

# Manfaat bermain tradisional dalam meningkatkan tumbuh kembang pada anak usia dini

Eka Sari Wulandari

Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
e-mail: sariwulandarieka@gmail.com

## Kata Kunci:

manfaat bermain; permainan tradisional; tumbuh kembang; anak

## Keywords:

Benefits of Playing; Traditional game; growth and development; child

## ABSTRAK

Bermain merupakan aspek penting dalam tumbuh kembang anak, terutama pada usia dini. manfaat bermain permainan tradisional dalam mendukung perkembangan fisik, kognitif, sosial-emosional, dan bahasa anak. Permainan tradisional menawarkan pendekatan holistik yang tidak hanya menyenangkan tetapi juga edukatif, membantu anak-anak untuk tumbuh secara seimbang dan sehat. permainan tradisional sangat penting untuk meningkatkan tumbuh kembang pada anak usia dini agar anak mengetahui permainan tradisional supaya anak tahu bahwa permainan tradisional sangat baik bagi perkembangan fisik anak dan emosional anak agar anak dapat melestarikan permainan Indonesia dan senang memainkan permainan tradisional.

## ABSTRACT

Play is an important aspect of child development, especially at an early age. the benefits of playing traditional games in supporting children's physical, cognitive, social-emotional, and language development. Traditional games offer a holistic approach that is not only fun but also educational, helping children to grow in a balanced and healthy way. traditional games are very important to improve growth and development in early childhood so that children know traditional games so that children know that traditional games are very good for children's physical and emotional development so that children can preserve Indonesian games and enjoy playing traditional games

## Pendahuluan

Permainan tradisional adalah jenis permainan yang diwariskan secara turun-temurun dalam suatu masyarakat dan biasanya dimainkan secara berkelompok. Di era digital ini, permainan tradisional mulai tergeser oleh permainan modern dan teknologi. Namun, penting untuk memahami dan mengapresiasi manfaat dari permainan tradisional dalam konteks perkembangan anak usia dini. aspek penting dalam tumbuh kembang anak terutama pada anak usia dini. Dan juga Manfaat bermain permainan tradisional pada anak usia dini sangat penting karena mendukung perkembangan fisik dan sosial emosional pada anak. Diera digital ini permainan tradisional mulai tergeser oleh permainan modern dan teknologi.

Permainan tradisional tidak lain hanyalah kegiatan yang diatur oleh aturan permainan yang diwarisi dari generasi sebelumnya dan dilakukan oleh orang (anak-anak) untuk bersenang-senang. Permainan tradisional telah tumbuh dan berkembang sejak zaman dahulu kala. Setiap daerah mempunyai permainan tradisional yang



This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

berbeda-beda. Pada zaman dahulu, permainan digunakan sebagai sarana hiburan untuk kesenangan. Permainan tradisional diyakini memiliki nilai luhur dan diciptakan oleh nenek moyang sebagai sarana pembelajaran bagi anak. Permainan yang tumbuh dan berkembang di suatu daerah dan sarat dengan nilai budaya dan nilai kehidupan Masyarakat serta diajarkan secara turun temurun. Penulisan permainan tradisional pada masa lalu tidak menggunakan aksara tertulis atau rekaman, melainkan melalui mulut ke mulut dan contoh langsung secara turun temurun, yang kemudian menyebar luas. Permainan tradisional sangat penting bagi perkembangan dan sensorimotorik anak karena permainan tradisional sangat bermanfaat bagi anak untuk meningkatkan kreativitas anak usia dini agar anak terampil dan mengetahui cara bermain.

