

Aktivitas Bermain Engklek Sebagai Stimulasi Keseimbangan Tubuh Anak Usia Dini

Sherly Alfia Maudina^{1*}, Ismatul Khasanah²

¹² PG-PAUD, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Semarang

sherlyalfia61@gmail.com

Abstract

This research is motivated by the use of traditional games in the modern era. This study aims to describe the activity of playing hopscotch as a stimulation of body balance in early childhood. This study used the literature study method by collecting data sources from various scientific article studies related to the activity of playing hopscotch as a stimulation of body balance in early childhood. The results of this study indicate that traditional hopscotch games have various benefits for body balance in early childhood, which can help children control their bodies and themselves, and can train children to read gestures, move their bodies, and most importantly can train children's agility and dexterity.

Keywords: playing hopscotch; Stimulation; Body balance; Early childhood.

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi dengan adanya penggunaan permainan tradisional di era modern. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan aktivitas bermain engklek sebagai stimulasi keseimbangan tubuh anak usia dini. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan mengumpulkan sumber data dari berbagai kajian artikel ilmiah yang berhubungan dengan aktivitas bermain engklek sebagai stimulasi keseimbangan tubuh anak usia dini. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa permainan tradisional engklek memiliki berbagai manfaat keseimbangan tubuh pada anak usia dini yaitu dapat membantu anak mengendalikan tubuh dan dirinya sendiri, serta dapat melatih anak membaca gerak tubuh, menggerakkan tubuh, dan yang terpenting dapat melatih kelincihan dan ketangkasan anak.

Kata kunci: Bermain engklek; Stimulasi; Keseimbangan tubuh; Anak usia dini.

PENDAHULUAN

Indonesia adalah Negara Makmur dengan semboyan Bhineka Tunggal Ika yang artinya memiliki kekayaan suku, ras, agama, ragam, budaya yang luhur. Budaya merupakan salah satu harta kekayaan bangsa Indonesia yang harus dilestarikan keberadaannya. Apa jadinya Indonesia tanpa budaya dan keberagaman tersebut. Seiring berkembangnya zaman yang terus memacu perubahan peradaban memaksa budaya dan teknologi berkembang semakin maju untuk menunjang kehidupan masa generasi masa kini. Faktanya saat ini keberadaan permainan tradisional mulai tergerus oleh

**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
“TRANSISI PAUD KE SD YANG MENYENANGKAN”
SEMARANG, 26 AGUSTUS 2023**

perkembangan budaya. Sebagian besar anak-anak sudah tidak lagi mengenal permainan tersebut. Hal itu membuat anak-anak kurang mengetahui kejadian atau peristiwa masa lampau yang penting dan bermakna.

Sebagai contoh, banyak anak-anak sekarang lebih asyik menghabiskan waktu untuk diam dirumah bermain game online di smartpone dan menggunakan media sosial dibanding bermain keluar bersama teman sebayanya, Sehingga tidak mengenal permainan tradisional daerah tempat tinggalnya. Apabila Orang tua kurang atau tidak mengenalkan budaya dan melestarikan budaya nenek moyang. Apakah mungkin anak-anak akan mengenal, memahami, melestarikan budaya dan menjadi generasi mendatang?. Maka dari itu, nilai-nilai budaya lokal harus dikenalkan dan diajarkan mulai sejak dini. Sebab, mencegah terjadinya nilai-nilai budaya luar yang datang, tidak sesuai atau malah bertentangan dengan nilai-nilai luhur budaya dan kepercayaan sendiri.

Salah satu nilai-nilai kebudayaan lokal yang menjadi fenomena masyarakat yaitu permainan tradisional. Permainan tradisional yaitu permainan rakyat dahulu sering dilakukan oleh anak zaman dahulu dan biasanya permainan tradisional ini memiliki ciri serta cara pelaksanaan permainannya masih sederhana (Kholida et al., 2020). Dalam permainan tradisional juga ada beberapa cara melakukan permainannya ada yang berkelompok dan individu. Permainan tradisional dapat melatih kemampuan anak membaca gerak tubuh, menggerakkan tubuh, melatih ketangkasan dan kelincahan anak dalam permainan, meningkatkan kemampuan komunikasi dan kemampuan menyusun strategi yang baik, melepaskan emosi anak dan melatih anak belajar berkelompok saat bermain (Amania et al., 2021; Putri et al., 2021; Ramadhani & Fauziah, 2020). Bermain merupakan aktivitas utama anak setiap hari. Hal ini karena dunia nyata anak-anak adalah dunia bermain. Bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan seseorang untuk mendapatkan kesenangan, tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Setiap pembelajaran anak usia dini diharapkan menyenangkan dan bermakna (Cendana & Suryana, 2021; Chaelani et al., 2019).

