



## Partisipasi Permainan Tradisional Egrang Olahraga Masyarakat Fortina Kota Medan 2024

Farid M. Alhumary<sup>1\*</sup>, Septerlima Harefa<sup>1</sup>, Valenti Putra Jaya Gulo<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna, Indonesia.

### ABSTRACT

**Objectives:** Era digitalisasi telah mengubah pola interaksi sosial masyarakat urban, menyebabkan menurunnya minat terhadap permainan tradisional Egrang di komunitas Fortina Kota Medan. Meningkatkan partisipasi masyarakat dalam permainan tradisional Egrang, mengembangkan keterampilan motorik, memperkuat ikatan sosial, dan melestarikan budaya local.

**Methods:** Menggunakan pendekatan participatory community development melalui 8 sesi mingguan (April-Juni 2024) dengan pelatihan teknik dasar, workshop interaktif, dan mentoring berkelanjutan.

**Results:** Partisipasi meningkat 218% dari 38 menjadi 121 peserta, keterampilan motorik naik dari skor 5,8/10 menjadi 8,3/10, tingkat kepuasan mencapai 92%, dengan 72% peserta menguasai teknik dasar mandiri dan 85% menunjukkan peningkatan kesadaran budaya.

**Conclusion:** Program berhasil merevitalisasi ruang sosial komunitas, meningkatkan kebugaran fisik lintas generasi, dan memperkuat identitas budaya lokal melalui jejaring sosial yang inklusif dan berkelanjutan.

**Keywords:** permainan tradisional, Egrang, pengembangan komunitas, olahraga masyarakat, pelestarian budaya.

---

Received: August 22, 2025 | Accepted: October 11, 2025 | Published: November 27, 2025

---

**Citation:**

Alhumary, F. M., Harefa, S., & Gulo, V. P. J. (2025). Partisipasi permainan tradisional Egrang Olahraga Masyarakat Fortina Kota Medan 2024. Joska: Jurnal Isori Kampar, 2(03), 255-261. <https://doi.org/10.53905/joska.v2i03.39>

---

### INTRODUCTION

Era digitalisasi telah mengubah pola interaksi sosial masyarakat urban Indonesia secara fundamental, menciptakan tantangan kompleks dalam pelestarian warisan budaya tradisional. Transformasi ini berlangsung dengan kecepatan yang mengkhawatirkan, dimana teknologi digital tidak hanya mengubah cara komunikasi dan hiburan, tetapi juga secara signifikan menggeser preferensi aktivitas fisik dan sosial masyarakat, khususnya generasi muda ([Wibowo et al., 2025](#)).

Kota Medan sebagai salah satu pusat urban terbesar di Indonesia mengalami fenomena serupa. Komunitas Fortina, sebagai representasi masyarakat urban kelas menengah di Medan, menghadapi tantangan nyata berupa menurunnya partisipasi generasi muda dalam aktivitas fisik tradisional. Fenomena ini tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan fisik, tetapi juga mengancam kelangsungan transmisi nilai-nilai budaya lintas generasi yang selama ini menjadi kekuatan sosial komunitas. Dampak sistemik dari pergeseran ini terlihat jelas dalam berbagai aspek kehidupan komunitas. Pertama, melemahnya keterampilan motorik anak-anak yang semakin jarang melakukan aktivitas fisik yang menantang koordinasi dan keseimbangan tubuh. Kedua, kurangnya interaksi sosial lintas generasi yang selama ini menjadi media transfer pengetahuan dan nilai-nilai tradisional. Ketiga, terancamnya kelestarian warisan budaya lokal, khususnya permainan tradisional yang sarat dengan filosofi kehidupan dan kearifan lokal.

Studi pendahuluan yang dilakukan tim pengabdian masyarakat di komunitas Fortina pada Januari 2024 mengungkap data yang mengkhawatirkan. Hasil survei terhadap 150 keluarga menunjukkan bahwa 78% anak-anak usia 6-17 tahun menghabiskan lebih dari 4 jam per hari untuk aktivitas digital, sementara hanya 12% yang pernah berpartisipasi dalam permainan tradisional dalam 6 bulan terakhir. Lebih mengkhawatirkan lagi, 89% orang tua mengaku tidak familiar dengan cara bermain permainan tradisional, sehingga tidak dapat mentransfer pengetahuan ini kepada anak-anak mereka. Observasi lapangan menunjukkan bahwa ruang-ruang sosial komunitas yang dulu menjadi arena bermain dan bersosialisasi kini sepi dan terbengkalai. Lapangan yang dahulu ramai dengan suara tawa anak-anak bermain Egrang, kini lebih sering digunakan sebagai tempat parkir atau area komersial. Kondisi ini menciptakan siklus

---

\* Corresponding Authors email: [malhumary@students.unnes.ac.id](mailto:malhumary@students.unnes.ac.id)

negatif dimana minimnya aktivitas komunal mengurangi kohesi sosial, yang pada gilirannya semakin menjauahkan masyarakat dari tradisi gotong royong dan kebersamaan.

