



Volume 3, Nomor 1, Desember 2022

## JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

<https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/IPKM>

E-ISSN: - 2774-3055

---

### MEMBUMIKAN KEMBALI OLAHRAHA DAN PERMAINAN TRADISIONAL DI ERA DIGITAL MELALUI LITERASI BUDAYA DI WILAYAH PESISIR ACEH TIMUR

Muhammad Arif Fadhilah<sup>1</sup>, Joko Hariadi<sup>2</sup>, Rizkei Kurniawan<sup>3</sup>, Yoki Afriandi Rangkuti<sup>4</sup>, Muhajir Syahputra<sup>4</sup>, Dodi Irwansyah<sup>5</sup>

<sup>12</sup>Program Studi Pendidikan Bahasa Indonesia Universitas Samudra

<sup>345</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Universitas Samudra

Email: muhammad.arif.fadhilah@unsam.ac.id

---

#### ABSTRAK INDONESIA

Pengabdian ini bertujuan untuk mendokumentasikan dan menyosialisasikan kembali olah raga dan permainan khas masyarakat pesisir di wilayah Aceh bagian timur. Pengabdian ini dilaksanakan dengan metode tutorial, metode tanya-jawab, metode pendampingan, dan metode simulasi. Berdasarkan kegiatan yang dilakukan, ditemukan permainan dan olah raga yang khas yaitu (1) *Che* atau *Ingke*, (2) *Geunteut*, (3) *Lenggang Rotan*, dan (4) *Tarek Situek*. Kegiatan pengabdian ini menghasilkan (1) buklet mini mengenai profil permainan dan olah raga tradisional dan (2) video dokumenter. Berdasarkan kajian yang dilaksanakan, acara rutin perlu dilakukan untuk kembali membumikan permainan dan olah raga khas masyarakat pesisir Aceh bagian timur.

Kata Kunci : Permainan Tradisional, Digital, budaya

#### ABSTRACT ENGLISH

*This community service aims to document and re-socialize sports and games uniquely belong to coastal communities in the eastern Aceh. This service was conducted by tutorial methods, question-and-answer methods, mentoring methods, and simulation methods. Based on the study, typical games and sports were found, namely (1) Che or Ingke, (2) Geunteut, (3) Lenggang Rotan, and (4) Tarek Situek. This community service resulted (1) a mini booklet on the profile of traditional games and sports and (2) a documentary video. Based on the studies, regular events need to be carried out to re-ground the games and sports typical of the coastal communities of eastern Aceh.*

**Keyword :** *Traditional Games, Digital, culture*

---

#### PENDAHULUAN

Etnis Aceh yang tinggal di pesisir Aceh, khususnya di pesisir Aceh Timur merupakan masyarakat yang sangat dinamis. Hal ini disebabkan oleh kondisi geografis pesisir Aceh Timur yang menjadi daerah jalur perdagangan utama antara provinsi Aceh dengan provinsi Sumatera Utara. Kondisi ini memiliki dampak positif dan negatif bagi keberlangsungan budaya Aceh sebagai identitas dari masyarakat Aceh di wilayah pesisir timur tersebut. Hal yang dikhawatirkan adalah dampak negatif yang terjadi bagi

kelestarian budaya Aceh. Degradasi budaya yang disebabkan oleh dinamika tersebut dikhawatirkan dapat menghilangkan identitas budaya Aceh.

Terkait dengan hal tersebut, terdapat dua permasalahan utama yang menjadi landasan kegiatan pengabdian ini. Pertama, adalah degradasi budaya, terutama kaum muda yang cenderung telah meninggalkan permainan dan olah raga tradisional. Hal ini disebabkan oleh pengaruh dari budaya luar yang merasuk ke dalam pergaulan masyarakat Aceh di wilayah pesisir. Permasalahan selanjutnya adalah kurangnya literasi budaya, terutama literasi terkait permainan dan olah raga tradisional yang terdapat pada budaya masyarakat pesisir di Aceh bagian timur.

