



EFEKTIFITAS PERMAINAN TRADISIONAL ENKLEK DALAM MENINGKATKAN MOTORIK KASAR ANAK

Desi Ismawati*, Ismawati, Dwi Aminatus Saadah
Pendidikan Islam Pendidikan Anak Usia Dini, STAI Al Mujtama, Indonesia
Corresponding author: desi22@stai-almujtama.ac.id

ABSTRAK

Perkembangan motorik kasar anak sangat penting dalam mendukung aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Namun, kemajuan teknologi sering mengurangi aktivitas fisik anak, yang berdampak pada menurunnya stimulasi perkembangan motorik mereka. Salah satu alternatif yang efektif adalah permainan tradisional, seperti engklek, yang dapat melatih keseimbangan, koordinasi, serta kekuatan otot anak. Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan menganalisis 12 artikel ilmiah yang relevan, yang diterbitkan dalam lima tahun terakhir. Kajian ini bertujuan untuk menggali kontribusi permainan engklek terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini serta menyusun sintesis teoretis yang mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan engklek memberikan dampak positif dalam meningkatkan keseimbangan, ketangkasan, daya tahan fisik, serta perkembangan sosial-emosional anak. Permainan ini memiliki potensi besar sebagai media pembelajaran yang efektif untuk mendukung pengembangan motorik kasar. Namun, implementasi permainan engklek masih menghadapi tantangan, seperti keterbatasan fasilitas dan pemahaman pendidik. Oleh karena itu, diperlukan upaya pelestarian dan integrasi permainan engklek dalam pembelajaran anak usia dini untuk mengoptimalkan manfaatnya.

Kata Kunci: permainan engklek; metode efektif; motorik kasar

ABSTRACT

Gross motor development in children plays a crucial role in their physical, cognitive, social, and emotional growth. However, technological advancements have led to reduced physical activity and decreased environmental stimulation, which are essential for motor development. One effective method to stimulate gross motor skills is through traditional games, such as engklek, which enhance balance, coordination, and muscle strength. This study aims to analyze the effectiveness of engklek in improving children's gross motor skills. The method used is a literature review of 12 related journals. The findings indicate that engklek significantly improves children's balance, agility, and physical endurance while also positively impacting their social-emotional development. Therefore, engklek has the potential to be integrated into learning methods to support gross motor skill development in children. However, its implementation faces challenges such as limited facilities and a lack of educators' understanding of its use as a learning medium. Thus, efforts are needed to preserve and incorporate engklek into early childhood education to optimize children's gross motor development.

Keywords: engklek; effective method; gross-motor skills

PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak merupakan tahap yang sangat penting dalam perkembangan manusia. Pada periode ini, terjadi pertumbuhan pesat di berbagai aspek, termasuk fisik, kognitif, sosial-emosional, dan motorik. National Association for the Education of Young Children (NAEYC) menegaskan bahwa anak usia dini, yaitu 0-8 tahun, berada dalam fase kritis perkembangan. Oleh karena itu, mereka memerlukan stimulasi yang optimal untuk mempersiapkan diri menghadapi tantangan di masa depan (Susanto, 2017). Ketika perkembangan anak berlangsung dengan baik, mereka akan lebih mudah beradaptasi dalam lingkungan sosial, memiliki daya kreativitas yang tinggi, serta mengembangkan keterampilan motorik yang mendukung aktivitas sehari-hari (Madyawati et al., 2021).

Salah satu aspek perkembangan yang memiliki pengaruh besar terhadap kehidupan anak adalah motorik kasar. Motorik kasar mencakup gerakan tubuh yang melibatkan

otot-otot besar, seperti berlari, melompat, dan memanjat. Jika perkembangan motorik kasar tidak optimal, anak akan mengalami berbagai kendala dalam beradaptasi dengan lingkungannya, sulit mengenali ruang di sekitarnya, dan mungkin mengalami hambatan dalam bersosialisasi. Selain itu, gangguan motorik kasar juga dapat berdampak pada kurangnya minat anak dalam belajar, meningkatkan risiko keterlambatan mental, serta menghambat koordinasi tubuh. Anak-anak yang mengalami gangguan motorik kasar sering kali mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, merasa rendah diri, serta cenderung mengalami kecemburuan terhadap teman sebaya karena keterbatasan fisik yang mereka hadapi. Rasa malu dan kekecewaan yang muncul akibat kondisi ini dapat berujung pada gangguan psikologis yang lebih serius (Anandhita, 2017).

