

**LAPORAN KEGIATAN PPM  
PROGRAM PRIORITAS BIDANG**



**PELATIHAN MODEL AKTIVITAS BERMAIN  
PADA WAKTU ISTIRAHAT BAGI  
GURU TAMAN KANAK-KANAK**

Oleh:  
**Wawan S. Suherman  
H. Aryadi Warsito  
Ch. Fajar Sri Wahyuniati**

Dibiayai oleh  
Dana DIPA UNY Subkegiatan 00015 akun 521219 Berdasarkan  
Surat Perjanjian Pelaksanaan Kegiatan PPM  
Nomor: 176b6/H34.22/PM/2010, 15 April 2010

---

**LEMBAGA PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2010**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**Hasil Evaluasi Laporan Akhir Pengabdian kepada Masyarakat**  
**Tahun Anggaran 2010**

- A. JUDUL KEGIATAN : Pelatihan Model Aktivitas Bermain  
Pada Waktu Istirahat Bagi Guru  
Taman Kanak-kanak
- B. KETUA PELAKSANA : Wawan S. Suherman
- C. ANGGOTA PELAKSANA : 1. H. Aryadi Warsito  
2. Ch. Fajar Sri Wahyuniati
- D. HASIL EVALUASI :
- (1) Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat **telah/belum** \*)  
sesuai dengan rancangan yang tercantum dalam proposal PPM
  - (2) Sistematika laporan **telah/belum** \*) sesuai dengan ketentuan yang  
tercantum dalam Buku Pedoman PPM Universitas Negeri Yogyakarta
  - (3) Hal-hal lain **telah/belum** \*) memenuhi persyaratan. Jika belum  
memenuhi persyaratan dalam hal
- .....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....
- E. Kesimpulan :  
Laporan dapat diterima/belum dapat diterima \*).

Yogyakarta, .....

Mengetahui/Menyetujui:  
Ketua LPM UNY,

Kabid PHP2M

Prof. Dr. Burhan Nurgiyantoro  
NIP 19530403 197903 1 001

Darmono, MT.  
NIP. 19640805 199101 1 001

\*) Coret yang tidak diperlukan

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Illahi atas segala limpahan Rahmat dan hidayah-Nya, sehingga tim pengabdian dapat menyelesaikan laporan kegiatan PPM ini. Laporan ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang pelatihan “Model aktivitas bermain pada waktu istirahat bagi guru Taman Kanak-kanak”. Selain itu, laporan ini merupakan pertanggungjawaban tim pengabdian atas pemberian kepercayaan dari LPM UNY.

Pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Ketua LPM UNY, guru-guru TK, peserta pelatihan, dan semua pihak yang telah membantu dan memberikan kesempatan kepada tim pengabdian untuk menyelesaikan kegiatan PPM ini. Juga, kami mengucapkan terima kasih kepada para guru taman kanak-kanak yang telah menjadi peserta pelatihan kegiatan PPM, karena merekalah, laporan ini dapat tersusun.

Tiada gading yang tak retak, demikian pepatah mengingatkan kita semua untuk selalu mencermati segala pekerjaan yang dilaksanakan. Demikian halnya dengan laporan ini, tentu saja kekuarangan masih terdapat di dalamnya. Oleh karenanya, saran dari sidang pembaca sangat selalu kami harapkan.

Yogyakarta, 9 September 2010

Tim Pengabdian

## **ABSTRAK KEGIATAN PPM**

Pelatihan Model aktivitas bermain pada waktu istirahat bagi Guru Taman kanak-kanak” merupakan salah satu kegiatan PPM prioritas bidang yang bertujuan untuk membekali pengetahuan dan kemampuan guru dalam penyusunan dan pemilihan berbagai aktivitas bermain yang sesuai dengan materi yang diajarkan dan sesuai dengan kebutuhan pengembangan aspek fisik motorik anak.

Pelatihan dilaksanakan selama dua hari, ditambah tugas mandiri penyusunan aktivitas bermain pada waktu rehat. Peserta pelatihan sejumlah 35 orang guru TK se DIY. Peserta hadir seluruhnya selama pelatihan berlangsung. Pelatihan memberikan bekal materi kepada para guru TK berupa (1) Paradigma pendidikan anak usia dini, (2) Bimbingan dan konseling bagi anak TK, (3) Bermain bagi anak TK, (4) Model bermain anak pengisi waktu istirahat di TK, (5) Jenis-jenis permainan untuk mengisi waktu istirahat di TK, (6) Praktik model bermain, dan (7) Praktik penyusunan model bermain.