Kedua permasalahan tersebut menjadi landasan pelaksanaan pengabdian yang berfokus untuk pelestarian permainan dan olah raga tradisional. Permainan dan olah raga tradisional tersebut, selain mengandung kearifan lokal yang menjadi identitas etnis tertentu, juga merupakan salah satu proses pendidikan jasmani yang memenuhi kebutuhan pribadi dalam rangka pemeliharaan kesehatan. Senada dengan hal tersebut, olah raga yang dilakukan dapat membantu peningkatan kualitas hidup masyarakat (Kholis dkk., 2020).

Beragam upaya yang dilakukan oleh pemerintah seyogianya didukung oleh upaya masyarakat dalam meningkatkan imunitas. Imunitas adalah cara tubuh manusia dalam melawan dan membunuh benda asing seperti bakteri, virus dan organ transplantasi lainnya apabila di transplantasikan ke dalam tubuh maka tubuh menganggap benda asing tersebut bukan dari diri jaringan tubuh sehingga tubuh akan menolaknya. Virus Corona juga seperti virus pada umumnya yang hanya menyerang jika imunitas tubuh lemah. Sebagian besar orang (sekitar 80%) jika memiliki imunitas tubuh yang kuat akan pulih dari penyakit tanpa perlu perawatan khusus karena sifat virus bersifat self medication (Amalia & Hiola, 2020; Rajput, 2020).

Berlandaskan hal tersebut, upaya pelestarian terhadap permainan dan olah raga tradisional urgen untuk diselenggarakan. Manfaat dari pelestarian ini setidaknya berdampak pada dua aspek. Aspek pertama adalah eksistensi budaya Aceh. Sebagaimana yang telah dipaparkan, permainan tradisional dan olah raga tradisional merupakan bagian dari kekayaan budaya dan menjadi identitas etnis. Kemudian, pelestarian tersebut juga memiliki dampak positif bagi peningkatan kesehatan dan kebugaran masyarakat. Hal ini selaras dengan kondisi yang dialami oleh masyarakat Indonesia pada umumnya di masa pandemi sekarang.

Salah satu cara meningkatkan imunitas atau kekebalan tubuh adalah dengan melakukan olah raga secara rutin. Olahraga bisa merangsang kinerja antibodi dan sel-sel darah putih bisa bersirkulasi lebih cepat (Fujimori, et al., 2020). Bentuk olah raga yang mudah dan murah untuk dilakukan adalah senam. Senam merupakan suatu cabang olahraga yang melibatkan performa gerakan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan dan keserasian gerakan fisik yang teratur (Sayuti Syahra, 2007).

Beberapa permainan lokal memiliki muatan gerak yang sama dengan gerakan senam, sehingga, permainan tersebut dapat meningkatkan kebugaran tubuh pemainnya. Salah satu permainan tradisional yang memiliki muatan gerak sama dengan senam adalah permainan Galah. Permainan ini memadukan ketangkasan olah fisik dan permainan kelompok, sehingga para pemainnya akan mendapatkan dampak baik di sisi

fisik melalui olah gerak yang dilakukan, serta manfaat rekreasi dari permainan yang dilakukan.

Namun demikian, permainan ini telah mulai ditinggalkan oleh masyarakat pesisir di Aceh Timur. Rumoh Literasi sebagai wadah literasi dan budaya masyarakat di Aceh Timur memaparkan bahwa hal ini tentu akan membawa dampak buruk pada dua sisi. Pertama adalah dampak kultural, yaitu degradasi budaya. Kedua, dampak di sisi kesehatan masyarakat. Ditinggalkannya permainan ini ditengarai oleh permainan digital yang semakin marak seperti *Mobile Legend*, *Free Fire*, *PUBG* dan sebagainya. Permainan-permainan tersebut memiliki dampak buruk bagi kesehatan masyarakat, sehingga daya tahan tubuh dan kebugaran masyarakat akan menurun. Hal ini menuntut upaya sosialisasi dan pendokumentasian kembali permainan tradisional sebagai upaya pemertahanan budaya dan peningkatan kebugaran masyarakat Aceh pada umumnya.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam program pendampingan ini mencakup metode tutorial, metode tanya jawab, metode pendampingan, dan metode simulasi.

