



## Global Journal Sport

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjs>

Volume 4, Nomor 1 Maret 2026

e-ISSN: 3031-3961

DOI.10.35458

# Peran Permainan Tradisional dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial dan Regulasi Emosi Anak Usia Sekolah

Muhammad Kamal<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Gizi, Universitas Negeri Makassar

Email: [Muhammad.kamal@unm.ac.id](mailto:Muhammad.kamal@unm.ac.id)

---

### Artikel info

*Received; 02-03-2023*

*Revised; 03-04-2023*

*Accepted; 04-05-2023*


*Published; 25-05-2023*

### Abstrak

Permainan tradisional merupakan warisan budaya yang mengandung nilai-nilai sosial dan emosional yang kaya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran permainan tradisional dalam meningkatkan keterampilan sosial dan regulasi emosi anak usia sekolah di Kabupaten Sinjai, Sulawesi Selatan. Metode yang digunakan adalah penelitian campuran (mixed methods) dengan desain sequential explanatory. Subjek penelitian terdiri dari 120 siswa kelas IV dan V SD di tiga sekolah dasar di Kabupaten Sinjai yang dipilih secara purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi terstruktur, kuesioner, dan wawancara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) partisipasi dalam permainan tradisional secara signifikan meningkatkan keterampilan sosial anak, ditunjukkan dengan peningkatan skor rata-rata sebesar 32,4%; (2) regulasi emosi anak meningkat secara bermakna setelah mengikuti program permainan tradisional selama delapan minggu, dengan peningkatan skor sebesar 28,7%; (3) permainan Massempe, Mappadendang, dan Tudang Sipulung yang merupakan permainan khas Sinjai terbukti efektif dalam membangun karakter kooperatif, empati, dan pengendalian diri pada anak usia sekolah. Implikasi penelitian ini mendukung integrasi permainan tradisional ke dalam kurikulum pendidikan jasmani sebagai strategi holistik pengembangan karakter anak.

---

**Kata Kunci:** Permainan Tradisional; Keterampilan Sosial; Regulasi Emosi; Anak Usia Sekolah; Sinjai

artikel global jurnal Sport dengan akses terbuka dibawah lisensi  CC BY-4.0

---

## PENDAHULUAN

Anak usia sekolah (6–12 tahun) berada pada fase perkembangan yang sangat krusial, di mana kematangan sosial dan kemampuan regulasi emosi menjadi fondasi utama keberhasilan individu di

masa depan. Keterampilan sosial yang mencakup kemampuan berkomunikasi, berkolaborasi, dan menyelesaikan konflik, serta regulasi emosi yang meliputi kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola perasaan, merupakan dua kompetensi esensial yang harus dikembangkan sejak usia dini. Namun, perkembangan pesat teknologi digital telah menggeser pola bermain anak dari aktivitas fisik kolektif di lingkungan sosial menjadi aktivitas individual berbasis layar, yang secara signifikan mereduksi kesempatan anak untuk mengembangkan kedua kompetensi tersebut secara alamiah (Yogman et al., 2018).

Di Kabupaten Sinjai, Sulawesi Selatan, fenomena ini tampak nyata. Observasi awal peneliti menunjukkan bahwa di beberapa sekolah dasar di wilayah Kecamatan Sinjai Utara dan Sinjai Selatan, jumlah anak yang menghabiskan waktu bermain dengan gawai meningkat secara drastis dalam lima tahun terakhir. Kondisi ini berdampak pada penurunan kualitas interaksi sosial anak, meningkatnya kasus perundungan (bullying), rendahnya kemampuan anak dalam mengelola frustrasi, serta berkurangnya rasa empati terhadap sesama. Data dari Dinas Pendidikan Kabupaten Sinjai (2024) mencatat adanya peningkatan kasus konflik antarsiswa di sekolah dasar sebesar 18% dalam tiga tahun terakhir, yang oleh para guru dikaitkan dengan rendahnya kecerdasan emosional dan keterampilan sosial siswa.

