

Manfaat Permainan Tradisional Untuk Peningkatan Tumbuh Kembang Anak

Heri Yusuf Muslihin¹, Resa Respati², Cahyana³

Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Tasikmalaya^{1,2,3}

heriyusuf@upi.edu¹, respati@upi.edu², cahyanacahya38@gmail.com³

ABSTRACT

This research is motivated by facts in the field regarding traditional games that are rarely played. This is caused by several factors and one of them is the very rapid development of technology in people's lives. In fact, traditional games have many benefits for body development, especially for children. The purpose of this study is to identify traditional games from various sides, including the benefits of traditional games for increasing children's growth and development. As well as socialization of traditional games to improve children's physical motor skills. This study uses a qualitative approach and the research method used is the case study method. The instrument used was the researcher using interview, observation and documentation study guidelines. The data analysis technique used is an interactive model, namely data reduction, data presentation, conclusion drawing or verification. The expected result of this research is to assist the identification process of traditional games and the benefits resulting from these traditional games to improve growth and development in children.

Kata Kunci: Traditional Games, Growth, Development, Children.

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fakta-fakta di lapangan mengenai permainan tradisional yang sudah jarang dimainkan. Hal itu disebabkan oleh beberapa faktor dan salah satunya adalah perkembangan teknologi yang sangat pesat dalam kehidupan masyarakat. Padahal, permainan tradisional memiliki banyak manfaat untuk perkembangan tubuh, khususnya pada anak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi permainan tradisional dari berbagai sisi, antara lain manfaat permainan tradisional untuk peningkatan tumbuh kembang anak. Serta sosialisasi permainan tradisional untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik anak. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan metode penelitian yang digunakan yakni metode studi kasus atau case study. Instrumen yang dipergunakan adalah peneliti dengan menggunakan pedoman wawancara, observasi dan studi dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah model interaktif yaitu reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan atau verifikasi. Hasil yang diharapkan dari penelitian ini adalah dapat membantu proses identifikasi permainan tradisional serta manfaat yang dihasilkan dari permainan tradisional tersebut untuk meningkatkan tumbuh kembang pada anak.

Kata Kunci: Permainan Tradisional, Pertumbuhan, Perkembangan, Anak.

PENDAHULUAN

Tahapan perkembangan anak secara langsung maupun tidak langsung akan sangat ditentukan oleh perkembangan fisik dan motorik anak. Karena perkembangan fisik cukup menentukan aktivitas motorik anak, yang pada akhirnya mempengaruhi aktivitas dan perilaku sehari – hari. Kecerdasan motorik anak juga dipengaruhi oleh aspek perkembangan lainnya, terutama dengan kaitan fisik dan intelektual anak. Tumbuh (*growth*) merupakan

perubahan fisik yang dapat dilihat dan diukur, sedangkan kembang (*development*) merupakan perubahan struktur kemampuan tubuh yang lebih kompleks. Jadi tumbuh kembang anak adalah pertumbuhan serta perkembangan anak yang terbagi menjadi 2 hal, yaitu pertumbuhan fisik dan pertumbuhan kemampuan struktur tubuh.

Salah satu bentuk kebudayaan yang ada di setiap wilayah adalah permainan tradisional/permainan rakyat. Permainan rakyat sekarang ini juga menyesuaikan dengan perkembangan jaman dan perkembangan teknologi. Seiring dengan perubahan yang cepat dari sisi teknologi mengakibatkan banyak permainan tradisional yang sudah ditinggalkan (S. Y. Saputra, 2017). Kondisi ini salah satunya karena inovasi teknologi yang membuat manusia malas untuk bergerak terutama anak-anak (Muslih et al., 2021). Salah satu teknologi yang meninabobokan manusia termasuk anak-anak adalah penggunaan internet yang memungkinkan manusia memainkan permainan hanya dengan menggunakan gawai atau computer.