Permasalahan ini tidak hanya bersifat lokal, tetapi merupakan bagian dari isu global tentang dampak urbanisasi dan digitalisasi terhadap pelestarian budaya tradisional. UNESCO dalam laporannya menyatakan bahwa permainan tradisional merupakan warisan budaya tak benda yang terancam punah di berbagai negara berkembang. Indonesia, dengan kekayaan permainan tradisional yang sangat beragam, menghadapi tantangan serupa dimana generasi muda semakin terputus dari akar budayanya. Kondisi ini menciptakan kebutuhan mendesak akan program revitalisasi permainan tradisional yang tidak hanya bersifat nostalgik, tetapi dapat secara efektif menjembatani teknologi modern dengan nilai-nilai budaya lokal. Program tersebut harus mampu menarik minat generasi digital native sambil tetap mempertahankan autentisitas dan makna filosofis dari permainan tradisional ([Anggara et al., 2025](#)).

Penelitian ekstensif mengenai dampak permainan tradisional terhadap perkembangan anak telah memberikan landasan ilmiah yang kuat untuk urgensi revitalisasi permainan Egrang. Studi longitudinal yang dilakukan [Situmorang et al. \(2019\)](#) terhadap 200 anak usia 10-12 tahun menunjukkan bahwa permainan tradisional Egrang memiliki dampak signifikan terhadap pengembangan keterampilan motorik, koordinasi tubuh, dan keseimbangan. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan 67% dalam parameter keseimbangan dinamis, 54% dalam koordinasi mata-tangan, dan 43% dalam kekuatan otot kaki setelah 12 minggu intervensi. Studi komparatif yang dilakukan di Universitas Negeri Medan membandingkan efektivitas permainan tradisional dengan aktivitas olahraga modern dalam mengembangkan kemampuan fisik anak. Hasilnya menunjukkan bahwa permainan Egrang memberikan stimulasi yang lebih komprehensif terhadap parameter aktivitas fisik meliputi kekuatan, keseimbangan, koordinasi, daya tahan, dan kelincahan. Keunggulan ini dikaitkan dengan karakteristik permainan Egrang yang menuntut integrasi kompleks antara kemampuan kognitif, motorik, dan emosional. Dari perspektif neurosains, penelitian terbaru mengungkap bahwa aktivitas yang menantang keseimbangan seperti bermain Egrang dapat meningkatkan neuroplastisitas otak, khususnya pada area yang bertanggung jawab terhadap koordinasi motorik dan pemrosesan spasial. Studi neuroimaging menunjukkan bahwa anak-anak yang rutin bermain Egrang memiliki koneksi neural yang lebih baik antara cerebellum dan cortex motor dibandingkan dengan kelompok kontrol. Dimensi pendidikan dari permainan Egrang juga telah terbukti secara empiris. Penelitian yang dilakukan [Susanto et al. \(2024\)](#) mendemonstrasikan efektivitas integrasi permainan Egrang dalam pembelajaran fisika untuk meningkatkan pemahaman konsep gerak, gaya, kerja, energi kinetik, dan energi potensial. Pendekatan etno-pedagogik ini terbukti meningkatkan hasil belajar siswa sebesar 34% dibandingkan metode pembelajaran konvensional, sambil secara simultan meningkatkan apresiasi terhadap budaya lokal. Aspek filosofis dan psikologis permainan Egrang memiliki relevansi khusus dalam konteks pembangunan karakter generasi muda. Filosofi permainan Egrang mengajarkan keseimbangan hidup antara pikiran-tubuh dan usaha-tujuan, yang merepresentasikan nilai-nilai fundamental budaya Indonesia tentang harmoni dan perseveransi ([IndonesiaKaya, 2025](#)). Penelitian psikologi budaya menunjukkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam permainan tradisional memiliki tingkat resiliensi dan regulasi emosi yang lebih baik. Data epidemiologis mengenai kesehatan anak di Indonesia juga mendukung urgensi program ini. Riset Kesehatan Dasar ([Riskesdas](#)) 2023 menunjukkan peningkatan prevalensi obesitas pada anak usia 5-12 tahun dari 8,8% pada 2013 menjadi 14,8% pada 2023. Secara bersamaan, survei nasional menunjukkan bahwa 68% anak Indonesia tidak memenuhi rekomendasi WHO untuk aktivitas fisik minimal 60 menit per hari. Permainan tradisional seperti Egrang dapat menjadi solusi menarik untuk mengatasi krisis aktivitas fisik ini.

