

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Deskripsi Teori Dasar

##### 1. Pendidikan Anak Usia Dini

Pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan. (Yufiarti, 2018: 16)

Makna dari pasal diatas adalah anak pada rentan usia 0-6 tahun merupakan sasaran PAUD Batasan umur ini lazim diterima orang (paling tidak di indonesia), dan umumnya merujuk pada usia sebelum sekolah dasar (usia wajib belajar) Menurut salah satu organisasi profesional untuk pendidikan anak usia diri (*National Association For The Education Of Young Children/NAEYC*) juga sependapat bahwa rentang usia dini adalah 0-8 tahun

Menurut pendapat marison, anak usia dini adalah anak yang memiliki usia antara 0-8 tahun Batasan usia ini merupakan acuan yang digunakan NAEYC (*Nasional Association For The Education Of Young Children*) Ditinjau dari ini anak usia dini adalah sekelompok yang berada pada proses pertumbuhan dan perkembangan. Oleh

sebab itu, anak usia dini disyaratkan bahwa mereka merupakan seseorang yang unik mempunyai pola pertumbuhan dan perkembangan yakni dalam aspek fisik, kognitif, sosial-emosional, kreativitas, bahasa dan komunikasi sesuai dengan tahapan yang sedang mereka lalui (Wijaya, 2019: 16)

Menurut Suryana (2018: 69), pendidikan anak usia dini sebagaimana yang dikemukakan oleh Hartoyo dalam Mansur mencakup tiga poin pokok yakni:

- a. Pendidikan anak usia dini adalah memberikan upaya untuk menstimulasi, membimbing, mengesuh dan memberi kegiatan pembelajaran yang menghasilkan kemampuan dan keterampilan pada anak
- b. Pendidikan anak usia dini merupakan suatu bentuk penyelenggaraan yang melibatkan pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan fisik (koordinasi motorik kasar), kecerdasan (daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, dan kecerdasan spiritual), sosial-emosional (sikap perilaku serta agama), bahasa dan komunikasi
- c. Berdasarkan dengan keunikan dari pertumbuhan pendidikan anak usia dini disesuaikan dengan perkembangan yang dilalui anak. Ditinjau dari paparan yang sudah dijelaskan oleh beberapa para ahli maka penulis dapat menarik kesimpulan tentang pengertian

dari pendidikan anak usia dini yakni pada prinsipnya mereka menyediakan pendidikan untuk anak supaya terciptanya tumbuh kembang secara optimal melalui berbagai program pendidikan anak usia dini mulai dari

## **2. Permainan *Outbound***

### **a. Pengertian Bermain**

Menurut Smith and Pellegrini bermain merupakan kegiatan yang dilakukan untuk kepentingan diri sendiri, dilakukan dengan cara yang menyenangkan, tidak diorientasikan pada hasil akhir, fleksibel, aktif dan positif. Oleh sebab itu, bermain bukan dilakukan demi menyenangkan orang lain tetapi karena keinginan dari diri sendiri. (Musfiroh , 2016: 1-5)

Menurut Lev Vygotsky bermain merupakan perkembangan anak terutama pada aspek berfikir, anak tidak bisa menguasai pengetahuan karena kematangan, tetapi karena adanya interaksi aktif dengan sekitar. Menurut perspektif ini bermain memiliki ruang bagi anak melalui interaksi aktif dari berbagai aspek pengetahuan yang terlibat seperti fungsi dan peran. Anak merupakan seorang yang aktif melalui proses bermain bisa melibatkan anak untuk membangaun suatu konsep yang dibutuhkan yakni memahami berbagai bentuk benda, karakteristik benda, dan fungsi benda. Anak juga

akan membangun konsep abstrak seperti aturan, nilai, dan kultur. (Musfiroh, 2016: 1-11)

Menurut Froebel bermain adalah cara anak belajar atau cara anak berbuat. Anak didik bukanlah suatu yang pasif yang bisa menerima apa saja yang diberikan kepadanya, melainkan ikut ambil bagian dalam pendidikan. Peran itu ada pada berbagai hal yakni bermain, bernyanyi, menggambar dan memelihara tanaman. Maka bermain menjadi metode andalan di dalam pendidikan anak. (Musfiroh, 2016: 1-10)

Bermain adalah sarana sosialisasi agar anak diharapkan mendapatkan kesempatan untuk anak menemukan, mengeksplorasi, berkreasi dapat mengekspresikan perasaan dan mendapatkan pembelajaran yang menyenangkan. (Hayati, 2020: 54)

Dari beberapa pendapat yang sudah dijelaskan oleh para ahli, maka akan penulis simpulkan pengertian tentang bermain itu adalah suatu kegiatan dengan atau tanpa menggunakan alat untuk memberikan kesenangan maupun mengembangkan imajinasi pada anak. Semua bentuk kegiatan bermain yang dilakukan ketika disekolah mempunyai nilai positif untuk tumbuh kembang pada peserta didik

b. ***Outbaund Kids***

*Outbaund Kids* adalah serangkaian kegiatan luar ruang (*outdoor activity*) yang dirancang khusus untuk anak-anak dengan tujuan melatih keberanian, kemandirian, kerja sama, serta pengembangan kemampuan fisik dan motorik anak secara menyenangkan. (Rahmasari, 2025), *outbound* anak merupakan metode pembelajaran yang berbasis pengalaman (*experiential learning*) melalui permainan aktif yang menstimulasi aspek motorik, kognitif, dan sosial-emosional anak.

