

Pengaruh Metode Permainan *Outbound* terhadap Kemandirian Anak Usia 4-5 Tahun

Hasna Jihan Arifin, Khusnul Laely, Reza Edwin Sulistyaningtyas*
PGPAUD FKIP, Universitas Muhammadiyah Magelang, Magelang, Indonesia

*Corresponding Author: pgpaud@unimma.ac.id

Dikirim: 27-08-2025; Direvisi: 10-09-2025; Diterima: 11-09-2025

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode permainan *outbound* terhadap kemandirian anak usia 4-5 tahun pada siswa kelompok A di TK Islam Fahma, Kecamatan Salaman, Kabupaten Magelang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif sebagai metode dari desain penelitian eksperimental, menggunakan rancangan *one group pre-test and post-test*. Teknik sampling menggunakan sampling jenuh dengan subjek penelitian 18 anak pada kelompok A di TK Islam Fahma Kecamatan Salaman, Kabupaten Magelang. Observasi kemandirian anak digunakan untuk mengumpulkan data. Dalam penelitian ini, konstruk validitas dengan penilaian ahli atau ahli digunakan. Uji yang digunakan untuk analisis data adalah uji statistik *paired sample t-test* yang digunakan dengan program SPSS 29.0 *for Mac*. Data yang dikumpulkan menunjukkan bahwa penelitian dengan menggunakan metode permainan *Outbound* memberikan pengaruh pada kemandirian anak usia dini. Hasil uji t menunjukkan nilai sebesar -26.645 dengan tingkat signifikansi Sig.(2-tailed) sebesar 0,000(<0,05). Penelitian ini menunjukkan penemuan bahwa adanya perbedaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan atau *treatment*, dapat disimpulkan bahwa metode permainan *Outbound* berpengaruh pada kemandirian anak usia 4-5 tahun.

Kata Kunci: Permainan *Outbound*; kemandirian; anak usia dini

Abstract: The purpose of this study was to determine the effect of the outbound play method on the independence of children aged 4–5 years in Group A students at TK Islam Fahma, Salaman District, Magelang Regency. This study employed a quantitative approach as the method within an experimental research design, using a one-group pre-test and post-test design. The sampling technique applied was saturated sampling, with 18 children in Group A at TK Islam Fahma, Salaman District, Magelang Regency as the research subjects. Observation of children's independence was used to collect data. In this study, construct validity was assessed through expert judgment. The statistical test used for data analysis was the paired sample t-test with the SPSS 29.0 for Mac program. The collected data showed that using the outbound play method had an effect on early childhood independence. The t-test results showed a value of -26.645 with a significance level of Sig. (2-tailed) 0.000 (<0.05). This study revealed that there was a difference before and after the treatment was given, thus it can be concluded that the outbound play method influences the independence of children aged 4–5 years.

Keywords: outdoor games; independence; early childhood

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini adalah proses tumbuh kembang yang mencakup semua aspek fisik dan non-fisik anak dari usia lahir hingga enam tahun. Pendidikan anak usia dini memastikan perkembangan fisik, rohani, motorik, emosi, dan sosial anak dengan cara yang tepat dan sesuai untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Kurikulum berbasis kompetensi pendidikan anak usia

dini akan menghasilkan kemampuan dan keterampilan pada anak dengan mendorong, membimbing, mengasuh, dan menyediakan kegiatan pembelajaran. Seorang ahli Australia bernama Marjorry Ebbeck mengatakan bahwa pendidikan anak usia dini mencakup anak-anak dari lahir hingga usia delapan tahun (Dian, 2021).

Dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 146 tentang kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini menyatakan bahwa Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia 6 (enam) tahun yang dilakukan dengan pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2014)

Anak usia dini masuk kedalam usia emas, usia ini adalah periode usia yang sangat penting bagi anak-anak, karena perkembangan dan pendidikan anak pada rentang usia tersebut sangat menentukan tahap perkembangan selanjutnya. Aspek perkembangan anak usia dini ada 6 yaitu perkembangan nilai agama dan moral, perkembangan fisik motorik, perkembangan kognitif, perkembangan bahasa, perkembangan sosial emosional, dan perkembangan seni. Dari ke 6 aspek perkembangan anak usia dini tersebut, di dalam perkembangan sosial emosional ini terdapat salah satu aspek yaitu kemandirian. Hal ini adalah salah satu kompetensi yang diperlukan untuk bisa menjalankan aktivitas kehidupannya.

Kemandirian adalah komponen penting yang harus dimiliki setiap orang karena akan membantu mereka mencapai tujuan hidup mereka, mencapai kesuksesan, dan memperoleh penghargaan (Noviyanti & Wahyuningsih, 2024). Dampak negatif ketika anak-anak tidak memiliki kemandirian yang sama seperti individu, yang akan membuat sulit bagi mereka untuk mencapai hasil maksimal (Bibigul et al., 2015). Menurut Mustafa menyatakan bahwa kemandirian adalah kemampuan dari seseorang untuk mengambil suatu pilihan dan konsekuensi yang menyertainya (Trisnawati et al., 2021).