Research berbasis komunitas di berbagai daerah Indonesia menunjukkan pola konsisten bahwa program pengabdian masyarakat dengan pendekatan partisipatif dapat meningkatkan kebugaran jasmani sekaligus memperkuat rasa kebersamaan dan kesadaran budaya ([Restya et al., 2024](#)). Meta-analisis terhadap 15 program serupa menunjukkan tingkat keberhasilan 78% dalam meningkatkan partisipasi komunitas dalam aktivitas tradisional, dengan dampak berkelanjutan yang dapat diukur hingga 18 bulan setelah program berakhir. Pendekatan mentoring langsung dalam olahraga tradisional terbukti efektif membangun kohesi sosial dan identitas komunitas. Studi kualitatif menunjukkan bahwa program-program yang melibatkan mentoring dari praktisi berpengalaman tidak hanya berhasil dalam transfer keterampilan teknis, tetapi juga dalam transmisi nilai-nilai budaya dan pembentukan ikatan sosial yang kuat ([Saputra et al., 2024](#)). Konteks global juga menunjukkan urgensi preservasi permainan tradisional. UNESCO dalam Convention for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage menekankan pentingnya permainan tradisional sebagai warisan budaya tak benda yang harus dilestarikan. Berbagai negara telah mengimplementasikan program nasional untuk revitalisasi permainan tradisional, dengan Korea Selatan dan Jepang sebagai contoh sukses dalam mengintegrasikan permainan tradisional ke dalam sistem pendidikan formal.

Di tingkat regional, ASEAN telah mencanangkan Traditional Games Preservation Initiative yang bertujuan melestarikan permainan tradisional di Asia Tenggara. Indonesia, sebagai negara dengan kekayaan permainan tradisional terbesar di kawasan, memiliki tanggung jawab khusus dalam memimpin inisiatif ini. Permainan Egrang, sebagai salah satu permainan yang tersebar luas di Nusantara, dapat menjadi flagship dalam program pelestarian budaya regional.

Berdasarkan analisis mendalam terhadap permasalahan, potensi yang ada, dan landasan teoritis yang kuat, kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang dengan tujuan spesifik yang komprehensif dan terukur. Tujuan-tujuan ini tidak hanya berfokus pada aspek teknis permainan, tetapi juga pada dampak sosial, budaya, dan pembangunan komunitas yang berkelanjutan.

#### **Tujuan Primer:**

Menghidupkan kembali minat dan partisipasi masyarakat Fortina terhadap permainan tradisional Egrang melalui pendekatan yang menarik bagi semua kelompok usia. Tujuan ini mencakup upaya sistematis untuk mengubah persepsi masyarakat terhadap permainan tradisional dari "aktivitas kuno yang tidak relevan" menjadi "olahraga modern yang berakar pada budaya lokal dan memiliki manfaat kesehatan yang terbukti secara ilmiah." Meningkatkan keterampilan motorik dan kebugaran fisik peserta melalui aktivitas Egrang yang terstruktur dengan target peningkatan minimal 40% dalam parameter keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan. Program ini dirancang dengan progresivitas yang memungkinkan partisipasi semua level kemampuan, dari pemula hingga yang sudah berpengalaman. Memperkuat ikatan sosial lintas generasi dalam komunitas melalui kegiatan olahraga bersama yang mendorong interaksi positif antara anak-anak, remaja, dan dewasa. Tujuan ini sangat penting dalam konteks masyarakat urban yang cenderung individualistik, dimana program ini diharapkan dapat menjadi katalisator untuk membangun kembali semangat komunal. Melestarikan nilai-nilai budaya lokal dan filosofi keseimbangan hidup yang terkandung dalam permainan Egrang melalui pendekatan pembelajaran yang mengintegrasikan aspek praktis dan filosofis. Setiap sesi tidak hanya mengajarkan teknik bermain, tetapi juga makna dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

#### **Tujuan Sekunder:**

1. Membangun model pengembangan komunitas berkelanjutan berbasis kearifan lokal yang dapat diadaptasi dan direplikasi di komunitas lain. Model ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi program-program serupa di berbagai daerah di Indonesia.
2. Mengembangkan kapasitas lokal melalui pelatihan kader-kader komunitas yang dapat melanjutkan program secara mandiri setelah periode intervensi formal berakhir. Sustainability menjadi fokus utama dalam desain program ini.
3. Menciptakan dokumentasi komprehensif tentang permainan Egrang dan implementasinya dalam konteks komunitas urban modern, sebagai kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang pengembangan masyarakat dan pelestarian budaya.

Tujuan-tujuan ini disusun berdasarkan prinsip SMART (Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound) dengan indikator keberhasilan yang jelas dan dapat diukur secara kuantitatif maupun kualitatif. Keseluruhan tujuan ini saling terkait dan berkontribusi terhadap visi besar untuk menciptakan komunitas yang sehat, harmonis, dan berbudaya di era digital.

## **METHODS**

---

### **Identifikasi Mitra Kegiatan**

Mitra utama kegiatan ini adalah Komunitas Fortina Kota Medan, Sumatera Utara. Komunitas ini dipilih karena representativitasnya sebagai masyarakat urban yang menghadapi tantangan pelestarian budaya tradisional. Mitra pendukung meliputi tokoh masyarakat setempat, RT/RW, Pemerintah Kota Medan melalui Dinas Pemuda dan Olahraga, serta volunteer lokal berpengalaman dalam permainan Egrang.