Kegiatan *Outbound Kids* adalah bentuk pembelajaran di luar kelas (*outdoor education*) yang dirancang untuk menstimulasi perkembangan anak usia dini secara fisik, sosial, emosional, dan kognitif melalui permainan yang bersifat eksperiensial (*learning by doing*).

Menurut Sujiono (2009: 75), pembelajaran pada anak usia dini harus dilakukan melalui kegiatan yang bermakna dan menyenangkan, di mana anak belajar melalui bermain dan pengalaman langsung. Kegiatan *outbound* merupakan salah satu bentuk pembelajaran yang sesuai dengan prinsip ini karena melibatkan anak secara aktif.

Teori Piaget menekankan bahwa anak membangun pengetahuan melalui interaksi aktif dengan lingkungan. Dalam kegiatan *outbound*, anak menemukan konsep baru melalui eksplorasi, kerja sama, dan tantangan fisik sederhana.

Pendapat dari Shintya (2015: 2-3), menyatakan bahwa metode *outbound* merupakan metode efektif yang bisa membangun pemahaman konsep dan perilaku anak. Dalam membangun konsep perilaku metode *outbound* memiliki fungsi sebagai terapi seperti hubungan kerja sama antar individu maupun kelompok yang bisa memberikan solusi pada permasalahan yang dihadapi mereka. Modal sosialnya yaitu jaringan dari suatu hubungan aktif dari manusia yang saling percaya antar satu sama lain.

*Outbound* merupakan suatu metode pembelajaran yang dilakukan di alam terbuka, dan penggunaannya dianggap memberikan efek positif terhadap kesuksesan belajar. Tujuan dari metode *outbound* mencakup beberapa aspek, seperti: Mengatasi Kesulitan dalam Hubungan Sosial, Meningkatkan Konsep Diri Anak anak, Berperan Aktif dengan Memberikan Diri, Meningkatkan Ketahanan Fisik. Melalui kombinasi tantangan fisik dan sosial di alam terbuka, metode *outbound* mendorong pengembangan berbagai

keterampilan dan nilai positif pada anak-anak. Dengan demikian, kegiatan ini dapat dianggap sebagai cara yang efektif untuk mendukung pertumbuhan holistik anak-anak dalam suasana pembelajaran yang menyenangkan dan interaktif.

Metode *outbound* menggunakan cara yang memberikan sebuah pengalaman langsung kepada anak. Anak langsung merasakan sukses atau gagal di dalam pelaksanaan sebuah tugas, karena anak terlibat langsung secara kognitif, afektif dan psikomotorik. Jadi, metode *outbound* merupakan suatu upaya proses belajar dan berlatih, yang bertujuan untuk menumbuhkan keterampilan tertentu pada anak usia dini. (Yunaida dan Rosita, 2018)

Kegiatan *outbound* untuk anak usia dini biasanya disesuaikan dengan kemampuan dan usia anak, seperti permainan rintangan, jembatan gantung sederhana, *flying fox mini*, berjalan di atas tali, merangkak di lorong, atau lomba estafet. Permainan ini tidak hanya menyenangkan tetapi juga melatih koordinasi tubuh, keseimbangan, kekuatan otot, serta keberanian anak.

c. Tujuan Permainan *Outbaund Kids* dalam Pendidikan Anak Usia Dini

Ada beberapa tujuan yang bisa didapatkan dan permainan *outbound* untuk pengembangan keterampilan sosial pada anak antara lain: (Sri, 2019: 125)

1) *Team Building*

Team building merupakan suatu bentuk kerja sama tim untuk dapat mencapai tujuan bersama

2) *Team Work*

Team work merupakan suatu bentuk kerja sama tim untuk dapat mencapai tujuan bersama

3) Melatih Komunikasi

Komunikasi sebagai suatu proses serta tata cara menyampaikan informasi yang tepat kepada seseorang atau kelompok

4) Meningkatkan Kemampuan Leadership

Leadership merupakan kekuatan proses dalam memimpin seseorang atau kelompok untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan

5) Meningkatkan Konsentrasi

Konsentrasi merupakan suatu proses peningkatan suatu daya cipta ataupun suatu ide baru untuk dikembangkan.