Kemandirian merupakan sebuah sikap yang dibentuk dengan adanya dorongan dan pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari. Seorang anak yang tidak dibiasakan untuk mandiri, selalu di bantu dalam semua kegiatan akan mengalami kesulitan pada saat mengambil keputusan, tidak dapat mengurus serta menolong diri sendiri. Kemandirian memiliki arti kebebasan dalam bertindak dan memiliki rasa tanggung jawab dengan pilihan yang telah dipilih oleh individu itu sendiri (Rizki & Nur, 2018). Menurut Yamin kemandirian termasuk pada aspek pengembangan sosial- emosional. Kompetensi dan hasil belajar yang ingin dicapai adalah kemampuan mengenal lingkungan alam, lingkungan sosial, peranan masyarakat dan menghargai keragaman sosial budaya, mampu mengembangkan konsep diri, sikap positif terhadap belajar, kontrol diri, rasa memiliki, motivasi dan kreativitas (Rantina, 2015).

Kemandirian adalah aspek yang berkembang dalam diri di setiap individu dengan berbagai bentuk yang beragam tergantung pada proses yang dialami masing-masing individu. Kemandirian sangat penting diajarkan pada anak usia dini dan dilakukan dengan memberi dorongan serta pembiasaan pada anak sehingga anak memiliki sikap mandiri dalam menjalankan kehidupan dimasa yang akan datang. Anak yang mulai mandiri pada umur 4-5 tahun akan lebih banyak berkembang pada sosial emosionalnya, anak akan lebih kreatif dan tanggung jawab pada saat guru memberikan kegiatan belajar didalam maupun diluar kelas. Dengan kemandiriannya anak-anak



dapat menghindari sifat ketergantungan pada orang lain dan dapat menumbuhkan keberanian dan keinginan untuk terus belajar.

Berawal dari pengamatan di TK Islam Fahma Salaman Kab. Magelang terdapat 8 anak dari 18 anak masih mempunyai tingkat kemandirian yang belum optimal dapat dilihat dengan masih banyak anak yang membutuhkan bantuan dalam aktivitas sehari-hari nya, seperti memakai dan melepas sepatu, memakai dan melepas baju, makan dan minum masih membutuhkan bantuan. Seharusnya anak usia 4 – 5 tahun sudah bisa melakukan aktivitas keseharian secara mandiri, namun kenyataannya di TK Islam Fahma sebagian masih memiliki tingkat kemandirian yang rendah, seperti yang dialami oleh sebagian anak yang belum bisa memakai dan melepas sepatu sendiri, memakai dan melepas baju sendiri. Hal ini dikarenakan kurangnya stimulasi dan latihan di rumah dan perkembangan motorik halus yang belum optimal.

Unsur-unsur yang menyertai kemandirian anak usia 4-5 tahun adalah sebagai berikut, memasang kancing dan resleting sendiri, memasang dan membuka tali sepatu sendiri, mampu makan sendiri, berani pergi dan pulang sendiri (bagi yang dekat dengan sekolah), mampu memilih benda untuk bermain, mampu mandi, BAK, BAB (*toilet training*) masih dengan bantuan, mampu mengerjakan tugas sendiri, bermain sesuai dengan jenis permainan yang dipilihnya, mengurus dirinya sendiri dengan bantuan, misalnya: berpakaian (Naimah et al., 2022). Teori yang mendasari bahwa kegiatan outbound dapat mempengaruhi perkembangan kemandirian antara lain menurut J. Richard Hackman, outbound dapat meningkatkan Kerjasama, komunikasi, dan kemampuan memecahkan masalah melalui aktivitas bermain, petualangan yang menyenangkan. Pada anak usia 4-5 tahun outbound lebih difokuskan untuk melatih keberanian dan kemandirian sesuai tahap perkembangan mereka. Menurut Erikson kegiatan outbound memberi ruang bagi anak untuk mencoba hal baru dan mengembangkan rasa percaya diri. Menurut teori *experiential learning* (Kolb 1984) pengalaman langsung yang melibatkan fisik dan emosi akan lebih efektif dalam membentuk ketrampilan hidup termasuk kemandirian. Dibandingkan dengan makna kemandirian bagi orang dewasa, indikator kemandirian pada anak usia dini masih sangat sederhana, sesuai dengan tingkat perkembangan mereka.

Upaya dalam menstimulasi kemampuan kemandirian yang ada di TK Islam Fahma dengan pembiasaan sehari-hari, menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung untuk eksplorasi, namun upaya tersebut masih belum optimal karena kegiatan permainan di TK Islam Fahma belum bervariasi karena pendidik lebih sering melakukan pembelajaran dan bermain di dalam kelas, sehingga tempatnya terbatas dan ruang gerak anak kurang bebas.

