

Pengembangan kompetensi sosial-emosional anak usia dini : Pembelajaran berbasis bermain

Muhammad Kharir zamhariri

Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang
e-mail: kharirzamharirio5@gmail.com

Kata Kunci:

Bermain, sosial-emosional, anak usia dini, PAUD, peran guru

Keywords:

Play, social-emotional, early childhood, PAUD, role of teachers.

ABSTRAK

Bermain merupakan aktivitas penting dalam perkembangan anak usia dini karena tidak hanya memberi hiburan, tetapi juga menjadi sarana pembelajaran sosial-emosional yang alami. Melalui permainan, anak belajar bernegosiasi, mengendalikan emosi, dan menyelesaikan konflik sederhana, sehingga keterampilan komunikasi, kemandirian, dan rasa percaya diri semakin terasah. Penelitian Mukhlis & Mbalo (2019) menegaskan bahwa permainan tradisional mendukung lima aspek utama Social Emotional Learning (SEL): kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, keterampilan berhubungan sosial, serta pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Dalam konteks PAUD yang holistik,

bermain berfungsi sebagai jembatan integrasi perkembangan fisik, kognitif, sosial, moral, dan emosional, sekaligus memperkuat identitas budaya melalui nilai kebersamaan dan sportivitas. Namun, keberhasilan pembelajaran berbasis bermain menuntut peran guru yang peka secara emosional, mampu merancang kegiatan terstruktur namun fleksibel, serta dukungan lingkungan belajar dan orang tua. Artikel ini bertujuan mendeskripsikan kontribusi bermain terhadap perkembangan sosial-emosional anak usia dini di PAUD Islam.

ABSTRACT

Play is a crucial activity in early childhood development because it not only provides entertainment but also serves as a natural means of social-emotional learning. Through play, children learn to negotiate, control their emotions, and resolve simple conflicts, thereby further developing communication skills, independence, and self-confidence. Research by Mukhlis & Mbalo (2019) confirms that traditional games support five key aspects of Social Emotional Learning (SEL): self-awareness, self-management, social awareness, social skills, and responsible decision-making. In the context of holistic early childhood education (PAUD), play serves as a bridge for integrating physical, cognitive, social, moral, and emotional development, while strengthening cultural identity through values of togetherness and sportsmanship. However, successful play-based learning requires emotionally sensitive teachers, capable of designing structured yet flexible activities, and the support of the learning environment and parents. This article aims to describe the contribution of play to the social-emotional development of early childhood in Islamic PAUD.

Pendahuluan

Bermain bagi anak usia dini bukan hanya sekedar permainan dan hiburan, tetapi merupakan kegiatan yang dapat dan mampu meningkatkan dan mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, aktivitas bermain menjadi wadah penting bagi



This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

anak untuk menghadapi dan menyelesaikan konflik kecil dalam interaksi sehari-hari, misalnya saat berebut mainan atau menentukan aturan permainan. Melalui pengalaman tersebut menjadikan anak terlatih melakukan negosiasi, berkompromi, serta mencari jalan keluar dari suatu masalah yang dapat diterima bersama, sehingga keterampilan komunikasi interpersonal mereka semakin terasah. Salah satu fungsi bermain bagi anak yaitu sebagai media penyaluran emosi, baik rasa senang, marah, kecewa, maupun bangga, dengan cara yang positif dan konstruktif. Dari sini anak belajar mengenali serta mengelola perasaan diri sekaligus memahami emosi orang. Selain itu, aktivitas bermain yang dilakukan secara konsisten dapat menumbuhkan rasa percaya diri, karena anak merasa mampu mengatasi tantangan, serta membangun kemandirian melalui pengambilan keputusan dalam konteks permainan.

Perkembangan sosial-emosional pada anak usia dini adalah aspek fundamental yang menjadi pondasi bagi karakter, kemampuan bersosialisasi, serta adaptasi emosional di masa depan. Pada periode dini, anak-anak tidak hanya belajar mengenal lingkungan dan kognisi, tetapi juga mengenali diri sendiri, emosi, interaksi sosial, serta cara mengelola relasi dengan orang lain. Oleh karena itu, pendidikan anak usia dini (PAUD) harus menyediakan lingkungan dan pendekatan belajar yang mendukung perkembangan sosial-emosional secara optimal.

