

PERAN PERMAINAN PETAK UMPET DALAM MENSTIMULASI PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSIONAL ANAK USIA DINI DI TK IT AMINAH, BANDA ACEH

Rizky Alparizi Pratama¹, Sri Nurhayati Selian^{2*}

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Aceh, Banda Aceh, Indonesia

Korrespondensi E-Mail: seliansrinurhayati@gmail.com

Abstrak

Perkembangan sosial dan emosional anak sangat terbantu oleh kegiatan bermain, seperti permainan petak umpet, yang mempertimbangkan karakteristik individu masing-masing anak. Namun, kajian kualitatif yang menelaah proses interaksi anak selama bermain petak umpet serta peran pendampingan guru masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana permainan petak umpet menstimulasi perkembangan sosial dan emosional anak usia prasekolah. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dan dilaksanakan pada bulan September hingga Oktober 2026 di TK IT Aminah, Banda Aceh. Melalui strategi pemilihan purposif, seorang guru dan tiga orang murid dipilih sebagai informan. Data yang diperoleh dari catatan tertulis, wawancara mendalam, dan observasi langsung dianalisis menggunakan metode Miles dan Huberman. Keabsahan hasil penelitian dipastikan melalui triangulasi sumber dan prosedur. Meskipun setiap anak memiliki keunikan tersendiri, penelitian menunjukkan bahwa bermain petak umpet bersama orang lain dapat membantu anak belajar bekerja sama, mematuhi aturan, bersabar, mengendalikan emosi, memahami sudut pandang orang lain, serta membangun harga diri. Anak dengan kepribadian ekstrover cenderung menunjukkan hampir semua karakteristik tersebut; anak yang pemalu memerlukan dorongan yang lembut; sementara anak yang sangat energik akan lebih terbantu dengan panduan yang lebih jelas serta penguatan yang konsisten dari guru. Dengan demikian, permainan petak umpet terutama jika disertai dengan bimbingan guru yang mempertimbangkan keunikan setiap anak memiliki potensi besar untuk mendukung perkembangan sosial dan emosional anak usia dini. Temuan ini berkontribusi sebagai dasar bagi guru pendidikan anak usia dini dalam merancang kegiatan bermain tradisional yang disesuaikan dengan karakteristik setiap anak.

Kata kunci: Anak Usia Dini; Petak Umpet; Perkembangan Sosial Emosional; Permainan Tradisional

Abstract

A child's social and emotional development is greatly aided by play activities, such as hide-and-seek, that take into account children's individual characteristics. However, qualitative studies that examine children's interactions during hide-and-seek and the role of teacher guidance remain limited. This study aims to describe how hide-and-seek stimulates the social and emotional development of preschool children. Using a descriptive qualitative approach, the study was conducted from September to October 2026 at TK IT Aminah in Banda Aceh. A teacher and three pupils were selected as informants using purposive sampling. Data obtained through written records, in-depth interviews, and direct observation were analyzed using the Miles and Huberman approach. Trustworthiness of the findings was established through triangulation of sources and methods. While every child is unique, the findings show that playing hide-and-seek with others can help young children work together, follow rules, be patient, regulate their emotions, understand others' perspectives, and build self-esteem. An extroverted child displayed nearly all of these characteristics; a shy child required gentle encouragement; and a highly energetic child benefited from clearer guidance and consistent reinforcement from the teacher. Therefore, hide-and-seek, especially when accompanied by teacher guidance that considers each child's uniqueness, has great potential to support the social and emotional development of young children. These findings contribute a basis for early childhood teachers in designing traditional play activities that are adapted to each child's characteristics.

Keywords: Early Childhood; Hide-And-Seek; Socio-Emotional Development; Traditional Games

1. PENDAHULUAN

Masa bayi dan tahun-tahun awal masa kanak-kanak merupakan periode perkembangan pesat bagi berbagai kemampuan dasar, termasuk kemampuan yang mendukung kesehatan sosial dan emosional. Kemampuan untuk mengendalikan perilaku dalam lingkungan sosial, mengekspresikan serta memahami emosi diri sendiri, bekerja sama dengan orang lain, dan mengikuti norma sosial merupakan bagian dari perkembangan sosial-emosional anak. Oleh karena itu, bermain menjadi sarana yang sangat baik untuk membantu anak membangun keterampilan sosial dan emosional yang penting bagi perkembangan mereka di usia dini.

Melalui kegiatan bermain, anak mempelajari keterampilan sosial yang krusial, seperti cara berkomunikasi dengan orang lain, mengekspresikan diri, dan bekerja sama dalam kelompok. Dalam konteks pendidikan anak usia dini, meta-analisis dan tinjauan sistematis oleh Alotaibi (2024) menunjukkan bahwa bermain dapat meningkatkan partisipasi anak serta mendukung perkembangan sosial dan emosional mereka.

