

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI: ANALISIS BERBASIS SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Meri Lusya Anggraini¹, Kisno², Suryadi³

PIAUD UIN Jurai Siwo Lampung, Indonesia

merianggraini05.0521@gmail.com¹, kisno@metrouniv.ac.id², suryadi@metrouniv.ac.id³

Abstract

Gross motor development is a fundamental aspect of early childhood growth and development that includes body coordination, balance, agility, and basic movement skills. The increasing use of digital technology has reduced children's physical activity, resulting in less optimal stimulation of gross motor development. This study employed a Systematic Literature Review (SLR) method by analyzing 8 selected scientific articles from 120 articles identified through Google Scholar and Publish or Perish, published between 2023 and 2026. The review findings indicate that all traditional games examined engklek, coconut-shell stilts (egrang batok kelapa), gobak sodor, sepit-sepitan, and jump rope showed a positive effect on the gross motor development of young children. The engklek game and its variation (kadende) were found to be the most effective, with dominant indicators including balance, movement coordination, agility, and muscle strength, supported by consistent findings across four studies. The Sepit-sepitan game achieved the highest outcome, with 96% of children's motor skills developing according to expectations. These findings recommend the systematic integration of traditional games into the Early Childhood Education (PAUD) curriculum as a culturally based strategy for stimulating gross motor development.

Keywords: *traditional games, gross motor development, early childhood.*

Abstrak

Perkembangan motorik kasar merupakan aspek fundamental dalam tumbuh kembang anak usia dini yang mencakup koordinasi tubuh, keseimbangan, kelincahan, dan keterampilan gerak dasar. Meningkatnya penggunaan teknologi digital mengakibatkan berkurangnya aktivitas fisik anak sehingga stimulasi motorik kasar tidak berkembang secara optimal. Penelitian ini, menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) dengan menganalisis 8 artikel ilmiah terpilih dari 120 artikel yang ditemukan melalui Google Scholar dan Publish or Perish, rentang publikasi 2023-2026. Hasil kajian menunjukkan bahwa seluruh permainan tradisional yang diteliti engklek, egrang batok kelapa, gobak sodor, sepit-sepitan, dan lompat tali terbukti memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Permainan engklek beserta variasinya (kadende) menjadi yang paling efektif dengan indikator dominan berupa, keseimbangan, koordinasi gerak, kelincahan, dan kekuatan otot, didukung konsistensi lintas empat studi. Sepit-sepitan mencatat capaian tertinggi dengan 96% kemampuan motorik anak berkembang sesuai harapan. Temuan ini merekomendasikan integrasi permainan tradisional secara sistematis dalam kurikulum PAUD sebagai strategi stimulasi motorik berbasis budaya.

Kata kunci: permainan tradisional, perkembangan motorik kasar, anak usia dini

A. PENDAHULUAN

Perkembangan motorik kasar merupakan salah satu aspek penting dalam pendidikan anak usia dini karena berkaitan dengan kemampuan koordinasi tubuh, keseimbangan, kelincahan, serta keterampilan gerak dasar anak. Pada era modern, anak usia dini mulai jarang melakukan aktivitas fisik yang melibatkan gerak aktif sehingga kemampuan motorik kasar kurang berkembang secara optimal (Andini et al., 2022). Berdasarkan data WHO (2022), lebih dari 80% anak usia sekolah di negara berkembang tidak memenuhi rekomendasi aktivitas fisik harian, dan penggunaan gawai pada anak usia di bawah lima tahun meningkat dalam satu decade terakhir. Padahal, perkembangan motorik kasar sangat penting dalam menunjang pertumbuhan otot, tulang, sistem saraf, serta keterampilan gerak dasar anak sejak usia dini (Fatimah, 2026).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional memiliki pengaruh positif terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Berdasarkan jenis permainannya, temuan dapat dikelompokkan sebagai berikut: (1) Permainan yang melatih keseimbangan dan koordinasi, seperti engklek terbukti mampu meningkatkan keseimbangan tubuh, koordinasi mata-tangan-kaki, serta kemampuan melompat dengan satu kaki (Noviarti & Ismet, 2021; Karyadi & Jannah, 2023). (2) Permainan yang melatih kecepatan dan kelincahan, seperti lompat tali diketahui efektif dalam meningkatkan keterampilan melompat dan koordinasi gerak tubuh anak (Eva Soraya Zulfa, 2023). (3) Permainan beregu seperti gobak sodor dan permainan sirkuit mampu meningkatkan keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi tubuh anak secara optimal (Tristya, 2024).

