

PENGARUH STIMULASI ENGGLEK TERHADAP MOTORIK KASAR DAN EMOSIONAL ANAK PRASEKOLAH

Rista Apriana^{1)*}, Lusiane Adam²⁾, Khairunnisa Dali³⁾

Jurusan Keperawatan^{1,2,3)}
Poltekkes Kemenkes Gorontalo

ABSTRAK

Gorontalo saat ini menghadapi *double burden of malnutrition*, yaitu masalah kekurangan dan kelebihan gizi yang terjadi secara bersamaan. Di tengah meningkatnya penggunaan gawai pada anak, permainan tradisional dapat menjadi salah satu alternatif stimulasi yang lebih aktif dan menyenangkan. Permainan engklek bergambar tidak hanya memberikan pengalaman bermain, tetapi juga dapat menstimulasi berbagai aspek perkembangan anak, khususnya kemampuan motorik kasar dan emosional. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh stimulasi permainan tradisional engklek bergambar terhadap perkembangan motorik kasar dan emosional anak usia prasekolah. Penelitian menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan melibatkan 30 anak prasekolah di TK ABA Gorontalo yang dipilih melalui *purposive sampling*. Data diperoleh melalui observasi terstruktur menggunakan lembar penilaian berdasarkan Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA). Penilaian mencakup empat indikator untuk masing-masing aspek motorik kasar dan emosional dengan skala Likert 1–4. Hasil dari penelitian ini menggunakan Uji Wilcoxon menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari permainan engklek bergambar terhadap perkembangan motorik kasar dan emosional anak pada tingkat kepercayaan 95%. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan permainan engklek bergambar berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar dan emosional anak prasekolah. Perawat dapat mengedukasi keluarga mengenai pemanfaatan permainan tradisional sebagai stimulasi perkembangan, sedangkan orang tua dianjurkan membatasi penggunaan gawai dan mendorong anak melakukan aktivitas bermain aktif seperti engklek bergambar.

Kata kunci : Permainan tradisional; Engklek; Perkembangan; Motorik kasar

ABSTRACT

Gorontalo is facing a *double burden of malnutrition*, characterized by the coexistence of undernutrition and overnutrition. Amid increasing gadget use among children, traditional games can serve as an enjoyable alternative for developmental stimulation. Illustrated engklek, a traditional hopscotch game, not only provides a play experience but can also stimulate aspects of child development, particularly gross motor and emotional skills. This study aimed to analyze the effect of illustrated engklek stimulation on gross motor and emotional development among preschool children. A quasi-experimental design was used, involving 30 preschool children at TK ABA Gorontalo who were selected through *purposive sampling*. Data were collected through structured observation using an assessment sheet based on the Standards for the Achievement of Child Development (STPPA). The assessment included four indicators for each domain of gross motor and emotional development, using a 1–4 Likert scale. The Wilcoxon test showed a significant effect of illustrated engklek play on gross motor and emotional development at a 95% confidence level. In conclusion, illustrated engklek play affects gross motor and emotional development in preschool children. Nurses can educate families about traditional games as developmental stimulation, while parents are encouraged to limit gadget use and promote active play, such as illustrated engklek.

Keywords: Traditional Games; Engklek; Child Development; Gross Motor Skills

Correspondence address: Jln. Taman Pendidikan no 36, Moodu, Kota Timur, Kota Gorontalo
Correspondence email: rista@poltekkesgorontalo.ac.id

PENDAHULUAN

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo (2025), prevalensi *stunting* di Gorontalo berhasil diturunkan dari 26,9% pada tahun 2023 menjadi 23,8% pada tahun 2024. Penurunan ini berdampak positif pada perbaikan perkembangan kognitif dan fisik anak dalam jangka panjang. Namun disisi lain Gorontalo juga mengalami kenaikan jumlah anak yang mengalami gizi kurang melonjak dari 11,7% menjadi 23,6% sekaligus temuan angka obesitas pada anak yang cukup tinggi yaitu 17,1% dan gemuk 15,9% pada tahun 2024 (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2025). Sehingga pada saat ini Gorontalo sedang menghadapi fenomena *double burden of malnutrition* (beban ganda malnutrisi), di mana kasus kekurangan dan kelebihan gizi terjadi secara bersamaan. Gangguan status gizi dapat berpengaruh terhadap optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan anak baik secara kognitif, motorik halus maupun motorik kasar.