Mukhlis & Mbalo (2019) menegaskan bahwa bermain, khususnya melalui permainan tradisional, terbukti efektif sebagai media perkembangan sosial-emosional. Studi kasus di KB/RA Syihabuddin Malang menunjukkan bahwa kelima indikator inti dari kerangka pembelajaran sosial-emosional (self-awareness, self-management, social awareness, relationship skills, dan responsible decision-making) tampak nyata dalam aktivitas permainan tradisional seperti meong-meongan, dolip, cina buta, ular naga, dan balap karung. Hal ini memperlihatkan bahwa melalui bermain anak tidak sekadar berekreasi, tetapi juga belajar mengenal diri, mengelola emosi, berinteraksi, mengambil keputusan, serta membangun keterampilan sosial dalam konteks alami.

Dalam kerangka pendidikan PAUD yang holistik, pendekatan bermain memungkinkan integrasi aspek fisik, emosional, sosial, moral, dan spiritual sesuai karakteristik perkembangan anak usia dini. Bermain memberi kesempatan bagi anak untuk mengeksplorasi, berimajinasi, berinteraksi dengan teman sebaya, dan belajar melalui pengalaman langsung; sehingga proses belajar menjadi bermakna serta sesuai dengan kebutuhan psikologis mereka.

Meski potensi bermain sangat besar, implementasinya di lembaga PAUD tetap menghadapi tantangan: diperlukan guru/fasilitator yang peka secara emosional dan mampu merancang permainan secara terstruktur sekaligus fleksibel; sarana bermain yang memadai; serta dukungan lingkungan termasuk orang tua agar stimulasi sosial-emosional berlangsung konsisten. Pendekatan yang monoton atau akademis semata tanpa memperhatikan aspek sosial-emosional seringkali tidak sesuai dengan kebutuhan perkembangan awal anak.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan mengeksplorasi dan mendiskusikan bagaimana pembelajaran berbasis bermain, terinspirasi dari praktik dan temuan Mukhlis & Mbalo (2019), dapat diintegrasikan dalam konteks PAUD (terutama

PAUD Islam) untuk mendukung perkembangan sosial-emosional anak usia dini. Dengan demikian, artikel ini diharapkan memberi kontribusi konseptual dan praktis bagi pendidik PAUD dalam merancang pembelajaran yang holistik serta sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak. Selain itu, penting untuk menekankan bahwa bermain tradisional memiliki nilai budaya yang memperkuat identitas anak sejak dini. Permainan seperti ular naga atau balap karung tidak hanya melatih keterampilan sosial-emosional, tetapi juga menanamkan rasa kebersamaan, sportivitas, dan penghargaan terhadap tradisi lokal. Dengan demikian, bermain menjadi sarana pendidikan yang menghubungkan anak dengan akar budaya sekaligus mempersiapkan mereka menghadapi tantangan global. Guru dan orang tua perlu menyadari bahwa bermain bukan aktivitas sekunder, melainkan bagian integral dari proses pembelajaran. Jika dirancang dengan baik, bermain dapat menjadi jembatan antara teori perkembangan dan praktik pendidikan sehari-hari.

Pembahasan

Perkembangan sosial-emosional anak merupakan landasan utama bagi keberhasilan proses belajar sekaligus kemampuan mereka menyesuaikan diri dalam kehidupan sosial sehari-hari. (Hulluqy, 2018)Aspek ini mencakup seperangkat keterampilan penting, seperti mengenali dan memahami emosi diri maupun orang lain, mengendalikan perilaku serta dorongan, melihat suatu situasi dari sudut pandang berbeda, bekerja sama secara efektif, hingga membuat keputusan yang tepat dan bertanggung jawab. Pada masa kanak-kanak awal, kemampuan tersebut tumbuh dengan sangat pesat karena anak berada dalam periode sensitif yang ditandai oleh kecenderungan meniru, rasa ingin tahu yang tinggi, serta interaksi sosial yang semakin beragam dan kompleks (Helm-Murtagh, 2022).