Meskipun demikian, penelitian-penelitian sebelumnya masih berfokus pada satu jenis permainan tertentu dengan pendekatan penelitian yang berbeda-beda, sehingga belum terdapat kajian komprehensif yang menganalisis secara sistematis pengaruh berbagai permainan tradisional terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Kebaruan artikel ini terletak pada penggabungan dan analisis komparatif lintas jenis permainan tradisional dari berbagai wilayah Indonesia dengan menggunakan pendekatan SLR yang belum dilakukan pada literature review sebelumnya.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa permainan tradisional memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Permainan engklek diketahui mampu membantu koordinasi gerak visual dan motorik anak serta melatih disiplin, tanggung jawab, dan kerja sama (Indriyani et al., 2021). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa permainan engklek efektif meningkatkan perkembangan motorik kasar anak di lingkungan perkotaan (Utari et al., 2022). Selain engklek, permainan tradisional paman doli terbukti meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun (Humairah & Sitorus, 2023). Permainan egrang batok kelapa diketahui mampu meningkatkan antusiasme belajar sekaligus membantu perkembangan keterampilan motorik kasar anak (Zuhra et al., 2024; Juliyanti et al., 2023). Permainan tradisional ma'boy juga terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini dibandingkan pembelajaran konvensional (Multasam et al., 2024). Selain itu, permainan tradisional benteng menunjukkan hasil yang lebih efektif dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar dibanding aktivitas senam dan permainan bola biasa (Buahana & Suparno, 2022). Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa permainan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai

media bermain, tetapi juga menjadi sarana efektif dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini secara optimal.

Apabila permasalahan rendahnya perkembangan motorik kasar anak usia dini akibat kurangnya penerapan permainan tradisional diabaikan dan tidak ditindaklanjuti, maka hal tersebut akan berdampak pada terhambatnya perkembangan fisik dan keterampilan gerak dasar anak secara optimal. Penelitian menunjukkan bahwa anak yang kurang aktif secara fisik cenderung mengalami keterlambatan motorik, penurunan konsentrasi, dan kepercayaan diri yang rendah (Gallahue et al., 2012; Payne & Isaacs, 2017). Di sisi lain, jika permainan tradisional terus ditinggalkan akibat pengaruh permainan modern berbasis teknologi, maka nilai-nilai budaya lokal, kerja sama, disiplin, sportivitas, dan interaksi sosial yang terkandung dalam permainan tradisional juga akan semakin memudar pada generasi anak usia dini. Kondisi tersebut tentu dapat menghambat terciptanya proses pendidikan anak usia dini yang holistik, karena perkembangan fisik motorik, sosial emosional, dan karakter anak tidak terstimulasi secara seimbang.

Berdasarkan analisis gap di atas, diperlukan penelitian berbasis Systematic Literature Review (SLR) untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan mengevaluasi secara mendalam berbagai hasil penelitian terdahulu sehingga dapat ditemukan pola, efektivitas, serta kontribusi permainan tradisional terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini secara lebih komprehensif dan terstruktur.

Penelitian ini berfokus pada analisis pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini berdasarkan berbagai hasil penelitian terdahulu yang relevan dalam bidang perkembangan dan pendidikan anak usia dini. Fokus penelitian diarahkan pada identifikasi jenis-jenis permainan tradisional yang digunakan, indikator perkembangan motorik kasar yang berkembang, serta efektivitas permainan tradisional dalam menstimulasi kemampuan gerak anak seperti keseimbangan, koordinasi tubuh, kelincahan, dan keterampilan lokomotor. Pertanyaan Penelitian SLR ini adalah: (1) Jenis permainan tradisional apa yang paling sering dikaji dalam kaitannya dengan perkembangan motorik kasar anak usia dini? (2) Indikator motorik kasar apa yang paling banyak berkembang melalui permainan tradisional? (3) Bagaimana kekuatan bukti dan kualitas metodologi setiap studi yang dianalisis?