Permainan tradisional memungkinkan anak untuk terlibat dalam interaksi langsung dengan teman sebaya. Melalui kegiatan ini, anak tidak hanya melakukan aktivitas fisik, tetapi juga mempelajari keterampilan hidup yang penting, seperti berbagi, bergantian, bekerja sama, serta memahami dinamika menang dan kalah. Wariyanti et al. (2022) menemukan bahwa permainan tradisional berkontribusi terhadap perkembangan sosial dan emosional anak usia dini. Senada dengan itu, Sudaryanti et al. (2024) menguraikan bagaimana permainan klasik dapat mendukung perkembangan mental dan fisik anak. Banyak penelitian telah mengkaji pengaruh permainan tradisional terhadap perkembangan sosial dan emosional anak. Contoh permainan tersebut antara lain bakiak (balap sandal kayu) dan engklek (permainan melompat di atas petak-petak yang digambar di tanah), dayakan (Karomah et al., 2023), dan congklak (Nurjani, Yan & Sopiarti 2022), maupun melalui permainan tradisional secara umum (Ashar et al., 2024; Atusholichah, Badik et al., 2022; Aulia dan Sudaryanti 2023; Lismayani dan pratama, isbar 2023; Riskayanti et al., 2013; Yusria et al., 2023).

Permainan tradisional seperti petak umpet memiliki kemampuan untuk mendukung perkembangan sosial-emosional (Fitri et al., 2022). Dalam permainan ini, anak-anak bermain bersama dengan mengikuti aturan tertentu, seperti menentukan siapa yang menjadi penjaga (orang yang bertugas menghitung dan mencari pemain lain), bersembunyi, menunggu giliran, serta mematuhi ketentuan yang telah disepakati bersama. Baik saat menunggu, ditemukan, mencari orang lain, maupun menerima hasil permainan, anak-anak belajar mengelola emosi mereka, sembari tetap mendapatkan kesempatan untuk berinteraksi secara langsung dengan orang lain. Menurut Evi dan Sofarina (2023), keterampilan sosial anak dapat dikembangkan melalui permainan petak umpet.

Berbagai penelitian telah mengkaji hubungan antara permainan tradisional dengan perkembangan sosial-emosional. Sebagai contoh, Nuriyah et al. (2022) menemukan bahwa permainan klasik memiliki potensi untuk menstimulasi serta mengembangkan kecenderungan sosial dan emosional pada anak. Namun, sebagian penelitian terdahulu lebih banyak menggunakan pendekatan kuantitatif, eksperimen, atau penelitian tindakan untuk melihat perubahan kemampuan anak setelah diberikan permainan. Evi dan Sofarina (2023) secara khusus mengkaji *hide and seek* dalam kaitannya dengan keterampilan sosial dan melaporkan peningkatan yang signifikan, tetapi kajian yang menelaah proses interaksi anak selama bermain secara mendalam masih terbatas. Kondisi tersebut menunjukkan adanya ruang untuk mengkaji permainan petak umpet secara lebih mendalam melalui pendekatan kualitatif, khususnya dengan mengamati proses interaksi dan pengalaman sosial emosional anak selama permainan berlangsung.

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji permainan petak umpet secara khusus. Harahap et al. (2022) menggunakan desain pra-eksperimen satu kelompok *pretest-posttest* pada anak kelompok B di Kabupaten Deli Serdang dan melaporkan peningkatan kemampuan sosial emosional anak setelah bermain petak umpet. Dwiyanti et al. (2023) melalui penelitian eksperimen kuantitatif pada 12 anak kelompok B di Kota Palu menemukan pengaruh yang

signifikan dari permainan petak umpet terhadap perkembangan sosial emosional anak. Di Banda Aceh, Malia et al. (2023) menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menelaah perkembangan sosial emosional 16 anak kelompok B1 dan menemukan bahwa sebagian besar anak berada pada kategori mulai berkembang, dengan kendala berupa anak yang kurang fokus serta suasana hati anak dari rumah. Di sisi lain, Muharrahman et al. (2023) menunjukkan bahwa petak umpet masih dimainkan anak usia dini tetapi mulai tergeser oleh gawai, sedangkan Affia et al. (2026) melalui studi literatur menyimpulkan bahwa petak umpet dapat meningkatkan interaksi sosial, kepatuhan terhadap aturan, kerja sama, dan kemampuan mengelola emosi anak. Penelitian-penelitian tersebut umumnya menguji pengaruh perlakuan, menilai capaian perkembangan anak dalam kategori tertentu, atau berupa kajian pustaka, sehingga uraian mendalam mengenai bagaimana anak dengan karakter yang berbeda berinteraksi selama bermain petak umpet dan bentuk pendampingan guru yang menyertainya masih terbatas.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) pada fokus kajiannya, yaitu tidak hanya melihat apakah permainan petak umpet berpengaruh terhadap perkembangan anak, tetapi juga menelaah bagaimana perkembangan sosial dan emosional anak usia dini terbantu melalui permainan petak umpet dengan memperhatikan karakteristik anak yang berbeda dan peran pendampingan guru. Aspek yang ditelaah meliputi berkomunikasi dengan teman sebaya, bekerja sama, mengikuti aturan, bergantian, menunjukkan empati, memiliki kepercayaan diri, serta kemampuan untuk mengekspresikan dan mengendalikan emosi saat bermain. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan dalam pemahaman mengenai dinamika sosial dan emosional yang terjadi dalam permainan petak umpet pada anak-anak.

