

EFEKTIVITAS PERMAINAN ENKLEK PADA PERKEMBANGAN PSIKOMOTORIK ANAK USIA DINI

Wahyu Hari Darmawan ^{a,1,*}, Juwita Putri Ananta ^{a,2}, Suparmi ^{a,3}

^a Universitas Sebelas Maret

¹whari337@student.uns.ac.id, ²juwitaant@gmail.com, ³suparmip@staff.uns.ac.id

* Korespondensi Penulis

INFO ARTIKEL

Histori Artikel

Diterima : 6 Desember 2024

Direvisi : 18 Desember 2024

Disetujui : 30 Desember 2024

Kata Kunci

Anak Usia Dini;

Permainan engklek;

Perkembangan motorik;

ABSTRAK

This study aims to determine the effectiveness of the traditional hopscotch game (engklek) in developing the psychomotor skills of early childhood children. The research method used in this study is a Literature Review. It involves several stages, including identifying, reviewing, and interpreting various studies. This Literature Review article utilizes publications from 2020 to 2024 accessed through Google Scholar, followed by a review process to identify relevant studies. The findings indicate that engklek serves not only as a source of entertainment but also as a medium for developing children's strength, balance, and physical endurance. Additionally, this game enhances problem-solving and decision-making skills, which are crucial for children's cognitive development. In the modern context, preserving traditional games like engklek is essential for providing optimal physical and social stimulation for children while also preserving local culture.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas permainan engklek pada perkembangan psikomotorik anak usia dini, metode yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah Literature Review. Dengan melakukan beberapa tahapan yaitu mengidentifikasi, mengkaji, dan menafsirkan dari berbagai penelitian. Artikel Literature Review ini menggunakan artikel terbitan dengan rentan tahun 2020-2024 yang diakses melalui Google Scholar kemudian dilakukan peninjauan literatur untuk menemukan penelitian yang berkaitan. Hasil kajian menunjukkan bahwa engklek tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai media untuk mengembangkan kekuatan, keseimbangan, dan daya tahan fisik anak. Selain itu, permainan ini melatih kemampuan pemecahan masalah dan pengambilan keputusan yang penting bagi perkembangan kognitif anak. Dalam konteks modern, pelestarian permainan tradisional seperti engklek sangat penting untuk memberikan stimulasi fisik dan sosial yang optimal bagi anak, serta menjaga budaya lokal.

1. Pendahuluan

Pendidikan anak usia dini merupakan proses mendampingi dan meningkatkan perkembangan anak sejak lahir hingga usia 6 tahun. Proses ini melibatkan pemberian rangsangan yang mendukung pertumbuhan anak dan mempersiapkan mereka untuk tahap pendidikan selanjutnya. Berdasarkan Pasal 28 UU Sisdiknas No. 20 Tahun 2003 ayat 1, usia anak yang termasuk dalam kategori ini adalah 0-6 tahun. Namun, menurut kajian di bidang Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) dan beberapa negara lain, PAUD mencakup anak usia 0-8 tahun. Pendidikan anak usia dini biasanya dimulai di tingkat Taman Kanak-Kanak (TK). Anak-anak usia dini harus mendapatkan perlindungan khusus sesuai dengan peraturan pemerintah dan undang-undang, karena mereka dianggap sebagai aset penting bagi masa depan bangsa. Pada tahap ini, pertumbuhan fisik anak akan terus berlanjut dan berubah seiring waktu selama masa pertumbuhan. Anak akan menjadi lebih tinggi, lebih kuat, bertambah berat badan, serta mempelajari berbagai keterampilan lainnya.

Perkembangan anak usia dini merupakan tahap krusial sebagai masa pra-sekolah yang berada dalam fase awal kehidupan dan masa peka. Fase ini merupakan waktu yang paling tepat untuk meletakkan dasar-dasar utama dalam mengembangkan berbagai potensi, termasuk kemampuan bahasa, fisik, kognitif, sosial, emosional, serta aspek agama dan moral. Pada tahap ini, anak usia dini siap untuk dibentuk oleh orang tua, pendidik, dan

masyarakat. Mereka memiliki kemampuan untuk merespons berbagai stimulasi edukatif yang diberikan oleh orang tua, pendidik, dan lingkungan sekitar.

Dunia anak usia dini adalah bermain, sehingga pembelajaran yang diberikan pendidik dilihat menjadi aktivitas bermain bagi anak. Oleh karena itu media pembelajaran begitu esensial pada PAUD guna menumbuhkan serta mendorong keterampilan anak serta menunjang keberhasilan belajar yang maksimal. Hal ini membuat penyampaian materi pembelajaran lebih mudah dipahami, menarik perhatian anak, merangsang minat mereka, dan mendorong mereka untuk berpikir tentang kegiatan pembelajaran. Hal ini memungkinkan anak-anak menjadi lebih terlibat dalam pembelajaran sambil bersenang-senang dan meraih hasil. Kesan pembelajaran lebih hidup dan bervariasi (Asmariyani, 2016).

