

## MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN FISIK MOTORIK KASAR ANAK DENGAN PERMAINAN TRADISIONAL SE'ENGGEH ASAL KABUPATEN SIKKA

Nadia Muna Qonita <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan dan Sastra, Universitas Islam Makassar INDONESIA

### Abstrak

*Permainan tradisional merupakan salah satu warisan budaya yang kaya akan nilai-nilai positif dan memiliki banyak manfaat bagi perkembangan anak terutama anak usia dini. Salah satu permainan tradisional yang berkontribusi signifikan terhadap perkembangan fisik motorik kasar anak adalah permainan tradisional Se'enggeh yang biasa di mainkan oleh anak-anak di Kabupaten Sikka, Nusa Tenggara Timur. Permainan Se'enggeh atau yang biasa di kenal dengan senggeh ini sangat mirip dengan permainan tradisional Indonesia yang kita kenal dengan "Engklek". Metode penelitian yang digunakan adalah kajian pustaka dengan mengumpulkan informasi dari berbagai sumber tertulis, seperti buku, jurnal ilmiah, artikel penelitian, dan dokumen resmi. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji manfaat permainan Se'enggeh dalam mengembangkan kemampuan fisik motorik kasar anak usia dini. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa permainan tradisional Se'enggeh asal Kabupaten Sikka merupakan alat yang efektif dalam mengembangkan kemampuan fisik motorik kasar anak usia dini karena selain meningkatkan keterampilan fisik motorik, permainan ini juga memiliki berbagai manfaat lainnya seperti meningkatkan keterampilan sosial dan melestarikan budaya lokal.*

**Kata kunci:** Fisik motorik; Permainan Tradisional Se'enggeh.

---

Nama penulis dan email: [nadiamuna41@gmail.com](mailto:nadiamuna41@gmail.com)

Received: 4 Januari 2026

Revised: 13 Januari 2026

Accepted: 27 Januari 2026

Available online: 8 Februari 2026

DOI: XX.XXXXX

## PENDAHULUAN

Permainan tradisional tidak hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga memiliki peran penting dalam perkembangan anak. Salah satu permainan yang dapat di kenalkan dan diajarkan kepada anak adalah permainan *Se'enggeh* atau *Senggeh* berasal dari kab. Sikka, tentunya melibatkan aktivitas fisik yang dapat mengasah keterampilan motorik kasar anak. Selain itu, permainan ini juga mengajarkan nilai-nilai sosial dan budaya lokal. Kajian ini bertujuan untuk mengeksplorasi fungsi dan manfaat permainan *senggeh* dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini.

Senggeh adalah salah satu jenis permainan tradisional asal Kabupaten Sikka, Nusa Tenggara Timur yang sangat mirip dengan permainan tradisional Indonesia yang kita kenal dengan permainan "*Engklek*". Permainan ini melibatkan aktivitas melompat-lompat pada area permainan berupa gambar yang terpola dengan berbagai bentuk yang digambar di atas tanah datar. Dalam permainan ini, anak-anak harus menjaga keseimbangan dan koordinasi tubuh pada saat melompat dengan satu kaki, sehingga keterampilan motorik kasar mereka terasah.

Pada permainan *senggeh*, bahan atau alat yang digunakan untuk bermain disebut dengan "*edeng*" yang berupa batu ceper atau pecahan permukaan tanah. *Senggeh* dilakukan secara berpasangan yang masing-masing pihak bisa berjumlah 1-4 orang. Ada keuntungan ketika bermain dalam bentuk kelompok misalnya ketika salah satu teman mainnya kalah maka akan ada istilah di "*ho'i*" (menebus kesalahan dengan cara membantu melakukan bagian yang gagal dilakukan). Kalau berhasil maka permainan akan dilanjutkan ke tahap berikutnya. Jika gagal maka permainan akan dilanjutkan oleh kelompok lawan. Untuk mengawali permainan biasanya dilakukan undian dengan cara suten (suit) atau hom pila hom pim pah.