1. Metode tutorial yaitu metode pembelajaran yang memberikan pengetahuan teoretis tentang:
  - a. Ragam permainan dan olah raga tradisional,
  - b. Manfaat gerak permainan tradisional bagi masyarakat,
  - d. Analisis potensi dan kesulitan yang mungkin dihadapi.
2. Metode tanya jawab yang berguna untuk memberikan kesempatan bagi mitra untuk mengungkapkan permasalahan yang tidak dipahami.
3. Metode pendampingan yang berguna untuk mengenalkan gerak permainan dan olah raga tradisional.
4. Metode simulasi yang menjadi kesempatan bagi mitra untuk melakukan praktik langsung sekaligus menjadi kesempatan untuk perancangan video tutorial yang dapat disebarluaskan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan kajian yang dilakukan, ditemukan beberapa permainan dan olah raga khas masyarakat pesisir Aceh bagian timur yang telah mulai ditinggalkan. Permainan dan olah raga tersebut adalah sebagai berikut.

### **1. *Che* atau *Ingke***

*Che* atau *Ingke* adalah permainan olah raga yang dimainkan oleh anak-anak pesisir Aceh bagian timur. Permainan ini berupa gerak lompat-lompatan dalam kotak tertentu; pada daerah pengabdian, kotak yang menjadi arena permainan dibuat menyerupai gambaran manusia dan terdiri delapan kotak.



Gambar 1. Permainan *Che* atau *Ingke*

Aturan permainan ini adalah sebagai berikut.

1. Pemain memilih satu buah batu pipih sebagai *gacuk*
2. Pemain yang ikut serta melakukan undian, bisa melalui *om pimpah* atau *suit* untuk menentukan urutan jalan
3. Pemain yang menang jalan terlebih dahulu dengan melemparkan *gacuk* pada kotak pertama; *gacuk* tidak boleh mengenai garis kotak, bila terkena, pemain berarti mati dan digantikan pemain urutan selanjutnya,
4. Pemain harus melompati seluruh kotak; kotak yang terdapat *gacuk* tidak boleh diinjak dan harus dilewati.
5. Bila pemain menginjak garis atau menginjak kotak yang berisi *gacuk*, berarti mati dan digantikan oleh pemain selanjutnya.
6. Setelah semua kotak terlewat, pemain berbalik arah ke kotak permulaan dan mengambil *gacuk*.
7. Pemain kembali melempar *gacuk* ke kotak selanjutnya dan melanjutkan permainan.
8. Pemenang adalah pemain yang pertama meletakkan *gacuk* di kotak terakhir.

Permainan ini ternyata merupakan permainan yang dapat meningkatkan motorik anak sejak usia dini. Permainan serupa banyak dimainkan oleh anak-anak di penjuru Indonesia (Lembang, 2020). Dengan melestarikan permainan ini, diharapkan budaya dapat terjaga sembari meningkatkan kemampuan motorik anak usia dini.

## 2. *Geunteut*

*Geunteut* secara bahasa merujuk pada jenis jin yang tinggi besar, atau Genduruwo dalam budaya Jawa. Sedangkan *geunteut* dalam artian permainan adalah bentuk olah raga permainan yang dilakukan anak-anak, kadang-kadang juga pemuda, dengan memakai tongkat yg terbuat dari ujung bambu serta mempunyai tempat berdiri yang pada bahasa Aceh dianggap *tungkeh*. Permainan ini tidak begitu diketahui berasal usulnya dan kapan mulai digemari masyarakat. Menurut Geuchik yang diwawancarai, permainan juga berkembang di Aceh Timur, khususnya di daerah Peureulak.

Aturan pada permainan ini sebenarnya sama dengan peraturan lomba lari, yaitu peserta yang paling cepat mencapai garis akhir adalah pemenangnya. Jika terdiri atas beberapa kelompok atau beberapa kali pemberangkatan, maka setiap pemenang dari tiap

kelompok akan diadu kembali buat mencari kampiun pada antara pemenang-pemenang yang terdapat.



Gambar 2. Permainan *Geunteut*

### 3. *Lenggang Rotan*

*Lenggang Rotan* adalah permainan yang mirip dengan permainan Hula Hop. Permainan ini mengutamakan ketangkasan, kegesitan, dan keuletan badan untuk memutar lingkaran yang terbuat dari rotan pada pinggang pemain. Pemain yang menang adalah pemain yang dapat memutar rotan paling lama.