Secara umum aspek perkembangan anak usia dini dapat diidentifikasi berdasarkan aspek kognitif, linguistik, motorik, sosio-emosional, dan moral agama. Dari keenam aspek, aspek fisik atau motorik merupakan aspek yang paling penting pada anak usia dini. Perkembangan motorik dapat diartikan sebagai perkembangan pusat motorik yaitu pengendalian tubuh dan otak. 4 Gerakan ini dibedakan menjadi dua jenis yaitu gerakan umum dan gerakan halus. Menurut Gallahue, kemampuan motorik kasar seseorang berhubungan langsung dengan kerja otot-otot besar tubuh manusia. Oleh karena itu, keterampilan ini digunakan untuk melatih berbagai jenis gerakan dalam olahraga, seperti lompat, lari, trisep, berdiri dengan satu kaki dan lain-lain. Anak yang memiliki koordinasi motorik yang baik akan lebih mampu mengembangkan dirinya baik dalam hal menulis, seni, atletik dan lain sebagainya. Jika sejak usia dini koordinasi gerak motorik anak tidak mendapatkan perhatian yang baik, maka anak tidak bisa mengendalikan dirinya serta kurang terampil dalam gerak motoriknya. Perkembangan motorik kasar dan motorik halus harus dilakukan dan mendapatkan tingkat pencapaian dalam perkembangan anak.

Pada masa pertumbuhan ini, perkembangan fisik anak terjadi secara bertahap. Anak akan mengalami peningkatan tinggi badan, berat badan, dan pengembangan berbagai keterampilan motorik. Perkembangan fisik, yang mencakup perubahan bentuk tubuh, tinggi, berat badan, serta perkembangan otak, berlangsung secara lambat dan stabil antara usia 6 hingga 12 tahun, yang disebut sebagai masa tenang sebelum perubahan besar di awal masa remaja (Murti, 2018). Dalam perkembangan fisik, anak secara langsung dapat berperilaku kreatif, hal ini dapat dilihat dari bagaimana ia mengkoordinasikan berbagai gerakan dasar menjadi gerakan yang baru (Agus & Fahrizqi, 2020).

Pemberian stimulasi yang tepat sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal. Salah satu bentuk stimulasi yang efektif adalah melalui aktivitas bermain. Bermain tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga menjadi media pembelajaran yang membantu mengasah keterampilan motorik halus dan kasar, meningkatkan koordinasi, serta melatih konsentrasi anak.

Tempat yang paling sering dikunjungi dan sangat digemari oleh anak-anak adalah tempat bermain, karena bermain merupakan bagian dari dunia anak yang juga menjadi sarana bagi mereka untuk belajar. Bermain adalah bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan anak-anak. Bagi orang dewasa, bermain mungkin hanya dianggap sebagai aktivitas untuk mengisi waktu luang. Namun, bagi anak-anak, bermain adalah kegiatan yang sangat digemari dan sekaligus menjadi cara untuk memperluas pengetahuan serta mendukung mereka di setiap tahap perkembangannya. Permainan bukan hanya alat untuk memberikan kebahagiaan, kegembiraan, dan kepuasan kepada anak-anak, tetapi juga merupakan sarana pendidikan yang efektif (Theobald, 2015).

Permainan tradisional dapat menstimulus perkembangan anak untuk melatih kerja sama, menghormati aturan main, menghadapi tantangan dan lainnya. Permainan tradisional dapat diintegrasikan di dalam kegiatan pembelajaran yang relevan dengan pengetahuan budaya dan pandangan budaya (Matsekoleng, T. K., Mapotse, T. A., & Gumbo, M. T., 2022). Di negara Kanada, Australia dan Selandia baru permainan tradisional dapat digunakan sebagai saluran Pendidikan jasmani yang lebih relevan secara budaya dan pelatihan pembelajaran (Fabian, T., Rynne, S., Hapeta, J., & Giles, A. R., 2024). Pengakuan secara undang-undang ras etnis Afrika-Brazil dan pribudi dapat diterapkan dengan menggunakan refleksi permainan tradisional dalam mata pelajaran Pendidikan jasmani (Pereira, A. S. M., & Venâncio, L., 2021).