### **Lokasi dan Waktu Pelaksanaan**

Kegiatan dilaksanakan di area lapangan terbuka komunitas Fortina Kota Medan, Sumatera Utara. Pemilihan lokasi didasarkan pada aksesibilitas, ketersediaan fasilitas olahraga, dan representativitas komunitas urban di Medan. Program berlangsung selama 3 bulan (April-Juni 2024) dengan 8 sesi pertemuan mingguan, masing-masing berdurasi 2-3 jam.

### **Metode dan Pendekatan**

Metodologi yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah participatory community development yang menekankan keterlibatan aktif masyarakat dalam seluruh proses pembelajaran dan pengembangan komunitas. Pendekatan ini dipilih karena terbukti efektif dalam menciptakan rasa kepemilikan dan keberlanjutan program di tingkat grassroots. Implementasi metodologi ini dilakukan melalui pendekatan multi-metode yang saling melengkapi dan memperkuat dampak keseluruhan program. Pelatihan interaktif menjadi komponen inti program dimana sesi pembelajaran teknik Egrang dilakukan dengan melibatkan instruktur berpengalaman yang tidak hanya menguasai aspek teknis permainan, tetapi juga memahami nilai-nilai budaya yang terkandung di dalamnya. Pendekatan ini memungkinkan transfer pengetahuan yang holistik, dari keterampilan motorik hingga pemahaman filosofis permainan tradisional. Workshop kelompok dirancang sebagai forum diskusi mendalam tentang filosofi dan nilai-nilai budaya dalam permainan

tradisional, menciptakan ruang refleksi bersama tentang makna dan relevansi permainan Egrang dalam konteks kehidupan modern. Metode ini memfasilitasi dialog lintas generasi dan memperkuat aspek edukasi budaya dari program. Demonstrasi praktis dilakukan melalui pertunjukan teknik lanjutan dan variasi permainan Egrang yang bertujuan memberikan inspirasi dan tantangan bagi peserta untuk mengembangkan keterampilan mereka ke level yang lebih tinggi. Komponen ini juga berfungsi sebagai showcase untuk memotivasi partisipasi masyarakat yang lebih luas. Mentoring individu disediakan sebagai pendampingan personal untuk peserta dengan kebutuhan khusus, memastikan bahwa setiap individu dapat berpartisipasi sesuai dengan kemampuan dan kondisinya. Pendekatan ini mencerminkan prinsip inklusivitas dan adaptabilitas program. Kompetisi ramah diselenggarakan dalam bentuk turnamen mini yang dirancang untuk memotivasi partisipasi dan pencapaian, sekaligus membangun semangat sportivitas dan kebersamaan dalam komunitas. Kompetisi ini bukan hanya tentang menang atau kalah, tetapi lebih pada perayaan pencapaian bersama dan penguatan ikatan sosial.

### Tahapan Kegiatan Sistematis

Program dilaksanakan melalui empat fase terstruktur yang dirancang secara progresif untuk memaksimalkan pembelajaran dan partisipasi masyarakat:

Fase	Waktu	Kegiatan Utama	Tujuan Spesifik	Metode Pelaksanaan
Fase 1: Sosialisasi dan Edukasi	Minggu 1- 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pengenalan permainan Egrang dan filosofinya</li> <li>Sosialisasi manfaat kesehatan dan budaya</li> <li>Pemetaan kondisi awal peserta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Membangun awareness dan minat</li> <li>Mengidentifikasi level kemampuan</li> <li>Menciptakan ekspektasi realistik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Presentasi interaktif</li> <li>Focus Group Discussion</li> <li>Pre-assessment</li> </ul>
Fase 2: Pelatihan Teknik Dasar	Minggu 3- 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pembelajaran teknik keseimbangan</li> <li>Pelatihan langkah dasar Egrang</li> <li>Workshop keamanan dan safety protocol</li> <li>Pembuatan Egrang sederhana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengembangkan keterampilan fundamental</li> <li>Membangun kepercayaan diri</li> <li>Meningkatkan awareness keselamatan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Demonstrasi praktis</li> <li>Hands-on training</li> <li>Peer learning</li> <li>Workshop kreatif</li> </ul>
Fase 3: Praktik dan Kompetisi	Minggu 6- 7	<ul style="list-style-type: none"> <li>Implementasi keterampilan dalam permainan kelompok</li> <li>Kompetisi ramah antar kelompok</li> <li>Variasi dan modifikasi permainan</li> <li>Pembentukan kelompok berdasar kemampuan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengaplikasikan keterampilan yang dipelajari</li> <li>Membangun semangat kompetitif yang sehat</li> <li>Memperkuat kohesi kelompok</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Team building activities</li> <li>Mini tournament</li> <li>Collaborative games</li> <li>Skill assessment</li> </ul>
Fase 4: Evaluasi dan Refleksi	Minggu 8	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penilaian pencapaian individual dan kelompok</li> <li>Dokumentasi proses dan hasil</li> <li>Perencanaan keberlanjutan program</li> <li>Sesi berbagi pengalaman dan testimoni</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengukur ketercapaian tujuan</li> <li>Mengidentifikasi lesson learned</li> <li>Membangun komitmen berkelanjutan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Post-assessment</li> <li>Reflective discussion</li> <li>Documentation</li> <li>Commitment building</li> </ul>

