



**Aktivitas *Outbound* Untuk  
Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini**

**Rosa Octaviani**<sup>1✉</sup>, **Dewi Huzaimah**<sup>2</sup>, **Sekarningrum Ayuningtias**<sup>3</sup>, **Fatin Adha Nisrina**<sup>4</sup>, **Fadya Syakira**<sup>5</sup>, **RR. Deni Widjayatri**<sup>6</sup>

rosaoctaviani@upi.edu<sup>1</sup>, dewihuzaimah0@upi.edu<sup>2</sup>, sekarningrum14\_@upi.edu<sup>3</sup>,  
fatinadhan@upi.edu<sup>4</sup>, fadyasyakira@upi.edu<sup>5</sup>, deniwidjayatri@upi.edu<sup>6</sup>  
Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Pendidikan Indonesia

**Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak aktivitas *outbound* untuk perkembangan fisik motorik anak usia dini. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur menggunakan analisis bibliometrik dengan cara mengumpulkan dan menganalisis data dari sumber-sumber tertulis seperti jurnal, buku, dan dokumen lainnya. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif analitis dengan mengumpulkan, mengidentifikasi, menyusun, dan menganalisis berbagai data dari *google scholar* dengan rentang tahun 2009-2023 menggunakan *Publish or Perish* dan *VOS viewers* yang menghasilkan 996 data. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas *outbound* memberikan dampak signifikan terhadap perkembangan fisik motorik anak usia dini. Aktivitas *outbound* sangat direkomendasikan karena tidak hanya dapat mengembangkan aspek fisik motorik saja, tetapi juga dapat mengoptimalkan perkembangan anak usia dini pada aspek kognitif, serta aspek sosial emosional.

**Kata Kunci:** *outbound, perkembangan, anak usia dini.*

**Abstract**

The aim of this research is to determine the impact of outbound activities on the physical motor development of young children. This research uses a literature study method using bibliometric analysis by collecting and analyzing data from written sources such as journals, books and other documents. The research method used is a descriptive analytical method by collecting, identifying, compiling and analyzing various data from Google School for the period 2009-2023 using VOSviewers and Publish or Perish which produced 996 data. The results of this study show that outbound activities have a significant impact on the physical motor development of young children. Outbound activities are highly recommended because they can not only develop physical, motoric aspects, but can also optimize early childhood development in cognitive aspects and social-emotional aspects.

**Keywords:** *outbound, development, early childhood*

---

Copyright (c) 2023 Rosa Octaviani, Dewi Huzaimah, Fadya Syakira, Fatin Adha, Sekarningrum

✉ Corresponding author :

Email Address : rosaoctaviani@upi.edu (Jalan Ciracas No. 38, Serang, Banten)

Received 25 Oktober 2024, 12 Januari 2024, Published 17 Februari 2024

## PENDAHULUAN

Belajar sambil bermain merupakan metode baik untuk membantu proses perkembangan anak. *Outbound* merupakan aktivitas bermain yang dilakukan di luar atau di alam terbuka yang dapat mengembangkan berbagai aspek perkembangan anak, salah satunya adalah aspek fisik motorik. Saat ini anak-anak disebut sebagai digital native, yaitu generasi yang sudah mengetahui akan teknologi dan digital sejak lahir. Generasi ini memiliki karakteristik perilaku ketergantungan yang tinggi terhadap teknologi digital yang menyebabkan anak lebih suka menyendiri sambil memainkan gadget (Adhatul Pitriyani & RR. Deni Widjayatri, 2022), sehingga perlu ditunjukkan untuk melakukan aktivitas fisik di luar ruangan. Sehingga bermain outbound sangat bagus untuk perkembangan fisik motorik anak.

