



Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar: Kajian Literatur

The Influence of Traditional Games on the Motor Development of Elementary School Students: A Literature Review

**Syalwa Arba¹, Nurlaila Hayati Nasution², Rani Mustika Pondang Saragih³,
Asti Adelin Sihombing⁴, Fajar Sidik⁵**

Universitas Negeri Medan
Email: ranisaragih377@gmail.com

Article Info

Article history:

Received : 14-06-2026

Revised : 16-06-2026

Accepted : 18-06-2026

Published : 20-06-2026

Abstract

Traditional games are cultural heritages with significant potential in supporting the motor development of elementary school students. However, studies that comprehensively synthesize the influence of various traditional games on motor aspects of elementary school students remain limited. This article aims to examine the influence of traditional games on the motor development of elementary school students through a systematic literature review approach. The method used is descriptive library research by analyzing 13 scientific journal articles published between 2014 and 2025, sourced from Google Scholar, SINTA, and Garuda, with inclusion criteria of elementary school students or children aged 6–12 years. The results show that traditional games such as engklek, gobak sodor, lompat tali, bakiak, and pecah piring consistently have a positive and significant effect on students' gross motor development, particularly in balance, agility, movement coordination, and muscle strength. Traditional games are also proven relevant as a learning medium for Physical Education (PJOK) in elementary schools because they are contextual, enjoyable, and capable of building students' positive character. Research gaps were identified in the limited studies focusing on elementary school students in North Sumatra and the absence of comparative studies on the effectiveness of different game types for specific motor aspects. Integrating traditional games into the PJOK curriculum in elementary schools is strongly recommended as a holistic learning strategy.

Keywords: *traditional games, motor development, elementary school*

Abstrak

Permainan tradisional merupakan warisan budaya bangsa yang memiliki potensi besar dalam mendukung perkembangan motorik siswa sekolah dasar. Namun, kajian yang merangkum secara komprehensif pengaruh berbagai jenis permainan tradisional terhadap aspek motorik siswa sekolah dasar masih terbatas. Artikel ini bertujuan mengkaji pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan motorik siswa sekolah dasar melalui pendekatan kajian literatur sistematis. Metode yang digunakan adalah studi kepustakaan deskriptif dengan menganalisis 13 artikel jurnal ilmiah yang diterbitkan antara tahun 2014 hingga 2025, bersumber dari Google Scholar, SINTA, dan Garuda, dengan kriteria inklusi subjek siswa sekolah dasar atau anak usia 6–12 tahun. Hasil kajian menunjukkan bahwa permainan tradisional seperti engklek, gobak sodor, lompat tali, bakiak, dan pecah piring secara konsisten memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap perkembangan motorik kasar siswa, khususnya pada aspek keseimbangan, kelincahan, koordinasi gerak, dan kekuatan otot. Permainan tradisional juga terbukti relevan sebagai media pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah dasar karena bersifat kontekstual, menyenangkan, dan mampu membentuk karakter positif siswa. Kesenjangan penelitian ditemukan pada kurangnya kajian yang berfokus pada siswa sekolah



dasar di wilayah Sumatera Utara dan tidak adanya studi perbandingan sistematis antar jenis permainan terhadap aspek motorik yang spesifik. Integrasi permainan tradisional dalam kurikulum PJOK di sekolah dasar sangat direkomendasikan sebagai strategi pembelajaran yang holistik.

Kata Kunci: permainan tradisional, motorik, sekolah dasar

PENDAHULUAN

Perkembangan motorik merupakan salah satu aspek fundamental dalam tumbuh kembang anak usia sekolah dasar. Pada rentang usia 6 hingga 12 tahun, anak-anak mengalami perkembangan motorik yang pesat, meliputi peningkatan kemampuan motorik kasar seperti berlari, melompat, dan menjaga keseimbangan, serta motorik halus yang berkaitan dengan koordinasi tangan dan mata (Rushertanto dkk., 2024). Perkembangan motorik yang optimal tidak hanya mendukung performa fisik anak, tetapi juga berdampak langsung pada kemampuan akademik mereka, seperti menulis, menggambar, dan mengerjakan soal matematika. Oleh karena itu, upaya mengoptimalkan perkembangan motorik sejak usia SD menjadi hal yang krusial dan tidak dapat diabaikan.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah dasar menjadi salah satu wahana strategis untuk mengoptimalkan perkembangan motorik siswa. Melalui pembelajaran PJOK yang aktif, menyenangkan, dan bermakna, siswa dapat mengembangkan keterampilan gerak dasar sekaligus membentuk nilai-nilai karakter positif (Helmalia dkk., 2024; Asri, 2025). Namun, implementasi pembelajaran PJOK di lapangan masih sering menghadapi tantangan, di antaranya minimnya variasi metode pembelajaran, keterbatasan sarana dan prasarana, serta kecenderungan pendekatan konvensional yang mengakibatkan rendahnya motivasi dan partisipasi siswa (Asri, 2025).