Setelah mendapatkan bekal pengetahuan mengenai berbagai hal tentang model bermain pada waktu istirahat untuk anak TK, dan memiliki pemahaman tentang aktivitas bermain untuk waktu istirahat dan waktu istirahat, para guru mempraktikkan berbagai jenis permainan yang dapat dilaksanakan selama waktu istirahat, kemudian mereka ditugas untuk menyusun aktivitas bermain yang dapat dilaksanakan sleama 20 menit, yang sesuai dengan kemampuan anak-anak TK. Tugas menyusun jenis-jenis permainan diberikan pada sesi terakhir di hari pertama pelatihan, sehingga para guru mengerjakannya pada malam hari karena hasil pekerjaan harus dipresentasikan pada hari kedua pelatihan. Para guru dapat mempresentasikan hasil pekerjaannya pada hari kedua secara berkelompok.

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	iv
DAFTAR TABEL .....	v
DAFTAR GAMBAR .....	vi
DAFTAR LAMPIRAN .....	vii
ABSTRAK KEGIATAN PPM .....	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi .....	1
B. Tinjauan Pustaka .....	3
C. Identifikasi dan Perumusan Masalah .....	14
D. Tujuan Kegiatan PPM .....	15
E. Manfaat Kegiatan PPM .....	16
BAB II METODEDE KEGIATAN PPM	
A. Khalayak Sasaran Kegiatan PPM .....	17
B. Metode Kegiatan PPM .....	17
C. Langkah-langkah Kegiatan PPM .....	17
D. Faktor Pendukung dan Penghambat .....	19
BAB III PELAKSANAAN KEGIATAN PPM	
A. Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPM .....	20
B. Pembahasan Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPM .....	21
BAB IV PENUTUP	
A. Simpulan .....	23
B. Saran .....	23
DAFTAR PUSTAKA .....	24
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Analisis Situasi**

Untuk mengoptimalkan masa emas (*golden age*) tumbuh kembang anak, Pemerintah terus meningkatkan penyelenggaraan pendidikan dan pengembangan anak semenjak usia dini melalui pendidikan anak usia dini (PAUD). Melalui PAUD ini, pemerintah berupaya menyiapkan anak untuk dapat mengikuti pendidikan sejak usia dini terutama menyiapkan setiap anak agar dapat menempuh pendidikan dasar secara lebih baik. Kesadaran akan pentingnya pengembangan anak usia dini dalam pengembangan potensi diri secara optimal juga mendapat respon dan dukungan masyarakat yang ditunjukkan dengan semakin meningkatnya partisipasi aktif masyarakat dalam penyelenggaraan kegiatan pengembangan anak usia dini di lapangan

Salah satu jenis layanan PAUD yang berada di jalur formal yang berupaya menyiapkan anak untuk memasuki dunia pendidikan dasar adalah taman kanak-kanak (TK). Taman kanak-kanak memiliki kedudukan yang unik dalam dunia pendidikan di Indonesia. Secara akademis pendidikan formal, pengawasaan dan pembinaan taman kanak-kanak berada di bawah Direktorat TK-SD, tetapi secara akademis pendidikan nonformal, taman kanak-kanak berada di bawah pengelolaan Direktorat Pendidikan Anak Dini Usia. Dukungan kedua direktorat tersebut

seharusnya lebih memperkuat peningkatan kualitas pendidikan dan peningkatan akses pendidikan Taman kanak-kanak. Namun demikian, pembangunan pendidikan masih menghadapi masalah belum mantapnya koordinasi antara pendidikan formal dan nonformal, karena pengelolaan pendidikan formal dan nonformal masih terlihat eksklusif dan belum saling mendukung.

Pada umumnya, proses pengasuhan di taman kanak-kanak berlangsung setiap hari. Salah satu bagian yang dapat dioptimalkan untuk proses pembiasaan anak adalah waktu istirahat. Waktu istirahat di TK berlangsung selama 30 menit. Waktu tersebut cukup memadai untuk diisi dengan berbagai kegiatan untuk mengembangkan seluruh potensi anak, terutama potensi fisik motorik. Salah satu kegiatan yang dapat dimanfaatkan untuk mengisi waktu istirahat adalah kegiatan bermain. Kegiatan bermain sangat sesuai dengan dunia anak-anak.