Bermain memberikan pengalaman langsung kepada anak, yang diyakini sebagai sarana pembelajaran paling efektif. Melalui interaksi dengan orang lain saat bermain, anak-anak mempelajari keterampilan sosial yang penting, berlatih mengendalikan emosi diri, serta mendapatkan wawasan mengenai tindakan orang lain. Sebuah meta-analisis oleh Nat, der et al. (2024) menemukan bahwa kemampuan sosial pada masa kanak-kanak awal memiliki korelasi positif dengan permainan imajinatif (berpura-pura). Meskipun bukan termasuk jenis permainan berpura-pura, permainan petak umpet tetap memberikan manfaat bagi anak-anak melalui kesempatan untuk terlibat aktif dan berinteraksi. Saat bermain petak umpet dengan teman sekelasnya, anak-anak memperoleh keterampilan sosial yang berharga karena mereka harus bekerja sama dalam memahami aturan permainan, berinteraksi, berkomunikasi, dan mengelola emosi.

Dengan gagasan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan memahami bagaimana permainan petak umpet dapat mendukung perkembangan sosial-emosional anak usia prasekolah, termasuk bagaimana permainan tersebut memfasilitasi interaksi antara guru dan murid serta permainan kelompok. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu guru merancang kegiatan berbasis permainan dalam pendidikan anak usia dini dengan memanfaatkan permainan tradisional yang mudah dipelajari, menyenangkan, dan memiliki nilai intrinsik untuk mendukung perkembangan sosial serta emosional anak.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Pengumpulan data dilakukan antara bulan September hingga Oktober 2026 di TK IT Aminah, Banda Aceh. Subjek penelitian terdiri dari tiga orang murid, dengan seorang guru yang berperan sebagai informan pendukung. Seluruh partisipan dipilih secara purposif (sengaja) karena dianggap mampu membantu pencapaian tujuan penelitian. Metode pengumpulan data yang digunakan meliputi dokumentasi mendetail, wawancara semi-terstruktur, dan observasi. Selama observasi, peneliti mengamati indikator-indikator seperti kepercayaan diri, empati, regulasi diri, kerja sama, kepatuhan terhadap aturan, kemampuan menunggu giliran, serta ekspresi emosional. Wawancara dengan guru dilakukan untuk menggali lebih dalam mengenai perilaku sosial-emosional anak dan arahan yang diberikan guru selama permainan berlangsung. Informasi tambahan diperoleh melalui dokumentasi. Dalam studi kualitatif ini, peneliti bertindak sebagai instrumen utama, yang didukung oleh protokol observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan merujuk pada metode yang diusulkan oleh Miles dan Huberman (1994), yang mencakup reduksi data, penyajian data, serta penarikan atau verifikasi kesimpulan. Triangulasi sumber dan metode yakni membandingkan data dari dokumentasi, wawancara, dan observasi digunakan untuk memastikan keabsahan data. Etika penelitian dijaga dengan memperoleh persetujuan dari pihak institusi serta orang tua/wali, menjaga kerahasiaan identitas anak, dan memastikan bahwa penelitian tidak mengganggu kenyamanan maupun waktu bermain mereka.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, permainan petak umpet menunjukkan adanya berbagai perilaku sosial dan emosional pada anak, seperti interaksi sosial, kerja sama, komunikasi, kemampuan mengikuti aturan, menunggu giliran, ekspresi emosi, pengendalian emosi, empati, dan kepercayaan diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku sosial emosional setiap anak tidak sama. Perbedaan tersebut terlihat dari karakteristik tiga subjek yang diamati, yaitu anak yang ramah dan rendah hati, anak yang pemalu dan pendiam, serta anak yang aktif dan cenderung sulit mengikuti aturan.

Pada Subjek 1, hampir seluruh aspek sosial emosional terlihat dengan baik. Anak langsung bergabung dalam permainan tanpa harus diminta, menyapa teman dengan ramah, mampu bekerja sama, serta membantu teman yang kesulitan. Anak juga mampu mengikuti aturan, menunggu giliran, menerima kekalahan, dan menunjukkan empati kepada teman. Ketika kalah atau ditemukan, anak tidak marah dan dapat kembali bermain dengan tenang. Anak juga menunjukkan kepercayaan diri dengan berani menjadi penjaga, memimpin berhitung, dan mengajak teman lain bermain. Temuan observasi menunjukkan bahwa hampir seluruh aspek sosial emosional yang diamati muncul selama permainan.