Perkembangan motorik dan kematangan pusat motorik di otak terkait erat dengan aktivitas fisik. Pada anak usia dini, aktivitas fisik menyebabkan hasil kognitif yang lebih baik, seperti peningkatan fungsi eksekutif dan prestasi akademik. Pada anak usia dini, ada masa penting di mana rangsangan yang tepat diperlukan agar mereka dapat berkembang dengan baik. Masa kemasakan anak, atau golden age, tidak akan terulang lagi. Fisik-motorik, bahasa, nilai agama dan moral, kognitif, seni, dan sosial-emosional adalah semua aspek perkembangan anak yang sesuai dengan usianya. Salah satu komponen perkembangan anak yang membutuhkan stimulasi adalah motorik kasar. Selama masa kanak-kanak dan dewasa, orang harus terus berolahraga untuk menjaga kesehatan (Tsuda et al., 2020).

Berbicara tentang perkembangan sistem motorik sangat erat kaitannya dengan pertumbuhan dan perkembangan anak. Proses perkembangan motorik mencakup perkembangan gerak pada anak, yang umumnya ditandai dengan munculnya gerakan baru yang dilakukan oleh mereka. Setiap anak mengalami perkembangan motorik yang berbeda-beda karena perbedaan tingkat kematangan saraf dan otot di antara mereka. Oleh karena itu, untuk meningkatkan kekuatan dan kelincahan anak, perlu dilakukan pengembangan agar pertumbuhan dan perkembangan mereka berjalan secara optimal (Wardhani et al., 2020).

Masa prasekolah dianggap sebagai periode bermain yang penting bagi anak-anak. Permainan menjadi aspek krusial dalam kehidupan anak-anak, bukan hanya sebagai aktivitas yang menyenangkan tetapi juga sebagai sarana untuk melibatkan diri dalam kegiatan yang bermanfaat. Selain memberikan kesenangan, permainan yang diikuti oleh anak dapat memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan fisik, moral, sosial, intelektual, dan emosional mereka. Pernyataan ini menjadi lebih kuat dengan penjelasan dari Kusumaningtyas (2016), yang menyatakan bahwa untuk mendidik anak pada usia dini, penting untuk memiliki pemahaman yang memadai tentang dunia anak dan proses perkembangannya.

Disarankan untuk melakukan kegiatan yang membantu anak mengembangkan sistem motoriknya sejak usia dini. Masa perkembangan anak antara 0 dan 6 tahun dianggap sebagai masa emas untuk pembelajaran karena kemampuan anak berkembang pesat selama periode ini. Pada titik ini, anak-anak diberi kesempatan untuk berpartisipasi dalam permainan yang menghibur yang melibatkan gerakan tubuh mereka. Pengenalan aktivitas fisik membantu perkembangan motorik anak. Perkembangan kognitif, sosial, dan emosional anak dipengaruhi secara signifikan oleh kemajuan motorik ini. Kontrol gerakan tubuh, yang mencakup sistem saraf, otot, otak, dan sum-sum tulang belakang, dikenal sebagai perkembangan motorik. Akibatnya, pengembangan motorik anak harus dimulai sejak usia dini.

Anak melewati beberapa tahap perkembangan selama perkembangannya, yang memerlukan usaha untuk mencapai perkembangan secara menyeluruh. Kegiatan yang bersifat membangun sangat penting untuk mencapai keseluruhan perkembangan anak. Salah satu kegiatan yang dapat dipilih adalah kegiatan outbound. Beberapa orang percaya bahwa menggunakan metode *outbound* dapat membantu hasil belajar anak lebih baik. Di Indonesia, metode pelatihan manajemen individu dan kelompok yang lebih dikenal sebagai "Outward Bound" atau Outbound telah diterapkan. Metode ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia (SDM) melalui kegiatan yang dilakukan di alam terbuka dan diatur dalam bentuk permainan interaktif yang berstruktur dan simulatif. Penilaian juga dilakukan untuk meningkatkan keterampilan tertentu. *Outbound* dimaksudkan untuk membantu perkembangan diri anak melalui kegiatan yang melibatkan aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif dan memberikan pengalaman baru dalam proses pembelajaran (Susanta, 2010). Menurut Falah (2014), *outbound* adalah kegiatan pelatihan di luar ruangan atau alam terbuka yang menyenangkan dan menantang yang memiliki kemampuan untuk meningkatkan kesadaran diri setiap anak, bahkan ketika menghadapi tantangan yang signifikan (Susanta, 2010).