Di tengah tantangan tersebut, permainan tradisional muncul sebagai alternatif pembelajaran yang potensial. Permainan tradisional merupakan aktivitas bermain yang diwariskan secara turun-temurun, mengandung unsur budaya lokal, serta melibatkan gerakan fisik yang beragam (Adelia dkk., 2024). Berbagai jenis permainan seperti engklek, gobak sodor, lompat tali, bakiak, dan bentengan menuntut anak untuk berlari, melompat, menjaga keseimbangan, serta melakukan koordinasi gerak yang secara langsung melatih komponen motorik kasar (Damayanti dkk., 2023). Berbeda dengan permainan digital yang hanya mengandalkan aktivitas tangan dan mata, permainan tradisional mengaktifkan seluruh sistem gerak tubuh anak secara menyeluruh dan menyenangkan.

Beberapa kajian terdahulu telah membuktikan manfaat permainan tradisional, baik bagi perkembangan motorik maupun karakter anak. Siswanto dkk. (2022) melalui systematic literature review terhadap 16 artikel menyimpulkan bahwa permainan tradisional berpengaruh sangat signifikan terhadap motorik kasar dan halus siswa SD. Farida dkk. (2025) mengkonfirmasi temuan ini melalui penelitian eksperimen, sementara Nevitaningrum dkk. (2023) menambahkan bahwa permainan tradisional juga efektif dalam membentuk karakter kerja sama, percaya diri, dan disiplin siswa. Meskipun demikian, kajian yang secara khusus mensintesis berbagai penelitian tentang pengaruh permainan tradisional terhadap motorik siswa SD dalam konteks pembelajaran PJOK terutama yang mencakup wilayah Sumatera masih sangat terbatas.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan untuk: (1) mengkaji hakikat permainan tradisional dan perkembangan motorik siswa sekolah dasar; (2) menganalisis dan mensintesis temuan berbagai penelitian mengenai pengaruh permainan tradisional terhadap



perkembangan motorik siswa SD; serta (3) mengidentifikasi kesenjangan penelitian sebagai rekomendasi bagi penelitian empiris selanjutnya.

METODE PENELITIAN

Artikel ini menggunakan pendekatan kajian pustaka (literature review) dengan metode studi kepustakaan deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan mengumpulkan, mengevaluasi, dan mensintesis hasil penelitian yang telah ada secara sistematis guna menjawab pertanyaan penelitian yang telah ditetapkan (Siswanto dkk., 2022).

Pencarian literatur dilakukan secara sistematis pada tiga database elektronik, yaitu: (1) Google Scholar, (2) SINTA (Sistem Informasi Riset Nasional, sinta.kemdikbud.go.id), dan (3) Garuda (Garba Rujukan Digital, garuda.kemdikbud.go.id). Pencarian dilakukan menggunakan kata kunci: "permainan tradisional", "motorik kasar", "sekolah dasar", "perkembangan motorik anak SD", "traditional games", dan "motor development elementary school".

Kriteria inklusi artikel yang digunakan meliputi: (1) artikel jurnal ilmiah yang diterbitkan pada tahun 2014–2025; (2) membahas permainan tradisional dan/atau perkembangan motorik anak; (3) subjek penelitian adalah siswa sekolah dasar atau anak usia 6–12 tahun; serta (4) diterbitkan dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris. Artikel dieksklusi apabila: tidak tersedia teks penuh, topik tidak relevan, merupakan prosiding atau tesis yang belum dipublikasikan, atau terbit di luar rentang tahun yang ditentukan.

