JECIE (Journal of Early Childhood and Inclusive Education)
Volume 9, Nomor 2, Juli 2026, pp. 291-295
ISSN 2599-2759 (online), 2614-4387 (print)
DOI: https://doi.org/10.31537/jecie.v9i2.3016

Analisis Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini melalui Kegiatan Bermain Lego, Bermain Lompat Karet, dan Bermain Memasak Puding

Nur Syifa[1,*)], Nida Fauziah[2)], Siti Hayatun Nufus[3)], Rasyatul Maharani[4)], Evi Fitria[5)]

[1,2,3,4)] Universitas Muhammadiyah Tangerang, Jl. Perintis Kemerdekaan, Indonesia
[*)] Email corresponding author: sn8175723@gmail.com

Abstrak

Perkembangan sosial emosional merupakan salah satu aspek penting dalam pendidikan anak usia dini yang berperan dalam membentuk kemampuan anak untuk berinteraksi, mengelola emosi, bekerja sama, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Perkembangan ini tidak dapat dipisahkan dari pengalaman bermain yang bermakna dan sesuai dengan karakteristik anak. Bermain dipandang sebagai sarana utama pembelajaran anak usia dini karena memberikan kesempatan bagi anak untuk belajar secara alami melalui interaksi sosial dan pengalaman langsung. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perkembangan sosial emosional anak usia dini melalui kegiatan bermain lego, bermain lompat karet, dan bermain memasak puding. Metode penelitian yang digunakan adalah observasi deskriptif kualitatif dengan subjek empat orang anak usia 5–7 tahun. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pengamatan langsung dan pencatatan perilaku anak selama kegiatan bermain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bermain lego mampu mengembangkan kerja sama, kesabaran, dan perilaku prososial; bermain lompat karet menstimulasi kemampuan mengikuti aturan, kontrol diri, dan regulasi emosi; sedangkan bermain memasak puding berkontribusi dalam mengembangkan kemandirian, tanggung jawab, komunikasi, dan kepercayaan diri anak. Temuan ini menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis bermain merupakan strategi yang efektif dalam mengoptimalkan perkembangan sosial emosional anak usia dini secara terpadu.

Kata kunci: *Anak Usia Dini, Perkembangan Sosial Emosional, Bermain Lego, Lompat Karet, Memasak Puding*

Abstract

Social-emotional development is a crucial aspect of early childhood education that plays a vital role in shaping a child's ability to interact, manage emotions, cooperate, and adapt to their social environment. This development is inseparable from meaningful play experiences tailored to the child's characteristics. Play is viewed as the primary medium for early childhood learning, offering opportunities for children to learn naturally through social interaction and direct experience. This study aims to analyze the social-emotional development of young children through Lego play, rubber rope skipping, and cooking pudding. The research method employed is descriptive qualitative observation, with subjects consisting of four children aged 5–7 years. Data collection techniques were conducted through direct observation and recording of children's behavior during play activities. The results indicate that playing with Lego fosters cooperation, patience, and prosocial behavior; rubber rope skipping stimulates the ability to follow rules, self-control, and emotional regulation; while cooking pudding contributes to developing independence, responsibility, communication, and self-confidence in children. These findings demonstrate that play-based learning is an effective strategy in optimizing the integrated social-emotional development of young children.

Keywords: *Early Childhood, Social-Emotional Development, Playing with Lego, Jumping with Rubber, Cooking Pudding*

Copyright (c) 2026 JECIE (Journal of Early Childhood and Inclusive Education).
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Masa anak usia dini merupakan tahap awal kehidupan yang memiliki peranan penting dalam menentukan kualitas perkembangan anak pada masa selanjutnya. Pada fase ini, anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat sehingga sering disebut sebagai masa emas perkembangan yang memerlukan stimulasi yang tepat dan berkelanjutan agar seluruh aspek perkembangan dapat berkembang secara optimal, terutama aspek sosial emosional (Permono, 2013).

