



Internalisasi Nilai Permainan Tradisional Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5–6 Tahun Melalui Permainan *Engklek* Di TK Negeri 02 Pringgasela

¹ Juarni Asri; ² Masjudin

Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD), Institut Agama Islam Hamzanwadi Pancor, Lombok Timur, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

¹yuarniasri@gmail.com; ²masjudinfaras@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received

Accepted

Available online

Keywords: early childhood; engklek; gross motor skills; traditional games; balance; coordination

Copyright © 2025 Ekuitas: Jurnal Pendidikan Ekonomi This is an open access article distributed under the CC BY-NC 4.0 license - <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

Abstract

This study describes the implementation of traditional hopscotch (engklek), observable changes in gross-motor behavior among children aged 5–6 years, and the constraints and teacher strategies emerging during classroom practice at TK Negeri 02 Pringgasela. A descriptive qualitative approach was employed using repeated observation, a semi-structured teacher interview, documentation, and field notes. Data were collected in four sessions on 7, 8, 9, and 12 September 2026. Analysis focused on balance, coordination, agility, and movement accuracy through data condensation, thematic display, cross-session comparison, and technique triangulation. The findings show that engklek creates a structured movement environment involving single-leg support, one-to-two-foot transitions, directional changes, landing control, and target foot placement. During the initial session, some children hesitated, lost balance, paused to organize body position, or stepped on boundary lines. Across subsequent sessions, movements became smoother, corrective responses improved, arm and visual coordination became more functional, and line-stepping errors decreased. Agility appeared to develop most rapidly, while balance and coordination continued to require repeated stimulation. Pedagogical effectiveness was supported by teacher demonstration, turn-taking routines, graduated assistance without taking over the child's movement, positive reinforcement, and adaptation to individual ability. The study indicates that engklek can function as a culturally grounded, low-cost, and

contextually meaningful form of gross-motor stimulation in early childhood education; however, the findings are descriptive and should not be interpreted as causal evidence.

Abstrak: Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan pelaksanaan permainan tradisional *engklek*, perubahan perilaku motorik kasar anak usia 5–6 tahun, serta kendala dan strategi guru selama kegiatan di TK Negeri 02 Pringgasela. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan observasi berulang, wawancara semi-terstruktur dengan guru, dokumentasi, dan catatan lapangan. Pengumpulan data dilaksanakan dalam empat sesi pada 7, 8, 9, dan 12 September 2026. Analisis difokuskan pada empat aspek motorik kasar, yaitu keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan ketepatan gerak, dengan teknik kondensasi data, penyajian tematik, perbandingan antarpertemuan, dan triangulasi teknik. Hasil menunjukkan bahwa *engklek* menyediakan pengalaman gerak yang terstruktur melalui tumpuan satu kaki, transisi satu-dua kaki, perubahan arah, pendaratan, serta penempatan kaki pada sasaran. Pada sesi awal, sebagian anak masih ragu, kehilangan keseimbangan, berhenti untuk mengatur posisi, atau menyentuh garis kotak. Pada sesi berikutnya, gerak anak menjadi lebih lancar, kemampuan memperbaiki posisi meningkat, penggunaan lengan dan pandangan mata lebih terkoordinasi, dan kesalahan menginjak garis berkurang. Kelincahan tampak sebagai aspek yang paling cepat berkembang, sedangkan keseimbangan dan koordinasi masih memerlukan stimulasi berulang. Permainan didukung oleh demonstrasi guru, pengaturan giliran, bantuan bertahap tanpa mengambil alih gerak anak, penguatan positif, dan penyesuaian berdasarkan kemampuan individual..



A. PENDAHULUAN

Perkembangan motorik kasar pada usia prasekolah merupakan fondasi bagi partisipasi anak dalam aktivitas fisik, permainan sosial, eksplorasi lingkungan, dan pembelajaran berbasis gerak. Keterampilan gerak fundamental tidak berkembang hanya karena pertambahan usia; anak memerlukan kesempatan praktik yang berulang, umpan balik, lingkungan yang aman, serta tugas gerak yang cukup menantang. Bukti mutakhir menunjukkan bahwa program motorik terstruktur di pendidikan anak usia dini dapat meningkatkan kompetensi gerak, terutama ketika aktivitas memberi kesempatan praktik yang cukup dan didampingi oleh pendidik (Engel et al., 2022; Khodaverdi et al., 2022; Dobell et al., 2023; Roscoe et al., 2024). (Asri & Zakaria, 2026)

Urgensi stimulasi motorik semakin kuat karena aktivitas fisik dan kompetensi motorik saling berkaitan. Kajian sistematis menunjukkan hubungan antara keterampilan motorik fundamental dan aktivitas fisik intensitas sedang-tinggi, walaupun kekuatan hubungan dapat berbeda menurut usia, domain keterampilan, serta karakteristik konteks (Liu et al., 2023). Pada tingkat pendidikan anak usia dini, intervensi berbasis aktivitas fisik juga dikaitkan dengan perkembangan motorik, fungsi eksekutif, dan kesiapan anak terlibat dalam aktivitas yang lebih kompleks (Malambo et al., 2022; Zhang et al., 2022). Di sisi lain, meta-analisis tentang kepatuhan aktivitas fisik anak prasekolah menegaskan bahwa belum semua anak mencapai jumlah aktivitas yang direkomendasikan, sehingga lembaga PAUD perlu menyediakan kesempatan bergerak yang nyata dan rutin (Bourke et al., 2023).

Permainan merupakan konteks pedagogis yang sesuai karena menggabungkan pengulangan gerak, motivasi intrinsik, pengambilan keputusan, interaksi sosial, dan aturan sederhana. Telaah terbaru menemukan bahwa intervensi terstruktur maupun tidak terstruktur sama-sama berpotensi memperbaiki keterampilan gerak fundamental, dengan program terstruktur cenderung memberi keuntungan lebih konsisten pada keterampilan lokomotor tertentu (Chen et al., 2024). Planned active play juga terbukti meningkatkan keterampilan lokomotor, keterampilan bola, dan keseimbangan anak prasekolah (Bai et al., 2024), sedangkan intervensi active play yang dipandu guru menghasilkan perbaikan kompetensi motorik kasar (Spring et al., 2024). Temuan tersebut menempatkan permainan aktif bukan sekadar rekreasi, tetapi sebagai medium belajar gerak yang dapat dirancang secara pedagogis.