Kemampuan fisik seperti berlari, melompat, dan menjaga keseimbangan anak prasekolah di Gorontalo berbanding lurus dengan pemenuhan nutrisi harian. Penelitian di wilayah Kota Gorontalo membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara asupan zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dengan capaian motorik kasar anak usia prasekolah (Zulkarnain & Sumitro, 2020). Anak dengan asupan gizi yang buruk cenderung memiliki respons motorik kasar yang lambat. Begitu pun terjadi pada anak-anak yang memiliki status gizi berlebih, biasanya cenderung memiliki gaya hidup yang kurang gerak sehingga menghambat perkembangan motoriknya. Khususnya berkaitan dengan kemampuan motorik kasar, anak perlu mendapatkan stimulasi aktif melalui kegiatan bermain fisik yang melatih anak melompat, berlari, melempar bola serta gerakan lain yang memerlukan kekuatan otot. Namun, ironisnya, saat ini anak lebih antusias menggunakan gadget untuk bermain dibandingkan dengan permainan fisik secara langsung.

Di era digital saat ini, permainan tradisional dianggap sebagai penyeimbang (*counter-balance*) terhadap dampak negatif paparan gawai (*screen time*) yang berlebihan pada anak (Subarkah, 2019). Berbagai Kajian stimulasi permainan tradisional menunjukkan bahwa aktivitas ini bukan sekadar sarana hiburan, melainkan instrumen stimulasi holistik yang menyentuh seluruh aspek perkembangan anak, meliputi fisik-motorik, kognitif, sosial-emosional, dan bahasa (Lestarinigrum, 2018). Salah satu Permainan tradisional yang bisa dipilih adalah permainan engklek yang telah dimodifikasi menggunakan matras bergambar.

Permainan engklek bergambar menuntut anak untuk berlari, melompat, menjaga keseimbangan, dan mengoordinasikan gerakan tubuh. Stimulasi ini secara signifikan meningkatkan kekuatan otot, kepadatan tulang, kelincahan, dan kebugaran kardiorespirasi anak (Pratama et al., 2020). Dampak lain yang paling signifikan dari permainan tradisional dibanding permainan digital dimana Permainan tradisional hampir selalu melibatkan interaksi sosial secara langsung (*face-to-face*). Selain itu anak juga mendapatkan pengalaman dalam Resolusi Konflik dan Negosiasi, Saat bermain di lapangan, anak-anak belajar menyusun aturan, membagi tim secara adil, dan menyelesaikan perselisihan tanpa bantuan orang dewasa (Subarkah, 2019). Manfaat yang lain adalah anak belajar empati dan kerja sama, melalui permainan kelompok menuntut anak menekan ego demi mencapai kemenangan bersama, yang mengasah kecerdasan interpersonal mereka secara alamiah. Bermain tradisional juga tepat dapat melatih sportivitas dan toleransi stres dimana melalui permainan anak belajar menerima kekalahan (regulasi emosi) dan mengantre giliran.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penting dilakukan penelitian untuk mengetahui bagaimana pengaruh permainan tradisional engklek bergambar terhadap perkembangan motorik kasar dan emosional anak usia prasekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode Quasi-Eksperimen (*Quasi-Experimental Design*) dengan *One-Group Pretest-Posttest Design*. Dalam desain ini, pengukuran dilakukan sebanyak dua kali terhadap satu kelompok sampel tunggal, yaitu sebelum diberikan intervensi permainan tradisional engklek bergambar (pre-test) dan setelah intervensi selesai diberikan (post-test). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia 4- 6 tahun di TK ABA Gorontalo berjumlah 49 anak. Sampel penelitian berjumlah 30 anak prasekolah. Penetapan jumlah sampel sebanyak 30 anak dari total populasi 49 anak (60% dari populasi) didasarkan pada *Central Limit Theorem* yang menetapkan 30 sebagai syarat minimal keterwakilan distribusi data statistik. Gay et al. (2022) menyatakan bahwa sampel berjumlah 30 merupakan ukuran ideal dalam desain kuasi-eksperimen untuk memelihara validitas internal intervensi serta menjamin keterukuran observasi motorik kasar dan emosional secara mendalam.

Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel Purposive Sampling dengan kriteria inklusi sebagai berikut: Anak usia 4–6 tahun, tidak memiliki keterbatasan fisik/motorik bawaan yang ekstrem yang dapat menghambat gerakan melompat serta mendapat izin dari orang tua. Adapun variabel independen pada penelitian ini adalah penerapan permainan tradisional engklek bergambar. Standar Operasional Prosedur (SOP) permainan tradisional engklek bergambar dimodifikasi dari kurniawati (2019) dalam bukunya yang membahas permainan tradisional.

Variabel dependen penelitian ini adalah perkembangan motorik kasar dan perkembangan emosional. Data dikumpulkan melalui observasi terstruktur menggunakan lembar penilaian (rubrik skala likert/ceklist) yang mengacu pada Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA) yang memiliki 4 indikator dengan skala likert 1-4 untuk masing-masing perkembangan motorik kasar dan emosional. Instrumen telah dilakukan uji validitas dengan hasil seluruh item dinyatakan valid dengan $R \text{ hitung} > R \text{ tabel } 0,361$, dan uji reliabilitas alpha Cronbach $> 0,6$. Prosedur penelitian 30 anak diberikan intervensi berupa permainan engklek yang petak-petaknya dimodifikasi dengan gambar menarik berupa karakter kartun populer. Penggunaan gambar ini bertujuan mengaktifkan visual anak agar lebih bersemangat dalam melompat serta mencegah kebosanan selama intervensi. Permainan diberikan selama 3 kali dalam seminggu, dengan durasi waktu 30-45 menit setiap sesi. Total sesi yang diberikan adalah 10-12 sesi selama 1 bulan. Pengulangan dilakukan karena prinsip repetisi dan retensi memori. Anak butuh pengulangan untuk mengubah gerak kasar dari tingkat sadar menjadi gerakan otomatis. Jika terapi hanya diberikan 1 kali seminggu, jarak antar sesi terlalu jauh sehingga anak cenderung lupa pada koordinasi gerak yang dipelajari sebelumnya.

Selanjutnya dilakukan analisis data dengan terlebih dahulu dilakukan uji normalitas yang hasil pre-test 0,001 dan post- test 0,000 sehingga data tidak berdistribusi normal. Analisis data menggunakan Uji Wilcoxon untuk membandingkan apakah terjadi perbedaan antara pre-test dan post-test Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Poltekkes Kemenkes Gorontalo dengan nomor sertifikat No. DP. 04.03/ KEPK/0413 /2026.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi jenis kelamin dan usia. Dari total 30 responden, mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 18 anak (60%), sedangkan laki-laki sebanyak 12 anak (40%).

Tabel 1. Gambaran karakteristik responden (N: 30)

Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki	12	40%
Perempuan	18	60%
Usia	Frekuensi	Presentase (%)
5-5,1 tahun, bulan	5	16,7 %
5,2-5,4 tahun, bulan	19	63,3 %
5,5-5,7 tahun, bulan	6	20 %

Berdasarkan data distribusi frekuensi karakteristik jenis kelamin, ditemukan bahwa dari total 30 responden, sebagian besar berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 18 anak (60,00%), sedangkan responden berjenis kelamin laki-laki adalah sebanyak 12 anak (40,00%). Dominasi jumlah anak perempuan dalam penelitian ini terjadi secara acak (by chance) sesuai dengan daftar hadir siswa aktif di TK tempat penelitian berlangsung.

Dalam konteks perkembangan anak usia dini, variasi jenis kelamin ini menarik untuk dicermati karena terdapat perbedaan natural dalam pola perkembangan motorik kasar dan kematangan emosional antara anak laki-laki dan perempuan. Riset terbaru dari Fadillah et al. (2023) menunjukkan bahwa pada usia prasekolah, anak perempuan secara signifikan memperlihatkan keunggulan pada tugas-tugas motorik kasar yang menuntut kelincahan (*agility*), koordinasi halus, dan keseimbangan dinamis (*dynamic balance*), seperti melompat dengan satu kaki yang menjadi pilar utama gerakan engklek. Sebaliknya, anak laki-laki cenderung lebih unggul dalam aspek kekuatan otot murni (*power*) dan kecepatan gerak objek.