Sehubungan dengan hal itu, guru-guru TK telah memiliki kemampuan untuk menangani waktu istirahat, namun kemampuan mereka untuk menyusun dan memilih aktivitas bermain yang sesuai dengan aspek materi yang diajarkan, kemampuan dan minat anak masih perlu ditingkatkan. Dengan demikian, waktu istirahat dapat memberikan manfaat yang optimal bagi tumbuh kembang seluruh potensi anak. Oleh karena itu, pelatihan tentang model aktivitas bermain yang dapat dipergunakan untuk mengisi waktu istirahat di TK perlu diberikan kepada

para guru TK. Kemampuan yang perlu dibekalkan dalam pelatihan kepada guru TK adalah pengembangan model aktivitas bermain untuk mengisi waktu istirahat di TK.

## **B. Tinjauan Pustaka**

Suatu siang di halaman Taman kanak-kanak yang rindang, anak-anak berlarian dengan riang gembira. Tubuh mereka tampak sehat dan kuat. Gerakannya ringan, cekatan dan selaras tanpa keragu-raguan. Wajah mereka tampak berseri-seri dan sumringah tak menampakkan kesedihan. Kondisi ini menunjukkan dunia anak-anak yang sesungguhnya. Dunia bermain, suatu dunia yang penuh dengan kerianggembiraan. Dapatkah kondisi demikian kita saksikan di taman kanak-kanak sekitar rumah kita pada saat ini? Sebuah pertanyaan memerlukan cukup banyak waktu untuk mendapatkan jawabannya. Gambaran ideal suasana persekolahan di atas diidamkan semua orang. Beragam upaya telah dikerjakan untuk mewujudkan suasana taman kanak-kanak seperti digambarkan di atas, baik oleh pemerintah, maupun oleh masyarakat.

Akhir-akhir ini, taman kanak-kanak mendapatkan perhatian cukup besar baik dari pemerintah maupun dari masyarakat. Taman kanak-kanak berupaya menyiapkan anak untuk memasuki pendidikan dasar. Taman kanak-kanak memiliki kedudukan yang unik dalam dunia pendidikan di Indonesia. Secara akademis pendidikan formal, pengawasaan dan

pembinaan taman kanak-kanak berada di bawah Direktorat TK-SD, tetapi secara akademis pendidikan nonformal, taman kanak-kanak berada di bawah pengelolaan Direktorat Pendidikan Anak Dini Usia. Dukungan kedua direktorat tersebut seharusnya lebih memperkuat peningkatan kualitas pendidikan dan peningkatan akses pendidikan Taman kanak-kanak. Namun demikian, pembangunan pendidikan masih menghadapi masalah belum mantapnya koordinasi antara pendidikan formal dan nonformal, karena pengelolaan pendidikan formal dan nonformal masih terlihat eksklusif dan belum saling mendukung.

Taman kanak-kanak merupakan sebuah institusi yang mengasuh anak sesuai dengan sifat-sifatnya; menamsilkannya dengan bunga di sebuah taman; memahaminya sebagai hubungan segitiga antara Tuhan, manusia, dan alam; menyediakan wahana bagi pengembangan para penghuninya, untuk melatih panca inderanya, dan untuk memperkuat kekuatan fisiknya. Sebuah institusi dimana seorang anak bermain dengan anak-anak lainnya (Froebel dalam Morrison, 1988: 259).

Ditambahkan oleh Mansur (2009: 127-128) bahwa TK adalah salah satu bentuk satuan PAUD pada jalur pendidikan formal yang menyelenggarakan program pendidikan bagi anak usia empat tahun sampai enam tahun. Raudhatul Athfal (RA), Bustanul Athfal (BA) adalah salah satu bentuk satuan PAUD pada jalur pendidikan formal yang menyelenggarakan program pendidikan umum dan pendidikan

keagamaan islam bagi anak usia empat tahun sampai enam tahun. TK, RA, BA. untuk selanjutnya ditulis TK.

Lebih rinci, penjelasan mengenai TK diatur dalam Undang-undang tentang Sistem Pendidikan Nasional nomor 20/2003, Bab VI bagian keenam Pasal 28:

(2) Pendidikan anak usia dini dapat diselenggarakan melalui jalur pendidikan formal, nonformal, dan/atau informal; (3) Pendidikan anak usia dini pada jalur pendidikan formal berbentuk taman kanak-kanak (TK), raudatul athfal (RA), atau bentuk lain yang sederajat.