Proses pemilihan artikel dilakukan secara bertahap. Pada tahap awal, artikel-artikel yang ditemukan disaring berdasarkan kesesuaian judul dan abstrak dengan topik penelitian. Artikel yang tidak berkaitan dengan permainan tradisional atau perkembangan motorik langsung dikeluarkan dari daftar. Selanjutnya, artikel yang lolos tahap pertama dibaca secara lebih mendalam untuk memastikan kesesuaian subjek penelitian dan tahun terbit. Dari proses ini, diperoleh 13 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan digunakan dalam pembahasan penelitian. Dari 13 artikel tersebut, 12 artikel yang secara langsung membahas siswa sekolah dasar dan pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan motorik disajikan dalam tabel sintesis, sedangkan 1 artikel lainnya digunakan sebagai sumber pendukung untuk memperkuat landasan teoritis pembahasan. Data dari setiap artikel dianalisis menggunakan teknik analisis konten, meliputi identifikasi: penulis dan tahun, subjek dan lokasi, aspek yang dikaji, serta hasil dan sintesis penelitian. Hasil sintesis disajikan dalam bentuk tabel dan narasi analitik untuk memberikan gambaran yang komprehensif mengenai pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan motorik siswa SD.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hakikat Permainan Tradisional

Permainan tradisional adalah permainan yang berasal dari tradisi masyarakat tertentu, diwariskan secara turun-temurun, dan mengandung nilai-nilai budaya lokal yang khas (Adelia dkk., 2024; Damayanti dkk., 2023). Permainan ini umumnya dimainkan dengan alat dan aturan yang sederhana, bersifat fleksibel, dan dapat dimodifikasi sesuai kebutuhan serta kondisi lingkungan sekolah. Menurut Damayanti dkk. (2023), permainan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana melatih perkembangan motorik anak, kemampuan interaksi sosial, dan pembentukan karakter yang tidak dapat digantikan oleh permainan digital.



Di Indonesia, keragaman permainan tradisional mencerminkan kekayaan budaya nusantara. Beberapa jenis permainan yang sering dikaji dalam konteks pendidikan antara lain engklek, gobak sodor (hadang), lompat tali, bakiak, bentengan, petak umpet, dan congklak. Setiap jenis permainan memiliki karakteristik gerak yang berbeda sehingga memberikan stimulasi motorik yang bervariasi. Adelia dkk. (2024) dalam kajian komprehensif terhadap 20 jurnal ilmiah menemukan bahwa permainan tradisional memiliki peran multidimensional tidak hanya pada aspek motorik, tetapi juga kognitif, sosial emosional, dan budaya.

Namun, di era modern keberadaan permainan tradisional semakin terancam. Adelia dkk. (2024) mengidentifikasi tiga faktor utama kepunahannya: dominasi teknologi digital, berkurangnya ruang bermain akibat urbanisasi, dan rendahnya dukungan keluarga serta institusi pendidikan. Paradoksnya, semakin anak bergantung pada permainan digital yang minim aktivitas fisik, semakin besar risiko keterlambatan motorik yang mereka alami. Dalam kondisi ini, sekolah khususnya melalui pembelajaran PJOK memiliki tanggung jawab strategis untuk merevitalisasi permainan tradisional sebagai media pembelajaran yang bermakna.

Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar

Motorik adalah kemampuan tubuh dalam mengendalikan dan mengatur gerak, baik secara fisiologis maupun psikis, yang mengakibatkan terjadinya gerak tubuh yang terkoordinasi (Siswanto dkk., 2022). Perkembangan motorik dibedakan menjadi dua kategori utama: motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar merupakan gerakan tubuh yang melibatkan otot-otot besar seperti berlari, melompat, melempar, dan menjaga keseimbangan. Adapun motorik halus adalah gerakan yang mengandalkan koordinasi otot-otot kecil seperti menulis dan menggambar (Farida dkk., 2025; Rushertanto dkk., 2024).

Rushertanto dkk. (2024) dalam penelitian kualitatif di SDN 1 Bendosari Boyolali menemukan bahwa sebagian besar siswa kelas V telah mencapai tahap perkembangan motorik kasar yang sesuai dengan usianya. Namun, terdapat variasi individual yang signifikan, terutama pada aspek kelenturan dan koordinasi tangan-mata. Temuan penting penelitian ini adalah bahwa keterlambatan motorik berdampak langsung pada performa akademik lintas mata pelajaran dari PJOK hingga matematika dan seni rupa, sehingga penanganan dini terhadap masalah motorik menjadi sangat penting.

Pada usia sekolah dasar (6–12 tahun), anak berada pada tahap kanak-kanak tengah (6–9 tahun) dan kanak-kanak akhir (10–12 tahun), yaitu masa di mana mereka sangat senang bergerak, bermain, dan melakukan aktivitas fisik secara langsung (Azrina dkk., 2023). Karakteristik ini menjadikan permainan tradisional sebagai media yang paling sesuai dan efektif untuk mengembangkan motorik, karena menawarkan aktivitas fisik yang autentik, menyenangkan, dan selaras dengan kebutuhan gerak anak usia SD.