6) Meningkatkan Kreativitas

Kreativitas merupakan suatu proses peningkatan suatu daya cipta ataupun suatu ide baru untuk dikembangkan.

7) Meningkatkan Kemampuan Untuk Membuat Strategi

Strategi planning merupakan suatu perencanaan dari segi manajemen untuk mencapai sasaran atau tujuan.

8) Meningkatkan Kemampuan Menganalisis

Analisis merupakan kemampuan untuk menelaah atau menyelidiki sesuatu, sehingga suatu masalah lebih mudah untuk dipahami serta dipecahkan.

9) Meningkatkan Rasa Percaya Diri

*Confidence* merupakan peningkatan rasa percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya, sehingga akan lebih mudah dalam mengambil keputusan

Tujuan dan Manfaat *Outbound* Kids.

Menurut Wiyani (2016: 112), kegiatan *outbound* pada anak usia dini bertujuan untuk:

- a) Mengembangkan kemandirian dan rasa percaya diri;
- b) Menumbuhkan kerjasama dan tanggung jawab;
- c) Melatih motorik kasar dan halus;
- d) Meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah;
- e) Mengasah kontrol emosi dan empati terhadap teman.

d. Prinsip *Outbound Kids*

Kegiatan *outbound* memiliki prinsip belajar sambil bermain, yang sangat sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Menurut Hurlock, anak-anak belajar paling baik ketika mereka aktif terlibat secara fisik dalam pengalaman langsung. Tujuan utama dari *outbound* anak di antaranya adalah:

- 1) Mengembangkan kemampuan fisik motorik anak
- 2) Menumbuhkan kepercayaan diri dan kemandirian
- 3) Melatih keberanian dan ketangguhan
- 4) Meningkatkan keterampilan sosial dan kerja sama

Prinsip ini sejalan dengan pendekatan pembelajaran anak usia dini yang menekankan pada aktivitas bermain sebagai sarana utama belajar.

e. Tahapan Pelaksanaan *Outbound Kids*

1) Tahap Persiapan

- a) Menentukan tujuan yang hendak dicapai Sebuah kegiatan *outbound* hal pertama yang harus di sepakati adalah adanya tujuan yang jelas dalam melaksanakan sebuah kegiatan, apabila tanpa tujuan yang jelas maka akan sulit dan aktifitas yang akan dikerjakan asal-asalan. Adanya tujuan tersebut dapat kita tentukan dari masalah-masalah anak yang sering muncul disekolahan atau disekitar lingkungannya.

b) Mensurvei lokasi yang akan digunakan untuk *outbound*

Survey lokasi untuk kegiatan *outbound* sangat penting, karena di lokasi tersebut kita dapat melihat permainan yang akan dilakukan disana dan posisi tempat yang mendukung untuk melakukan permainan. ketersediaan alat yang dibutuhkan atau mungkin benda yang tersedia disana bisa untuk dimanfaatkan untuk membantu permainan *outbound*.

c) Mempersiapkan materi dan alat permainan yang akan digunakan sesuai tujuan yang hendak dicapai

Untuk ketersediaan alat yang akan dibutuhkan tidaklah mahal cukup menggunakan alat yang sederhana dan dikreasikan semaksimal mungkin agar terlihat menarik untuk anak-anak serta dapat mengantarkan pada tujuan yang akan dicapai.

d) *Check and recheck* peralatan yang akan digunakan

Pengecekan alat yang akan digunakan sebisa mungkin sudah terpenuhi semua sehingga dalam pelaksanaannya bisa berjalan dengan lancar.

e) Setting arena permainan

Setting untuk area kegiatan *outbound* sesempurna mungkin beri kreasi atau tema dilingkungan permainan untuk menambah semangat anak-anak dalam melaksanakan *outbound*, dari segi alat yang

akan digunakan harus lengkap sesuai dengan yang dibutuhkan sehingga saat hari pelaksanaan tiba semua sudah tersedia.

## 2) Tahap Pelaksanaan

### a) Permainan pengantar *Outbound For Kids*

Pengantar berfungsi mengantarkan atau mempersiapkan para peserta kegiatan *outbound* agar mereka tidak kaku, kaget atau enggan. Berharap dengan permainan ini akan tercipta suasana yang santai, kompak dan saling mengenal satu sama lain.

### b) Permainan pengelompokan

Pengelompokan permainan diharapkan peserta akan lebih aktif dan bisa saling mengenal satu sama lain agar timbul adanya kekompakan dalam tim.

### c) Permainan inti *Outbound For Kids*

Dalam permainan inti diberikan pengantar atau penyampaian yang bertujuan untuk mencapai masalah perkembangan diri seperti kemandirian, percaya diri, belajar bekerja sama, akhlak atau masalah sosial lainnya.