Lebih lanjut dijelaskan oleh Peraturan Pemerintah nomor 27 tahun 1990 tentang Pendidikan Prasekolah, Bab 1 Pasal 1 ayat (2):

Taman Kanak-kanak adalah salah satu bentuk pendidikan prasekolah yang menyediakan program pendidikan dini bagi anak usia empat tahun sampai memasuki pendidikan dasar.

Morrison (1988: 252) menyatakan bahwa pada awalnya TK Froebel diperuntukan bagi anak-anak usia 3 – 7 tahun. Namun, perkembangan selanjutnya menunjukkan bahwa TK dipandang sebagai tahun persiapan sebelum anak-anak memasuki kelas satu sekolah dasar. Karenanya, TK diperuntukan bagi anak usia 4 – 6 tahun.

Secara umum, aturan tentang berapa usia anak yang diperbolehkan masuk TK telah ditetapkan dalam Peraturan Pemerintah nomor 27 tahun 1990 tentang Pendidikan Prasekolah, Bab III, Pasal 4 ayat (2), (4), dan (5) mensyaratkan bahwa anak didik TK adalah anak usia 4-6 tahun, dan lama pendidikan di TK 1 tahun atau 2 tahun. Kegiatan

belajar anak TK dikelompokkan menjadi dua, yaitu (1) kelompok A untuk usia 4 – 5 tahun, dan (2) kelompok B untuk usia 5 – 6 tahun.

Selain itu, Permendiknas nomor 58 tahun 2009 tentang Standar PAUD mengatur rombongan belajar di TK, yaitu jumlah maksimal peserta didik setiap rombongan belajar di PAUD jalur pendidikan formal atau TK/RA sebanyak 20 peserta didik dengan satu orang guru TK/RA atau guru pendamping. Kelompok A untuk anak usia 4 – 5 tahun dan kelompok B untuk anak usia 5 – 6 tahun.

Pengajaran di TK merupakan proses pembiasaan dalam rangka pengembangan moral, agama, disiplin, perasaan dan emosi, kemampuan bermasyarakat, dan kemampuan dasar yang meliputi: kemampuan bahasa, daya pikir, daya cipta, keterampilan, dan jasmani. Menurut Moeslichatoen (2004: 4-5) tugas perkembangan yang harus dijalani anak usia taman kanak-kanak adalah (1) berkembang menjadi pribadi yang mandiri, (2) belajar memberi, berbagai, dan memperoleh kasih sayang, (3) belajar bergaul dengan anak lain, (4) mengembangkan pengendalian diri, (5) belajar bermacam-macam peran orang dalam masyarakat, (6) belajar untuk mengenal tubuh masing-masing, (7) belajar menguasai keterampilan motorik kasar dan halus, (8) belajar mengenal lingkungan fisik dan mengendalikannya, (9) belajar menguasai kata-kata baru untuk memahami orang lain, dan (10) mengembangkan perasaan positif dalam berhubungan dengan lingkungan.

Dari sisi pembelajaran, proses pendidikan di TK memiliki kekhasan sesuai dengan tahapan perkembangan anak. Mansur (2009: 128-129) menyatakan bahwa pembelajaran di TK didasarkan atas tugas perkembangan anak yang selaras dengan tahapan perkembangannya. Program pembelajaran TK merupakan satu kesatuan program kegiatan belajar yang utuh. Muatan program kegiatan belajar adalah bahan-bahan pembelajaran sebagai sarana untuk mencapai kemampuan yang hendak dikembangkan. Muatan tersebut diformulasikan dalam berbagai tema yang sesuai dengan lingkungan anak dan kegiatan-kegiatan lain.

Pembelajaran di TK menitikberatkan pada pengembangan dan pembentukan perilaku. Pembentukan perilaku dilakukan melalui pembiasaan dalam rangka menyiapkan anak sedini mungkin, sehingga anak memiliki sikap dan perilaku sesuai dengan norma yang hidup dalam masyarakat. Untuk memudahkan pelaksanaan kegiatan belajar, siswa TK dikelompokkan dalam dua kelompok belajar, yaitu kelompok A untuk peserta didik usia 4 – 5 tahun, dan kelompok B untuk anak usia 5 – 6 tahun.

Seperti telah dikemukakan di bagian depan bahwa proses pengajaran di TK merupakan upaya pembiasaan, karenanya pengajaran di TK seharusnya diselenggarakan secara interaktif, menyenangkan, mendorong, menantang, memotivasi anak untuk berperan aktif, dan

memberikan kesempatan bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian anak selaras dengan bakat, minat, dan tahapan perkembangan anak.