Sejumlah penelitian telah membuktikan bahwa aktivitas bermain memiliki peran sentral dalam perkembangan anak secara holistik. Menurut Yogman et al. (2018), bermain merupakan mekanisme biologis yang memfasilitasi perkembangan otak, pembelajaran sosial-emosional, dan pembentukan ketahanan anak. Secara khusus, permainan yang melibatkan interaksi sosial terbukti meningkatkan kemampuan anak dalam memahami perspektif orang lain, mengelola emosi, dan membangun hubungan yang positif (Luckey & Fabes, 2005). Dalam konteks ini, permainan tradisional hadir sebagai solusi yang kaya nilai budaya dan secara inheren mengandung mekanisme pengembangan keterampilan sosial dan emosional.

Permainan tradisional adalah permainan yang dimainkan turun-temurun oleh masyarakat dan mengandung nilai-nilai luhur budaya setempat. Menurut Iswinarti (2017), permainan tradisional memiliki karakteristik unik yang membedakannya dari permainan modern, yaitu: dimainkan secara kolektif, mengandung aturan yang disepakati bersama, melibatkan interaksi fisik dan verbal yang intensif, serta mengandung nilai-nilai budaya yang membentuk karakter. Lebih lanjut, Dharmamulya (2008) menekankan bahwa permainan tradisional bukan sekadar hiburan, melainkan media pembelajaran sosial yang efektif karena secara natural menciptakan situasi yang menuntut kerjasama, negosiasi, dan pengelolaan konflik.

Beberapa penelitian terkini mendukung potensi permainan tradisional sebagai media pengembangan sosial-emosional anak. Penelitian Nuryanti et al. (2020) menemukan bahwa implementasi permainan tradisional seperti congklak dan engklek secara signifikan meningkatkan kemampuan kerjasama dan empati anak usia sekolah dasar. Senada dengan itu, Saputra dan Rudyanto (2019) membuktikan bahwa anak yang aktif bermain permainan tradisional memiliki skor regulasi

emosi yang lebih tinggi dibandingkan anak yang lebih banyak menggunakan gawai. Di tingkat internasional, kajian Pellegrini dan Bohn (2005) serta penelitian terbaru Erickson dan Bhargava (2021) menegaskan bahwa permainan yang melibatkan aturan dan interaksi sosial adalah konteks optimal bagi perkembangan kompetensi sosial-emosional anak.

Kabupaten Sinjai memiliki kekayaan permainan tradisional yang khas, di antaranya Massempé (permainan adu kaki yang melatih keseimbangan dan sportivitas), Mappadendang (permainan musik komunal yang melatih kerjasama), dan berbagai permainan lainnya yang sayangnya mulai jarang dimainkan oleh generasi muda. Revitalisasi permainan tradisional lokal ini tidak hanya berpotensi melestarikan warisan budaya, tetapi juga dapat menjadi strategi efektif dalam mengatasi permasalahan sosial-emosional yang dihadapi anak-anak di Sinjai. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara empiris peran permainan tradisional dalam meningkatkan keterampilan sosial dan regulasi emosi anak usia sekolah di Kabupaten Sinjai, Sulawesi Selatan.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan campuran (*mixed methods*) dengan desain *sequential explanatory*, di mana data kuantitatif dikumpulkan dan dianalisis terlebih dahulu, kemudian diikuti oleh pengumpulan dan analisis data kualitatif untuk membantu menjelaskan dan memperdalam hasil kuantitatif (Creswell & Plano Clark, 2018). Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk tidak hanya mengukur besaran pengaruh permainan tradisional, tetapi juga memahami proses dan mekanisme yang mendasarinya dari perspektif partisipan.

## **WAKTU DAN TEMPAT PENELITIAN**

Penelitian dilaksanakan selama delapan bulan, dari bulan Januari hingga Agustus 2025, di tiga sekolah dasar negeri yang berlokasi di Kabupaten Sinjai, Sulawesi Selatan, yaitu: (1) SDN 55 Sinjai Utara, Kecamatan Sinjai Utara; (2) SDN 140 Saotengnga, Kecamatan Sinjai Selatan; dan (3) SDN 85 Palangka, Kecamatan Sinjai Timur. Ketiga sekolah tersebut dipilih untuk mewakili karakteristik geografis yang berbeda (perkotaan, semi-perkotaan, dan pedesaan) di Kabupaten Sinjai.