Artinya permainan tradisional sebenarnya mempunyai unsur-unsur yang dapat meningkatkan kreativitas dan kecerdasan anak menurut Piaget, tahap aktivitas khusus yang dialami anak-anak antara usia 7 dan 11 tahun. Ketika mereka mulai belajar bermain dengan teman sebayannya. Adalah tahap Dimana konsep-konsep egois menghilang dari anak-anak, sehingga Ketika mereka memasuki fase aktivitas formal menuju usia dewasa, dan juga mereka dapat berkembang lebih baik. Permainan tradisional dianggap istimewa karena membedakannya dengan permainan modern yang sedang berkembang. Jika kita dapat mempelajari permainan tradisional lebih dalam lagi maka kita akan menemukan nilai-nilai permainan yang sangat menarik dan tentunya sangat baik perkembangan karakter anak. (Yudiwinata & Handoyo, 2014)

Bermain tradisional memiliki peran penting dalam tumbuh kembang anak usia dini. Kegiatan ini tidak hanya menyenangkan tetapi juga mendukung perkembangan fisik, kognitif, emosional, dan sosial anak. Perkembangan fisik seperti lompat seperti berlari membantu meningkatkan keseimbangan dan keterampilan motorik kasar, perkembangan kognitif meningkatkan kemampuan berfikir secara logis dan penyelesaian masalah, perkembangan emosional juga dapat membantu mengelola berfikir agar membantu membantu mengelola emosi seperti rasa Bahagia saat menang atau rasa kecewa saat kalah pada anak, Perkembangan sosial pada anak usia dini sangatlah penting karena mendorong interaksi sosial mengajari anak cara bekerja sama dan juga dapat membantu berkomunikasi dengan teman sebayanya.

### **Metode Penelitian**

Untuk mengaplikasikan manfaat bermain tradisional dalam meningkatkan tumbuh kembang anak usia dini. diperlukan beberapa metode yang dapat diimplementasikan baik di rumah maupun di lingkungan sekolah. Berikut adalah beberapa metode yang efektif Integrasi ke dalam kurikulum anak usia dini seperti aktifitas sehari-hari integrasikan permainan tradisional kedalam aktifitas sekolah sehari-hari seperti waktu bermain dan setiap pagi atau setelah jam istirahat. Dan bantuan orang tua dan juga sangat penting bagi anak usia dini. Libatkan orang tua agar mendampingi anak supaya anak bisa tumbuh berkembang dan dapat bermanfaat bagi anak tersebut. Dan jangan lupa anak sertakan cerita dan Sejarah dibalik permainan tradisional memberikan pemahaman tentang nilai budaya dan tradisi pada anak, dan jangan lupa anak diberikan bimbingan feedback kepada anak mengenai partisipasi dan perkembangan mereka dalam permainan serta dorongan untuk terus berpartisipasi. Dengan metode ini manfaat dari bermain tradisional dapat lebih maksimal dirasakan oleh anak-anak usia

dini mendukung perkembangan mereka secara langsung dan aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial.

## Pembahasan

Bermain adalah bagian penting dari masa kanak-kanak yang memberikan banyak manfaat bagi perkembangan anak. Bermain tradisional, khususnya memiliki keunggulan unik dalam mendukung berbagai aspek tumbuh kembang anak usia dini. Permainan tradisional yang berakar pada budi daya lokal tidak hanya menyenangkan tetapi juga mendidik, serta membentuk karakter anak secara holistik. Saat ini permainan tradisional yang merupakan salah satu budidaya Masyarakat yang semakin menghilang dan keberadaannya semakin tidak terkendali akibat globalisasi yang telah melahirkan permainan-permainan baru yang lebih kompleks dan merupakan salah satu tradisi lokal Masyarakat. Bermain juga sangat penting bagi tumbuh kembang anak karena dengan bermain anak bisa mengetahui keahlian anak dan kepribadian anak, anak juga dapat bertumbuh cepat dengan kita bermain dan anak bisa dapat bersosialisasi dan mendapatkan teman banyak.