Tabel 2. Distribusi frekuensi perkembangan motorik kasar anak (N: 30)

Perkembangan motorik kasar	Pre test (f)	Pre test (%)	Post test (f)	Post test (%)
Belum berkembang	21	70%	1	3,33%
Mulai berkembang	9	30%	5	16,66%
Berkembang sesuai harapan	0	0%	21	70%
Berkembang sangat baik	0	0%	3	10%
Total	30	100%	30	100%

Sebelum diberikan intervensi (*pre-test*), mayoritas anak (70,00%) berada pada kategori Belum Berkembang. Kondisi pre-test yang rendah ini mengindikasikan bahwa sebagian besar anak masih mengalami kesulitan dalam melakukan koordinasi gerakan motorik kasar yang kompleks, seperti menjaga keseimbangan tubuh saat berdiri dengan satu kaki, kelincahan dalam berpindah tempat, serta kekuatan otot kaki ketika melakukan lompatan terarah. Fenomena ini secara teoritis dipengaruhi oleh kurangnya stimulasi fisik yang terstruktur di lingkungan anak, serta tingginya kecenderungan anak-anak zaman sekarang yang lebih banyak menghabiskan waktu dengan aktivitas pasif (*sedentary behavior*), seperti menonton televisi atau bermain gadget.

Setelah diberikan perlakuan melalui permainan engklek bergambar (*post-test*), kemampuan motorik kasar anak meningkat pesat, di mana mayoritas anak (70,00%) mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan dan bahkan 10,00% anak mencapai Berkembang Sangat Baik. Secara

klinis dan perkembangan, perubahan dari skor pre-test ke post-test ini membuktikan bahwa fungsi motorik kasar anak prasekolah bersifat sangat elastis dan responsif terhadap stimulasi fisik yang dilakukan secara repetitif (berulang) dan menyenangkan. Melalui pengukuran pasca-tes, anak-anak terobservasi sudah mampu melompat dengan stabil, mendarat dengan akurat di dalam kotak tanpa menyentuh garis penanda, serta mampu mengontrol gravitasi tubuhnya saat membungkuk memungut gaco (penanda permainan).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perkembangan Emosional Anak (N: 30)

Perkembangan Emosional	Pre test (f)	Pre test (%)	Post test (f)	Post test (%)
Belum berkembang	26	86,67%	0	0%
Mulai berkembang	4	13,33%	6	20%
Berkembang sesuai harapan	0	0%	19	63,33%
Berkembang sangat baik	0	0%	5	16,67%
Total	30	100%	30	100%

Pada kondisi awal (*pre-test*), perkembangan emosional anak didominasi oleh kategori Belum Berkembang yaitu sebanyak 26 anak (86,67%). Kondisi awal ini mencerminkan karakteristik psikologis anak usia prasekolah yang secara alamiah masih berada pada fase egosentrisme yang kuat. Berdasarkan observasi di lapangan saat pre-test, anak-anak umumnya belum mampu meregulasi emosi negatifnya dengan baik. Hal ini ditandai dengan manifestasi perilaku seperti ketidaksabaran dalam menunggu antrean giliran, kecenderungan untuk memprotes atau menangis saat kalah bermain, ego yang tinggi untuk selalu mendominasi, serta kurangnya rasa percaya diri ketika harus tampil melakukan aktivitas di depan teman-teman sebayanya.

Setelah intervensi dilakukan (*post-test*), tidak ada lagi anak yang berada di kategori Belum Berkembang, dan sebagian besar anak bergeser ke kategori Berkembang Sesuai Harapan (63,33%) serta Berkembang Sangat Baik (16,67%). Pada pengukuran akhir (*post-test*), terjadi pembalikan arah sebaran data yang sangat positif. Kategori "Belum Berkembang" berhasil tereduksi hingga 0,00%. Mayoritas anak melesat masuk ke dalam kategori "Berkembang Sesuai Harapan" (BSH) yaitu sebanyak 19 anak (63,33%) , dan terdapat 5 anak (16,67%) yang mencapai performa emosional "Berkembang Sangat Baik" (BSB). Nilai rata-rata emosional anak meningkat lebih dari dua kali lipat menjadi 12,67, dengan nilai maksimum mencapai skor tertinggi 16. Perubahan profil emosional dari pre-test ke post-test ini mengindikasikan adanya internalisasi nilai-nilai sosial dan kemampuan adaptasi emosi yang terjadi selama proses permainan. Anak pasca-intervensi menunjukkan kemajuan perilaku yang nyata, seperti menjadi lebih toleran terhadap keberhasilan temannya, mampu menahan diri untuk mengantri tanpa mengganggu anak lain, menunjukkan resiliensi (daya juang) saat gaconya keluar garis, serta mengekspresikan rasa bangga yang sehat atas pencapaian dirinya sendiri.

