

PERMAINAN TRADISIONAL

Warisan Budaya & Aktiviti Rekreasi

Siri 1

Amir Awang @ Muda
Zuraida Yaacob

PERMAINAN TRADISIONAL

Warisan Budaya & Aktiviti Rekreasi

Siri 1

Amir Awang @ Muda
Zuraida Yaacob

Edisi Pertama 2026
©Politeknik Merlimau, 2026

Semua hakcipta terpelihara. Tiada mana-mana bahagian daripada penerbitan ini boleh diterbitkan semula, diedarkan atau dihantar dalam apa jua bentuk atau dengan apa cara sekalipun, termasuk fotokopi, rakaman, atau kaedah elektronik atau mekanik lain, tanpa kebenaran bertulis terlebih dahulu daripada penulis, kecuali dalam kes petikan ringkas yang terkandung dalam ulasan dan kegunaan khusus bukan komersial yang lain.

AMIR AWANG @ MUDA
ZURAIDA YAACOB

Pembaca Pruf:
FAIZAH BINTI YUSOF

Diterbitkan oleh:
Politeknik Merlimau Melaka
KM 2.5, Jalan Merlimau - Jasin
77300 Merlimau Melaka

Tel : 06 - 263 6687
Fax : 06 - 263 6678
Laman Sesawang: www.pmm.mypolycc.edu.my

Data Pengkatalogan-dalam-Penerbitan

Perpustakaan Negara Malaysia

Rekod katalog untuk buku ini boleh didapati dari Perpustakaan Negara Malaysia

eISBN 978-629-7737-63-8

PENGHARGAAN

Segala puji bagi Allah SWT kerana dengan limpah rahmat dan keizinan-Nya, ebuku Permainan Tradisional : Warisan Tradisional dan Aktiviti Rekreasi Siri 1 ini dapat disempurnakan.

Kami merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan sokongan secara langsung mahupun tidak langsung dalam menjayakan penerbitan buku ini. Jutaan terima kasih ditujukan kepada rakan-rakan pensyarah serta pelajar yang sentiasa memberikan dorongan dan idea-idea bernas sepanjang proses penulisan.

Tidak dilupakan juga kepada pihak institusi yang menyediakan kemudahan dan sokongan moral, serta keluarga tercinta yang menjadi sumber inspirasi dan kekuatan dalam setiap langkah penulisan ini. Semoga buku ini memberi manfaat kepada semua pembaca, khususnya dalam bidang permainan tradisional dan aktiviti rekreasi.

Akhir sekali, kami ingin mengucapkan terima kasih kepada para pembaca dan pelajar yang akan mendapat manfaat daripada buku ini kerana kecintaan mereka terhadap pembelajaran mendorong kami untuk terus berusaha ke arah matlamat pendidikan kami.

PRAKATA

Permainan tradisional merupakan sebahagian daripada khazanah warisan budaya yang mencerminkan identiti, kreativiti dan nilai kehidupan masyarakat terdahulu. Namun begitu, perkembangan teknologi moden dan permainan digital menyebabkan permainan tradisional semakin kurang dimainkan serta semakin dilupakan oleh generasi muda. Oleh itu, usaha mendokumentasikan permainan tradisional dalam bentuk buku ini diharapkan dapat membantu memelihara dan memperkenalkan semula warisan budaya tersebut kepada masyarakat masa kini.

Buku ini disusun secara sistematik dengan penerangan berkaitan sejarah, kategori, cara bermain, nilai murni dan kepentingan permainan tradisional dalam kehidupan masyarakat. Selain itu, kandungan buku ini turut memberi penekanan terhadap penggunaan permainan tradisional sebagai medium pembelajaran aktif, pembangunan sahsiah dan aktiviti rekreasi dalam institusi pendidikan.

Kami berharap buku ini dapat memberi manfaat kepada pelajar kursus Kokurikulum Sukan dan Permainan serta menjadi sumber rujukan yang berguna kepada semua pembaca. Semoga usaha kecil ini dapat menyumbang kepada pemeliharaan dan kelestarian warisan permainan tradisional Melayu untuk generasi akan datang.

ISI KANDUNGAN

01. Pengenalan
- Pengenalan kepada Permainan Tradisional
- Kepentingan Permainan Tradisional
- Nilai Budaya dan Sisial dalam Permainan Tradisional

02. Peranan Permainan Tradisional dalam Pendidikan

03. Kategori Utama Permainan Tradisional
- Permainan Laman
- Permainan anjung

04. Permainan Laman
- Baling Tin
- Capteh
- Sepak Raga
- Gasing

05. Permainan Anjung
- Ceper
- Congkak
- Batu Seremban
- Colek Lidi

06. Penutup

07. Rujukan

1

PENGENALAN



PENGENALAN PERMAINAN TRADISIONAL

Permainan tradisional merujuk kepada permainan atau aktiviti riadah yang telah menjadi kebiasaan dan diwarisi turun-temurun dalam kalangan sesebuah masyarakat.

Permainan ini biasanya menggunakan peralatan yang mudah diperoleh daripada persekitaran seperti kayu, batu, rotan, tempurung kelapa dan kain.

Selain berfungsi sebagai hiburan, permainan tradisional juga menjadi medium pendidikan tidak formal yang membantu membentuk kemahiran sosial, fizikal dan emosi masyarakat.



Menurut Jabatan Warisan Negara, permainan tradisional merupakan sebahagian daripada warisan budaya tidak ketara yang perlu dipelihara kerana mempunyai nilai sejarah, sosial dan pendidikan.



Dalam konteks masyarakat Melayu di Malaysia, permainan tradisional merupakan sebahagian daripada identiti budaya yang menggambarkan cara hidup, kreativiti dan nilai masyarakat terdahulu.

Antara permainan tradisional Melayu yang terkenal ialah congkak, gasing, wau, galah panjang, sepak raga dan batu seremban.

Permainan ini biasanya dimainkan secara berkumpulan dan menekankan semangat kerjasama, disiplin serta hubungan sosial dalam komuniti.

Sebelum kemunculan telefon pintar dan permainan video, permainan tradisional merupakan aktiviti hiburan utama kanak-kanak dan remaja. Mereka bermain bersama rakan-rakan di halaman rumah, padang kampung atau di beranda rumah.

Pada zaman dahulu, permainan tradisional dimainkan sebagai aktiviti riadah untuk mengisi masa lapang selepas penat bekerja di sawah, ladang atau menangkap ikan.

Walaupun dianggap sebagai permainan lama, permainan tradisional masih relevan kerana mengandungi pelbagai nilai positif yang dapat membantu perkembangan individu dari aspek fizikal, emosi dan sosial.

Ia turut menjadi medan untuk mengeratkan hubungan silaturahim dalam kalangan penduduk kampung tanpa mengira usia.





Selain itu, permainan tradisional juga mempunyai unsur pendidikan yang membantu perkembangan individu dari aspek kognitif, psikomotor dan afektif.

Aktiviti bermain dapat meningkatkan koordinasi anggota badan, kemahiran berfikir, kreativiti dan keyakinan diri.