Menurut Hurlock (2006), keterampilan motorik juga memiliki peran penting dalam berbagai aspek kehidupan anak, seperti keterampilan bantu diri (*self-help skills*), keterampilan bantu sosial, keterampilan bermain, serta keterampilan di lingkungan sekolah. Untuk mencapai kemandirian, anak perlu mengembangkan keterampilan motorik yang memungkinkan mereka melakukan berbagai aktivitas secara mandiri. Semakin baik keterampilan motorik yang dimiliki anak, semakin baik pula kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri secara sosial. Sebaliknya, gangguan sensori motorik akan menghambat kemampuan anak dalam mengenali lingkungannya, yang pada akhirnya akan menyulitkan mereka untuk diterima di lingkungan sosialnya.

Penelitian menunjukkan bahwa keterlambatan perkembangan motorik kasar pada anak usia dini merupakan masalah kesehatan yang cukup serius. Di Indonesia, angka kejadian keterlambatan motorik kasar mencapai 29,3% di daerah pedesaan dan 18,7% di perkotaan (Nardina, 2021). Secara global, lebih dari 80% anak usia dini tidak memenuhi standar aktivitas fisik harian yang direkomendasikan, yaitu minimal 60 menit per hari (World Health Organization, 2020). Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2017) juga menunjukkan bahwa 40% anak Indonesia mengalami keterlambatan perkembangan motorik kasar akibat kurangnya aktivitas fisik. Masalah ini juga terjadi di berbagai negara lain, dengan angka kejadian sebesar 23,5% secara global, 12-16% di Amerika Serikat, 24% di Thailand, 22% di Argentina, dan 13-18% di Indonesia (UNICEF, 2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mencatat bahwa dari 4.902.456 anak usia 1-5 tahun di Indonesia, 16,6% mengalami perkembangan fisik yang tidak sesuai dengan usia mereka. Sementara itu, di Provinsi Aceh pada tahun 2020, dari 154.111 anak usia 1-5 tahun, sebanyak 2,2% mengalami keterlambatan perkembangan fisik (Dinkes Provinsi Aceh, 2020).

Salah satu faktor utama yang menyebabkan keterlambatan perkembangan motorik kasar pada anak adalah pesatnya perkembangan teknologi. Saat ini, banyak anak lebih memilih menghabiskan waktu di depan layar gawai, seperti ponsel, tablet, atau laptop, daripada bermain di luar rumah dan melakukan aktivitas fisik (Mulyana, 2019). Fenomena ini semakin diperparah dengan kemudahan akses internet dan berkembangnya media sosial serta permainan digital yang membuat anak-anak menjadi lebih pasif secara fisik. Santosa dalam penelitiannya menyebutkan bahwa Indonesia merupakan salah satu negara dengan jumlah pengguna internet tertinggi di Asia Tenggara berdasarkan survei Data Global Web Index. Ketergantungan terhadap teknologi ini tidak hanya berdampak pada kurangnya aktivitas fisik anak, tetapi juga mengurangi interaksi sosial mereka dengan teman sebaya, yang berpotensi menghambat perkembangan sosial-emosional mereka. Selain teknologi, faktor lain yang berkontribusi terhadap gangguan perkembangan motorik kasar adalah kurangnya pengetahuan orang tua, pola asuh yang tidak mendukung, serta keterbatasan lingkungan tempat tinggal dalam menyediakan ruang bagi anak untuk bergerak bebas. Oleh karena

itu, diperlukan strategi yang efektif untuk meningkatkan aktivitas motorik kasar anak guna mencegah dampak negatif akibat kurangnya gerakan fisik. Lingkungan yang mendukung aktivitas fisik sangat berperan dalam perkembangan motorik anak. Kegiatan di luar ruangan merupakan pilihan yang sangat baik karena dapat membantu menstimulasi perkembangan otot dan koordinasi tubuh. Ruang bermain yang luas memungkinkan anak untuk berlari, melompat, serta menggerakkan seluruh tubuhnya dengan bebas. Selain itu, peralatan bermain yang sesuai juga dapat mendorong anak untuk lebih aktif bergerak (Sulistyaningtyas & Fauziah, 2019).