Hasil analisis *Internet World Stats and Populations Statistics* (2017) mencatat per 30 Juni 2016 bahwa Indonesia termasuk peringkat 5 (lima) pengguna internet terbesar di dunia. Jumlah pengguna internet Indonesia mencapai 132,700,000 orang dari total penduduk Indonesia saat itu berjumlah 258.316.015 orang atau dengan tingkat penetrasi 51, 4 %. Hal ini tentu mengindikasikan bahwa internet telah menjadi bagian aktivitas keseharian dari masyarakat Indonesia, termasuk anak-anak. Melihat hal ini perlu dikaji apakah pemanfaatan gawai dan internet merupakan salah satu penyebab kepunahan permainan tradisional.

Ditinjau dari aspek fisik motorik, permainan tradisional dapat membantu meningkatkan kemampuan motorik anak. Sejalan dengan itu bermain merupakan hak setiap anak, tanpa dibatasi oleh usia. Tedjasaputra menjelaskan mengenai pasal 31 Konvensi Hak-hak anak yang berisikan yaitu "hak anak untuk beristirahat dan bersantai, bermain dan turut serta dalam kegiatan rekreasi yang sesuai dengan usia anak yang bersangkutan dan untuk turut serta secara bebas dalam kehidupan budaya dan seni . Perkembangan motorik kasar anak usia dini 5-6 tahun dalam Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 5-6 tahun meliputi: 1) melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan. 2) melakukan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam 3) melakukan permainan fisik dengan aturan 4) terampil menggunakan tangan kanan dan kiri 5) melakukan kegiatan kebersihan diri.

Yudiwinata dan Handoyo mengungkapkan bahwa permainan tradisional lebih mengembangkan kemampuan kerjasama, sportifitas, kemampuan membangun strategi, serta ketangkasan (lari, loncat, keseimbangan) dan karakternya (Yudiwinata & Handoyo, 2014). Ekawati mengungkapkan bahwa permainan tradisional mengembangkan kecerdasan intrapersonal anak (Saputra & Ekawati, 2017). Sisi lain, meskipun manfaat permainan tradisional sangat baik bagi aspek fisik motorik anak, banyak orang yang tidak menyadari dan mengetahui pentingnya permainan tradisional. Permasalahan yang ditemui dilapangan banyak permainan tradisional yang tidak lagi dimainkan oleh anak-anak. Sebagai upaya dalam memperkenalkan permainan tradisional ini perlu kiranya untuk mengidentifikasi juga terkait manfaat dari permainan tradisional.

Permainan tradisional yang dimainkan oleh anak-anak memiliki banyak manfaat. Terutama permainan-permainan yang dilakukan di luar rumah. Permainan yang masih dilakukan anak-anak sampai saat ini antara lain pece, congklak, dan ucing-ucingan. Akan tetapi dalam penerapannya masyarakat belum memahami secara menyeluruh terkait manfaat permainan tradisional terhadap tumbuh kembang anak. Indikasi seperti ini mengharuskan adanya upaya untuk penelitian yang mengarah pada jenis permainan yang bermanfaat bagi tumbuh kembang pada anak.

Permainan tradisional yang dilaksanakan di luar ruangan sangat banyak. Akan tetapi permainan tradisional relatif sudah sangat jarang dilakukan oleh anak-anak. Oleh karena itu sangatlah penting untuk dilakukan penelitian yang mengacu pada manfaat permainan tradisional untuk tumbuh kembang anak. Permainan tradisional syarat dengan berbagai komponen pengembangan jasmani dan rohani anak. Pengembangan jasmani mulai dari perkembangan pertumbuhan anak, perkembangan kemampuan gerak anak. Perkembangan rohani mulai perkembangan mental, sosial, dan emosional. Dengan demikian maka diperlukan adanya penggalian kembali potensi dari permainan tradisional dalam bentuk penelitian tentang manfaat permainan tradisional.