Dalam pendidikan moden, permainan tradisional mula diketengahkan semula sebagai medium pembelajaran aktif dan pembelajaran berasaskan pengalaman (Experiential Learning).

KEPENTINGAN PERMAINAN TRADISIONAL

Permainan tradisional mempunyai pelbagai kepentingan kepada individu, masyarakat dan negara.

Walaupun permainan moden semakin popular, permainan tradisional masih relevan kerana mengandungi nilai pendidikan, sosial dan budaya yang tinggi., antaranya:

1 MEMELIHARA WARISAN BUDAYA

Permainan tradisional merupakan sebahagian daripada identiti masyarakat Malaysia.

Melalui permainan ini, generasi muda dapat mengenali budaya dan cara hidup masyarakat terdahulu.

2 ME INGKATKAN KECERGASAN FIZIKAL

Permainan tradisional yang melibatkan aktiviti fizikal seperti sepak raga, galah panjang dan teng-teng membantu meningkatkan kecergasan tubuh badan.

Aktiviti ini dapat menguatkan otot, meningkatkan koordinasi anggota badan dan menggalakkan gaya hidup aktif.

3 MEMUPUK SEMANGAT KERJASAMA

Kebanyakan permainan tradisional dimainkan secara berkumpulan dan memerlukan kerjasama antara pemain.

Permainan seperti galah panjang dan tarik upih mengajar pemain untuk bekerjasama, merancang strategi dan menghormati ahli pasukan.

Situasi ini membantu membentuk hubungan sosial yang positif dalam kalangan pemain.

4 MENINGKATKAN KEMAHIRAN BERFIKIR

Sesetengah permainan tradisional memerlukan strategi, fokus dan kemahiran menyelesaikan masalah.

Contohnya, permainan congkak melatih pemain untuk berfikir secara strategik dan membuat keputusan dengan bijak.

5 MENGUKUHKAN HUBUNGAN SOSIAL

Permainan tradisional menjadi medium interaksi sosial yang membantu mengeratkan hubungan dalam kalangan masyarakat.

Aktiviti bermain bersama dapat mewujudkan suasana harmoni, toleransi dan semangat perpaduan.

6 MENGURANGKAN KEBERGANTUNGAN TEKNOLOGI

Permainan tradisional membantu mengurangkan penggunaan gajet secara berlebihan dalam kalangan remaja.

7 MEMBENTUK SAHSIAH POSITIF

Melalui permainan tradisional, pemain belajar untuk mematuhi peraturan, menghormati pihak lawan dan menerima kemenangan atau kekalahan dengan sikap yang positif.

NILAI BUDAYA DAN SOSIAL DALAM PERMAINAN TRADISIONAL

Sungguhpun sederhana dari segi peralatan dan cara bermain, permainan tradisional sarat dengan pelbagai nilai budaya dan sosial yang penting dalam kehidupan masyarakat.

Nilai-nilai ini diwariskan secara tidak langsung melalui interaksi dan pengalaman bermaini seperti berikut:



1 Kerjasama

- Permainan berkumpulan memerlukan pemain untuk bekerjasama bagi mencapai kemenangan.
- Semangat bekerjasama ini membantu membentuk hubungan yang erat dan meningkatkan toleransi antara pemain.

Semangat Kesukanan 2

Permainan berkumpulan memerlukan pemain untuk bekerjasama bagi mencapai kemenangan.

Semangat bekerjasama ini membantu membentuk hubungan yang erat dan meningkatkan toleransi antara pemain.

3 Kesabaran

- Permainan berkumpulan memerlukan pemain untuk bekerjasama bagi mencapai kemenangan.
- Semangat bekerjasama ini membantu membentuk hubungan yang erat dan meningkatkan toleransi antara pemain.

4 Ketangkasan Berfikir

- Permainan berkumpulan memerlukan pemain untuk bekerjasama bagi mencapai kemenangan.

- Semangat bekerjasama ini membantu membentuk hubungan yang erat dan meningkatkan toleransi antara pemain.

Hormat - Menghormati 5

Semasa bermain, pemain belajar menghormati pihak lawan, menerima kekalahan dan meraikan kemenangan secara positif.

6 Disiplin Diri

- Setiap permainan mempunyai peraturan tertentu yang perlu dipatuhi oleh pemain. Keadaan ini mendidik pemain supaya lebih berdisiplin dan menghormati peraturan

7 Kepimpinan

- Permainan tradisional memberi peluang kepada pemain untuk memimpin pasukan, membuat keputusan dan menyusun strategi.
- Kemahiran kepimpinan ini penting dalam pembentukan sahsiah individu.

Identiti Budaya 8

- Permainan tradisional mencerminkan budaya, adat dan cara hidup masyarakat Melayu.
- Permainan seperti wau dan gasing bukan sahaja aktiviti rekreasi, malah menjadi simbol identiti budaya Melayu yang terkenal hingga ke peringkat antarabangsa

2

PERANAN PERMAINAN TRADISIONAL DALAM PENDIDIKAN



PERANAN PERMAINAN TRADISIONAL DALAM PENDIDIKAN

Dalam bidang pendidikan, permainan tradisional semakin mendapat perhatian sebagai medium pembelajaran yang menyeronokkan dan berkesan. Pendekatan pembelajaran melalui permainan dapat meningkatkan penglibatan pelajar secara aktif dalam proses pembelajaran.

a) Medium Pembelajaran Aktif

Permainan tradisional membantu mewujudkan suasana pembelajaran yang lebih interaktif dan menyeronokkan. Pelajar dapat belajar melalui pengalaman sebenar semasa bermain, sekali gus meningkatkan kefahaman terhadap sesuatu topik.

Pendekatan ini selari dengan konsep Experiential Learning atau pembelajaran berasaskan pengalaman yang menekankan proses pembelajaran melalui penglibatan secara langsung dalam sesuatu aktiviti



PERANAN PERMAINAN TRADISIONAL DALAM PENDIDIKAN

b) Membina Kemahiran Insaniah

Melalui permainan tradisional, pelajar dapat mempelajari pelbagai kemahiran secara semula jadi tanpa bergantung sepenuhnya kepada kaedah pengajaran berpusatkan guru.

Aktiviti permainan memberi peluang kepada pelajar untuk berinteraksi, membuat keputusan, bekerjasama dan menyelesaikan cabaran dalam suasana santai tetapi terkawal.

Selain itu, permainan tradisional juga mampu mengintegrasikan elemen nilai murni, budaya dan pembentukan sahsiah dalam proses pembelajaran. Aktiviti permainan tradisional membantu pelajar meningkatkan:

01 Kemahiran komunikasi

02 Kerjasama berkumpulan

03 Kepimpinan

04 Penyelesaian masalah

05 Keyakinan diri

Kemahiran ini sangat penting dalam pembangunan sahsiah dan kebolehpasaran graduan.

