

Pemanfaatan Permainan Tradisional dalam Mendukung Perkembangan Fisik dan Sosial Anak di Kelurahan Bandar Lor

^{a*} Muhammad Qoyyum, ^{*}Ishaq Yamahendra, ^{*}Wahyu Setyanto, ^{*}Dani Dwi Yudianto, ^{*}Dimas Akbar Hakiki, ^{*}Kristando Verianto, ^{*}Imam Subaweh, ^{*}Alip Agil, ^{*}Jovan Putra Prayitna, ^{*}Yulius Ama Kii, ^{*}R Danang Dewangga M.P, ^{*}Tri Puspitasari, ^{*}Resa Alfiya Putri, ^{*}Faisol

^a*Universitas Nusantara PGRI Kediri*

Abstrak— Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kelurahan Bandar Lor, Kota Kediri, dengan fokus pada pengenalan dan penerapan permainan tradisional sebagai media edukatif bagi siswa sekolah dasar. Permasalahan yang dihadapi adalah rendahnya aktivitas fisik dan interaksi sosial anak akibat dominasi permainan berbasis gawai. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan aktivitas fisik, memperkuat interaksi sosial, serta menanamkan nilai-nilai karakter dan budaya lokal melalui permainan tradisional. Metode pengabdian dilaksanakan secara partisipatif dengan melibatkan anak-anak sekolah dasar sebagai sasaran utama melalui kegiatan bermain bersama menggunakan permainan engklek dan gobak sodor. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa anak-anak berpartisipasi aktif dan antusias selama pelaksanaan kegiatan, terjadi peningkatan aktivitas gerak, serta terjalin interaksi sosial dan kerja sama antar peserta. Selain itu, kegiatan ini memperoleh respons positif dari masyarakat dan orang tua. Dengan demikian, permainan tradisional dapat dimanfaatkan sebagai sarana edukatif dan rekreatif yang efektif dalam mendukung perkembangan anak sekaligus pelestarian budaya lokal di lingkungan masyarakat.

Kata Kunci— pengabdian kepada masyarakat, permainan tradisional, aktivitas fisik anak

Abstract— This community service activity was conducted through the Kuliah Kerja Nyata (KKN) program in Bandar Lor Village, Kediri City, focusing on the introduction and implementation of traditional games as an educational medium for elementary school students. The main problem addressed was the low level of physical activity and social interaction among children due to the dominance of digital-based games. This activity aimed to increase children's physical activity, strengthen social interaction, and instill character values and local cultural awareness through traditional games. The community service was carried out using a participatory approach by involving elementary school students as the main participants in structured play activities using traditional games, namely engklek and gobak sodor. The results showed that children actively and enthusiastically participated in the activities, experienced increased physical movement, and developed better social interaction and cooperation among participants. In addition, the activity received positive responses from the community and parents. Therefore, traditional games can be utilized as an effective educational and recreational medium to support children's development while preserving local culture within the community.

Keywords— community service, traditional games, children's physical activity

This is an open access article under the CC BY-SA License.



Corresponding Author:

Muhammad Qoyyum,
Teknik Informatika,
Universitas Nusantara PGRI Kediri,
Email: sucipto@unpkediri.ac.id



I. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital yang semakin pesat telah membawa perubahan signifikan terhadap pola aktivitas anak-anak (Suhadarliha et al., 2024), khususnya dalam kegiatan bermain. Anak-anak saat ini cenderung lebih banyak menghabiskan waktu dengan permainan berbasis gawai dibandingkan aktivitas bermain yang melibatkan gerak fisik dan interaksi sosial secara langsung. Kondisi tersebut berdampak pada menurunnya aktivitas fisik, berkurangnya interaksi sosial, serta semakin terpinggirkannya permainan tradisional yang sejatinya memiliki nilai budaya dan edukatif. Sejumlah kajian menunjukkan bahwa dominasi permainan digital berkontribusi terhadap rendahnya stimulasi motorik dan berkurangnya kesempatan anak untuk mengembangkan keterampilan sosial melalui interaksi nyata dengan lingkungan sekitarnya (Puspitasari et al., 2022; Faisol et al., 2024; Rahman et al., 2023).