Untuk mengatasi masalah kurangnya variasi dalam pembelajaran tersebut bisa dengan menerapkan beberapa solusi, seperti menambah alat permainan baru, lebih sering mengajak anak untuk bermain dengan bahan alam, bisa juga dilakukan pelatihan untuk gurunya sehingga bisa mengenalkan kepada anak berbagai aktivitas *outbound* yang inovatif dan sesuai dengan perkembangan anak usia dini, dan bisa berkolaborasi dengan orang tua dalam mengusulkan atau membantu menyelenggarakan kegiatan *outbound* yang mungkin memiliki ide yang bisa memperkaya variasi permainan atau dapat juga sesekali mengundang fasilitator *outbound* khusus anak-anak yang bisa memperkenalkan permainan baru yang edukatif dan menyenangkan. Dengan solusi ini, kegiatan *outbound* dapat menjadi lebih bervariasi, menyenangkan, dan tentunya bermanfaat bagi perkembangan anak sesuai usianya.



Menurut Hesti *outbound* adalah pembelajaran dan pelatihan untuk khalayak umum dalam bentuk pembelajaran informal, yaitu proses memperoleh pengetahuan atau apa pun yang dipelajari menggunakan metode dan sarana yang berbeda dari pembelajaran di bangku formal, model pembelajaran *outbound* terbuka (Sintia et al., 2019). *Outbound* adalah sarana untuk memperluas pengetahuan dan pengalaman melalui petualangan. Aktivitas ini dapat meningkatkan semangat dan aktivitas seseorang. Pengalaman sederhana seperti bermain adalah dasar kegiatan *outbound*. Bermain dapat membantu anak menumbuhkan kepercayaan diri, empati, tanggung jawab, kepemimpinan, dan keterampilan lainnya (Dany et al., 2024).

Outbound juga merupakan permainan modern yang memanfaatkan alam. Para peserta didik yang mengikuti *outbound* tidak hanya dihadapkan pada tantangan intelegensia, tetapi juga fisik dan mental. Menurut Hesti, *outbound* akan terus melatih menjadi sebuah pengalaman yang membekali dirinya dalam menghadapi persaingan dalam kehidupan sosial masyarakat (Sintia et al., 2019). Melalui pengalaman langsung di luar ruangan, anak-anak dapat menikmati proses belajar yang menyenangkan dan bermakna. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, menguji dan membuktikan pengaruh metode permainan *outbound* terhadap kemandirian anak usia 4-5 tahun.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistic, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugianto, 2017). Metode penelitian eksperimen kuantitatif adalah metode yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan (*treatment*) tertentu dengan yang lain terhadap kondisi yang dikendalikan, kondisi yang terkendalikan disini adalah adanya hasil dari penelitian dikonversikan ke dalam angka, untuk analisis yang digunakan adalah analisis statistik (Rahmawati et al., 2024) Jenis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-eksperimental one group pretest-posttest* (tes awal tes akhir kelompok tunggal) yaitu teknik yang digunakan untuk membuktikan keefektifan sebuah intervensi terhadap persoalan tertentu pada seseorang, kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (*pre test*) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (*post test*) (Noor, 2017).

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik Kelompok A di TK Islam Fahma Salaman Kabupaten Magelang sebanyak 75 peserta didik. Dalam penelitian yang menggunakan sampel, tidak semua subjek dalam populasi diteliti, melainkan hanya sebagian dari populasi yang diwakili oleh sampel tersebut (Nashrullah et al., 2023). Sampel adalah sebagian yang diambil dari populasi dengan menggunakan cara-cara tertentu (Susanti, 2019). Sampel dalam penelitian ini adalah 18 anak dengan usia 4-5 tahun peserta didik di kelompok A-4, TK Islam Fahma Salaman Kabupaten Magelang. Penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, yang didasarkan pada pertimbangan tertentu dari peneliti (Noor, 2017). Adapun pertimbangan dalam menentukan sampel tersebut adalah sebagai berikut: anak usia 4-5 tahun, peserta didik di TK Islam Fahma Kabupaten Magelang, dan kelas A-4, dalam penelitian ini, peneliti hanya mengambil sampel satu kelas, yaitu kelas A-4 di TK Islam Fahma yang berjumlah 18 anak. Peneliti ingin memfokuskan kajian pada kelompok anak usia 4-5



tahun di kelas A-4 yang memiliki karakteristik sesuai dengan penelitian dengan observasi awal tingkat kemandirian yang rendah.

Pada penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode observasi. (2011) metode observasi diartikan sebagai cara-cara mengadakan pencatatan secara sistematis mengenai tingkah laku dengan melihat dan mengamati tingkah laku individu atau kelompok yang diteliti secara langsung. Instrumen pengumpulan data menggunakan lembar observasi yang digunakan dalam mengukur kemandirian anak pada saat proses pembelajaran dengan metode permainan *outbound*.