Pada tahap usia dini, perkembangan tersebut berlangsung sangat pesat karena anak berada pada masa sensitif terhadap stimulasi sosial dan emosional (Mukhlis & Mbelo, 2019). Dalam kerangka Social Emotional Learning (SEL), anak usia dini diharapkan dapat menginternalisasi lima dimensi utama, yaitu: (1) kesadaran diri, yang berkaitan dengan pemahaman terhadap perasaan, kekuatan, dan keterbatasan diri; (2) pengendalian diri, yang mencakup kemampuan mengatur emosi dan perilaku dalam berbagai situasi; (3) keterampilan sosial, yang meliputi komunikasi, kerja sama, dan membangun hubungan positif; (4) empati serta kemampuan menjalin relasi yang sehat; dan (5) pengambilan keputusan yang bijaksana dan bertanggung jawab. Kelima dimensi ini tidak dapat berkembang secara optimal hanya melalui instruksi formal di kelas. Sebaliknya, anak perlu mengalami pembelajaran yang bersifat langsung, alami, dan bermakna—misalnya melalui permainan, interaksi dengan teman sebaya, maupun pengalaman sehari-hari yang memberi kesempatan untuk berlatih dan merefleksikan keterampilan sosial-emosional tersebut.

Bermain sebagai Dasar Pengembangan Sosial-Emosional Anak Usia Dini

Bermain merupakan aktivitas alami yang menjadi dasar perkembangan sosial-emosional anak. Anak belajar mengenali emosi, mengekspresikan diri, memahami aturan, bekerja sama, dan mengembangkan empati melalui interaksi permainan

(Mukhlis & Mbelo, 2019)), Proses ini membantu anak mengekspresikan perasaan secara tepat, belajar menyesuaikan diri dengan aturan yang berlaku, serta mengasah kemampuan bekerja sama dengan teman sebaya. Selain itu, interaksi yang terjadi dalam permainan membuka ruang bagi anak untuk mengembangkan empati, yaitu kemampuan merasakan dan memahami perasaan orang lain, sehingga tercipta hubungan sosial yang lebih sehat dan bermakna. Dengan demikian, bermain bukan sekadar hiburan, melainkan sarana penting yang mendukung pembentukan keterampilan sosial-emosional yang akan menjadi bekal sepanjang kehidupan anak.

Permainan yang terutama melibatkan kolaborasi, memungkinkan anak berlatih komunikasi, negosiasi, serta penyelesaian konflik secara alami. Aktivitas tersebut sangat penting pada masa usia dini yang merupakan fase sensitif bagi perkembangan keterampilan sosial-emosional (Susanti et al., 2025). Melalui aktivitas kolaboratif, anak belajar berkomunikasi dengan jelas, bernegosiasi untuk mencapai kesepakatan, serta menemukan cara menyelesaikan konflik tanpa paksaan. Proses ini berlangsung secara spontan dan menyenangkan, sehingga anak dapat berlatih keterampilan sosial-emosional tanpa merasa terbebani. Pada masa usia dini, pengalaman semacam ini memiliki peran yang sangat penting karena anak berada dalam fase sensitif, di mana kemampuan berinteraksi, memahami orang lain, dan mengatur diri berkembang dengan cepat. Dengan demikian, permainan kolaboratif bukan hanya aktivitas rekreasi, melainkan juga wahana pembelajaran yang mendukung pembentukan dasar keterampilan sosial-emosional yang akan menjadi bekal anak dalam kehidupan sosialnya di masa depan.

Peran Guru dalam Mengembangkan Sosial-Emosional Anak Melalui Pembelajaran Berbasis Bermain

Guru memiliki peran sentral dalam merancang kegiatan bermain yang selaras dengan tahap perkembangan anak, sekaligus mendukung pencapaian tujuan pembelajaran serta kebutuhan sosial-emosional yang diharapkan. Setiap aktivitas bermain perlu dirancang secara terencana agar tidak hanya menyenangkan, tetapi juga memberikan kesempatan bagi anak untuk berlatih keterampilan seperti kerja sama, pengendalian diri, dan empati (Fitriah & Purposari, 2022).