Hasil Sintesis Kajian Literatur: Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Motorik Siswa SD

Berdasarkan analisis terhadap artikel yang memenuhi kriteria inklusi, berikut ini disajikan tabel sintesis lengkap yang merangkum temuan dari seluruh artikel yang dikaji.

**Tabel 1. Sintesis Hasil Kajian Literatur (12 Artikel Utama)**

| No | Penulis/Tahun | Subjek & Lokasi | Aspek yang Dikaji | Hasil & Sintesis Penelitian |
|----|--|---|--|---|
| 1 | Siswanto, Winaro, Adi & Setiawan (2022) Jurnal Patriot. | Siswa SD, usia 6-12 Tahun (Analisis 16 Artikel, seluruh Indonesia). | Mototik kasar dan motorik halus | Permainan tradisional berpengaruh sangat signifikan terhadap motorik kasar maupun halus siswa SD. Panduan permainan dikembangkan sesuai standar perkembangan siswa. Permainan tradisional juga berdampak pada perkembangan intelektual, sosial, dan karakter. |
| 2 | Farida, Ayuningsih, Dwinata & Nuruddin (2025) Edukasi Elita. | 20 Siswa kelas 4 SD, Jawa Timur (eksperimen vs. kontrol) | Motorik kasar (lompat, lari, keseimbangan) | Kelompok eksperimen yang mendapat perlakuan engklek, gobak sodor, dan lompat tali selama 4 minggu mengalami peningkatan motorik kasar yang signifikan dibanding kelompok kontrol. Permainan tradisional juga berkontribusi pada perkembangan sosial dan karakter. |
| 3 | Azrina, Sumaryanti, Suhartini, Budayati & Marpaung (2023) Sains Olahraga UNIMED | Siswa SD usia 6–12 tahun, Yogyakarta & Medan | Motorik kasar: keseimbangan, kelincahan, kekuatan otot | Engklek terbukti paling efektif meningkatkan keseimbangan dan kelincahan; lompat tali meningkatkan kekuatan otot tungkai; egrang melatih keseimbangan intensif. Permainan merangsang kerja sama, empati, dan kontrol diri siswa. |
| 4 | Rezki, Anugrah & Ikhsan (2024) Community Education Engagement Journal | Siswa SD Muhammadiyah 020, Kuok, Riau | Motorik kasar: gerak manipulatif melempar | Permainan pecah piring secara efektif meningkatkan kemampuan gerak manipulatif melempar dan antusiasme belajar siswa sangat tinggi. Guru mendapatkan pemahaman baru tentang manfaat olahraga tradisional. |
| 5 | Firmansyah, Badriatul, Fauzia dkk. (2023) Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat | 18 Siswa kelas 1 & 2 SDN 2 Kersaratu, Jawa Barat | Motorik kasar: keseimbangan & koordinasi tubuh | Permainan bakiak meningkatkan motorik kasar secara signifikan dari tahap 1 (rata-rata MB) ke tahap 2 (rata-rata BSH–BSB). Permainan ini juga berpengaruh positif pada perkembangan sosial dan kerja sama antar siswa. |
| 6 | Nevitaningrum, Mulyatno & Nopembri (2023) Jurnal Pendidikan | 75 Siswa kelas rendah fase A, SD Eksperimental Mangunan, | Pembentukan karakter melalui aktivitas gerak permainan | Permainan egrang bathok, gobak sodor, dan kelereng membentuk karakter kerja sama (85%), percaya diri (63%), dan disiplin (56%) pada kategori cukup baik. |