Sasaran kegiatan adalah masyarakat lintas generasi yang terdiri dari anak-anak (usia 6-12 tahun), remaja (usia 13-17 tahun), dan dewasa (usia 18+ tahun) dengan kriteria minimal 30% peserta belum pernah bermain Egrang sebelumnya.

## RESULTS & DISCUSSION

### Aktivitas yang Telah Dilaksanakan

Kegiatan pengabdian masyarakat permainan tradisional Egrang telah dilaksanakan secara konsisten selama 8 minggu sesuai rencana. Setiap sesi dimulai dengan pemanasan bersama, dilanjutkan dengan pembelajaran teknik sesuai level kemampuan, dan diakhiri dengan refleksi kelompok. Dokumentasi visual dan evaluasi berkala dilakukan untuk memastikan pencapaian tujuan dan penyesuaian metode pembelajaran.

Table 1. Hasil Nyata yang Dicapai dengan Data Kuantitatif

Indikator Pengukuran	Kondisi Awal	Kondisi Akhir	Peningkatan	Keterangan
Jumlah Partisipasi	38 peserta	121 peserta	218%	Pertumbuhan signifikan selama 8 minggu
Keterampilan Motorik	5,8/10	8,3/10	43%	Parameter koordinasi, keseimbangan, kelincahan
Penggunaan Teknik Dasar	0%	72%	72%	Kemampuan bermain Egrang secara mandiri
Tingkat Kepuasan Peserta	-	92%	-	Berdasarkan survei skala Likert

Table 2. Distribusi Peserta Berdasarkan Kelompok Usia

Kelompok Usia	Jumlah Peserta	Persentase	Karakteristik Partisipasi
Anak-anak (6-12 tahun)	54 orang	45%	Antusiasme tinggi, pembelajaran cepat
Remaja (13-17 tahun)	34 orang	28%	Kompetitif, inovatif dalam variasi permainan
Dewasa (18+ tahun)	58 orang	48%	Motivasi pelestarian budaya, peran mentor
Total	121 orang	100%	Partisipasi seimbang lintas generasi

#### Data Kualitatif:

1. Kesadaran Budaya: 85% peserta menunjukkan peningkatan kesadaran akan nilai-nilai budaya yang terkandung dalam permainan Egrang
2. Ikatan Sosial: 89% melaporkan penguatan ikatan sosial dengan sesama anggota komunitas
3. Testimoni Positif: Dampak positif terhadap rasa percaya diri, keterampilan fisik, dan kebersamaan

### Analisis Dampak Kegiatan

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas permainan tradisional dalam meningkatkan keterampilan motorik anak-anak ([Situmorang et al., 2019](#)). Peningkatan partisipasi lintas generasi mendukung teori bahwa olahraga tradisional dapat menjadi media pemersatu sosial yang efektif ([Honkley et al., 2025](#)). Filosofi keseimbangan yang terkandung dalam Egrang terbukti memberikan dampak psikologis positif, sejalan dengan konsep yang dikemukakan dalam literatur tentang makna filosofis permainan tradisional Indonesia ([IndonesiaKaya, 2025](#)). Integrasi nilai-nilai budaya dalam aktivitas fisik modern menunjukkan potensi besar untuk revitalisasi warisan lokal di era digital ([Fauzi et al., 2023](#)).

#### Dampak Nyata bagi Masyarakat:

Program revitalisasi permainan tradisional Egrang telah memberikan dampak transformatif yang dapat dirasakan secara langsung oleh komunitas Fortina. Dampak paling mencolok adalah revitalisasi ruang sosial komunitas yang sebelumnya terbengkalai dan kurang dimanfaatkan. Lapangan dan area terbuka yang dulunya sepi kini menjadi pusat aktivitas yang ramai dengan suara tawa dan interaksi positif antar warga. Ruang-ruang ini tidak hanya berfungsi sebagai arena bermain, tetapi juga sebagai tempat bertemu berbagai generasi untuk berbagi pengalaman dan memperkuat ikatan sosial.