Salah satu solusi yang dapat diterapkan adalah melalui permainan tradisional. Permainan tradisional tidak hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga merupakan media yang efektif untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak. Salah satu permainan yang terbukti memberikan dampak positif terhadap perkembangan fisik anak adalah engklek. Dalam permainan ini, anak harus melompat dengan satu kaki secara bergantian di dalam kotak-kotak yang telah digambar di tanah. Aktivitas ini melatih keseimbangan, koordinasi tubuh, serta memperkuat otot kaki dan inti tubuh (Apriani, 2013). Selain berperan dalam mendukung perkembangan motorik kasar, permainan engklek juga memiliki nilai budaya Indonesia yang penting untuk dilestarikan. Sayangnya, perkembangan teknologi dan globalisasi telah menyebabkan permainan tradisional semakin tersisih secara perlahan oleh permainan berbasis digital. Survei yang dilakukan oleh Komunitas Traditional Games Return (TGR) mengungkapkan bahwa lebih dari 70% anak di kota-kota besar di Indonesia tidak lagi mengenal atau memainkan permainan tradisional (Susanti, 2020). Padahal, permainan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga mengandung nilai-nilai sosial seperti kerja sama, kesabaran, serta kedisiplinan (Hidayat, 2020). Oleh karena itu, melestarikan permainan tradisional seperti engklek bukan hanya upaya untuk mempertahankan warisan budaya, tetapi juga sebagai bagian dari metode stimulasi perkembangan anak secara holistik.

Dengan memahami pentingnya perkembangan motorik kasar bagi anak, diperlukan kesadaran untuk menerapkan strategi yang tepat agar anak mendapatkan stimulasi yang cukup. Berdasarkan paparan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas permainan tradisional engklek dalam mengoptimalkan dan menjaga optimalisasi perkembangan motorik kasar anak. Diharapkan bahwa permainan ini dapat diterapkan sebagai metode stimulasi yang efektif dalam pendidikan anak, sekaligus berkontribusi dalam melestarikan warisan budaya bangsa. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang telah meneliti engklek dalam konteks peningkatan kemampuan motorik kasar secara praktik lapangan, kajian ini menggunakan pendekatan literatur revidu terhadap 12 jurnal ilmiah terbaru dan relevan untuk menelusuri integrasi permainan engklek ke dalam strategi pembelajaran PAUD secara konseptual dan teoritis. Pendekatan ini memberikan kontribusi ilmiah berupa sintesis pengetahuan yang dapat dijadikan dasar pengembangan model pembelajaran PAUD berbasis budaya lokal secara akademis dan aplikatif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *literature review*, sebagaimana dijelaskan oleh Snyder (2019) bahwa metode ini digunakan untuk memperoleh inti sari dari penelitian sebelumnya serta menganalisis berbagai pendapat ahli yang tertuang dalam teks tertulis. Fokus kajian ini adalah untuk mengetahui efektivitas permainan tradisional engklek pada perkembangan motorik kasar anak. Metode *literature review* memungkinkan akses terhadap berbagai sumber, seperti buku, internet, dokumentasi, dan situs web resmi. Artikel yang digunakan diperoleh melalui pencarian di Google Scholar,

ResearchGate, dan situs web akademik dengan kata kunci “permainan tradisional Engklek” dan “motorik kasar anak.”

Proses penelitian dilakukan mengikuti tahapan yang dikemukakan oleh Snyder (2019), yaitu: (1) Perancangan tinjauan dengan menentukan ruang lingkup penelitian, mengidentifikasi teori yang relevan tentang perkembangan motorik kasar anak usia dini, serta menelaah kajian sebelumnya mengenai permainan tradisional, khususnya engklek; (2) Pelaksanaan tinjauan dengan mengumpulkan dan mengevaluasi literatur dari sumber terpercaya, termasuk jurnal ilmiah, buku akademik, dan penelitian terdahulu yang membahas hubungan antara permainan engklek dan keterampilan motorik kasar anak; (3) Analisis mengkritisi dan menyintesis temuan dari berbagai sumber untuk mengidentifikasi pola, kesenjangan penelitian, serta kontribusi engklek terhadap keseimbangan, koordinasi, dan kekuatan fisik anak; dan (4) Penulisan tinjauan hasil analisis secara sistematis sehingga menghasilkan tinjauan pustaka yang komprehensif, dengan mengaitkan permainan engklek sebagai intervensi potensial untuk meningkatkan motorik kasar anak usia dini. Pendekatan ini menjadikan tinjauan pustaka sebagai landasan teoretis yang kuat, sekaligus memperkaya pemahaman tentang peran permainan tradisional dalam perkembangan anak. Penelitian ini menggunakan 12 artikel dari penelitian yang diterbitkan dalam lima tahun terakhir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagai salah satu warisan budaya yang kaya akan nilai edukatif, permainan tradisional engklek memiliki peran yang signifikan dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak usia dini. Permainan tradisional engklek telah terbukti efektif dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar anak usia dini berdasarkan berbagai penelitian yang telah dilakukan. Berdasarkan kajian literatur dari 12 jurnal yang telah dirangkum, ditemukan bahwa permainan engklek memberikan berbagai manfaat bagi anak usia dini, peningkatan keseimbangan dan koordinasi: Penelitian oleh Pratiwi & Kristanto (2014) menunjukkan bahwa anak yang rutin bermain engklek mengalami peningkatan yang signifikan dalam keseimbangan tubuh dan koordinasi motorik mereka. Analisis literatur menunjukkan bahwa engklek secara konsisten meningkatkan aspek-aspek motorik kasar seperti keseimbangan, koordinasi, ketangkasan dan kekuatan otot pada anak usia dini kajian empiris. Keefektifan permainan ini berakar pada sifatnya yang menuntut keterlibatan aktif anak dalam aktivitas fisik yang terstruktur dan menyenangkan. Adapun artikel-artikel yang menjadi bahan kajian sebagai berikut.