| | | | | |
|----|---|---|---|---|
| | Jasmani Indonesia UNY | Yogyakarta | tradisional | Motorik kasar terlatih secara tidak langsung melalui aktivitas bermain yang aktif. |
| 7 | Asri (2025) JUARA SD | Guru & siswa UPTD SDN 144 Barru, Sulawesi Selatan | Motorik kasar, kebugaran jasmani, karakter, motivasi belajar PJOK | Integrasi gobak sodor, bentengan, dan tarik tambang dalam PJOK meningkatkan partisipasi aktif, motivasi belajar, dan nilai-nilai sportivitas. Guru PJOK menyatakan permainan tradisional lebih mudah dikondisikan karena tidak memerlukan alat khusus. |
| 8 | Helmalia, Syafira, Yunida & Syahnin (2024) Jurnal Teknologi Pendidikan dan Pembelajaran | Guru & siswa beberapa SD di Medan, Sumatera Utara | Pelaksanaan PJOK SD: motorik kasar, karakter, dan peran guru | Pelaksanaan PJOK SD yang baik mencakup pengembangan motorik melalui lari, lompat, dan lempar. Guru PJOK perlu menggunakan metode efektif dan media pembelajaran yang mendukung. Hasil penelitian beberapa SD menunjukkan kategori pelaksanaan PJOK yang baik. |
| 9 | Adelia, Soraya, Azzahra & Perawati (2024) Jurnal Pendidikan Tambusai | Kajian 20 jurnal ilmiah (studi kepustakaan, berbagai wilayah Indonesia) | Pelestarian budaya, pengembangan keterampilan motorik, dan tantangan era modern | Permainan tradisional memiliki peran multidimensional: motorik, kognitif, sosial-emosional, dan budaya. Ancaman kepunahan disebabkan teknologi digital, berkurangnya ruang bermain, dan rendahnya dukungan keluarga. Digitalisasi dan integrasi kurikulum direkomendasikan sebagai strategi pelestarian. |
| 10 | Damayanti, Tiaraningrum, Nurefendi & Lestari (2023) Jurnal Bina Desa UNNES | Siswa kelas 5 SDN 1 Rejosari, Kudus, Jawa Tengah | Pelestarian budaya, pembentukan karakter, dan motorik melalui permainan tradisional | Pengenalan permainan congklak, engklek, lompat tali, kelereng, yoyo, dan gasing membentuk karakter kejujuran, sportivitas, tanggung jawab, dan kerja sama. Engklek melatih keseimbangan motorik; lompat tali melatih kegigihan dan koordinasi gerak. |
| 11 | Rushertanto, Nuryati, Wicaksana, Darsinah & Wulandari (2024) Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar UMS | Siswa kelas 5 SDN 1 Bendosari, Boyolali, Jawa Tengah | Tahap perkembangan fisik & motorik dan implikasinya pada pembelajaran SD | Sebagian besar siswa kelas V telah mencapai motorik kasar sesuai usia, namun ada variasi pada kelenturan dan koordinasi. Keterlambatan motorik berdampak pada performa akademik lintas mata pelajaran. Diperlukan pendekatan pembelajaran yang inklusif dan responsif terhadap keberagaman motorik siswa. |
| 12 | Setiawan & | 28 Siswa kelas 5 | Pengembangan | Model pengembangan gobak |



| | | | | |
|--|---|--|--|---|
| | Triyanto (2014) Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia UNNES | SDN Tegorejo, Kendal, Jawa Tengah | 2 permainan gobak sodor bola dalam pembelajaran PJOK SD | sodor bola dinilai sangat baik oleh ahli (80%–82,67%) dan mendapat respons sangat baik dari siswa (94,16% skala kecil; 92,11% skala besar). Model ini terbukti layak sebagai alternatif pembelajaran PJOK yang meningkatkan aktivitas fisik siswa SD. |
|--|---|--|--|---|

Berdasarkan hasil kajian terhadap artikel-artikel yang dianalisis, ditemukan beberapa kesamaan temuan mengenai pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan motorik siswa sekolah dasar. Pertama, sebagian besar penelitian menunjukkan hasil yang sejalan, yaitu permainan tradisional memberikan dampak positif terhadap perkembangan motorik siswa, sementara beberapa penelitian lainnya menyoroti kontribusinya terhadap pembentukan karakter, motivasi belajar, dan pelestarian budaya. Temuan positif tersebut muncul pada berbagai metode penelitian, kelompok usia, dan wilayah penelitian yang berbeda. Temuan Siswanto dkk. (2022) memperkuat hasil penelitian lain yang menunjukkan bahwa permainan tradisional memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan motorik siswa.

Kedua, setiap jenis permainan tradisional memberikan manfaat yang berbeda terhadap perkembangan motorik siswa. Engklek yang melibatkan lompatan satu kaki di atas kotak paling efektif meningkatkan keseimbangan statis-dinamis dan kelincahan (Azrina dkk., 2023; Farida dkk., 2025). Gobak sodor dan bentengan yang berbasis lari cepat dan perubahan arah lebih unggul dalam melatih kelincahan dan daya tahan. Bakiak, dengan karakteristik yang menuntut sinkronisasi gerak kelompok, secara unik melatih koordinasi interpersonal dan keseimbangan secara bersamaan (Firmansyah dkk., 2023). Pecah piring melatih gerak manipulatif melempar secara spesifik (Rezki dkk., 2024). Informasi ini dapat menjadi pertimbangan bagi guru PJOK dalam memilih permainan yang sesuai dengan tujuan pembelajaran.

