

PENGARUH KEGIATAN OUTDOOR TERHADAP PERKEMBANGAN SOSIAL-EMOSIONAL ANAK DI TK WEJANG ASI MANO

Maria Dafriana Ince¹

Email: ince13ince@gmail.com

¹Program Studi PG-PAUD, FKIP, Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus
Ruteng

Abstrak

Tujuan penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kegiatan outdoor terhadap perkembangan sosial-emosional anak usia 4–6 tahun di TK Wejang Asi Mano. **Metodologi:** Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan pengumpulan data melalui observasi terstruktur, wawancara semi-terstruktur, dan dokumentasi lapangan. **Temuan Utama:** Kegiatan outdoor meningkatkan kemampuan kerja sama (80%), komunikasi (85%), berbagi (75%), empati (70%), dan pengendalian emosi (75%) anak. **Aplikasi kajian:** Hasil penelitian ini dapat diaplikasikan oleh pendidik PAUD, perancang kurikulum, dan pembuat kebijakan pendidikan anak usia dini di Indonesia. **Kebaruan/Orisinalitas:** Penelitian ini menyajikan data persentase peningkatan per indikator sosial-emosional secara spesifik melalui kegiatan outdoor terstruktur di konteks PAUD lokal.

Kata Kunci: kegiatan outdoor, perkembangan sosial-emosional, anak usia dini, PAUD, TK

Abstract

Research Objective: This study aims to determine the effect of outdoor activities on social-emotional development of children aged 4–6 years at TK Wejang Asi Mano. **Methodology:** A descriptive qualitative approach was used, with data collected through structured observation, semi-structured interviews, and field documentation. **Main Findings:** Outdoor activities improved cooperation (80%), communication (85%), sharing (75%), empathy (70%), and emotional control (75%). **Application:** Findings benefit early childhood educators, curriculum designers, and education policymakers in Indonesia. **Novelty:** This study provides specific percentage data on social-emotional improvements per indicator through structured outdoor activities in a local PAUD context.

Keywords: outdoor activities, social-emotional development, early childhood, PAUD, kindergarten

PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan individu yang berada pada fase perkembangan yang sangat pesat, khususnya pada aspek kognitif, sosial, emosional, bahasa, dan fisik motorik. Rentang usia 0–6 tahun sering disebut

sebagai masa emas (golden age), karena pada tahap ini perkembangan otak anak berlangsung secara optimal dan membentuk fondasi yang kuat bagi kehidupan di masa mendatang. Pada masa ini, pengalaman belajar yang bermakna, menyenangkan, dan bersifat langsung sangat diperlukan guna mendukung seluruh aspek perkembangan anak secara menyeluruh (Rahayu, 2022; Setiawan, 2024).

Perkembangan sosial-emosional merupakan salah satu aspek penting dalam pendidikan anak usia dini. Kemampuan sosial-emosional meliputi kemampuan anak dalam berinteraksi dengan orang lain, memahami perasaan diri sendiri dan orang lain, serta mengelola emosi dengan baik dalam berbagai situasi. Kemampuan ini akan mempengaruhi kehidupan anak di masa depan, baik dalam lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat luas. Anak yang memiliki kecerdasan sosial-emosional yang baik cenderung lebih mudah beradaptasi dan lebih siap menghadapi tantangan akademik dan sosial (Handayani, 2020; Siregar, 2019).

Fenomena di lapangan menunjukkan bahwa masih banyak anak usia dini yang mengalami hambatan dalam perkembangan sosial-emosional, seperti kesulitan berbagi, mudah marah, sulit bekerja sama, dan kurang percaya diri. Hal ini diperparah oleh metode pembelajaran yang kurang variatif dan minimnya kesempatan anak untuk bersosialisasi secara langsung (Nurhayati, 2020; Wulandari, 2021). Kajian terkini dari Lilis (2024) dan Herminastiti (2024) menegaskan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis lingkungan, khususnya kegiatan outdoor, terbukti efektif sebagai solusi atas permasalahan tersebut.