Ketika anak-anak bermain mereka akan dengan mudah menyerap segala sesuatu yang terjadi di sekitarnya. Fakta yang tidak dapat dipungkiri bahwa bermain merupakan media yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan tertentu pada anak-anak di seluruh dunia. Salah satu kegiatan bermain yang dapat digunakan adalah permainan tradisional. Permainan tradisional engklek merupakan bagian dari permainan tradisional yang untuk perkembangan motorik kasar pada anak. Permainan ini masih sering dilakukan di daerah pedesaan karena permainan tersebut sangat mudah dilakukan, akan tetapi permainan ini pada zaman sekarang sangat sudah jarang dilakukan di daerah perkotaan (Dini Indrayani et al, 2021).

Cara bermainnya sederhana, sebelum melakukan permainannya terlebih dahulu membuat gambar di tanah setelah membuat petak-petak anak harus memiliki gacuk / keweng yang dapat berupa

**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
“TRANSISI PAUD KE SD YANG MENYENANGKAN”
SEMARANG, 26 AGUSTUS 2023**

bagian kecil genting atau keramik lantai. Dalam permainan ini genting atau keramik dapat dilempar ke dalam kotak yang tersedia. Dalam petak yang ada keramik/gentingnya harus dilompati dan tidak bisa ditempati pada setiap pemain jadi pemain harus meloncat kepetak selanjutnya untuk mengelilingi kotak berikutnya dengan menggunakan satu kaki. Pada saat anak melempar genting tidak untuk melebihi batas kotak yang disediakan jika melebihi maka dinyatakan gugur dan diganti dengan pemain selanjutnya.

Pada permainan engklek juga dapat menstimulasi keseimbangan tubuh pada anak. Keseimbangan diartikan sebagai keterampilan mempertahankan tubuh ketika berada di berbagai posisi. Pergerakan yang tinggi pada anak usia dini membuat mereka aktif bergerak. Serta Kemampuan anak untuk dapat melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi dibutuhkan untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan (Novitasari et al., 2019).

Selain itu anak akan terlihat aktif dalam pembelajaran pengembangan fisik motorik dan mempunyai minat dan motivasi untuk melakukan permainan tersebut dengan hati yang menyenangkan (Sopiyati, 2021; Tanto & Sufyana, 2020). Kemampuan anak dalam gerak dan mengeksplorasi ini berfungsi sebagai pintu gerbang masuknya pengetahuan dan stimulasi yang diperlukan untuk membangkitkan serta mengembangkan potensi dalam diri anak. Anak yang diberikan banyak kesempatan untuk bergerak dan melatih fisiknya terutama motorik kasarnya, akan terbantu dalam percepatan kematangan sarafnya yang bermuara pada kesiapan belajar di tahap berikutnya secara optimal dan lebih baik. Hal ini mengingat kemampuan yang paling berkembang pesat pada usia dini adalah kemampuan motorik atau fisiknya.

Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka penelitian ini terfokus pada:”stimulasi keseimbangan tubuh pada anak usia berbasis permainan tradisional engklek dan fokus keseimbangan tubuh anak yang dimaksud adalah dua aspek utama dari keseimbangan tubuh anak yaitu: keseimbangan dinamis dan keseimbangan statis.

