JURNAL PENGABDIAN OLAHRAGA INDONESIA
Diterbitkan Oleh : Fakultas Ilmu Keolahragaan - Universitas Negeri Semarang
ISSN : XXXX-XXXX
Volume 2 Nomer 1 Tahun 2026

PEMBENTUKAN KARAKTER DAN OPTIMALISASI BUDAYA GERAK MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL

Fajar Awang Irawan[1*], Dhias Fajar Widya Permana[2] Aziz Amrulloh[3] Primawati Suciani[4] Inayatun[5] Devina Lutfiani[6] Nonik Rahesti[7] Ulfatul Azizah Awaliyah[8] Revi Meyrdian Syah Fatma[9] Safina Azzahra[10], Intan Septi Kartika[11]

[1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11]Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

[*]Korespondensi : fajarawang@mail.unnes.ac.id

ABSTRACT

This study aims to examine the role of traditional games in fostering a culture of active movement among 150 students at Lerep Islamic Elementary School, West Ungaran, Semarang Regency. Through community service activities conducted by activists, volunteers, and advocates from Semarang State University, this article analyzes the impact of traditional games on children's cultural awareness, physical activity, and social skills. This study used a qualitative method with a case study approach to collect data through participant observation, interviews, and documentation. The results showed that the introduction and practice of traditional games such as Bakiak, Bekel, Ketapel, and Stilt Bamboo successfully increased student participation, fostered collaborative values, and preserved cultural heritage. The involvement of the entire sample proves that traditional games are still highly relevant and can be an effective alternative to reduce gadget use. This research is expected to motivate schools and communities to integrate traditional games into the curriculum as a comprehensive educational tool.
Keywords: *Traditional Games, Culture of Active Movement, Education, Social Skills, Children's Health*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menelaah peran permainan tradisional dalam membangkitkan semangat budaya aktif gerak pada 150 siswa MI Lerep, Ungaran Barat, Kabupaten Semarang. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat yang diadakan oleh aktivis, relawan, dan penggiat dari Universitas Negeri Semarang, artikel ini menganalisis dampak permainan tradisional terhadap kesadaran budaya, aktivitas fisik, dan kemampuan sosial anak-anak. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus untuk mengumpulkan data melalui observasi partisipatif, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengenalan dan praktik permainan tradisional seperti Bakiak, bekel, ketapel, dan egrang bambu berhasil meningkatkan partisipasi siswa, memupuk nilai-nilai kolaborasi, dan melestarikan warisan budaya. Keterlibatan seluruh sampel membuktikan bahwa permainan tradisional masih sangat relevan dan dapat menjadi alternatif yang efektif untuk mengurangi penggunaan gawai. Penelitian ini diharapkan dapat memotivasi sekolah dan komunitas untuk mengintegrasikan permainan tradisional ke dalam kurikulum sebagai sarana pendidikan yang menyeluruh.
Kata Kunci: Permainan tradisional, Budaya Aktif Gerak, Pendidikan, Keterampilan Sosial, Kesehatan Anak.

JURNAL PENGABDIAN OLAHRAGA INDONESIA
Diterbitkan Oleh : Fakultas Ilmu Keolahragaan - Universitas Negeri Semarang
ISSN : XXXX-XXXX
Volume 2 Nomer 1 Tahun 2026

PENDAHULUAN

Di era globalisasi dan kemajuan teknologi yang pesat ini, anak-anak cenderung lebih akrab dengan gawai dan permainan daring, yang menyebabkan pergeseran signifikan dari aktivitas fisik di luar ruangan menjadi kegiatan pasif di dalam ruangan. Kondisi ini mengakibatkan penurunan tingkat aktivitas fisik dan interaksi sosial secara langsung, serta minimnya pemahaman terhadap warisan budaya lokal, khususnya permainan tradisional. Padahal, permainan tradisional bukan hanya sekadar hiburan, tetapi juga media efektif untuk menanamkan nilai-nilai luhur seperti kejujuran, sportivitas, kreativitas, dan kerja sama. Permainan ini juga berperan penting dalam melatih keterampilan motorik, kognitif, dan sosial anak (Cholimah, 2023) (Putri & Irawan, 2024).

Tingginya ketergantungan pada gawai dan permainan daring menimbulkan berbagai masalah, baik dari sisi kesehatan maupun sosial. Secara fisik, Kurangnya aktivitas fisik dapat meningkatkan risiko obesitas dan penyakit non-menular pada anak-anak. Sementara itu, interaksi yang terbatas dengan teman sebaya bisa menghambat perkembangan kemampuan komunikasi dan empati (Wahyuni et al., 2013). Kondisi ini mengancam kelestarian budaya dan berdampak negatif pada perkembangan fisik dan mental anak secara holistik.

