

## **AKTIVITAS BERMAIN DI LUAR RUANGAN DALAM PEMBELAJARAN DI TAMAN KANAK-KANAK**

Oleh :

Margaretha Sri Yuliatiningsih<sup>1</sup>

Masih terngiang di telinga, saat belajar di Taman Kanak-Kanak lebih dari 50 tahun yang lalu. “Taman yang paling indah, hanya taman kami. Taman yang paling indah, Taman Kanak-Kanak.” Begitu indahnnya Taman Kanak-Kanak, sehingga saat penulis harus melepaskan Taman itu untuk bersekolah ke tingkat yang lebih tinggi yaitu sekolah dasar, ada rasa sedih dan enggan untuk bersekolah di SD.

Dari pengalaman masa lalu menunjukkan yang paling diinginkan oleh anak-anak dalam menghabiskan waktu adalah dengan bermain. Aktivitas fisik dan kesenangan dalam bermain membuat anak-anak merasa senang dan rileks. Bermain merupakan hak anak-anak, dan harus diberikan dengan waktu yang cukup tidak terikat oleh jam bermain seperti halnya anak-anak di sekolah dasar yang dikenal sebagai waktu istirahat dari jam belajar. Bermain dapat dilakukan di dalam ruang maupun di luar ruang. Setelah bermain dengan melakukan aktivitas fisik, kebanyakan anak-anak menjadi lebih siap, lebih banyak berbicara, dan berkonsentrasi dalam belajar (Cheatum & Hammond, 2000: 46-47).

Permainan yang dilakukan oleh anak-anak di luar ruang memiliki banyak keuntungan karena anak-anak dapat menikmati udara segar dan dapat meningkatkan aliran darah ke otak, mengontrol berat badan, meningkatkan energi, daya tahan, dan kekuatan sehingga meningkatkan perkembangan kemampuan belajar dan fisik (Eliason & Jenkins, 2008: 164). Permainan yang dilakukan di luar ruang dan lapangan bermain juga membuat anak-anak belajar bersosialisasi karena anak-anak akan saling berinteraksi secara bersamaan dengan anak-anak lainnya. Melalui interaksi ini, anak-anak akan belajar saling menghormati dengan cara bergantian bermain atau mengambil peran (permainan tangga luncur). Anak juga akan belajar mengikuti petunjuk (sondag, kelereng, boy-boyan, hai buta, elang dan induk ayam) serta belajar bekerja sama (Gobag sodor). Melalui permainan yang diikuti dengan gerak dan lagu dapat mengalihkan kecemasan, rasa takut, rasa tidak nyaman, kesedihan, rasa sakit, dan kemarahan (Mutiah, 2010: 168).

Permainan yang dilakukan di luar ruang memberi kesempatan pada anak-anak untuk mengembangkan rasa percaya diri karena dapat diterima oleh anak lain yang sebaya, dan memberi pengalaman mengenali dunia tempat hidupnya (mencari ikan di parit, mencari biji-bijian untuk dibuat kalung, berkemah, mengenal hewan liar, mengenal tumbuhan liar, mengenal energi matahari, mengenal selokan yang kotor, ada bau busuk, mengenal gravitasi). Jadi bermain dapat diintegrasikan dengan pembelajaran sains. Dengan kata lain bahwa anak-anak dapat mengenal lingkungan dan mengkonstruksi pengetahuan mengenai lingkungan dengan cara melakukan eksplorasi melalui permainan. Anak-anak

---

<sup>1</sup> Dosen UPI Kampus Cibiru

dapat melakukan ini semua karena anak-anak dilahirkan dengan potensi untuk berkreasi, diwujudkan dalam pikirannya, dan kelebihan yang dimiliki anak-anak adalah mudah menyerap segala sesuatu yang dilihat serta dirasakannya (Feez,S. 2010 : 27).

Anak-anak dapat mengembangkan keterampilan berbahasa mereka saat mereka mengambil bagian dalam permainan yang dilakukan di luar ruang. Anak-anak menggunakan semacam sajak dan nyanyian (permainan ular naga) pada saat saling mendorong, bermain loncat tali, menari, dan bermain petak umpet (Tanah Sunda : Ucingna ngongkok, dibere tai kotok). Anak-anak belajar melalui pengulangan, dan pengulangan itu membuka wawasan anak-anak pada kosakata baru yang mungkin tidak diperolehnya dalam pembicaraan sehari-hari. Permainan yang dilakukan dengan menebak suara hewan, mengikuti gerakan hewan, dan mencari gambar hewan yang disebutkan guru menjadi sarana yang efektif bagi penguasaan kosakata bahasa Inggris anak, karena anak dilibatkan secara langsung dalam kegiatan pembelajaran (Charlotte,*et al.* 2014 : 47).

Permainan yang dilakukan di luar ruang atau lapangan bermain memberi kesempatan pada anak-anak untuk mengembangkan koordinasi tubuh dan motorik kasar . Mereka bisa berjalan, berlari, melompat, melompati, melempar, melenggok, menangkap, menendang, memanjat, bangun, menekan, menarik, bergulingan, melangkah, bergelantungan, meluncur, meniti dan naik menapaki tangga. Kegiatan itu sangat menyenangkan anak-anak, tampak dari ekspresi yang ditampilkan saat anak-anak bermain. Anak-anak belajar keseimbangan atau koordinasi tubuh saat menuruni papan seluncur dengan tangan memegang tongkat sebagai senjata (menirukan adegan dalam film). Mereka juga belajar cara menggunakan ayunan agar dapat terayun sesuai dengan ketinggian yang diinginkan. Menendang bola agar masuk ke dalam gawang membutuhkan koordinasi antara kaki dan mata. Tertawa adalah ekspresi yang menunjukkan rasa senang, nyaman, dan gembira saat permainan itu dilakukan, dan hampir semua anak enggan untuk menghentikan permainan.

