

Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Pengembangan Kemampuan Motorik dan Karakter Murid Sekolah Dasar

Frengi Astono^{1*}

Universitas Negeri Semarang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh permainan tradisional terhadap pengembangan keterampilan motorik dan karakter siswa sekolah dasar melalui metode Systematic Literature Review (SLR). Sebanyak enam belas artikel yang relevan dan terbit antara tahun 2017 hingga 2025 dianalisis menggunakan panduan PRISMA 2020. Hasil kajian menunjukkan bahwa permainan tradisional merupakan media pedagogis yang efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik dasar seperti berlari, melompat, melempar, dan koordinasi, dengan beberapa studi melaporkan peningkatan signifikan hingga 46,5%. Selain itu, permainan tradisional berperan penting dalam pembentukan karakter, terutama dalam menumbuhkan kerja sama, tanggung jawab, kejujuran, disiplin, empati, serta keterampilan komunikasi. Pembelajaran berbasis permainan juga meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa sehingga menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna. Sintesis temuan ini menegaskan bahwa permainan tradisional tidak hanya relevan secara budaya, tetapi juga efektif secara pedagogis untuk diintegrasikan dalam pembelajaran PJOK pada Kurikulum Merdeka. Kajian ini menekankan perlunya pengembangan panduan pembelajaran yang terstruktur untuk mengintegrasikan pengembangan motorik dan karakter melalui permainan tradisional di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: permainan tradisional; pengembangan keterampilan motorik; pendidikan karakter; sekolah dasar; pendidikan jasmani

ABSTRACT

This study aims to examine the influence of traditional games on the development of motor skills and character in elementary school students through a Systematic Literature Review (SLR). Sixteen relevant articles published between 2017 and 2025 were analyzed using PRISMA 2020 guidelines. The findings demonstrate that traditional games serve as an effective pedagogical tool for enhancing fundamental motor skills such as running, jumping, throwing, and coordination, with several studies reporting significant improvements of up to 46.5%. Traditional games also play a substantial role in character formation, particularly in fostering cooperation, responsibility, honesty, discipline, empathy, and communication skills. In addition, game-based learning encourages student engagement and motivation, creating a joyful and meaningful learning environment. The synthesis of results indicates that traditional games are not only culturally contextual but also pedagogically relevant for physical education, making them highly suitable for integration into PJOK learning within Kurikulum Merdeka. The review highlights the need for developing structured instructional guidelines that combine motor-skill development and character education through traditional games in the school setting.

Keywords: traditional games; motor skill development; character education; elementary school; physical education

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara (UU Nomor 20 Tahun 2003). Lebih lanjut dalam Undang-undang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan menjelaskan bahwa olahraga pendidikan diselenggarakan untuk menanamkan nilai-nilai karakter dan memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang dibutuhkan guna membangun gaya hidup sehat aktif sepanjang hayat. Kata kuncinya di sini adalah menanamkan nilai karakter dan memperoleh pengetahuan, sehingga perlu adanya pengintegrasian antara materi pembelajaran dengan penanaman nilai karakter dan pengetahuan kontekstual.

Program penguatan Pendidikan Karakter menjadi kebijakan pendidikan yang digagas sebagai implementasi Nawacita pada masa Presiden Jokowi dan Yusuf Kalla, program ini terintegrasi dengan Gerakan Nasional Revolusi Mental (GNRM) utamanya pada 5 nilai, yaitu religiositas, nasionalisme, kemandirian, gotong royong, dan integritas (Nurrochsyam et al., 2018). Salah satu pilihan yang dapat dilakukan oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) terutama pada jenjang sekolah dasar adalah melalui permainan tradisional. Berdasarkan pengertiannya permainan tradisional adalah permainan yang sudah ada sejak zaman dahulu, dimainkan dari generasi ke generasi (Yulita, 2017). Alat bantu dalam permainan tradisional terbuat dari kayu, bambu, batok, dan benda-benda sekitar. Artinya, permainan tradisional tidak membutuhkan biaya besar, serta dapat diterapkan di berbagai lingkungan anak-anak termasuk sekolah. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah memiliki peran strategis dalam membangun kebugaran fisik siswa, sekaligus menanamkan nilai-nilai sosial dan karakter.