Keluaran anak adalah metode pendidik yang mengutamakan pembelajaran langsung anak. *Outbound* adalah jenis pendidikan luar ruangan yang berbasis pembelajaran pengalaman, di mana individu atau kelompok berpartisipasi dalam simulasi *outbound* (Bangun, 2016). Tujuan bermain *outbound* adalah untuk mengumpulkan dan mengembangkan informasi dari setiap kegiatan. Berbagai aktivitas *outbound* yang sesuai dapat meningkatkan pertumbuhan pendewasaan seseorang dan dapat disesuaikan dengan berbagai kegiatan hasil yang diinginkan.

Pendidikan anak usia dini adalah wahana pendidikan yang sangat penting karena memberikan kerangka dasar untuk pembentukan dan perkembangan pengetahuan, sikap, dan keterampilan anak. Proses pendidikan awal menciptakan fondasi untuk pendidikan selanjutnya. Demikian juga, sistem dan proses pembelajaran di lembaga pendidikan anak usia dini sangat bergantung pada seberapa baik pendidikan dijalankan. Pembelajaran anak usia dini tidak hanya berfokus pada pendidikan, tetapi juga memberikan dasar untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik, bahasa, intelektual, sosial-emosi, dan seluruh kecerdasan (Kecerdasan Jamak). Oleh karena itu, pendidikan anak usia dini harus dapat membantu mengembangkan semua aspek perkembangan anak dalam lingkungan yang menyenangkan dan menarik bagi anak.

## **METODOLOGI**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode SLR (*Systematic Literature Review*) dengan memanfaatkan bahan-bahan, buku, jurnal, dan informasi yang relevandengan topik tulisan yang selanjutnya data yang didapatkan dianalisa, dikompilasi,serta disimpulkan sehingga mendapatkan hasil penelitian seputar topik yang dibahas.

## Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu penelitian kurang lebih satu bulan selama bulan Desember 2023.

## Sasaran Penelitian

Sasaran penelitian adalah sumber-sumber tertulis seperti jurnal, buku, dan dokumen lainnya mengenai aktivitas-aktivitas *outbound* untuk mengembangkan fisik motorik anak usia dini.

## Teknik Pengumpulan Data dan Pengembangan Instrumen

Pemilihan artikel jurnal ini menggunakan analisis bibliometrik dengan memanfaatkan *Publish or Perish* untuk mengumpulkan data berdasarkan database yang terdapat pada *Google Scholar* pada rentang tahun dari 2009-2023 dengan kata kunci *outbound for child* dan memperoleh 996 data.

The screenshot displays the 'Publish or Perish' software interface. At the top, the search terms are 'outbound for child from 2009 to...' and 'early childhood language devel...'. The main table shows search results with columns for Cites, Per year, Rank, Authors, Title, Year, Publication, Publisher, and Type. The first row shows 3 citations, 0.60 per year, rank 1, by Y Sari, J Sutarto, H... in 2018, published by Cathasis. The right sidebar shows 'Citation metrics' for the search, including 996 papers, 5934 citations, and 423.86 citations per year. The bottom right shows 'Paper details' for the selected paper.