Berdasarkan hasil ini, anak-anak dapat melakukan lebih banyak komunikasi tatap muka dengan teman sekelasnya saat bermain petak umpet. Anak-anak perlu mampu berbicara satu sama lain, bekerja sama, mengikuti aturan, serta berlapang dada saat kalah dalam permainan. Hal ini selaras dengan temuan Evi dan Sofarina (2023), yang mengungkapkan bahwa guru berperan penting sebagai fasilitator dalam permainan petak umpet, yang dapat meningkatkan keterampilan sosial anak. Selain itu, sebagaimana dikemukakan oleh Alotaibi (2024), anak-anak dapat mengembangkan aspek sosial dan emosional melalui kegiatan pembelajaran berbasis permainan, yang mencakup pengalaman yang menarik, menghibur, dan interaktif.

Pada Subjek 2, perkembangan sosial emosional terlihat tetapi belum merata. Anak pada awalnya hanya mengamati permainan dari pinggir dan baru bergabung setelah mendapatkan ajakan dari guru atau teman. Interaksi dengan teman masih terbatas pada satu atau dua teman yang sudah dikenal. Anak mampu memahami dan mengikuti aturan serta menunggu giliran dengan baik, tetapi komunikasi, empati, dan kepercayaan dirinya masih terbatas. Anak lebih banyak memberikan respons melalui senyuman, anggukan, atau gelengan daripada menyampaikan pendapat secara langsung. Meskipun demikian, hasil wawancara dengan guru menunjukkan bahwa anak cenderung mulai lebih berani bergabung dan berbicara ketika mendapatkan dorongan serta pujian dari guru.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permainan tidak secara otomatis memberikan respons yang sama pada setiap anak. Karakteristik dan kesiapan sosial anak perlu menjadi perhatian dalam pelaksanaan kegiatan. Pada anak yang pemalu, permainan dapat menjadi media untuk melatih interaksi secara bertahap karena anak mendapatkan kesempatan berinteraksi tanpa tekanan yang berlebihan. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Sudaryanti et al. (2024), yang meninjau literatur terkait dan menyimpulkan bahwa permainan tradisional dapat membantu anak mengembangkan keterampilan sosial dan emosional, khususnya melalui interaksi dengan teman sekelas mereka. Dengan demikian, permainan petak umpet yang dilakukan oleh Subjek 2 sebaiknya tidak dipandang sebagai aktivitas yang secara instan memicu perubahan besar, melainkan sebagai wadah untuk melatih keterampilan sosial secara bertahap.

Pada Subjek 3, anak menunjukkan keberanian dan keaktifan yang tinggi dalam permainan. Anak mudah bergabung, banyak berbicara, dan berani berinteraksi dengan teman. Namun, keaktifan tersebut belum sepenuhnya diikuti kemampuan mengendalikan perilaku sosial. Anak masih sering menyela, berbicara dengan suara keras, mengabaikan kesepakatan, mengintip ketika berhitung, berpindah tempat sembunyi, dan sulit menunggu giliran. Ketika ditemukan atau kalah, anak terkadang marah, berteriak, menyangkal, dan menyalahkan teman. Empati juga masih terbatas karena anak terkadang menertawakan teman yang ditemukan atau kalah. Meskipun demikian, anak menjadi lebih tertib ketika diberikan peran sebagai penjaga dan mendapatkan penguatan positif dari guru.

Hasil tersebut memperlihatkan bahwa permainan petak umpet dapat menjadi media untuk melatih anak yang aktif dalam mengelola energi, mengikuti aturan, menunggu giliran, dan mengendalikan emosi. Namun, permainan membutuhkan pendampingan agar aktivitas tidak hanya menjadi kegiatan fisik, tetapi juga menjadi kesempatan belajar sosial. Hal ini sesuai dengan Wariyanti et al. (2022) yang menemukan bahwa permainan tradisional dapat digunakan untuk mengembangkan aspek sosial emosional anak melalui interaksi selama kegiatan bermain.

Interaksi Sosial dan Kerja Sama Anak

Menurut berbagai penelitian, anak-anak mampu berkomunikasi dengan lebih leluasa bersama teman sekelasnya saat bermain petak umpet. Subjek 1 menunjukkan interaksi paling baik dengan menyapa, mengajak teman bergabung, bekerja sama dalam mencari tempat persembunyian, dan membantu teman. Subjek 2 sudah mampu mengikuti interaksi, tetapi masih pasif dan membutuhkan ajakan dari orang lain. Sementara itu, Subjek 3 menunjukkan interaksi yang tinggi tetapi terkadang disertai perilaku mendominasi dan mengganggu teman.



Gambar 1. Anak Bermain Petak Umpet

Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa banyaknya interaksi tidak selalu berarti kualitas interaksi sudah baik. Subjek 3 memiliki keberanian berinteraksi yang tinggi, tetapi masih perlu belajar mendengarkan, menghargai teman, dan bekerja sama. Sebaliknya, Subjek 2 memiliki interaksi yang lebih sedikit, tetapi mampu mengikuti kesepakatan dan tidak mengganggu teman. Hasil-hasil ini mendukung penjelasan yang dikemukakan oleh Sudaryanti et al. (2024) bahwa permainan konvensional memungkinkan para pemain untuk berinteraksi dengan teman sebaya mereka.