Permainan tradisional engklek yang populer di berbagai daerah di Indonesia, merupakan salah satu jenis permainan yang melibatkan aktivitas fisik, seperti melompat dan menjaga keseimbangan. Permainan ini tidak hanya mendukung perkembangan fisik, tetapi juga meningkatkan keterampilan psikomotorik anak, termasuk koordinasi tubuh, kelincahan, dan kontrol gerakan. Di tengah pesatnya perkembangan teknologi yang mendorong anak lebih sering bermain secara digital, permainan tradisional seperti engklek perlu dilestarikan karena memiliki nilai edukatif dan memberikan manfaat signifikan bagi perkembangan anak. Oleh karena itu penelitian ini bermaksud untuk menganalisis keefektivitasan permainan engklek dalam mendukung perkembangan psikomotorik pada anak usia dini. Mengembangkan keterampilan motorik kasar anak melalui media engklek yang memungkinkan mereka menjaga keseimbangan.

2. Metode

Metode yang dilakukan dengan langkah-langkah mengidentifikasi, mengkaji, dan menafsirkan penelitian (Triandini et al., 2019), proses pengumpulan data dilakukan melalui pencarian di Google Scholar menggunakan kata kunci “Efektivitas permainan engklek terhadap perkembangan psikomotorik anak usia dini” pada rentang tahun 2020 hingga 2024. Dari pencarian tersebut, ditemukan 100 artikel, namun hanya 10 yang relevan dengan tema penelitian. Prosesnya melibatkan pembacaan, pencatatan, dan peninjauan

setiap artikel terkait untuk menemukan penelitian yang relevan. Setelah itu, dilakukan analisis dan penarikan kesimpulan yang sejalan dengan tujuan penelitian.

3. Hasil dan Pembahasan

Permainan tradisional memiliki peran yang penting dalam mendukung perkembangan anak usia dini, baik dari segi fisik maupun psikomotorik. Salah satu permainan yang telah lama dikenal dan memberikan manfaat positif bagi anak-anak adalah engklek. Artikel ini membahas sejauh mana efektivitas permainan engklek terhadap perkembangan fisik dan psikomotorik anak usia dini berdasarkan berbagai sumber literatur yang relevan.



Gambar 1. Model lapangan permainan engklek
(Sumber: MediaPijar.com)

Engklek merupakan salah satu permainan tradisional yang populer di Indonesia dan berfungsi tidak hanya sebagai hiburan, tetapi juga sebagai media untuk mengembangkan keterampilan motorik kasar dan fisik anak. Permainan ini berasal dari Roma, Italia, dan dikenal dengan nama *Hopscotch*, yang berarti "*hop*" (melompat) dan "*scotch*" (garis-garis dalam permainan). Awalnya, permainan Sondah/Engklek/*Hopscotch* digunakan sebagai latihan perang bagi tentara Roma di wilayah Great North Road, jalur perjalanan dari Glowgrov, Skotlandia, ke Inggris. Pada masa itu, permainan ini dibuat dalam ukuran yang lebih besar, dengan panjang lebih dari 100 kaki (31 meter), untuk melatih kecepatan, kekuatan, dan stamina para tentara Roma sambil membawa perlengkapan perang mereka. Permainan ini juga dikenal dengan nama Sunda Manda, yang diyakini berasal dari istilah dalam bahasa Belanda, "*Zondag Maandag*". Berdasarkan sejarah, permainan tradisional

engklek diperkenalkan di Indonesia oleh Belanda selama masa penjajahan. Pada masa itu, penjajah diyakini membawa permainan ini ke Indonesia.

Permainan ini melibatkan aktivitas melompat dari satu kotak ke kotak lainnya yang digambar di tanah, di mana pemain harus menjaga keseimbangan. Setiap daerah mungkin memiliki variasi aturan yang berbeda dalam memainkan engklek, namun pada dasarnya permainan ini menuntut ketangkasan dan koordinasi tubuh yang baik. Permainan tradisional engklek telah dimodifikasi dan diadaptasi berdasarkan gerakan jinjit, melangkah, dan melompat. Format permainan engklek untuk anak usia 5 sampai 6 tahun adalah sebagai berikut:

1. Permainan engklek dengan 3 Kotak Vaulting yaitu Permainan engklek dengan 3 Kotak Vaulting disediakan untuk meningkatkan kemampuan analisis siswa dan memberikan pengalaman.
2. Permainan engklek dengan kotak warna, yaitu permainan kotak warna, bertujuan untuk meningkatkan efisiensi siswa dalam proses pembelajaran dengan meningkatkan keterampilan lompat jauh (melompat).
3. Permainan engklek dengan menggunakan lingkaran. Dengan kata lain, merupakan permainan engklek berbentuk lingkaran yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan fisik siswa yaitu ketangkasan kaki dan daya ledak dengan menekankan pada keterampilan lompat jauh.

Permainan engklek adalah salah satu permainan tradisional yang dapat dimainkan di berbagai tempat seperti lapangan, halaman rumah, jalan, atau teras rumah. Permainan ini bisa dimainkan oleh satu orang, dua orang, atau lebih. Jika dimainkan oleh lebih dari satu orang, permainan dilakukan secara bergiliran.