Penelitian ini menggunakan pendekatan Systematic Literature Review (SLR) untuk mengumpulkan, menelaah, mengevaluasi, dan mensintesis berbagai artikel ilmiah secara sistematis dan terstruktur sehingga diperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai hubungan antara permainan tradisional dan perkembangan motorik kasar anak usia dini. Berdasarkan tahapan PRISMA oleh Kitchenham dan Charters (2007) yang terdiri dari tiga tahap utama, yaitu perencanaan (planning) dengan menentukan tujuan, pertanyaan penelitian, strategi pencarian, dan kriteria seleksi artikel; pelaksanaan tinjauan (conducting the review) dengan melakukan pencarian, penyaringan, penilaian kualitas, ekstraksi, serta sintesis data dari artikel yang terpilih; dan pelaporan hasil (reporting the review) dengan menyajikan serta menginterpretasikan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian.

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini, mengidentifikasi bentuk permainan tradisional yang paling efektif digunakan dalam pembelajaran, serta memberikan gambaran ilmiah yang dapat menjadi referensi bagi pendidik, peneliti, dan praktisi pendidikan anak usia dini dalam mengembangkan strategi pembelajaran berbasis budaya dan aktivitas fisik yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) bertujuan untuk mengidentifikasi, mengkaji, serta menganalisis berbagai penelitian terkait pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini secara sistematis dan terstruktur. SLR merupakan pendekatan penelitian yang dirancang untuk merangkum bukti-bukti ilmiah yang tersedia secara komprehensif dan transparan dengan mengikuti protokol yang telah ditetapkan sebelumnya (Kitchenham & Charters, 2007). Metode SLR dipilih karena mampu memberikan gambaran yang komprehensif mengenai hasil-hasil penelitian yang telah dipublikasikan sebelumnya. Pelaksanaan SLR dalam penelitian ini mengacu pada panduan PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) yang mencakup tahapan identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan inklusi artikel.

Proses pencarian literatur dilakukan pada rentang tahun publikasi 2023-2026, menggunakan Google Scholar dan Publish or Perish (Pop). String pencarian yang digunakan adalah kombinasi Boolean sebagai berikut: ('permainan tradisional' OR 'traditional games') AND ('motorik kasar' OR 'gross motor skills') AND ('anak usia dini' OR 'early childhood'). Kriteria inklusi dalam penelitian ini mencakup: (a) artikel dibublikasikan pada tahun 2023-2026; (b) membahas permainan tradisional dan perkembangan motorik kasar anak usia dini (3-6 tahun); (c) tersedia dalam bentuk full text; (d) ditulis dalam bahasa Indonesia atau Inggris; (e) diterbitkan di jurnal ilmiah terindeks atau bereputasi. Artikel yang tidak relevan dengan topik penelitian, artikel duplikat, serta artikel yang hanya membahas motorik halus dikeluarkan dari proses analisis.

Dari hasil pencarian awal menggunakan kata kunci, teridentifikasi sebanyak 120 artikel yang berpotensi relevan, terdiri atas 98 artikel dari Google Scholar dan 22 artikel dari Publish or Perish. Setelah penghapusan duplikasi, tersisa 107 artikel. Selanjutnya, dilakukan penyaringan berdasarkan judul dan abstrak sehingga 81 artikel dieksklusi karena tidak sesuai dengan topik penelitian, dan tersisa 26 artikel untuk ditelaah secara penuh. Pada tahap kelayakan, 18 artikel dieksklusi, terdiri atas 7 artikel yang tidak membahas anak usia 3-6 tahun, 6 artikel yang tidak menyertakan data motorik kasar secara spesifik, 3 artikel yang diterbitkan di luar rentang tahun 2023-2026, dan 2 artikel yang tidak tersedia dalam format full text. Dengan demikian, diperoleh 8 artikel yang memenuhi seluruh kriteria untuk dianalisis. Penilaian kelayakan artikel dilakukan berdasarkan relevansi topik, kualitas metodologi, kesesuaian subjek, dan kejelasan pelaporan hasil. Analisis data dilakukan melalui tahap ekstraksi data, kategorisasi dan sintesis temuan, serta interpretasi komparatif untuk mengidentifikasi pola, perbedaan, dan kesenjangan penelitian. Hasil analisis disajikan secara naratif-deskriptif tanpa meta-analisis statistik karena adanya heterogenitas desain penelitian dan instrumen yang digunakan pada setiap studi.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Terdapat 120 artikel yang teridentifikasi berpotensi relevan dengan topik pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Penelitian mencakup rentang tahun 2023-2026 dengan berbagai jenis permainan tradisional sebagai variabel intervensi. Setelah melakukan seleksi judul dan abstrak, serta membaca isi penuh