PERANAN PERMAINAN TRADISIONAL DALAM PENDIDIKAN

c) Menyokong Pembelajaran Berasaskan Pengalaman

Permainan tradisional sesuai digunakan dalam pendekatan pembelajaran berasaskan pengalaman (Experiential Learning). Melalui aktiviti permainan, pelajar dapat menghubungkan teori dengan pengalaman praktikal.



d) Memperkukuh Pendidikan Budaya



Permainan tradisional membantu pelajar memahami sejarah, budaya dan identiti masyarakat Melayu. Pengintegrasian permainan tradisional dalam pendidikan mampu meningkatkan penghargaan pelajar terhadap warisan budaya negara.

PERANAN PERMAINAN TRADISIONAL DALAM PENDIDIKAN

e) Menggalakkan Penglibatan Kokurikulum

Institusi pendidikan seperti sekolah dan politeknik boleh menjadikan permainan tradisional sebagai aktiviti kokurikulum yang mampu meningkatkan penglibatan pelajar dalam aktiviti kampus secara aktif dan sihat.

Kajian menunjukkan bahawa permainan tradisional mampu membantu pembangunan karakter, meningkatkan penglibatan pelajar dan menjadikan proses pembelajaran lebih bermakna

3

KATEGORI UTAMA PERMAINAN TRADISIONAL



KATEGORI UTAMA PERMAINAN TRADISIONAL

Dalam masyarakat Melayu tradisional, permainan tradisional mempunyai pelbagai bentuk dan kaedah permainan yang mencerminkan kehidupan masyarakat pada zaman dahulu. Selain itu, permainan tradisional juga diklasifikasikan berdasarkan lokasi permainan dijalankan.

Secara umumnya, permainan tradisional masyarakat Melayu di Malaysia boleh dibahagikan kepada dua kategori utama, iaitu :

1. Permainan Laman
2. Permainan Anjung

Pengelasan ini menunjukkan bagaimana masyarakat Melayu tradisional memanfaatkan ruang rumah dan persekitaran kampung sebagai tempat berinteraksi, berhibur dan membina hubungan sosial.

Selain itu, kedua-dua kategori permainan ini juga menggambarkan budaya kehidupan masyarakat Melayu yang sangat dekat dengan alam, komuniti dan nilai kekeluargaan.

Ia juga mempunyai ciri, fungsi dan bentuk aktiviti yang berbeza mengikut kesesuaian tempat permainan dijalankan.

Permainan anjung dan permainan laman merupakan sebahagian penting daripada warisan budaya masyarakat Melayu tradisional. Kedua-dua jenis permainan ini bukan sahaja menjadi medium hiburan, malah berfungsi sebagai alat pendidikan sosial, pembangunan sahsiah dan pengukuhan hubungan komuniti.

Dalam era moden, usaha memperkenalkan semula permainan anjung dan permainan laman amat penting bagi memastikan warisan budaya ini terus dipelihara dan diwariskan kepada generasi akan datang.

PERMAINAN LAMAN

Permainan laman ialah permainan yang memerlukan kawasan lapang yang luas seperti padang, halaman rumah atau tanah kosong.

Ia biasanya melibatkan pergerakan fizikal yang lincah, aktif dan menggunakan tenaga yang banyak.



CIRI – CIRI PERMAINAN LAMAN

01

Memerlukan kawasan lapang

Permainan dijalankan di halaman rumah atau kawasan terbuka.

02

Melibatkan pergerakan fizikal aktif

Permainan memerlukan pemain berlari, melompat, mengejar atau bergerak pantas.

03

Dimainkan secara berkumpulan

Kebanyakan permainan laman memerlukan kerjasama pasukan.

04

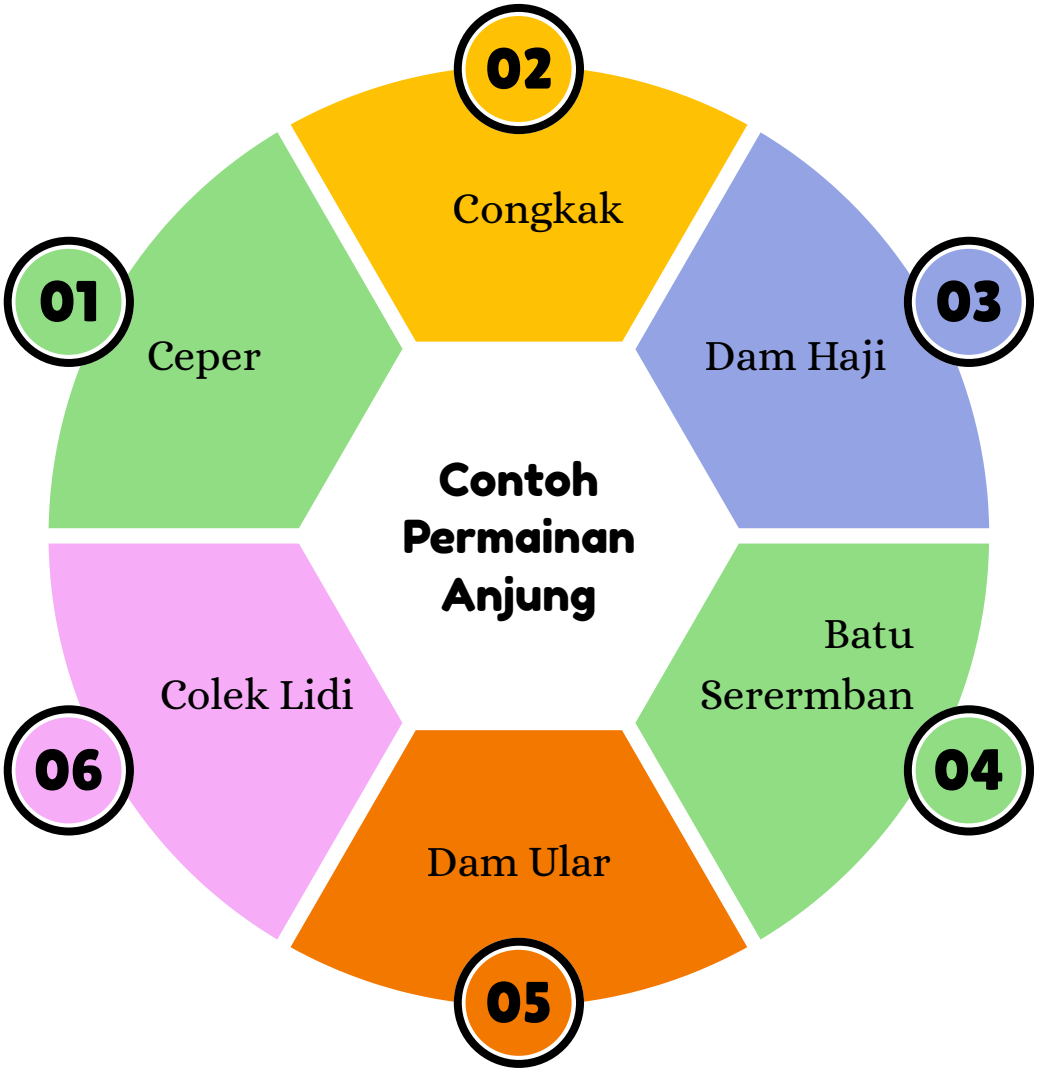
Menguji ketahanan dan ketangkasan

Permainan menekankan kecergasan fizikal dan koordinasi badan.