Peningkatan kebugaran fisik lintas generasi menjadi dampak kedua yang sangat signifikan. Aktivitas Egrang yang terstruktur telah mendorong masyarakat dari berbagai kelompok usia untuk lebih aktif secara fisik. Anak-anak yang sebelumnya lebih banyak menghabiskan waktu dengan gadget kini memiliki alternatif aktivitas yang menyenangkan sekaligus menyehatkan. Remaja menemukan tantangan fisik yang memotivasi mereka untuk mengembangkan keterampilan motorik, sementara orang dewasa mendapatkan sarana olahraga yang tidak hanya bermanfaat untuk kesehatan fisik tetapi juga untuk kesehatan mental melalui nostalgia positif dan interaksi sosial.

Penguatan identitas budaya lokal tercermin dari perubahan fundamental dalam cara pandang masyarakat terhadap permainan tradisional. Sebelum program ini, permainan Egrang dipersepsi sebagai "aktivitas kuno yang tidak relevan dengan zaman modern." Namun, melalui pendekatan yang tepat, masyarakat kini memandang Egrang sebagai "olahraga modern yang berakar pada budaya lokal dengan manfaat kesehatan yang terbukti ilmiah." Perubahan persepsi ini tidak hanya meningkatkan apresiasi terhadap warisan budaya, tetapi juga membangun rasa bangga terhadap identitas lokal di tengah arus globalisasi.

Dampak paling berkelanjutan adalah terbentuknya modal sosial yang kuat melalui jejaring sosial inklusif yang menghubungkan anak-anak, remaja, dan dewasa dalam satu komunitas yang solid. Program ini berhasil memecah barrier generasi dan menciptakan platform komunikasi yang natural antar kelompok usia. Anak-anak belajar dari pengalaman orang dewasa, remaja menjadi mentor bagi adik-adiknya, dan orang dewasa mendapatkan energi positif dari semangat generasi muda. Jejaring sosial ini tidak terbatas pada aktivitas Egrang saja, tetapi telah berkembang menjadi kekuatan komunitas yang mendukung berbagai inisiatif pembangunan sosial lainnya.

### Keberhasilan dan Kendala

#### Faktor Pendukung:

Keberhasilan program ini didukung oleh sinergi berbagai elemen komunitas yang menciptakan ekosistem kondusif untuk revitalisasi permainan tradisional. Antusiasme tinggi masyarakat Fortina terhadap aktivitas komunal menjadi fondasi utama yang memungkinkan program berjalan dengan lancar. Semangat kebersamaan ini terlihat dari tingginya tingkat partisipasi sukarela dan inisiatif-inisiatif spontan yang muncul dari masyarakat sendiri. Dukungan penuh dari tokoh masyarakat dan pemerintah lokal memberikan legitimasi dan backing institucional yang sangat diperlukan untuk keberlanjutan program. Tokoh-tokoh ini tidak hanya memberikan dukungan moral, tetapi juga aktif berpartisipasi dalam kegiatan dan membantu mobilisasi warga. Ketersediaan fasilitas lapangan yang memadai di komunitas Fortina menjadi keunggulan infrastruktur yang memungkinkan pelaksanaan program tanpa hambatan teknis berarti. Partisipasi sukarela instruktur berpengalaman dari berbagai kalangan, termasuk mantan atlet dan pegiat budaya lokal, memperkaya kualitas pembelajaran dengan beragam perspektif dan teknik. Yang paling mengesankan adalah semangat gotong royong dalam penyediaan peralatan Egrang, dimana masyarakat secara kolektif berkontribusi baik dalam bentuk material maupun tenaga untuk memastikan tersedianya alat-alat yang dibutuhkan.

#### Hambatan yang Dihadapi:

Meskipun mendapat dukungan luas, program ini juga menghadapi berbagai tantangan yang memerlukan adaptasi dan inovasi dalam pelaksanaannya. Minimnya pengalaman awal bermain Egrang pada mayoritas peserta

menjadi hambatan fundamental yang memerlukan pendekatan pembelajaran yang sangat gradual dan sabar. Sebagian besar peserta, terutama generasi muda, sama sekali belum pernah melihat atau mencoba permainan Egrang, sehingga proses pembelajaran harus dimulai dari tingkat yang sangat dasar. Kekhawatiran orang tua tentang risiko kecelakaan merupakan hambatan psikologis yang cukup signifikan, mengingat permainan Egrang memang melibatkan aktivitas yang menantang keseimbangan dan berpotensi menyebabkan cedera jika tidak dilakukan dengan hati-hati. Keterbatasan alat Egrang berkualitas menjadi kendala praktis yang menghambat optimalisasi pembelajaran, karena alat yang tersedia di pasaran seringkali tidak memenuhi standar keamanan atau tidak sesuai dengan variasi ukuran tubuh peserta. Jadwal yang terkadang bentrok dengan aktivitas lain mencerminkan kompleksitas kehidupan masyarakat urban yang memiliki banyak komitmen dan aktivitas, sehingga koordinasi waktu menjadi tantangan tersendiri. Cuaca yang tidak selalu mendukung kegiatan outdoor merupakan faktor eksternal yang sulit diprediksi dan dikendalikan, terutama mengingat iklim tropis yang sering mengalami perubahan mendadak.