METODE

Penelitian ini dibuat dalam metode penelitian *literatur review* yang mana memberikan output terhadap data yang ada, serta penjabaran dari suatu penemuan sehingga dapat dijadikan suatu contoh untuk kajian penelitian dalam menyusun atau membuat pembahasan yang jelas dari isi masalah yang akan diteliti. Penulis mencari data atau bahan literatur dari jurnal atau artikel dan juga referensi dari buku sehingga dapat dijadikan suatu landasan yang kuat dalam isi atau pembahasan. Dari penelitian ini adapun isi terkait dengan penggunaan metode penelitian *systematis literature review*. Dalam penggunaan penelitian mencari dan mengumpulkan beberapa jurnal-jurnal serta diambil beberapa kesimpulan lalu ditelaah secara mendalam melalui cara yang rinci agar terdapat suatu hasil akhir yang

**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
“TRANSISI PAUD KE SD YANG MENYENANGKAN”
SEMARANG, 26 AGUSTUS 2023**

baik dan sesuai dengan apa yang diharapkan. Penulis melakukan pencarian melalui beberapa artikel ilmiah. Pencarian yang dilakukan oleh penulis menggunakan istilah “ Stimulasi keseimbangan tubuh pada anak usia dini melalui permainan engklek”. Pencarian dibatasi publikasi tahun 2018-2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan menggunakan metode *systematis literature review* yaitu dengan mengumpulkan referensi, dan mengolah bahan-bahan yang relevan dengan permasalahan atau kasus yang diangkat. Hasil dari *literature review* pada Sebelas artikel, penulis menemukan bahwa terdapat pengaruh permainan tradisional dalam keseimbangan tubuh pada anak usia dini. Berikut ini hasil *review* dari beberapa sumber artikel yang digunakan dalam penelitian ini.

Tabel 1

Review Artikel yang digunakan dalam studi literatur

<i>No</i>	<i>Penulis</i>	<i>Judul</i>	<i>Hasil</i>
1.	Hendlidia (2019)	Pengaruh Permainan Tradisional Engklek Deprok terhadap perkembangan keseimbangan anak didik di kelompok B di TK Insan Kamil Gadang Malang	Temuan dari penelitian terdapat bahwa keberadaan permainan tradisional engklek ini sangat berpengaruh pada perkembangan keseimbangan anak di era permainan modern yang kurang memperhatikan perkembangan sosial anak, maupun perkembangan keseimbangan anak
2.	Mega, Baitul, & Arif (2018)	Eksistensi Permainan Tradisional Sebagai Warisan Budaya Bangsa	Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa keberadaan permainan tradisional di Kabupaten Semarang dapat dikatakan cukup baik untuk menstimulasi perkembangan anak
3.	Salma Rozana & Ampun Bantali (2020)	Stimulasi perkembangan anak usia dini melalui permainan tradisional engklek	Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa permainan tradisional mempunyai nilai-nilai dan karakteristik yang positif, seperti kebersamaan, kejujuran, tanggung jawab.
4.	Dini, Heri & Sima (2021)	Manfaat permainan tradisional engklek dalam aspek motorik kasar anak.	Temuan menunjukkan permainan tradisional banyak manfaat dalam aspek motorik kasar anak seperti kemampuan fisik yang menjadi kuat, melatih keseimbangan kaki saat melompat, meningkatkan massa otot pada anak.

**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
“TRANSISI PAUD KE SD YANG MENYENANGKAN”
SEMARANG, 26 AGUSTUS 2023**