1. Sebelum memulai, peserta menggambar pola permainan engklek terlebih dahulu.
2. Setelah pola selesai, setiap pemain mencari gacuk atau batu untuk dilempar ke dalam kolom-kolom kosong pada gambar tersebut.
3. Urutan bermain ditentukan dengan undian menggunakan suit, dan pemenang suit akan bermain terlebih dahulu.
4. Pemain pertama memulai dari garis awal, melemparkan gacuk atau batu ke kotak nomor satu. Jika batu mendarat tepat di dalam kotak, pemain melanjutkan dengan melompati kotak pertama menggunakan satu kaki (engklek) menuju kotak kedua, dan seterusnya hingga akhir.
5. Saat kembali ke awal, sebelum melompati kotak pertama, pemain harus mengambil gacuk dari kotak tersebut. Barulah pemain melanjutkan lompatan melewati kotak pertama.

Permainan ini dilakukan secara bergantian. Namun, jika gacuk atau batu mendarat di garis kotak, giliran pemain beralih ke lawan. Pemain yang berhasil menyelesaikan seluruh tahapan lebih dulu akan menjadi pemenangnya.

Tabel 1. Penelitian yang relevan

No	Nama Peneliti	Judul, Nama Jurnal dan Tahun Terbit	Hasil Penelitian
1.	Tri, M.	Perkembangan Fisik Motorik dan Perseptual serta Implikasinya pada Pembelajaran di Sekolah Dasar. Wahana Sekolah Dasar, (1), pp. 21–28, 2018	Perkembangan fisik merupakan suatu perkembangan yang menunjukkan terjadinya perubahan bentuk tubuh anak, tinggi badan anak, berat badan anak, dan juga perkembangan otak anak. Pada Usia 6-12 tahun perkembangan fisik anak relatif lebih lambat dan konsisten. Perkembangan tersebut terjadi sampai perubahan besar pada awal masa pubertas.
2.	Ika Muslimah	Permainan Engklek dalam Meningkatkan Motorik. Skripsi UIN Sumatra Utara, 2018	perkembangan motorik mengacu pada perkembangan pengendalian gerakan tubuh melalui aktivitas terkoordinasi pusat saraf, neuromotor, dan otot. Pengendalian ini muncul dari masa refleksi dan aktivitas yang ada sejak lahir. Selama empat sampai lima tahun pertama kehidupan, anak memperoleh kendali atas gerakan kasar.
3.	Wicaksono & Nurhayati	Survey Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Kelas IV Kecamatan Taman Sidoarjo Tahun Ajaran 2012-2013. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 1(1), pp. 98–103, 2013	Keterampilan motorik berarti perkembangan keterampilan gerakan fisik melalui gerakan syaraf dan otot yang saling teratur. Kemampuan motorik dasar memiliki peran sebagai landasan terhadap keterampilan. Kemampuan motorik memiliki peranan penting dalam setiap kegiatan yang dilakukan
4.	Rahman, T., Sumardi, & Cahyani, D. D.	Profil kemampuan motorik kasar anak usia dini. JPdK, 2(2), 143-151, 2020	Salah satu kemajuan dalam kemampuan gerak motorik pada anak usia dini adalah gerakan motorik kasar. Ini melibatkan penggunaan banyak bagian tubuh anak. Kemampuan gerak motorik kasar ini membutuhkan tenaga yang signifikan

			karena melibatkan penggunaan otot-otot besar.
5.	Decaprio	Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah. Yogyakarta: Diva Press, 2013	Aspek-aspek perkembangan motorik kasar anak yang perlu diperhatikan termasuk: pertama, kekuatan untuk menahan dan mengangkat beban. Kedua, daya tahan untuk bekerja dalam waktu yang lama tanpa kelelahan. Ketiga, kecepatan dalam berpindah tempat dalam waktu singkat. Keempat, keseimbangan dalam mempertahankan posisi tubuh. Kelima, koordinasi untuk menggabungkan berbagai gerakan yang berbeda. Keenam, kelincahan dalam mengubah posisi dan arah dengan cepat. Ketujuh, ketepatan dalam mengendalikan gerakan terhadap objek atau sasaran.
6.	John W. Santrock	Child Development. New York: McGraw-Hill, 2011	Perkembangan anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Santrock menekankan bahwa aktivitas fisik dan bermain tradisional memiliki dampak positif pada perkembangan motorik kasar dan halus, serta kemampuan kognitif.
7	Saripuddin Aip	Analisis Tumbuh Kembang Anak Ditinjau dari Aspek Perkembangan Motorik Kasar Usia Dini, Qualita 1(1), 2019	Secara umum aspek perkembangan anak usia dini dapat diidentifikasi berdasarkan aspek kognitif, linguistik, motorik, sosio-emosional, dan moral agama. Dari keenam aspek, aspek fisik atau motorik merupakan aspek yang paling penting pada anak usia dini. 4 Perkembangan motorik dapat diartikan sebagai perkembangan pusat motorik yaitu pengendalian tubuh dan otak.
8.	Jamaliah, N., & Sitepu, M. S. Z.	Sains olahraga: jurnal ilmiah ilmu keolahragaan,6(1), 41-49, 2012	Permainan tradisional Enklek telah dimodifikasi dan diadaptasi berdasarkan gerakan jinjit, melangkah, dan melompat. Format permainan enklek untuk anak usia 5 sampai 6 tahun adalah sebagai berikut: (1) permainan enklek dengan 3 Kotak <i>vaulting</i> yaitu permainan enklek dengan 3 Kotak <i>vaulting</i> disediakan untuk meningkatkan kemampuan analisis siswa dan memberikan pengalaman. (2) Permainan enklek dengan kotak warna, yaitu permainan kotak warna, bertujuan untuk meningkatkan efisiensi