PERMAINAN ANJUNG

Permainan anjung pula ialah permainan yang mudah dan sesuai dimainkan di ruang terhad seperti anjung atau serambi rumah, beranda atau di dalam rumah.

Ia tidak memerlukan pergerakan fizikal yang aktif dan biasanya dimainkan sambil duduk.



CIRI – CIRI PERMAINAN ANJUNG

Berikut adalah beberapa ciri-ciri permainan anjung :

Dimainkan di ruang yang kecil

Permainan ini tidak memerlukan padang atau kawasan lapang. Ia boleh dimainkan di dalam rumah atau di kawasan anjung rumah.

Menggunakan alatan kecil dan mudah diperoleh

Kebanyakan permainan menggunakan bahan ringkas seperti papan kayu, batu kecil, guli, biji getah atau kain.

Kurang melibatkan pergerakan aktif

Permainan lebih tertumpu kepada kemahiran tangan, strategi, ketelitian dan tumpuan

Sesuai untuk semua peringkat umur

Kanak-kanak, remaja dan orang dewasa boleh bermain bersama.

Menggalakkan interaksi sosial keluarga

Permainan ini biasanya dimainkan secara santai sambil berinteraksi dengan ahli keluarga atau jiran.

FAEDAH PERMAINAN ANJUNG

- Permainan anjung membantu:

01 meningkatkan kemahiran motor halus

02 mengasah pemikiran strategik dan kreativiti

03 mengeratkan hubungan kekeluargaan

04 memupuk kesabaran dan fokus

05 membentuk kemahiran sosial dan komunikasi

CONTOH PERMAINAN ANJUNG



4

PERMAINAN LAMAN





PERMAINAN LAMAN

BALING TIN

- Baling Tin merupakan salah satu permainan tradisional yang popular dalam kalangan kanak-kanak di Malaysia sejak dahulu lagi.

- Permainan ini lazimnya dimainkan secara berkumpulan di kawasan lapang seperti halaman rumah, padang atau gelanggang terbuka, menjadikannya antara aktiviti rekreasi yang menggalakkan interaksi sosial dan semangat kesukanan.

- Permainan ini dimainkan dengan menyusun beberapa buah tin secara bertingkat sebelum pemain daripada satu pasukan membaling bola untuk menjatuhkan susunan tersebut.

- Setelah semua tin berjaya dijatuhkan, pasukan yang membaling perlu menyusun semula tin tersebut secepat mungkin, manakala pasukan lawan akan cuba menghalang usaha tersebut dengan membaling bola ke arah pemain.

- Pasukan dianggap berjaya sekiranya susunan tin dapat disiapkan sebelum semua ahlinya terkena balingan bola daripada pihak lawan.

- Keunikan permainan Baling Tin terletak pada gabungan elemen ketepatan, kepantasan, strategi, koordinasi pergerakan, dan kerjasama berpasukan.

- Selain memberikan keseronokan kepada pemain, permainan ini turut membantu meningkatkan kecergasan fizikal, kemahiran membuat keputusan, daya fokus serta komunikasi dalam kalangan ahli pasukan.

- Tin yang digunakan lazimnya terdiri daripada tin minuman atau tin susu terpakai yang disusun secara bertingkat membentuk piramid.

- Penggunaan bahan kitar semula ini bukan sahaja menjadikan permainan mudah dilaksanakan tanpa kos yang tinggi, malah secara tidak langsung menyemai kesedaran terhadap amalan kelestarian alam sekitar melalui penggunaan semula bahan terpakai.

PERALATAN

- Beberapa tin kosong (biasanya 5–10 buah).
- Bola (diperbuat daripada kain, getah atau plastik – tidak terlalu keras).
- Garisan penanda kawasan permainan (jika perlu).



CARA PERMAINAN

1.
Susun tin secara bertingkat (seperti bentuk piramid) di tengah kawasan permainan.

2.
Kumpulan A akan membaling bola untuk menjatuhkan semua tin.

3.
Selepas tin jatuh, kumpulan A mesti menyusun semula tin tersebut secepat mungkin.

4.
Sementara itu, kumpulan B akan cuba menghalang kumpulan A dengan membaling bola kepada mereka (untuk "mati").

5.
Jika semua pemain kumpulan A "mati" sebelum sempat menyusun semula tin, giliran bertukar kepada kumpulan B.

6.
Jika kumpulan A berjaya menyusun semula tin tanpa semuanya "mati", mereka akan mendapat mata dan bermain semula.



PERMAINAN LAMAN

CAPTEH

- Capteh merupakan salah satu permainan tradisional yang popular dalam kalangan masyarakat Malaysia, khususnya dalam komuniti Cina, namun kini dimainkan oleh masyarakat pelbagai kaum.

- Permainan ini memerlukan pemain menimang atau menyepak capteh menggunakan kaki tanpa membenarkannya jatuh ke tanah.

- Kemahiran, koordinasi badan dan keseimbangan merupakan aspek utama yang menentukan kejayaan seseorang pemain.

- Permainan capteh bukan sahaja menjadi aktiviti riadah, malah turut digunakan sebagai medium untuk meningkatkan kecergasan fizikal, koordinasi motor, ketangkasan dan semangat kerjasama.

- Oleh sebab peraturannya yang mudah serta hanya memerlukan ruang yang kecil, capteh sesuai dimainkan oleh pelbagai peringkat umur sama ada di sekolah, institusi pengajian tinggi mahupun dalam program komuniti.



PERALATAN

Peralatan yang digunakan dalam permainan capteh adalah mudah dan mudah diperoleh., iaitu:

- Capteh
- Penanda kawasan (pilihan)
- kasut sukan (pilihan)

Spesifikasi capteh

- Berat: kira-kira 12–15 gram
- Bilangan bulu: 4 hingga 6 helai
- Tapak diperbuat daripada getah, plastik atau logam ringan
- Ketinggian sekitar 15–18 cm



CARA PERMAINAN

1. Pemain berdiri dalam bulatan atau berhadapan antara satu sama lain dengan membawa sebuah capteh.

2. Seorang pemain melambungkan capteh ke udara sebelum menyepaknya menggunakan bahagian dalam kaki, bahagian luar kaki atau hujung kaki.

3. Pemain perlu memastikan capteh terus berada di udara tanpa jatuh ke tanah. Setiap sentuhan hendaklah menggunakan kaki atau anggota badan yang dibenarkan.

4. Dalam permainan berkumpulan, pemain menyepak capteh kepada rakan sepasukan secara bergilir-gilir tanpa menggunakan tangan.

5. Permainan diteruskan selagi capteh tidak jatuh ke tanah. Pemain perlu mengawal arah, ketinggian dan kelajuan sepakan bagi memudahkan rakan menyambut capteh.