Perkembangan sosial emosional berkaitan dengan kemampuan anak dalam mengenali, mengekspresikan, dan mengendalikan emosi, serta membangun hubungan sosial yang positif dengan lingkungan sekitarnya. Kemampuan ini berkembang melalui proses interaksi sosial yang berkesinambungan dan pengalaman langsung yang dialami anak dalam kehidupan sehari-hari, sehingga menjadi fondasi penting bagi keberhasilan anak dalam beradaptasi dan bersosialisasi di masa depan (Hurlock, 2011).

Pada pendidikan anak usia dini, bermain dipandang sebagai pendekatan pembelajaran yang paling sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan perkembangan anak. Bermain memberikan kesempatan bagi anak untuk mengekspresikan perasaan, belajar mengelola emosi, serta memahami aturan dan peran sosial secara alami melalui pengalaman yang menyenangkan dan bermakna (Piaget, 1962). Selain itu, bermain juga memiliki fungsi sosial yang kuat karena melibatkan interaksi antara anak dengan teman sebaya maupun orang dewasa. Melalui interaksi tersebut, anak belajar bekerja sama, berkomunikasi, dan menyelesaikan konflik sederhana yang muncul selama kegiatan bermain berlangsung, sehingga mendukung perkembangan sosial emosional anak secara optimal (Vygotsky, 1978).

Bermain bukan sekadar aktivitas pengisi waktu, melainkan merupakan sarana belajar yang bermakna bagi anak usia dini. Melalui kegiatan bermain, anak dapat mengembangkan kemampuan regulasi emosi, kontrol diri, empati, dan rasa percaya diri secara bertahap sesuai dengan tahap perkembangannya (Fitria, 2018). Kegiatan bermain yang melibatkan interaksi sosial juga mendorong munculnya perilaku prososial seperti berbagi, menolong, dan bekerja sama dengan teman (Fitria, 2019).

Berbagai jenis permainan dapat dimanfaatkan sebagai sarana pengembangan sosial emosional anak. Permainan konstruktif seperti bermain lego memberikan kesempatan bagi anak untuk bekerja sama, bernegosiasi, serta mengekspresikan ide dan imajinasi dalam bentuk nyata, sehingga melatih kesabaran dan kemampuan sosial anak (Fitria, 2019). Sementara itu, permainan tradisional seperti lompat karet membantu anak belajar mengikuti aturan, menunggu giliran, serta mengendalikan emosi ketika menghadapi tantangan atau kegagalan dalam permainan (Fitria, 2020).

Selain permainan tersebut, kegiatan life skill sederhana seperti memasak juga memiliki peran penting dalam membentuk sosial emosional anak. Melalui kegiatan memasak, anak belajar bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan, bekerja sama dengan teman, serta membangun rasa percaya diri ketika berhasil menyelesaikan kegiatan bersama-sama (Fitria, 2021). Kegiatan ini juga melatih anak untuk bersabar, berkomunikasi, dan menghargai proses kerja kelompok (Mayar, 2013).

Namun, dalam praktik pembelajaran di lembaga pendidikan anak usia dini, kegiatan bermain sering kali belum dimanfaatkan secara maksimal sebagai sarana pengembangan sosial emosional anak. Pembelajaran masih cenderung berorientasi pada pencapaian akademik, sementara pengalaman bermain yang bermakna kurang mendapatkan perhatian, sehingga berdampak pada kurang optimalnya perkembangan sosial emosional anak (Fitria, 2018).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis perkembangan sosial emosional anak usia dini melalui kegiatan bermain lego, bermain lompat karet, dan bermain memasak puding. Melalui observasi terhadap ketiga jenis permainan