Permasalahan serupa juga ditemukan di lingkungan Kelurahan Bandar Lor, Kota Kediri, yang merupakan wilayah perkotaan dengan tingkat paparan teknologi yang cukup tinggi. Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan program Kuliah Kerja Nyata (KKN), anak-anak di wilayah ini lebih familiar dengan permainan digital dibandingkan permainan tradisional yang dahulu menjadi bagian dari aktivitas bermain sehari-hari. Akibatnya, aktivitas fisik anak cenderung berkurang dan pola bermain menjadi lebih individual. Padahal, aktivitas bermain yang melibatkan gerak tubuh memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan motorik kasar, melatih kerja sama, serta membangun nilai-nilai sosial dan karakter anak sejak usia dini (Didik et al., 2023; Helmy Febriansyah et al., 2024).

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan tujuan menghidupkan kembali permainan tradisional sebagai alternatif kegiatan positif bagi anak-anak di Kelurahan Bandar Lor. Kegiatan ini diarahkan untuk meningkatkan aktivitas fisik anak, memperkuat interaksi sosial, serta menanamkan nilai-nilai kebersamaan dan budaya lokal melalui aktivitas bermain yang edukatif dan menyenangkan. Selain itu, pengabdian ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran anak-anak dan masyarakat sekitar terhadap pentingnya pelestarian permainan tradisional sebagai bagian dari identitas sosial dan budaya masyarakat.

Solusi yang ditawarkan dalam kegiatan pengabdian ini adalah pengenalan dan pelaksanaan permainan tradisional, khususnya engklek dan gobak sodor, melalui kegiatan bermain bersama yang terstruktur dan partisipatif. Permainan tersebut dipilih karena mudah diterapkan di lingkungan permukiman, tidak membutuhkan peralatan yang kompleks, serta mampu melibatkan anak-anak secara aktif. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa permainan engklek efektif dalam meningkatkan keseimbangan, kelincahan, dan kekuatan otot anak melalui aktivitas melompat dan menjaga postur tubuh (Darmawati & Widyasari, 2022; Didik et al., 2023). Sementara itu, permainan gobak sodor terbukti mampu melatih kelincahan, kecepatan reaksi,

serta kerja sama tim melalui pola gerak lari, menghindar, dan koordinasi antarpemain (Suharti et al., 2022; Wicaksono & Primasoni, 2021).

Secara teoretis, permainan tradisional merupakan bentuk aktivitas bermain yang selaras dengan karakteristik perkembangan anak karena mampu menstimulasi aspek fisik dan sosial secara bersamaan. Aktivitas bermain melalui permainan tradisional memungkinkan anak untuk bergerak aktif, berinteraksi dengan teman sebaya, serta belajar mematuhi aturan dalam suasana yang menyenangkan. Selain itu, permainan tradisional juga mengandung nilai-nilai karakter seperti disiplin, sportivitas, tanggung jawab, dan kerja sama yang terbentuk secara alami melalui proses bermain (Gustira et al., 2023; Nursasih et al., 2022). Dengan demikian, permainan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai media pembelajaran kontekstual berbasis pengalaman langsung.

Melalui pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, diharapkan permainan tradisional dapat kembali menjadi bagian dari aktivitas keseharian anak-anak di Kelurahan Bandar Lor. Dampak yang diharapkan tidak hanya berupa peningkatan aktivitas fisik dan interaksi sosial anak, tetapi juga tumbuhnya kesadaran budaya serta terciptanya lingkungan bermain yang sehat, edukatif, dan berbasis kebersamaan. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi model pengabdian masyarakat yang aplikatif dan berkelanjutan dalam upaya pelestarian permainan tradisional di tengah arus modernisasi.

II. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Metode kualitatif deskriptif digunakan untuk menggambarkan, memahami, dan merangkum secara sistematis proses pelaksanaan kegiatan pengenalan permainan tradisional serta dampaknya terhadap aktivitas fisik dan interaksi sosial anak-anak di Kelurahan Bandar Lor, Kota Kediri. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk mengkaji fenomena sosial secara kontekstual dan alami, terutama dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang menekankan pada proses, partisipasi, serta respon subjek terhadap program yang dilaksanakan (Pasaribu et al., 2024). Pelaksanaan kegiatan dilakukan di lingkungan permukiman Kelurahan Bandar Lor dengan memanfaatkan ruang terbuka sebagai area bermain anak. Subjek kegiatan meliputi anak-anak sekolah dasar sebagai sasaran utama, masyarakat sekitar, serta mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) sebagai pelaksana program. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung terhadap jalannya kegiatan permainan engklek dan gobak sodor, pengamatan terhadap tingkat partisipasi dan interaksi sosial anak selama kegiatan berlangsung, serta dokumentasi kegiatan sebagai data pendukung. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan pelaksanaan kegiatan dan perubahan perilaku anak yang tampak selama proses pengabdian, khususnya terkait peningkatan aktivitas fisik dan interaksi sosial (Angga et al., 2023).