6. Bagi permainan santai, pemain atau kumpulan yang berjaya membuat timangan paling banyak tanpa menjatuhkan capteh dianggap sebagai pemenang.



PERMAINAN LAMAN

SEPAK RAGA

- Sepak raga merupakan salah satu permainan tradisional Melayu yang terkenal di Malaysia dan negara-negara Asia Tenggara seperti Indonesia, Brunei, Thailand, dan Singapura.

- Permainan ini dimainkan secara berkumpulan dengan menggunakan sebiji bola rotan yang disepak menggunakan kaki, lutut, paha, dada atau kepala tanpa membenarkan bola jatuh ke tanah.

- Pada asalnya, sepak raga dimainkan sebagai aktiviti rekreasi dan hiburan masyarakat kampung selepas selesai menjalankan aktiviti harian.

- Permainan ini bukan sahaja menguji kemahiran individu dalam mengawal bola, malah menggalakkan kerjasama, komunikasi dan semangat berpasukan.

- Kini, sepak raga telah berkembang menjadi sukan moden yang dikenali sebagai sepak takraw, yang dimainkan di peringkat kebangsaan dan antarabangsa dengan peraturan yang lebih sistematik.



PERALATAN

Permainan sepak raga menggunakan peralatan yang ringkas., iaitu:

- Bola raga (bola rotan)
- pakaian sukan
- kasut sukan (pilihan)

Spesifikasi cBola Raga

- Berbentuk sfera.
- Diameter sekitar 13–15 cm.
- Diperbuat daripada anyaman rotan atau bahan sintetik.
- Ringan dan mudah disepak

CARA PERMAINAN

01

Pemain membentuk satu bulatan dengan jarak yang sesuai antara satu sama lain. Seorang pemain memegang bola raga sebagai permulaan permainan.

02

Permainan dimulakan apabila salah seorang pemain melambungkan bola ke udara dan menyepaknya kepada pemain lain.

03

Setiap pemain perlu mengawal bola menggunakan bahagian badan yang dibenarkan seperti kaki, lutut, paha, dada atau kepala tanpa menggunakan tangan

04

Pemain menghantar bola kepada pemain lain secara bergilir-gilir. Bola hendaklah sentiasa berada di udara sepanjang permainan.

05

Kerjasama antara pemain amat penting bagi memastikan bola tidak jatuh ke tanah. Pemain perlu mengawal kekuatan dan arah sepakan supaya bola mudah diterima oleh rakan.

04

Permainan diteruskan sehingga bola jatuh ke tanah atau pemain melakukan kesilapan. Dalam permainan santai, kumpulan yang berjaya membuat hantaran atau timangan paling lama dianggap sebagai pemenang.



PERMAINAN LAMAN

GASING

- Gasing merupakan salah satu permainan tradisional Melayu yang telah dimainkan sejak ratusan tahun dahulu dan masih dipelihara sehingga kini sebagai warisan budaya negara.

- Permainan ini menggunakan sejenis alat berbentuk bulat atau bujur yang diperbuat daripada kayu dan dipusingkan menggunakan tali sehingga berputar di atas permukaan tanah.

- Permainan ini terkenal di beberapa negeri seperti Kelantan, Terengganu, Melaka, Johor, Pahang dan Perak, malah setiap negeri mempunyai reka bentuk serta teknik permainan yang tersendiri.

- Perkataan gasing dipercayai berasal daripada perkataan pusing, iaitu merujuk kepada pergerakan objek yang berputar pada paksi apabila dilontarkan menggunakan tali.

- Permainan gasing bukan sahaja menjadi hiburan masyarakat dahulu, malah melambangkan kemahiran pertukangan tradisional kerana proses menghasilkan gasing memerlukan kepakaran dalam memilih jenis kayu, membentuk badan gasing, memasang paksi serta memastikan keseimbangan supaya gasing mampu berpusing dalam tempoh yang lama.

- Pada zaman dahulu, permainan ini dimainkan selepas musim menuai sebagai aktiviti riadah dan medan mengeratkan hubungan masyarakat kampung.



- Pada masa kini, permainan gasing bukan sahaja dimainkan sebagai aktiviti rekreasi, malah dijadikan pertandingan di peringkat daerah, negeri dan kebangsaan.

- Permainan ini turut diperkenalkan kepada pelancong sebagai salah satu produk pelancongan budaya Malaysia.



PERALATAN

Permainan gasing memerlukan beberapa peralatan asas seperti berikut, iaitu:

- Gasing
- Tali gasing
- Paku/ Paksi besi
- Gelanggang gasing
- Alas atau tapak mengangkat (jika pertandingan)

CARA PERMAINAN

1. Pemain memilih gasing yang sesuai dan memastikan gasing berada dalam keadaan baik serta seimbang.

2. Tali dililit dengan kemas pada badan gasing bermula dari bahagian bawah sehingga ke bahagian atas. Pemain perlu memastikan lilitan rapat, tidak longgar dan mempunyai arah lilitan yang betul.

3. Pemain memegang gasing bersama tali menggunakan tangan dominan. Kedudukan tangan perlu sesuai supaya gasing dapat dilepaskan dengan tepat.

4. Pemain menarik tali dengan pantas sambil melepaskan gasing ke arah permukaan permainan. Teknik lontaran yang betul akan menghasilkan putaran yang stabil.

5. Selepas gasing berpusing, pemain perlu memastikan gasing kekal seimbang dan tidak mudah tumbang. Dalam permainan gasing pangkah, pemain akan cuba mengenai atau mengganggu gasing lawan.

6. Pemenang boleh ditentukan berdasarkan: gasing yang berpusing paling lama; gasing yang berjaya menjatuhkan gasing lawan; atau jumlah mata yang diperoleh dalam pertandingan.

5

PERMAINAN ANJUNG





PERMAINAN LAMAN

CEPER

- Ceper merupakan salah satu permainan tradisional yang pernah popular dalam kalangan kanak-kanak di Malaysia, khususnya di kawasan kampung sekitar tahun 1970-an hingga 1990-an.

- Permainan ini menggunakan penutup botol minuman (ceper) sebagai alat utama dan dimainkan secara individu atau berkumpulan.

- Oleh kerana peralatannya mudah diperoleh dan tidak memerlukan kos yang tinggi, permainan ceper menjadi antara aktiviti riadah yang digemari pada waktu lapang.

- Permainan ceper memerlukan kemahiran koordinasi mata dan tangan, ketangkasan jari, daya tumpuan serta strategi.

- Pemain perlu mengangkat, menyusun dan menangkap ceper mengikut peringkat permainan tanpa melakukan kesilapan.

- Selain menghiburkan, permainan ini turut membantu meningkatkan kemahiran motor halus dan membentuk sikap sabar, teliti serta berdisiplin.

- Walaupun permainan ini semakin kurang dimainkan akibat perkembangan teknologi dan permainan digital, ceper masih diperkenalkan dalam program permainan tradisional, aktiviti kokurikulum dan festival kebudayaan sebagai usaha memelihara warisan budaya negara.