			siswa dalam proses pembelajaran dengan meningkatkan keterampilan lompat jauh (melompat). (3) Permainan enklek dengan menggunakan lingkaran. Dengan kata lain, merupakan permainan enklek berbentuk lingkaran yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan fisik siswa yaitu ketangkasan kaki dan daya ledak dengan menekankan pada keterampilan lompat jauh.
9.	Permendiknas	Permendiknas No. 58 Tahun 2009, Tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini, 8-9, 2009	Anak yang memiliki koordinasi motorik yang baik akan lebih mampu mengembangkan dirinya baik dalam hal menulis, seni, atletik dan lain sebagainya. Jika sejak usia dini koordinasi gerak motorik anak tidak mendapatkan perhatian yang baik, maka anak tidak bisa mengendalikan dirinya serta kurang terampil dalam gerak motoriknya. Perkembangan motorik kasar dan motorik halus harus dilakukan dan mendapatkan tingkat pencapaian dalam perkembangan anak.
10	Aguss, R. M., & Fahrizqi, E. B.	Analisis Tingkat Kepercayaan Diri saat Bertanding Atlet Pencak Silat Perguruan Satria Sejati. Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga, 19(2), 164-174, 2020	Dalam perkembangan fisik, anak secara langsung dapat berperilaku kreatif, hal ini dapat dilihat dari bagaimana ia mengkoordinasikan berbagai gerakan dasar menjadi gerakan yang baru
11	David Gallahue	Understanding Motor Development, Ascend learning company, 2012	Permainan yang melibatkan aktivitas fisik berulang seperti melompat dapat membantu meningkatkan kemampuan kekuatan, daya tahan, dan fleksibilitas pada anak usia dini.
12	Dr. Shirley Wyver	The Importance of Physical Play in Early Childhood Development. Macquarie University, 2020	Pentingnya aktivitas fisik dalam perkembangan motorik kasar, sosial-emosional, dan kognitif anak, serta manfaat bermain yang melibatkan interaksi langsung dengan lingkungan

1. Perkembangan Fisik Anak Usia Dini melalui Permainan Engklek

Hasil temuan dari Hurlock (1978: 150), perkembangan motorik mengacu pada perkembangan pengendalian gerakan tubuh melalui aktivitas terkoordinasi pusat saraf, neuromotor, dan otot. Dalam permainan engklek, anak-anak terlibat dalam berbagai aktivitas fisik seperti melompat dengan satu kaki, bergerak dari satu kotak ke kotak lainnya, serta menjaga keseimbangan tubuh. Gerakan-gerakan ini melibatkan otot-otot kaki, lengan, dan inti tubuh, yang berkontribusi pada peningkatan kekuatan, keseimbangan, dan daya tahan fisik anak.

Salah satu kemajuan dalam kemampuan gerak motorik pada anak usia dini adalah gerakan motorik kasar (Rahman et al, 2020). Ini melibatkan penggunaan banyak bagian tubuh anak. Kemampuan gerak motorik kasar ini membutuhkan tenaga yang signifikan karena melibatkan penggunaan otot-otot besar. Decaprio (2013) Aspek-aspek perkembangan motorik kasar anak yang perlu diperhatikan termasuk: pertama, kekuatan untuk menahan dan mengangkat beban. Kedua, daya tahan untuk bekerja dalam waktu yang lama tanpa kelelahan. Ketiga, kecepatan dalam berpindah tempat dalam waktu singkat. Keempat, keseimbangan dalam mempertahankan posisi tubuh. Kelima, koordinasi untuk menggabungkan berbagai gerakan yang berbeda. Keenam, kelincahan dalam mengubah posisi dan arah dengan cepat. Ketujuh, ketepatan dalam mengendalikan gerakan terhadap objek atau sasaran. Perkembangan motorik kasar yang sudah diterangkan tersebut meliputi kekuatan, keseimbangan, dan ketepatan gerakan, dapat ditingkatkan melalui permainan seperti engklek. Dengan melompat dari kotak ke kotak, anak tidak hanya melatih kekuatan otot, tetapi juga kemampuan untuk menahan beban tubuh secara seimbang.