Cites	Per year	Rank	Authors	Title	Year	Publication	Publisher	Type
3	0.60	1	Y Sari, J Sutarto, H...	Outbond as the Basis of Multiple ...	2018	Cathasis	journal.unnes.ac.id	
1	0.33	2	Hidayatun	Developing Teaching Materials fo...	2020	Proceedings of the 4th Int...	dl.acm.org	
3	1.00	3	S Milani, B Seraj, Z...	Effect of dentin pretreatment wit...	2020	Frontiers in dentistry	ncbi.nlm.nih.gov	HTML
0	0.00	4	S Arsenault, L Zha...	Identifying Red Flags and Risk Fa...	2021		digitalcommons.georgias...	HTML
16	2.67	5	N Pasdar, B Seraj, ...	Push-out bond strength of differ...	2017	Dental research journal	ncbi.nlm.nih.gov	HTML
13	1.86	6	S Mosharrafian, Z ...	Comparison of push-out bond st...	2016	Journal of Dentistry (Tehra...	ncbi.nlm.nih.gov	HTML
6	0.86	7	S Mosharrafian, H ...	Effect of etching time and prepar...	2016	Journal of Dentistry ...	ncbi.nlm.nih.gov	HTML
4	0.80	8	Z Estaki, H Alfshar,...	Effect of Layering Technique on P...	2018	Journal of Dentistry ...	ncbi.nlm.nih.gov	HTML
0	0.00	9	SW Widiaspramitha	LITERATURE REVIEW: INTERPROFE...	2023	... of Health Care ...	...stikeskepanjen-pemka...	PDF
0	0.00	10	S Mosharrafian, P ...	Effect of push-out bond strength ...	2021	Community ...	revistabionatura.com	
0	0.00	11	S Subur, DM Ning...	Optimizing the role of al-Qur'an ...	2022	Journal of Babol ...	jbums.org	
3	3.00	12	R Meshki, M Khat...	Companson of the Push-Out Bon...	2023	Journal of Human And ...	jahe.or.id	
0	0.00	13	E Widiyastuti	Puppet staging through media cr...	2016	Journal of adhesion ...	ir.uitm.edu.my	
21	3.50	14	S Aktemur Türker, ...	Comparative evaluation of push-...	2017	Journal Of Human And ...	Taylor & Francis	
0	0.00	15	GDD Ananda, MT...	Menguak Peran Sanggar Lingkara...	2023	Frontiers in Dental Medici...	frontiersin.org	HTML
0	0.00	16	H Özer, M Abakli L...	The push-out bond strength of th...	2023	Agrokreatif: Jurnal ...	journal.ipb.ac.id	
1	0.20	17	DK Wedi, I Syaunq...	"Jantra" as Coastal Education Eq...	2018			

Gambar 1. Hasil pencarian data menggunakan Publish or Perish

## Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dikaitkan dengan permasalahan dan tujuan penelitian yang dijabarkan secara jelas mengenai aktivitas-aktivitas *outbound* untuk mengembangkan fisik motorik anak usia dini.



## PEMBAHASAN

Bermain sangat penting bagi seorang anak. Pada akhirnya, diharapkan bahwa permainan akan membantu anak belajar karena memberi mereka kesempatan untuk mengembangkan keterampilan dan mengembangkan ide-ide sesuai dengan kemampuan mereka. Oleh karena itu, lingkungan belajar anak harus dirancang dengan hati-hati sehingga media *outbound* digunakan sebagai metode belajar melalui pengalaman—sebuah pendekatan yang melibatkan interaksi langsung dengan anak. Karena keterlibatan langsung afektif, kognitif, dan emosional, dan psikomotorik anak saat mengerjakan tugas, Pendidik dapat membantu anak dalam melakukan pembelajaran (Surbakti, 2021). Mereka dapat merasakan apa yang baik dan apa yang buruk. Selain itu, luar ruangan memiliki kemampuan untuk menciptakan lingkungan yang memungkinkan setiap anak untuk berkembang menjadi individu yang positif, serta lingkungan yang memungkinkan mereka untuk mengembangkan cara berpikir dan perspektif yang kreatif. Ini akan meningkatkan kepekaan yang mendalam, kepemimpinan, keterbukaan, toleransi, dan jiwa kebersamaan (*teamwork*). Kemampuan yang anak distimulasi sdiini mungkin dapat mempengaruhi perkembangan anak (Adisti, 2023). Menurut Hulyah (2017), diharapkan ini akan meningkatkan semangat dan upaya sekolah serta mengubah cara pemberdayaan. Stimulasi-stimulasi yang positif sangat diperlukan agar anak usia dini memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Amelia, 2022). Oleh karena itu, metode *outbound* adalah jenis pendidikan yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan tertentu pada anak usia dini. Anak itu sendiri dapat menemukan ini sebagai pengalaman belajar yang sangat menyenangkan.