PERALATAN

Permainan ceper hanya memerlukan beberapa peralatan yang mudah diperoleh. iaitu:

- Ceper (penutup boto;)
- Permukaan permainan



Penyediaan Ceper

Sebelum digunakan, penutup botol biasanya:

- dibersihkan;
- diratakan menggunakan tukul atau objek keras bagi mengelakkan bahagian tajam;
- disusun dalam bentuk bertaburan atau mengikut peringkat permainan.

CARA PERMAINAN

1. Pemain menyediakan lima keping ceper dan meletakkannya di atas permukaan permainan.

2. Giliran pemain ditentukan melalui persetujuan bersama atau undian ringkas.



3. Semasa ceper utama berada di udara, pemain perlu mengutip satu ceper yang berada di atas lantai sebelum menangkap semula ceper utama.

4. Pemain memilih satu ceper sebagai ceper utama dan melambungkannya ke udara menggunakan sebelah tangan.

5. Selepas berjaya mengutip satu ceper, permainan diteruskan dengan mengutip dua ceper, kemudian tiga ceper dan seterusnya mengikut tahap yang telah dipersetujui.

6. Permainan diteruskan sehingga semua pemain selesai bermain. Pemain yang berjaya menamatkan semua peringkat tanpa melakukan kesilapan atau memperoleh mata tertinggi dikira sebagai pemenang.





PERMAINAN LAMAN

CONGKAK

- Congkak merupakan salah satu permainan tradisional yang paling terkenal dalam masyarakat Melayu dan menjadi warisan budaya yang masih dimainkan sehingga kini.

- Permainan ini menggunakan sebuah papan kayu yang mempunyai beberapa lubang kecil serta dua lubang besar yang dikenali sebagai rumah atau ibu rumah.

- Biji congkak seperti guli kecil, biji getah, biji saga, biji asam atau batu kecil digunakan sebagai buah permainan.

- Permainan congkak menguji kebijaksanaan, kemahiran mengira, strategi dan perancangan pemain.

- Setiap pemain perlu mengagihkan buah congkak ke dalam lubang-lubang mengikut peraturan tertentu bagi mengumpulkan sebanyak mungkin buah di dalam rumah masing-masing.

- Oleh itu, congkak bukan sahaja menjadi aktiviti rekreasi, malah turut membantu mengembangkan kemahiran matematik asas, pemikiran kritis dan penyelesaian masalah.



PERALATAN

Permainan congkak memerlukan beberapa peralatan utama seperti berikut, iaitu:

- Papan congkak
- Buah congkak
- Meja atau lantai rata (pilihan)

Ciri-ciri papan congkak

- Diperbuat daripada kayu keras atau bahan moden seperti plastik.
- Mempunyai 14 lubang kecil (7 lubang bagi setiap pemain).
- Mempunyai 2 rumah di bahagian hujung papan.
- Setiap lubang kecil lazimnya diisi dengan 7 biji buah congkak sebelum permainan dimulakan.

CARA PERMAINAN



1. Papan congkak diletakkan di atas permukaan yang rata. Setiap lubang kecil diisi dengan tujuh biji buah congkak, manakala rumah dibiarkan kosong.

2. Kedua-dua pemain menentukan giliran secara persetujuan bersama atau undian.

3. Pemain pertama memilih satu lubang di kawasannya, mengambil semua buah congkak dari lubang tersebut dan mengagihkannya satu demi satu ke dalam setiap lubang mengikut arah lawan jam, termasuk rumah sendiri.

4. Sekiranya buah terakhir jatuh ke dalam lubang yang masih mempunyai buah, pemain mengambil semua buah dari lubang tersebut dan meneruskan agihan sehingga permainan berhenti mengikut peraturan.

5. Jika buah terakhir jatuh ke dalam rumah sendiri, pemain berhak meneruskan satu lagi giliran dengan memilih mana-mana lubang di kawasannya yang masih mempunyai buah.

6. Permainan berakhir apabila semua lubang kecil tidak lagi mempunyai buah. Pemenang ialah pemain yang berjaya mengumpulkan buah congkak paling banyak di dalam rumahnya.



PERMAINAN LAMAN

BATU SEREMBAN

- Batu Seremban, yang turut dikenali sebagai Selambut atau Serembat di sesetengah negeri, merupakan salah satu permainan tradisional Melayu yang diwarisi sejak turun-temurun.

- Permainan ini biasanya dimainkan oleh kanak-kanak perempuan, namun pada masa kini ia sesuai dimainkan oleh semua peringkat umur sebagai aktiviti rekreasi, pendidikan dan pemeliharaan warisan budaya.

- Permainan ini menggunakan lima biji buah batu seremban yang diperbuat daripada batu kecil, biji getah, guli atau uncang kain kecil berisi pasir, beras atau biji saga.

- Permainan ini memerlukan kemahiran koordinasi mata dan tangan, ketangkasan jari, daya tumpuan serta kecekapan mengatur strategi.

- Pemain perlu melambung dan menangkap buah sambil mengutip buah lain mengikut peringkat permainan yang dikenali sebagai "buah" tanpa melakukan kesilapan.

- Setiap peringkat mempunyai tahap kesukaran yang berbeza dan memerlukan kemahiran yang semakin tinggi.

PERALATAN

Permainan batu seremban hanya memerlukan beberapa peralatan yang mudah disediakan, iaitu:

- Batu seremban (buah)
- Pemukaan permainan (permukaan rata seperti lantai, meja atau tikar untuk memudahkan permainan)



Ciri-ciri Batu Seremban

- Berbentuk kecil dan mudah digenggam.
- Diperbuat daripada kain yang tahan lasak.
- Diisi dengan bahan yang menghasilkan berat yang sesuai.
- Setiap batu mempunyai saiz dan berat yang hampir sama bagi memastikan permainan lebih adil.