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan pada siswa sekolah dasar di Kelurahan Bandar Lor, Kota Kediri, berbagai aktivitas pengenalan dan praktik permainan tradisional telah dilakukan dengan tujuan meningkatkan aktivitas fisik dan interaksi sosial anak. Hasil yang diperoleh dari kegiatan tersebut dapat dirangkum ke dalam beberapa aspek utama sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pelaksanaan Permainan Tradisional di Kelurahan Bandar Lor

No	Aspek Pengembangan	Hasil
1	Aktivitas Fisik	Terjadi peningkatan aktivitas fisik anak melalui gerakan berlari, melompat, dan menjaga keseimbangan selama permainan engklek dan gobak sodor.
2	Interaksi Sosial	Anak-anak menunjukkan peningkatan interaksi sosial melalui kerja sama tim, komunikasi aktif, dan sikap saling menghargai antar teman sebaya.
3	Disiplin dan Sportivitas	Anak mampu mengikuti aturan permainan, menunggu giliran, serta menerima kemenangan dan kekalahan dengan sikap sportif.
4	Minat terhadap Permainan Tradisional	Meningkatnya ketertarikan anak terhadap permainan tradisional sebagai alternatif kegiatan bermain yang menyenangkan dan edukatif.

Berdasarkan Tabel 1, hasil kegiatan menunjukkan bahwa pelaksanaan permainan tradisional memberikan dampak positif terhadap perkembangan fisik dan sosial anak-anak di Kelurahan Bandar Lor. Peningkatan aktivitas fisik terlihat dari keterlibatan anak secara aktif dalam berbagai gerakan selama permainan berlangsung. Aktivitas ini memberikan stimulasi gerak yang sebelumnya relatif terbatas akibat dominasi permainan berbasis gawai dalam keseharian anak.

Selain aspek fisik, permainan tradisional juga berkontribusi pada penguatan interaksi sosial anak. Melalui permainan engklek dan gobak sodor yang dilakukan secara berkelompok, anak-anak belajar bekerja sama, berkomunikasi secara efektif, serta membangun rasa kebersamaan. Interaksi yang terjalin selama permainan mendorong anak untuk saling menghargai dan menumbuhkan sikap sportivitas dalam menerima hasil permainan.

Ketertiban dan kedisiplinan anak juga menjadi salah satu hasil penting dari kegiatan ini. Anak-anak mampu mengikuti aturan permainan, menunggu giliran, serta menjaga sikap selama kegiatan berlangsung. Kondisi tersebut menciptakan suasana bermain yang aman, nyaman, dan kondusif, sehingga mendukung tercapainya tujuan kegiatan pengabdian. Respon positif juga ditunjukkan oleh orang tua yang mengamati perubahan perilaku anak menjadi lebih aktif secara fisik dan berkurangnya ketergantungan terhadap permainan digital.

Secara keseluruhan, hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa pemanfaatan permainan tradisional sebagai media pengabdian kepada masyarakat efektif dalam meningkatkan aktivitas fisik, memperkuat interaksi sosial, serta menumbuhkan minat anak terhadap permainan berbasis budaya lokal. Hal ini menegaskan bahwa permainan tradisional dapat dijadikan alternatif kegiatan bermain yang edukatif dan aplikatif dalam mendukung tumbuh kembang anak di lingkungan masyarakat.



Gambar 1 Permainan Tradisional Engklek



Gambar 2 Permainan Tradisional Gobak Sodor

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kelurahan Bandar Lor, Kota Kediri, dapat disimpulkan bahwa pemanfaatan permainan tradisional sebagai media kegiatan mampu memberikan dampak positif terhadap aktivitas fisik dan interaksi sosial siswa sekolah dasar. Penerapan permainan engklek dan gobak sodor mendorong anak untuk terlibat aktif dalam kegiatan bermain yang melibatkan gerak tubuh, kerja sama, serta kepatuhan terhadap aturan, sehingga tercipta aktivitas bermain yang sehat, edukatif, dan menyenangkan.