Pola interaksi tersebut dapat dibaca melalui kategori partisipasi sosial anak prasekolah yang dikemukakan Parten (1932), mulai dari perilaku mengamati (*onlooker*) hingga bermain kooperatif. Subjek 2 pada awalnya hanya mengamati dari pinggir dan baru bergabung setelah diajak, sedangkan Subjek 1 sudah menunjukkan permainan kooperatif ketika bekerja sama mencari tempat persembunyian dan membantu teman. Hal ini menunjukkan bahwa perpindahan anak dari pengamat menjadi pemain aktif dapat difasilitasi oleh ajakan guru atau teman sebaya, sejalan dengan catatan Malia et al. (2023) bahwa anak kelompok B1 masih memerlukan arahan dan bantuan guru.

Selain itu, Nat, der et al. (2024) menemukan adanya hubungan positif antara bermain peran (*pretend play*) dan kompetensi sosial anak usia dini, meskipun kekuatan hubungan tersebut dapat dipengaruhi oleh kualitas dan karakteristik permainan. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian bahwa manfaat permainan petak umpet tidak hanya ditentukan oleh kegiatan bermainnya, tetapi juga oleh bagaimana anak berinteraksi selama permainan berlangsung.

Kemampuan Mengikuti Aturan, Menunggu Giliran, dan Mengendalikan Emosi

Permainan petak umpet memiliki aturan yang harus dipatuhi oleh semua pemain, seperti menentukan penjaga, berhitung, mencari teman yang bersembunyi, serta bergantian memainkan peran. Berdasarkan hasil penelitian, Subjek 1 mampu memahami dan mengikuti aturan dengan baik serta sabar menunggu giliran. Subjek 2 juga menunjukkan kepatuhan terhadap aturan dan mampu menunggu giliran tanpa merebut kesempatan teman. Sementara itu, Subjek 3 memahami aturan tetapi belum konsisten dalam menerapkannya dan masih membutuhkan pengingat dari guru.

Kemampuan mengikuti aturan dan menunggu giliran merupakan bagian penting dalam perkembangan sosial emosional karena anak belajar bahwa kegiatan bersama memiliki aturan yang harus dihargai. Dalam permainan, anak juga belajar menghadapi situasi ketika keinginannya tidak langsung terpenuhi. Subjek 1 menunjukkan kemampuan regulasi emosi

yang baik karena mampu menerima kekalahan dan kembali bermain. Subjek 2 mampu mengendalikan emosi tetapi cenderung tidak mengungkapkan kekecewaannya. Sementara itu, Subjek 3 masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi ketika menghadapi kekalahan atau tidak memperoleh giliran.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa permainan petak umpet dapat menjadi situasi alami bagi anak untuk berlatih mengelola emosi. Namun, proses tersebut membutuhkan pengulangan dan pendampingan. Dengan demikian, permainan lebih tepat dipandang sebagai media stimulasi, bukan sebagai satu-satunya faktor yang menentukan perkembangan sosial emosional anak. Pandangan ini sejalan dengan Bariya dan Selian (2026) yang menunjukkan bahwa permainan origami dapat mendorong kreativitas anak usia dini apabila guru berperan sebagai fasilitator dan menyeimbangkan contoh, pendampingan, serta kebebasan berekspresi.

Jika dikaitkan dengan teori, temuan ini sejalan dengan pandangan Vygotsky (1978) bahwa bermain yang diatur oleh aturan menuntut anak menahan dorongan sesaat demi mengikuti aturan permainan, sehingga menjadi latihan pengendalian diri. Dalam petak umpet, anak harus menunggu hitungan selesai, tidak mengintip, dan menerima giliran menjadi penjaga. Subjek 1 dan Subjek 2 menunjukkan kemampuan tersebut, sedangkan Subjek 3 yang mengintip dan berpindah tempat sembunyi menunjukkan bahwa pengendalian diri belum terbentuk sepenuhnya dan masih bergantung pada pengingat guru. Kondisi ini dapat dipahami melalui gagasan zona perkembangan proksimal (Vygotsky, 1978), yakni kemampuan yang belum dapat dilakukan anak secara mandiri tetapi dapat dicapai dengan bantuan orang yang lebih mampu.

Dari sudut pandang regulasi emosi, yaitu proses yang memengaruhi emosi apa yang dialami, kapan emosi itu muncul, serta bagaimana emosi itu dialami dan diekspresikan (Gross, 1998), Subjek 1 tampak mampu mengatur reaksinya ketika kalah sehingga dapat kembali bermain. Subjek 2 cenderung menahan ekspresi kekecewaannya, yang dalam kerangka Gross (1998) dapat dipahami sebagai kecenderungan menekan ekspresi emosi (*expressive suppression*), meskipun interpretasi ini masih perlu dikonfirmasi dengan data tambahan. Subjek 3 yang marah, berteriak, dan menyalahkan teman ketika kalah menunjukkan regulasi emosi yang belum berkembang. Denham (1998) menempatkan kemampuan mengatur emosi sebagai salah satu komponen kompetensi emosional anak prasekolah, di samping mengekspresikan dan memahami emosi. Temuan pada Subjek 3 juga serupa dengan laporan Malia et al. (2023) bahwa sebagian anak laki-laki belum dapat menerima kekalahan dan menangis ketika harus menjadi penjaga.