5.	Dipa, Bagus, & Veryliana (2022)	Pengaruh permainan tradisional engklek terhadap karakter anak dalam berinteraksi	Temuan menunjukkan karakter anak meningkat seperti jujur, disiplin, mandiri, rasa ingin tahu, demokratis.
6.	Fira, Pramono, & Wuri (2021)	Penerapan permainan engklek fruit sebagai stimulasi kemampuan motorik anak usia dini	Hasil dari penelitian terdapat bahwa penerapan permainan engklek ini menstimulasi kemampuan motorik kasar anak dapat terlatih dengan membantui anak untuk mengendalikan tubuh dan dirinya sendiri, serta dapat melatih anak untuk membaca gerak tubuh, menggerakkan tubuh, dan atau yang terpenting dapat melatih ketangkasan dan kelincahan anak dalam permainan engklek fruit sehingga anak dapat melatih ketangkasan tubuhnya dalam melakukan sesuatu.
7.	Adi, Sudaryanti, & Muthmainnah (2020)	Implementasi permainan tradisional dalam pembelajaran anak usia dini sebagai pembentuk karakter bangsa.	Permainan tradisional terbukti dapat mengembangkan karakter anak seperti kesabaran, kejujuran, sportivitas, disiplin, kegigihan, kemandirian, percaya diri, dan Kerjasama. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa lebih dari 90% peserta pelatihan memahami pengembangan modifikasi permainan tradisional untuk mengembangkan karakter anak usia dini
8.	Anzila, & Kartika (2023)	Pengaruh modifikasi permainan tradisional engklek terhadap keseimbangan pada anak usia 5-6 tahun	Hasil penelitian menunjukkan bahwa modifikasi pada permainan engklek membuat anak tidak bosan serta mengetahui seberapa tingkat keseimbangan anak.
9.	Ramadhani & Fauziah (2020)	Hubungan teman sebaya dan permainan tradisional pada keterampilan sosial dan emosional anak usia dini	Hasil dari penelitian bahwa terdapat hubungan teman sebaya yang positif akan meningkatkan pencapaian perkembangan sosial dan emosional anak
10.	Budiyah, & Raihana (2021)	Pengaruh permainan tradisional engklek terhadap perkembangan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun	Temuan menunjukkan pengaruh perkembangan fisik motorik pada permainan tradisional meliputi menyeimbangkan berdiri dengan satu kaki, melompat, berlari.
11.	Evi, Tesya, Jendriadi, & Fenti (2021)	Permainan tradisional engklek untuk peningkatan sosial emosional anak usia dini	Hasil dari penelitian permainan tradisional engklek meningkatkan sosial emosional seperti memiliki keterampilan bekerja sama, menyesuaikan diri, berinteraksi, berempati, keterampilan menghargai orang lain.

**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
“TRANSISI PAUD KE SD YANG MENYENANGKAN”
SEMARANG, 26 AGUSTUS 2023**

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa permainan tradisional menjadi alternatif untuk melatih keseimbangan tubuh pada anak, serta menjadi strategi pembelajaran kreatif yang diterapkan dalam kegiatan belajar mengajar anak. Pendidikan hendaknya menyelenggarakan pendidikan yang memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada peserta didik untuk tumbuh dan berkembang sesuai dengan potensi, bakat, minatnya.

PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil kajian 11 (Sebelas) jurnal yang dicermati penulis, terdapat berbagai efektivitas dari penggunaan permainan dalam pembelajaran anak usia dini. Bermain sebagai aktivitas yang berhubungan dengan diri anak secara utuh, pada saat bermain anak akan terpacu untuk melatih keterampilannya yang dapat mengarahkan perkembangan kognitif anak, perkembangan bahasa anak, perkembangan sosial emosional, dan perkembangan fisik motorik anak. Pengalaman bermain itu akan mendorong anak untuk lebih kreatif, dimulai dari perkembangan emosi, kemudian mengarah pada kreativitas dalam bersosialisasi serta menunjang tinggi nilai budaya bangsa.

Hal ini akan memiliki arti yang sangat besar dan mendalam bagi anak di kemudian hari berkenaan dengan kemampuannya merespon stimulasi dari lingkungan yang lebih kompleks lagi. Proses stimulasi tersebut dikenal dengan istilah stimulasi eksteroseptil. Sedangkan stimulasi proprioseptil adalah stimulasi yang terjadi pada saat anak melakukan aktivitas sehari-hari. Pada saat anak bermain atau Mempermainkan alat bermain mereka memperkirakan bentuk, jarak, ukuran, dan Kecepatan, anak mengamati kemudian memperhatikan dengan cermat. Upaya stimulasi sensorik proprioseptil melalui pemberian mainan dalam berbagai bentuk dan ukuran akan merangsang kemampuan analisa dan pengamatannya.

Usaha-usaha yang dilakukan dalam menumbuhkembangkan potensi anak. Usia dini agar menjadi menusia yang utuh yang memiliki kemampuan yang Seimbang baik dalam berfikir maupun bersikap. Menurut Bredekamp dan Rosegrant, ada empat komponen untuk membantu anak dalam menumbuhkembangkan potensi anak, yaitu kesadaran, eksplorasi, penyediaan pengalaman, dan pemanfaatannya. Eksplorasi bagi anak dilaksanakan pada saat mereka bermain dan berinteraksi dengan lingkungan dan teman sebaya. Hal ini Sesuai dengan dunia mereka yang berprinsip “belajar seraya bermain” atau Sebaliknya”. Jenis permainan yang pertama kali mereka kenal dilingkungannya adalah permainan tradisional, yaitu permainan turun temurun dari orang tua yang Ada di lingkungan mereka tinggal.