Selain meningkatkan aktivitas fisik, kegiatan pengabdian ini juga berkontribusi dalam menumbuhkan nilai-nilai sosial dan karakter anak, seperti kerja sama, sportivitas, disiplin, dan tanggung jawab. Dukungan dari masyarakat dan orang tua menunjukkan bahwa permainan tradisional masih relevan dan efektif sebagai alternatif kegiatan anak di tengah perkembangan permainan berbasis digital. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini menegaskan bahwa permainan tradisional dapat dimanfaatkan sebagai media edukatif sekaligus sarana pelestarian budaya lokal dalam mendukung tumbuh kembang anak di lingkungan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Angga, P. D., Makki, M., Putra, G. P., & Indraswati, D. (2023). PREGI (PROGRAM EDUKASI GIZI DAN AKTIVITAS FISIK): PENINGKATAN PEMAHAMAN PERILAKU HIDUP SEHAT MELALUI GIZI SEIMBANG DAN AKTIVITAS FISIK BAGI ANAK SEKOLAH DASAR DI KOTA MATARAM. *Jurnal Interaktif: Warta Pengabdian Pendidikan*, 3(2), 111–125. <https://doi.org/10.29303/interaktif.v3i2.103>
- Darmawati, N. B., & Widyasari, C. (2022). Permainan Tradisional Engklek dalam Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 6827–6836. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3487>
- Didik, P., Sekolah Dasar, D. I., Aqobah, Q. J., Putri, C. H., Ummah, K. R., Anisah, R. W., Sultan, U., & Tirtayasa, A. (n.d.). PERMAINAN TRADISIONAL ENGKLEK UNTUK PENINGKATAN MOTORIK. In *Journal Olahraga ReKat (Rekreasi Masyarakat)* (Vol. 2, Number 1).
- Faisol, Nurdiwaty, D., Widiawati, H. S., & Winarko, S. P. (2024). Business incubators as enablers to innovation capabilities of msme: An Empirical Evidence from Indonesia. *AGRISOCIONOMICS, Special Ed*(Februari 2024), 42–59. <https://doi.org/10.14710/agrisocionomics.v8i1.21956>
- Gustira, A., Nurani, Y., & Wulan, S. (2023). Permainan Tradisional Petualangan Gobak Sodor dan Kemampuan Pemecahan Masalah. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 1173–1185. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.4071>
- Helmy Febriansyah, Didi Muhtarom, & Bobby Agustan. (2024). Pengaruh Permainan Tradisional Gobak Sodor terhadap Peningkatan Motorik Kasar pada Siswa Kelas IV SDN 1 Cipedes. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 2(4), 344–354. <https://doi.org/10.55606/jubpi.v2i4.3315>
- Nursasih, I., Rohendi, A., & Erlina, T. (2022). EFEKTIVITAS NILAI-NILAI KARAKTER DALAM PERMAINAN GOBAK SODOR TERHADAP KECERDASAN EMOSIONAL. *Jurnal Wahana Pendidikan*, 9, 195. <https://doi.org/10.25157/wa.v9i2.7190>
- Puspitasari, N., Masfuah, S., & Pratiwi, I. A. (2022). Implementasi Permainan Tradisional Gobak Sodor dalam Meningkatkan Kerjasama Anak Usia 10 Tahun. *Jurnal Basicedu*, 6(2), 2540–2546. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i2.2458>
- Rahman, F., Adjie, F., Lumiu, I., Siahaya, S., Dewi, R., & Gemaël, Q. (2023). Melestarikan Permainan Tradisional Engklek Kepada Generasi Z. *Jurnal Dorkes (Dedikasi Olahraga Dan Kesehatan)*, 1, 14–18. <https://doi.org/10.35706/dorkes.v1i1.9632>
- Suharti, S., Rohman, U., & Harwanto, H. (2022). PENERAPAN PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR UNTUK MENINGKATKAN KELINCAHAN PADA OLAHRAGA PENCAK SILAT. *Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian*, 3, 437–447. <https://snhrp.unipasby.ac.id/prosiding/index.php/snhrp/article/view/226>
- Suhadarliha, Faisol, & Paryanto, E. (2024). Manajemen Bisnis STARTUP (Dalam Pendekatan Konsep Dasar Kinerja). In *Seval Publisher*. <https://katalog.penerbitseval.com/katalog/produk/manajemen-bisnis-startup-dalam-pendekatan-konsep-dasar-kinerja/>
- Upaya Pelestarian Kebudayaan dalam Objek Pemajuan Kebudayaan Terhadap Permainan Rakyat dan Olahraga Tradisional di SDN 033 dan SDN 028 Desa Sumber Sari Kecamatan Kota Bangun Darat. (n.d.). *Olah Bebaya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–9. Retrieved <https://ejurnal.unikarta.ac.id/jpmu/article/view/1693>
- Wicaksono, D., & Primasoni, N. (2021). Gobak sodor: permainan tradisional untuk meningkatkan kecepatan reaksi dan keseimbangan anak usia 12-14 tahun. *JORPRES (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 17(1), 71–77.