### d) Kristalisasi

Selesai permainan *outbound* ajak mereka untuk berkumpul dan berdiskusi dan tanyakan bagaimana perasaan mereka setelah melakukan kegiatan *outbound* apakah sulit atau tidak, mulai dari faktor

teknis dan non teknis. Hal tersebut dapat membantu kita untuk lebih meningkatkan kegiatan *outbound* untuk kedepannya

### 3) Tahap Evaluasi

Dalam tahapan ini bertujuan untuk mengetahui apakah kegiatan *outbound* tercapai atau tidak mulai dari faktor kelemahan dan proses apakah permatanaan berjalan dengan baik atau tidak. Hal ini perlu dilakukan dalam rangka melihat keberhasilan dari sebuah rencana dan untuk melakukan perbaikan dan peningkatan

#### f. Indikator Permainan *Outbound*

Ada beberapa Indikator dari permainan *outbound* ini antara lain:

- 1) Anak menunjukan keaktifan dalam permainan.
- 2) Anak bersikap empati terhadap teman
- 3) Anak bersikap sportif didalam permainan
- 4) Anak mampu bekerja sama di dalam kelompok
- 5) Anak dapat berkomunikasi baik dengan teman
- 6) Anak percaya diri di dalam melakukan permainan
- 7) Anak selalu mencoba dan pantang menyerah.

(Hermawati,D.S, 2016:7).

#### g. Langkah-Langkah Permainan *Outbound*

Menurut Sri Nurlaily ada beberapa jenis permainan *outbound* di dalam dunia pendidikan anak usia dini

yakni sebagai berikut Tangga Curam (*Gradient Ledder*), Jembatan dua garis curam (*Two Line Gridge Gradient*), Panjat dinding/memanjat tembok (*Climbing Wall*). Karet Estafet/Karet Berantai, Ular Balon (*Snack Water*), Jaring Laba-laba (*Spider Net*). Halang Rintang, Bola Estafet, *Flying Fox*, *The Opposite*, berjalan diatas jembatan yang terbuat dari bilah bambu, menjala ikan, mencari harta karun, instalasi jerabatan hati (*Hight Roof*), dan lainnya (Sri, 2019: 127).

Dari berbagai reverensi jenis permainan *Outbaund Kids* diatas, dan juga peneliti sudah melakukan observasi dan wawancara kepada salah satu guru di PAUD Harapan Bangsa Desa Lokasi Baru kelompok B mengatakan bahwa yang paling sering diterapkan untuk pengembangan Fisik Motorik adalah dengan kegiatan *Outbaund Kids Snack Water* yang dilakukan Setiap minggu pada hari Jum'at, maka penulis memilih permainan ini yang akan dilakukan saat penelitian untuk diterapkan pada Pelaksanaan *Outbond Kids* melalui *Snack water* dalam pengembangan fisik motorik kelompok B PAUD Harapan Bangsa Desa Lokasi Baru yaitu: (Aini dan Sobah, 2022: 42).

#### 1) Ular Balon (*Snake Water*)

Permainan ular balon adalah lomba kekompakan tim di mana setiap tim berbaris seperti ular dengan balon

di antara tubuh peserta, dan tim yang paling cepat menyelesaikan lintasan dengan balon utuh adalah pemenangnya. Aturannya adalah peserta harus menjaga balon tetap terjepit tanpa jatuh atau tersentuh tangan, dan tim yang balonnya pecah atau jatuh akan gugur.

Jumlah Peserta : 5-6 Orang Perkelompok

Lama Permainannya : 10-20 Menit

Lokasi : *Outdoor*

Perlengkapan

- a) Balon Masing-Masing kelompok enam buah
- b) Pompa balon
- c) Air
- d) Keranjang

Instruksi

- a) Tiap kelompok dibariskan di belakang garis yang sudah di buat dengan gurunya, setiap kelompok bersiap siap dan mendengarkan aba-aba /pluit.
- b) Tiap kelompok di beri balon 5 sampai dengan 6 balon yang telah di isi air dan di tiup sebesar bola.
- c) Balon di yang sudah di tiup di letakkan di dalam keranjang yang telah di siapkan.
- d) Tiap kelompok bersiap siap menunggu aba-aba dari gurunya.
- e) Aturan main:

- 1) Semua kelompok harus fokus ke balonnya masing-masing.
- 2) Setiap anggota kelompok harus sigap dan bersiap siap menunggu temannya.
- 3) Tiap kelompok yang berbaris paling depan di setiap kelompok bersiap siap mengambil balon yang telah di siapkan di garis finis dan memberikannya ke teman yang ada ada di barisan ke dua dan menaruh balon di antara sela-sela pinggang belakang teman yang pertama dan perut yang nomor dua dan begitu selanjutnya sampai ke nomor 4 ke nomor 5.
- 4) Tiap kelompok harus memperhatikan kekompakan ketika salah satu balon jatuh maka permainan akan langsung di nyatakan kalah.