Tabel 1. Kisi Kisi Instrumen Pengumpulan Data Dengan Observasi

Variabel	Indikator	Sub Indikator yang diamati	Item
Kemandirian anak usia 4-5 tahun	Anak dapat melakukan aktivitas sendiri tanpa bantuan	Anak mampu memakai dan melepas kaos kaki	1
		Anak mampu memakai dan melepas sepatu	2
		Anak mampu menaruh tempat bekal di rak	3
		Anak mampu menaruh sepatu di rak	4
		Anak mampu memasang kancing dan resleting sendiri	5
		Anak mampu merapikan mainan setelah bermain	6
		Anak mampu membuang sampah pada tempatnya	7
		Anak mampu memakai dan melepas baju	8
		Anak mampu mencuci tangan sebelum dan sesudah kegiatan	9
	Anak dapat memecahkan suatu permasalahan	Anak mampu menyelesaikan 1 kegiatan bermain	10
		Anak mampu bermain sesuai dengan jenis permainan yang dipilihnya	11
	Anak mampu BAK, BAB (<i>Toilet Training</i>) tanpa bantuan	Anak mampu BAK, BAB (<i>Toilet Training</i>) tanpa bantuan	12

Instrumen penelitian dapat digunakan untuk mengumpulkan data apabila instrumen tersebut sudah valid. Oleh karena itu, dengan menggunakan instrumen yang valid dalam pengumpulan data, validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah *construct validity* dengan penilaian ahli atau *expert judgement* yang dilakukan oleh akademisi. Penelitian ini bertempat di TK Islam Fahma, kegiatan observasi dilaksanakan pada saat jam pembelajaran anak-anak.

Uji Normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diambil berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak (Noor, 2017). Karena data berdistribusi normal maka yang dipakai adalah uji parametrik. Uji normalitas dilakukan menggunakan program komputer *SPSS 29.0 for Mac*. menggunakan uji *One sample Saphiro-Wilk Test* karena sampel yang digunakan kecil atau jumlah <50. Kriteria dalam uji normalitas ini adalah jika nilai sig pada *output* > 0,05 dengan signifikansi (α) 5% yang artinya data berasal dari populasi berdistribusi normal dan sebaliknya (Purba et al., 2024). Uji hipotesis yang digunakan jika hasil uji prasyarat normal maka menggunakan uji statistik parametrik yaitu menggunakan Uji statistik *paired sample t test* dengan bantuan *SPSS 29.0 for Mac*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil observasi peneliti melihat di TK Islam Fahma pada observasi ditemukan sebagian anak belum optimal pada kemandiriannya, hal ini dibuktikan dengan anak

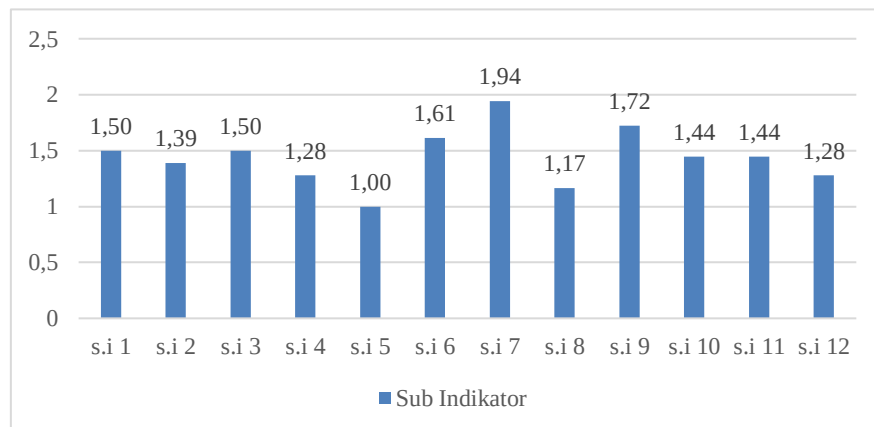


belum mampu melakukan aktivitas sendiri tanpa bantuan, anak belum mampu memecahkan suatu permasalahan. Berdasarkan pengukuran awal yang dilakukan pada tanggal 26 Mei 2025 dengan menggunakan lembar observasi sebagai metode pengumpulan data diperoleh hasil pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Pengukuran Awal (*Pre Test*) Kemandirian Anak Usia 4 – 5 Tahun

No	Subjek	Capaian Skor Observasi Kemandirian Anak
1	AAN	14
2	KGN	23
3	MCA	17
4	MAD	16
5	GNF	19
6	FSM	23
7	SCA	21
8	NF	21
9	HAR	20
10	MRA 1	17
11	VRA	13
12	MRAG	14
13	MRA 2	12
14	RRU	14
15	MRA 3	19
16	EAL	17
17	GAR	12
18	AFDR	19
Jumlah		311
Rata-Rata		17,28
Nilai Tertinggi		23
Nilai Terendah		12

Berdasarkan hasil data pada Tabel 2, diperoleh informasi bahwa 18 subjek yang menjadi penelitian masih memiliki tingkat kemandirian yang tergolong rendah. Rata-rata skor yang dicapai adalah 17,28, dengan skor terendah 12 dan tertinggi 23. Fakta ini menunjukkan pentingnya memberikan perlakuan khusus agar kemandirian anak dapat berkembang lebih baik. Salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan memberikan pembelajaran berupa metode permainan *outbound* di sekolah, yang dirancang untuk melatih dan meningkatkan sikap mandiri anak. Adapun hasil dari rata-rata pengukuran awal (*pre-test*) disajikan dalam bentuk grafik yang dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Grafik Rata – Rata *Pre Test*