Cara bermain *Senggeh* yaitu, semua *edeng* diletakkan pada kotak pertama lalu pemain pertama melompat dengan satu kaki mulai dari kotak kedua dan seterusnya. Pemain dinyatakan gagal apabila saat melompat pemain menginjak garis, *edeng* yang dilemparkan mengenai batas/keluar kotak, kedua kakinya menginjak pada kotak yang tidak seharusnya diinjak dua kaki, atau menginjak kotak yang ada *edengnya*. Jika permainan dilakukan berkelompok maka kegagalan pemain pertama akan di "*hoi*" (tebus) oleh rekan setimnya. Apabila pemain berhasil menyelesaikan seluruh tahapan permainan, ia akan mendapatkan hak untuk menguasai satu kotak dengan memberi tanda silang pada salah satu kotak secara berurutan. Pemenang ditentukan berdasarkan banyaknya jumlah kotak yang dikuasai/diberi tanda silang

Permainan *senggeh* ini memiliki beberapa istilah nama yang disesuaikan dengan bentuk atau model dena yang digambarkan.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kajian pustaka, di mana berbagai literatur dan jurnal terkait permainan tradisional dan perkembangan motorik kasar anak dianalisis. Sumber data utama berasal dari artikel jurnal, buku, dan penelitian terdahulu yang membahas permainan tradisional dan perkembangannya. Melalui kajian pustaka, penulis mengumpulkan informasi tentang manfaat permainan *Se'enggeh* dari berbagai perspektif dan mengidentifikasi temuan yang relevan untuk mendukung argumen penelitian.

## **HASI DAN PEMBAHASAN**

Hasil kajian menunjukkan bahwa permainan *Se'enggeh* memiliki berbagai manfaat dalam mengembangkan kemampuan fisik motorik kasar anak. Beberapa manfaat utama dari permainan ini antara lain:

- **Mengembangkan Keterampilan Motorik Kasar**  
Aktivitas melompat-lompat dalam permainan *Se'enggeh* membantu anak-anak menguatkan otot kaki dan meningkatkan keseimbangan. Latihan fisik yang teratur ini penting untuk perkembangan fisik anak, terutama dalam membentuk kekuatan dan ketahanan otot.
- **Meningkatkan Koordinasi dan Keseimbangan**  
Permainan ini melibatkan koordinasi antara mata, kaki, dan tangan, serta mengajarkan anak untuk menjaga keseimbangan tubuh saat melompat dengan satu kaki. Kemampuan ini sangat penting dalam perkembangan motorik kasar, yang akan mendukung anak dalam menjalani aktivitas sehari-hari dengan lebih baik.
- **Menumbuhkan Rasa Kebersamaan**  
Bermain *Se'enggeh* bersama teman-teman dapat meningkatkan keterampilan sosial anak dan menumbuhkan rasa kebersamaan serta kerjasama. Anak-anak belajar untuk mengikuti aturan permainan, menunggu giliran, dan bekerja sama dengan teman-teman mereka, yang merupakan aspek penting dalam perkembangan sosial mereka.
- **Menjaga Kesehatan Fisik:**  
Permainan ini merupakan aktivitas fisik yang menyenangkan yang dapat membantu menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh anak-anak. Dengan bermain *Se'enggeh* secara teratur, anak-anak dapat meningkatkan daya tahan fisik mereka dan mengurangi risiko obesitas serta masalah kesehatan lainnya.
- **Melestarikan Budaya Lokal:**  
Memperkenalkan permainan tradisional seperti *Se'enggeh* kepada anak-anak membantu melestarikan warisan budaya dan mengenalkan nilai-nilai tradisional kepada generasi muda. Anak-anak menjadi lebih mengenal budaya lokal dan belajar untuk menghargai warisan budaya yang ada.

Selain manfaat permainan senggeh, terdapat pula nilai-nilai positif yang terkandung dalam permainan ini yaitu diantaranya :

### **1. Nilai Karakter dalam Permainan *Se'enggeh***

Permainan tradisional *Se'enggeh*, atau sering disebut sebagai permainan engklek, mengandung banyak nilai karakter yang penting dan berharga bagi anak-anak yang memainkannya.

- Kerjasama: *Se'enggeh* sering dimainkan bersama teman-teman, dan dalam beberapa variasi, anak-anak harus bekerja sama dan berbagi giliran dengan adil.
- Kesabaran: Permainan ini mengajarkan anak-anak untuk sabar menunggu giliran mereka dan menghormati aturan permainan.
- Kejujuran: Anak-anak belajar untuk bermain dengan jujur, tidak curang, dan menghargai teman-teman yang lain.
- Ketepatan: Permainan ini melatih ketepatan dan keseimbangan tubuh, karena anak-anak harus melompat tepat ke dalam kotak tanpa menginjak garis.
- Ketekunan: *Se'enggeh* memerlukan ketekunan dan latihan untuk dapat melompat dengan benar dan menyelesaikan seluruh kotak.
- Disiplin: Anak-anak diajarkan untuk mematuhi aturan permainan dan bermain sesuai dengan giliran.