Salah satu bagian yang dapat dioptimalkan dalam proses pembekalan bagi anak-anak adalah waktu istirahat. Setiap episode pengajaran perlu diselingi dengan istirahat yang cukup agar anak memiliki kesempatan untuk keluar dari rutinitas, kebosanan, dan pemulihan kesegaran pikiran. Selain itu, waktu istirahat perlu dimanfaatkan sebagai wahana untuk pengembangan seluruh potensi anak.

Waktu istirahat dapat didefinisikan sebagai waktu jeda pada jam pelajaran sekolah yang dapat dipergunakan oleh anak-anak untuk bermain aktif secara bebas. Lebih lanjut, Barros, Silver, and Stein (2009: 431) menyatakan bahwa ciri utama waktu istirahat adalah anak-anak berkesempatan untuk memiliki waktu jeda dari kegiatan rutin pelajaran sekolah. Dengan memberikan kesempatan untuk mengalami perubahan mental dan melepaskan energi, waktu istirahat akan berdampak terhadap perubahan perilaku anak di dalam kelas. Selain itu, anak-anak akan lebih perhatian terhadap tugas-tugas akademik setelah memanfaatkan waktu istirahat. Pengisian waktu istirahat biasanya dilaksanakan di luar ruangan, dan memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk bergerak bebas.

Secara umum, waktu istirahat di taman kanak-kanak berlangsung selama 30 menit. Waktu tersebut cukup memadai untuk diisi dengan berbagai kegiatan untuk mengembangkan seluruh potensi anak, terutama

potensi motorik. Berdasarkan literature dan seperti dinyatakan oleh *the National Association for Sport and Physical Education (NASPE)*, *school recess should be provided at least once daily, for a 20 minutes. Recess is typically held outdoors and allows children to move freely* (Barros, Silver, and Stein, 2009: 431). Anak-anak dapat memilih berbagai tipe kegiatan bermain yang sesuai dengan tingkat kemampuan anak-anak untuk melaksanakannya.

Salah satu kegiatan yang dapat dimanfaatkan untuk mengisi waktu istirahat adalah kegiatan bermain, karena kegiatan bermain sangat sesuai dengan dunia anak-anak, dan dapat dilaksanakan secara luwes oleh anak-anak. Anak-anak akan bermain secara sukarela, riang gembira, tanpa mengenal lelah asal mereka diawasi untuk memelindungi keamanan dan keselamatannya.

Salah satu sarana belajar utama di taman kanak-kanak adalah bermain. Willis and Hyman-Parker (2010) menyatakan bahwa bermain merupakan kegiatan yang menunjukkan bagaimana anak belajar dan mengasimilasikan sesuatu yang baru ke dalam pengetahuan atau kemampuan yang sudah dimiliki. Menurut Saskatchewan education (1994) melalui bermainlah awal belajar anak dapat dicapai. Perkembangan sosio-emosional, intelektual anak dapat dikembangkan melalui aktivitas bermain. Oleh karena itu, kesempatan bermain merupakan faktor kunci dalam program pembelajaran di TK.

Lebih rinci, Saskatchewan education (1994) menyampaikan kaitan bermain dengan perkembangan anak sebagai berikut.

The program builds on, rather than detracts from, this natural approach to learning. Through touching, manipulating, exploring, and testing, children find out about the world around them. Through play, they learn how to solve the problems and work cooperatively with others.

Guisburg (2007: 183) menyatakan bahwa bermain memberikan kesempatan kepada anak untuk menggunakan kemampuan pengembangan imajinasi, dexterity, and kemampuan jasmani, kognitif, dan kekuatan emosi. Aktivitas bermain penting bagi kesehatan perkembangan otak. Aktivitas bermain membantu anak mengembangkan kompetensi baru yang mengarahkan anak untuk mencapai rasa percaya diri yang tinggi dan kemampuan untuk beradaptasi dengan tantangan kehidupan masa depan. Aktivitas bermain merupakan bagian integral dari lingkungan akademik yang memberikan jaminan bahwa sekolah menyediakan wahana bagi pertumbuhan dan perkembangan jasmani, kognitif, sosial, dan emosional anak.

Selama istirahat, para ahli mengklasifikasikan aktivitas bermain menjadi dua kategori, yaitu (1) *unstructured play* (bermain bebas), dan (2) *structured play* (Bermain terbimbing). Anak-anak dapat menggunakan *unstructured play* selama waktu istirahat. Bermain bebas bermanfaat bagi perkembangan kesehatan jasmani, mental, social, dan kognitif anak. Bermain bebas hanya sedikit atau tidak dibimbing oleh orangtua dan anak-anak bebas memilih bentuk, tingkat aktivitas, dan derajat interaksi

sosialnya. Imajinasi dan kreativitas anak memainkan peranan penting dalam jenis bermain ini, yang berlawanan dengan bermain terbimbing.