CARA PERMAINAN



1. Lima biji batu seremban diletakkan di atas permukaan permainan secara bertaburan

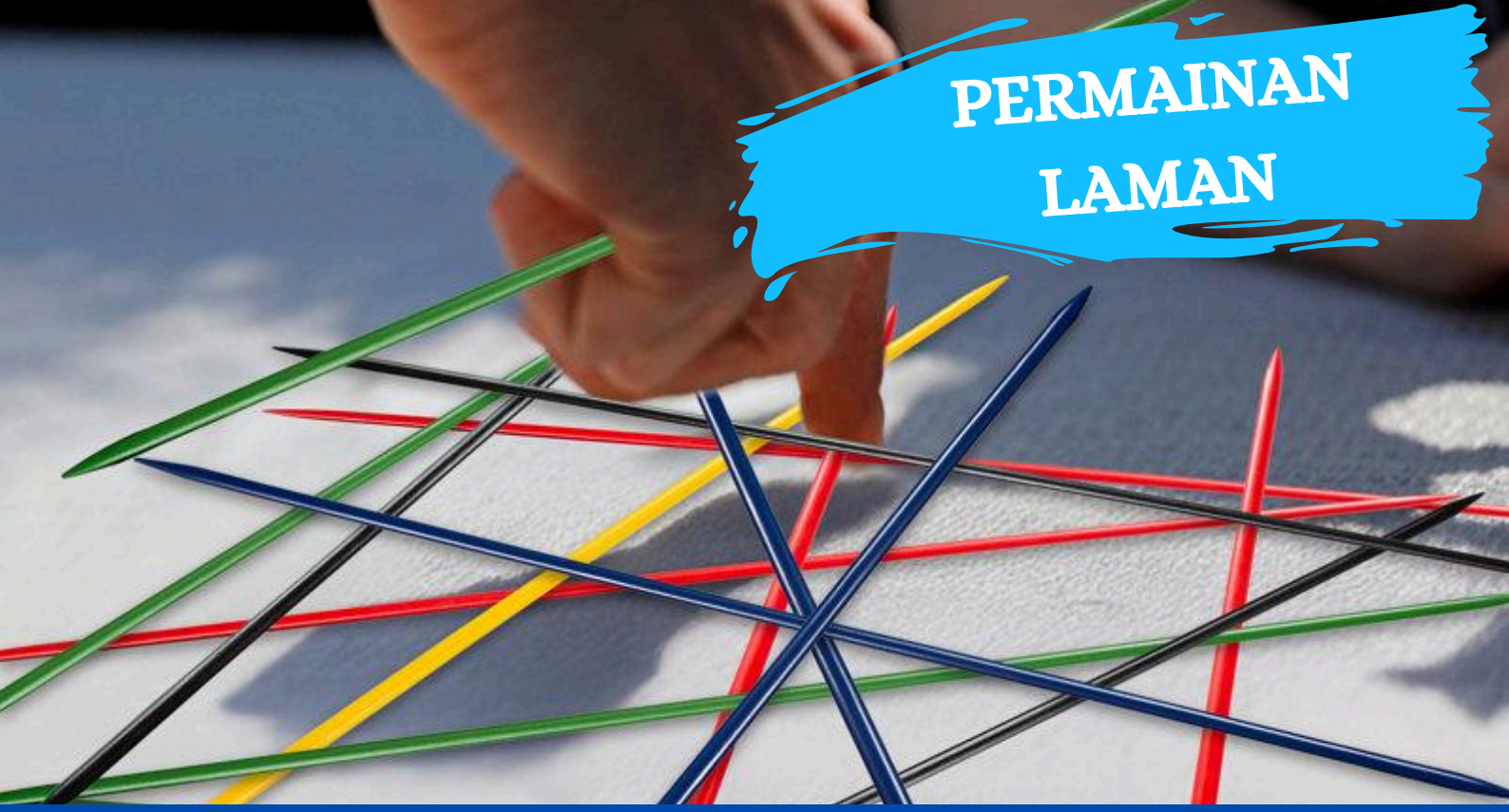
2. Giliran pemain ditentukan melalui persetujuan bersama atau undian.

3. Pemain mengambil satu batu seremban dan melambungkannya ke udara.
Sementara batu tersebut berada di udara, pemain perlu mengambil satu batu di atas lantai sebelum menangkap semula batu yang dilambung.

4. Permainan diteruskan dengan mengambil dua batu serentak, kemudian tiga batu dan seterusnya sehingga semua batu berjaya dikutip mengikut peringkat permainan.

5. Pemain perlu menyempurnakan setiap peringkat tanpa menjatuhkan batu yang dilambung atau melakukan kesilapan.

6. Permainan diteruskan dengan mengambil dua batu serentak, kemudian tiga batu dan seterusnya sehingga semua batu berjaya dikutip mengikut peringkat permainan.



PERMAINAN LAMAN

COLEK LIDI

- Colek Lidi merupakan salah satu permainan tradisional Melayu yang popular dalam kalangan kanak-kanak pada suatu ketika dahulu.

- Permainan ini turut dikenali sebagai Pick-Up Sticks dan dimainkan secara individu atau berkumpulan dan sering menjadi aktiviti riadah dalam kalangan kanak-kanak pada waktu lapang. .

- Permainan ini menggunakan beberapa batang lidi atau kayu halus yang dijatuhkan secara bertaburan di atas permukaan rata.

- Permainan ini sesuai dimainkan di dalam rumah atau di kawasan yang mempunyai permukaan rata.

- Pemain perlu mengambil satu persatu lidi tersebut tanpa menggerakkan lidi yang lain.

- Walaupun kelihatan mudah, colek lidi memerlukan daya tumpuan yang tinggi, kawalan pergerakan tangan yang baik serta strategi dalam memilih lidi yang paling mudah diambil terlebih dahulu.

- Selain menjadi hiburan, permainan ini turut membantu meningkatkan kemahiran motor halus, koordinasi mata dan tangan, kemahiran menyelesaikan masalah serta membentuk sikap sabar dan teliti.

PERALATAN

Permainan colek lidi menggunakan peralatan yang mudah dan ringan, iaitu:

- Lidi permainan
- Permukaan permainan yang rata

Ciri-ciri Lidi Permainan

- Panjang sekitar 20–25 cm.
- Ringan dan lurus.
- Tidak mempunyai hujung yang tajam bagi mengelakkan kecederaan.
- Bilangan lidi boleh diubah mengikut persetujuan pemain.

CARA PERMAINAN



1. Semua lidi dipegang bersama-sama secara menegak sebelum dilepaskan supaya jatuh secara bertaburan di atas permukaan permainan.

2. Giliran pemain ditentukan melalui persetujuan bersama atau undian.

3. Pemain memilih satu batang lidi yang mudah diambil dan mengangkatnya dengan berhati-hati tanpa menggerakkan lidi lain.

4. Sekiranya pemain berjaya mengambil lidi tanpa menggerakkan lidi lain, pemain boleh meneruskan giliran untuk mengambil lidi seterusnya.

5. Jika mana-mana lidi lain bergerak atau berganjak semasa proses mengambil lidi, giliran pemain tamat dan diserahkan kepada pemain berikutnya.

6. Permainan diteruskan sehingga semua lidi berjaya diambil. Pemenang ialah pemain yang berjaya mengumpulkan bilangan lidi terbanyak atau memperoleh mata tertinggi mengikut sistem pemarkahan yang dipersetujui.

6

PENUTUP



PENUTUP

- Permainan tradisional Melayu merupakan khazanah warisan budaya yang tidak ternilai dan menjadi sebahagian daripada identiti, sejarah serta kehidupan masyarakat Melayu sejak turun-temurun.

- Di sebalik kesederhanaan peralatan dan cara permainannya, setiap permainan mengandungi nilai-nilai murni, falsafah kehidupan serta kebijaksanaan masyarakat silam dalam membentuk sahsiah, mengeratkan hubungan sosial dan menggalakkan gaya hidup aktif.