### **3. Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini**

#### **a. Definisi Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Din**

Proses motorik didefinisikan sebagai gerakan yang memerlukan gerakan otot dan kemampuan menggerakkan tubuh (kaki, tangan, tungkai). Harlock (1978) mendefinisikan perkembangan motorik sebagai perkembangan elemen pematangan yang mengontrol gerakan tubuh, dan mendefinisikan otak sebagai pusat gerakan. Gerakan dibagi menjadi gerakan kasar dan halus. Perkembangan motorik anak didefinisikan sebagai

proses pematangan yang membahas berbagai aspek bentuk atau fungsi, termasuk perubahan sosial dan emosional. (Aguswan, 2022: 16).

Perkembangan fisik motorik anak usia dini mencakup dua aspek utama: motorik kasar. Motorik kasar melibatkan gerakan otot-otot besar seperti berjalan, melompat, berlari, dan memanjat.

Pertumbuhan dan perkembangan fisik akan mempengaruhi bagaimana anak itu memandang dirinya sendiri dan bagaimana dia memandang orang lain. Perkembangan fisik motorik adalah semua gerakan yang mungkin dilakukan oleh seluruh tubuh. (Idris 2016). Perkembangan motorik diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh dan perkembangan tersebut erat kaitannya dengan perkembangan pusat motorik di otak.

Aktivitas *outbound* banyak melibatkan gerakan tubuh secara menyeluruh, sehingga sangat efektif untuk melatih dan merangsang perkembangan motorik kasar anak. Kegiatan seperti melompat ban, merayap, atau memanjat dapat memperkuat otot, meningkatkan koordinasi dan keseimbangan tubuh anak.

- b. Karakteristik keterampilan gerakan motorik anak usia
  - 1) Keterampilan Koordinasi Gerakan Motorik Kasar

Keterampilan koordinasi motorik kasar meliputi kegiatan seluruh tubuh atau sebagian tubuh. Keterampilan koordinasi motorik kasar mencakup ketahanan, kecepatan, kelenturan, ketangkasan, keseimbangan dan kekuatan. Keterampilan koordinasi motorik kasar dapat dibagi ke dalam tiga kelompok, yaitu:

a) Keterampilan lokomotor.

Meliputi gerak tubuh yang berpindah tempat yaitu: berjalan, berlari, melompat, meluncur, berguling, menderap, menjatuhkan diri, dan bersepeda. Keterampilan lokomotor membantu mengembangkan kesadaran anak akan tubuhnya dalam ruang. Kesadaran ini disebut kesadaran persepsi motorik yang meliputi kesadaran akan tubuh sendiri, waktu, hubungan ruang (spasial), konsep arah, visual, dan pendengaran. Kesadaran ini akan terlihat dari usaha anak meniru gerakan-gerakan anak lain atau gurunya.

b) Keterampilan Nonlokomotor

Yaitu menggerakkan anggota tubuh dengan posisi tubuh diam di tempat, seperti: berayun, mengangkat, bergoyang, merentang, memeluk,

melengkung, memutar, membungkuk, mendorong. Keterampilan ini sering dikaitkan dengan keseimbangan atau kestabilan tubuh, yaitu gerakan yang membutuhkan keseimbangan pada taraf tertentu.

#### c) Keterampilan Manipulatif

Meliputi penggunaan serta pengontrolan gerakan otot-otot kecil yang terbatas, terutama yang berada di tangan dan kaki. Keterampilan gerakan manipulatif, antara lain meregang, memeras, menarik, merit genggam memotong, meronce, membentuk, menggunting, dan men is. Keterampilan memproyeksi, menangkap, dan menerima, keterampilan ini dapat dilihat pada waktu anak menangkap bola, menggiring bola, melempar bola, menendang bola, melambungkan bola, memukul dan menarik.

Pengembangan seluruh aspek perkembangan anak, maka yang dilakukan di taman kanak-kanak adalah mengembangkan jasmani anak dan bukan mengajarkan olahraga. Pengembangan jasmani pada anak TK menitikberatkan pada latihan gerak yang sifatnya informal dan bebas sehingga anak dapat menguasai gerakan-gerakan dasar yang sifatnya

informal dan bebas sehingga anak dapat menguasai gerakan-gerakan dasar yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan diri selanjutnya. Mereka dilatih agar mampu menggunakan otot-ototnya dengan baik agar mereka lebih tangkas di dalam gerakan-gerakannya. (Dadan Suryana, 2023 : 162).

Rudolf Laban, seorang ahli mengemukakan bahwa gerakan yang diajarkan pada anak prasekolah selalu berkaitan dengan hal-hal berikut:

1) Waktu.