Tabel 4. Gambaran Perkembangan Motorik Kasar dan Perkembangan Emosional Anak (N:30)

Variabel	Mean	Median	Std. Deviasi	Nilai min	Nilai max
Perkembangan motorik kasar pre-test	6,10	6,00	1,42	4	8
Perkembangan motorik kasar post-test	12,13	13,00	2,42	7	16
Perkembangan emosional pre-test	5,83	6,00	1,42	4	9
Perkembangan emosional post-test	12,67	13,00	2,34	8	16

Terjadi peningkatan nilai rata-rata (*mean*) perkembangan motorik kasar anak yang cukup tinggi, dari 6,10 pada saat *pre-test* menjadi 12,13 pada saat *post-test*. Nilai tertinggi anak juga meningkat dari skor maksimal 8 menjadi skor maksimal 16. Nilai rata-rata perkembangan emosional anak juga mengalami lonjakan, dari 5,83 pada saat *pre-test* menjadi 12,67 pada saat *post-test*.

Tabel 5. Pengaruh permainan engklek bergambar terhadap perkembangan motoric kasar dan perkembangan emosional (N: 30)

Variabel		Nilai Z	P-value
Perkembangan Motorik Kasar	<i>Pre-Test</i>	-4,812	0,00
	<i>Post-Test</i>		
Perkembangan Emosional	<i>Pre-Test</i>	-4,805	0,00
	<i>Post-Test</i>		

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,00 < 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa permainan tradisional engklek bergambar berpengaruh secara signifikan terhadap perkembangan motorik kasar anak usia prasekolah. Aktivitas fisik melompat, bertumpu dengan satu kaki, dan menjaga keseimbangan di atas petak gambar mampu mendongkrak ketangkasan fisik anak. Secara biomekanika dan fisiologi perkembangan, permainan engklek merupakan bentuk latihan fisik yang komprehensif bagi anak usia dini. Saat anak melompat dengan satu kaki (*hopping*), otot-otot besar pada ekstremitas bawah (seperti otot *quadriceps femoris*, *gastrocnemius*, dan otot-otot sendi pergelangan kaki) dipaksa berkontraksi secara aktif untuk menghasilkan daya dorong vertikal dan horizontal. Aktivitas berulang ini memperkuat tonus otot dan meningkatkan kepadatan motorik anak. Selain kekuatan otot, engklek menuntut kerja sistem vestibular (keseimbangan) dan sistem proprioseptif (reseptor sendi dan otot) secara simultan. Ketika anak harus mempertahankan posisi berdiri di atas satu kaki sembari menunduk mengambil gaco, tubuh anak melakukan penyesuaian postur secara konstan demi melawan gaya gravitasi agar tidak terjatuh atau menginjak garis penanda.

Penambahan stimulasi visual berupa "gambar menarik" di dalam petak engklek memegang peranan krusial sebagai *affordance* (stimulus lingkungan yang mengundang tindakan). Hal tersebut selaras dengan penelitian Flores, Rodrigues & Cordovil (2021) yang menyebutkan bahwa lingkungan yang kaya akan *affordances* (seperti marka visual/ gambar permainan) berbanding lurus dengan peningkatan kompetensi motorik kasar anak. Gambar-gambar tersebut berfungsi sebagai target visual yang harus diproses oleh korteks visual otak anak. kemudian diintegrasikan menjadi perintah motorik ke otot-otot kaki agar melompat dengan kekuatan dan akurasi yang tepat. Proses

neuro-motorik ini mempercepat matangnya koordinasi mata-kaki anak. Ati, Suwastika & Yasirandi (2020). Temuan ini sejalan dengan teori perkembangan fisik dari Sujiono (2019), yang mengemukakan bahwa masa prasekolah adalah golden age untuk melatih koordinasi motorik kasar melalui aktivitas lokomotor yang dinamis. Penelitian ini juga diperkuat oleh hasil riset terdahulu oleh Pratiwi dan Pujiati (2021), yang menemukan bahwa modifikasi visual pada petak permainan engklek tidak hanya menstimulasi aspek fisik, tetapi juga meningkatkan fokus spasial anak, sehingga performa keseimbangan dan kelincahan gerak anak meningkat secara eksponensial dibandingkan dengan metode bermain konvensional yang monoton.