Kegiatan outdoor adalah aktivitas belajar yang dilakukan di luar kelas dengan memanfaatkan lingkungan alam dan sosial sebagai media belajar. Melalui pendekatan ini, anak mendapatkan kesempatan belajar secara langsung melalui pengalaman nyata, berinteraksi dengan teman sebaya secara lebih bebas, serta mengeksplorasi dunia sekitar. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang umumnya bersifat umum, penelitian ini mengkaji secara spesifik pengaruh kegiatan outdoor terstruktur terhadap setiap

indikator perkembangan sosial-emosional anak di TK Wejang Asi Mano berdasarkan data lapangan yang terukur.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan orientasi metodologis kualitatif deskriptif (Moleong, 2019). Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada pemahaman mendalam mengenai proses dan pengalaman perkembangan sosial-emosional anak selama kegiatan outdoor berlangsung.

Sampling melibatkan 20 anak usia 4–6 tahun di TK Wejang Asi Mano (11 perempuan, 9 laki-laki) dan 2 orang guru kelas sebagai informan kunci. Data dikumpulkan melalui tiga metode: (1) observasi terstruktur menggunakan lembar observasi yang memuat lima indikator perkembangan sosial-emosional (kerja sama, berbagi, empati, komunikasi, dan pengendalian emosi); (2) wawancara semi-terstruktur dengan guru kelas yang direkam secara audio; dan (3) dokumentasi berupa foto kegiatan, catatan harian guru, dan portofolio anak.

Penelitian dilaksanakan selama dua bulan (Februari–Maret 2026) di TK Wejang Asi Mano, Kecamatan Mano, Kabupaten Manggarai, NTT. Kegiatan outdoor dilaksanakan minimal tiga kali per pekan dengan durasi 45–60 menit per sesi. Analisis data mengikuti model interaktif Miles dan Huberman (dalam Sugiyono, 2019), yang mencakup reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dijamin melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Kegiatan outdoor di TK Wejang Asi Mano dilaksanakan secara terencana dengan berbagai aktivitas, meliputi: bermain kelompok di halaman sekolah, permainan tradisional (engklek, congklak, bentengan), eksplorasi lingkungan alam, berkebun bersama, dan bermain peran di luar kelas.

Seluruh kegiatan dirancang untuk memberikan pengalaman belajar autentik yang merangsang perkembangan sosial-emosional anak.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara selama dua bulan, diperoleh data sebagai berikut:

No.	Indikator Sosial-Emosional	Persentase Anak Menunjukkan Peningkatan	Jumlah Anak (dari 20)
1	Kemampuan Kerja Sama	80%	16 anak
2	Kemampuan Komunikasi	85%	17 anak
3	Sikap Berbagi	75%	15 anak
4	Pengendalian Emosi	75%	15 anak
5	Empati terhadap Teman	70%	14 anak

Tabel 1. Rekapitulasi Perkembangan Sosial-Emosional Anak Melalui Kegiatan Outdoor

Kemampuan kerja sama meningkat signifikan terutama saat kegiatan estafet bola dan berkebun bersama. Anak-anak mulai mampu membagi tugas, saling membantu, dan menyelesaikan permainan secara bersama-sama. Kemampuan komunikasi mengalami peningkatan tertinggi, terlihat dari anak yang semakin berani menyampaikan pendapat, memberikan instruksi kepada teman dalam permainan, serta mengekspresikan kebutuhan dan perasaan mereka. Sikap berbagi dan pengendalian emosi berkembang melalui situasi nyata permainan, di mana anak belajar berbagi alat, bergantian, dan mengatasi frustrasi secara lebih adaptif. Empati berkembang secara organik melalui interaksi sosial, terlihat dari perilaku spontan seperti membantu teman yang jatuh atau menghibur teman yang sedih.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan outdoor memberikan pengaruh positif yang signifikan terhadap seluruh indikator perkembangan sosial-emosional anak. Temuan ini sejalan dengan teori Vygotsky tentang Zone of Proximal Development (ZPD), yang menyatakan bahwa anak

berkembang paling optimal ketika berinteraksi dengan teman sebaya atau orang yang lebih berpengalaman dalam konteks aktivitas bersama (Kurniawan, 2021). Kegiatan outdoor secara alami menciptakan situasi ZPD tersebut melalui permainan kelompok yang memerlukan negosiasi dan kolaborasi.