Selain itu, guru bertanggung jawab menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dengan menyediakan ruang yang aman, nyaman, dan penuh stimulasi. Penyediaan alat permainan yang bervariasi dan sesuai usia menjadi bagian penting, karena melalui eksplorasi anak dapat mengembangkan kreativitas, rasa ingin tahu, serta kemampuan berinteraksi dengan orang lain. Dengan demikian, peran guru bukan sekadar fasilitator permainan, melainkan juga arsitek pengalaman belajar yang bermakna, yang menyeimbangkan aspek kognitif, sosial, dan emosional anak.

Lebih jauh lagi, guru berperan sebagai fasilitator sekaligus pengamat yang peka terhadap dinamika interaksi anak. Saat anak bermain, guru dapat mengamati bagaimana mereka berkomunikasi, bernegosiasi, atau menyelesaikan konflik, lalu memberikan arahan atau intervensi ringan bila diperlukan. Dengan cara ini, guru tidak hanya memastikan keamanan, tetapi juga membantu anak belajar mengatur emosi, memahami aturan, dan membangun hubungan sosial yang positif. Guru juga dapat

memberikan refleksi sederhana setelah bermain, misalnya dengan mengajak anak berbicara tentang pengalaman mereka, apa yang mereka rasakan, dan bagaimana mereka bekerja sama dengan teman (Fitriah & Purposari, 2022).

Kesimpulan dan Saran

Bermain menjadi landasan esensial bagi perkembangan sosial-emosional anak usia dini. Melalui berbagai bentuk permainan—baik yang bebas, terstruktur, maupun tradisional—anak berkesempatan untuk mengenali dan mengendalikan emosi, berlatih berkomunikasi, bekerja sama, serta menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif. Mukhlis & Mbelo (2019) menunjukkan bahwa permainan tradisional mampu menstimulasi lima kompetensi utama dalam Social Emotional Learning (SEL). Oleh karena itu, pembelajaran berbasis bermain tidak hanya sesuai dengan tahap perkembangan anak, tetapi juga memperkuat nilai-nilai budaya lokal.

Keberhasilan penerapan pendekatan ini menuntut peran guru sebagai perancang sekaligus fasilitator yang sensitif terhadap dinamika interaksi anak, didukung oleh lingkungan PAUD yang aman, kaya stimulasi, serta keterlibatan orang tua agar perkembangan sosial-emosional berlangsung berkesinambungan. Dengan demikian, guru perlu meningkatkan keterampilan dalam merancang permainan yang bermakna, lembaga PAUD harus menyediakan fasilitas bermain yang memadai, orang tua diharapkan melanjutkan stimulasi di rumah, peneliti perlu memperdalam kajian tentang permainan berbasis budaya, dan pembuat kebijakan sebaiknya memperkuat kurikulum PAUD yang menempatkan bermain sebagai pendekatan utama.

Daftar Pustaka

- Fitriah, N., & Purposari, L. F. (2022). *Pengembangan Game-Based Learning with Assesment dalam Pembelajaran Literasi Keuangan di Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini*. 197410162009012000, 1–46. <https://repository.uin-malang.ac.id/17039/>
- Helm-Murtagh, S. C. (2022). Emotional intelligence. *Leadership in Practice: Essentials for Healthcare and Public Health Leaders*, 77–96. <https://doi.org/10.1891/9780826149244.0005>
- Hulluqy, M. (2018). *Pengembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Dengan Metode Keterampilan (Self Training) Pada Kelompok B3 Di Tkit Salsabila*.
- Mukhlis, A., & Mbelo, F. H. (2019). Analisis Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Pada Permainan Tradisional. *Preschool*, 1(1), 11–28. <https://repository.uin-malang.ac.id/6174/>
- Susanti, R. A., Wahyuningtyas, D. P., & Mufidah, N. (2025). Development of Traditional Game Media for Social Skills of Early Childhood with Special Needs. *Jurnal Humanitas: Katalisator Perubahan Dan Inovator Pendidikan*, 11(3), 654–671. <https://repository.uin-malang.ac.id/24908/>