Tabel 1. Kajian Literatur Metode *Research & Development*

Judul	Penulis	Sumber	Reviu
Pengembangan Permainan Engklek untuk Pengembangan Motorik Kasar TKMNU 295 Roudlotun Nafilah Griya Peganden Asri	Pratiwi, R. S. (2021).	Google Scholar	Penelitian ini mengembangkan media pembelajaran engklek “Jamur Ajaib”. Hasil validasi menunjukkan bahwa media ini memperoleh kategori "Baik" dengan persentase kelayakan 75%, respons anak 71,79%, orang tua 66,92%, serta guru dan kepala sekolah 60%, sehingga dinyatakan layak digunakan untuk perkembangan motorik kasar anak.

Tabel 2. Kajian Literatur Metode Deskriptif Kualitatif

Judul	Penulis	Sumber	Reviu
-------	---------	--------	-------

Permainan Engklek dalam Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di RA Al-hikmah Kecamatan Medan Denai	Muslimah, I., Lubis, R., & Humaidah, H. (2018).	Google Scholar	Penelitian ini menemukan bahwa permainan engklek telah diterapkan secara efektif sesuai perencanaan, serta mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaannya di RA Al-hikmah Kecamatan Medan Denai.
Implementasi Model ATIK dalam Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Permainan Engklek di TKIT Bunga Mufiidah	Anggrayni, R., Lenny, L., & Risman V. (2023)	Google Scholar	Hasil penelitian menunjukkan bahwa model ATIK pada permainan engklek mampu meningkatkan keterampilan berlari, melompat, berjingkrak, melempar, serta koordinasi mata dan tangan, sehingga gerakan mereka menjadi lebih terarah dan terkoordinasi.
Penerapan Permainan Engklek dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia Dini di TK Arhadar	Anggraeni, R., & Kurnia, S. D. (2022)	Google Scholar	Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan engklek sangat efektif dalam mengembangkan motorik kasar anak, dengan guru berperan dalam memberikan arahan dan kesempatan bermain pada anak.
Menstimulus Keterampilan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Tradisional Engklek di Kelompok B TK Armawiyah 1	Yusuf, R. N., Qomariah, D. N., & Hamidah, S. (2022).	Google Scholar	Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan gerak sederhana, metode tepukan arah, lompat "parit" dan garis zig-zag, serta gerakan melempar gacok ke depan merupakan cara yang terbukti efektif dalam menstimulus keterampilan motorik kasar anak.
Implementasi Model ATIK dalam Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar dengan Kegiatan Bermain Engklek di TK IT Al-Mufid	Masriah, Nuraini, A., Sugiarti, S., Soleha, S., & Watini, S. (2023)	Google Scholar	Hasil penelitian menunjukkan bahwa model ATIK pada permainan engklek mampu meningkatkan motorik kasar, keterampilan bermain sesuai aturan, dan keseimbangan anak.
Manfaat Permainan Tradisional Engklek dalam Aspek Motorik Kasar Anak	Indriyani, D., Muslihin, H. Y., & Mulyadi, S. (2021).	Google Scholar	Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan engklek bermanfaat bagi perkembangan motorik kasar anak, khususnya koordinasi visual-motorik.