Berdasarkan grafik pada gambar 1 yang menunjukkan rata-rata hasil *pre-test* pada masing-masing sub indikator 1 hingga 12, dijelaskan bahwa capaian rata-rata anak masih tergolong sedang hingga rendah. Nilai tertinggi terdapat pada sub indikator 7 dengan rata-rata mendekati 2 (sekitar 1,9), yang menunjukkan bahwa pada sub indikator tersebut anak-anak sudah relatif lebih mampu namun tetap dengan sedikit bantuan dari guru. Lalu di indikator 9 dan 6 juga menunjukkan capaian cukup baik, dengan rata-rata mendekati 1,7 dan 1,6. Sementara itu, sub indikator dengan rata-rata terendah adalah sub indikator 5 dengan nilai rata-rata hanya sekitar 1, yang berarti bahwa kemampuan anak-anak pada aspek tersebut masih perlu ditingkatkan. Selain itu, sub indikator 8 menunjukkan nilai yang rendah. Grafik ini mencerminkan bahwa sebelum diberikan perlakuan awal (*pre-test*), tingkat kemandirian anak masih beragam dan belum merata di semua aspek sub indikator, sehingga diperlukan pembelajaran dan stimulasi yang lebih terarah untuk meningkatkan kemampuan anak-anak secara menyeluruh.

Berdasarkan pengukuran awal tentang kemandirian anak yang masih belum optimal, peneliti ingin mengetahui pengaruh metode permainan *outbound* terhadap kemandirian anak usia 4-5 tahun dengan pemberian *treatment* dengan metode permainan *outbound* sebanyak 6 kali perlakuan. Perlakuan dilakukan mulai tanggal 2 Juni 2025 sampai 13 Juni 2025. Setelah selesai perlakuan langkah selanjutnya adalah pengambilan data *posttest*. Tingkat kemandirian anak-anak di TK ISLAM FAHMA setelah mendapatkan perlakuan berupa metode permainan *outbound*. Proses ini bertujuan untuk melihat sejauh mana *treatment* yang diberikan mampu meningkatkan kemandirian subjek. Hasil capaian tersebut dapat dilihat secara lebih rinci di Tabel 3.

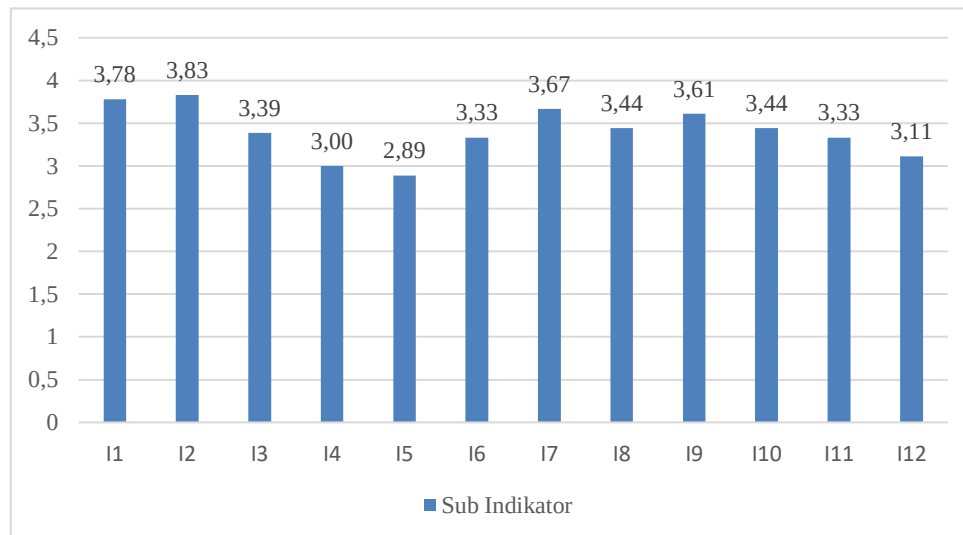
Tabel 3. Hasil Pengukuran Akhir (*Post Test*) Kemandirian Anak Usia 4 – 5 Tahun

No.	Subjek	Capaian Skor Observasi Kemandirian Anak
1	AAN	37
2	KGN	45
3	MCA	37
4	MAD	43
5	GNF	43
6	FSM	43
7	SCA	45
8	NF	42
9	HAR	38
10	MRA 1	42
11	VRA	33
12	MRAG	41
13	MRA 2	31
14	RRU	46
15	MRA 3	45
16	EAL	46
17	GAR	34
18	AFDR	45
Jumlah		736
Rata-Rata		40.89
Nilai Tertinggi		46
Nilai Terendah		31

Merujuk pada Tabel 3, terlihat bahwa penelitian ini melibatkan 18 subjek. Skor kemandirian anak setelah diberikan perlakuan berupa metode permainan *outbound*



menunjukkan adanya peningkatan. Skor terendah yang dicapai adalah 31, sementara skor tertinggi mencapai 46, dengan rata-rata nilai sebesar 40,89. Terlihat adanya perubahan positif dalam tingkat kemandirian anak. Temuan ini menunjukkan bahwa perlakuan melalui permainan *outbound* memberikan dampak terhadap peningkatan kemandirian. Data rata-rata hasil *post-test* tersebut kemudian divisualisasikan dalam bentuk grafik pada Gambar 2.