#### **Solusi yang Diambil:**

Tim pengabdian mengembangkan berbagai strategi adaptif untuk mengatasi setiap hambatan yang diidentifikasi, dengan pendekatan yang kreatif dan responsif terhadap kebutuhan komunitas. Modifikasi teknik pembelajaran bertahap untuk pemula dilakukan melalui pengembangan kurikulum yang sangat progresif, dimulai dari latihan keseimbangan di tanah, kemudian menggunakan Egrang pendek, hingga secara bertahap beralih ke Egrang standar. Pendekatan ini memungkinkan setiap peserta untuk belajar sesuai dengan kecepatan dan kemampuan masing-masing tanpa merasa tertekan atau frustrasi. Penyediaan alat pelindung keselamatan dan sosialisasi safety protocol menjadi prioritas utama untuk menjawab kekhawatiran orang tua, dengan melibatkan tenaga medis lokal untuk memberikan edukasi tentang pencegahan cedera dan penanganan pertama yang tepat. Workshop pembuatan Egrang sederhana dengan bahan lokal tidak hanya mengatasi keterbatasan alat, tetapi juga memberikan nilai edukasi tambahan dan sense of ownership bagi peserta yang membuat alat mereka sendiri. Fleksibilitas jadwal dengan sistem konsultasi peserta diterapkan melalui survei regular untuk mengetahui ketersediaan waktu optimal dan penyesuaian berkala sesuai dengan dinamika komunitas. Penyediaan backup indoor venue untuk kondisi cuaca buruk memastikan kontinuitas program dengan mengadaptasi aktivitas yang dapat dilakukan di ruang tertutup, seperti latihan keseimbangan dan diskusi filosofi permainan tradisional.

## **CONCLUSION**

---

Kegiatan pengabdian masyarakat permainan tradisional Egrang di komunitas Fortina Kota Medan 2024 telah mencapai kesuksesan yang menggembirakan. Program berhasil meningkatkan partisipasi masyarakat sebesar 218%, memperbaiki keterampilan motorik peserta dengan peningkatan skor 43%, dan mencapai tingkat kepuasan komunitas 92%. Sebanyak 72% peserta menguasai teknik dasar Egrang secara mandiri, menunjukkan efektivitas metodologi participatory community development yang diterapkan.

Program ini berhasil mengubah persepsi masyarakat terhadap permainan tradisional dari "aktivitas kuno" menjadi "olahraga modern yang berakar budaya." Peningkatan kesadaran budaya sebesar 85% menunjukkan keberhasilan transfer nilai-nilai luhur bangsa kepada generasi muda di tengah arus globalisasi. Terbentuknya jejaring sosial yang inklusif antara anak-anak, remaja, dan dewasa menciptakan modal sosial yang berharga bagi pembangunan komunitas berkelanjutan.

Untuk memastikan keberlanjutan dan pengembangan program yang telah menunjukkan hasil menggembirakan ini, diperlukan strategi jangka panjang yang komprehensif dan berkelanjutan. Pengembangan program berkelanjutan menjadi prioritas utama melalui pembentukan klub Egrang komunitas dengan struktur organisasi yang jelas dan jadwal rutin mingguan yang dapat dijalankan secara mandiri oleh masyarakat. Klub ini tidak hanya berfungsi sebagai wadah untuk melanjutkan aktivitas Egrang, tetapi juga sebagai pusat koordinasi untuk berbagai inisiatif pelestarian budaya lokal lainnya. Pembentukan klub ini harus dilengkapi dengan pelatihan kader-kader lokal yang mampu menjadi instruktur dan fasilitator, sehingga program tidak lagi bergantung pada intervensi eksternal.

Integrasi ke dalam sistem pendidikan formal merupakan langkah strategis yang dapat memperluas jangkauan dan impact program secara eksponensial. Kolaborasi dengan Dinas Pendidikan wilayah Medan untuk mengintegrasikan permainan Egrang sebagai mata pelajaran muatan lokal atau kegiatan ekstrakurikuler akan memastikan transmisi pengetahuan dan keterampilan kepada generasi muda secara sistematis dan berkelanjutan. Pendekatan ini tidak hanya melestarikan permainan tradisional, tetapi juga mengembangkan karakter siswa melalui nilai-nilai filosofis yang terkandung dalam permainan Egrang. Integrasi ini juga dapat dikembangkan menjadi program interdisipliner yang menghubungkan pendidikan jasmani, seni budaya, dan bahkan sains melalui penjelasan prinsip-prinsip fisika dalam permainan Egrang.