Di Indonesia, permainan tradisional memiliki nilai tambahan karena menghubungkan aktivitas fisik dengan pengalaman budaya lokal. Perspektif guru menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat diadaptasi untuk pembelajaran motorik anak usia dini (Adi et al., 2022). Penelitian *engklek* pada anak usia dini melaporkan potensi peningkatan keterampilan motorik kasar melalui rangkaian melompat, menyeimbangkan tubuh, dan berpindah pola (Darmawati & Widayarsi, 2022; Gulo et al., 2025). Penelitian permainan tradisional lain juga menunjukkan



manfaat terhadap gerak dasar dan partisipasi (Fauzi et al., 2023), sementara kegiatan outdoor learning memberi ruang bagi variasi gerak yang lebih kaya (Laely et al., 2023).

Secara biomekanis dan pedagogis, *engklek* menarik karena mengharuskan anak mengontrol pusat massa tubuh saat bertumpu satu kaki, mengoordinasikan pandangan dengan lokasi pendaratan, menyesuaikan penggunaan satu atau dua kaki, mengubah arah, dan mengendalikan akurasi agar tidak menginjak garis. Komponen tersebut beririsan dengan domain stabilitas, koordinasi, lokomotor, dan kontrol tubuh yang menjadi fokus berbagai program kompetensi motorik kontemporer (Navarro-Patón et al., 2024; Haugland et al., 2024). Lingkungan bermain yang sebagian terstruktur juga dapat memberi manfaat karena anak memperoleh arah yang cukup tanpa kehilangan unsur eksploratif permainan (Tortella et al., 2022; Martín-García & Rico-González, 2024).

Walaupun penelitian mengenai *engklek* telah berkembang, masih terdapat ruang untuk kajian yang tidak semata-mata menghitung skor sebelum dan sesudah intervensi, melainkan menjelaskan bagaimana perubahan gerak muncul dari sesi ke sesi, bagaimana guru melakukan scaffolding, bagian gerak mana yang paling menantang, dan faktor kontekstual apa yang mempengaruhi pelaksanaan. Literatur intervensi menekankan pentingnya demonstrasi, instruksi cara melakukan perilaku, latihan/rehearsal, dan penyesuaian lingkungan sebagai komponen yang sering muncul dalam program aktivitas fisik anak (Al-walah et al., 2023). Kajian implementasi juga menunjukkan bahwa kapasitas pendidik merupakan faktor penting dalam keberlanjutan program keterampilan gerak (McGuckin et al., 2024).

Berdasarkan celah tersebut, penelitian ini memusatkan perhatian pada proses. Pertanyaan penelitian adalah: (1) bagaimana permainan *engklek* dilaksanakan pada anak usia 5–6 tahun di TK Negeri 02 Pringgasela; (2) bagaimana perkembangan perilaku keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan ketepatan gerak selama permainan; dan (3) kendala serta strategi guru apa yang muncul selama pelaksanaan. Kontribusi penelitian terletak pada deskripsi mikro mengenai perubahan perilaku gerak dan praktik pedagogis guru dalam konteks permainan tradisional yang autentik.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan desain kualitatif deskriptif. Desain ini dipilih karena tujuan penelitian bukan menguji besarnya efek atau membandingkan kelompok, melainkan menggambarkan proses permainan, perilaku motorik yang tampak, perubahan antarsesi, serta makna praktis yang diperoleh dari observasi dan penjelasan guru. Unit partisipasi adalah anak usia 5–6 tahun pada kelas yang menjadi lokasi kegiatan dan guru kelas sebagai informan kunci. Seluruh identitas anak diposisikan menggunakan kode dalam catatan analitik.

Penelitian dilaksanakan di TK Negeri 02 Pringgasela dalam empat sesi lapangan pada 7, 8, 9, dan 12 September 2026. Rentang tersebut digunakan untuk menangkap



kondisi awal, respons anak setelah pengulangan, serta pola perubahan yang relatif konsisten. Kegiatan *engklek* dilaksanakan pada area sekolah dengan pola kotak yang dibuat di lantai dan disesuaikan agar aman untuk anak. Dokumentasi visual yang disediakan menunjukkan pola permainan berupa beberapa kotak tunggal dan berpasangan dengan area akhir berbentuk setengah lingkaran, sehingga anak perlu bertransisi antara lompatan satu kaki dan pendaratan dua kaki.

Instrumen utama penelitian adalah peneliti, didukung oleh pedoman observasi pelaksanaan, pedoman observasi motorik kasar, pedoman wawancara semi-terstruktur, catatan lapangan, dokumentasi, dan rekam perkembangan antarsesi. Pedoman pelaksanaan memuat 10 indikator yang meliputi persiapan area, pemahaman aturan, pemberian contoh, kesempatan bermain, bantuan guru, keamanan, peluang stimulasi gerak, keterlibatan anak, penyesuaian kemampuan, dan umpan balik. Pedoman motorik kasar memuat 16 indikator yang dikelompokkan ke dalam empat aspek: keseimbangan (KES-1 s.d. KES-4), koordinasi (KOR-1 s.d. KOR-4), kelincahan (KEL-1 s.d. KEL-4), dan ketepatan gerak (KET-1 s.d. KET-4).