- Permainan seperti congkak, gasing, batu seremban, galah panjang, konda kondi, sepak raga dan pelbagai lagi bukan sekadar aktiviti rekreasi, malah merupakan medium pembelajaran yang membentuk kemahiran fizikal, kognitif, emosi dan sosial.

- Dalam era globalisasi dan perkembangan teknologi digital, permainan tradisional berhadapan dengan pelbagai cabaran seperti perubahan gaya hidup, pengaruh permainan digital, kekurangan ruang bermain dan semakin berkurangnya pewarisan ilmu daripada generasi terdahulu kepada generasi muda.

- Sekiranya usaha pemuliharaan tidak dilaksanakan secara berterusan, sebahagian daripada warisan budaya tidak ketara ini berisiko untuk dilupakan dan akhirnya hanya tinggal sebagai catatan sejarah.

PENUTUP

- Sehubungan itu, institusi pendidikan memainkan peranan yang amat penting dalam memastikan kelangsungan permainan tradisional.

- Pengintegrasian permainan tradisional dalam kurikulum, kokurikulum, pembelajaran berasaskan pengalaman (Experiential Learning), pendidikan TVET dan aktiviti pembangunan pelajar mampu menjadikan warisan ini lebih relevan dengan keperluan pendidikan abad ke-21.

- Melalui pendekatan tersebut, pelajar bukan sahaja mempelajari cara bermain, tetapi turut memahami nilai budaya, semangat kerjasama, kepimpinan, kreativiti, komunikasi dan penyelesaian masalah yang terkandung dalam setiap permainan.

- Selain itu, permainan tradisional mempunyai potensi yang besar sebagai produk pelancongan budaya. Aktiviti demonstrasi permainan, pertandingan tradisional, program homestay, festival kebudayaan dan interpretasi warisan mampu memberikan pengalaman autentik kepada pelancong tempatan dan antarabangsa.

- Pembangunan produk pelancongan berasaskan permainan tradisional bukan sahaja menyumbang kepada pemeliharaan warisan budaya, malah membuka peluang ekonomi kepada komuniti setempat serta memperkukuh imej Malaysia sebagai sebuah negara yang kaya dengan kepelbagaian budaya.

PENUTUP

- Akhir sekali, pemeliharaan permainan tradisional bukanlah tanggungjawab satu pihak semata-mata, sebaliknya memerlukan kerjasama pelbagai pihak termasuk institusi pendidikan, agensi kerajaan, badan bukan kerajaan (NGO), industri pelancongan, komuniti setempat serta generasi muda.

- Warisan budaya hanya akan terus hidup sekiranya dipelajari, diamalkan, didokumentasikan dan diwariskan secara berterusan. Dengan komitmen bersama, permainan tradisional Melayu akan terus berkembang sebagai warisan bangsa yang bernilai tinggi, menyumbang kepada pembangunan pendidikan, memperkukuh identiti nasional dan memperkayakan pengalaman pelancongan budaya Malaysia untuk generasi masa kini dan akan datang.

RUJUKAN

Abdul Rahman, N., & Hashim, H. (2021). Permainan tradisional Melayu sebagai warisan budaya masyarakat. Jurnal Melayu, 20(1), 55–68.

Absyar, V. R., Cantika, C., Susanti, & Ilham, M. A. A. (2026). Permainan tradisional masyarakat Melayu. Jurnal Pelita Pendidikan, Hukum, Ekonomi dan Teknologi (PUTAT), 2(1), 166–179. https://jurnalpelitanegribelantaraya.com/index.php/putat/article/view/358

Balakrishnan, M., Ismail, G., Kamarudin, K. A., Ooi, C. L., & Vengadasalam, C. (2024). Nilai-nilai moral dalam permainan tradisional. MyJurnal.

Bastian, A., Suharni, & Novitasari, Y. (2024). Permainan tradisional berbasis budaya Melayu dalam pengembangan karakter anak. Atfaluna Journal of Islamic Early Childhood Education, 2(2), 120–131.

Hashim, H., & Abdul Rahman, N. (2021). Permainan tradisional Melayu sebagai medium pembentukan sahsiah dan interaksi sosial. Jurnal Pengajian Melayu, 32(1), 45–58.

Lim, P. H. (2023). From sepak raga to sepak takraw: The introduction and institutionalization of an indigenous game in regional multi-sport events, 1965–1990. Asian Journal of Sport History & Culture, 2(1), 106–123. https://doi.org/10.1080/27690148.2023.2209075

RUJUKAN

Mastarina, & Yasnel. (2025). Permainan tradisional Melayu: Kajian sejarah, budaya, dan strategi pelestarian. Multidisciplinary Indonesian Center Journal (MICJO), 2(1), 346–349. https://doi.org/10.62567/micjo.v2i1.391

Mohd Noor, F., & Hamzah, A. (2019). Warisan budaya dan kelestarian permainan tradisional Melayu dalam era digital. International Journal of Heritage, Art and Multimedia, 2(5), 15–27.

Portal Rasmi Jabatan Warisan Negara. (2026). Pemainan tradisi. Kuala Lumpur: Jabatan Warisan Negara dicapai dari https://www.heritage.gov.my/en/pengenalan-cawangan-adat-budaya/permainan-tradisi.html on 02/05/2026

Yusoff, N., Kuay, H. S., Salleh, R. M., & Ismail, R. (2020). Malay traditional games are never a loss: An emotional reflection of Malaysians and immigrants in Malaysia. GeoJournal of Tourism and Geosites, 31(3), 1004–1009. https://doi.org/10.30892/gtg.31311-534

Zainurin, M. Z., Burhanudin, M. N. H., Salman, M. I., & Ibrahim, Z. (2024). Malaysian Traditional Game (TraDesa Melayu) Learning Application. Multidisciplinary Applied Research and Innovation, 5(1), 232–238.

Permainan Tradisional Melayu: Warisan, Rekreasi, Pendidikan dan Pelancongan Budaya merupakan sebuah karya akademik yang mengangkat permainan tradisional Melayu sebagai warisan budaya tidak ketara yang kaya dengan nilai sejarah, pendidikan, rekreasi dan pelancongan budaya. Buku ini menghimpunkan pelbagai permainan tradisional yang pernah menjadi sebahagian daripada kehidupan masyarakat Melayu serta menjelaskan sejarah, peralatan, peraturan permainan serta nilai murni dalam pembentukan sahsiah serta identiti bangsa.

Disusun secara sistematik dengan ilustrasi dan rujukan ilmiah terkini, buku ini sesuai dijadikan rujukan oleh pelajar, pensyarah, guru, penyelidik, penggiat warisan budaya serta pengamal industri pelancongan. Lebih daripada sekadar sebuah buku, karya ini merupakan usaha mendokumentasikan dan memartabatkan permainan tradisional Melayu agar terus dipelajari, diamalkan dan diwariskan kepada generasi akan datang sebagai khazanah budaya yang memperkukuh jati diri bangsa dan kelestarian warisan negara.

PERMAINAN TRADISIONAL

Warisan Budaya & Aktiviti Rekreasi

Siri 1

eISBN 978-629-7737-63-8