artikel, diperoleh 8 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan dinyatakan layak dianalisis. Karakteristik lengkap setiap artikel disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 1.
Karakteristik Artikel yang dianalisis dalam Systematic Literature Review

No	Peneliti & Tahun	Jenis Permainan	Metode	Hasil Utama
1.	Moh Mahfudz Baharta, Tri Murtono, Hendriana Sri Rejeki, Delvi Kristanti Lilo. (2026)	Permainan Engklek	Pendekatan Kuantitatif dengan desain pretest–posttest satu kelompok	Hasil utama penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional engklek secara signifikan meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Temuan ini didukung oleh analisis statistik yang menunjukkan perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest dengan nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,05$). Permainan engklek memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak, terutama dalam aspek keseimbangan, kecepatan, dan kekuatan otot.
2.	Ani Herniawati, Yusuf Hidayat, Siti Ernasari, Elis Susanti. (2024)	Permainan Tradisional Engklek	Metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif	Temuan utama penelitiannya adalah bahwa penggunaan Permainan Tradisional Engklek berdampak positif dan meningkatkan kemampuan fisik motorik kasar anak usia 5–6 tahun, misalnya anak mampu melompat dengan satu kaki, melakukan koordinasi mata-kaki-tangan, serta menjaga keseimbangan tubuh dengan tangan kanan dan kiri. Selain itu, Engklek juga berdampak pada aspek kognitif (memecahkan masalah sederhana), dan sosial-emosional (mampu bekerja sama dan membangun solidaritas).
3.	Mardiana, Andi Agusniatih, Ika Juhriati. (2025)	Hopscotch (Engklek)	Penelitian Tindakan Kelas (PTK) 2 siklus	Penemuan utama dari penelitian ini adalah permainan engklek dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia dini, seperti koordinasi tubuh, keseimbangan, kekuatan, dan kelincahan. Hasil penelitian