Gambar 2. Grafik Rata-Rata *Post Test*

Berdasarkan grafik pada Gambar 2 terlihat adanya peningkatan signifikan dibandingkan dari hasil *pre-test*. Rata-rata skor pada semua sub indikator mengalami kenaikan dan menunjukkan nilai yang cenderung tinggi, berada pada rentang 3,1 hingga 3,9. Sub indikator 2 menempati posisi tertinggi dengan nilai rata-rata mendekati 3,9, diikuti oleh sub indikator 1 dan sub indikator 7 yang juga menunjukkan hasil sangat baik dengan rata-rata di atas 3,6. Sementara itu, sub indikator dengan capaian rendah adalah sub indikator 5 dan sub indikator 12, yang berada di kisaran 3,0 hingga 3,1, meskipun tetap menunjukkan peningkatan dibandingkan saat *pre-test*. Secara umum, data ini menunjukkan bahwa perlakuan yang diberikan telah berdampak positif terhadap peningkatan kemandirian anak sesuai dengan sub indikator yang diukur. Peningkatan yang merata di seluruh sub indikator menunjukkan bahwa metode atau perlakuan yang digunakan dapat diterima dan diikuti oleh anak-anak.

Hal ini membuktikan bahwa setelah diberikan perlakuan kemandirian anak meningkat. Uji prasyarat diberikan sebelum uji normalitas guna mendapatkan informasi kedua sampel yang diambil apakah memiliki distribusi normal atau tidak. Pengujian, suatu data dikatakan berdistribusi normal apabila sig. >0.05. Berdasarkan hasil analisis normalitas dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Uji Normalitas Data

Shapiro Wilk	Statistic	df	Sig.	Keterangan
<i>Pre test</i>	.880	18	.026	Data normal
<i>Post test</i>	.942	18	.310	Data normal

Hasil yang diperoleh dari tabel 4 diperoleh nilai sig. > 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini terdistribusi normal. Dengan demikian karena data terdistribusi normal, maka pengujian hipotesis menggunakan statistik parametrik untuk menguji ada atau tidaknya pengaruh sebuah perlakuan. Berdasarkan

hasil uji normalitas data di atas dapat dilihat bahwa data penelitian ini berdistribusi normal, maka pengujian hipotesis pada penelitian ini dengan menggunakan uji parametrik. Uji parametrik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Paired T Test* Uji T sampel berpasangan atau uji T Test berpasangan dimaksudkan untuk menentukan apakah perubahan terjadi sebagai hasil dari perlakuan dengan membandingkan hasil sebelum dan sesudah perlakuan.

Tabel berikut menunjukkan hasil pengujian.

Tabel 5. Hasil uji *Paired Samples Test*

Keterangan	t	df	Sig. (2 - tailed)
Sebelum diberikan perlakuan & sesudah diberikan perlakuan	-26.645	17	<.001

Hasil yang diperoleh dari uji *paired sample t-test* berdasarkan tabel 5 nilai signifikansi (sig.) hasil output SPSS adalah jika Sig. (2-tailed) $>0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Berdasarkan Tabel 10 didapatkan hasil uji t adalah -26.645 dan sig. (2-tailed) adalah sebesar $<.001$. Jika dibandingkan dengan 0,05 ($.001 < 0,05$). Berdasarkan nilai tersebut menyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan uraian di atas disimpulkan bahwa metode permainan *outbound* dapat berpengaruh terhadap kemandirian anak usia 4-5 tahun.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan penemuan bahwa diperoleh data terdapat peningkatan tingkat kemandirian anak usia 4-5 tahun. Metode ini diterapkan dalam bentuk kegiatan bermain yang melibatkan aktivitas fisik, kerjasama, pengambilan keputusan serta penyelesaian masalah dan ketrampilan sehari-hari. Sebelum perlakuan (*pre test*) dilakukan, sebagian besar anak masih menunjukkan ketergantungan terhadap bantuan orang dewasa dalam menyelesaikan ketrampilan sehari-hari seperti memakai sepatu, menaruh bekal di rak, melepas kaos kaki. Setelah beberapa kali pelaksanaan kegiatan permainan, terlihat perubahan positif berupa meningkatnya ketrampilan anak menyelesaikan kegiatan secara mandiri. Data yang dikumpulkan menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara permainan *outbound* dan kemandirian anak usia 4-5 tahun. Hal ini sejalan dengan penemuan lain yang mendukung yaitu penelitian Purwulan (2024) terdapat peningkatan kemandirian anak usia 4-5 tahun melalui metode permainan *outbound*.

Penelitian ini memberikan kontribusi bagi pengembangan teori pendidikan anak usia dini, terkait dengan stimulasi kemandirian. Metode permainan *outbound* dapat dijadikan strategi pembelajaran berbasis pengalaman langsung yang efektif untuk melatih aspek perkembangan anak. Penelitian ini memperkuat teori bahwa pembelajaran melalui bermain di alam terbuka dan berbagai macam metode *outbound* yang digunakan mampu meningkatkan kemandirian anak.

