, sedangkan Muslihah et al. (2024) menunjukkan bahwa permainan tradisional efektif dalam memperkuat nilai karakter siswa sekolah dasar di Musirawas Utara. Perbedaannya terletak pada sasaran kegiatan. Kedua program tersebut berfokus pada anak atau siswa, sementara kegiatan ini melibatkan orang tua dan anak sebagai satu kesatuan peserta. Pendekatan tersebut terbukti penting karena keterlibatan aktif orang tua menjadi faktor utama dalam mendorong terbentuknya komitmen bermain bersama di rumah. Komitmen tersebut lebih mudah tumbuh ketika orang tua merasakan langsung pengalaman bermain daripada hanya menerima penjelasan mengenai manfaatnya.

Efektivitas permainan tradisional dalam memperkuat ketahanan keluarga dapat dijelaskan melalui kerangka Walsh (2021). Pada dimensi sistem keyakinan keluarga, sesi berbagi pengalaman

masa kecil dan pengenalan nilai budaya menumbuhkan rasa memiliki terhadap warisan budaya keluarga, sebagaimana dikemukakan oleh Sava dan Harianto (2024). Pada dimensi pola organisasi keluarga, permainan beregu mendorong orang tua dan anak untuk berbagi peran, seperti menyusun strategi dalam gobak sodor atau mengatur langkah saat bermain bakiak. Sementara itu, pada dimensi komunikasi, setiap permainan menuntut adanya interaksi yang intensif, mulai dari menyepakati aturan hingga menyelesaikan perbedaan selama permainan berlangsung. Ketiga dimensi tersebut dapat dilatih secara bersamaan melalui aktivitas bermain, sesuatu yang sulit diperoleh hanya melalui penyuluhan atau ceramah.

Perubahan perilaku anak yang lebih tertarik mengikuti permainan dibandingkan menggunakan gawai juga selaras dengan hasil penelitian Kacar dan Ayaz-Alkaya (2022), yang menunjukkan bahwa permainan tradisional mampu menurunkan tingkat kecanduan internet sekaligus meningkatkan keterampilan sosial anak. Temuan tersebut diperkuat oleh Ayaz-Alkaya dan Akca (2025) pada penelitian dengan jumlah peserta yang lebih besar. Kondisi ini dapat dijelaskan karena permainan tradisional menghadirkan interaksi sosial yang intensif, umpan balik secara langsung, serta tantangan yang bervariasi sebagaimana dijelaskan oleh Irmansyah et al. (2020) dan Hartanto et al. (2021). Dengan demikian, permainan tradisional tidak hanya membatasi penggunaan gawai, tetapi juga menyediakan pengalaman yang mampu memenuhi kebutuhan sosial dan psikologis anak melalui aktivitas bermain bersama. Hal ini menjelaskan mengapa penyuluhan mengenai bahaya gawai yang hanya berfokus pada penyampaian risiko sering kali belum mampu menghasilkan perubahan perilaku yang berkelanjutan (Setyaningsih & Setyowatie, 2023; Simanjuntak et al., 2025).

Hasil kegiatan ini juga menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat diterapkan pada berbagai kelompok sasaran. Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa permainan tradisional efektif sebagai media penguatan karakter dan literasi numerasi siswa sekolah dasar (Rachman et al., 2026), pembelajaran bahasa (Novitawati et al., 2022), stimulasi perkembangan anak usia dini (Aulia & Sudaryanti, 2023; Widowati et al., 2023), peningkatan kualitas hidup peserta didik berkebutuhan khusus (Armanjaya et al., 2025), serta peningkatan keterampilan motorik anak (Charles et al., 2017). Kegiatan ini menambah bukti penerapan permainan tradisional dalam konteks keluarga di tingkat pekon. Fleksibilitas tersebut sejalan dengan hasil penelitian Rachman et al. (2023) mengenai permainan tradisional Paku Sukha di Lampung Barat yang menunjukkan bahwa permainan rakyat pada awalnya berkembang sebagai media interaksi sosial masyarakat, bukan hanya sebagai permainan anak.

Secara praktis, model kegiatan ini dapat diterapkan oleh pemerintah pekon dengan biaya yang relatif rendah karena sebagian besar alat permainan dapat dibuat menggunakan bahan yang tersedia di lingkungan sekitar. Bagi keluarga, komitmen untuk bermain bersama secara rutin dapat menjadi salah satu upaya sederhana dalam menjaga komunikasi dan kebersamaan, sejalan dengan temuan Eales et al. (2021) serta Gayatri dan Irawaty (2022) yang menunjukkan bahwa aktivitas positif bersama mampu memperkuat kelekatan dan kebahagiaan keluarga. Bagi perguruan tinggi, kegiatan ini menjadi salah satu bentuk hilirisasi hasil penelitian ke dalam program pemberdayaan masyarakat. Meskipun demikian, hasil kegiatan ini perlu diinterpretasikan secara hati-hati karena perubahan yang diukur masih terbatas pada aspek pengetahuan, sikap, dan komitmen jangka pendek. Dampak terhadap keberlanjutan kebiasaan bermain bersama serta penguatan ketahanan keluarga dalam jangka panjang masih memerlukan pemantauan lebih lanjut, sebagaimana disampaikan dalam penelitian Barton et al. (2023) dan Prime et al. (2020).