METODE

Pelaksanaan penelitian akan dilakukan selama 4 – 6 bulan. Pelaksanaannya akan dimulai pada bulan Februari sampai dengan bulan Juli tahun 2021. Tempat penelitian ini akan dilakukan di seluruh kecamatan di Kota Tasikmalaya yang berjumlah 10 kecamatan.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yakni metode studi kasus atau case study. Studi kasus atau case study merupakan rancangan penelitian yang ditemukan di banyak bidang, khususnya evaluasi, dimana peneliti mengembangkan analisis mendalam atas suatu kasus, sering kali program, peristiwa, aktivitas, proses, atau satu individu atau lebih. Kasus-kasus dibatasi oleh waktu dan aktivitas, dan peneliti mengumpulkan informasi secara lengkap dengan menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data berdasarkan waktu yang telah ditentukan (Stake, 1995 dalam Creswell, 2016).

Partisipan merupakan komponen pendukung yang terlibat dalam proses pelaksanaan penelitian. Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini diantaranya peneliti sendiri sebagai observer dan partisipan yang berjumlah sepuluh orang dari masing-masing kecamatan dan satu orang dari dinas yang membidangi kebudayaan serta satu orang dari dinas yang membidangi olahraga. Partisipan yang berjumlah delapan orang merupakan anak usia 2 – 6 tahun. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara cross sectional sampling.

Penelitian ini menjadikan peneliti sebagai instrumennya dengan mengikuti panduan yang sudah ditetapkan. Adapun instrumen yang dipergunakan terdiri dari dua buah panduan yaitu panduan untuk kelompok usia 2 – 6 tahun dan panduan untuk dinas baik untuk yang membidangi kebudayaan maupun yang membidangi keolahragaan.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, sehingga teknik pengumpulan data pada penelitian ini yakni wawancara dan dokumentasi. Arikunto berpendapat bahwa wawancara atau kuisioner lisan adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara untuk

memperoleh informasi dari narasumber (Muhlisian, 2013). Wawancara berdasarkan pelaksanaannya dibagi menjadi tiga jenis yaitu:

- a. *Interviu bebas (Inguided Interview)*, yaitu pewawancara bebas menanyakan apa saja, tetapi juga mengingat akan data apa yang dikumpulkan. Dalam pelaksanaannya pewawancara tidak membawa pedoman wawancara.
- b. *Interviu terpimpin (Guided Interview)*, wawancara yang dilakukan dengan membawa sederetan pertanyaan lengkap dan terperinci seperti yang dimaksud dalam *interviu terstruktur*.
- c. *Interviu bebas terpimpin*, merupakan kombinasi antara *interviu bebas* dan *interviu terpimpin*.

Pada penelitian ini, wawancara dilakukan untuk memperkuat data yang telah didapatkan dengan metode *interviu bebas terpimpin*.

Setiawan mendefinisikan dokumentasi merupakan pelengkap dari penggunaan metode *observasi partisipan* dan wawancara dalam penelitian kualitatif (Setiawan, 2013). Dokumentasi dilakukan untuk mendukung dan menunjang teknik *observasi partisipan* dan wawancara dalam pengumpulan data tersebut. Adapun dokumentasi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. *Rekaman*
Peneliti menggunakan alat bantu recorder untuk merekam wawancara dengan narasumber dan informan. Rekaman merupakan bukti audio dalam pengumpulan data yang digunakan sebagai pendukung dan penguat data yang telah diambil oleh peneliti.
- b. *Foto-foto penelitian*
Peneliti akan mengambil foto yang berhubungan dengan aktivitas narasumber sebagai deskripsi untuk memperkuat data-data yang telah diperoleh dari wawancara.

Analisis data adalah mengubah data mentah menjadi data yang bermakna dan mengarah pada kesimpulan (Arikunto, 2010 dalam Utami, 2014). Data penelitian ini diperoleh dari hasil wawancara dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan cara mengorganisasi data yang diperoleh kedalam sebuah kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, menganalisis data yang penting dalam bentuk laporan, dan membuat kesimpulan agar mudah untuk dipahami.