Ketiga, permainan tradisional tidak hanya berdampak pada perkembangan motorik, tetapi juga memberikan manfaat pada aspek lain. Nevitaningrum dkk. (2023) mendokumentasikan peningkatan karakter kerja sama (85%), percaya diri (63%), dan disiplin (56%) melalui egrang bathok dan gobak sodor. Asri (2025) menemukan peningkatan motivasi dan partisipasi belajar PJOK. Damayanti dkk. (2023) mencatat terbentuknya nilai kejujuran, sportivitas, dan tanggung jawab. Temuan ini menunjukkan bahwa permainan tradisional tidak hanya melatih kemampuan motorik, tetapi juga mendukung pembentukan karakter dan interaksi sosial siswa sesuai dengan pendekatan pembelajaran holistik dalam Kurikulum Merdeka.

Keempat, temuan pendukung dari Najamuddin dan Ashari (2021) pada anak usia 5–6 tahun menunjukkan bahwa permainan gobak sodor juga mampu meningkatkan perkembangan motorik secara signifikan. Meskipun subjek penelitian berada pada jenjang pendidikan anak usia dini, hasil tersebut memperkuat argumentasi bahwa permainan tradisional memiliki potensi besar sebagai stimulasi perkembangan motorik pada berbagai tahap usia anak. Perbedaan ini dapat dijelaskan oleh faktor kematangan neuromotor: anak TK berada pada periode paling sensitif perkembangan motorik sehingga merespons stimulasi dengan lebih cepat. Namun demikian, hal ini tidak mengurangi urgensi intervensi pada usia SD, karena perkembangan motorik yang optimal di jenjang ini menjadi fondasi bagi aktivitas fisik dan akademik jangka panjang.



Meskipun seluruh penelitian yang dikaji menunjukkan hasil positif, terdapat beberapa keterbatasan metodologis yang perlu dicermati. Sebagian besar penelitian menggunakan sampel yang kecil (10–30 siswa) dan hanya melibatkan satu sekolah, sehingga generalisabilitas temuan masih terbatas. Beberapa penelitian juga tidak menggunakan kelompok kontrol, sehingga kausalitas antara perlakuan permainan tradisional dan peningkatan motorik belum dapat dipastikan sepenuhnya. Selain itu, durasi intervensi yang umumnya singkat (2–8 minggu) membatasi pemahaman tentang dampak jangka panjang. Keterbatasan-keterbatasan ini hendaknya menjadi pertimbangan bagi peneliti berikutnya dalam merancang studi yang lebih kuat.

Permainan Tradisional dalam Pembelajaran PJOK di SD

Integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar memiliki landasan teoritis dan empiris yang kuat. Asri (2025) membuktikan melalui penelitian kualitatif di SDN 144 Barru bahwa integrasi gobak sodor, bentengan, dan tarik tambang mampu meningkatkan partisipasi aktif siswa, termasuk siswa yang sebelumnya pasif mulai menumbuhkan nilai sportivitas dan kerja sama, serta menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Guru PJOK dalam penelitian tersebut menyatakan permainan tradisional lebih mudah dikondisikan karena tidak memerlukan alat khusus dan aturannya dapat dimodifikasi secara fleksibel.

Nevitaningrum dkk. (2023) menambahkan dimensi karakter dalam konteks PJOK: pembelajaran berbasis egrang bathok, gobak sodor, dan kelereng di SD Eksperimental Mangunan secara terukur membentuk karakter kerja sama, percaya diri, dan disiplin, tiga komponen yang selaras dengan profil pelajar Pancasila dalam Kurikulum Merdeka. Setiawan dan Triyanto (2014) dari sisi pengembangan produk menunjukkan bahwa modifikasi permainan gobak sodor menjadi gobak sodor bola mendapatkan respons sangat baik dari siswa (92,11%) dan dinilai layak oleh para ahli, membuktikan bahwa permainan tradisional dapat diadaptasi secara kreatif tanpa kehilangan esensi gerakannya. Helmalia dkk. (2024) menegaskan bahwa guru PJOK memiliki peran sentral: pemilihan jenis permainan yang tepat berdasarkan tujuan pembelajaran dan karakteristik siswa menentukan kualitas pengalaman belajar yang dihasilkan.