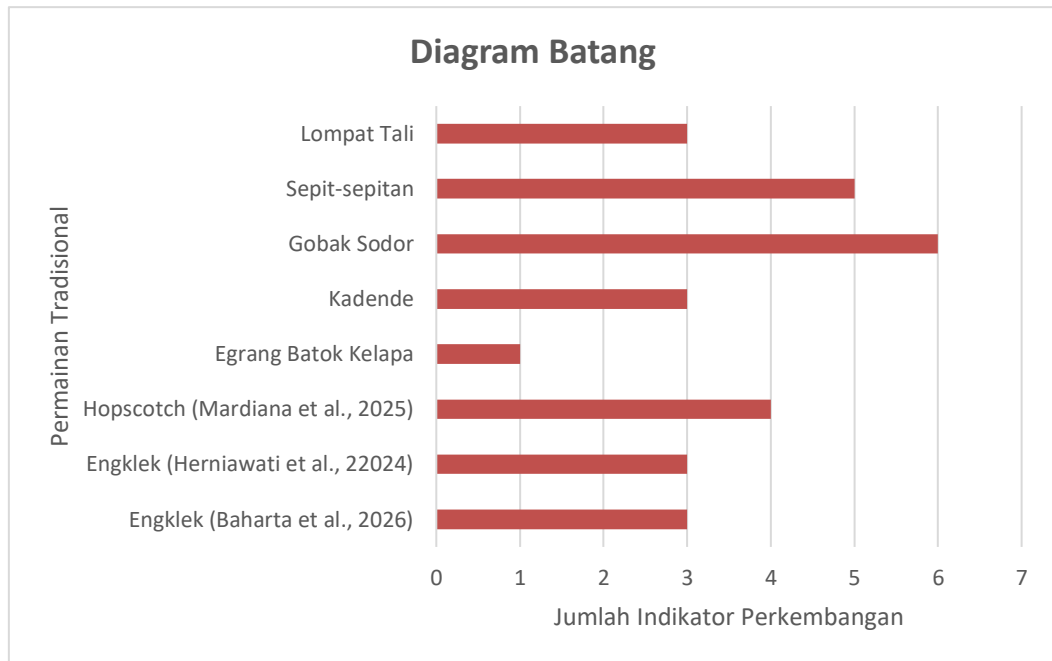
				menunjukkan peningkatan signifikan dari sebelum dan sesudah penerapan permainan yang membuktikan bahwa engklek efektif sebagai media pembelajaran untuk mendukung perkembangan motorik kasar anak
4.	Kornelina Goma Lewuk, Hironimus Bao Wolo, Yeremias Mamu Sare. (2025)	Permainan Tradisional Egrang Batok Kelapa	Pendekatan Kuantitatif dengan penelitian Eksperimen	Temuan utama penelitian ini adalah bahwa permainan tradisional egrang batok kelapa berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan keterampilan motorik kasar anak usia dini yang ditunjukkan oleh hasil uji-t (t -hitung 4,544 > t -tabel 2,085; signifikansi $0,000 < 0,05$) sehingga terdapat perbedaan signifikan antara nilai pre-test dan post-test. Indikator perkembangan yang terjadi dalam penelitian ini adalah peningkatan keterampilan motorik kasar, khususnya pada aspek keseimbangan tubuh.
5.	Fahira, Didik Purwanto, Amrullah, Andi Agusniatih. (2025)	Permainan Tradisional Kadende (Engklek)	Metode Deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dan jenis penelitian eksperimen.	Temuan utama dari penelitian ini adalah bahwa permainan tradisional kadende memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak, terutama dalam aspek kekuatan kaki, keseimbangan, dan kecepatan. Hasil analisis menunjukkan bahwa setelah diberikan perlakuan, terdapat peningkatan yang signifikan pada kemampuan motorik kasar anak, yang dibuktikan dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan uji paired sample test yang mendukung hipotesis tersebut.
6.	Lanny Wijayaningsing (2023)	Permainan Gobak Sodor	Pendekatan kualitatif dengan pendekatan deskriptif	Temuan utama penelitian ini adalah bahwa permainan tradisional “Gobak Sodor” mampu meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia dini secara signifikan. Setelah dilakukan kegiatan permainan secara berulang, anak-anak menunjukkan peningkatan kemampuan motorik

				kasar yang lebih terampil dan optimal. Indikator perkembangan yang terjadi meliputi peningkatan daya tahan (endurance), kecepatan (speed), kelincahan (agility), kelenturan (flexibility), kecepatan reaksi, dan keseimbangan (balance) anak.
7.	Ni Wayan Suwarni, I Made Gede Anadhi, Ida Bagus Komang Sindu Putra (2024)	Permainan Tradisional Sepit-Sepitan	Penelitian Tindakan Kelas (PTK)	Temuan utama dari penelitian ini adalah bahwa permainan tradisional sepit-sepitan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini secara signifikan. Setelah dilakukan permainan, persentase kemampuan anak mencapai 96%, menunjukkan kemajuan yang sangat baik dan sesuai harapan. Indikator perkembangan motorik kasar yang berkembang dalam penelitian ini meliputi aspek berjalan, kelincahan, koordinasi gerak tangan dan mata, ketangkasan, dan daya tahan tubuh anak.
8.	Rayzah Megawati, Zawaqi Afdal Jamil, dan Jamilah. (2023)	Permainan Tradisional Lompat Tali	Metode Kualitatif Deskriptif	Temuan utama penelitian ini adalah bahwa pengembangan motorik kasar di TK sudah berjalan baik dan optimal karena dipengaruhi oleh metode kegiatan pembiasaan dari guru serta penerapan permainan tradisional yang dibantu arahan guru. Indikator perkembangan motorik kasar yang tampak/diupayakan dalam penelitian meliputi peningkatan Keterampilan gerak serta penguasaan tugas motorik tertentu, Kebugaranasmani dan percaya diri anak, Kemampuan melakukan aktivitas (misalnya kontrol gerak kaki dan tangan) yang menjadi dampak dari latihan otot-otot besar.