Tabel 3. Kajian Literatur Metode Kuantitatif

Judul	Penulis	Sumber	Reviu
-------	---------	--------	-------

Keefektifan Permainan Engklek dalam Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini	Wiranti, D. A., & Mawarti, D. A. (2018)	Google Scholar	Pada <i>pre-test</i> , 29% anak belum bisa melompat satu kaki, 42% masih membutuhkan bantuan, 8% bisa melompat tanpa bantuan, dan 21% sudah lancar. Saat <i>post-test</i> , seluruh anak mampu melompat, dengan 37% masih membutuhkan bantuan, 13% bisa tanpa bantuan, dan 50% sudah lancar. Temuan ini membuktikan bahwa permainan engklek efektif dalam meningkatkan motorik kasar anak usia dini.
Efektivitas Permainan Engklek Modifikasi untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok A di TK Cahaya Maulida II Desa Panjalin Lor Sumberjaya-Majalengka	Suzana, Umayah, & Zulhida, R. (2021).	Google Scholar	Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan ($\text{sig } 0,000 < 0,05$) dalam kemampuan motorik kasar anak. Sebelum bermain engklek modifikasi, kemampuan motorik kasar anak tergolong cukup tinggi, kemudian meningkat menjadi sangat tinggi, dengan perbedaan pada kategori sedang.
Pengaruh Permainan Tradisional Engklek terhadap Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun	Sari, B. F., & Raihana. (2021).	Google Scholar	Hasil uji Wilcoxon Signed Ranks menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,03, lebih kecil dari 0,05, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima. Hasil ini membuktikan bahwa permainan Engklek berpengaruh positif terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun.

Tabel 4. Kajian Literatur Metode Studi Kasus Kualitatif

Judul	Penulis	Sumber	Reviu
Permainan Tradisional Engklek dalam Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia Dini	Darmawati, N. B., & Widayarsi, C. (2022).	Google Scholar	Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan engklek efektif dalam mengembangkan indikator perkembangan meliputi peningkatan keseimbangan tubuh, kemampuan menjaga kekuatan saat bermain, serta kelincahan dalam melakukan gerakan.

Tabel 5. Kajian Literatur Metode Studi Pustaka

Judul	Penulis	Sumber	Reviu
-------	---------	--------	-------

Penerapan Permainan Engklek <i>Fruit</i> sebagai Stimulasi Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini	Sam, F. K., Pramono, & Astuti, W. (2021).	Google Scholar	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan permainan engklek <i>Fruit</i> sebagai stimulasi kemampuan motorik kasar anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan Engklek <i>Fruit</i> dapat membantu mereka dalam mengendalikan tubuh, membaca gerak, serta meningkatkan ketangkasan dan kelincahan dalam melakukan aktivitas fisik.
---	---	----------------	---

Permainan engklek dimainkan oleh dua hingga lima orang anak dengan cara menggambar beberapa petak di tanah yang harus dilompati pemain menggunakan satu kaki. Setiap pemain harus melempar sebuah benda kecil, seperti batu atau pecahan genting (*gacuk*), ke dalam salah satu petak dan kemudian melompati petak-petak tersebut dengan satu kaki tanpa menginjak garis atau kehilangan keseimbangan. Pemain yang berhasil menyelesaikan semua petak akan memenangkan permainan. Setiap gerakan dalam permainan engklek memiliki keterkaitan erat dengan perkembangan anak. Aktivitas melompat dengan satu kaki melatih keseimbangan dan koordinasi tubuh (Indriyani et al., 2021) Saat anak melempar dan menangkap *gacuk*, mereka mengembangkan keterampilan manipulatif serta koordinasi mata-tangan yang esensial dalam perkembangan motorik halus (Kaoci et al., 2021). Selain itu, gerakan berpindah dari satu petak ke petak lainnya menstimulasi daya tahan fisik serta meningkatkan kelincahan anak (Pratiwi & Kristanto, 2015). Semua elemen ini berkontribusi pada peningkatan keterampilan motorik kasar yang menjadi fondasi penting bagi aktivitas fisik lebih kompleks di kemudian hari.