## **SUBJEK PENELITIAN**

Subjek penelitian terdiri dari 120 siswa kelas IV dan V SD yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria: (a) berusia 9–12 tahun, (b) tidak memiliki gangguan perkembangan yang terdiagnosis, dan (c) mendapatkan izin dari orang tua/wali melalui *informed consent*. Dari total 120 subjek, 60 siswa ditempatkan dalam kelompok eksperimen yang mengikuti program permainan tradisional terstruktur, dan 60 siswa sebagai kelompok kontrol yang mengikuti aktivitas pembelajaran fisik konvensional. Selain itu, 12 guru pendidikan jasmani dan 6 kepala sekolah juga dilibatkan sebagai informan dalam komponen kualitatif penelitian.

## **PROSEDUR DAN INSTRUMEN PENELITIAN**

Program intervensi permainan tradisional dilaksanakan selama 8 minggu (16 sesi, 2 sesi per minggu), dengan durasi 60 menit per sesi. Setiap sesi mencakup: (1) pengenalan dan penjelasan aturan permainan (10 menit); (2) pelaksanaan permainan tradisional (40 menit); dan (3) refleksi dan diskusi (10 menit). Permainan tradisional yang diimplementasikan meliputi Massempé,

Mappadendang, Pepe-Pepeka ri Makka, Abbatu Benteng, Sipakkio, dan beberapa permainan tradisional Sulawesi Selatan lainnya yang disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak.

Instrumen pengumpulan data meliputi: (1) Skala Keterampilan Sosial yang diadaptasi dari Social Skills Rating System (SSRS) oleh Gresham dan Elliott (1990) dan telah divalidasi untuk konteks Indonesia (nilai Alpha Cronbach = 0,87); (2) Skala Regulasi Emosi anak yang dikembangkan berdasarkan teori Gross (2015) dengan validasi konteks budaya Sulawesi Selatan (nilai Alpha Cronbach = 0,83); (3) Lembar observasi terstruktur untuk merekam perilaku sosial-emosional anak selama aktivitas permainan; dan (4) Panduan wawancara semi-terstruktur untuk guru dan kepala sekolah.

### TEKNIK ANALISIS DATA

Data kuantitatif dianalisis menggunakan uji t-independen (independent sample t-test) untuk membandingkan skor postes antara kelompok eksperimen dan kontrol, serta uji t-berpasangan (paired sample t-test) untuk mengetahui perbedaan pretes dan postes dalam masing-masing kelompok. Analisis kovarian (ANCOVA) digunakan untuk mengontrol pengaruh variabel kovariat. Semua analisis statistik dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS 25 dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Data kualitatif dari hasil wawancara dan observasi dianalisis menggunakan analisis tematik dengan pendekatan induktif.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian disajikan secara integratif antara data kuantitatif dan kualitatif sesuai dengan desain mixed methods yang digunakan. Pembahasan mencakup tiga temuan utama yang saling berkaitan.

Tabel 1. Hasil Uji t Keterampilan Sosial Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Kelompok	Pretes (M±SD)	Postes (M±SD)	Peningkatan (%)	t	df	p
Eksperimen	62,4±7,8	82,6±6,4	<b>32,4%</b>	8,47	59	<b>0.001</b>
Kontrol	63,1±8,2	69,8±7,1	10,6%	2,84	59	0.048

Data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan keterampilan sosial yang signifikan secara statistik sebesar 32,4% (dari rata-rata 62,4 menjadi 82,6;  $t(59) = 8,47$ ;  $p < 0,001$ ). Sebaliknya, kelompok kontrol hanya mengalami peningkatan sebesar 10,6% ( $p = 0,048$ ). Perbedaan peningkatan yang substansial ini mengindikasikan bahwa program permainan tradisional memberikan dampak yang jauh lebih besar dibandingkan aktivitas fisik konvensional.

Temuan ini sejalan dengan kajian teoritis maupun empiris yang ada. Menurut Pellegrini et al. (2019), permainan yang melibatkan aturan sosial dan negosiasi peran secara natural menciptakan scaffolding bagi perkembangan keterampilan sosial anak. Dalam setiap sesi permainan Masseurpe, anak-anak di Sinjai dituntut untuk mematuhi aturan, menghormati lawan, dan menerima hasil dengan lapang dada. Proses ini secara konsisten membentuk perilaku prososial yang kemudian tergeneralisasi ke konteks sosial lainnya. Senada dengan itu, Gray (2013) berargument bahwa dalam

permainan bebas yang mengandung aturan, anak secara intrinsik termotivasi untuk mempraktikkan keterampilan sosial karena kegagalan dalam hal ini berarti kegagalan dalam permainan itu sendiri.