Kesimpulan

Kegiatan sosialisasi permainan tradisional yang dilaksanakan selama satu hari di Pekon Nusawungu berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Pengetahuan keluarga mengenai ketahanan keluarga, dampak penggunaan gawai secara berlebihan, serta jenis dan nilai permainan tradisional mengalami peningkatan, yang ditunjukkan oleh kenaikan rerata skor dari 58,4 menjadi 81,7 dengan nilai N-gain sebesar 0,56 pada kategori sedang. Keterampilan bermain juga berkembang melalui praktik langsung enam permainan tradisional. Selain itu, sebanyak 18 dari 21 keluarga berkomitmen untuk melaksanakan kegiatan bermain bersama setiap pekan sebagai tindak lanjut setelah kegiatan. Kegiatan ini memberikan manfaat bagi seluruh anggota keluarga. Anak memperoleh kesempatan untuk melakukan aktivitas fisik sekaligus mengenal permainan tradisional, sedangkan orang tua memperoleh pengalaman untuk kembali membangun komunikasi yang lebih hangat dengan anak melalui aktivitas bermain bersama tanpa memerlukan biaya yang besar. Secara lebih luas, kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran masyarakat bahwa penguatan ketahanan keluarga dapat dimulai dari lingkungan rumah dengan memanfaatkan permainan tradisional sebagai bagian dari warisan budaya.

Sebagai tindak lanjut, diperlukan kegiatan pendampingan secara berkala untuk menjaga konsistensi pelaksanaan bermain bersama dalam keluarga. Selain itu, dapat dibentuk kelompok penggerak permainan tradisional di tingkat pekon, mengintegrasikan program ini ke dalam kegiatan pemerintah desa, serta melakukan evaluasi lanjutan untuk memantau perkembangan interaksi dan ketahanan keluarga secara berkelanjutan.

Daftar Pustaka

- Armanjaya, S., Rachman, F., & Alvindo, D. (2025). Development of a traditional game model to improve the quality of life of students with special needs in special schools. *Jurnal Penjaskesrek*, 12(2). <https://ejournal.bbg.ac.id/penjaskesrek>
- Aulia, D., & Sudaryanti, S. (2023). Peran permainan tradisional dalam meningkatkan sosial emosional anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4565-4574. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4056>
- AYAZ-ALKAYA, S., & AKCA, A. (2025). The impact of traditional children's games on internet use, social skills, and stress level: A cross-sectional design. *Journal of Transcultural Nursing*. <https://doi.org/10.1177/10436596241274344>
- Barton, A. W., Larsen, N. B., Gong, Q., & Stanley, S. M. (2023). Family resiliency in the aftermath of the COVID-19 pandemic: A latent profile analysis. *Journal of Marriage and Family*, 85(5), 1125-1137. <https://doi.org/10.1111/jomf.12929>
- Casey, T., & McKendrick, J. H. (2023). Playing through crisis: Lessons from COVID-19 on play as a fundamental right of the child. *The International Journal of Human Rights*, 27, 1369-1388. <https://doi.org/10.1080/13642987.2022.2057962>
- Charles, M. A. G., Abdullah, M. R., Musa, R. M., Kosni, N. A., & Maliki, A. B. H. M. (2017). The effectiveness of traditional games intervention program in the improvement of form one school-age children's motor skills related performance components. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(Suppl. 3), 925-930. <https://doi.org/10.7752/jpes.2017.s3141>
- Eales, L., Ferguson, G. M., Gillespie, S., Smoyer, S., & Carlson, S. M. (2021). Family resilience and psychological distress in the COVID-19 pandemic: A mixed methods study. *Developmental Psychology*, 57(10), 1563-1581. <https://doi.org/10.1037/dev0001221>
- Gayatri, M., & Irawaty, D. K. (2022). Family resilience during COVID-19 pandemic: A literature review. *The Family Journal*, 30(2), 132-138. <https://doi.org/10.1177/10664807211023875>