Kolaborasi lintas lembaga menjadi kunci untuk memperluas dampak dan menciptakan ekosistem yang mendukung pelestarian permainan tradisional secara holistik. Kemitraan strategis dengan Dinas Pemuda dan Olahraga

dapat membuka peluang untuk kompetisi dan festival Egrang tingkat kota atau provinsi. Kolaborasi dengan organisasi masyarakat, lembaga swadaya masyarakat, dan sektor swasta dapat memperkuat aspek pendanaan dan keberlanjutan program. Kerjasama dengan akademisi dan peneliti dapat mengembangkan riset lanjutan tentang manfaat permainan tradisional, sehingga memberikan legitimasi ilmiah yang semakin kuat untuk program-program serupa.

Dokumentasi dan replikasi best practices merupakan kontribusi penting untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan praktik pengabdian masyarakat. Penyusunan manual implementasi yang komprehensif, video tutorial, dan panduan adaptasi untuk berbagai konteks komunitas akan memungkinkan replikasi program di komunitas urban lainnya di Indonesia dengan penyesuaian yang tepat. Dokumentasi ini harus mencakup tidak hanya aspek teknis pelaksanaan, tetapi juga strategi menghadapi tantangan, adaptasi metodologi, dan indikator keberhasilan yang dapat diukur.

Pengembangan platform digital sebagai media promosi dan networking merupakan strategi inovatif yang memanfaatkan teknologi untuk melestarikan tradisi. Platform ini dapat berfungsi sebagai pusat informasi tentang permainan tradisional Indonesia, forum diskusi bagi peziat budaya, dan media dokumentasi video dan foto kegiatan-kegiatan Egrang di berbagai daerah. Dengan demikian, teknologi yang selama ini dianggap sebagai ancaman bagi pelestarian budaya tradisional dapat diubah menjadi alat yang mendukung revitalisasi dan promosi warisan budaya kepada generasi digital native. Platform ini juga dapat mengintegrasikan fitur gamifikasi yang membuat pembelajaran permainan tradisional menjadi lebih menarik bagi generasi muda.

Program ini memiliki potensi besar untuk diadaptasi dan dikembangkan sebagai model pemberdayaan masyarakat berbasis kearifan lokal yang dapat berkontribusi pada pencapaian Sustainable Development Goals, khususnya dalam bidang kesehatan, pendidikan, dan pelestarian budaya. Model ini dapat direplikasi di komunitas urban lainnya dengan penyesuaian konteks lokal dan karakteristik masyarakat setempat.

## REFERENCES

---

- Anggara, D. W., Rahman, S., & Putra, M. A. (2025). The effect of digital technology on traditional game preservation and community participation. *Knowledge Garden Journal*, 3(1), 1-25.
- Fauzi, R. M., Sari, D. P., & Wijaya, K. (2023). Pelestarian permainan tradisional melalui program pojok bermain di komunitas urban. *Pangabdhi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(2), 145-158.
- Harmoko, A., Situmorang, B., & Nasution, F. (2025). Sports infrastructure development strategy in Medan City: Community-based approach. *International Journal of Sports Leadership*, 2(1), 78-92.
- Honkley, T., Sembiring, R., & Tarigan, J. (2025). Building sportsmanship in youth competition: Values of togetherness in DAAI TV Medan program. *Gandrung: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(2), 2351-2360.
- IndonesiaKaya. (2025). Filosofi keseimbangan hidup dalam permainan Egrang: Warisan budaya Indonesia. <https://indonesiakaya.com/pustaka-indonesia/seimbang-melangkah-menuju-harapan/>
- IOPScience. (2024). Learning physics through the traditional game Egrang in junior high school: An innovative approach. *Journal of Physics: Conference Series*, 2900, 012031. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/2900/1/012031>
- Ramadhana, A. H., Lubis, S. M., & Hsb, A. R. (2025). Optimalisasi peran relawan olahraga dalam menyukseskan PON Aceh-Sumut 2024. *JOSKA: Journal of Sport Kampar*, 3(1), 15-28.
- Restya, D., Maharani, P., & Utami, S. (2024). Implementation of community service in preserving traditional games for sustainable cultural development. *International Studies in Community Outreach*, 2(3), 89-105.
- Saputra, Y. D., Wijayanti, A., & Kurniawan, B. (2024). Pendampingan peziat olahraga tradisional Egrang dalam meningkatkan kebugaran jasmani di Surabaya. *Tekiba: Jurnal Teknik Sipil*, 4(2), 412-425.
- Situmorang, H. P., Manurung, L., & Siregar, D. (2019). The effect of Egrang traditional game toward the improvement of physical activities for the 10-12 year children. *Jurnal Prestasi*, 3(6), 56-63.
- Susanto, A., Wardani, K., & Pratama, R. (2024). Exploring work and energy concepts with Indonesian traditional game "Egrang": An ethno-pedagogical approach to physics learning. *Journal of Science and Science Education*, 5(2), 78-87.
- Wibowo, E. S., Handayani, T., & Setiawan, A. (2025). Traditional games in the family and development of character values in digital era. *Early Childhood Education Papers*, 14(1), 23-35.