Tabel 1 menyajikan ringkasan karakteristik kedelapan artikel yang dianalisis dalam systematic literature review ini. Tabel ini terdiri dari empat kolom, yaitu nama peneliti dan tahun publikasi, jenis permainan tradisional yang diteliti, metode penelitian yang digunakan,

serta hasil/temuan utama dari masing-masing studi. Tabel ini berfungsi memberikan gambaran menyeluruh mengenai sumber data penelitian, sehingga pembaca dapat melihat variasi jenis permainan tradisional, pendekatan metodologis, dan capaian hasil dari setiap studi secara ringkas dan terstruktur sebelum dibahas lebih lanjut pada bagian hasil dan pembahasan.

Gambar 1.
Perbandingan Indikator Motorik Kasar pada Permainan Tradisional



Sumber: Diolah dari sintesis kolom Hasil Utama Tabel 1

Gambar 1 menampilkan diagram batang yang membandingkan jumlah indikator perkembangan motorik kasar yang teridentifikasi pada masing-masing jenis permainan tradisional berdasarkan sintesis hasil utama delapan artikel yang dianalisis (Tabel 1). Perlu dicatat bahwa jumlah indikator terbanyak tidak otomatis berarti permainan tersebut paling efektif, melainkan mencerminkan luasnya cakupan aspek motorik yang dikembangkan dalam studi tersebut. Gobak Sodor memiliki cakupan indikator paling luas (6 indikator), diikuti Sepit-sepitan (5 indikator), sementara Egrang Batok Kelapa paling spesifik pada aspek keseimbangan (1 indikator).

Berdasarkan delapan artikel yang telah dianalisis, hasil kajian menunjukkan bahwa permainan tradisional berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Permainan tradisional mengandung unsur gerak yang beragam seperti berlari, melompat, berputar, dan menjaga keseimbangan yang secara langsung melatih otot-otot besar anak dan menstimulasi sistem saraf dan otot secara optimal (Andini et al., 2022; Fatimah, 2026). Hal ini juga diperkuat oleh penelitian (Rahmawati & Sulistyawan, 2020) yang menunjukkan bahwa permainan tradisional egrang mampu meningkatkan keseimbangan statis dan dinamis anak usia dini secara signifikan.

Pembuktian secara empiris tampak pada studi kuantitatif Baharta et al. (2026) yang mencatat nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,05$) dan Lewuk et al. (2025) dengan t-hitung 4,544 lebih besar dari t-tabel 2,085. Studi PTK (Mardiana et al., 2025) dan (Suwarni et al., 2024) juga menunjukkan peningkatan yang nyata dan terukur pada setiap siklus. Kesesuaian hasil yang diperoleh dari berbagai metode ini menegaskan bahwa permainan tradisional bukan sekadar media rekreasi, melainkan instrumen pedagogis yang memiliki dasar ilmiah kuat dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak. Penelitian (Maulida, 2020) menunjukkan bahwa permainan bakiak meningkatkan kemampuan anak dalam berinteraksi, bekerja sama, dan membina hubungan dengan teman sebaya. Namun demikian, perbedaan Tingkat bukti antara studi eksperimen dan studi kualitatif/PTK perlu diperhatikan: studi kuantitatif memiliki validitas internal yang lebih kuat, sedangkan studi kualitatif memberikan pemahaman mendalam tentang proses dan konteks.

Permainan engklek beserta variasinya termasuk kadende dari Sulawesi Tengah dan hopscotch merupakan permainan yang paling dominan dikaji, didukung pada empat dari delapan studi yang telah direview. Kesimpulan bahwa engklek adalah permainan paling efektif didasarkan pada konsistensi temuan lintas empat studi dengan metode yang beragam, bukan sekadar jumlah penelitian. Meskipun demikian, klaim ini perlu dilengkapi dengan ukuran efek yang lebih eksplisit pada penelitian berikutnya. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian oleh (Darmawati & Widyasari, 2022) yang menyimpulkan bahwa permainan tradisional engklek mampu mengembangkan keterampilan motorik kasar anak melalui peningkatan keseimbangan tubuh, kekuatan fisik, dan kelincahan saat bermain.