Perkembangan potensi kreatif ini sangat dipengaruhi oleh stimulus dan respon lingkungan. Anak yang sangat reaktif sangat ingin tahu terhadap lingkungannya. Ini ditandai dengan banyaknya pertanyaan dan kreativitas. Anak-anak tidak senang dengan apa yang mereka lakukan. Pengalaman yang diperoleh [ada usia dini mempunyai dampak yang kuat dan bermanfaat dalam meningkatkan kualitas hidup. Hal ini yang menjadi landasan bagi perkembangan kepribadian dan karakter anak di masa depan.

### A. Manfaat Perkembangan Fisik

Permainan Tradisional sering kali melibatkan aktivitas ini membantu anak-anak mengembangkan keterampilan motorik kasar dan halus melalui gerakan yang berulang kali dan bertekstur, anak-anak belajar mengendalikan tubuh mereka melalui koordinasi keseimbangan. Perkembangan fisik dan motorik adalah sebuah keterampilan pada anak usia dini terkait erat dengan koordinasi fungsional antara sistem syaraf dan otot. Ada dua macam kemampuan motorik diantaranya bersifat universal yang harus dikuasai oleh setiap individu pada masa bayi dan anak harus dapat memahami bagaimana cara main dengan baik. Dasar dari bermain yang kompleks adalah seperti bermain. (playing) dan bekerja (working). (Alat et al., 2018)

(Koordinasi motorik) Perkembangan potensi kreatif ini sangat dipengaruhi oleh stimulasi dan respon yang diberikan di sekitar lingkungan. Anak yang mempunyai respon yang tinggi akan memiliki rasa ingin tahu yang besar terhadap lingkungannya. Hal ini ditandai dengan banyaknya pertanyaan dan kreativitas. Anak tidak merasa puas dengan apa yang dikerjakan. Pengalaman-pengalaman yang dimiliki pada masa usia dini berpengaruh kuat, bermanfaat untuk meningkatkan kualitas hidupnya. merupakan landasan terbentuknya kepribadian dan karakter anak pada masa yang akan datang.

(Kesehatan Jasmani) Permainan fisik membantu menjaga kesehatan jasmani, mengurangi risiko obesitas, dan meningkatkan kebugaran secara keseluruhan. Aktivitas ini juga dapat memperbaiki kesehatan jantung dan paru-paru.

#### B. Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif, merupakan salah satu aspek yang cukup intensif dikembangkan pada anak usia dini di Indonesia. Hal ini dikarenakan masih banyak orang tua yang beranggapan bahwa anak yang memiliki kemampuan kognitif yang tinggi dianggap sebagai anak cerdas yang akan berhasil pada kehidupannya kelak. (Tatminingsih, 2019)

Permainan tradisional juga memiliki banyak manfaat besar bagi perkembangan kognitif anak. Permainan juga dapat menambah agar anak dapat memiliki kemampuan yang mandiri dan kreatifitas permainan juga dapat menambah keluasan dan daya pikir pada anak usia dini.

#### C. Perkembangan Emosional

Bermain Bersama teman-teman dalam permainan tradisional memberikan anak-anak kesempatan untuk belajar mengelola emosi mereka. Misalnya mereka belajar bagaimana merespon perasaan senang saat menang dan bagaimana meresponsn perasaan senang dan bagaimana mengatasi kecewaan saat kalah. Melalui interaksi anak-anak juga belajar empati dengan pengendalian diri. Bermain lingkungan sangat mendukung agar meningkatkan kepercayaan diri pada seorang anak. Perkembangan emosi merupakan perasaan sangat mempengaruhi perilaku. Emosi juga merupakan respon kompleks yang melibatkan aktivitas tinggi dan perubahan besar. (Sukatin et al., 2020)

#### D. Perkembangan Sosial

Perkembangan sosial adalah perkembangan tingkah laku anak Dimana anak diminta untuk menyesuaikan diri dengan aturan-aturan lingkungan Masyarakat. Perkembangan sosial anak sangat dipengaruhi oleh cara orang tua memperlakukan atau membimbing berbagai aspek kehidupan sosial atau norma-norma Masyarakat . proses ini biasa disebut sosialisasi perilaku komunikatif adalah sesuatu yang di pelajari bukan sekedar hasil kedewasaan. Perkembangan sosial anak dicapai disamping proses pendewasaan melalui kesempatan belajar tentang reaksi perilaku. (Nurmalitasari et al., 2015)

Permainan Tradisional biasanya di mainkan dalam kelompok yang membantu anak-anak mengembangkan keterampilan sosial yang penting. Mereka belajar tentang Kerjasama, berbagai, menunggu giliran dan komunikasi secara efektif dengan teman-teman sebaya.