Menyadari urgensi ini, diperlukan upaya sistematis untuk melestarikan dan memperkenalkan kembali permainan tradisional kepada generasi muda. Salah satu pendekatan yang efektif adalah melalui kegiatan pengabdian masyarakat yang melibatkan akademisi dan komunitas. Kegiatan ini bertujuan untuk menghidupkan kembali semangat budaya aktif gerak dan meningkatkan kesadaran anak-anak serta masyarakat akan pentingnya warisan budaya. Melalui program ini di pengabdian masyarakat dengan tema "Budaya Aktif Gerak melalui Permainan Tradisional" di MI Lerep, Ungaran Barat, anak-anak diharapkan dapat mengenal permainan tradisional seperti Bakiak, bekel, dan egrang, serta merasakan manfaatnya secara langsung. Mereka dapat belajar tentang nilai-nilai budaya, mengasah kreativitas, meningkatkan aktivitas fisik, dan mengembangkan keterampilan sosial yang esensial untuk masa depan (Ulya, 2017).

Dengan demikian, Penelitian ini berupaya menganalisis secara mendalam dampak kegiatan tersebut terhadap partisipasi, pemahaman budaya, dan aktivitas fisik siswa di MI Lerep Ungaran Barat. Hasilnya diharapkan dapat menjadi rujukan dan inspirasi bagi lembaga pendidikan dan komunitas untuk mengintegrasikan permainan tradisional ke dalam kurikulum dan kegiatan ekstrakurikuler sebagai bagian dari pendidikan karakter dan pelestarian budaya.

Berdasarkan pengamatan di lapangan, ditemukan beberapa masalah utama di MI Lerep, Ungaran Barat. Sebagian besar siswa cenderung menghabiskan waktu luang mereka dengan gawai dan permainan daring, yang mengakibatkan kurangnya aktivitas fisik dan interaksi sosial di luar jam pelajaran. Observasi awal menunjukkan bahwa anak-anak kurang aktif bergerak dan interaksi fisik di luar jam pelajaran. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan korelasi antara penggunaan gawai yang tinggi dengan penurunan aktivitas fisik dan peningkatan risiko obesitas pada anak-anak (Windriyani et al., 2025). Permainan tradisional, yang merupakan bagian tak terpisahkan dari warisan budaya, mulai terpinggirkan. Selain itu, anak-anak di MI Lerep memiliki pengetahuan yang sangat terbatas tentang permainan tradisional. Kondisi ini berpotensi menyebabkan kepunahan budaya lokal dan hilangnya nilai-nilai luhur seperti kerja sama, sportivitas, dan kreativitas (Makorohim et al., 2025).

Penelitian mengenai permainan tradisional dan manfaatnya telah banyak dilakukan dari berbagai perspektif, mulai dari pendidikan, psikologi, hingga antropologi. Kajian-kajian sebelumnya relevan untuk menunjukkan bahwa gagasan yang melandasi penelitian ini bukanlah hal baru, tetapi

JURNAL PENGABDIAN OLAHRAGA INDONESIA
Diterbitkan Oleh : Fakultas Ilmu Keolahragaan - Universitas Negeri Semarang
ISSN : XXXX-XXXX
Volume 2 Nomer 1 Tahun 2026

merupakan kelanjutan dan pengembangan dari temuan-temuan sebelumnya. Studi tentang Permainan Tradisional dan Perkembangan Motorik Anak: Penelitian oleh (Wibisono et al., 2019) *"Analisis Gerak Permainann Tradisional Egrang Pada Anak Usia 10 - 12 Tahun"* , menemukan bahwa program intervensi berbasis permainan tradisional secara signifikan meningkatkan koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan anak. Temuan ini mendukung tujuan penelitian ini untuk meningkatkan aktivitas fisik anak-anak MI Lerep melalui permainan tradisional, yang menuntut gerakan motorik yang dinamis.

Studi tentang Permainan Tradisional dan Pengembangan Karakter: (Setyaningsih et al., 2022) dalam jurnalnya *"Meningkatkan Kemampuan Bekerjasama Anak Usia 5-6 Tahun melalui Permainan Bakiak"* menunjukkan bahwa permainan tradisional yang dimainkan secara berkelompok, seperti Bakiak, efektif dalam menumbuhkan nilai kerja sama dan empati. Penelitian ini selaras dengan tujuan penelitian yang menganalisis bagaimana permainan tradisional dapat mengembangkan keterampilan sosial dan kolaborasi siswa.