Yang dimaksud dengan waktu berkaitan dengan cepat lambat, misalnya, gerakan yang dilakukan oleh seluruh atau sebagian tubuh dengan kecepatan yang berbeda.

2) Beban.

Gerakan dapat diberikan dalam bentuk gerakan yang berat, ringan, atau sedang.

3) Ruang

Gerakan juga berkaitan dengan ruang, yaitu sejauh mana gerakan tubuh itu menggunakan ruang dalam pelaksanaannya. Tubuh atau sebagian tubuh dapat digerakkan ke berbagai arah, misalnya maju ke depan, mundur ke belakang, dan melangkah ke samping.

#### 4) Alur.

Gerakan adalah sesuatu yang berkesinambungan yang mengalir dari suatu gerak tertentu ke gerak lainnya. Gerakan juga merupakan suatu kesatuan yang mempunyai alur yang indah yang meliputi gerakan seluruh tubuh, gerakan beberapa bagian tubuh atau yang berkaitan dengan orang ataupun objek lainnya.

#### c. Tujuan Pengembangan Fisik-Motorik dalam PAUD

Menurut Wiyani (2016: 89), tujuan pengembangan fisik-motorik di lembaga PAUD adalah:

- 1) Mengembangkan keterampilan gerak dasar (lokomotor, non-lokomotor, manipulatif);
- 2) Meningkatkan keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi tubuh;
- 3) Meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani;
- 4) Menanamkan kedisiplinan dan kepercayaan diri anak.

#### d. Indikator Pengembangan Fisik-Motorik Anak Usia Dini

##### 1) Motorik Kasar

Kemampuan menggerakkan otot-otot besar, seperti berjalan, berlari, melompat, memanjat, dan menendang.

Menurut Sujiono (2011: 18), motorik kasar berkembang melalui kegiatan yang melibatkan

seluruh tubuh dan sangat dipengaruhi oleh aktivitas fisik serta koordinasi gerak.

- a) Anak dapat berlari lurus tanpa jatuh. Anak bisa melompat jauh ke depan  $\pm 40-60$  cm.
- b) Anak mampu melempar dan menangkap bola dengan baik.
- c) Anak dapat berdiri dengan satu kaki selama beberapa detik.
- d) Anak bisa memanjat atau naik-turun tangga tanpa bantuan (Depdiknas, 2007:25-27).
  - a) Anak dapat menggambar bentuk sederhana (lingkaran, segitiga, orang sederhana). Anak bisa menggunting kertas mengikuti pola garis lurus atau lengkung.
  - b) Anak mampu menulis/menyalin huruf dan angka sederhana.
  - c) Anak bisa mengancingkan baju, membuka resleting, atau mengikat tali sepatu.
  - d) Anak dapat menyusun balok menjadi menara/gedung sederhana. (Sujiono, 2009: 56-58).

e. Tahapan Perkembangan Fisik-Motorik Anak Usia 5–6 Tahun

1) Motorik Kasar

- a) Berlari cepat, berhenti mendadak, berbelok tanpa jatuh.
  - b) Melompat ke depan 60 cm dengan kedua kaki.
  - c) Berdiri dengan satu kaki selama 8–10 detik.
  - d) Melempar dan menangkap bola dengan lebih terarah.
  - e) Mampu mengendarai sepeda roda tiga/empat.
  - f) Senang aktivitas fisik seperti menari, memanjat, dan bermain kejar-kejaran.
- f. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Fisik-Motorik Anak Usia Dini

1) Faktor Hereditas (Genetik)

Anak mewarisi potensi fisik, tinggi badan, kekuatan otot, serta koordinasi gerak dari orang tua.

2) Nutrisi/Gizi

Asupan gizi yang baik (protein, vitamin, mineral) mendukung pertumbuhan otot, tulang, dan stamina fisik. (Sujiono, 2009: 59).

3) Kesehatan

Anak yang sering sakit, kurang tidur, atau mengalami gangguan kesehatan akan terhambat perkembangan motoriknya. (Hurlock, 1997: 152).

#### 4) Lingkungan Fisik

Anak yang tinggal di lingkungan dengan ruang gerak luas (halaman, taman bermain) akan lebih banyak berlatih motorik. (Santrock, 2007 : 236)

#### 5) Latihan terarah dari orang tua/guru (misalnya bermain bola, menggambar, memanjat) mempercepat kematangan motorik. (Sujiono, 2009: 60) .

#### 6) Status Sosial Ekonomi

Anak dari keluarga dengan kondisi ekonomi baik cenderung mendapat gizi, fasilitas bermain, dan stimulasi yang lebih memadai. (Hurlock, 1997 : 153)

#### 7) Budaya dan Kebiasaan

Nilai budaya memengaruhi aktivitas motorik anak. Misalnya, budaya yang membiasakan anak bergerak aktif (menari, olahraga) membuat perkembangan lebih optimal. (Sujiono, 2009 : 61).