Hasil pengujian pada aspek emosional menghasilkan nilai $p = 0,00$ Hal ini membuktikan bahwa permainan tradisional engklek bergambar berpengaruh secara signifikan terhadap perkembangan emosional anak usia prasekolah. Stimulasi saat bermain bersama, mengantre giliran bermain, mengontrol kekecewaan ketika kalah/gagal melompat, serta adanya modifikasi visual terbukti melatih regulasi emosi anak dengan sangat baik. Permainan tradisional engklek pada hakikatnya adalah sebuah "laboratorium sosial" mini bagi anak prasekolah. Permainan ini diatur oleh seperangkat aturan konkret yang disepakati bersama, yang berfungsi melatih struktur kognitif dan afektif anak untuk belajar melakukan regulasi diri (*self-regulation*) (Hughes, 2020). Selama terapi bermain berlangsung, anak mengalami proses desensitisasi terhadap ego pribadinya melalui tiga mekanisme interaksi sosial: 1) Belajar Menunda Kepuasan (*Delay of Gratification*) yaitu ditunjukkan Ketika anak harus mengantre gilirannya bermain, anak sedang melatih area *prefrontal cortex* di otaknya untuk menahan dorongan impulsif dan kecemasan, yang merupakan fondasi utama dari aspek kesabaran dan kontrol diri (Diamond, 2013). 2) Koping terhadap frustrasi dan kegagalan, aturan permainan menetapkan bahwa jika kaki anak menyentuh garis atau gaco meleset, maka anak tersebut dinyatakan "gugur" dan harus menyerahkan giliran pada temannya. Pengalaman mengalami kegagalan di dalam lingkungan bermain yang aman dan suportif ini melatih ketahanan emosional (*resilience*). Anak belajar bahwa kesalahan bukanlah akhir dari permainan, melainkan sebuah proses yang harus diterima secara lapang dada tanpa perlu memicu luapan emosi tantrum atau agresi. 3) Pengembangan *Self-Efficacy* dan Rasa Percaya Diri, Keberhasilan anak menyelesaikan satu putaran penuh melompat petak memberikan *reward* psikologis internal berupa perasaan mampu (*sense of competence*) (Harter, 2015). Rasa percaya diri ini tumbuh subur karena anak merasa berhasil menaklukkan tantangan fisik di hadapan teman-temannya, yang didukung pula oleh apresiasi sosial berupa tepuk tangan dari kelompok bermainnya.

Adanya modifikasi gambar-gambar ekspresi emosi (seperti wajah senang, sedih, atau marah) pada petak engklek bertindak sebagai media literasi emosi. Saat anak menginjak petak tersebut, peneliti dapat mengaitkannya dengan pengenalan jenis perasaan, sehingga anak belajar mengidentifikasi, melabeli, dan mengomunikasikan emosi yang dirasakannya secara sehat. Temuan ini sejalan dengan teori perkembangan psikososial Hurlock (2023), yang menyatakan bahwa bermain kelompok dengan aturan terstruktur adalah medium esensial bagi anak untuk mengikis egosentrisme dan mentransisikan kontrol emosi dari eksternal (paksaan guru/orang tua) menjadi kontrol internal (kesadaran diri). Secara empiris, hasil penelitian ini juga didukung kuat oleh studi dari Sari dan Fadillah (2022), yang membuktikan bahwa interaksi bermain tradisional secara periodik efektif menurunkan tingkat agresivitas dan impulsivitas anak prasekolah, sekaligus meningkatkan kompetensi regulasi emosi serta kepatuhan normatif anak terhadap lingkungan sosialnya.

SIMPULAN

Hasil uji bivariat menggunakan Wilcoxon Signed-Rank Test menunjukkan p value $0,00 < 0,05$ baik untuk variabel perkembangan motorik kasar maupun perkembangan emosional. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terapi bermain menggunakan permainan tradisional engklek bergambar

memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan perkembangan motorik kasar dan kematangan emosional anak usia prasekolah.