Wawancara guru memuat 30 pertanyaan utama dengan pertanyaan penelusuran mengenai pelaksanaan, perubahan motorik, kendala, dan strategi. Observasi dilakukan secara berulang sehingga temuan tidak bergantung pada satu kejadian. Data dokumentasi digunakan untuk mengonfirmasi konteks permainan, pola gerak satu-dua kaki, pengaturan giliran, dan situasi ruang. Penggunaan data tidak mengubah perilaku anak menjadi skor numerik karena rancangan penelitian berfokus pada deskripsi perubahan perilaku.

Analisis dilakukan melalui empat langkah. Pertama, catatan observasi dan wawancara dikondensasi berdasarkan kode PLK, KES, KOR, KEL, KET, KND, dan STG. Kedua, data disusun dalam matriks antarsesi untuk membandingkan kondisi awal, perubahan, dan kesulitan yang tersisa. Ketiga, pola yang konsisten antara observasi, wawancara, dan dokumentasi dikembangkan menjadi tema interpretatif. Keempat, simpulan diperiksa kembali terhadap bukti yang berbeda agar tidak berasal dari satu sumber tunggal. Pendekatan triangulasi ini sejalan dengan kebutuhan penelitian implementasi permainan, karena perubahan motorik dapat dipengaruhi oleh karakteristik anak, kualitas instruksi, lingkungan, dan frekuensi kesempatan bergerak.

Secara etis, instrumen penelitian mensyaratkan penggunaan kode anak dan dokumentasi hanya setelah izin lembaga serta orang tua/wali. Karena dokumen untuk publikasi sebaiknya meminimalkan risiko identifikasi anak, foto yang memperlihatkan wajah tidak direproduksi dalam naskah ini. Analisis hanya menggunakan isi perilaku yang relevan dengan tujuan penelitian.

Landasan teoretis utama penelitian ini menggunakan model perkembangan motorik Goodway, Ozmun, dan Gallahue (2021) melalui Triangulated Hourglass Model. Dalam model tersebut, anak usia 5–6 tahun berada pada fase fundamental movement, yaitu periode ketika pola gerak dasar dikembangkan melalui pengalaman



dan latihan pada keterampilan stabilitas, lokomotor, dan manipulatif. Permainan *engklek* terutama melibatkan keterampilan stabilitas dan lokomotor karena anak harus mempertahankan tumpuan satu kaki, melompat, mendarat, berpindah antarkotak, serta mengubah arah. Kajian mutakhir tentang fundamental movement skills juga menempatkan keseimbangan sebagai keterampilan stabilitas dan menunjukkan bahwa lingkungan bermain dapat menantang keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi anak (Pawlowski et al., 2023), sementara intervensi terstruktur pada anak prasekolah terbukti mendukung perkembangan keterampilan lokomotor melalui latihan yang konsisten dan berulang (Chen et al., 2024).

Empat aspek yang digunakan dalam instrumen—keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan ketepatan gerak—tidak diperlakukan sebagai empat domain teoritis yang berdiri sendiri. Keseimbangan diturunkan langsung dari domain stabilitas; kelincahan dioperasionalisasikan sebagai kemampuan adaptasi lokomotor ketika anak berpindah dan mengubah arah; koordinasi dipahami sebagai integrasi perseptual-motor antara mata, kaki, lengan, dan posisi tubuh; sedangkan ketepatan gerak digunakan sebagai indikator kualitas kontrol gerak dalam menempatkan kaki pada sasaran, menghindari garis, dan mengikuti urutan pola. Dengan demikian, indikator observasi merupakan operasionalisasi kontekstual dari tuntutan stabilitas dan lokomotor dalam permainan *engklek*, lalu diperkuat oleh literatur motor competence kontemporer (Malambo et al., 2022; Pawlowski et al., 2023; Haugland et al., 2024). Landasan teoretis dan derivasi indikator

Aspek	Kode	Dasar teoretis dan indikator operasional
Keseimbangan	KES-1 s.d. KES-4	Turunan keterampilan stabilitas: mempertahankan tumpuan satu kaki, stabil saat mendarat, mengendalikan tubuh antarkotak, dan memulihkan posisi ketika goyah (Goodway et al., 2021; Pawlowski et al., 2023).
Koordinasi	KOR-1 s.d. KOR-4	Integrasi perseptual-motor: menyelaraskan kaki-tubuh, menggunakan lengan, mengarahkan mata-kaki ke sasaran, serta bertransisi antara pola satu dan dua kaki (Malambo et al., 2022; Haugland et al., 2024).
Kelincahan	KEL-1 s.d. KEL-4	Adaptasi lokomotor: berpindah dengan lancar, mengubah arah, mempertahankan kontinuitas lompatan, dan mengoreksi posisi saat hampir salah langkah (Pawlowski et al., 2023; Chen et al., 2024).
Ketepatan gerak	KET-1 s.d. KET-4	Kualitas kontrol gerak pada tugas lokomotor: mendarat di kotak sasaran, menghindari garis, menempatkan satu/dua kaki sesuai pola, dan mengikuti urutan permainan (Goodway et al., 2021; Chen et al., 2024).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis menghasilkan empat tema utama: (1) permainan *engklek* berlangsung sebagai aktivitas gerak terstruktur dengan scaffolding guru; (2) perubahan motorik muncul pada keempat aspek tetapi kecepatannya tidak sama; (3) pengulangan permainan mengurangi keraguan dan ketergantungan pada bantuan; dan (4)



keberhasilan kegiatan dipengaruhi oleh keamanan, ruang, perbedaan kemampuan anak, serta strategi adaptasi guru.

Permainan *engklek* berlangsung sebagai aktivitas gerak terstruktur dengan scaffolding guru

Pada setiap sesi, guru menyiapkan area permainan yang bersih dan bebas dari benda yang berpotensi membahayakan. Sebelum permainan dimulai, guru menjelaskan aturan dasar dan urutan permainan, kemudian memperagakan cara melempar penanda, melompat, mendarat, serta berpindah dari satu kotak ke kotak berikutnya. Anak bermain secara bergantian. Ketika anak mengalami kesulitan, guru memberikan arahan atau contoh ulang tanpa mengambil alih seluruh gerak anak. Keselamatan dijaga dengan mengatur antrean dan mengingatkan anak agar tidak saling mendorong.