Gambar 3. Permainan *Lenggang Rotan*

Permainan ini memiliki nilai-nilai pendidikan karakter yang dapat menumbuhkembangkan potensi sosial dan motorik anak. Anak-anak diajarkan untuk bersikap sportif dalam berkompetisi, sehingga, diharapkan nilai kejujuran mereka akan berkembang. Pengejawantahan nilai ini sangat penting dalam pembentukan karakter anak usia dini (Rahmat, 2013).

#### 4. *Tarek Situek*

*Tarek Situek* adalah balap menarik pelepah pinang. Permainan ini jamak dilakukan oleh anak-anak masyarakat pesisir Aceh bagian timur sebagai sarana rekreasi dan olah raga. Untuk memainkannya, diperlukan pelepah pinang yang telah kering dan kuat. Salah seorang anak menjadi penumpang, satu orang rekannya bertugas menarik pelepah dari garis start hingga finis. Setelah finis, penumpang bergantian posisi dengan penarik untuk menarik pelepah ke garis start kembali. Pemenangnya adalah tim yang lebih dahulu tiba kembali di garis start.



Gambar 4. Permainan *Tarek Situek*

Senada dengan permainan lain, *Tarek Situek* menggambarkan suasana sportivitas dan kesetiakawanan. Nilai-nilai pendidikan tersebut sangat diperlukan untuk membangun kecerdasan emosional dan sosial anak agar dapat mengaktualisasikan diri di lingkungan. Ragam permainan tradisional masyarakat pesisir tersebut seyigianya dapat menjadi bagian dari pendidikan karakter untuk menanamkan nilai-nilai kearifan lokal pada anak (Nugrahasatuti dkk., 2016).

#### **KESIMPULAN**

Kesimpulan harus mengindikasikan secara jelas hasil-hasil yang diperoleh, kelebihan dan kekurangannya, serta kemungkinan pengembangan selanjutnya.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Samudra yang telah memberikan bantuan finansial untuk pelaksanaan kegiatan ini. Kemudian, penulis juga menyampaikan terima kasih kepada perangkat desa dan masyarakat desa Seunebok Baroh yang menjadi lokasi pelaksanaan pengabdian ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Amalia, L., & Hiola, F. (2020). Analisis Gejala Klinis Dan Peningkatan Kekebalan Tubuh Untuk Mencegah Penyakit Covid-19. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 2(2), 71-76.
- Fujimori, S., Maruo, S. J., Watanabe, T., Taki, N., Sasamori, F., Kobayashi, K., et al. (2020). Effectiveness of a Japanese-style health program in Minowa Town, Matsumoto city and Nagano city, Japan. [Article]. *International Journal of Human Rights in Healthcare*, 13(4), 347-363.

- Kholis, M. N., Lusianti, S., Harmono, S., Yuliawan, D., & Rizky, Y. (2020). Maintain Body Fitness in the pandemic with video tutorials Senam Cegah Covid19 (SCC19) with Nusantara Aerobic Nusantara University PGRI Kediri in 2020. *GANDRUNG: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 7-12.
- Lembang, J., Jendral, J., & Cimahi, S. (2020). Permainan Engklek dalam Meningkatkan Motorik Anak Usia Dini. *CERIA (Cerdas, Energik, Responsif, Inovatif, Adaptif)*. 3(6), 511–517.
- Nugrahastuti, Eka, Dkk. (2016). Nilai-Nilai Karakter pada Permainan Tradisional. Proseeding pada *Seminar Nasional Inovasi Pendidikan, Inovasi Pembelajaran Berbasis Karakter dalam Menghadapi Masyarakat Ekonomi ASEAN*.
- Rajput, D. S. (2020). Evolution, Ayurveda, Immunity, and Preventive Aspects for Emerging Infectious Diseases Such As COVID-19. [Review]. *International Journal of Research in Pharmaceutical Sciences*, 11(Special Issue 1), 86-93.
- Rahmat, A. (2013). Pengantar Pendidikan Teori, Konsep, dan aplikasi. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 9 (2), 1689–1699.
- Sayuti Syahra. (2007). *Dasar-Dasar Senam*, Jakarta: Universitas Terbuka Padang.