Peningkatan kemampuan komunikasi yang paling tinggi (85%) sejalan dengan temuan Apriani (2022) dan Bifadlilah (2023), yang menyatakan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman di lingkungan terbuka merangsang ekspresi verbal anak secara lebih alami dibandingkan pembelajaran di dalam kelas. Dalam konteks outdoor yang bebas, anak merasa lebih rileks untuk berbicara dan mengekspresikan diri. Hal ini berbeda dengan suasana kelas yang cenderung membuat anak merasa terbatas dan terpantau.

Perkembangan empati (70%) yang muncul secara organik dalam kegiatan outdoor sejalan dengan konsep pembelajaran sosial Bandura, bahwa anak belajar melalui observasi dan imitasi perilaku orang-orang di sekitarnya (dalam Handayani, 2020). Ketika anak melihat teman yang kesusahan dan spontan membantunya, proses pembelajaran sosial terjadi secara autentik tanpa intervensi langsung dari guru. Peran guru sebagai fasilitator—bukan pengontrol—terbukti lebih efektif dalam mengembangkan kemampuan sosial-emosional anak (Lestari, 2021; Gunawan, 2023).

Berbeda dengan studi Chandrawaty (2019) yang berfokus pada interaksi sosial secara umum, penelitian ini secara spesifik mengukur persentase peningkatan per indikator, sehingga memberikan gambaran yang lebih terperinci tentang area perkembangan yang paling responsif terhadap intervensi outdoor. Kegiatan berkebun dan permainan tradisional terbukti menjadi aktivitas paling efektif dalam mendorong kerja sama dan empati, karena kedua jenis kegiatan tersebut secara inheren memerlukan keterlibatan bersama dan kepedulian terhadap orang lain (Hadi, 2021; Pratiwi, 2021).

Temuan ini memiliki implikasi penting bagi praktik pembelajaran di lembaga PAUD: (1) kegiatan outdoor perlu diintegrasikan secara sistematis ke

dalam kurikulum, bukan sekadar sebagai kegiatan tambahan; (2) guru perlu mendapat pelatihan dalam merancang kegiatan outdoor yang terstruktur dan bertujuan; dan (3) orang tua perlu dilibatkan dalam memahami pentingnya pengalaman bermain di luar ruangan bagi tumbuh kembang anak.

KESIMPULAN

Kegiatan outdoor terbukti memberikan pengaruh positif yang signifikan terhadap seluruh indikator perkembangan sosial-emosional anak di TK Wejang Asi Mano, dengan peningkatan tertinggi pada kemampuan komunikasi (85%) dan terendah pada empati (70%). Tujuan penelitian tercapai melalui data observasi sistematis selama dua bulan. Keterbatasan penelitian terletak pada jumlah subjek yang terbatas (20 anak) dan satu lokasi sekolah. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain eksperimen dengan sampel yang lebih besar dari berbagai lembaga PAUD. Penulis berterima kasih kepada kepala sekolah dan guru TK Wejang Asi Mano atas dukungan penuh dalam pelaksanaan penelitian ini. Kontribusi penulis: Maria Dafriana Ince bertanggung jawab atas seluruh proses penelitian, mulai dari perancangan, pengumpulan data, analisis, hingga penulisan artikel.

Daftar Pustaka

- Amalia, R. (2020). Pengembangan perilaku sosial anak usia dini melalui kegiatan bermain. "Jurnal PAUD Nusantara", 5(2), 45–53.
- Ambarwati, R. (2023). Pengaruh lingkungan terhadap perkembangan anak usia dini. "Jurnal Pendidikan Dasar", 7(1), 45–54.
- Apriani, S. (2022). Pembelajaran berbasis lingkungan dalam pendidikan anak usia dini. "Jurnal Pendidikan Anak", 7(1), 12–20.
- Astuti, W. (2019). Peran orang tua dalam perkembangan sosial anak usia dini. "Jurnal Pendidikan Keluarga", 4(1), 30–38.
- Bifadlilah, A. (2023). Media pembelajaran kreatif untuk anak usia dini. "Jurnal Agapedia", 6(2), 88–96.