Pola permainan menyediakan kesempatan yang jelas untuk melakukan gerak satu kaki, dua kaki, perubahan arah, dan perpindahan antarkotak. Respons anak secara umum aktif dan antusias. Guru menyesuaikan bantuan karena kemampuan anak berbeda-beda: beberapa anak cukup dengan arahan lisan, sedangkan anak lain membutuhkan contoh tambahan atau pendampingan dekat. Pada bagian penutup, guru memberikan pujian dan umpan balik sederhana terhadap usaha anak.

Perubahan motorik muncul pada keempat aspek tetapi kecepatannya tidak sama

Aspek	Kondisi awal	Perubahan yang tampak	Kesulitan tersisa
Keseimbangan	Sebagian anak masih goyah saat bertumpu satu kaki, berpindah, atau mendarat.	Anak lebih mampu mempertahankan tumpuan, mendarat stabil, dan mengembalikan posisi tubuh ketika sedikit goyah.	Masih ada anak yang memerlukan arahan atau pendampingan dekat ketika satu kaki menjadi tumpuan utama.
Koordinasi	Koordinasi kaki, tubuh, pandangan, dan lengan belum konsisten; transisi satu-dua kaki kadang disertai jeda.	Pandangan semakin diarahkan ke kotak tujuan; lengan digunakan spontan; transisi satu-dua kaki lebih lancar.	Beberapa anak masih memerlukan pengingat untuk menata posisi tubuh dan kaki sebelum lompatan.
Kelincahan	Gerakan sebagian anak ragu-ragu dan berhenti untuk mengatur posisi.	Perpindahan antarkotak menjadi lebih lancar, perubahan arah lebih cepat, dan koreksi posisi lebih sigap.	Perbedaan kecepatan perkembangan antaranak tetap terlihat.
Ketepatan gerak	Kesalahan yang sering muncul adalah menyentuh/menginjak garis dan keraguan menentukan titik pendaratan.	Mayoritas anak semakin mampu mendarat di kotak sasaran, membedakan pola satu-dua kaki, dan mengikuti urutan.	Kesalahan garis belum hilang sepenuhnya pada sebagian anak.



Pengulangan permainan mengurangi keraguan dan ketergantungan pada bantuan

Pada pertemuan awal, anak masih berada pada tahap memahami pola permainan dan mengatur strategi tubuh. Kesulitan paling sering muncul saat mempertahankan tumpuan satu kaki, menentukan titik pendaratan, serta menjaga tubuh tetap stabil ketika berpindah. Sebagian anak juga berhenti cukup lama sebelum melanjutkan lompatan atau menurunkan kaki yang seharusnya tetap terangkat.

Setelah permainan diulang, anak tampak lebih percaya diri. Gerakan menjadi lebih berurutan, penggunaan lengan untuk menjaga keseimbangan muncul lebih spontan, dan anak mulai mengarahkan pandangan ke kotak tujuan sebelum kaki mendarat. Ketika posisi hampir salah, beberapa anak sudah mampu menyesuaikan kaki atau arah tubuh dengan cepat tanpa keluar dari pola.

Wawancara guru memperkuat observasi tersebut. Guru menilai kelincahan sebagai aspek yang paling cepat tampak berkembang karena anak makin lancar berpindah antarkotak dan tidak banyak berhenti. Sebaliknya, keseimbangan dan koordinasi masih memerlukan stimulasi lebih banyak, terutama pada anak yang belum stabil saat bertumpu satu kaki. Guru juga melaporkan bahwa kebutuhan bantuan berkurang setelah anak memperoleh kesempatan mencoba berulang kali.

Keberhasilan kegiatan dipengaruhi oleh keamanan, ruang, perbedaan kemampuan anak, serta strategi adaptasi guru

Komponen pedagogis	Praktik guru	Fungsi
Persiapan & keamanan	Area dibersihkan, kondisi lantai diperiksa, aturan tidak saling mendorong ditegaskan.	Menurunkan risiko jatuh, bertabrakan, atau keluar dari pola karena tergesa-gesa.
Demonstrasi	Guru memperagakan lompatan, pendaratan, dan perpindahan satu-dua kaki.	Memberi model visual sebelum anak mencoba.
Bantuan bertahap	Arahan verbal, contoh ulang, pendampingan dekat, atau memegang tangan bila risiko jatuh meningkat.	Membantu tanpa mengambil alih gerak sehingga anak tetap berlatih mandiri.
Pengaturan giliran	Anak bermain secara bergantian dan semua diberi kesempatan.	Menjaga keteraturan sekaligus memastikan kesempatan praktik.
Penguatan & refleksi	Guru memberi pujian atas usaha dan mengingatkan bagian gerak yang perlu diperbaiki.	Meningkatkan keberanian dan menjaga motivasi.
Adaptasi individual	Dukungan disesuaikan dengan kemampuan, keberanian, dan pemahaman aturan masing-masing anak.	Mengakomodasi perbedaan laju perkembangan motorik.

Kendala utama meliputi keterbatasan ruang atau kondisi lingkungan, potensi lantai licin, perbedaan kemampuan antaranak, rasa takut atau ragu ketika melompat, kelelahan, kesulitan menunggu giliran, serta belum mantapnya pemahaman aturan. Kondisi cuaca juga dapat menjadi faktor apabila kegiatan dipindahkan ke luar ruang.



Strategi yang dinilai paling membantu adalah demonstrasi, arahan singkat, motivasi, pendampingan sesuai kebutuhan, pengaturan giliran, dan pemberian kesempatan latihan berulang.