Melalui aktivitas *outbound*, anak-anak dapat belajar tentang kekuatan dan kelemahan mereka. Bermain di luar ruangan dapat meningkatkan pertumbuhan fisik dan mental anak. Metode *outbound* bertujuan untuk membantu anak-anak yang mengalami kesulitan dalam hubungan sosial, meningkatkan kepercayaan diri mereka, menumbuhkan keterampilan kreatif.

Anak dapat belajar mengenali kemampuan dan kelemahannya melalui aktivitas berperan secara aktif dengan memberanikan diri, meningkatkan ketahanan fisik, serta meningkatkan kemampuan dan perilaku anak dalam kerjasama, kesetiakawanan dan kepemimpinan. Stimulasi tumbuh kembang anak melalui kegiatan pengasuhan, kesehatan, pendidikan, dan perlindungan (Apriani, 2021) .

Pendekatan *outbound* sangat cocok digunakan dalam pendidikan anak usia dini karena kegiatan/aktivitas permainan anak di ruang terbuka/alam yang sangat efektif untuk menumbuhkan pemahaman konsep dan perilaku dalam suasana rekreasi (Crie Handini & Nur Hasanah, 2017). Teknik *outbound* diharapkan dapat mendekatkan anak dengan alam karena alam merupakan sumber inspirasi dan pendidikan bagi anak-anak (Susari, 2016). Akibatnya, sangat penting untuk memberikan anak-anak pengalaman belajar yang berkontribusi terhadap perkembangan fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosional mereka (Nurhayati & Sugiharto, 2016). Permainan *outbound* dibagi menjadi dua jenis yaitu *real outbound* dan *fun outbound* (Susanta, 2010). *Fun outbound* yang hanya melibatkan permainan ringan, menyenangkan, dan berisiko kecil (*low impact*) atau sedang (*middle impact*) serta dapat dilaksanakan di halaman sekolah (Badiatul Muchlisin Asti, 2009).

*Outbound* merupakan permainan modern yang memanfaatkan alam. Anak-anak yang mengikuti kegiatan *outbound* tidak hanya menghadapi tantangan mental, tetapi juga tantangan fisik dan mental. Selain itu, anak terus dilatih sebagai pengalaman yang membekalinya dalam

persaingan nyata dalam kehidupan bermasyarakat (Hesti, 2016). Dengan langsung terlibat pada aktivitas (*learning by doing*) siswa akan segera mendapat umpan balik tentang dampak dari kegiatan yang dilakukan, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai bahan pengembangan diri setiap siswa dimasa mendatang. Hal tersebut juga dapat diartikan bahwa proses belajar dari pengalaman (*experiential learning*) dengan menggunakan seluruh panca indera (global learning) yang nampaknya rumit, memiliki kekuatan karena situasinya “memaksa” siswa memberikan respon spontan yang melibatkan fisik, emosi, dan kecerdasan sehingga secara langsung mereka dapat lebih memahami diri sendiri. *Outbound* juga merupakan salah satu bentuk pembelajaran non-formal dengan proses akuisisi ilmu yang ingin diajarkan menggunakan metode sarana dan prasarana yang jelas berbeda dengan suasana pembelajaran formal. Model pembelajaran *outbound* adalah pembelajaran alam terbuka (Hesti, 2016). Perkembangan motorik kasar merupakan bagian tumbuh kembang anak yang perlu distimulasi. Olah raga yang terus menerus pada fase kanak-kanak sampai dewasa menjadikan priode kanak-kanak sebagai masa kritis dalam mengembangkan kebiasaan aktivitas fisik sehat (Tsuda et al., 2020).

Kegiatan evaluasi *outbound* pada anak usia dilaksanakan melalui: (1) observasi, yaitu metode penilaian yang digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang kemajuan anak dalam setiap aspek perkembangan dan nilai-nilai karakter, (2) pencatatan anekdot, atau catatan anekdot, yaitu penilaian yang berkaitan dengan peristiwa penting dalam setiap aspek perkembangan dan karakter anak, (3) penilaian portofolio, yaitu penilaian yang berkaitan dengan hasil karya anak, rekaman pembicaraan anak, atau foto-foto, dan (4) penilaian portofolio.