Permainan tradisional menjadi media pembelajaran yang edukatif bersifat alami yang tumbuh dan berkembang sejak lama yang terhubung secara sinergis antara akar budaya dan alam. Chairunnisa et al. (2019), menyatakan bahwa permainan tradisional merupakan kegiatan permainan yang sederhana

**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
“TRANSISI PAUD KE SD YANG MENYENANGKAN”
SEMARANG, 26 AGUSTUS 2023**

dan mengandung nilai-nilai budaya lokal dan melalui kegiatan permainan tradisional tersebut dapat mengembangkan sikap sosialisasi anak dengan lingkungan sekitar. Hal ini sejalan dengan penelitian (Lumbin et al., 2022) yang menyatakan bahwa terdapat nilai karakter yang terkandung dalam permainan tradisional diantaranya nilai kebersamaan, nilai kedisiplinan, nilai sosial, rendah hati, tanggungjawab dan nilai ketangkasan.

Hal ini sepatutnya untuk dilestarikan dan dijaga karena permainan tradisional merupakan warisan budaya bangsa dimana setiap permainan memiliki ciri khas dan nilai kearifan lokal dari setiap daerah meliputi nilai kebersamaan, kreativitas, berpikir kritis, syukur dan sebagainya (Mega et al., 2018). Chaelani et al., (2019) juga menyatakan bahwa permainan tradisional dapat menjadi sarana pengembangan karakter kooperatif dan media pembelajaran bagi anak. Sejalan dengan penelitian Amirudin & Mukarom, (2019), menyatakan bahwa permainan tradisional dapat dijadikan sebagai pendidikan karakter seperti pemecahan masalah, melatih keterampilan sosial, dan ekspresi emosi serta syarat nilai moral di dalamnya. Makna-makna luhur yang terkandung di dalamnya, seperti nilai agama, nilai pendidikan, norma, dan etika, yang semuanya akan berguna dalam kehidupan masyarakat di masa yang akan datang. Oleh karena itu, perlu dilakukan sosialisasi dan pelestarian permainan tradisional secara berkelanjutan.

Naafi' & Irawan, (2022) menyatakan bahwa melakukan cara memodifikasi permainan tradisional yang dikemas sedemikian rupa, akan menjadikan pilihan permainan yang sangat menarik. Dimana dengan cara tersebut eksistensi permainan tradisional tetap dikenal antar generasi. Irmansyah et al., (2020) menyatakan bahwa modifikasi permainan tradisional mampu mengembangkan keterampilan sosial anak seperti tanggung jawab pribadi dan sosial, kerjasama dalam permainan, dan komunikasi dan kepedulian antar sesama dalam permainan. Hartanto et al., (2021) menyatakan bahwa keterampilan sosial anak dapat dikembangkan melalui bermain di lingkungan sekitar rumah karena bermain merupakan kegiatan yang sangat akrab dengan kehidupan anak.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Rejeki et al., 2020; Ulfah et al., 2020) yang menyatakan bahwa permainan tradisional efektif untuk meningkatkan kemampuan kognitif anak karena anak dapat memperoleh informasi mengenai permainan tradisional secara berulang-ulang. Dalam permainan tradisional juga melibatkan anak untuk berpikir kreatif melalui modifikasi permainan tersebut (Kawuryan et al., 2018). Selain itu permainan tradisional dapat meningkatkan kemampuan pemecahan masalah pada anak (Srikandi et al., 2020). Dengan bermain permainan tradisional, anak akan saling beradu pikiran dan pendapat, dan anak juga akan menyelesaikan masalahnya. Permainan tradisional merupakan sarana bagi anak untuk memperoleh pengalaman gerak yang berguna bagi pertumbuhan dan perkembangan fisik anak. Siregar et al., (2021) menyatakan bahwa model gerak dasar berbasis permainan tradisional untuk anak usia dini dapat diterapkan sekaligus sebagai model gerak dasar yang

**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
“TRANSISI PAUD KE SD YANG MENYENANGKAN”
SEMARANG, 26 AGUSTUS 2023**

efektif untuk meningkatkan aktivitas, kemampuan dan keterampilan melalui gerak khususnya yang berkaitan dengan lokomotor dan teknik gerak dasar nonlokomotor. dan manipulatif. Permainan dapat dikembangkan berdasarkan perspektif tradisional akan secara efektif meningkatkan keberhasilan kinerja siswa dalam keterampilan gerak dasar (Rejeki et al., 2020).