Empati dan Kepercayaan Diri Anak

Aspek empati dan kepercayaan diri juga menunjukkan perbedaan pada ketiga subjek. Subjek 1 menunjukkan empati dengan menghibur teman yang sedih dan memberikan semangat kepada teman yang kalah. Anak juga memiliki kepercayaan diri yang baik karena berani berperan sebagai penjaga maupun pemain yang bersembunyi serta mengajak teman lain bermain. Pada Subjek 2, empati mulai terlihat dalam bentuk perhatian terhadap teman yang sedih, tetapi belum banyak diwujudkan melalui tindakan. Kepercayaan dirinya juga masih membutuhkan dukungan guru. Sementara itu, Subjek 3 memiliki kepercayaan diri yang tinggi, tetapi empatinya masih perlu dikembangkan karena terkadang menertawakan teman yang kalah atau ditemukan.

Temuan ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri dan empati merupakan dua aspek yang dapat berkembang dengan pola yang berbeda. Anak dapat memiliki keberanian tinggi tetapi

belum mampu menunjukkan empati secara optimal, sebagaimana terlihat pada Subjek 3. Sebaliknya, Subjek 2 memiliki kemampuan memahami keadaan teman tetapi masih kurang berani untuk mengekspresikan kepeduliannya. Oleh karena itu, sangat penting bagi para pendidik untuk memberikan stimulasi yang dipersonalisasi berdasarkan karakteristik unik setiap siswa.

Perbedaan pola tersebut dapat dijelaskan secara teoretis. Empati melibatkan kemampuan memahami dan merespons kondisi emosi orang lain, baik secara afektif maupun kognitif (Hoffman, 2000), sehingga anak yang aktif dan percaya diri seperti Subjek 3 belum tentu otomatis menunjukkan kepedulian ketika temannya kalah. Adapun kepercayaan diri berkaitan dengan keyakinan anak terhadap kemampuannya (*self-efficacy*), yang menurut Bandura (1977) bersumber antara lain dari pengalaman berhasil dan persuasi verbal berupa dorongan atau pujian dari orang lain. Hal ini tampak pada Subjek 2 yang lebih berani bergabung dan berbicara setelah mendapat dorongan dan pujian dari guru, serta pada Subjek 3 yang lebih tertib ketika diberi peran sebagai penjaga. Temuan serupa dilaporkan Malia et al. (2023), yakni guru memberi semangat dan meyakinkan anak bahwa ia mampu menemukan teman yang bersembunyi sehingga anak lebih percaya diri.

Sudaryanti et al. (2024) menemukan bahwa permainan tradisional dapat membantu anak-anak merasa lebih percaya diri, dan hasil penelitian kami mendukung klaim tersebut. Selain itu, melalui kegiatan bermain ini, anak-anak dapat berlatih membaca bahasa tubuh serta reaksi teman-teman mereka.

Peran Guru dalam Mengoptimalkan Permainan Petak Umpet

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru memiliki peran penting dalam mengoptimalkan manfaat permainan petak umpet. Pada Subjek 1, guru berperan menjelaskan aturan, mengawasi permainan, memberikan pujian, dan memberikan kesempatan kepada anak untuk membantu temannya. Pada Subjek 2, guru memberikan dorongan secara perlahan, mengajak anak tanpa memaksa, memasang dengan teman yang ramah, dan memberikan apresiasi terhadap keberanian anak. Pada Subjek 3, guru memberikan pengawasan lebih intensif, menjelaskan aturan secara tegas dan konsisten, memberikan tanggung jawab sebagai penjaga, menenangkan anak ketika emosinya meningkat, serta memberikan penguatan positif ketika anak mampu bermain secara tertib.

Temuan tersebut memperlihatkan bahwa pendampingan guru perlu disesuaikan dengan karakteristik anak. Anak yang sudah mampu berinteraksi dengan baik tidak memerlukan intervensi yang terlalu banyak, sedangkan anak yang pemalu membutuhkan dukungan yang lembut dan bertahap. Anak yang sangat aktif membutuhkan struktur, aturan yang jelas, tanggung jawab, dan penguatan positif. Pendekatan yang fleksibel memungkinkan kegiatan bermain memberikan manfaat yang lebih optimal.

Permainan Petak Umpet sebagai Media Stimulasi Sosial Emosional

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa perkembangan sosial dan emosional anak usia dini dapat ditingkatkan melalui permainan petak umpet. Permainan ini menempatkan anak-anak dalam situasi di mana mereka dapat melatih keterampilan sosial, seperti mendengarkan orang lain, mengikuti instruksi, mengekspresikan diri, belajar bergantian, berkomunikasi, serta mematuhi aturan.