Efektivitas permainan engklek dalam mengembangkan psikomotorik kasar anak telah dibuktikan melalui berbagai penelitian. Firmansyah, (2019) mencatat bahwa permainan engklek memberikan stimulus yang optimal bagi anak dalam meningkatkan koordinasi gerakan tubuh, sehingga menjadi strategi yang ideal dalam pembelajaran gerak dasar. Selain manfaat fisik, permainan engklek juga memiliki dampak positif terhadap perkembangan sosial-emosional anak. juga Yusuf et al., (2022) mengungkapkan bahwa permainan ini mengajarkan nilai-nilai kerja sama, disiplin, serta kemampuan mengikuti aturan. Anak-anak belajar mengontrol gerakan mereka dan meningkatkan daya konsentrasi, yang berkontribusi pada peningkatan fungsi kognitif mereka. Lebih lanjut, World Health Organisation (WHO) (2020) menekankan bahwa permainan berbasis gerak seperti engklek sangat direkomendasikan sebagai aktivitas fisik untuk meningkatkan perkembangan holistik anak usia dini.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada keterampilan motorik kasar anak setelah diberikan perlakuan melalui permainan engklek. Misalnya, penelitian oleh Wiranti & Mawarti (2018) menggunakan desain eksperimen *one group pretest-posttest* yang menunjukkan peningkatan rata-rata skor dari 15,00 pada *pre-test* menjadi 20,25 pada *post-test*, dengan nilai signifikansi dalam keterampilan motorik kasar anak setelah diberikan intervensi berbasis permainan engklek. Temuan ini diperkuat oleh penelitian lain yang mengungkapkan bahwa permainan engklek secara signifikan mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Penelitian oleh Pratiwi (2021) menemukan bahwa permainan engklek "Jamur Ajaib" memperoleh persentase kelayakan sebesar 75% berdasarkan evaluasi dari anak, orang tua, dan guru,

yang menunjukkan bahwa permainan ini layak digunakan untuk meningkatkan motorik kasar anak, meningkatkan koordinasi gerakan tubuh anak, terutama dalam aspek keseimbangan dinamis.

Peningkatan keterampilan motorik kasar (Indriyani et al., 2021) mengungkapkan bahwa permainan engklek berperan dalam meningkatkan ketangkasan, refleks, dan keterampilan motorik kasar secara umum. Hal ini didukung oleh penelitian Firmansyah (2019) yang menyatakan bahwa modifikasi permainan engklek dapat meningkatkan keterampilan dasar melompat pada anak sekolah dasar. Efektivitas dalam pembelajaran berbasis gerak menunjukkan bahwa modifikasi permainan engklek dalam pembelajaran anak usia dini dapat meningkatkan minat belajar dan partisipasi aktif anak di kelas. Modifikasi tersebut berbentuk variasi pola lompatan dan penggunaan alat bantu dapat lebih meningkatkan kemampuan motorik anak secara efektif. Engklek berkontribusi dalam penguatan otot kaki, keseimbangan tubuh, serta koordinasi mata dan tangan, yang merupakan aspek fundamental dalam perkembangan motorik kasar anak. Menurut Sam et al. (2021), penerapan permainan engklek dalam model pembelajaran berbasis permainan tradisional menunjukkan bahwa anak yang berpartisipasi mengalami perkembangan motorik yang lebih baik dibandingkan anak yang tidak memperoleh stimulasi melalui permainan ini. Kaoci et al., (2021) dalam tulisannya menuturkan bahwa permainan engklek memiliki dampak sosial dan emosional yakni permainan engklek juga mengajarkan anak-anak keterampilan sosial seperti kerja sama, kesabaran, dan mengikuti aturan permainan. Dengan demikian, permainan engklek dapat menjadi salah satu alternatif dalam mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak usia dini.

Beberapa faktor yang mendukung efektivitas permainan engklek antara lain meliputi kemudahan dalam implementasi dan minat anak yang tinggi terhadap aktivitas yang bersifat permainan kelompok. Namun, terdapat pula faktor penghambat seperti keterbatasan fasilitas bermain dan kurangnya pengetahuan guru dalam memanfaatkan permainan tradisional sebagai media pembelajaran (Muslimah et al., 2018). Selain itu, penelitian oleh Sari (2021) menunjukkan bahwa meskipun permainan engklek memberikan dampak positif pada perkembangan fisik motorik anak, implementasinya masih menghadapi tantangan seperti kurangnya pemahaman orang tua dalam mendukung aktivitas ini di rumah. Efektivitas permainan engklek dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar tidak terlepas dari faktor pendukung dan penghambat dalam implementasinya. Faktor pendukung utama mencakup kemudahan dalam pelaksanaan, minimnya kebutuhan akan peralatan khusus, serta tingginya minat anak dalam aktivitas permainan berbasis gerak. Yusuf et al. (2022) mengemukakan bahwa permainan ini memberikan ruang eksplorasi bagi anak dalam mengembangkan keterampilan geraknya dengan cara yang menyenangkan dan interaktif.