tersebut, diharapkan dapat diperoleh gambaran nyata mengenai peran pembelajaran berbasis bermain dalam mengembangkan kemampuan sosial emosional anak usia dini secara holistik dan berkelanjutan (Fitria, 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode observasi deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk memperoleh gambaran mendalam mengenai perkembangan sosial emosional anak usia dini melalui pengalaman bermain yang dialami secara langsung dalam situasi alami. Subjek penelitian terdiri dari empat orang anak usia 5–7 tahun. Kegiatan observasi dilakukan pada masa liburan sekolah di lingkungan tempat tinggal anak. Penelitian dilaksanakan oleh kelompok mahasiswa Universitas Muhammadiyah Tangerang dengan tetap memperhatikan prinsip etika penelitian, seperti menjaga kenyamanan anak dan tidak mengganggu aktivitas bermain anak.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap perilaku anak selama kegiatan bermain lego, bermain lompat karet, dan bermain memasak puding. Observasi difokuskan pada indikator perkembangan sosial emosional, yang meliputi kemampuan kerja sama, kontrol diri, regulasi emosi, perilaku prososial, komunikasi, kemandirian, serta kemampuan mengikuti aturan selama kegiatan bermain berlangsung. Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar observasi dan catatan lapangan untuk mencatat perilaku dan respon emosional anak secara sistematis. Lembar observasi digunakan untuk memantau keterlibatan anak dalam kegiatan bermain, sedangkan catatan lapangan digunakan untuk merekam peristiwa penting, interaksi sosial, serta respon emosional yang muncul selama kegiatan.

Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif kualitatif dengan cara mengelompokkan hasil observasi berdasarkan aspek sosial emosional yang diamati. Selanjutnya, temuan lapangan diinterpretasikan dengan mengaitkan perilaku anak selama bermain dengan teori perkembangan sosial emosional dan pembelajaran berbasis bermain. Proses analisis dilakukan secara berkesinambungan sejak pengumpulan data hingga penarikan kesimpulan untuk memperoleh gambaran yang utuh mengenai perkembangan sosial emosional anak usia dini melalui kegiatan bermain.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi terhadap empat anak usia 5–7 tahun, tiga jenis aktivitas bermain—bermain lego, permainan tradisional lompat karet, dan kegiatan memasak puding—menunjukkan kontribusi yang beragam namun saling melengkapi terhadap perkembangan sosial emosional anak. Pada ketiga kegiatan tersebut terlihat pola yang konsisten dalam aspek kerja sama, regulasi emosi, perilaku prososial, kepatuhan terhadap aturan, empati, serta tanggung jawab, yang menunjukkan bahwa konteks bermain yang terstruktur maupun semi-terstruktur mendukung pertumbuhan sosial emosional secara menyeluruh.

Bermain lego sebagai bentuk permainan konstruktif memberikan stimulasi kuat terhadap kemampuan kerja sama, kesabaran, dan interaksi prososial. Anak terlibat dalam komunikasi aktif, bertukar ide, serta berkolaborasi dalam menyusun bangunan. Mereka berbagi alat dan bahan, melakukan negosiasi sederhana terhadap pilihan bentuk, serta belajar menunggu giliran. Ketika menghadapi kesulitan atau hasil yang tidak sesuai harapan, anak menunjukkan kemampuan regulasi emosi dengan mencoba kembali, menerima bantuan teman, dan tetap terlibat dalam aktivitas. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa permainan konstruktif efektif dalam menumbuhkan perilaku prososial dan kemampuan pemecahan masalah bersama melalui pengalaman langsung dan interaksi kelompok.

Permainan lompat karet memberikan pengalaman sosial yang berbasis aturan dan dilakukan secara berkelompok, sehingga menuntut anak untuk mengendalikan emosi dan mematuhi kesepakatan bersama. Anak belajar menunggu giliran, mengikuti aturan permainan, serta menerima hasil dengan sikap sportif. Hasil observasi menunjukkan bahwa anak umumnya mampu menerima kegagalan tanpa reaksi emosional berlebihan dan terdorong untuk mencoba kembali. Selain itu, muncul interaksi sosial yang positif berupa saling menyemangati dan memberi dukungan, baik secara verbal maupun nonverbal. Hal ini menunjukkan berkembangnya empati dan respon sosial positif. Permainan tradisional berbasis kelompok terbukti menjadi media alami untuk melatih disiplin, kontrol diri, dan regulasi emosi melalui pengalaman nyata.