Sejalan dengan itu, David Gallahue, seorang ahli pendidikan jasmani, dalam bukunya *Understanding Motor Development* (2012), menyatakan bahwa permainan yang melibatkan aktivitas fisik berulang seperti melompat dapat membantu meningkatkan kemampuan kekuatan, daya tahan, dan fleksibilitas pada anak usia dini. Permainan engklek, yang melibatkan gerakan melompat dengan satu kaki, melatih keseimbangan tubuh, terutama karena anak harus menjaga stabilitas mereka ketika melompati satu kotak ke kotak lain. Gallahue juga menambahkan bahwa permainan ini memperkuat otot kaki dan inti tubuh, yang merupakan bagian penting dari perkembangan fisik anak pada usia dini.

Dr. Shirley Wyver (2020), seorang pakar dalam perkembangan anak dari Macquarie University, mengungkapkan bahwa permainan tradisional seperti engklek sangat penting dalam mendukung pertumbuhan fisik anak, terutama pada masa-masa di mana aktivitas fisik menjadi sarana utama bagi anak untuk berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka. Ia menyebut bahwa permainan yang melibatkan gerakan-gerakan fisik besar, seperti melompat dan berlari, merangsang perkembangan saraf motorik di otak anak,

yang berhubungan langsung dengan perkembangan keterampilan fisik dan keseimbangan tubuh.

2. Perkembangan Psikomotorik Anak Usia Dini

Perkembangan psikomotorik anak usia dini mencakup kemampuan koordinasi gerakan tubuh, keterampilan motorik halus dan kasar, serta integrasi kognitif dalam aktivitas fisik. Permainan engklek, sebagai salah satu bentuk permainan tradisional, dapat memberikan rangsangan psikomotorik yang signifikan bagi anak-anak. Dalam setiap lompatan, anak-anak harus berkonsentrasi pada target kotak yang akan dilompati, menjaga keseimbangan saat berdiri dengan satu kaki, serta memperhatikan langkah selanjutnya. Hal ini membantu anak untuk mengembangkan kemampuan koordinasi dan kontrol tubuh. Hurlock (1978) menyatakan bahwa pengembangan keterampilan motorik pada anak usia dini sangat dipengaruhi oleh kemampuan anak dalam mengendalikan gerakan tubuh melalui aktivitas yang terkoordinasi. Permainan engklek mendorong anak untuk fokus pada perpaduan gerakan dan strategi, yang memperkuat keterampilan motorik kasar dan juga motorik halus.

3. Manfaat Permainan Engklek terhadap Perkembangan Kognitif

Selain memberikan manfaat fisik dan psikomotorik, permainan engklek juga berperan dalam perkembangan kognitif anak. Saat bermain, anak harus mematuhi aturan permainan dan merencanakan langkah-langkah untuk mencapai kotak terakhir tanpa terjatuh atau melewati batas. Hal ini membantu melatih kemampuan pemecahan masalah serta keterampilan dalam mengambil keputusan. Menurut Mulyani (2016: 111-112) menjelaskan bahwa engklek adalah suatu permainan tradisional lompat-lompatan pada bidang datar yang digambar di atas tanah, dengan membuat gambar kotak-kotak, kemudian melompat dengan satu kaki dari kotak satu ke kotak berikutnya. Melalui permainan engklek anak tidak hanya melatih ketangkasan fisik, tetapi juga keterampilan berpikir logis karena mereka harus memperhatikan urutan lompatan yang benar dan strategi untuk menyelesaikan permainan.

Dari hasil penelitian Santrock (2011) juga menegaskan bahwa permainan yang melibatkan koordinasi fisik dan strategi, seperti engklek, dapat memperkuat perkembangan kognitif anak dengan cara yang menyenangkan. Anak harus mengingat aturan permainan, mengatur gerakan, dan mengantisipasi langkah berikutnya, sehingga kemampuan berpikir anak menjadi lebih terasah. Hasil ini sejalan dengan penelitian lain yang menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak meningkat setelah mengikuti pembelajaran yang melibatkan permainan engklek (Adpriyadi, 2017). Nissa et al. (2019) serta Desvarosa (2016) juga menyatakan bahwa permainan Engklek dapat membantu mengoptimalkan kemampuan kognitif anak. Selain itu, permainan tradisional ini diharapkan dapat

berkontribusi dalam pembentukan karakter anak usia dini (Srikandi et al., 2020). Munawaroh (2018) menambahkan bahwa pembelajaran melalui permainan engklek dapat menjadi media efektif untuk menstimulasi perkembangan anak.