Permainan engklek sangat efektif karena melibatkan berbagai gerakan yang dapat meningkatkan keseimbangan serta kemampuan anak dalam mengontrol tubuhnya ketika melompat dengan satu kaki di atas kotak-kotak yang disusun. Gerakan ini menuntut konsentrasi, keseimbangan dinamis, dan koordinasi motorik yang kompleks. Secara teoritis, Gerakan ini sesuai dengan fase diferensiasi motorik dalam teori perkembangan motorik (Gallahue et al., 2012) yang menekankan pentingnya Gerakan lokomotor dan nonlokomotor dalam periode emas perkembangan anak usia 3-6 tahun. Selain itu, penelitian (Raihana & Sari, 2021) menunjukkan bahwa permainan tradisional engklek memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Di samping aspek fisik, (Herniawati et al., 2024) mencatat engklek turut mengembangkan aspek kognitif dan sosial-emosional anak, menjadikannya media stimulasi yang bersifat holistik. Keunggulan lain dari permainan engklek adalah aksesibilitasnya yang tinggi hanya memerlukan lahan terbuka dan alat penanda sederhana sehingga mudah diterapkan di berbagai lembaga PAUD.

Berdasarkan hasil kajian SLR menunjukkan bahwa permainan tradisional memiliki manfaat yang nyata bagi perkembangan anak usia dini. Permainan engklek dapat direkomendasikan sebagai salah satu kegiatan yang perlu dioptimalkan dalam pembelajaran. Secara operasional, integrasi permainan tradisional dapat dilakukan melalui: (1) penyusunan RPPH yang memuat permainan engklek minimal 2 kali per minggu dengan durasi 30 menit per sesi; (2) peneyediaan area bermain terbuka berukuran minimal 3x3 meter; (3) penggunaan lembar observasi motorik dengan indikator keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan sebagai alat penilaian guru. Gobak sodor dan sepi-sepitan dapat diperkenalkan sebagai variasi untuk memperkaya stimulasi motorik dan dimensi sosial, sementara egrang batok kelapa cocok digunakan sebagai tantangan motorik lanjutan.

Integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran PAUD tidak hanya mengoptimalkan perkembangan fisik motorik, tetapi juga menjadi strategi pelestarian nilai-nilai budaya lokal yang semakin tergerus oleh pengaruh teknologi digital.

D. PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis Systematic Literature Review terhadap 8 artikel ilmiah yang dipublikasikan pada tahun 2023–2026, penelitian ini menyimpulkan bahwa permainan tradisional terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Temuan ini dibuktikan secara konsisten oleh studi kuantitatif eksperimen (Baharta et al., 2026; Lewuk et al., 2025; Fahira et al., 2025) dengan kekuatan bukti tinggi, serta dikuatkan oleh studi PTK dan kualitatif dengan peningkatan bermakna pada indikator keseimbangan, koordinasi gerak, kelincahan, dan kekuatan otot anak. Perbedaan Tingkat bukti antar metode perlu dijadikan pertimbangan dalam menafsirkan kekuatan temuan.

Permainan engklek beserta variasinya (kadende dan hopscotch) merupakan permainan paling efektif dan paling banyak diteliti, didukung empat studi dengan hasil yang konsisten lintas metode. Permainan egrang batok kelapa terbukti signifikan secara statistik terutama pada aspek keseimbangan. Gobak sodor unggul dalam melatih enam indikator motorik sekaligus melalui dinamika permainan tim, sepi-sepitan mencatat capaian tertinggi sebesar 96%, dan lompat tali efektif dengan dukungan bimbingan guru yang terstruktur.