Permainan yang dilakukan di luar ruang atau bermain di lapangan bermain dapat membantu anak-anak terampil dalam memecahkan permasalahan saat belajar tentang peraturan suatu permainan atau cara mengambil layang-layang yang tersangkut di dahan pohon atau bola yang terapung di atas kolam. Saat anak hampir terpeleset karena menginjak air di atas lantai keramik, anak belajar bahwa lantai yang basah harus dihindari agar tidak terpeleset atau harus dikeringkan terlebih dahulu bila akan dilalui. Anak-anak belajar melalui pengalamannya saat anak-anak saling berinteraksi di lingkungan yang berbeda.

Guru pada jenjang TK merupakan faktor terpenting bagi terlaksananya kegiatan bermain yang berkualitas bagi anak-anak (Abidin, 2009:85), oleh karena itu guru perlu mengembangkan proses pembelajaran yang terintegrasi dengan bermain, sehingga anak-anak merasa sedang tidak belajar melainkan merasa sedang bermain. Bermain dapat diintegrasikan dengan matematika seperti mencari jejak, lalu saat menemukan kertas bilangan, anak-anak dapat membacanya dan mengambil benda sebanyak bilangan yang tertulis pada kertas tersebut.

Perlu diketahui oleh guru , dalam kegiatan bermain tidak dibatasi dengan jam karena pada jenjang TK sekolah tidak dibatasi dengan jam belajar.

Guru perlu menanyakan cara memainkan suatu permainan, bila tidak ada anak yang mengerti, maka tugas guru adalah memberi contoh cara melakukan permainan. Selama anak-anak melakukan permainan guru memberi penilaian sesuai dengan indikator penilaian. Guru bantu dapat membantu guru dalam melakukan penilaian proses, karena guru utama mengawasi anak saat melakukan permainan agar tidak cedera.

Bila dalam kelas ada anak berkebutuhan khusus, maka anak tersebut juga mengikuti permainan, tetapi dengan pengawasan seorang guru bantu, agar tidak mencederai dirinya maupun anak-anak yang lain. Anak-anak yang berkebutuhan khusus pun harus tetap belajar seperti anak-anak yang lain, yang pengaturannya berbeda. Guru perlu berkonsultasi dengan orang tua tentang perkembangan anak yang berkebutuhan khusus tersebut atau meminta surat rekomendasi dari psikolog atau dokter yang menanganinya, sehingga permainannya pun disesuaikan dari surat rekomendasi tersebut.

Bila aktivitas di luar ruang dilakukan, maka perlu diperhatikan keadaan cuaca. Hujan dan panas tidak terlalu baik untuk anak-anak, maka aktivitas itu hendaknya dilakukan di saat cahaya matahari tidak terik dan cuaca sedang tidak mendung. Pagi hari sebelum pukul 08.00 adalah saat yang tepat untuk melakukan aktivitas di luar ruang. Bila lebih dari waktu tersebut, hendaknya ada pelindung dari teriknya matahari seperti di selasar.

Walaupun banyak kesenangan yang dialami anak saat bermain di luar ruangan, tetapi ada aturan-aturan yang harus dilakukan untuk mengurangi dan menghindari cedera pada anak (Papalia & Olds. 1990: 408-409). Arena di luar ruang untuk bermain anak, hendaknya diberi pasir atau tanah berumput terutama di dekat papan luncur untuk mengurangi cedera saat anak meluncur ke bawah. Anak-anak perlu diberitahu cara memainkan suatu permainan, seperti cara duduk dan berdiri saat menggunakan papan ayun dengan kedua tangan memegang tali penyeimbang. Anak-anak tidak boleh berkerumun dekat papan ayun saat ada anak yang sedang memainkannya. Demikian juga saat bermain jungkat-jungkit, anak-anak harus memegang penyangga dengan kedua belah tangan. Penggunaan papan seluncur adalah dengan cara duduk, bukan berdiri atau berbaring atau tertelungkup, tunggu hingga anak yang di depan meluncur hingga ke bawah sebelum meluncur untuk menghindari saling bertumpukan di tanah. Pada arena panjat, perlu diperhatikan agar tempat pegangan dalam keadaan kering, sebab pegangan yang basah bersifat licin dan dapat menyebabkan pegangan terlepas.

### **Sumber Bacaan**

Abidin. (2009). *Bermain. Pengantar Bagi Penerapan Pendekatan BCCT Dalam Dimensi PAUD*. Bandung. Rizqi Press.

Charlotte, Yuliatiningsih, Ananthia, Yanthi (2014). *Metode Permainan untuk Mengembangkan Pengasaan Kosakata Bahasa Inggris dan Keterampilan Proses Sains Anak Usia Dini*. Bandung. UPI (tidak diterbitkan).

Cheatum, B.A. Hammond, A.A. (2000). *Physical Activities for Improving Children's Learning and Behavior*. Champaign, IL. Human Kinetics

- Eliason, C & Jenkins,L. *A Practical Guide to Early Childhood Curriculum*. Columbus, Ohio. Pearson Merrill Prentice Hall
- Feez,S. (2010). *Montesorri and Early Childhood*. London. SAGE Publication Ltd.
- Mutiah,D. (2010). *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta. Kencana Prenada Media Group.
- Papalia,D.E & Olds,S.W (1990). *A Child's World Infancy Through Adolescence 5Th Ed*. New York. McGraw-Hill,Inc.