4. Kekurangan Dan Kelebihan Permainan Engklek

Permainan tradisional memiliki sejumlah kelebihan yang dapat dirasakan oleh anak-anak yang sering memainkannya. Berikut beberapa keunggulan dari permainan tradisional engklek:

a. Penggunaan bahan yang mudah dan murah

Alat-alat yang digunakan dalam permainan tradisional biasanya sederhana dan mudah didapatkan. Umumnya, bahan-bahan yang diperlukan merupakan barang bekas yang tersedia di lingkungan sekitar.

b. Mengajarkan nilai kompetisi yang sehat

Permainan tradisional mengandung unsur kompetisi yang memberikan anak kesempatan untuk belajar bersaing secara sehat demi mencapai tujuan yang diinginkan.

c. Mendidik anak untuk menghadapi masa depan

Permainan ini sarat dengan nilai-nilai kehidupan yang dapat dijadikan pedoman, seperti moral, etika, kejujuran, kemandirian, etos kerja, dan solidaritas sosial, yang semuanya penting untuk membentuk karakter anak.

d. Mengandung nilai-nilai luhur dan pesan moral

Permainan tradisional mengajarkan berbagai nilai positif, seperti kebersamaan, tanggung jawab, kejujuran, sikap sportif dalam menerima kekalahan, dorongan untuk berprestasi, serta kepatuhan terhadap aturan.

Permainan tradisional juga memiliki beberapa kekurangan, di antaranya:

a. Kesulitan menemukan tempat bermain Lahan untuk bermain semakin sulit ditemukan akibat meningkatnya jumlah pemukiman penduduk.

b. Kurangnya popularitas permainan tradisional, permainan ini kurang dikenal karena usianya yang sudah tua dan jarang dimainkan oleh generasi muda.

c. Penggunaan bahasa yang kurang baik Selama permainan berlangsung, anak-anak sering mengeluarkan ucapan yang cenderung kasar, yang dapat memengaruhi perkembangan bahasa mereka.

5. Pelestarian Permainan Tradisional Seperti Engklek

Di era modern ini, di mana anak-anak lebih sering terpapar pada teknologi digital, permainan tradisional seperti engklek mulai tergeser oleh permainan digital yang kurang memberikan stimulasi fisik dan motorik. Padahal, menurut Suyadi (2015), permainan tradisional seperti engklek memiliki nilai edukatif yang tinggi dan memberikan manfaat nyata bagi perkembangan anak. Engklek melatih anak untuk aktif bergerak, menjaga kesehatan fisik, serta meningkatkan keterampilan sosial saat berinteraksi dengan teman-teman.

Sari (2018) menggarisbawahi pentingnya melestarikan permainan tradisional sebagai salah satu upaya untuk menjaga budaya lokal dan sekaligus memanfaatkan potensi permainan tersebut dalam mendukung tumbuh kembang anak. Oleh karena itu, mengajarkan dan mendorong anak untuk bermain permainan tradisional seperti engklek di lingkungan pendidikan formal maupun informal dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi perkembangan mereka.

4. Kesimpulan

Dari berbagai kajian literatur di atas dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional khususnya engklek, memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan fisik, psikomotorik, dan kognitif anak usia dini. Engklek tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai media untuk mengembangkan keterampilan motorik kasar, koordinasi tubuh, serta kemampuan berpikir logis. Aktivitas fisik yang terlibat dalam permainan ini, seperti melompat dan menjaga keseimbangan, berkontribusi pada peningkatan kekuatan, keseimbangan, dan daya tahan fisik anak. Selain itu, permainan engklek juga melatih kemampuan pemecahan masalah dan pengambilan keputusan, yang esensial untuk perkembangan kognitif anak. Dalam konteks modern, penting untuk melestarikan permainan tradisional seperti engklek agar anak-anak tetap mendapatkan stimulasi fisik dan sosial yang optimal, sekaligus menjaga budaya lokal. Mengajarkan dan mendorong anak untuk terlibat dalam permainan ini di lingkungan pendidikan dapat memberikan manfaat signifikan bagi pertumbuhan mereka.

Daftar Pustaka

- Adprijadi. (2017). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar melalui Permainan Tradisional Engklek pada Anak Kelompok B. *Jurnal Pendidikan Dan Pengembangan Masyarakat*, 4(2), 187 – 198.
<https://doi.org/10.21831/jppm.v4i2.10016>.