## **KESIMPULAN**

Kematangan pusat motorik di otak dan perkembangan motorik memiliki hubungan yang kuat dikaitkan pada aktivitas fisik dengan hasil kognitif yang baik pada anak usia dini, misal meningkatnya prestasi akademik dan fungsi eksekutif. Dengan demikian, pendidikan anak usia dini yang diselenggarakan harus dapat mengakomodasi semua aspek perkembangan anak dalam suasana yang menyenangkan dan menimbulkan minat anak. Jadi, Metode *outbound* adalah upaya proses belajar dan berlatih yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan tertentu pada anak usia dini; ini dapat menjadi kesempatan belajar yang sangat menyenangkan bagi anak itu sendiri.

Tujuan dari metode *outbound* adalah untuk mengatasi anak-anak yang mengalami kesulitan dalam hubungan sosial, meningkatkan konsep diri anak-anak, mengembangkan kemampuan dan gagasan kreatif, tertantang untuk berperan secara aktif dengan memberanikan diri, meningkatkan ketahanan fisik, serta meningkatkan kemampuan dan perilaku anak dalam kerjasama, kesetiakawanan dan kepemimpinan.

Pendekatan *outbound* sangat cocok untuk pengajaran anak usia dini karena kegiatan dan permainan yang dilakukan di luar ruangan atau di alam sangat efektif untuk meningkatkan pemahaman konsep dan perilaku (Crie Handini & Nur Hasanah, 2017). Evaluasi *outbound* pada anak usia dilakukan melalui: (1) observasi, yaitu metode penilaian yang digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang kemajuan anak dalam setiap aspek perkembangan dan nilai-nilai karakter, (2) pencatatan anekdot, yaitu penilaian peristiwa penting dalam setiap aspek perkembangan dan karakter anak, dan (3) penilaian portofolio, yaitu penilaian hasil karya anak, rekaman pembicaraan anak, atau foto kegiatan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Jika perlu berterima kasih kepada tim penelitian yang telah banyak memberikan masukan dan ide dalam menulis karya ilmiah ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adisti, Yulia, Suryadi, D., & Eka Daryati, M. (2023). Perbedaan Kemampuan Membaca Anak Kelompok B PAUD Sandhy Putra Telkom Kota Bengkulu Dan PAUD Pembina Desa Kayu Kunit Bengkulu Selatan: Kemampuan Membaca Anak Kelompok B . *Jurnal PENA PAUD*, 3(2), 18–26. <https://doi.org/10.33369/penapaud.v3i2.24328>
- Amelia, T., Suryadi, D., & Daryati, M. E. (2022). Kemampuan Menulis Anak Kelompok B Di PAUD Se-Gugus Anyelir Kota Bengkulu. *Jurnal PENA PAUD*, 3(1), 52–63. <https://doi.org/10.33369/penapaud.v3i3.22268>
- Apriani, W., Saparahayuningsih, S., & Daryati, M. E. (2021). Persepsi Guru Terhadap Modul Media Pembelajaran Motorik Halus Pada Anak Usia Dini Se-Gugus Mawar Merah Kota Bengkulu. *Jurnal PENA PAUD*, 2(1), 60. <https://doi.org/10.33369/penapaud.v2i1.15802>
- Asti, B. M. (2009). *Fun Outbond-Merancang Kegiatan Outbound Yang Efektif*. Yogyakarta: Diva Press.
- Bangun, S. Y. (2016). Pengembangan Pengetahuan Anak Difabel Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Outbound. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 1(1), 70–77.
- Fakhrudin, A. (2010). *Sukses Menjadi Guru TK/PAUD*. Yogyakarta: Bening.
- Handini, M. C., & Hasanah, L. N. (2017). The Enhancement Adversity Quotient Through Outbound Play Activities. 3rd International Conference on Early Childhood Education (*ICECE-16*), 337–342.
- Hesti, Purnama Sari. (2016). *Upaya Peningkatan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Melalui Aktivitas Outbound Di Sekolah Dasar Islam Terpadu Internasional Luqman Hakim Yogyakarta*. Other, U N Y.
- Hidayat, Y., Kurnia, M., Mulyono, N., & Dewi, R. N. (2023). Bermain outbound: upaya mengoptimalkan perkembangan fisik motorik anak usia 5-6 tahun. *Al Fitrah: Journal Of Early Childhood Islamic Education*, 7(1), 28-37.
- Huliyah, M. (2017). Hakikat Pendidikan Anak Usia Dini. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(01), 60–71.
- Istiqomah, N. (2019b). *Peningkatan Perkembangan Sosial dan Emosional Melalui Kegiatan Outbound pada Anak Kelompok B di TK Asy-Syafa'ah Jember Tahun Pelajaran 2015/2016*.
- Khan, N. A., & Hillman, C. H. (2014). The relation of childhood physical activity and aerobic fitness to brain function and cognition: a review. *Pediatric Exercise Science*, 26(2), 138–146.
- Lita, L., Jatisunda, M. G., Nahdi, D. S., Nurlatifah, I., Rasyid, A., & Cahyaningsih, U. (2023). Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Outbond. Kids. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(2), 1133-1140.