- Chandrawaty, T. (2019). Pengaruh kegiatan outdoor terhadap interaksi sosial anak. "Jurnal Pendidikan Usia Dini", 13(1), 101–110.
- Dewi, K. (2019). Lingkungan sekolah sebagai faktor perkembangan sosial anak. "Jurnal Pendidikan Anak", 5(2), 55–63.
- Fitriani, N. (2018). Perilaku sosial anak usia dini di PAUD. "Jurnal Ceria", 2(1), 22–29.
- Gunawan, F. (2023). Kompetensi guru dalam pembelajaran PAUD. "Jurnal Pedasud", 8(1), 10–18.
- Hadi, S. (2021). Permainan edukatif dalam pembelajaran anak usia dini. "Jurnal Palapa", 9(2), 66–75.
- Handayani, T. (2020). Pengembangan empati anak usia dini. "Jurnal Psikologi Anak", 3(2), 41–50.
- Hapsari, D. (2019). Pengaruh teman sebaya terhadap perkembangan sosial anak. "Jurnal Pendidikan Anak", 4(2), 77–85.
- Herminastiti, R. (2024). Lingkungan ramah anak dalam pendidikan usia dini. "Jurnal Innovative", 10(1), 1–10.
- Kurniawan, D. (2021). Interaksi sosial anak usia dini dalam pembelajaran kelompok. "Jurnal PAUD", 6(2), 90–98.
- Kusuma, L. (2022). Pembelajaran kreatif anak usia dini. "Jurnal Inovasi Pendidikan", 6(2), 70–78.
- Lestari, S. (2021). Peran guru dalam membentuk karakter anak usia dini. "Jurnal Pendidikan", 7(1), 25–33.
- Lilis, M. (2024). Strategi pembelajaran outdoor pada anak usia dini. "Jurnal PAUD Persada", 9(1), 15–24.
- Moleong, L. J. (2019). "Metodologi Penelitian Kualitatif" (Edisi revisi). PT Remaja Rosdakarya.
- Nurhayati, L. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan sosial anak. "Jurnal Psikologi Pendidikan", 6(2), 80–88.
- Pratiwi, A. (2021). Metode bermain kelompok pada anak usia dini. "Jurnal Pendidikan Anak", 8(1), 21–29.

- Putri, R. (2019). Interaksi sosial anak usia dini di lingkungan sekolah. "Jurnal PAUD", 3(1), 33–40.
- Rahayu, P. (2022). Perkembangan sosial emosional anak usia dini. "Jurnal Pendidikan Anak", 8(2), 70–79.
- Rahmawati, E. (2020). Pembelajaran sosial anak usia dini. "Jurnal Pendidikan", 6(1), 20–28.
- Safitri, E. (2020). Kerja sama anak usia dini dalam kegiatan bermain. "Jurnal PAUD", 5(2), 50–58.
- Sari, D. (2020). Perilaku sosial anak usia dini. "Jurnal PAUD Indonesia", 4(1), 15–23.
- Setiawan, D. (2024). Perkembangan sosial emosional anak usia dini. "Jurnal Tunas Siliwangi", 10(2), 100–108.
- Siregar, F. (2019). Sosial emosional anak usia dini. "Jurnal Pendidikan", 5(1), 44–52.
- Sugiawati, N. (2021). Pembelajaran berbasis bermain pada PAUD. "Jurnal Pendidikan Anak", 7(2), 55–63.
- Sugiyono. (2019). "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D". Alfabeta.
- Wulandari, D. (2021). Konflik sosial pada anak usia dini. "Jurnal Psikologi Anak", 4(1), 35–43.
- Yuliana, S. (2019). Disiplin anak usia dini. "Jurnal Pendidikan Karakter", 3(2), 60–68.
- Zahra, A. (2022). Pengaruh aktivitas luar ruangan terhadap perkembangan anak. "Jurnal PAUD Modern", 6(1), 10–18.