Permainan tradisional anak akan dapat berkembang secara fisik, mendapatkan pengalaman yang bermanfaat dan bermakna, membangun hubungan dengan teman dan mampu melestarikan budaya bangsa (Azlan et al., 2021; Fernández-Gavira et al., 2021; Saputra et al., 2021; Siregar et al., 2021; Torkar & Verawati, 2018). Hal ini sejalan dengan penelitian Ramadhani & Fauziah, (2020) menyatakan bahwa melalui permainan tradisional, anak-anak mendapatkan lebih banyak manfaat dari keterampilan sosial dan emosional dengan cara yang mudah dan menyenangkan. Saat bermain, anak akan mencurahkan segala emosinya, selain itu mereka akan mengembangkan sikap sadar diri yang merupakan emosi yang kompleks, seperti rasa malu, bangga, dan sebagainya. Hal ini dikarenakan, selain mengutamakan faktor kesenangan bersama, permainan tradisional juga memiliki tujuan yang lebih dalam untuk memperdalam keterampilan interaksi antar pemain. Permainan tradisional membuat anak mampu berinteraksi dengan teman-temannya dengan rasa senang. Anak-anak akan saling berkomunikasi yang secara tidak sadar dapat mengasah kemampuan berbahasa dan menambah kosa kata (Cendana & Suryana, 2021).

Permainan anak dikemas agar mendapatkan manfaat dari esensi pengetahuan dalam suasana santai yang juga berdampak pada kondisi mental yang baik. Pembelajaran melalui permainan tradisional dimaksudkan agar pendidik mampu menciptakan suasana belajar yang tidak membosankan, sehingga siswa mampu memusatkan perhatiannya pada kegiatan pembelajaran untuk meningkatkan kualitas pembelajar. Melalui permainan tradisional ini, anak secara tidak sengaja mengembangkan berbagai aspek perkembangannya dan mengetahui keseimbangan tubuh masing-masing tiap anak. Permainan tradisional dapat menjadi media alternatif yang dapat meningkatkan berbagai aspek pembangunan menjadi lebih optimal. Permainan tradisional mirip dengan olahraga karena memiliki aturan dan dapat memberikan kesenangan, relaksasi, kegembiraan, dan tantangan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan tradisional dapat menstimulasi keseimbangan tubuh pada anak usia dini. Hal ini ditunjukkan dari hasil literature 13 artikel yang telah menguji mengenai penggunaan metode permainan tradisional dalam melatih keseimbangan tubuh anak usia dini.

**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
“TRANSISI PAUD KE SD YANG MENYENANGKAN”
SEMARANG, 26 AGUSTUS 2023**