Pembahasan temuan merujuk pada model perkembangan motorik Goodway et al. (2021). Pada fase fundamental movement, keterampilan stabilitas dan lokomotor menjadi dasar bagi pola gerak yang lebih kompleks. *Engklek* memadukan dua tuntutan tersebut: anak menahan tumpuan, melompat, mendarat, mengubah arah, mengatur ritme, dan menempatkan kaki sesuai sasaran. Karena itu, empat indikator penelitian dibaca sebagai manifestasi operasional dari stabilitas dan kontrol lokomotor, bukan sebagai empat domain teori yang terpisah. Interpretasi ini konsisten dengan kajian FMS yang membedakan *stability*, *locomotor*, dan *object-control skills*, serta menunjukkan bahwa lingkungan bermain dapat menantang keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi anak (Pawlowski et al., 2023). Temuan juga sejalan dengan bukti bahwa keterampilan gerak fundamental membutuhkan latihan yang disengaja dan berulang (Engel et al., 2022; Dobell et al., 2023; Chen et al., 2024).

1. Permainan *engklek* berlangsung sebagai aktivitas gerak terstruktur dengan scaffolding guru. Temuan menunjukkan bahwa pola kotak, aturan giliran, demonstrasi, lompatan satu kaki, pendaratan dua kaki, perubahan arah, dan perpindahan antarkotak membentuk aktivitas gerak yang terstruktur. Guru berperan memberi contoh, arahan, dan bantuan bertahap tanpa mengambil alih gerak anak. Kondisi ini sejalan dengan pandangan Goodway et al. (2021) bahwa keterampilan pada fase fundamental movement memerlukan kesempatan praktik yang terarah, serta didukung bukti bahwa intervensi motorik terstruktur dan berulang dapat memperkuat keterampilan gerak fundamental anak prasekolah (Engel et al., 2022; Chen et al., 2024).

2. Perubahan motorik muncul pada keempat aspek tetapi kecepatannya tidak sama. Kelincahan tampak berkembang lebih cepat melalui perpindahan yang semakin lancar dan berkurangnya jeda, sedangkan keseimbangan dan koordinasi masih memerlukan stimulasi lebih banyak. Pada keseimbangan, anak perlu mempertahankan tumpuan satu kaki, mengontrol pendaratan, dan memulihkan posisi ketika goyah; pada koordinasi, anak perlu menyelaraskan pandangan, kaki, lengan, dan posisi tubuh. Perbedaan laju perubahan ini sesuai dengan kerangka perkembangan motorik yang menempatkan stabilitas dan lokomotor sebagai kemampuan yang berkembang melalui pengalaman gerak, dan didukung kajian yang menunjukkan bahwa karakteristik tugas dan lingkungan dapat memberi tantangan berbeda terhadap *balance*, *agility*, dan *coordination* (Goodway et al., 2021; Pawlowski et al., 2023; Navarro-Patón et al., 2024).

Pengulangan permainan mengurangi keraguan dan ketergantungan pada bantuan. Pada sesi awal, sebagian anak masih ragu, berhenti untuk mengatur posisi, menurunkan kaki ketika kehilangan keseimbangan, atau memerlukan arahan guru. Setelah memperoleh kesempatan bermain berulang, gerakan menjadi lebih lancar, pandangan lebih terarah pada kotak tujuan, penggunaan lengan muncul lebih spontan,



dan kebutuhan bantuan mulai berkurang. Pola tersebut mendukung prinsip bahwa keterampilan motorik berkembang melalui praktik, pengulangan, umpan balik, dan kesempatan melakukan koreksi gerak secara mandiri (Malambo et al., 2022; Haugland et al., 2024).

4. Keberhasilan kegiatan dipengaruhi oleh keamanan, ruang, perbedaan kemampuan anak, serta strategi adaptasi guru. Pelaksanaan permainan dipengaruhi oleh kondisi lantai dan ruang, keteraturan giliran, keamanan, keberanian anak, pemahaman aturan, serta perbedaan kemampuan antaranak. Guru merespons kondisi tersebut dengan memeriksa area permainan, mengatur antrean, memberi demonstrasi, motivasi, pendampingan dekat, dan bantuan yang disesuaikan dengan kebutuhan anak. Strategi ini penting karena kualitas lingkungan dan dukungan pendidik ikut menentukan kesempatan anak berlatih dan memperbaiki gerak (Al-walah et al., 2023; McGuckin et al., 2024).

Peran guru menjadi temuan penting. Guru tidak hanya menjelaskan aturan, tetapi juga mengatur giliran, menjaga keamanan, memodelkan gerak, memberi bantuan bertahap, dan memodifikasi dukungan sesuai kebutuhan. Hal ini mendukung literatur implementasi yang menempatkan kompetensi pendidik sebagai determinan keberhasilan program FMS di layanan anak usia dini (McGuckin et al., 2024; Roscoe et al., 2024). Dalam konteks Indonesia, guru juga menilai permainan tradisional relevan untuk motor learning karena mudah diadaptasi pada sumber daya sekolah (Adi et al., 2022).

Pengaturan ruang dan lingkungan turut menentukan. Guru memastikan lantai tidak licin, area bebas benda berbahaya, dan anak bermain bergantian agar tidak bertabrakan. Tinjauan nature-based ECE dan studi playground menunjukkan bahwa karakter lingkungan dapat mempengaruhi kesempatan bergerak dan perkembangan kompetensi motorik (Johnstone et al., 2022; Tortella et al., 2022). Outdoor learning di konteks Indonesia juga menekankan variasi aktivitas dan pengalaman langsung untuk perkembangan motorik (Laely et al., 2023). Dengan demikian, *engklek* dapat diterapkan di dalam atau luar ruang selama tersedia area datar, aman, dan cukup untuk antrean serta perpindahan.

Temuan juga menunjukkan bahwa perkembangan antaranak tidak seragam. Ada anak yang cepat memahami urutan tetapi masih kurang stabil, ada yang bergerak lebih lambat namun tepat, dan ada yang membutuhkan dorongan sebelum mencoba. Heterogenitas ini konsisten dengan bukti bahwa kompetensi motorik dipengaruhi oleh pengalaman, kesempatan praktik, karakteristik individu, dan konteks (Zheng et al., 2022; Malambo et al., 2022). Oleh karena itu, guru sebaiknya menghindari target waktu yang terlalu kaku dan lebih menekankan kualitas gerak serta progres individual.