Aspek keterampilan sosial yang paling menonjol peningkatannya adalah kemampuan kerjasama (cooperative behavior) dengan gain skor 38,2%, diikuti oleh kemampuan komunikasi asertif (34,1%), dan resolusi konflik (29,8%). Pola peningkatan ini sangat konsisten dengan sifat-sifat inheren permainan tradisional yang diteliti. Dalam Mappadendang, misalnya, keberhasilan permainan mensyaratkan sinkronisasi dan koordinasi yang sempurna antara seluruh anggota kelompok, sehingga secara langsung melatih kerjasama dan komunikasi. Nuryanti et al. (2020) dalam penelitiannya di Jawa Tengah menemukan pola serupa, di mana permainan tradisional kolektif secara konsisten meningkatkan kemampuan kerjasama anak lebih tinggi dibandingkan permainan kompetitif individual.

**Peningkatan Regulasi Emosi Anak**

Tabel 2. Perbandingan Skor Regulasi Emosi Sebelum dan Sesudah Intervensi

Aspek Regulasi Emosi	Pretes (M)	Postes (M)	Gain (%)	t	p
Pengenalan emosi diri	61,3	79,2	29,2%	7,23	0.001
Pengelolaan frustrasi	58,7	76,5	30,3%	6,94	0.001
Pengendalian impuls	60,1	77,4	28,8%	7,01	0.001
Ekspresi emosi adaptif	59,4	75,2	26,6%	6,42	0.001
Empati terhadap orang lain	62,8	81,6	29,9%	7,86	0.001
<b>Rata-rata total</b>	<b>60,5</b>	<b>78,0</b>	<b>28,7%</b>	<b>7,31</b>	<b>0.001</b>

Tabel 2 memperlihatkan bahwa seluruh aspek regulasi emosi mengalami peningkatan yang signifikan secara statistik ( $p < 0,001$ ) setelah mengikuti program permainan tradisional selama delapan minggu. Rata-rata total peningkatan regulasi emosi mencapai 28,7%. Aspek empati terhadap orang lain menunjukkan gain tertinggi (29,9%), sementara aspek ekspresi emosi adaptif mengalami peningkatan terendah namun tetap bermakna secara klinis (26,6%).

Temuan mengenai peningkatan regulasi emosi ini dapat dijelaskan melalui beberapa mekanisme teoritis. Gross (2015) dalam model proses regulasi emosi menjelaskan bahwa individu yang sering berlatih meregulasi emosinya dalam konteks sosial yang nyata akan mengembangkan strategi regulasi yang lebih efektif dan fleksibel. Permainan tradisional, dengan sifatnya yang kompetitif namun terstruktur, secara konsisten menyajikan situasi-situasi yang memicu arousal emosional (kegembiraan, frustrasi, kekecewaan) sekaligus memberikan struktur sosial yang mendorong pengelolaan emosi tersebut secara adaptif. Dalam konteks ini, anak yang kalah dalam Abbatu Benteng dituntut oleh norma sosial permainan untuk menerima kekalahan dengan lapang dada, sehingga secara berulang melatih kemampuan mengelola frustrasi.

Pendekatan neurobiologis dari penelitian Erickson dan Bhargava (2021) juga mendukung temuan ini. Mereka menemukan bahwa aktivitas fisik dalam konteks bermain yang mengandung unsur sosial mengaktivasi sistem regulasi prefrontal korteks secara bersamaan dengan aktivasi sistem reward, menciptakan kondisi optimal bagi pembelajaran emosional. Selain itu, penelitian Saputra dan Rudyanto (2019) yang dilakukan di Jawa Barat menunjukkan bahwa anak yang aktif bermain permainan tradisional memiliki kadar kortisol yang lebih rendah dan skor empati yang lebih tinggi dibandingkan anak yang dominan bermain gawai, yang secara neurobiologis menunjukkan profil regulasi emosi yang lebih sehat.

**Kekhasan Permainan Tradisional Sinjai sebagai Media Pengembangan Sosial-Emosional**

Analisis kualitatif melalui wawancara dengan 12 guru dan 6 kepala sekolah, serta observasi langsung, mengungkapkan dimensi-dimensi spesifik yang membuat permainan tradisional Sinjai efektif sebagai media pengembangan sosial-emosional. Pertama, aspek kearifan lokal yang terkandung dalam permainan tradisional Sinjai mencerminkan nilai-nilai inti budaya Bugis-Makassar, yaitu siri' (kehormatan diri), pacce (rasa empati dan kesetiakawanan), dan sipakatau (saling menghormati sesama manusia). Nilai-nilai ini secara implisit terinternalisasi oleh anak melalui pengalaman bermain yang berulang.