- Nurhayati, N. F., & Sugiharto, S. (2016). Outbound Game Model to Develop Interpersonal Competence of Primary School Students. *The Journal of Educational Development*, 4(2), 156-166.
- Okely, A. D., Booth, M. L., & Chey, T. (2013). Research Quarterly for Exercise and Sport. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 75(3), 238–248.
- Partini. (2010). *Pengantar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Grafindo Litera Media.
- Permendikbud. (2014). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Mendiknas.
- Pitriyani, A., & Widjayatri, R. D. (2022). Peran Orang Tua Milenial Dalam Mendidik Generasi alpha di era digital. *Qurroti: Jurnal Pendidikan*
- Ramdani, L. A., & Azizah, N. (2019). Permainan Outbound untuk Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 482-490. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 75(3), 238–248.
- Rocmah, L. I. (2012). Model pembelajaran Outbound untuk anak usia dini. *PEDAGOGIA: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 173-188.
- Surbakti, P. F. A. M., SS, S. S., & Daryati, M. E. (2021). Tinjauan Guru Tentang Evaluasi Perkembangan Motorik Halus Selama Pembelajaran Daring Di Kelompok B Se-Gugus Asparagus Kota Bengkulu. *Jurnal PENA PAUD*, 2(2), 17–26. <https://doi.org/10.33369/penapaud.v2i2.16776>
- Suryana, D., & Mahyudin, N. (2014). *Dasar-dasar Pendidikan TK*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Susanta, A. (2010). *Outbound Profesional: Pengertian, Prinsip, Perencanaan Dan Panduan Pelaksanaan*. Yogyakarta: Andi
- Susari, H. D. (2016). Implementasi Kegiatan Outbound Dalam Upaya Pembentukan Perilaku Sosial dan Emosional Anak Usia Dini. *Premiere Educandum: Jurnal Pendidikan Dasar Dan Pembelajaran*, 1(02). <https://doi.org/10.25273/pe.v1i02.41>
- Suyadi. (2010). *Psikologi Belajar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Pedagogia.
- Tsuda, E., Goodway, J. D., Famelia, R., & Brian, A. (2020). Relationship between fundamental motor skill competence, perceived physical competence and free-play physical activity in children. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 91(1), 55–63. <https://doi.org/10.1080/02701367.2019.1646851>
- Wardhani, P. I., Sarjono, A. A., Prahesti, F. S., Hajandi, F. A. W., Ariesta, W., Ardiansyah, J & Listiawati, Y. (2020). Peningkatan Sistem Motorik Anak Usia Prasekolah melalui kegiatan Outbound di KB Aisyiyah Jonggrangan, Klaten. *Buletin KKN Pendidikan*, 1(2), 63-69.
- Yunaida, H., & Rosita, T. (2018). Outbound berbasis karakter sebagai media pembelajaran anak usia dini. *Comm-Edu (Community Education Journal)*, 1(1), 30-37