Teknik analisis data menggunakan model interaktif dari Miles dan Huberman. Aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus-menerus hingga datanya sudah jenuh. Adapun model interaktif yang dimaksud sebagai berikut:

- a. *Reduksi Data*
- b. *Penyajian Data*
- c. *Penarikan Kesimpulan atau Verifikasi*

HASIL

Permainan tradisional memiliki beberapa keunggulan yaitu diantaranya Beberapa keunggulan permainan 1) mereka tidak membutuhkan biaya yang banyak, 2) meningkatkan kreativitas anak, 3) mereka mengembangkan kecerdasan sosial dan emosional anak-anak, 4) anak-anak semakin mengenal alam, 5) mereka membantu untuk mengajarkan nilai-nilai, 6) mereka

mengembangkan keterampilan motorik halus dan kasar anak-anak, 7) meningkatkan kesehatan anak dalam hal stamina fisik dan mental, 8) mereka mengoptimalkan kemampuan kognitif anak, 9) mereka menciptakan suasana kenikmatan, 10) mereka dapat digunakan dengan anak-anak dari berbagai usia, 11) mereka dapat membantu mengembangkan rasa seni dan keindahan (Rombot, 2017).

Pada saat anak diberikan stimulasi melalui permainan tradisional anak mampu merubah arah posisi dengan cepat dan tepat. Kecepatan dibagi menjadi dua kecepatan reaksi dan gerak, kecepatan reaksi merupakan kemampuan seseorang dalam menjawab suatu rangsang dalam waktu sesingkat mungkin. Ketika anak bermain permainan tradisional anak akan mampu merespon secara cepat stimulus yang telah diberikan guru. Keseimbangan adalah keterampilan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi, dalam tulisan ini kemampuan anak dalam mempertahankan posisi melompat sambil berpindah-pindah tempat dengan kombinasi gerak kaki yang bervariasi sudah dapat dikatakan baik.

Jenis-jenis permainan Tradisional antara lain sebagai berikut:

- a. Engklek, congklak, lompat tali, dan tebak-tebakan. Permainan ini selain membantu mengembangkan logika dan fisik anak seperti: berhitung dan dapat juga mengembangkan kemampuan fisik dan bersosialisasi anak.
- b. Permainan petak umpet, gobak sodor, dan benteng-bentengan. Permainan ini bisa dikategorikan ke dalam permainan yang bersifat Olah Raga.
- c. Mobil-mobilan, egrang, bola sodok sepak. Jenis permainan ini akan membantu perkembangan kecerdasan natural anak karena anak diajak untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

Melihat pada jenis-jenis permainan tradisional diatas, dapat dilihat bahwa seluruh jenis permainan menggunakan aktifitas fisik. Hal ini menandakan bahwa permainan tradisional dapat mengembangkan perkembangan fisik motorik dan dapat digunakan sebagai media pembelajaran khususnya anak usia dini.

PEMBAHASAN

Dengan kehadiran teknologi pada zaman sekarang membuat salah satu warisan budaya menjadi pudar. Salah satu warisan budaya yang perlu dilestarikan keberadaannya ialah permainan tradisional. Tidak banyak orang tahu bahwa permainan tradisional memiliki banyak manfaat. Selain itu, permainan tradisional juga memiliki unsur edukatif yang mampu membawa manfaat bagi perkembangan anak.

Tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah aktivitas fisik yang dilakukan. Tumbuh kembang setiap anak berbeda-beda, tergantung dari aktivitas, makanan serta lingkungan yang mendukung yang ada disekitarnya. Kehidupan sosial anak juga sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak, contohnya ketika mereka bermain dan berinteraksi dengan teman sebayanya.