Berbeda dari penelitian terdahulu (Waluyo et al., 2017) (Wijayanti, 2018) (Nurwahidah et al., 2021) yang cenderung berfokus pada satu aspek motorik dan sosial, penelitian ini menggabungkan beberapa aspek tersebut dalam satu studi kasus yang holistik. Penelitian ini tidak hanya mengamati manfaat individual, tetapi juga menganalisis peran permainan tradisional dalam membudayakan aktif gerak di lingkungan sekolah secara menyeluruh. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru dengan mengeksplorasi implementasi praktis dari kegiatan pengabdian masyarakat sebagai model untuk melestarikan permainan tradisional dan meningkatkan kesejahteraan anak-anak secara terpadu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi dan menganalisis peran serta dampak dari kegiatan pengabdian masyarakat bertema "Budaya Aktif Gerak melalui Permainan Tradisional" yang dilaksanakan di MI Lerep, Ungaran Barat. Secara lebih spesifik, tujuan penelitian ini adalah Menganalisis Peningkatan Kesadaran dan Partisipasi Siswa dalam Melestarikan Permainan Tradisional, Mengkaji Peningkatan Aktivitas Fisik dan Kesehatan Anak-anak, Mengeksplorasi Pengembangan Keterampilan Sosial dan Kerja Sama, dan Mendokumentasikan Proses Pembudayaan Aktif Gerak melalui Permainan Tradisional.

METODE

Bagian ini menjelaskan secara rinci metode yang digunakan dalam penelitian ini untuk menjawab tujuan yang telah ditetapkan. Pemilihan metode ini didasarkan pada kebutuhan untuk memahami secara mendalam fenomena pengenalan permainan tradisional di MI Lerep Ungaran Barat.



Gambar 1. Penyerahan Plakat Kepada Kepala Madrasah Ibtidaiyah

JURNAL PENGABDIAN OLAHRAGA INDONESIA
Diterbitkan Oleh : Fakultas Ilmu Keolahragaan - Universitas Negeri Semarang
ISSN : XXXX-XXXX
Volume 2 Nomer 1 Tahun 2026

Penelitian ini menggunakan pendekatan *kualitatif.* Pendekatan ini dipilih untuk memahami secara mendalam fenomena pengenalan permainan tradisional di MI Lerep. Fokusnya adalah pada pemahaman yang mendalam terhadap proses, pengalaman, dan makna dari perspektif partisipan. Pendekatan yang digunakan adalah studi kasus (*case study*). Pendekatan ini cocok untuk meneliti suatu fenomena atau "kasus" secara mendalam dan menyeluruh. Studi kasus memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data yang kaya dan deskriptif dari berbagai sumber untuk mendapatkan gambaran holistik tentang dampak kegiatan terhadap siswa.

Sampel penelitian adalah seluruh 150 siswa MI Lerep yang berpartisipasi dalam kegiatan ini. Seluruh siswa yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadi subjek penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, di mana sampel dipilih berdasarkan kriteria dan tujuan penelitian. Sampel dipilih secara sengaja berdasarkan kriteria dan tujuan penelitian, yaitu untuk mengamati dan menganalisis respons dari siswa MI Lerep yang menjadi target utama kegiatan pengabdian masyarakat. Pengambilan sampel ini dianggap paling relevan karena subjek penelitian sudah ditentukan oleh lokasi dan peserta kegiatan. Sebelum penelitian, Ethical Clearance dan Informed Consent diperoleh dari Lembaga Etik Penelitian Universitas Negeri Semarang dan pihak sekolah. Surat persetujuan ini menjelaskan tujuan penelitian, prosedur, hak-hak partisipan, dan jaminan kerahasiaan data, memastikan bahwa seluruh partisipasi dilakukan secara sukarela dan etis.