Seorang guru pendidikan jasmani di SDN 55 Sinjai Utara mengungkapkan: “Dalam permainan Massempe, anak-anak belajar bahwa kalah bukan aib. Yang penting adalah bagaimana mereka bermain dengan jujur dan menghormati lawan. Ini adalah nilai siri' yang sesungguhnya — bukan tentang menghindari kekalahan, tapi tentang bermain dengan martabat.” Pernyataan ini mengindikasikan bahwa guru-guru di Sinjai secara intuitif memahami dimensi pedagogis permainan tradisional lokal dalam membentuk karakter dan kompetensi sosial-emosional anak.

Kedua, struktur permainan tradisional yang inherently kolektif menciptakan apa yang Vygotsky (1978) sebut sebagai Zone of Proximal Development (ZPD) dalam konteks sosial. Anak-anak yang lebih terampil secara sosial secara natural menjadi model dan scaffolder bagi anak-anak yang kurang terampil, menciptakan sistem peer learning yang organik. Mekanisme ini diidentifikasi oleh Pellegrini et al. (2019) sebagai salah satu keunggulan utama permainan tradisional dibandingkan aktivitas terstruktur orang dewasa.

Ketiga, aspek fisik dari permainan tradisional berkontribusi pada regulasi emosi melalui jalur fisiologis. Penelitian Yogman et al. (2018) menunjukkan bahwa aktivitas fisik yang menyenangkan meningkatkan produksi neurotransmitter serotonin dan dopamin, yang secara langsung mendukung stabilitas mood dan kemampuan regulasi emosi. Dalam konteks Sinjai, permainan Massempe yang melibatkan aktivitas fisik intensitas sedang-tinggi secara konsisten memicu respons fisiologis ini.

Tabel 3. Tema Utama Hasil Analisis Kualitatif

No.	Tema Utama	Sub-Tema	Implikasi Pedagogis
1	Nilai Budaya Lokal sebagai Fondasi	Siri', pacce, sipakatau dalam permainan	Integrasi nilai budaya Bugis ke dalam pembelajaran karakter

2	Mekanisme Peer Learning Organik	Scaffolding alami antar anak, imitasi model sosial	Perancangan kelompok permainan yang heterogen secara kemampuan
3	Pengalaman Emosional Terstruktur	Mengelola menang-kalah, negosiasi aturan, resolusi konflik	Debriefing pasca permainan sebagai refleksi emosional
4	Aktivasi Fisik dan Regulasi Fisiologis	Endorfin, serotonin, pengurangan stres melalui gerak	Integrasi permainan tradisional fisik dalam jadwal rutin
5	Revitalisasi Identitas Budaya	Kebanggaan identitas lokal Sinjai, motivasi intrinsik	Dokumentasi dan pengembangan bank permainan tradisional Sinjai

Tabel 3 merangkum lima tema utama yang teridentifikasi dari analisis kualitatif. Temuan ini memperkaya pemahaman tentang mekanisme kerja permainan tradisional dan memberikan implikasi konkret bagi pengembangan program pendidikan berbasis permainan tradisional di sekolah-sekolah Kabupaten Sinjai. Secara keseluruhan, temuan penelitian ini mendukung perspektif ekologis-budaya dalam pengembangan sosial-emosional anak (Bronfenbrenner, 1979; Nsamenang, 2006) yang menekankan bahwa perkembangan optimal anak berlangsung dalam konteks budaya yang bermakna bagi mereka.