Menurut Asmuddin et al. (2022), lingkungan bermain yang kurang mendukung dapat menghambat perkembangan motorik kasar anak. Penelitian World Health Organization (2020) juga menegaskan bahwa anak usia dini memerlukan aktivitas fisik terstruktur untuk menghindari keterlambatan perkembangan motorik akibat kurangnya stimulasi gerak. Namun, beberapa kendala juga ditemukan dalam implementasi permainan engklek. Asmuddin et al. (2022) mencatat bahwa kurangnya fasilitas bermain serta minimnya pemahaman tenaga pendidik dalam memanfaatkan permainan tradisional sebagai bagian dari strategi pembelajaran menjadi faktor penghambat utama. Selain itu, WHO (2020) menekankan bahwa lingkungan yang tidak mendukung aktivitas fisik dapat menghambat perkembangan motorik kasar anak, sehingga diperlukan upaya lebih lanjut dalam menciptakan ruang bermain yang aman dan memadai bagi anak.

Sebagian besar penelitian melaporkan respons positif dari anak-anak terhadap permainan engklek. Yusuf et al. (2022) menyatakan bahwa lebih dari 87,5% anak merasa senang dan 92% lebih menikmati permainan ketika dilakukan bersama teman. Hal ini menunjukkan bahwa permainan engklek tidak hanya efektif secara fungsional tetapi juga secara afektif dalam menarik minat anak untuk berpartisipasi aktif (Yusuf et al., 2022). Indriyani et al. (2021) juga menemukan bahwa permainan engklek dapat melatih disiplin, tanggung jawab, dan kerja sama anak dalam kelompok, yang semakin memperkuat dampak positif permainan ini dalam pendidikan anak usia dini mengungkapkan bahwa anak-anak memberikan respons positif terhadap permainan engklek. Kaoci et al. (2021) menemukan bahwa permainan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan fisik, tetapi juga mengembangkan aspek sosial anak, seperti kerja sama, kedisiplinan, dan kepatuhan terhadap aturan permainan. Anak belajar berbagi, bekerja sama, dan mengikuti aturan permainan, yang berdampak pada perkembangan emosional dan sosial mereka. Lebih lanjut, Indriyani et al. (2021) juga menyatakan bahwa permainan engklek membantu anak dalam memahami konsep ruang, strategi permainan, serta meningkatkan interaksi sosial yang konstruktif. Hal ini semakin memperkuat argumentasi bahwa permainan engklek tidak hanya memberikan manfaat dalam ranah motorik, tetapi juga dalam aspek psikososial anak.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis terhadap berbagai penelitian, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional engklek memiliki peran penting dalam mengembangkan secara signifikan dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia dini. Penggunaan permainan ini berkontribusi terhadap keseimbangan, koordinasi, ketangkasan, serta interaksi sosial anak. Meskipun demikian, implementasi permainan ini masih menghadapi berbagai kendala yang perlu mendapat perhatian, seperti kurangnya fasilitas bermain serta minimnya pemahaman tenaga pendidik terhadap manfaat permainan tradisional dalam pendidikan anak usia dini sangat direkomendasikan untuk memperkaya metode pembelajaran yang tidak hanya efektif tetapi juga menyenangkan bagi anak. Oleh karena itu, diperlukan strategi yang lebih komprehensif dalam mengintegrasikan permainan engklek ke dalam kurikulum pembelajaran anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggrayni, R., Lenny, L., Risman, V., & Watini, S. (2023). Implementasi model atik dalam meningkatkan motorik kasar melalui permainan engklek di TKIT Bunga Mufiidah. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 9(1), 761–768. <http://dx.doi.org/10.37905/aksara.9.1.761-768.2023>.
- Angraeni, RS. D. K. (2022). Penerapan permainan engklek dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini di TK Arhadar, 3(2), 68–81.
- Apriani, D. (2013). Penerapan permainan tradisional engklek untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak kelompok B RA Al Hidayah 2 Tarik Sidoarjo. *Jurnal PAUD Teratai*, 2(1), 1–13.
- Asmuddin, A., Salwiah, S., & Arwih, M. Z. (2022). Analisis perkembangan motorik kasar anak di taman kanak-kanak Buton Selatan. *Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 3429–3438. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.2068>.
- Darmawati, N. B., & Widyasari, C. (2022). Permainan tradisional engklek dalam meningkatkan motorik kasar anak usia dini. *Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 6827–6836. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3487>.
- Firmansyah, G. (2019). Model pembelajaran gerak dasar melompat melalui modifikasi permainan tradisional engklek pada anak sekolah dasar. *Tegar: Journal of*