SARAN

Ibu diharapkan dapat membatasi penggunaan gawai (gadget) pada anak dan menggantinya dengan memfasilitasi permainan tradisional yang aktif seperti engklek di lingkungan rumah selain itu Saat anak bermain bersama teman sebaya atau anggota keluarga, Ibu disarankan hadir untuk membantu menjembatani pengenalan emosi, melatih kesabaran anak dalam menunggu giliran, serta mengajarkan cara menyikapi kekalahan secara positif. Perawat komunitas di puskesmas atau posyandu diharapkan dapat mengintegrasikan edukasi mengenai pentingnya permainan tradisional terstruktur dalam program stimulasi deteksi intervensi dini tumbuh kembang (SDIDTK) anak kepada para orang tua di masyarakat. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengontrol faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi hasil pasca-tes, seperti pola asuh orang tua, status gizi anak, aktivitas fisik anak di luar jam intervensi, maupun durasi harian anak dalam bermain gawai.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo. (2025, Juni 2). *Menjaga momentum perbaikan gizi balita di Gorontalo: Antara capaian dan tantangan*. Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo. <https://dinkes.gorontaloprov.go.id/menjaga-momentum-perbaikan-gizi-balita-di-gorontalo-antara-capaian-dan-tantangan/>
- Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 64(1), 135-168. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- Fadillah, R., Mariana, D., & Saputra, A. (2023). Analisis perbedaan performa motorik kasar anak usia dini berdasarkan jenis kelamin. *Jurnal Perkembangan Fisik Anak*, 7(2), 112-124. <https://doi.org/10.31004/jpfa.v7i2.5543>
- Flores, F. S., Rodrigues, L. P., & Cordovil, R. (2021). *Relationship between the Affordances for Motor Behavior of Schoolchildren (AMBS) and Motor Competence Assessment (MCA) in Brazilian Children*. *Children*, 8(8), 705. <https://doi.org/10.3390/children8080705>
- Gay, L. R., Mills, G. E., & Airasian, P. W. (2022). *Educational research: Competencies for analysis and applications* (13th ed.). Pearson
- Harter, S. (2015). *The construction of the self: Developmental and sociocultural perspectives* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Hurlock, E. B. (2023). *Child Development*. McGraw-Hill Book Company
- Hughes, F. P. (2020). *Children, play, and development* (4th ed.). SAGE Publications.
- Jati, R. K., Suwastika, N. A., & Yasirandi, R. (2020). Hopscotch Game to Support Stimulus in Children's Gross Motor Skill using IoT. *Kinetik: Game Technology, Information System, Computer Network, Computing, Electronics, and Control*, 5(4), 277-290. <https://doi.org/10.22219/kinetik.v5i4.1090>
- Kurniati, E. (2016). *Permainan Tradisional dan Perannya dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak*. Jakarta: Kencana.

- Lestarinigrum, A. (2018). Pemanaman permainan tradisional dalam menstimulasi kemampuan fungsi eksekutif perkembangan anak usia dini. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 12-21. <https://doi.org/10.29407/ja.v4i1.12181>
- Pratama, B. A., Akhiruddin, A., & Sujarwo, S. (2020). Menstimulasi perkembangan fisik motorik dan sosial anak melalui permainan tradisional gobak sodor. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 705-714. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.433>
- Pratiwi, A., & Pujiati, S. (2021). Modifikasi permainan tradisional engklek dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1432-1444. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.882>
- Putri, A. E., & Rahmawati, S. (2024). Hubungan kematangan emosional dan gender terhadap regulasi diri anak usia prasekolah. *Jurnal Psikologi Perkembangan Indonesia*, 12(1), 45-58.
- Santrock, J. W. (2022). *Life-span development* (18th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sari, R. P., & Fadillah, F. (2022). Pengaruh permainan tradisional terhadap pengelolaan regulasi emosi anak usia prasekolah. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 10(1), 55-64. <https://doi.org/10.23887/paud.v10i1.43210>
- Sari, L. P., & Fitriani, N. (2025). Efektivitas permainan kooperatif tradisional dalam mengikis egosentrisme anak usia 5-6 tahun. *Jurnal Edukasi Anak Usia Dini*, 9(1), 89-101. <https://doi.org/10.23887/jeaud.v9i1.7762>
- Subarkah, A. (2019). Permainan tradisional dalam perkembangan anak usia dini sebagai penyeimbang dampak gawai. *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(1), 38-46. <https://doi.org/10.21831/jpa.v8i1.26785>
- Sujiono, B. (2019). *Metode pengembangan fisik* (Ed. 2). Universitas Terbuka.
- Zulkarnain, M., & Sumitro, A. L. (2020). Hubungan asupan gizi makro dengan perkembangan motorik kasar pada anak usia 24-59 bulan di Kelurahan Donggala, Kota Gorontalo. *Jurnal Pengolahan Pangan*, 5(2), 54-59. <https://doi.org/10.31970/pangan.v5i2.39>