Selain itu, hasil studi menunjukkan bahwa manfaat permainan ini bervariasi pada setiap anak. Subjek 1 menunjukkan kemampuan sosial-emosional yang cukup baik; Subjek 2

memerlukan sedikit dorongan; sedangkan Subjek 3 membutuhkan banyak bantuan. Hasil ini mengindikasikan bahwa petak umpet merupakan sarana yang efektif bagi anak untuk melatih keterampilan sosial sekaligus memberikan pengalaman sosial-emosional yang unik berdasarkan karakteristik individu masing-masing anak. Penggunaan permainan sebagai sarana stimulasi perkembangan anak juga sejalan dengan penelitian Rahyani & Selian (2026) mengenai penggunaan permainan puzzle dalam mengembangkan kemampuan kognitif anak usia dini, yang menekankan peran guru melalui scaffolding yang proporsional. Oleh karena itu, guru perlu merancang pendekatan yang beragam untuk mendukung siswanya.

Temuan ini memperkuat penelitian Evi dan Sofarina(2023), yang menunjukkan bahwa keterampilan sosial anak usia dini dapat ditingkatkan melalui permainan petak umpet dengan bimbingan guru. Hasil ini juga sejalan dengan studi Wariyanti et al. (2022) mengenai penggunaan permainan tradisional untuk pengembangan sosial-emosional anak. Lebih lanjut, Alotaibi (2024) menunjukkan bahwa, secara lebih luas, pembelajaran berbasis permainan dapat mendukung perkembangan sosial dan emosional anak usia dini.

Akan tetapi, temuan studi ini juga mengisyaratkan bahwa bermain petak umpet tidak secara otomatis menjamin peningkatan keterampilan sosial dan emosional. Hal ini dipengaruhi oleh aturan permainan, karakteristik unik anak, kualitas interaksi yang terjadi, serta arahan dari guru. Nat, der et al. (2024) menemukan adanya hubungan positif antara bermain peran (pretend play) dengan kompetensi sosial. Temuan ini cukup signifikan karena menunjukkan bahwa kualitas permainan dan karakteristik individu anak merupakan faktor penting dalam memahami hubungan tersebut.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian dan perdebatan menunjukkan bahwa permainan petak umpet merupakan kegiatan yang sangat baik untuk mendukung perkembangan sosial dan emosional anak usia dini. Melalui permainan ini, anak-anak dapat melatih keterampilan sosial, kerja sama, komunikasi, kepatuhan terhadap aturan, kemampuan bergantian, pengaturan emosi, empati, serta rasa percaya diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku sosial emosional setiap anak berbeda sesuai dengan karakteristiknya. Subjek yang ramah menunjukkan kemampuan sosial emosional yang lebih baik, subjek yang pemalu membutuhkan dorongan secara bertahap, sedangkan subjek yang aktif membutuhkan aturan dan pendampingan yang lebih konsisten.

Permainan petak umpet juga memberikan pengalaman belajar yang berlangsung secara alami melalui kegiatan bermain. Namun, manfaat permainan akan lebih optimal apabila didukung oleh peran guru dalam memberikan aturan yang jelas, memberikan kesempatan secara bergantian, serta menyesuaikan pendampingan dengan karakteristik dan kebutuhan masing-masing anak. Oleh karena itu, permainan petak umpet bukan sekadar permainan yang menyenangkan; permainan ini juga bisa menjadi sarana untuk mengajarkan keterampilan sosial dan emosional kepada anak-anak dengan cara yang menyenangkan dan bertahap.

DAFTAR PUSTAKA

Affia, S., Yunisari, D., & Suhartati, S. (2026). Meningkatkan Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Permainan Tradisional Petak Umpet . *Haumeni Journal of Education*, 6(1), 346–354. <https://doi.org/10.35508/haumeni.v6i1.28971>

- Alotaibi, M. S. (2024). Game-based learning in early childhood education: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1307881>
- Ashar, Mania, S., Ibrahim, Malik, M., & Syamsudduha, S. (2024). Early Childhood Social-Emotional Development Through Traditional Games in Learning at Mutiara Integrated Islamic Kindergarten Makassar. *Journal of Research and Multidisciplinary*, 7(2), 876–885. <http://journal.alhikam.net/index.php/jrm>
- Atusholichah, Badik, A., Wulandari, Suci, R., & Novitasari, L. (2022). Pengembangan Kemampuan Sosial Emosional Anak Melalui Permainan Tradisional. *Mentari Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 02(02), 57–67. <https://jurnal.stkipgriponorogo.ac.id/index.php/Mentari/id/article/view/219>
- Aulia, D., & Sudaryanti. (2023). Peran Permainan Tradisional dalam Meningkatkan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4565–4574. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4056>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bariya, Q. N., & Selian, S. N. (2026). Pemanfaatan Permainan Origami untuk Meningkatkan Kreativitas Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(3), 115–122. <https://journals.raskhamedia.or.id/jupaud/article/view/207>
- Denham, S. A. (1998). *Emotional Development in Young Children*. The Guilford Press. <https://books.google.com/books?id=eNZxMsUCoewC&utm>
- Dwiyanti, U., Agusniati, A., & Amrullah. (2023). Pengaruh Permainan Tradisional Petak Umpet Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Di Kelompok B Tk Samporoa Dwp Kota Palu. *Bomba: Jurnal Pembangunan Daerah*, 3(2), 73–78. <https://www.jurnalbrida.sultengprov.go.id/index.php/bomba/article/view/60>
- Evi, S. U., & sofarina, amelia, D. (2023). Exploring the Power of Hide-and-Seek: A Promising Approach to Foster Social Skills Development in Children at TK Al-Fadlilah Yogyakarta. In *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini* (Vol. 8, Number 1, pp. 25–35). <https://doi.org/10.14421/jga.2023.81-03>
- Fitri, Karta, Wayan, I., & Nurhasanah. (2022). Pengaruh permainan tradisional bakiak dan engklek terhadap perkembangan sosial emosional anak. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi Dan Aplikasi*, 10(1), 85–93. <https://doi.org/10.21831/jppfa.v10i1.55255>
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and Moral Development*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511805851>
- Karomah, tunas, R., & Diana, Rachmy, R. (2023). Pengaruh permainan tradisional dayakan dalam mengembangkan sosial emosional anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 12(1), 97–105. <https://jurnal.uny.ac.id/index.php/jpa/article/view/59847>
- Lismayani, A., & pratama, isbar, M. (2023). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(20), 882–888. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10205328>