Tantangan Permainan Tradisional di Era Modern

Di tengah manfaatnya yang nyata, permainan tradisional menghadapi tantangan yang semakin serius di era digital. Adelia dkk. (2024) mengidentifikasi bahwa dominasi game online dan gawai pintar, berkurangnya ruang bermain akibat urbanisasi, serta rendahnya eksposur dari keluarga dan sekolah merupakan tiga faktor utama yang mendorong marginalisasi permainan tradisional. Farida dkk. (2025) menambahkan bahwa banyak anak saat ini sama sekali tidak mengenal permainan tradisional, padahal permainan ini mengandung fungsi edukatif yang mendalam dan tidak dapat direplikasi oleh layar gawai.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa semakin sering anak bermain permainan digital yang minim aktivitas fisik, semakin berkurang pula kesempatan mereka untuk melatih kemampuan gerakannya. Dalam kondisi tersebut, revitalisasi permainan tradisional melalui kurikulum PJOK bukan sekadar pilihan, melainkan sebuah kebutuhan pedagogis yang mendesak. Upaya strategis yang direkomendasikan meliputi integrasi permainan tradisional dalam rancangan pembelajaran PJOK secara sistematis, sosialisasi kepada orang tua, serta dukungan kebijakan dari pihak sekolah dan dinas pendidikan.



Kesenjangan Penelitian

Berdasarkan analisis kritis terhadap 13 artikel yang dikaji, ditemukan empat kesenjangan penelitian yang signifikan. Pertama, sebagian besar penelitian yang dikaji masih berfokus pada siswa sekolah dasar kelas rendah atau kelompok usia yang relatif luas (6–12 tahun). Penelitian yang secara khusus meneliti siswa sekolah dasar kelas menengah (kelas 3–5) masih terbatas sehingga diperlukan kajian yang lebih terfokus pada kelompok usia tersebut. Pada usia tersebut, kemampuan gerak anak sedang berkembang dengan pesat sehingga perlu mendapatkan perhatian lebih dalam penelitian.

Kedua, masih terbatasnya penelitian empiris mengenai pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan motorik siswa sekolah dasar di Sumatera Utara. Meskipun terdapat beberapa kajian yang melibatkan wilayah Medan, penelitian yang secara khusus menguji efektivitas permainan tradisional terhadap perkembangan motorik siswa sekolah dasar di daerah ini masih relatif sedikit. Padahal, wilayah ini memiliki kekayaan permainan tradisional tersendiri seperti margala, hadang, dan permainan khas Melayu Deli yang belum pernah dikaji secara empiris dalam konteks pembelajaran PJOK SD.

Ketiga, tidak adanya studi perbandingan sistematis: belum ditemukan satu pun penelitian yang secara metodis membandingkan efektivitas dua atau lebih jenis permainan tradisional terhadap komponen motorik yang sama. Informasi komparatif ini sangat dibutuhkan guru PJOK untuk membuat keputusan berbasis bukti dalam memilih jenis permainan yang paling tepat sesuai tujuan pembelajaran. Keempat, ketiadaan penelitian longitudinal: seluruh studi yang dikaji bersifat cross-sectional atau menggunakan intervensi jangka pendek (2–8 minggu), sehingga dampak jangka panjang integrasi permainan tradisional terhadap perkembangan motorik siswa SD belum dapat diketahui.

Keempat kesenjangan di atas membuka peluang penelitian yang luas, terutama bagi mahasiswa PGSD. Penelitian eksperimen yang melibatkan permainan tradisional khas Sumatera Utara pada siswa kelas 3–5 SD di Medan dapat memberikan kontribusi yang berarti bagi pengembangan ilmu pendidikan dasar.

KESIMPULAN

Berdasarkan kajian terhadap 13 artikel jurnal ilmiah yang diterbitkan antara tahun 2014 hingga 2025, yang terdiri atas 12 artikel utama yang disintesis dan 1 artikel pendukung teoritis, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap perkembangan motorik siswa sekolah dasar. Berbagai jenis permainan seperti engklek, gobak sodor, lompat tali, bakiak, dan pecah piring terbukti secara konsisten meningkatkan komponen motorik kasar siswa SD, khususnya pada aspek keseimbangan, kelincahan, koordinasi gerak, dan kekuatan otot. Konsistensi temuan ini berlaku lintas metode penelitian, wilayah, dan karakteristik subjek yang berbeda.