Dari perspektif budaya, penggunaan *engklek* juga memperluas makna pembelajaran fisik. Studi di Indonesia memperlihatkan bahwa permainan tradisional dapat menjadi medium gerak dasar sekaligus partisipasi sosial (Fauzi et al., 2023), dan



penelitian khusus *engklek* melaporkan manfaat pada motorik kasar anak usia dini (Darmawati & Widyasari, 2022; Gulo et al., 2025). Temuan di TK Negeri 02 Pringgasela menambahkan bukti proses: manfaat tidak hanya muncul dari jenis permainan, tetapi dari kombinasi struktur pola, pengulangan, scaffolding, rasa senang, dan kesempatan memperbaiki gerakan.

Implikasi lebih luas berkaitan dengan kebutuhan meningkatkan aktivitas fisik anak prasekolah. Meskipun *engklek* bukan pengganti seluruh aktivitas fisik harian, permainan ini dapat menjadi salah satu komponen rutinitas aktif di sekolah. Penelitian internasional menunjukkan bahwa aktivitas fisik di PAUD dapat diperkuat melalui intervensi multikomponen dan dukungan guru (Bourke et al., 2023; Grady et al., 2025), sedangkan keterampilan motorik yang lebih baik dapat mendukung partisipasi fisik selanjutnya meskipun hubungan tersebut bersifat dinamis dan tidak selalu bertahan tanpa paparan lanjutan (Liu et al., 2023; Palmer et al., 2026).

Penelitian ini memiliki keterbatasan. Pertama, desain kualitatif deskriptif tidak memungkinkan klaim kausal bahwa semua perubahan semata-mata disebabkan oleh *engklek*; guru juga menyebutkan anak melakukan senam, berlari, bermain bola, dan aktivitas luar kelas. Kedua, periode pengamatan relatif singkat. Ketiga, data lebih kuat untuk menunjukkan pola perilaku daripada besaran perubahan karena tidak menggunakan pengukuran standar seperti TGMD atau MABC. Keempat, jumlah anak per sesi tidak didokumentasikan sebagai data numerik dalam bahan yang dianalisis, sehingga naskah ini tidak membuat estimasi jumlah peserta. Keterbatasan ini justru memperjelas arah penelitian berikutnya: studi mixed methods atau kuasi-eksperimen dengan pengukuran standar, durasi lebih panjang, dan dokumentasi dosis permainan.

Secara lebih luas, pola temuan ini sejalan dengan kajian yang menunjukkan bahwa intervensi motorik pada usia prasekolah lebih efektif ketika anak memperoleh pengalaman gerak yang berulang, aktif, dan didukung orang dewasa, baik melalui program berbasis permainan, keterlibatan pendidik, maupun lingkungan bermain yang dirancang untuk mendorong eksplorasi gerak (Fernández-Valero et al., 2023; Stevenson et al., 2023; Alonso-Martínez et al., 2025; Veiga et al., 2025). Literatur terbaru juga memperlihatkan bahwa perkembangan keterampilan motorik dapat beririsan dengan fungsi eksekutif, kompetensi sosial-emosional, dan kebiasaan aktivitas anak, sehingga stimulasi motorik sebaiknya ditempatkan sebagai bagian dari pengalaman belajar yang utuh, bukan aktivitas terpisah (Li et al., 2026; Maria & Puteh, 2025). Dalam konteks Indonesia, bukti tentang variasi keterampilan gerak dasar dan penggunaan permainan tradisional maupun media pembelajaran berbasis permainan memperkuat relevansi pendekatan yang kontekstual dan dekat dengan kehidupan anak (Widyawan et al., 2024; Wijaya & Fitri, 2023).



D. KESIMPULAN

Permainan tradisional *engklek* di TK Negeri 02 Pringgasela terlaksana sebagai aktivitas bermain yang terstruktur, aman, dan didukung scaffolding guru. Melalui lompatan satu kaki, transisi satu-dua kaki, perubahan arah, pendaratan, dan penempatan kaki pada kotak, permainan memunculkan stimulasi simultan terhadap keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan ketepatan gerak. Perubahan yang paling cepat tampak pada kelincahan dan kelancaran perpindahan, sedangkan keseimbangan serta koordinasi masih membutuhkan latihan berulang. Ketepatan gerak membaik melalui berkurangnya kesalahan menginjak garis dan meningkatnya kemampuan mengikuti urutan. Keberhasilan kegiatan didukung oleh demonstrasi, pengaturan giliran, bantuan bertahap, penguatan positif, dan adaptasi sesuai kemampuan individual. *Engklek* karena itu layak dipertimbangkan sebagai strategi bermain berbasis budaya untuk memperkaya stimulasi motorik kasar di PAUD. Untuk memperkuat bukti, penelitian lanjutan perlu menggunakan periode intervensi lebih panjang, ukuran sampel yang terdokumentasi secara eksplisit, serta instrumen motorik standar sehingga pola perubahan kualitatif dapat dihubungkan dengan besaran perubahan kuantitatif.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Adi, B. S., Irianto, D. P., & Sukarmin, Y. (2022). Teachers' perspectives on motor learning with traditional game approach among early children. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 41(1). <https://doi.org/10.21831/cp.v41i1.36843>
- Alonso-Martínez, L., Ramírez-Vélez, R., García-Hermoso, A., Izquierdo, M., & Alonso-Martínez, A. M. (2025). Improving preschool fundamental motor skills through interventions targeting 24-hour movement behaviors and socioecological factors: A meta-analysis. *Journal of Physical Activity and Health*, 22(9), 1076-1085. <https://doi.org/10.1123/jpah.2024-0704>
- Al-walah, M. A., Donnelly, M., Cunningham, C., & Heron, N. (2023). Which behaviour change techniques are associated with interventions that increase physical activity in pre-school children? A systematic review. *BMC Public Health*, 23, 2013. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16885-0>
- Aziz, A., Hadi, Y. A., Ramdan, A. Y., & Triyanto, M. (2023). Implementasi permainan tradisional dengklak dalam meningkatkan motorik kasar anak autisme usia dini. *Jurnal Golden Age*, 7(1).
- Bai, M., Lin, N., Yu, J. J., Teng, Z., & Xu, M. (2024). The effect of planned active play on the fundamental movement skills of preschool children. *Human Movement Science*, 96, 103241. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2024.103241>
- Bourke, M., Haddara, A., Loh, A., Carson, V., Breau, B., & Tucker, P. (2023). Adherence to the World Health Organization's physical activity recommendation in preschool-aged children: A systematic review and meta-analysis of accelerometer studies. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 20, 52. <https://doi.org/10.1186/s12966-023-01450-0>