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, B. S., Sudaryanti, S., & Muthmainah, M. (2020). Implementasi permainan tradisional dalam pembelajaran anak usia dini sebagai pembentuk karakter bangsa. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(1), 33–39. <https://doi.org/10.21831/jpa.v9i1.31375>
- Anzila, F., Kartika, R. A. (2023). Pengaruh modifikasi permainan tradisional engklek terhadap keseimbangan anak usia 5-6 tahun. *E-Journal PG PAUD Universitas Negeri Surabaya Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini*. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/paud-teratai/article/view/56464/44384>
- Agung, W. H., Rukiyati. (2022). Studi Literatur permainan tradisional sebagai media alternatif stimulasi perkembangan anak usia dini, 11(2).https://staffnew.uny.ac.id/upload/131763780/penelitian/ARTIKEL%20AGUNG%20WAHYU%20&%20RUKIYATI_JURNAL%20PEND%20ANAK.pdf
- Budiyah, F. S., Raihana. (2021). Pengaruh permainan tradisional engklek terhadap perkembangan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, Vol 4, Nomor 2. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/paud-teratai/article/view/56464/44384>
- Dini, I., Heri, Y. M., Sima, M. (2021). Manfaat permainan tradisional engklek dalam aspek motorik kasar anak. 9(3), 349-354. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPAUD/article/view/34164>
- Dipa, A. I., Bagus, A. S., Veryliana. P. S. (2022). Pengaruh permainan tradisional engklek terhadap karakter anak dalam berinteraksi, Vol 18, Nomor 1. <https://journal.upgris.ac.id/index.php/DIMENSI/article/view/10905/4972>
- Evi, D., Tesya, C. K., Jendriadi., & Fenti. (2021). Permainan tradisional engklek untuk peningkatan sosial emosional anak usia dini. *Jurnal Riset : Jurnal Pendidikan Dasar dan Karakter*, Vol 3, No 1. <https://ojs.adzkie.ac.id/index.php/pdk/article/view/43>
- Fira, K. S., Pramono., & Wuri, A. (2021). Penerapan permainan engklek fruit sebagai stimulasi kemampuan motorik anak usia dini, Vol 2, No 1. <https://media.neliti.com/media/publications/410435-penerapan-permainan-engklek-fruit-sebaga-06f587b4.pdf>
- Hendlidia, O. D. (2019). Pengaruh Permainan Tradisional Engklek Deprok terhadap perkembangan keseimbangan anak didik di kelompok B di TK Insan Kamil Gadang Malang, Vol 3, Tahun 2019, Halaman 901-908. https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=pengaruh+permainan+tradisional+engklek+deprok+terhadap++perkembangan+keseimbangan+anak&btnG=#d=gs_qabs&t=1692427697980&u=%23p%3DsWI7yj1obNAJ
- Indah, D.P., SST, W. (2019) Pengaruh permainan tradisional engklek terhadap keseimbangan anak usia 4-6 tahun di TK Pertiwi

**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
“TRANSISI PAUD KE SD YANG MENYENANGKAN”
SEMARANG, 26 AGUSTUS 2023**

- Ismatul, K., Agung, P., Ellya, R. (2011). Permainan tradisional sebagai media stimulasi aspek perkembangan anak usia dini. *Jurnal Penelitian PAUDIA: Jurnal Penelitian dalam bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 2011.
- Mega, G., Baitul, S., & Arif, M. (2018). Eksistensi permainan tradisional sebagai warisan budaya bangsa. *Journal of Sport Science and Education*, 3(2), 56–59.
<https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jossae.v3n2.p55>
- Naafi', M., & Irawan, R. J. (2022). Studi literatur: Efektivitas modifikasi dalam permainan tradisional pada eksistensi permainan anak era generasi z. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(01), 129–136.
- Nurhayati. (2012). Peran Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Anak Usia Dini. *Jurnal EMPOWERMENT*, 1(2252), 39–48. <https://doi.org/10.22460/empowerment.v1i2p39-48.614>
- Pratiwi, Y., M. & Kristanto. (2014). Upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar (keseimbangan tubuh) anak melalui permainan tradisional engklek di kelompok B Tunas Rimba II Tahun Ajaran 2014-2015, *Jurnal Penelitian PAUDIA : Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, vol 3, No 1, 2014.
- Ramadhani, P. R., & Fauziah, P. Y. (2020). Hubungan terman sebaya dan permainan radisional pada keterampilan sosial dan emosional anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 1011. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.502>
- Rini, N. Y., Dede, N. Q., Siti, H. (2022). Menstimulasi keterampilan motorik kasar anak melalui permainan tradisional engklek di kelompok B TK Armawiyah 1, *Jurnal PAUD Agapedia*, Vol. 6, No 1. <https://ejournal.upi.edu/index.php/agapedia/article/download/48059/19497>
- Ruqoyyah, F., Meidita. L. I. (2021). Permainan karpet engklek: aktivitas motorik untuk mningkatkan keseimbangan tubuh anak usia dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol 5, No. 2. <https://ejournal.upi.edu/index.php/agapedia/article/download/48059/19497>
- Srikandi, S., Suardana, I. M., & Sulthoni, S. (2020). Membentuk karakter anak usia dini melalui permainan tradisional. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 5(12), 1854. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v5i12.14364>
- Tiara, S. D. S., Ellya, R. (2015). Upaya meningkatkan keseimbangan tubuh anak melalui bermain engklek putar di TK B Bunga Bangsa Tahun Ajaran 2015-2016, *Jurnal Penelitian PAUDIA : Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol 4, No 1, 2015.