Permainan tradisional berkembang dari kebiasaan masyarakat tertentu yang kemudian menjadi bentuk kegiatan permainan dan olahraga. Pada

perkembangan selanjutnya permainan tradisional dijadikan sebagai jenis permainan yang memiliki ciri kedaerahan asli yang disesuaikan dengan budaya daerah setempat. Permainan tradisional ini yang sering dimainkan anak-anak mulai dari lingkungan sekitar rumah sampai lingkungan sekolah. Dengan demikian permainan tradisional sangat penting dijaga dan dilestarikan keberadaannya mengingat pentingnya manfaat dari permainan tradisional itu sendiri dan nilai-nilai budaya yang terdapat didalamnya.

Banyak permainan tradisional yang memiliki manfaat untuk meningkatkan tumbuh kembang anak, khususnya permainan tradisional yang dilakukan dengan aktivitas fisik tertentu. Yudiwinata dan Handoyo mengungkapkan bahwa permainan tradisional lebih mengembangkan kemampuan kerjasama, sportifitas, kemampuan membangun strategi, serta ketangkasan (lari, loncat, keseimbangan) dan karakternya (Yudiwinata & Handoyo, 2014). Dengan berkembangnya kemampuan-kemampuan tersebut ketika anak bermain permainan tradisional, maka tumbuh kembang anak pun akan berkembang dan mengalami peningkatan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Permainan tradisional harus dilestarikan karena merupakan budaya bangsa dan warisan nenek moyang yang penuh dengan arti dan manfaat yang dapat diperoleh dari permainan tradisional tersebut. Permainan tradisional bukan semata-mata permainan saja, akan tetapi terdapat nilai dan unsur budaya yang melekat di dalamnya.

Permainan tradisional memiliki banyak manfaat, salah satunya perkembangan fisik motorik. Dengan begitu permainan tradisional dapat diterapkan di dunia pendidikan maupun dalam kehidupan sehari-hari sebagai hiburan dan media pembelajaran.

DAFTAR RUJUKAN

- Creswell, Jhon W. 2016. *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Muhlisian, A. A. 2013. *Analisis Kesalahan Terjemahan Bahasa Jepang Yang Terdapat Dalam Karya Ilmiah Mahasiswa S2*. Unpublished Dissertation. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Muslihin, H. Y., Respati, R., Shobihi, I., & Shafira, S. A. 2021. Kajian Historis dan Identifikasi Kepunahan Permainan Tradisional. *Jurnal Sosial Budaya*, 18(1). <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/SosialBudaya/article/view/11787>
- Rombot, O. (2017). *Penerapan permainan tradisional untuk mengembangkan keterampilan sosial dan motorik kasar anak usia 4-5 tahun : penelitian tindakan kelas TK B HHK Gem*. Unpublished Dissertation. Tangerang: Universitas Pelita Harapan.
- Saputra, N. E., & Ekawati, Y. N. 2017. Meningkatkan Kemampuan Dasar Anak Tradisional Games in Improving Children ' S Basic Abilities. *Jurnal Psikologi Jambi*, 2(2), 48–53.
- Saputra, S. Y. 2017. Permainan Tradisional vs Permainan Modern dalam Penanaman Nilai Karakter di Sekolah Dasar. *ESEJ (Elementary School Education Journal)*, 1(1), 1–7. Retrieved from <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/pgsd/article/view/873>
- Setiawan, A. 2013. Pengaruh Disiplin Kerja Dan Motivasi Terhadap Kinerja

- Karyawan Pada Rumah Sakit Umum Daerah Kanjuruhan Malang. *Jurnal Ilmu Manajemen*. Vol 1, No 4.
- Tedjasaputra, M. 2007. *Bermain, Mainan, dan Permainan*. Jakarta: Penerbit Grasind.
- Utami, A. 2014. Pengaruh Nilai Pelanggan dan Kualitas Pelayanan Terhadap Kepuasan Pelanggan (Studi Kasus pada Penumpang K.A Kaligung Mas di Stasiun Poncol Semarang). *Jurnal Undip*. Vol.1 No. 2.
- Yudiwinata, H. P., & Handoyo, P. (2014). Permainan Tradisional dalam Budaya dan Perkembangan Anak. *Jurnal Paradigma*, 02, 1–5.