Sebagai contoh dalam permainan sondah atau engklek terdapat tujuan untuk perkembangan sosial, seperti pengaturan emosi, memisahkan emosi dengan tindakan mereka, dan menghayati perilaku sosial yang positif dan pantas (Nurfalah dan Fauziah, 2020). Dapat disimpulkan bahwa pendidikan karakter dapat dikembangkan melalui permainan tradisional. Namun, Wardika (2019) menyatakan banyak penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK sering terasa monoton bagi siswa, terutama ketika metode yang digunakan bersifat repetitif dan kurang kontekstual. Misalnya, penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK terbukti dapat mengatasi kejenuhan belajar siswa.

Permainan tradisional apabila dilakukan dengan baik dan benar tentunya akan memberi dampak positif bagi murid. Sejalan dengan penelitian Sari dkk. (2025), Metode berbasis permainan memanfaatkan permainan tradisional terbukti efektif dalam membuat pembelajaran gerak dasar terasa menyenangkan dan tidak membebani. Permainan tradisional terbukti dapat mengembangkan karakter anak seperti kesabaran, kejujuran, sportivitas, disiplin, kegigihan, kemandirian, percaya diri, dan kerjasama (Adi, Sudaryanti, dan Muthmainah, 2020). Selain pengembangan karakter, dampak lain yang ditimbulkan adalah keterampilan gerak. Ariyanto, Triansyah, dan Gustian (2020) menjelaskan bahwa permainan tradisional yang dimodifikasi sesuai kebutuhan tujuan pembelajaran mampu meningkatkan kemampuan gerak fundamental pada murid sekolah dasar khususnya kelas 1. Secara umum, manfaat dari penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran tergambar pada hasil penelitian Lestari (2020) yang menunjukkan pengaruh hasil belajar peserta didik menjadi 3 poin penting, yaitu (1) peserta didik merasa senang dan meningkatkan rasa ingin tau yang lebih besar. (2) Model pembelajaran tematik materi penjasorkes dapat meningkatkan kemampuan peserta didik pada aspek psikomotor, kognitif dan afektif. (3) pada penerimaan pemahaman siswa dalam skala kecil terdapat

79,20%, skala besar 90,00%. Dengan rata-rata 83,78.

Dengan demikian keberadaan permainan tradisional bagi murid sangatlah bermanfaat bagi pengembangan motorik dan nilai karakter. Meskipun demikian, sampai saat ini belum banyak panduan resmi atau buku pembelajaran PJOK yang secara sistematis mengintegrasikan permainan tradisional sebagai komponen tetap. Sebagian panduan yang ada, seperti Permainan Tradisional Anak Nusantara oleh Kemdikbud, lebih bersifat pengenalan budaya dan aturan permainan, tetapi tidak mengaitkannya langsung dengan