Gambar 2. Budaya bermain dan belajar

JURNAL PENGABDIAN OLAHRAGA INDONESIA
Diterbitkan Oleh : Fakultas Ilmu Keolahragaan - Universitas Negeri Semarang
ISSN : XXXX-XXXX
Volume 2 Nomer 1 Tahun 2026

Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif, wawancara semi-terstruktur, dan dokumentasi (Widitya Qomaro et al., 2024). Catatan lapangan dibuat secara sistematis untuk mendokumentasikan perilaku verbal dan non-verbal. Wawancara Semi-Terstruktur: Wawancara dilakukan dengan pihak-pihak terkait, termasuk Kepala Madrasah, Dosen Pembimbing Bapak Fajar Awang Irawan, S.Si.,M.Pd.,Ph.D., dan beberapa siswa terpilih. Wawancara ini bertujuan untuk mendapatkan perspektif mendalam mengenai kesan, manfaat, dan harapan mereka terhadap kegiatan. Dan juga pengumpulan data pendukung berupa foto, video, dan narasi kegiatan yang disediakan oleh tim pengabdian masyarakat. Dokumentasi ini berfungsi sebagai bukti visual dan kontekstual dari temuan penelitian.Data kualitatif ini dianalisis menggunakan analisis tematik (Heriyanto, 2018), yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. *Penyajian Data* Menyusun data yang telah direduksi ke dalam bentuk naratif, tabel, atau bagan untuk memudahkan pemahaman. *Penarikan Kesimpulan* Mengidentifikasi pola, tema, dan hubungan antar data untuk merumuskan kesimpulan yang valid. Prosedur penelitian dilakukan dalam empat tahap: pra-lapangan, lapangan, analisis data, dan penulisan laporan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini disajikan berdasarkan analisis data kualitatif yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh 150 siswa MI Lerep berpartisipasi aktif dalam kegiatan. Sebelum kegiatan, sebagian besar siswa hanya mengenal permainan daring dari gawai mereka. Setelah diperkenalkan, mereka menunjukkan antusiasme yang luar biasa terhadap permainan tradisional. Siswa dengan cepat memahami aturan permainan Bakiak, bekel, dan egrang bambu serta mampu memainkannya dengan gembira. Keterlibatan yang tinggi ini menunjukkan bahwa permainan tradisional masih relevan dan menarik bagi anak-anak, asalkan diperkenalkan dengan cara yang benar.

Observasi menunjukkan peningkatan aktivitas fisik yang signifikan di antara siswa. Permainan seperti egrang bambu dan Bakiak menuntut koordinasi dan keseimbangan, yang secara langsung meningkatkan keterampilan motorik kasar. Kegiatan ini berhasil menjadi alternatif efektif untuk mengurangi perilaku sedentari yang disebabkan oleh penggunaan gawai. Selama kegiatan, siswa fokus pada permainan fisik dan interaksi langsung, menjauhkan mereka dari layar. Selain itu, melalui permainan Bakiak, siswa belajar pentingnya kerja sama tim. Mereka harus menyamakan langkah dan komunikasi agar dapat bergerak maju bersama-sama yang menumbuhkan rasa kebersamaan dan kolaborasi. Interaksi selama permainan bekel dan ketapel juga melatih sportivitas, kejujuran, dan kemampuan untuk berkomunikasi secara efektif dengan teman sebaya.

Temuan penelitian ini mengonfirmasi bahwa permainan tradisional memiliki peran penting dalam membangkitkan semangat budaya aktif gerak dan memberikan dampak positif pada perkembangan anak. Temuan penting dari penelitian ini adalah bahwa Pengabdian masyarakat yang terencana dapat menjadi model efektif untuk mengatasi masalah modern seperti ketergantungan gawai. Kolaborasi antara universitas dan sekolah merupakan kunci keberhasilan. Model ini dapat direplikasi di sekolah lain sebagai strategi untuk mengintegrasikan pendidikan budaya dan fisik dalam kurikulum. Dampak jangka panjangnya adalah siswa MI Lerep dapat menjadi "agen perubahan" yang mempromosikan permainan tradisional kepada teman sebaya dan komunitas. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa permainan tradisional adalah alat pendidikan yang kuat dan relevan untuk mempersiapkan anak-anak menghadapi masa depan.

JURNAL PENGABDIAN OLAHRAGA INDONESIA
Diterbitkan Oleh : Fakultas Ilmu Keolahragaan - Universitas Negeri Semarang
ISSN : XXXX-XXXX
Volume 2 Nomer 1 Tahun 2026