Selain dampak motorik, permainan tradisional juga menghasilkan efek ganda yang mencakup pembentukan karakter (kerja sama, disiplin, kejujuran, percaya diri), peningkatan interaksi sosial, dan pelestarian nilai budaya lokal. Hal ini menjadikan permainan tradisional sebagai instrumen pedagogis yang komprehensif dan sangat relevan dengan tuntutan pembelajaran holistik dalam Kurikulum Merdeka. Integrasi permainan tradisional dalam kurikulum PJOK



sekolah dasar sangat direkomendasikan sebagai strategi pembelajaran yang efektif secara pedagogis sekaligus bermakna secara kultural.

Empat kesenjangan penelitian yang ditemukan ialah minimnya kajian pada siswa SD kelas menengah, masih terbatasnya penelitian empiris mengenai permainan tradisional dan perkembangan motorik siswa SD di Sumatera Utara, absennya studi perbandingan antar jenis permainan, dan ketiadaan penelitian longitudinal membuka ruang penelitian yang luas bagi mahasiswa PGSD. Guru PJOK disarankan untuk mengintegrasikan permainan tradisional secara terencana, memilih jenis permainan sesuai tujuan motorik yang ingin dicapai, dan mengadaptasinya dengan kearifan budaya lokal daerah masing-masing.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelia, N., Soraya, S., Azzahra, S., & Perawati. (2024). Studi literatur: Dinamika permainan tradisional dengan kajian komprehensif tentang pelestarian budaya, pengembangan keterampilan, dan tantangan di era modern. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(3), 47489–47497.
- Asri, M. (2025). Integrasi permainan olahraga tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. *JUARA SD: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 4(3), 335–341.
- Azrina, J., Sumaryanti, Suhartini, B., Budayati, E. S., & Marpaung, D. R. (2023). Perkembangan motorik anak melalui olahraga tradisional untuk anak sekolah dasar. *Sains Olahraga: Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan*, 7(2), 104–113.
- Damayanti, S. N., Tiaraningrum, F. H., Nurefendi, J., & Lestari, E. Y. (2023). Pengenalan permainan tradisional untuk melestarikan budaya Indonesia. *Jurnal Bina Desa*, 5(1), 39–44.
- Farida, Y. R. S., Ayuningsih, Z. F., Dwinata, A., & Nuruddin, M. (2025). Permainan tradisional sebagai perkembangan motorik anak sekolah dasar. *Edukasi Elita: Jurnal Inovasi Pendidikan*, 2(2), 234–244.
- Firmansyah, A., Badriatul, H. A., Fauzia, K., Listiawati, Bintari, M. J., Mulyani, M. D., & Ananda, N. R. (2023). Permainan tradisional bakiak untuk perkembangan motorik kasar anak. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(5), 321–328.
- Helmalia, P., Syafira, N., Yunida, N., & Syahnin, W. N. (2024). Pelaksanaan pembelajaran penjas tingkat SD. *Jurnal Teknologi Pendidikan dan Pembelajaran*, 1(4), 775–777.
- Najamuddin, & Ashari, M. A. (2021). Pengembangan permainan gobak sodor dalam meningkatkan motorik anak usia 5–6 tahun. *Journal Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi (PORKES)*, 4(2), 134–139.
- Nevitaningrum, Mulyatno, C. B., & Nopembri, S. (2023). Implementasi pembelajaran pendidikan jasmani berbasis permainan tradisional dalam membentuk karakter peserta didik sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 19(1), 22–33.
- Rezki, Anugrah, F. D., & Ikhsan, M. (2024). Manfaat permainan olahraga tradisional terhadap perkembangan motorik anak SD. *Community Education Engagement Journal*, 5(2), 36–46.
- Rushertanto, A. D., Nuryati, Wicaksana, A. M., Darsinah, & Wulandari, M. D. (2024). Mengidentifikasi tahap perkembangan fisik dan motorik anak di sekolah dasar dan implikasinya pada proses pembelajaran. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 9(4), 757–771.
- Siswanto, Winarno, M. E., Adi, S., & Setiawan, E. (2022). Bagaimana dampak permainan tradisional pada perkembangan motorik siswa: Systematic literature review. *Jurnal Patriot*,



4(4), 364–379.

Setiawan, I., & Triyanto, H. (2014). Pengembangan permainan tradisional gobak sodor bola dalam pembelajaran penjas pada siswa SD. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 4(1), 40–46.