- Teaching Physical Education in Elementary School*, 2(2), 111–117. <https://doi.org/10.17509/tegar.v2i2.17822>.
- Indriyani, D., Muslihin, H. Y., & Mulyadi, S. (2021). Manfaat permainan tradisional engklek dalam aspek motorik kasar anak. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 9(3), 349. <https://doi.org/10.23887/paud.v9i3.34164>.
- Kaoci, W., Taib, B., & Mufidatul Ummah, D. (2021). Perkembangan fisik motorik kasar anak melalui permainan tradisional “jalan tempurung.” *Jurnal Ilmiah Cahaya Paud*, 3(1), 11–22. <https://doi.org/10.33387/cp.v3i1.2129>.
- Madyawati, L., Marhumah, M., & Rafiq, A. (2021). Urgensi nilai agama pada moral anak di era society 5.0. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*, 18(2), 132–143. [https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2021.vol18\(2\).6781](https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2021.vol18(2).6781).
- Masriah, M., Nuraini, A., Sugiarti, S., Soleha, S., & Watini, S. (2023). Implementasi model ATIK dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar dengan kegiatan bermain engklek di TK IT Al-Mufid. *JIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(11), 8481–8486. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i11.3145>.
- Muslimah, I., Lubis, R., & Hsb, H. (2018). Permainan engklek dalam meningkatkan motorik. *Jurnal Raudhah*, 06(02), 511–517.
- Pratiwi, Kristanto, 2014. (2015). Upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar (keseimbangan tubuh) anak melalui permainan tradisional engklek di kelompok B. *PAUDIA: Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 18–39. <https://doi.org/10.26877/paudia.v3i2%20Oktober>.
- Pratiwi, R. S. (2021). Pengembangan permainan engklek untuk pengembangan motorik kasar TKMNU 295 Roudlotun Nafilah Griya Peganden Asri. *JIEEC (Journal of Islamic Education for Early Childhood)*, 3(1), 10–17. <http://dx.doi.org/10.30587/jieec.v3i1.2222>.
- Pratiwi, Y., & Kristanto, M. (2014). Upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar (keseimbangan tubuh) anak melalui permainan tradisional engklek di kelompok B Tunas Rimba II Tahun Ajaran 2014/2015. *PAUDIA: Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 18–39. <https://doi.org/10.26877/paudia.v3i2%20Oktober.513>.
- Raihana, & Sari, B. F. (2021). Pengaruh permainan tradisional engklek terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. *Generasi Emas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(2), 1–10.
- Sam, F. K., Pramono, P., & Astuti, W. (2021). Penerapan Permainan Engklek Fruit Sebagai Stimulasi Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *JP2KG AUD (Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan dan Gizi Anak Usia Dini)*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.26740/jp2kgaud.2021.2.1.1-8>.
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>.
- Sulistyaningtyas, R. E., & Fauziah, P. Y. (2019). Pengembangan buku panduan permainan tradisional untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. *JPPM (Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 6(1), 50–58. <https://doi.org/10.21831/jppm.v6i1.23477>.
- Susanti, E. (2020). Eksplorasi etnomatematika konsep operasi hitung dalam permainan tradisional kempeng. *Suska Journal of Mathematics Education*, 6(1), 1–8.
- Suzana, S., Umayah, U., & Zulhida, R. (2021). Efektivitas permainan engklek modifikasi untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak kelompok A di TK Cahaya Maulida II Desa Panjalin Lor Sumberjaya-Majalengka. *Hadlonah: Jurnal Pendidikan dan Pengasuhan Anak*, 2(2), 59.

<https://doi.org/10.47453/hadlonah.v2i2.460>.

Wiranti, D. A., & Mawarti, D. A. (2018). Keefektifan permainan engklek dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. *Refleksi Edukatika: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 9(1). <https://doi.org/10.24176/re.v9i1.2810>.

World Health Organisation. (2020). Guidelines on Physical Activity, Sedentary Behaviour and Sleep. *World Health Organization*, 4.

Yusuf, R. N., Qomariah, D. N., & Hamidah, S. H. (2022). Menstimulus keterampilan motorik kasar anak melalui permainan tradisional engklek di kelompok B TK Armawiyah 1. *Jurnal Paud Agapedia*, 6(1), 21–30. <https://doi.org/10.17509/jpa.v6i1.48059>.