#### g. *Outbound Kids* sebagai Metode Pengembangan Motorik Anak

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kegiatan *outbound* dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan fisik motorik anak. Misalnya, penelitian oleh Sulastri (2020) menyimpulkan bahwa anak-anak yang rutin mengikuti kegiatan *outbound* menunjukkan peningkatan signifikan dalam kemampuan motorik kasar dibandingkan anak yang tidak mengikuti kegiatan serupa.

*Outbound* juga menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan menantang, sehingga anak-anak lebih antusias dan termotivasi untuk bergerak aktif. Hal ini penting karena aktivitas fisik yang rutin dan terstruktur di usia dini dapat membentuk pola hidup sehat dan aktif sejak dini.

Dalam praktik pembelajaran PAUD, teori fisik-motorik diterapkan melalui berbagai kegiatan seperti:

- a. Bermain bola, meniti papan keseimbangan, melompat-lompat (motorik kasar);
- b. *Outbound* anak, senam irama, tari anak, dan permainan tradisional.

Menurut Sujiono (2011: 44), guru harus menyediakan kegiatan yang terarah dan berulang agar stimulasi fisik dan motorik anak berkembang optimal.

Mendidik dan mengajar dengan cara atau metode yang tepat, perlu memperhatikan perkembangan anak didik, khususnya di TK di mana anak merupakan subjek didik yang mempunyai karakteristik khusus, baik perkembangan inte-lektual, perkembangan sosial, perkembangan fisik, maupun perkembangan bahasa. Untuk itu, guru TK perlu memiliki pengetahuan dan menguasai tentang metode mengajar dan teknik-teknik penyampaian serta langkah-langkah pelaksanaannya. Dalam usaha pengembangan kemampuan fisik di TK, tidak ada metode khusus yang

digunakan guru untuk mempelajari suatu keterampilan, namun melalui kegiatan bela-jar dengan mencoba-coba dan mengamati, mencontoh orang lain, serta latihan dengan bimbingan guru.

Di TK yang menjadi titik tolak adalah usaha mengembangkan anak secara menyeluruh dan bukan semata-mata mengajarkan isi program dan kegiatan bermain sebagai alat pengembangan. Bukan pelajaran te-ori bermain atau gerak yang kita berikan, tetapi apa yang dikembangkan pada anak melalui kegiatan bermain. Para ahli pendidikan anak dari berbagai negara menyatakan bahwa bermain merupakan cara un-tuk meningkatkan ketepatan gerakan anak dan mengajar dirinya meng-atasi kesulitan-kesulitan yang praktis. (Hurlock, 1978 : 171)

## **B. Hasil Penelitian Yang Relevan**

### **1. Penelitian oleh Wulandari et al (2022)**

Wulandari melakukan penelitian tentang pengaruh kegiatan *outbound* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini di salah satu PAUD di Bandung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang rutin mengikuti kegiatan *outbound* mengalami peningkatan kemampuan motorik kasar yang signifikan, seperti kemampuan berlari, melompat, dan keseimbangan. Selain itu, kegiatan *outbound* juga meningkatkan kepercayaan diri dan semangat anak dalam beraktivitas fisik.

2. Penelitian oleh Sari dan Prasetyo( 2020)

Sari dan Prasetyo meneliti implementasi *Outbaund Kids* sebagai metode pembelajaran aktif di PAUD. Mereka menemukan bahwa kegiatan *outbound* dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak secara optimal, serta membantu anak belajar bersosialisasi dan bekerja sama dengan teman-temannya. Penelitian ini menegaskan bahwa *outbound* bukan hanya bermanfaat untuk fisik, tetapi juga aspek sosial dan emosional anak.

3. Luthfi Aji Ramdani dan Nur Azizah (2020)

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas permainan *outbound* sebagai aktivitas fisik untuk mengembangkan motorik kasar pada anak. Penelitian Luthfi Aji Ramdani dan Nur Azizah menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penggunaan permainan *outbound* untuk anak usia 5-6 tahun. Implikasi dari penelitian yang dilakukan dengan melaksanakan aktivitas fisik pada anak dapat meningkatkan motivasi anak dalam pembelajaran dan meningkatkan kemampuan motorik kasar dalam pendidikan anak usia dini, serta perlunya dilaksanakan aktivitas fisik untuk anak di sekolah.