Outbound menuntut anak untuk melakukan aktivitas secara aktif dan mandiri sesuai dengan pendapat Parker bahwa kemandirian merupakan kemampuan mengelola diri sendiri. Dalam kegiatan permainan *outbound* anak-anak juga memperoleh stimulus yang mendorong perkembangan aspek emosi dan intelektual seperti yang dijelaskan oleh Soejtiningsih bahwa kemandirian dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Hasil ini juga memperkuat penelitian yang dilakukan (Akbar et al., 2024) yang meneliti pengaruh *reward* terhadap kepercayaan diri, menunjukkan bahwa



stimulus yang menyenangkan seperti *reward* dan permainan dapat meningkatkan aspek psikologis anak. Menurut Astriani menyatakan bahwa kegiatan practical life meningkatkan kemandirian anak dalam aspek bantu diri. Penelitian di RA Miftahul Ulum Subang menunjukkan bahwa metode bercerita juga mampu meningkatkan perilaku mandiri anak. Permainan *outbound* lebih memberikan ruang gerak dan interaksi sosial langsung sehingga cocok untuk anak usia dini yang cenderung aktif secara fisik. Temuan dari penelitian yang dilakukan oleh Naimah et al., (2022) dan Pangestika et al., (2025) bahwa permainan outbound dapat berdampak pada anak yang menunjukkan perkembangan signifikan dalam aspek memecahkan masalah secara mandiri, menyelesaikan tugas tanpa bantuan, mengelola diri dalam aktivitas bantu diri. Hasil ini membuktikan bahwa permainan *outbound* tidak hanya melatih fisik anak namun juga mengembangkan kecakapan hidup, kemandirian dan ketrampilan sosial.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, metode permainan *Outbound* terbukti berpengaruh pada kemandirian anak usia 4-5 tahun. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji *paired sample t-test* yang menunjukkan nilai uji t sebesar -26.654 dengan tingkat signifikansi Sig. (2-tailed) 0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara nilai *pre-test* dan *post-test*, bahwa metode permainan *Outbound* berpengaruh pada kemandirian anak usia 4-5 tahun. Sebelum diberikan perlakuan, banyak anak yang menunjukkan rendahnya dalam kemampuan kemandiriannya. Setelah diberikan perlakuan dengan metode permainan ini, anak-anak menjadi lebih aktif terlibat dalam aktivitasnya, lebih mandiri, serta menunjukkan kemampuan kerja sama yang lebih baik. Dari hasil penelitian ini disimpulkan bahwa metode permainan *Outbound* berpengaruh pada kemandirian anak usia 4-5 tahun. Penelitian ini menggunakan desain *one group pre and post test* karena bisa membandingkan penelitian sebelum dan sesudah diberi perlakuan dengan mudah, namun terdapat kekurangan memakai desain penelitian ini yaitu hasil bisa dipengaruhi oleh faktor luar seperti kondisi psikologis anak dan kondisi Kesehatan anak.

Berdasarkan dari hasil penelitian, menemukan bahwa metode permainan *Outbound* memiliki pengaruh dalam mengoptimalkan kemandirian anak usia 4-5 tahun. Oleh karena itu, peneliti memberikan beberapa saran berikut : untuk guru-guru di PAUD Islam Fahma dan di lembaga lain disarankan untuk mengimplementasikan metode permainan *Outbound* dalam pembelajaran. Hal ini karena permainan tersebut terbukti berpengaruh pada kemandirian anak dan beberapa aspek lainnya. untuk lembaga PAUD perlu menyediakan sarana dan jadwal kegiatan luar ruangan yang mendukung pelaksanaan permainan *outbound*, dan menjadikan kegiatan permainan *outbound* ini sebagai bagian dari kurikulum tematik yang terintegrasi, sedangkan untuk orang tua diharapkan mendukung pembiasaan kemandirian anak di rumah dengan memberi kepercayaan, kesempatan mencoba dan tidak terlalu cepat membantu anak dalam tugas-tugas sederhana, dan untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk memodifikasi metode permainan *Outbound*, misalnya dengan menambahkan variasi di dalam permainan seperti menciptakan gerakan atau permainan baru yang menarik, sehingga metode permainan *outbound* menjadi lebih variative dan menyenangkan bagi anak-anak. Diarahkan juga agar permainan *outbound* dikembangkan dalam aspek lain seperti problem solving, ketrampilan berfikir kritis.