Secara keseluruhan, permainan *Se'enggeh* tidak hanya menyenangkan tetapi juga sarat dengan nilai-nilai karakter yang membantu mengembangkan moral dan keterampilan sosial anak-anak. Jika ada nilai lain atau informasi yang ingin kamu tambahkan,

### **2. Nilai Budaya dalam Permainan *Se'enggeh***

- Warisan Budaya: *Se'enggeh* adalah bagian dari warisan budaya Indonesia yang telah dimainkan selama bertahun-tahun, menjaga tradisi dan sejarah lokal tetap hidup.
- Keberagaman: Permainan ini dikenal di berbagai daerah dengan nama dan aturan yang sedikit berbeda, mencerminkan keberagaman budaya Indonesia.
- Kebersamaan: Permainan ini memperkuat rasa kebersamaan dan komunitas, karena sering dimainkan bersama oleh anak-anak di lingkungan yang sama.
- Pengembangan Keterampilan Sosial: *Se'enggeh* membantu anak-anak mengembangkan keterampilan sosial mereka, seperti bekerja sama, berkomunikasi, dan menghargai teman-teman mereka.
- Kegiatan Luar Ruangan: Dalam era digital ini, engklek mendorong anak-anak untuk bermain di luar rumah, menikmati alam, dan menjaga kesehatan fisik mereka.

- Pengajaran Nilai-nilai Lokal: Permainan ini sering kali mengandung elemen-elemen lokal yang bisa menjadi sarana untuk mengajarkan nilai-nilai dan cerita-cerita budaya kepada anak-anak.

### **3. Relevansi Nilai-Nilai dalam Kehidupan Modern**

Permainan *Se'enggeh* memiliki relevansi yang kuat dengan nilai-nilai dalam kehidupan modern. Berikut adalah beberapa alasannya yaitu :

- Kerjasama dan Kolaborasi: Di dunia yang semakin terhubung, kemampuan untuk bekerja sama dan berkolaborasi menjadi sangat penting. Nilai-nilai ini tercermin dalam permainan engklek di mana pemain harus bergantian dan bermain bersama dengan harmonis.
- Kesehatan dan Kebugaran: Dalam era digital di mana banyak aktivitas dilakukan secara online dan duduk di depan layar, *Se'enggeh* mengingatkan kita akan pentingnya aktivitas fisik dan kesehatan tubuh. Melompat-lompat dalam permainan ini membantu menjaga kebugaran fisik.
- Keseimbangan Hidup: Permainan *Se'enggeh* mengajarkan keseimbangan, baik secara fisik maupun dalam pengaturan giliran bermain. Ini relevan dengan konsep keseimbangan hidup modern, di mana kita perlu mengatur waktu antara pekerjaan, keluarga, dan waktu pribadi.
- Ketepatan dan Fokus: *Se'enggeh* melatih ketepatan dan fokus, yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan modern untuk menyelesaikan tugas dengan efisien dan efektif.
- Penghormatan terhadap Budaya: Dengan memainkan permainan tradisional seperti *Se'enggeh*, generasi muda dapat belajar menghargai dan melestarikan warisan budaya. Ini penting untuk menjaga identitas budaya di tengah globalisasi.
- Pengembangan Keterampilan Sosial: *Se'enggeh* membantu mengembangkan keterampilan sosial seperti berkomunikasi, menghormati aturan, dan bersikap adil, yang semuanya sangat relevan dalam interaksi sosial dan profesional di dunia modern.

## **SIMPULAN**

Permainan tradisional *Se'enggeh* asal Kabupaten Sikka, Nusa Tenggara Timur merupakan alat yang efektif dalam mengembangkan kemampuan fisik motorik kasar anak usia dini. Selain meningkatkan keterampilan motorik, permainan ini juga memiliki berbagai manfaat lainnya seperti meningkatkan keterampilan sosial, membangun kerjasama dan kolaborasi, menjaga kesehatan fisik, serta melestarikan budaya lokal.

Oleh karena itu, penting untuk terus memperkenalkan dan melestarikan permainan-permainan tradisional seperti *Se'enggeh* kepada anak-anak. Permainan tradisional *Se'enggeh* ini juga tidak hanya bermanfaat bagi perkembangan fisik anak, tetapi juga memainkan peran penting dalam mendukung perkembangan sosial dan emosional mereka.

## **REFERENSI**

Wairmahing, P. P. (2021). Kumpulan permainan tradisional Kabupaten Sikka.

Mulyana, Y., & Lengkana, A. S. (2019). Permainan tradisional. Salam Insan Mulia.

Indriyani, D., Muslihin, H. Y., & Mulyadi, S. (2021). Manfaat permainan tradisional engklek dalam aspek motorik kasar anak. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 9(3), 349-354.

Raihana, R., & Sari, B. F. (2021). Pengaruh Permainan Tradisional Engklek Terhadap Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Generasi Emas*, 4(2), 74-83.