#### E. Perkembangan Bahasa

Perkembangan Bahasa agar anak mengetahui intruksi dalam permainan anak-anak dan belajar untuk berbicara dengan jelas dan mengartikulasi pikiran mereka. Permainan tradisional sering dimainkan dalam kelompok anak-anak untuk berinteraksi secara verbal dengan teman sebayanya. Komunikasi lisan sangat

berpengaruh terhadap perkembangan anak supaya anak lancar dan fasih berbicara, kosakata baru anak-anak sering belajar kata-kata baru dan frasa dalam konteks permainan kata mereka. Bahasa merupakan system simbolik untuk berkomunikasi dengan orang lain termasuk kreativitas dan system aturan kekuatan kreatifitas ini memungkinkan orang membuat beragam kalimat bermakna dengan menggunakan sejumlah kata dan aturan yang terbatas. (Fridani, n.d.)

## Kesimpulan dan Saran

Bermain Tradisional memiliki banyak manfaat yang signifikan dalam meningkatkan tumbuh kembang anak usia dini. Hingga perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan sosial. Perkembangan emosional, dan perkembangan Bahasa implementasi yang tepat dan dukungan dari orang tua serta guru dapat memastikan bahwa anak-anak mendapatkan manfaat maksimal kegiatan bermain tradisional. Dapat disimpulkan bahwa manfaat bermain dapat menambah daya ingat anak dan mampu anak mandiri dan daya pikir anak secara logis dan mandiri. Dan juga mengembangkan keterampilan fisik anak dan membantu anak mengelola emosi dan mengembangkan rasa empatinya. Manfaat bermain dapat juga menambah tumbuh kembang anak karena anak terus beraktifitas dan secara otomatis daya perkembangan akan semakin berkembang.

Saran yang bisa diambil adalah bermain tradisional dapat menambahnya tumbuh kembang anak supaya anak tahu tentang permainan tradisional sebab di era sekarang banyak anak kecil sudah bermain gadget oleh sebab itu anak disuruh untuk mengenalkan permainan tradisional agar anak tahu tentang permainan yang ada di Indonesia ini dan juga anak zaman Sekarang tidak di canduhkan dengan bermain gadget kepada anak-anak. Orang tua wajib memantau anak Ketika bermain tradisional agar anak tidak terjadi hal yang diingkan misalnya jatuh saat bermain.

## Daftar Pustaka

- Alat, P., Edukatif, P., Fisik-motorik, M. P., & Dini, A. U. (2018). *Penggunaan alat permainan edukatif dalam menstimulasi perkembangan fisik-motorik anak usia dini*.
- Fridani, L. (n.d.). *Hakikat Perkembangan Bahasa Anak*.
- Nurmalitasari, F., Psikologi, P. M., Psikologi, F., & Gadjah, U. (2015). *Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Prasekolah*. 23(2), 103–111.
- Sukatin, S., Chofifah, N., Turiyana, T., Paradise, M. R., Azkia, M., & Ummah, S. N. (2020). Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia Dini. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 5(2), 77–90. <https://doi.org/10.14421/jga.2020.52-05>
- Tatminingsih, S. (2019). Alternatif Stimulasi Kemampuan Kognitif melalui Penerapan Model Pembelajaran Berbasis Permainan Komprehensif. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 183. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i1.130>
- Yudiwinata, H. P., & Handoyo, P. (2014). Permainan Tradisional dalam Budaya dan Perkembangan Anak.