- Agus, R. M., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Saat Bertanding Atlet Pencak Silat Perguruan Satria Sejati. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 19(2), 164–174
- Asmariansi, A. (2016). Konsep media pembelajaran PAUD. *Al-Afkar : Manajemen Pendidikan Islam*, 5(1), 25-42
- Decaprio, C. (2013). Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah. Yogyakarta: *Diva Press*.
- Desvarosa, E. (2016). Penerapan Permainan Tradisional Engklek Dalam Meningkatkan Kemampuan Kognitif Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Bina Guna. *Jurnal Handayani: Jurnal Kajian Pendidikan Pra Sekolah Dan Pendidikan Dasar*, 6(1), 109-116.
DOI: <https://doi.org/10.24114/jh.v6i1.5042>
- Kurniati, E. (2016), Permainan Tradisional dan Perannya dalam mengembangkan keterampilan Sosial Anak, Jakarta: Prenadamedia Group, 23-28
- Fabian, T., Rynne, S., Hapeta, J., & Giles, A. R. (2024). The Pedagogization of Traditional Indigenous Games in Canada, Australia, and Aotearoa New Zealand. *Journal of Teaching in Physical Education*, 43(3), 532-538. Doi: <https://doi.org/10.1123/jtpe.2023-0047>
- Gallahue, D. L. (2012). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*. McGraw-Hill.
- Hurlock, E. B. (1978). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Y. (2012). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Prenadamedia Group
- Matsekoleng, T. K., Mapotse, T. A., & Gumbo, M. T. (2022). The role of indigenous games in education: a technology and environmental education perspective. *Diaspora, Indigenous, and Minority Education*, 18(1), 68–82. <https://doi.org/10.1080/15595692.2022.2160436>
- Megarisma, 7 Permainan Unik Dunia Seperti di Indonesia, dalam artikel <http://7 Permainan Unik Dunia Seperti Di Indonesia – E-Book Info.html>.
- Mulyani, A. (2016). *Permainan Tradisional Engklek Sebagai Media Pembelajaran*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Mulyani, N. (2016), *Super Asyik Permainan Tradisional Anak Indonesia*, Yogyakarta: Diva Press, 49.
-

-
- Munawaroh, H. (2018). Pengembangan Model Pembelajaran dengan Permainan Tradisional Engklek Sebagai Sarana Stimulasi Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi*, 1(2), 86–96. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v1i2.19>
- Murti, T. (2018). Perkembangan Fisik Motorik Dan Perseptual Serta Implikasinya Pada Pembelajaran Di Sekolah Dasar. *Wahana Sekolah Dasar*, 26(1), 21–28.
- Nissa, A. K., Agustini, F., & Kiswoyo. (2019). Keefektifan Permainan Tradisional Engklek terhadap Keaktifan Belajar PPKn Siswa Kelas III SD Negeri 1 Karangmulyo Kendal. *Modeling: Jurnal Program Studi PGMI*, 6(1), 45 – 55. DOI: <https://doi.org/10.36835/modeling.v6i1.350>
- Pereira, A. S. M., & Venâncio, L. (2021). African and Indigenous games and activities: a pilot study on their legitimacy and complexity in Brazilian physical education teaching. *Sport, education and society*, 26(7), 718-732. <https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1902298>
- Permendiknas No. 58, (2009). Tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini.
- Rahman, T., Sumardi, & Cahyani, D. D. (2020). Profil Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *JPdK*, 2(2), 143-151. DOI:10.31004/jpdk.v2i1.894
- Santrock, J. W. (2011). *Child Development*. New York: McGraw-Hill.
- Sari, E. (2018). Pelestarian Permainan Tradisional sebagai Sarana Pembelajaran Anak. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 10(1), 45-53.
- Srikandi, S., Suardana, I. M., & Sulthoni. (2020). Membentuk Karakter Anak Usia Dini melalui Permainan Tradisional. *Jurnal Penelitian: Teori, Penelitian Dan Pengembangan*, 5(12). <https://doi.org/10.17977/jptpp.v5i12.14364>.
- Suyadi, R. (2015). *Permainan Tradisional untuk Tumbuh Kembang Anak*. Malang: Aditya Media.
- Theobald, M., Danby, S., Einarsdottir, J., & Bourne, J. (2015). Children's perspectives of play and learning for educational practice. *Education Sciences*, 5(4), 345-362. <https://doi.org/10.3390/educsci5040345>
- Triandini, M. (2019). Identifikasi Permainan Tradisional dan Pengaruhnya Terhadap Perkembangan Anak. *Jurnal Kajian Pendidikan*, 2(2), 25-33.
- Wicaksono, A., & Nurhayati, R. (2013). Survey Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Kelas IV Se-Kecamatan Taman Sidoarjo Tahun Ajaran 2012-2013. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 1(1), 98-103.
-

Wyver, S. (2020). *The Importance of Physical Play in Early Childhood Development*. Macquarie University.

Zuhdi, W. (2011). *Penilaian Kemampuan Dasar Motorik Untuk Siswa SD Kelas 1-3 (Usia 6-9 tahun)*. Yogyakarta: Elmatara Publishing