Kegiatan memasak puding sebagai aktivitas life skill sederhana memperlihatkan kontribusi yang menonjol dalam aspek tanggung jawab, kepercayaan diri, kerja sama, dan ekspresi emosi positif. Anak mengikuti instruksi, menerima pembagian tugas, dan menjalankan peran masing-masing dengan cukup konsisten. Selama proses berlangsung, anak tampak antusias dan percaya diri. Ekspresi senang, bangga, dan puas muncul ketika kegiatan berhasil diselesaikan. Aktivitas ini juga melatih kesabaran, terutama saat anak harus menunggu tahapan proses selesai. Keterlibatan langsung dalam tugas yang bermakna membuat anak merasa dipercaya dan dihargai, sehingga memperkuat keterlibatan emosional positif dan rasa mampu. Kegiatan berbasis life skill juga mendorong anak menghargai hasil kerja bersama dan memperkuat kebersamaan kelompok.

Secara keseluruhan, temuan menunjukkan bahwa berbagai jenis permainan—permainan konstruktif, permainan tradisional berbasis aturan, dan permainan berbasis life skill—memberikan stimulasi sosial emosional yang berbeda tetapi saling menguatkan. Permainan konstruktif menekankan kolaborasi dan komunikasi pemecahan masalah; permainan tradisional memperkuat kepatuhan aturan, kontrol emosi, dan solidaritas; sedangkan kegiatan life skill menumbuhkan tanggung jawab, kepercayaan diri, dan kepuasan emosional melalui keterlibatan bermakna.

Dengan demikian, pembelajaran berbasis bermain terbukti berperan penting dalam pengembangan sosial emosional anak usia dini. Bermain tidak hanya berfungsi sebagai sarana rekreasi, tetapi juga sebagai media pembelajaran holistik. Oleh karena itu, pendidik perlu merancang lingkungan belajar yang mendukung, menyenangkan, dan kaya variasi jenis permainan agar perkembangan sosial emosional anak dapat berkembang secara optimal dan berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil observasi dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kegiatan bermain lego, bermain lompat karet, dan bermain memasak puding memberikan kontribusi yang positif terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini. Ketiga jenis kegiatan bermain tersebut mampu menstimulasi berbagai aspek sosial emosional anak secara terpadu melalui pengalaman langsung dan interaksi sosial yang bermakna. Bermain lego berperan dalam mengembangkan kemampuan kerja sama, kesabaran, komunikasi, serta perilaku prososial anak melalui aktivitas konstruktif yang melibatkan interaksi dengan teman sebaya. Bermain lompat karet efektif dalam melatih kemampuan mengikuti aturan, kontrol diri, sportivitas, serta regulasi emosi anak dalam situasi bermain kelompok. Sementara itu, kegiatan bermain memasak puding memberikan pengalaman life skill yang mendukung perkembangan kemandirian, tanggung jawab, kepercayaan diri, serta kemampuan mengelola emosi anak selama proses kegiatan berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

Fitria, E. (2018). Pembelajaran Anak Usia Dini Berbasis Bermain. Tangerang: UMT Press. (artikel terkait studi bermain lego online di Ceria Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini) http://jurnal.umt.ac.id/index.php/ceria/issue/view/432

Hurlock, E. B. (2011). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga. jurnal psikologi dan pendidikan anak usia dini sebagai rujukan pokok teori perkembangan.

Mayar, F. (2013). Perkembangan Sosial Anak Usia Dini Sebagai Bibit untuk Masa Depan Bangsa. *Al-Ta'lim Journal*, 20(3), 459–464.

Permono, H. (2013). Peran orang tua dalam optimalisasi tumbuh kembang anak untuk membangun karakter anak usia dini. *Prosiding Seminar Nasional Parenting*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Piaget, J. (1962). *Play, Dreams and Imitation in Childhood*. New York: Norton.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Ajeng Rahayu Tresna Dewi, Mira Mayasarokh, Eva Gustiana (2020). Perilaku Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*. https://e-journal.hamzanwadi.ac.id/index.php/jga/article/view/2233

Hurlock, Elizabeth B. (1999). *Perkembangan Anak*. Jakarta: PT Erlangga.

Fitria, E. (2019). *Strategi Pembelajaran Holistik PAUD*. Tangerang: UMT Press.

Fitria, E. (2020). *Bermain dan Perkembangan Sosial Emosional Anak*. Tangerang: UMT Press.

Fitria, E. (2021). *Life Skill Anak Usia Dini*. Tangerang: UMT Press.