- Chen, D., Zhao, G., Fu, J., Shun, S., Su, L., He, Z., Chen, R., Jiang, T., Hu, X., Li, Y., & Shen, F. (2024). Effects of structured and unstructured interventions on fundamental motor skills in preschool children: A meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 12, 1345566. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1345566>
- Darmawati, N. B., & Widayarsi, 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>
- Dobell, A. P., Faghy, M. A., Pringle, A., & Roscoe, C. M. P. (2023). Improving fundamental movement skills during early childhood: An intervention mapping approach. *Children*, 10(6), 1004. <https://doi.org/10.3390/children10061004>
- Engel, A., Broderick, C., van Doorn, N., Hardy, L., Ward, R., Kwai, N., & Parmenter, B. (2022). Effect of a fundamental motor skills intervention on fundamental motor skill and physical activity in a preschool setting: A cluster randomized controlled trial. *Pediatric Exercise Science*, 34(2), 57-66. <https://doi.org/10.1123/pes.2021-0021>
- Fauzi, R. A., Suherman, A., Saptani, E., Dinangsit, D., & Rahman, A. A. (2023). The impact of traditional games on fundamental motor skills and participation in elementary school students. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 11(6), 1368-1375. <https://doi.org/10.13189/saj.2023.110622>
- Fernández-Valero, P. B., Soto-Sánchez, J., & Muñoz Lara, M. (2023). Effects of interventions on fundamental motor skills and physical activity in preschoolers: Systematic review. *Retos*, 48, 94-100. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.96549>
- Goodway, J. D., Ozmun, J. C., & Gallahue, D. L. (2021). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (8th ed.). Jones & Bartlett Learning.
- Grady, A., Lorch, R., Giles, L., Lamont, H., Anderson, A., Pearson, N., Romiti, M., Lum, M., Stuart, A., Leigh, L., & Yoong, S. L. (2025). The impact of early childhood education and care-based interventions on child physical activity, anthropometrics, fundamental movement skills, cognitive functioning, and social-emotional wellbeing: A systematic review and meta-analysis. *Obesity Reviews*, 26(2), e13852. <https://doi.org/10.1111/obr.13852>
- Gulo, C. P., Gulo, C. E., Gulo, C. S. E., Lombu, S., & Nazara, W. Y. (2025). Permainan tradisional *engklek* untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 13(1), 30-39. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v13i1.3703>
- Haugland, E. S., Nilsen, A. K. O., Vabø, K. B., Pesce, C., Bartholomew, J., Okely, A. D., Tjomsland, H. E., Aadland, K. N., & Aadland, E. (2024). Effects of a staff-led multicomponent physical activity intervention on preschooler's fundamental motor skills and physical fitness: The ACTNOW cluster-randomized controlled trial. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 21, 69. <https://doi.org/10.1186/s12966-024-01616-4>
- Johnson, J. L., Jenkins, E., Breault, K., & Uanhoro, J. O. (2025). Intra and inter skill changes in preschoolers fundamental motor skills. *Journal of Motor Behavior*, 57(3), 299-310. <https://doi.org/10.1080/00222895.2025.2475187>



- Johnstone, A., McCrorie, P., Cordovil, R., Fjørtoft, I., Iivonen, S., Jidovtseff, B., Lopes, F., Reilly, J. J., Thomson, H., Wells, V., & Martin, A. (2022). Nature-based early childhood education and children's physical activity, sedentary behavior, motor competence, and other physical health outcomes: A mixed-methods systematic review. *Journal of Physical Activity and Health*, 19(6), 456-472. <https://doi.org/10.1123/jpah.2021-0760>
- Khodaverdi, Z., O'Brien, W., Duncan, M., & Clark, C. C. T. (2022). Motor competence interventions in children and adolescents-theoretical and atheoretical approaches: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 40(20), 2233-2266. <https://doi.org/10.1080/02640414.2022.2148897>
- Laely, K., Madyawati, L., Hermahayu, Rizki, S. F., & Nugraheni, C. (2023). Implementation of outdoor learning activity (OLA) to develop motor ability of early childhood. *Indonesian Journal of Early Childhood Education Studies*, 12(1). <https://doi.org/10.15294/ijeces.v12i1.68623>
- Liu, Y., Li, Z., Yuan, L., & Zhou, Z. (2023). The bidirectional correlation between fundamental motor skill and moderate-to-vigorous physical activities: A systematic review and meta-analysis. *Children*, 10(9), 1504. <https://doi.org/10.3390/children10091504>
- Li, Y., Ler, H. Y., Zhang, D., & Su, L. (2026). Fundamental motor skill interventions significantly improve executive functions and social-emotional competence in preschoolers: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 16, 1721589. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1721589>
- Malambo, C., Nová, A., Clark, C., & Musálek, M. (2022). Associations between fundamental movement skills, physical fitness, motor competency, physical activity, and executive functions in pre-school age children: A systematic review. *Children*, 9(7), 1059. <https://doi.org/10.3390/children9071059>
- Maria, I., & Puteh, M.-o. (2025). Screen time vs. active play: How digital exposure impacts the acquisition of fundamental motor skills in early childhood. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 11(1), 153-170. <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2025.111-10>
- Martín-García, A., & Rico-González, M. (2024). The effect of free play on preschoolers' physical activity level and motor, cognitive, and socioemotional competences: A systematic review of randomized controlled trials. *European Early Childhood Education Research Journal*, 32(3), 429-447. <https://doi.org/10.1080/1350293X.2023.2259641>
- McGuckin, T., Turner, D., Jones, T., Crowther, F., Eagers, J., & Connor, J. (2024). Impact of a fundamental movement skills program on educator practice in early learning centres. *Discover Education*, 3, 94. <https://doi.org/10.1007/s44217-024-00193-9>
- Navarro-Patón, R., Canosa-Pasantes, F., Mecías-Calvo, M., & Arufe-Giráldez, V. (2024). Is it possible to improve motor competence through a structured balance bike program in preschool children aged 3 to 6 years? *Sports*, 12(3), 83. <https://doi.org/10.3390/sports12030083>
- Palmer, S. A., Palmer, K. K., Arslanian, J. P., & Robinson, L. E. (2026). Fundamental motor skills and physical activity: Short-term but not sustained associations