kompetensi PJOK dalam kurikulum. Karena itu, sangat penting untuk mengembangkan sebuah panduan permainan tradisional yang terintegrasi dengan materi PJOK, agar guru PJOK memiliki bahan ajar yang lebih kontekstual, menarik, dan efektif dalam mencapai tujuan pembelajaran jasmani, sosial, dan karakter.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) dengan mengumpulkan serta mengevaluasi penelitian terkait pada fokus topik tertentu. Tujuan dari metode ini adalah mengidentifikasi, mengkaji, mengevaluasi, dan menafsirkan semua penelitian yang tersedia (Triandini dkk, 2019). Dalam pengertian lain Systematic Literature Review (SLR) juga dapat digunakan untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis seluruh penelitian yang relevan secara sistematis, transparan, dan dapat direplikasi (Kitchenham, 2004). Pencarian artikel dilakukan melalui Google Scholar dan terdapat 3 jurnal yang sudah terindeks scopus. Pencarian dilakukan dengan menggunakan kata kunci: "permainan tradisional", "traditional games", "motorik dasar", "character education", "fundamental motor skill". Pencarian dibatasi pada rentang tahun 2017-2025 dan artikel yang tersedia dalam format teks lengkap (full paper). Proses pencarian mengikuti prinsip PRISMA 2020 (Page et al., 2021). Data diambil dari 16 artikel yang terdiri dari 10 artikel membahas pengaruh permainan tradisional terhadap pengembangan karakter, dan 6 jurnal tentang pengaruh permainan tradisional terhadap pengembangan kemampuan motorik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis terhadap 16 artikel yang dikaji memperlihatkan bahwa permainan tradisional secara konsisten memberikan kontribusi penting bagi peningkatan keterampilan psikomotor sekaligus pembentukan karakter peserta didik. Pada ranah psikomotor, sebagian besar penelitian eksperimental menunjukkan adanya peningkatan yang jelas pada kemampuan motorik dasar, seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, serta koordinasi gerak. Gustian (2020) mendapati bahwa tujuh permainan tradisional yang diterapkan mampu meningkatkan skor fundamental motor skills (TGMD-2) secara signifikan pada siswa sekolah dasar kelas awal. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Ariyanto, Triansyah, dan Gustian (2020), yang melaporkan peningkatan keterampilan gerak fundamental sebesar 46,50% setelah penerapan permainan gobak sodor, engklek, dan lempar kaleng. Penelitian Kusumawati (2017) juga menunjukkan bahwa permainan tradisional memberikan pengaruh nyata terhadap kemampuan lari, lompat, dan lempar, masing-masing dengan peningkatan 25,3%, 50%, dan 24,5%. Selaras dengan temuan tersebut, Sari et al. (2025) mengungkapkan bahwa permainan engklek, congklak, dan gasing tidak hanya meningkatkan motorik kasar, tetapi juga memotivasi siswa untuk terlibat aktif dalam pembelajaran, dengan capaian motivasi mencapai 85% pada kategori tinggi. Efektivitas permainan tradisional dalam mengembangkan aspek psikomotor juga tampak pada penelitian R&D oleh Suherman et al. (2019) dan Lestari (2020), yang menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis permainan tradisional terbukti valid, layak, dan mampu mengoptimalkan perkembangan FMS serta kemampuan psikomotor secara keseluruhan.

Selain meningkatkan psikomotor, permainan tradisional juga memiliki peran besar dalam membentuk karakter peserta didik. Irmansyah et al. (2020) menemukan bahwa modifikasi permainan gobak sodor mampu menstimulasi tumbuhnya keterampilan sosial utama, yaitu kerja sama, tanggung jawab, dan komunikasi. Penelitian Banu Setyo Adi et al. (2020) memperlihatkan bahwa penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK dapat memperkuat karakter kerja sama (85%), percaya diri (63%), dan disiplin (56%). Konsistensi temuan juga terlihat pada penelitian Hutomo dan Kurniawan (2025), yang mencatat bahwa permainan gobak sodor, engklek, bakiak, dan bentengan mampu meningkatkan kerja sama, rasa peduli, dan tanggung jawab pada siswa dari delapan sekolah dasar. Pada permainan tertentu, studi Perdima dan Kristiawan (2021) menunjukkan bahwa permainan Hadang menjadi sarana efektif dalam menanamkan nilai religius, disiplin, kejujuran, kerja keras, dan tanggung jawab. Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian Rahmawati et al. (2022), yang membuktikan bahwa program permainan tradisional dapat menumbuhkan karakter jujur, mandiri, sportif, percaya diri, dan toleransi. Dalam konteks anak usia dini, Maghfiroh (2020) serta Widjayatri et al. (2023) menegaskan bahwa permainan congklak, lompat tali, ular naga, dan bakiak memiliki potensi besar dalam membentuk karakter kooperatif, komunikatif, kreatif, dan disiplin.

Secara umum, sintesis temuan SLR ini memperjelas bahwa permainan tradisional memiliki dua fungsi pedagogis yang sangat penting. Pertama, permainan tradisional berperan sebagai media yang efektif untuk mengembangkan kemampuan psikomotor melalui aktivitas fisik yang variatif, terstruktur, dan menyenangkan. Kedua, permainan ini menjadi wahana pembentukan karakter sosial dan moral melalui interaksi, kerja sama tim, kepatuhan terhadap aturan, serta pengalaman bermain secara langsung. Konsistensi pola temuan dari berbagai jenis penelitian—baik eksperimen, kualitatif, literature review, maupun penelitian pengembangan—menguatkan argumentasi bahwa permainan tradisional relevan untuk diintegrasikan sebagai bagian penting pembelajaran PJOK dan pendidikan karakter dalam Kurikulum Merdeka. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dianjurkan untuk mengembangkan model pembelajaran terpadu yang mampu menguatkan aspek psikomotor dan karakter secara bersamaan dalam satu desain pembelajaran yang holistik. Sering kali dimulai dengan ringkasan singkat dari temuan ilmiah utama.