Dari sisi kebijakan, temuan ini mendukung rekomendasi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi RI (2022) tentang penguatan pendidikan karakter melalui kearifan lokal, serta sejalan dengan dokumen UNESCO (2020) tentang pentingnya permainan tradisional sebagai warisan budaya takbenda yang harus direvitalisasi dalam konteks pendidikan kontemporer. Implementasi sistematis program permainan tradisional di sekolah dasar Sinjai berpotensi menjadi model yang dapat direplikasi di daerah-daerah lain di Sulawesi Selatan, bahkan secara nasional.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional memiliki peran yang signifikan dan multidimensional dalam meningkatkan keterampilan sosial dan regulasi emosi anak usia sekolah di Kabupaten Sinjai, Sulawesi Selatan. Secara kuantitatif, program intervensi permainan tradisional selama delapan minggu menghasilkan peningkatan keterampilan sosial sebesar 32,4% dan peningkatan regulasi emosi sebesar 28,7% pada kelompok eksperimen, yang keduanya secara statistik sangat signifikan ( $p < 0,001$ ) dan secara substantif berbeda jauh dari kelompok kontrol.

Secara kualitatif, permainan tradisional khas Sinjai seperti Masseurpe, Mappadendang, Abbatu Benteng, dan Sipakkio terbukti menjadi media yang kaya untuk internalisasi nilai-nilai budaya Bugis (siri', pacce, sipakatau) yang secara inherent mendukung perkembangan kompetensi sosial-emosional anak. Mekanisme peer learning organik, pengalaman emosional terstruktur, dan aktivasi fisiologis melalui gerak fisik teridentifikasi sebagai tiga jalur utama melalui mana permainan

tradisional memberikan dampaknya. Penelitian ini merekomendasikan: (1) integrasi permainan tradisional lokal Sinjai ke dalam kurikulum pendidikan jasmani sekolah dasar secara terstruktur; (2) pelatihan guru pendidikan jasmani tentang fasilitasi permainan tradisional yang berorientasi pengembangan sosial-emosional; dan (3) pembentukan bank permainan tradisional Sinjai yang didokumentasikan secara digital untuk keberlanjutan program.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Dinas Pendidikan Kabupaten Sinjai yang telah memberikan izin dan dukungan pelaksanaan penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kepala sekolah, guru, siswa, dan orang tua di SDN 55 Sinjai Utara, SDN 140 Saotengnga, dan SDN 85 Palangka atas partisipasi aktif dan keterbukaan mereka.

#### **DAFTAR PUSTAKA (BOBOT PANJANG 5%)**

- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2018). *Designing and conducting mixed methods research* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Dharmamulya, S. (2008). *Permainan tradisional Jawa*. Kepel Press.
- Dinas Pendidikan Kabupaten Sinjai. (2024). *Laporan tahunan pendidikan Kabupaten Sinjai 2024*. Pemerintah Kabupaten Sinjai.
- Erickson, K. I., & Bhargava, E. (2021). Exercise, play, and neuroplasticity: Implications for social-emotional learning. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 48, 100940. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2021.100940>
- Gray, P. (2013). *Free to learn: Why unleashing the instinct to play will make our children happier, more self-reliant, and better students for life*. Basic Books.
- Gresham, F. M., & Elliott, S. N. (1990). *Social skills rating system*. American Guidance Service.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Iswinarti. (2017). *Permainan tradisional: Prosedur dan analisis manfaat psikologis*. Universitas Muhammadiyah Malang Press.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi RI. (2022). *Panduan implementasi profil pelajar Pancasila dalam pembelajaran*. Kemdikbudristek.
- Luckey, A. J., & Fabes, R. A. (2005). Understanding nonsocial play in early childhood. *Early Childhood Education Journal*, 33(2), 67–72. <https://doi.org/10.1007/s10643-005-0026-8>
- Nsamenang, A. B. (2006). Human ontogenesis: An indigenous African view on development and intelligence. *International Journal of Psychology*, 41(4), 293–297. <https://doi.org/10.1080/00207590544000077>
- Nuryanti, L., Zubaidah, S., & Diantoro, M. (2020). Pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan kerjasama dan empati siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 5(3), 312–321.
- Pellegrini, A. D., Dupuis, D., & Smith, P. K. (2019). Play in evolution and development. *Developmental Review*, 27(2), 261–276. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2006.09.001>
- Saputra, Y. A., & Rudyanto. (2019). Perbedaan regulasi emosi antara anak yang aktif bermain permainan tradisional dan anak yang dominan menggunakan gadget. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(1), 45–58.
- UNESCO. (2020). *Traditional games and play: Promoting cultural heritage and social inclusion*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., & Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health. (2018). *The power of play: A pediatric role*

in enhancing development in young children. *Pediatrics*, 142(3), e20182058.  
<https://doi.org/10.1542/peds.2018-2058>