4. Rosa Octaviani, dkk (2023)

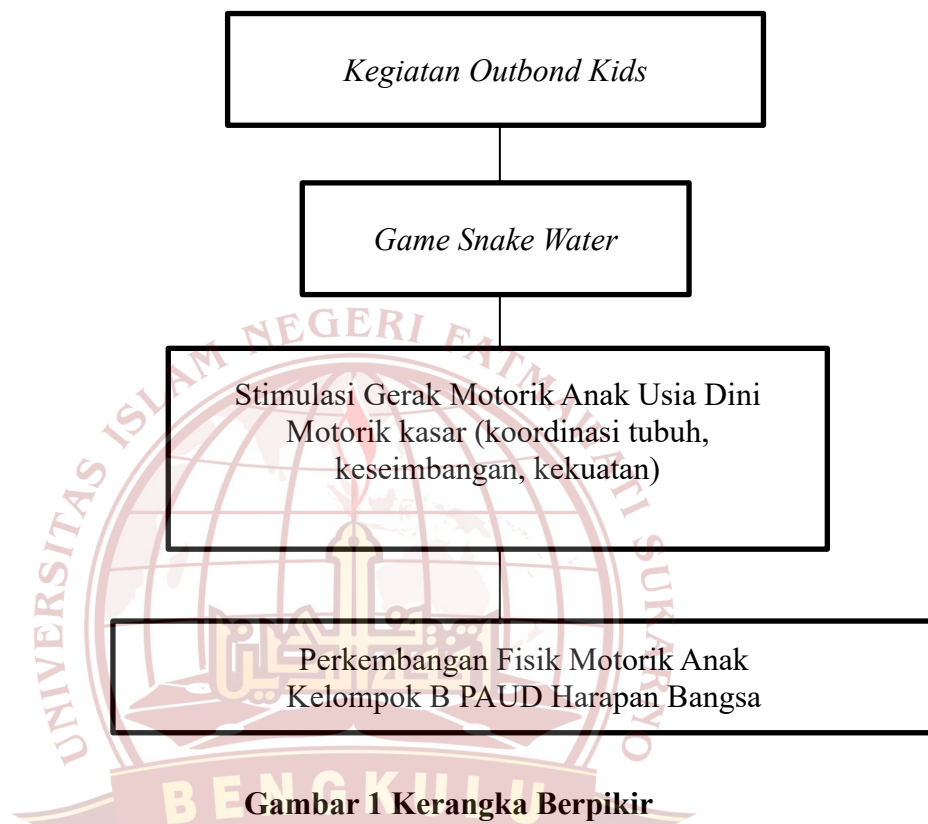
Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak aktivitas *outbound* untuk perkembangan fisik motorik anak usia dini. Hasil penelitian ini menunjukkan

bahwa aktivitas *outbound* memberikan dampak signifikan terhadap perkembangan fisik motorik anak usia dini. Aktivitas *outbound* sangat direkomendasikan karena tidak hanya dapat mengembangkan aspek fisik motorik saja, tetapi juga dapat mengoptimalkan perkembangan anak usia dini pada aspek kognitif, serta aspek sosial emosional.

5. Lita, dkk (2023)

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan yang menunjukkan bahwa perkembangan motorik kasar anak usia dini di Kelompok Bermain Bunda Balita Desa Kertajati pada umumnya masih sangat rendah. Hasil penelitian dimana menurut analisis menggunakan statistika deskriptif bahwa terjadi peningkatan perkembangan motorik kasar siswa setelah dilaksanakan permainan *outbond kids*. Hal tersebut juga diperkuat dengan hasil analisis menggunakan statistika inferensi, dimana hasil yang didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata skor pretest dan rata-rata skor posttest siswa.

### C. Kerangka Berfikir



**Gambar 1 Kerangka Berpikir**

Pengembangan sosial pada anak usia dini merupakan proses dimana anak saling berhubungan serta belajar berinteraksi dengan satu sama lain. Anak akan bisa mengembangkan keterampilan sosialnya dengan cara belajar berperilaku sesuai dengan nilai-nilai norma yang diterapkan orang lain di lingkungan sekitarnya. Penyesuaian itu akan membentuk sikap yang akan anak tampilkan, jika orang-orang di sekitarnya menunjukkan perilaku yang baik maka anak akan meniru perilaku tersebut maupun sebaliknya.

Pengembangan sosial pada anak usia dini mengikuti suatu pola, serta suatu urutan perilaku yang teratur. Situasi sosial yang dikemas di dunia pendidikan hendaknya menunjukkan atau mencerminkan konsisten sehingga perilaku sosial pada anak dapat terjaga dengan baik. Jadi jika suatu situasi telah diciptakan dengan optimal untuk anak disekolah haruslah diikuti dengan menciptakan lingkungan sosial yang senada juga saat di rumah

Dengan dilakukannya rencana penelitian Pelaksanaan Kegiatan *Outbound* Dalam Pengembangan Fisik Motorik Kelompok B di PAUD Harapan Bangsa Desa Lokasi Baru Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma. Semoga para pendidik dan orang tua dapat bekerja sama dalam memaknai secara tepat dalam menciptakan pengembangan sosial pada anak-anak.