Tabel 1. Hasil Penelitian Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Keterampilan Motorik dan Nilai Karakter

No.	Peneliti	Tahun	Hasil
1	Johan Irmansyah, Ria Lumintuarso, FX. Sugiyanto, Pamuji Sukoco	2020	Permainan gobak sodor yang dimodifikasi membantu anak mengembangkan tanggung jawab, kerja sama, dan komunikasi melalui interaksi dan aturan permainan.
2	Uray Gustian	2020	Tujuh permainan tradisional terbukti meningkatkan kemampuan motorik dasar anak kelas 1, seperti lokomotor dan manipulatif, secara signifikan.
3	Banu Setyo Adi,	S u d	aryanti, Muthmainnah

2020	P e r m a i n a n t r a d i s i o n a l d a p a t m e m b e n t u k k a r a k t e r k e r j a s	ama, percaya diri, dan disiplin dengan kategori cukup baik.
------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------

4	Iswinarti dan Dewi Retno Suminar	2019	Permainan bekelan, congklak lidi, dan selentikan meningkatkan kemampuan pemecahan masalah anak melalui strategi dan aturan bermain.
5	Eka Fitri Novita Sari, Nofi Marlina Siregar, Novri Asri, Masnur Ali	2025	Permainan seperti engklek dan gasing meningkatkan motorik kasar serta membuat siswa lebih antusias dan termotivasi dalam belajar.
6	Ariyanto, Andika Triansyah, Uray Gustian	2020	Permainan gobak sodor, engklek, dan lempar kaleng meningkatkan gerak fundamental hingga 46,5% dan membuat siswa lebih aktif.
7	Langgeng Hutomo, Wahyu Ragil Kurniawan	2025	Permainan tradisional meningkatkan kerja sama, tanggung jawab, kepedulian, dan antusiasme siswa dalam pembelajaran PJOK.

8	RR. Deni Widjayatri, Felisia Gusti Pangestu, Nandiya Purnama Triana, Sela Nurlaela, Tafridatul Husna, Wulan Aditya Faradiyah Nurul	2023	Permainan bakiak memperkuat kekompakan, kerja sama, disiplin, dan interaksi positif anak usia dini.
9	Rahmawati, dkk.	2022	Program permainan tradisional menumbuhkan karakter jujur, mandiri, sportif, percaya diri, tanggung jawab, dan toleransi pada anak.
10	Rina Wijayanti	2018	Permainan tradisional membantu anak belajar kerja sama, empati, penyesuaian diri, dan menaati aturan sosial secara alami.
11	Yovinka Putri Ramadhani	2020	Permainan tradisional efektif meningkatkan empati, komunikasi, sportivitas, dan kerja sama
		R o h m	sebagai bagian dari karakter sosial.
12	Feby Elra Perdima & Muhammad Kristiawan	2021	Permainan Hadang menumbuhkan nilai religius, disiplin, kejujuran, kerja keras, dan tanggung jawab pada siswa kelas VI.
13	Yuli Maghfiroh	2020	Permainan congklak, petak umpet, lompat tali, dll. menguatkan karakter jujur, kreatif, mandiri, disiplin, dan tanggung jawab.
14	Oktaria Kusumawati	2017	Permainan tradisional meningkatkan kemampuan lari, lompat, dan lempar secara signifikan pada siswa kelas 2 SD.
15	Wawan S. Suherman, Dapan, Guntur, Nur	2019	

Model pembelajaran berbasis permainan tradisional terbukti valid dan mampu mengoptimalkan motorik dasar anak TK.