Dengan demikian permainan *outbound* dapat memberikan kontribusi yang lebih luas dan komprehensif dalam dunia pendidikan anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, M., Suci, P., Nirmala, I., & Putri, F. E. (2024). Pengaruh Metode Bercerita Terhadap Perilaku Kemandirian Anak Usia 4-5 Tahun Di Ra Miftahul Ulum Subang. *PELANGI: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Islam Anak Usia Dini*, 6(1), 84–101. <https://doi.org/10.52266/pelangi.v6i1.2650>
- Bibigul, A., Orynkul, S., Lyudmila, K., & Aelita, S. (2015). The Rating System of the Rural School Pupils' Assessment of the Republic of Kazakhstan. *Universal Journal of Educational Research*, 3(9), 610–616. <https://doi.org/10.13189/ujer.2015.030905>
- Dany, A., Rifan, H., & Suryandari, M. (2024). Peran Media Pembelajaran dalam Konteks Pendidikan Modern. *Cendekia Pendidikan*, 4(1), 91–101.
- Dian, P. (2021). Persepsi Orangtua terhadap Pentingnya CALISTUNG untuk Anak Usia 5-6 Tahun. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(02), 62–69. <https://doi.org/10.31849/paud-lectura.v4i02.5875>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). Permendikbud Nomor 146 Tahun 2014. In *Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan*.
- Naimah, H., Purwati, P., & Sulistryaningtyas, R. E. (2022). PENINGKATAN KEMANDIRIAN MELALUI KEGIATAN OUT BOUND UNTUK ANAK USIA 4-5 TAHUN. *Urecol Journal. Part G: Multidisciplinary Research*, 2(1), 7–16. <https://doi.org/10.53017/ujmr.150>
- Nashrullah, M., Fahyuni, E. F., Nurdyansyah, & Untari, R. S. (2023). Metodologi Penelitian Pendidikan (Prosedur Penelitian, Subyek Penelitian, Dan Pengembangan Teknik Pengumpulan Data). In *Metodologi Penelitian Pendidikan (Prosedur Penelitian, Subyek Penelitian, Dan Pengembangan Teknik Pengumpulan Data)*. <https://doi.org/10.21070/2023/978-623-464-071-7>
- Noor, J. (2017). *Metodologi Penelitian skripsi tesis disertasi dan karya ilmiah* (7th ed.). Kencana.
- Noviyanti, M. W., & Wahyuningsih, M. B. R. (2024). Penerapan Token Ekonomi untuk Meningkatkan Kedisiplinan dan Kemandirian Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal Inovasi, Evaluasi Dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 4(1), 141–148. <https://doi.org/10.54371/jiepp.v4i1.369>
- Pangestika, W. M. T., Cahyono, H., & Muttaqin, M. A. (2025). Parenting ., *Kumarottama: Journal of Early Childhood Education E-ISSN : 2798-8228 & P-ISSN : 2807-176X*, 04(02). <https://e-journal.iahn-gdepudja.ac.id/index.php/kumarottama%0APola>
- Purba, V. A., Siahaan, T. M., & Sianturi, C. L. (2024). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Group Investigation Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas IV SD Negeri 104312 Pamatang Siantar. : : *Journal Of Social Science Research*, 4(1), 5521–5532.



- Purwulan, H. (2024). *Kegiatan Outbound Untuk Membentuk Kemandirian Dan Kemampuan Berinteraksi Anak*. 5(1), 78–91.
- Rahmadi. (2011). Pengantar Metodologi Penelitian. In Syahrani (Ed.), *Antasari Press*. antasari press.
- Rahmawati, E., Mushafanah, Q., & Fajriyah, K. (2024). *Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Quizizz Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas IV SD Negeri 5 Meteseh Kecamatan Boja*. 4(24), 242–251. <https://doi.org/10.26877/ijes.v4i1.17810>
- Rantina, M. (2015). Peningkatan Kemandirian Melalui Kegiatan Pembelajaran Practical Life. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 9(2), 1–20. <https://media.neliti.com/media/publications/118232-ID-peningkatan-kemandirian-melalui-kegiatan.pdf>
- Rizki, A., & Nur, K. (2018). Pengaruh Teknik Scaffolding Terhadap Kemandirian Anak Usia 4-5 Tahun di TK PKK Bunga Tanjung”. *Nucleic Acids Research*, 6(1), 1–7. <http://dx.doi.org/10.1016/j.gde.2016.09.008><http://dx.doi.org/10.1007/s00412-015-0543-8><http://dx.doi.org/10.1038/nature08473><http://dx.doi.org/10.1016/j.jmb.2009.01.007><http://dx.doi.org/10.1016/j.jmb.2012.10.008><http://dx.doi.org/10.1038/s4159>
- Sintia, N., Kuswanto, C. W., & Meriyati, M. (2019). Meningkatkan Kemampuan Sosial Anak Usia Dini dengan Model Outbound. *Jurnal CARE (Children Advisory Research and Education)*, 6(2), 1–10. <http://e-journal.unipma.ac.id/index.php/JPAUD/article/download/3939/2034>
- Sugianto. (2017). Pengaruh karakteristik dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan Angkasa Pura Yogyakarta. *Pengaruh Karakteristik Individu Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Angkasa Pura Di Bandar Udara Yogyakarta Internasional Airport*, 35–43.
- Susanti, R. (2019). Sampling Dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Teknodik*, 16, 187–208. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.543>
- Trisnawati, T., Wahyu Widiana, Y., & Supriatna, A. (2021). Upaya Peningkatan Kemampuan Mengenal Huruf Hijaiah Melalui Media Kartu Huruf Di Tkita Bina Insani Kelompok Usia 5 – 6 Tahun. *Jurnal Tahsinia*, 2(1), 90–98. <https://doi.org/10.57171/jt.v2i1.295>