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini berhasil membangkitkan kembali minat dan partisipasi aktif dari 150 siswa MI Lerep terhadap permainan tradisional. Kegiatan ini berhasil membangkitkan kembali minat dan partisipasi aktif dari 150 siswa MI Lerep terhadap permainan tradisional. Antusiasme siswa membuktikan bahwa warisan budaya ini masih sangat menarik bagi anak-anak di era digital. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa revitalisasi permainan tradisional dapat meningkatkan kesadaran budaya anak-anak. Pengenalan dan praktik permainan yang menuntut gerakan fisik, seperti Bakiak dan egrang bambu, menjadi solusi efektif untuk mengurangi perilaku sedentari. Kegiatan ini mendorong siswa untuk aktif bergerak dan berinteraksi secara fisik, yang berkontribusi positif terhadap kesehatan mereka dan berfungsi sebagai penyeimbang dari penggunaan gawai yang berlebihan. Permainan tradisional juga terbukti menjadi medium yang efektif untuk melatih keterampilan sosial dan kerja sama. Melalui permainan kelompok seperti Bakiak, siswa belajar tentang kolaborasi, komunikasi, dan sportivitas, yang merupakan nilai-nilai penting untuk pembentukan karakter. Temuan ini menguatkan hasil penelitian yang menyatakan bahwa permainan tradisional mampu mengembangkan karakter kerja sama. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa permainan tradisional bukan hanya hiburan masa lalu, melainkan alat pendidikan yang kuat dan relevan untuk mempersiapkan anak-anak menghadapi masa depan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadi bukti nyata bahwa kolaborasi antara akademisi dan sekolah dapat menciptakan model yang efektif dan holistik dalam melestarikan budaya sambil meningkatkan kesejahteraan fisik dan sosial anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada MI Lerep yang bersedia menjadi mitra dalam pengabdian masyarakat.

DAFTAR REFERENSI

Cholimah. (2023). Menggali Nilai-Nilai Permainan Tradisional (Cublak-cublak suweng, Kucing-kucingan, Boi-boi an dan Lurah-lurahan) Di Taman Kanak-kanak Al-I'dad An-Nuur Sleman Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Anak*, *12*(1), 1–10. https://journal.uny.ac.id/index.php/jpa/article/view/62124

Heriyanto. (2018). Thematic Analysis Sebagai Metode Menganalisa Data Untuk Peneliltian Kualitatif. *Anuva*, *2*(3), 317–324.

Makorohim, M. F., Asnawi, Yani, A., & Ikhsan, D. F. (2025). Revitalisasi Permainan Tradisional Riau Sebagai Literasi Budaya Bagi Anak Sekolah Dasar. *Multidisciplinary Indonesian Center Journal (MICJO)*, *2*(1), 428–432. https://doi.org/10.62567/micjo.v2i1.428

Nurwahidah, Maryati, S., Nurlaela, W., & Cahyana. (2021). Permainan Tradisional Sebagai Sarana Mengembangkan Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *4*(02), 49–61. https://doi.org/10.31849/paud-lectura.v4i02.6422

Putri, W. K., & Irawan, F. A. (2024). *Pengaruh Permainan Tradisional Egrang Terhadap Keterampilan Motorik Kasar : Systematic Literature Review*. 481–490.

Setyaningsih, D., Sirjon, & Mamma, A. T. (2022). Meningkatkan Kemampuan Bekerjasama Anak Usia 5-6 Tahun melalui Permainan Bakiak. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *6*(6), 7036–7044. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.2573

Ulya, H. (2017). Permainan tradisional sebagai media dalam pembelajaran matematika. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan*, *6*, 371–376.

Wahyuni, A., Tias, A. A. W., & Sani, B. (2013). Peran Etnomatematika dalam Membangun Karakter Bangsa. *Penguatan Peran Matematika Dan Pendidikan Matematika Untuk Indonesia Yang Lebih Baik*, *1*, 111–118.

Waluyo, A. N., Permanasari, A. T., & Rosidah, L. (2017). *Meningkatkam Kecerdasa Interpersonal*

Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Permainan Tradisional. *4*, 81–90.

Wibisono, G., Puspita, D., & Rayanti, R. eva. (2019). *Analisis Gerak Permainann Tradisional Egrang Pada Anak Usia 10 - 12 Tahun*. *November*, 1–6.

Widitya Qomaro, G., Nasrulloh, N., Havida, L. W., & Dewi Anggraeni, D. A. R. (2024). Observasi Partisipatif dalam Pencegahan Demam Berdarah Dengue di Desa Gili Anyar Bangkalan. *Keris: Journal of Community Engagement*, *4*(1), 64–74. https://doi.org/10.55352/keris.v4i1.890

Wijayanti, R. (2018). Permainan Tradisional Sebagai Media Pengembangan Kemampuan Sosial Anak. *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *5*(1), 51–56. https://doi.org/10.17509/cd.v5i1.10496

Windriyani, S. M., Lufthansa, L., Rohmah, L. N. R., & Ernata, Y. (2025). *Pengaruh Sedentary Lifestyle Terhadap Indeks Massa Tubuh Pada Siswa*. *5*(005), 220–226.