16 Dyah Frika Lestari

2020

Model pembelajaran ini meningkatkan psikomotor, kognitif, afektif, rasa percaya diri, dan kesenangan siswa dalam belajar PJOK

SIMPULAN

Hasil telaah terhadap 16 artikel menunjukkan bahwa permainan tradisional memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik dan pembentukan karakter siswa sekolah dasar. Dari sisi psikomotor, permainan tradisional mampu mengoptimalkan keterampilan gerak dasar seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, dan koordinasi melalui aktivitas bermain yang terencana, menarik, dan sesuai dengan perkembangan anak. Sementara itu, pada aspek karakter, permainan tradisional terbukti efektif menumbuhkan nilai-nilai positif seperti kerja sama, disiplin, tanggung jawab, sportivitas, kejujuran, empati, serta kemampuan berinteraksi dengan orang lain. Secara menyeluruh, permainan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas rekreatif, tetapi juga merupakan media pembelajaran yang relevan dalam membentuk kompetensi jasmani dan karakter siswa secara terpadu. Temuan ini menegaskan bahwa penerapan permainan tradisional layak diintegrasikan dalam pembelajaran PJOK, terutama dalam implementasi Kurikulum Merdeka yang menekankan pengalaman belajar yang bermakna, kontekstual, dan holistik. Oleh karena itu, diperlukan pengembangan panduan pembelajaran PJOK yang berbasis permainan tradisional agar guru memiliki rujukan yang lebih sistematis dalam mencapai tujuan pembelajaran fisik maupun karakter.

REFERENSI

1. Adi, B. S., Sudaryanti, & Muthmainnah. (2020). *Implementasi permainan tradisional dalam pembelajaran anak usia dini sebagai pembentuk karakter bangsa*. Jurnal Pendidikan Anak, 9(1).
2. Ariyanto, A., Triansyah, A., & Gustian, U. (2020). *Penggunaan permainan tradisional untuk meningkatkan keterampilan gerak fundamental*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 16(1).
3. Gustian, U. (2020). *Effectiveness of traditional games in stimulating motor skill development*. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 6(1).
<https://doi.org/10.17509/jpjo.v6i1.27026>
4. Hutomo, L., & Kurniawan, W. R. (2025). *Peran permainan tradisional sebagai media belajar pendidikan jasmani dalam mengembangkan keterampilan sosial siswa sekolah dasar*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, 6(1).
5. Irmansyah, J., Lumintuarso, R., Sugiyanto, F. X., & Sukoco, P. (2020). *Children's social skills through traditional sport games*. Cakrawala Pendidikan, 39(1). <https://doi.org/10.21831/cp.v39i1.28210>
6. Iswinarti, & Suminar, D. R. (2019). *Improving children's problem-solving skills through Javanese traditional games*. Cakrawala Pendidikan, 38(3).
<https://doi.org/10.21831/cp.v38i3.25331>

7. Kusumawati, O. (2017). *Pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan gerak dasar*. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar, 4(2).
8. Lestari, D. F. (2020). *Pengembangan model pembelajaran aktivitas jasmani melalui permainan tradisional*. Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, 8(1).
9. Maghfiroh, Y. (2020). *Peran permainan tradisional dalam membentuk karakter anak usia 4-6 tahun*. Jurnal Pendidikan Anak, 6(1).
10. Perdima, F. E., & Kristiawan, M. (2021). *Nilai-nilai karakter pada permainan Hadang*. Jurnal Basicedu, 5(6). <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i6.1640>
11. Ramadhani, Y. P. (2020). *Model permainan tradisional untuk meningkatkan keterampilan sosial*. Jurnal Pendidikan Tambusai 4(1).
12. Rahmawati, F. N., et al. (2022). *Permainan tradisional dalam membentuk karakter anak SD*. Jurnal Ilmiah Kampus Mengajar, 2(1). <https://doi.org/10.56972/jikm.v2i1.35>
13. Sari, E. F. N., Siregar, N. M., Asri, N., & Ali, M. (2025). *Pelatihan gerak dasar melalui permainan tradisional untuk siswa sekolah dasar*. International Journal of Public Devotion, 8(2).
14. Suherman, W. S., Dapan, Guntur, & Muktiani, N. R. (2019). *Development of traditional children play based instructional model*. Cakrawala Pendidikan, 38(2). <https://doi.org/10.21831/cp.v38i2.25289>
15. Widjayatri, R. D., et al. (2023). *Permainan tradisional bakiak dalam mengembangkan kemampuan sosial anak usia dini*. Jurnal Tunas Siliwangi, 9(2).
16. Wijayanti, R. (2018). *Permainan tradisional sebagai media pengembangan kemampuan sosial anak*. Cakrawala Dini, 5(1).