- Hartanto, D., Kusmaedi, N., Ma'mun, A., & Abduljabar, B. (2021). Integrating social skills in traditional games with physical education interventions. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 9(5), 921-928. <https://doi.org/10.13189/saj.2021.090513>
- Hidayat, N., Suryanto, S., & Hidayat, R. (2023). Ketahanan keluarga dalam menghadapi keguncangan ekonomi selama pandemi. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 16(2), 120-132. <https://doi.org/10.24156/jikk.2023.16.2.120>
- Irmansyah, J., Lumintuarso, R., Sugiyanto, F. X., & Sukoco, P. (2020). Children's social skills through traditional sport games in primary schools. *Cakrawala Pendidikan*, 39(1), 39-53. <https://doi.org/10.21831/cp.v39i1.28210>
- Kacar, D., & Ayaz-Alkaya, S. (2022). The effect of traditional children's games on internet addiction, social skills and stress level. *Archives of Psychiatric Nursing*, 40, 50-55. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2022.04.007>
- Khodari, R., & Nurhidayah, S. (2025). Pemberdayaan kearifan lokal: Permainan tradisional sebagai upaya pelestarian budaya nusantara serta sarana interaksi sosial masyarakat. *Bima Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2). <https://jurnal.bimaberilmu.com/index.php/ba-jpm/article/view/2029>
- Kusumawati, E., & Ambarsari, R. Y. (2021). Implementasi permainan tradisional untuk mengontrol sosial emosional selama proses pembelajaran daring pada anak usia dini. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 524-529. <https://doi.org/10.31949/jb.v2i2.923>
- Lavega-Burgues, P., Magno-Ribas, J. F., & Pic, M. (2023). Editorial: Traditional sporting games and play in physical education: Enhancing cultural diversity, emotional well-being, interpersonal relationships and intelligent decisions, volume II. *Frontiers in Psychology*, 14, 1302853. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1302853>
- Misirli, A., Fotakopoulou, O., Dardanou, M., & Komis, V. (2025). The impact of touchscreen digital exposure on children's social development and communication: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 16, 1613625. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1613625>
- Muppalla, S. K., Vuppapapati, S., Reddy Pulliahgaru, A., & Sreenivasulu, H. (2023). Effects of excessive screen time on child development: An updated review and strategies for management. *Cureus*, 15(6), e40608. <https://doi.org/10.7759/cureus.40608>
- Muslihah, N. N., Sustianingsih, I. M., & Astuti, T. (2024). Revitalisasi nilai-nilai pendidikan karakter melalui permainan tradisional pada siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Rantau Kadam Kecamatan Karang Dapo Kabupaten Musirawas Utara. *Jurnal Cemerlang: Pengabdian pada Masyarakat*, 6(2), 277-290.
- Novitawati, N., Purwanti, R., Prastitasari, H., Vitriati, N., & Olfah, K. (2022). Traditional games as English learning media for early childhood. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 7(2), 184-193.
- Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631-643. <https://doi.org/10.1037/amp0000660>
- Rachman, F., Prasetyo, A., Rahmat, Z., Iskandar, T., & Sari, S. N. (2026). Physical education learning media based on traditional Surakarta chess for character education and numeracy in elementary schools. *Jurnal Penjaskesrek*, 13(1), 39-53. <https://ejournal.bbg.ac.id/index.php/penjaskesrek/article/view/3860>
- Rachman, F., Rahmat, A., & Prasetyo, A. (2023). Profil olahraga tradisional Paku Sukha di Kecamatan Belalau Kabupaten Lampung Barat Provinsi Lampung. *Jurnal Penjaskesrek*, 10(2), 116-129. <https://ejournal.bbg.ac.id/penjaskesrek/article/view/2134>
- Ramadhana, M. R. (2020). A dataset for emotional reactions and family resilience during COVID-19 isolation period among Indonesian families. *Data in Brief*, 31, 105946. <https://doi.org/10.1016/j.dib.2020.105946>

- Sari, N. P., Silvani, Y., Ulfah, M., & Sari, S. D. P. (2022). High-intensity of gadget use increases "cautions" toward preschool children development. *Journal of Issues in Midwifery*, 6(2), 104-114. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2022.006.02.5>
- Saroinsong, W. P., Nursalim, M., & Mohamad Nor, A. B. (2025). The impact of peer interaction and gadget addiction on the subjective wellbeing of 5-6-year-old children in Java, Indonesia: A quantitative study. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(3), 2308-2323. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i3.7794>
- Sava, I. B., & Harianto, S. (2024). Esensi budaya permainan tradisional pada anak-anak di era globalisasi. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(4), 765-772.
- Setyaningsih, E., & Setyowatie, D. (2023). Sosialisasi dampak positif dan negatif penggunaan gadget serta media sosial di kalangan anak-anak dan remaja. *IJCOSIN: Indonesian Journal of Community Service and Innovation*, 3(1), 64-71.
- Simanjuntak, P. A. B., Tung, C., & Amseke, F. V. (2025). Sosialisasi dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan psikologis anak usia dini. *Al-Amal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 8-16. <https://doi.org/10.59896/amal.v3i1.293>
- Walsh, F. (2021). Family resilience: A dynamic systemic framework. Dalam M. Ungar (Ed.), *Multisystemic resilience: Adaptation and transformation in contexts of change*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780190095888.003.0015>
- Widowati, K., Ayuningtyas, F., Fauziyah, A. Z., Handayani, D., Gusti, K. N. K., Amaratunnisa, L. N., & 'Aaliyyah, M. H. (2023). Permainan tradisional perepet jengkol dan manfaatnya untuk perkembangan anak usia dini. *Jurnal Wahana Pendidikan*, 10(2), 303. <https://doi.org/10.25157/jwp.v10i2.9522>