- Malia, W., Hayati, F., & Hanum, C. F. (2023). Analisis Perkembangan Sosial Emosional Anak Kelompok Bi Melalui Permainan Petak Umpet Di Tk Bungong Seleupok. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 4(2), 1–15. <https://jim.bbg.ac.id/pendidikan/article/download/1196/643/2719>
- Matthew B. Miles, A. M. H. (1994). Qualitative data analysis: An expanded sourcebook. In *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook* (2nd editio). Sage Publications.
- Muharrahman, M., Loka, N., Syarfina, A., Kibtiyah, M., & Sari, N. (2023). Implementasi Permainan Tradisional Petak Umpet pada Anak Usia Dini di Era Society 5.0. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 1368–1380. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.3425>
- Nat, der, S. mireille, Wilt, der, van, F., Meeter, M., & Veen, der, van, C. (2024). The Value of Pretend Play for Social Competence in Early Childhood: A Meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 36(2), 1–26. <https://doi.org/10.1007/s10648-024-09884-z>
- Nuriyah, Siti, A., Muslihin, Yusuf, H., & Sumardi. (2022). Dampak Permainan Tradisional Ngadu Kaleci terhadap Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 10(1), 41–48. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPAUD/article/download/34057/23137/138543>
- Nurjani, Yan, Y., & Sopianti, S. (2022). Pengaruh Permainan Congklak Terhadap Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia Dini (5-6 Tahun) Di PAUD Al Falah. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini (Anaking)*, 1(2), 17–24. <https://doi.org/10.37968/anaking.v1i2.296>
- Parten, M. B. (1932). Social participation among pre-school children. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 27(3), 243–269. <https://doi.org/10.1037/h0074524>
- Rahyani, P., & Selian, sri nurhayati. (2026). Eksplorasi Penggunaan Permainan Puzzle Dalam Mengembangkan Kemampuan Kognitif Anak Usia Dini Putri. *Al-Thifl Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 79–94. <https://jurnal.stainusantara.ac.id/index.php/jpa/article/view/765>
- Riskayanti, N., Budi, B., & bonai, diana, O. (2013). Analisis Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini dalam Permainan Tradisional ma'batu. *Journal of Early Childhood Education*, 5(2), 109–119. <https://doi.org/10.18860/preschool.v1i1.8172>
- Salamiyah Nur Hakim Harahap, Delvia, E., Zahra, S., Nur Amalina, M., & Khadijah, K. (2022). Pengaruh Perminan Petak Umpet dalam Mengembangkan Sosial Anak Usia Dini. *Jurnal Pelita PAUD*, 6(2), 255–260. <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v6i2.1958>
- Sudaryanti, Prayitno, Arifiyanti, N., & Maharani, O. (2024). Pengembangan Kemampuan Motorik dan Sosial Emosional Anak Usia Dini Menggunakan Permainan Tradisional. *Jurnal Pendidikan Anak*, 13(1), 114–125. <https://doi.org/10.21831/jpa.v13i1.387>
- Vygotsky, L. S. (1978). Mind in Society The Development of Higher Psychological Processes. In M. C. V. J.-S. S. S. E. Souberman (Ed.), *Harvard University Press*.
- Wariyanti, Nur, W., & Ananda, R. (2022). Perkembangan Aspek Sosial Emosional dan Sains Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional Engklek. *Jurnal Basicedu*, 6(3), 5351–5361. <https://journal.uin.ac.id/ajie/article/view/971>
- Yusria, Mursyaddad, K., Utami, S., Sari, Nurmanda, F., Khairani, Miftahul, S., & Mayani, Sulis, I. (2023). Development of a Traditional Game Model to Improve Social-Emotional Skills Early Children. *Journal of Educational Research*, 8(2), 121–128. <http://ijer.ftk.uinjambi.ac.id/index.php/ije>