Permainan tradisional perlu diintegrasikan secara sistematis ke dalam kurikulum PAUD sebagai strategi stimulasi motorik yang efektif, menyenangkan, dan berbasis budaya lokal. Langkah ini sekaligus menjadi upaya pelestarian kearifan lokal yang semakin tergerus pengaruh teknologi digital. Penelitian lanjutan dengan cakupan permainan yang lebih beragam, desain eksperimen yang lebih kuat, dan rentang usia (3-6 tahun) sangat direkomendasikan untuk memperluas basis bukti ilmiah di bidang ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, Y. T., Syamsudin, M. A., & Ulansari, F. (2022). Pengaruh Permainan Lompat Tali Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *JP2KG AUD (Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan dan Gizi Anak Usia Dini)*, 3(2), 97–108. <https://doi.org/10.26740/jp2kgaud.2022.3.2.97-108>
- Buahana, B. N., & Suparno, S. (2022). Pengaruh Permainan Tradisional Benteng Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Prasekolah. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 2(03), 507–512. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v2i03.1912>
- 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>
- Fatimah, I. (2026). *Penerapan Permainan Tradisional Sapintrong dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak*. <https://doi.org/https://doi.org/10.65585/ethfal.v2i1.206>
- Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2012). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*.
- Herniawati, A., Hidayat, Y., Ernasari, S., & Susanti, E. (2024). Analisis Penggunaan Permainan Tradisional Engklek Terhadap Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak

- Usia 5-6 Tahun Di PAUD Mawar. *JOECE: Journal of Early Childhood Education*, 1(1), 30–43. <https://doi.org/10.61580/joece.v1i1.35>
- Humairah, R., & Sitorus, A. S. (2023). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Tradisional Paman Doli di RA Al-Ikhlas. *WISDOM: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 41–55. <https://doi.org/10.21154/wisdom.v4i1.6136>
- 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>
- Kitchenham, B., & Charters, S. (2007). *Guidelines for performing Systematic Literature Reviews in Software Engineering*. EBSE Technical Report.
- Mardiana, Agusniatih, A., & Juhriati, I. (2025). Improving Children's Gross Motor Skills Through Traditional Games in Group B of Ululjadi Kalora Kindergarten. *Al-Hikmah: Indonesian Journal of Early Childhood Islamic Education*, 9(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.35896/ijecie.v9i2.1104>
- Maulida, S. (2020). *PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL BAKIAK TERHADAP KEMAMPUAN SOSIAL ANAK USIA DINI*. 6(1).
- Multasam, D., Bachtiar, M. Y., Herman, H., Lismayani, A., & Sidiq, N. J. (2024). PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL MA'BOY TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI. *PELANGI Jurnal Pemikiran dan Penelitian Islam Anak Usia Dini*, 6(2), 197–218. <https://doi.org/10.52266/pelangi.v6i2.1750>
- Noviarti, A., & Ismet, S. (2021). ANALISIS PENGEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI DALAM PERMAINAN TRADISIONAL ENGGLEK. *Tunas Cendekia : Jurnal Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(1), 222–230. <https://doi.org/10.24256/cendekia.v4i1.1978>
- Payne, G. V., & Isaacs, L. D. (2017). *Human Motor Development: A Lifespan Approach* (9th Edition).
- Rahmawati, W., & Sulistyawan, A. (2020). *Pengaruh Permainan Tradisional Egrang Terhadap Keseimbangan Anak Usia Dini*. 1.
- Raihana, R., & Sari, B. F. (2021). PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL ENGGLEK TERHADAP PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6 TAHUN. *Generasi Emas*, 4(2), 74–83. [https://doi.org/10.25299/ge:jpiaud.2021.vol4\(2\).6743](https://doi.org/10.25299/ge:jpiaud.2021.vol4(2).6743)
- Suwarni, N. W., Anadhi, I. M. G., & Sindu Putra, I. B. K. (2024). Permainan Tradisional Sepit-Sepitan Sebagai Media Stimulasi Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 13(1), 44–52. <https://doi.org/10.21831/jpa.v13i1.309>
- Utari, E. R. R., Hariyanti, Lutfiah Aini, Wahyuni, & Khadijah. (2022). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Engklek. *CERDAS - Jurnal Pendidikan*, 1(2), 52–60. <https://doi.org/10.58794/cerdas.v1i2.208>

(Meri Lusia Anggraini, Kisno, Suryadi)

Zuhra, N., Chairullah, & Syafrizal. (2024). *Implementasi Permainan Tradisional Egrang Batok Kelapa Dalam Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun*. 2(4).
<https://doi.org/https://doi.org/10.63732/ajj.v2i4.130>