- between improved locomotor skills and preschoolers' physical activity following a motor skill intervention. *Pediatric Exercise Science*, 38(3), 250-258. <https://doi.org/10.1123/pes.2025-0003>
- Pawlowski, C. S., Madsen, C. D., Toftager, M., Amholt, T. T., & Schipperijn, J. (2023). The role of playgrounds in the development of children's fundamental movement skills: A scoping review. *PLOS ONE*, 18(12), e0294296. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0294296>
- Roscoe, C. M. P., Taylor, N., Weir, N., Flynn, R. J., & Pringle, A. (2024). Impact and implementation of an early years fundamental motor skills intervention for children 4-5 years. *Children*, 11(4), 416. <https://doi.org/10.3390/children11040416>
- Spring, K. E., Lang, D., Pangelinan, M. M., & Wadsworth, D. D. (2024). Effects of an 8-week active play intervention on body composition and fundamental motor skills in preschool children. *Children*, 11(10), 1173. <https://doi.org/10.3390/children11101173>
- Stevenson, A., Wainwright, N., & Williams, A. (2023). Interventions targeting motor skills in pre-school-aged children with direct or indirect parent engagement: A systematic review and narrative synthesis. *Education 3-13*, 51(6), 1003-1016. <https://doi.org/10.1080/03004279.2022.2034174>
- Tortella, P., Haga, M., Lorås, H., Fumagalli, G. F., & Sigmundsson, H. (2022). Effects of free play and partly structured playground activity on motor competence in preschool children: A pragmatic comparison trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(13), 7652. <https://doi.org/10.3390/ijerph19137652>
- Veiga, G., Guerreiro, D., Pomar, C., Almeida, G., Rebocho, C., & Marmeleira, J. (2025). Effects of an outdoor play-based intervention on preschoolers' fundamental movement skill competence: A cluster randomized controlled trial. *Early Education and Development*, 1809-1820. <https://doi.org/10.1080/10409289.2025.2532220>
- Widyawan, D., Sujarwo, & Andrianto, S. D. (2024). Menganalisis dan membandingkan keterampilan gerak dasar anak di taman kanak-kanak (tradisional dan berbasis alam). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 20(2). <https://doi.org/10.21831/jpji.v20i2.75925>
- Wijaya, R. G., & Fitri, E. S. M. (2023). Traditional game based on e-learning method to improve the basic locomotor movements. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 19(1). <https://doi.org/10.21831/jpji.v19i1.73698>
- Wilhite, B. C., Chui, K., Sacke, J. M., Hatfield, D. P., Morris, M., Ziembowicz, M., Herrick, S., & Hennessy, E. (2025). Getting an active start: Assessing the impact of a physical literacy-based intervention on preschool-aged children's fundamental movement skills, motor competency and behavioral self-regulation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(12), 1861. <https://doi.org/10.3390/ijerph22121861>
- Zhang, D., Soh, K. G., Chan, Y. M., & Zaremohzzabieh, Z. (2024). Effect of intervention programs to promote fundamental motor skills among typically developing children: A systematic review and meta-analysis. *Children and Youth Services Review*, 156, 107320. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.107320>



-
- Zhang, J.-Y., Shen, Q.-Q., Wang, D.-L., Hou, J.-M., Xia, T., Qiu, S., Wang, X.-Y., Zhou, S.-B., Yang, W.-W., Heng, S.-Y., Lu, C.-C., Cui, L., & Yin, H.-C. (2022). Physical activity intervention promotes working memory and motor competence in preschool children. *Frontiers in Public Health*, 10, 984887. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.984887>
- Zhang, S., Liu, M., Sun, J., Chong, J., & Ma, J. (2025). The effect of CHIN-SKIP sports game intervention on motor ability in preschool children aged 5-6 years. *Frontiers in Public Health*, 13, 1643521. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1643521>
- Zheng, Y., Ye, W., Korivi, M., et al. (2022). Gender differences in fundamental motor skills proficiency in children aged 3-6 years: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14), 8318. <https://doi.org/10.3390/ijerph19148318>
- Asri, T. Z., & Zakaria, Muh. (2026). The Moral View of Islamic Education in the Book “Religious Logic: The Position of Revelation and the Limits of Reason in Islam” by M. Quraish Shihab. *EDUJAVARE: International Journal of Educational Research*, 4(02), 299–309. <https://doi.org/10.70610/edujavare.1610>
- Solehkha, E., & Lestari, D. A. (2025). PERKEMBANGAN ISLAM DI ASIA TENGAH. *JAMBE: Jurnal Sejarah Peradaban Islam*, 7(1), 20–35. <https://doi.org/10.30631/jambe.v7i1.137>