Walaupun beberapa pakar menyarankan agar anak-anak memanfaatkan *unstructured play* untuk mengoptimalkan pemanfaatan waktu istirahat, tetapi anak-anak dapat memanfaatkan *structured play* selama waktu istirahat. Robert Wood Johnson Foundation (2009) menyatakan bahwa bermain terbimbing berarti permainan dan kegiatan jasmaniah yang diajarkan atau dibimbing oleh orang dewasa terlatih. Bermain terbimbing menyediakan arahan untuk bermain secara sehat, mengikuti aturan, dan memecahkan konflik bagi siswa dalam komunitas yang bukan merupakan pengetahuan umum. Bermain terbimbing juga memberikan jaminan bagi seluruh anak-anak untuk berpartisipasi dan bergiat dalam kegiatan, tidak menjadi terpinggirkan atau dikeluarkan. Dampak positifnya dapat dirasakan bagi perasaan aman, semangat dan produktivitas para siswa.

Anak-anak dapat memilih berbagai jenis aktivitas bermain yang sesuai dengan tingkat kemampuan mereka untuk melaksanakannya. Saskatchewan education (1994) mengindikasikan bahwa anak-anak bersemangat untuk melakukan berbagai bentuk aktivitas bermain tergantung kepada lingkungan dan kebutuhan khususnya. Bentuk atau tipe bermain merentang dari bermain dengan observasi tidak aktif dalam permainan kelompok yang membutuhkan perencanaan dan koordinasi.

Anak TK lebih senang melaksanakan permainan asosiatif, permainan kooperatif, dan permainan parallel. Guddemi (2009) menyatakan bahwa bermain bersama dengan pemenuhan kebutuhan dasar, seperti gizi, kesehatan, perlindungan dan kesehatan merupakan factor penting bagi perkembangan seluruh potensi anak. Bermain merupakan komunikasi dan ekspresi, kombinasi antara pikiran dan tindakan, ia memberikan kepuasan dan perasaan berprestasi. Bermain bersifat instinktif, sukarela, dan spontan. Bermain membantu anak-anak mengembangkan aspek jasmaniah, mental, emosional, dan sosialnya. Bermain merupakan alat belajar tentang kehidupan, bukan hanya kegiatan membuang-buang waktu. Bermain merupakan cara anak untuk belajar.

Dalam bermain bebas atau terbimbing, anak dapat memilih berbagai tipe bermain, seperti: (1) bermain social: Jenis bermain sosial yang dilakukan berupa: Bermain soliter (bermain seorang diri), Bermain sebagai penonton (mengamati lalu bermain sendiri), Bermain paralel (alat sama, bentuk berbeda), Bermain asosiatif (bersama tanpa organisasi), bermain kooperatif (berperan sesuai fungsinya); (2) bermain dengan benda dapat berbentuk bermain praktis (mengeksplorasi objek yang dipergunakan), bermain simbolik (mengggunakan daya imajinasi), permainan dengan peraturan (dibuat sendiri, longgar), bermain menggunakan alat-alat playground; (3) bermain sosio-drama: Bermain

peran, persisten (dilakukan selama beberapa menit dengan tekun), Interaksi, dan komunikasi verbal, dan bermain melakukan imitasi (pura-pura, meniru tingkah laku dan pembicaraan), melakukan gerakan dan suara yang sesuai dengan objek yang ditiru; (4) permainan tradisional: Ki Hadjar Dewantara (2009: 147-148) : ... Beberapa permainan anak Jawa, seperti: *sumbar, gateng, dan unclang*, yang mendidik anak agar seksama (*titis pratitis*), cekatan, menjernihkan penglihatan, dan lain-lain. Kemudian juga permainan, seperti: *dakon, cublak-cublak suweng, dan kubuk* yang mendidik anak tentang pengertian perhitungan dan perkiraan (taksiran).... Selain itu, permainan *gobak, trembung, raton, cu, geritan, obrog, panahan, si, jamuran, jelungan*, dan lain-lainnya yang bersifat olahraga yang tentunya akan mendidik anak dalam hal: kekuatan dan kesehatan badan, kecekatan dan keberanian, ketajaman penglihatan, dan lain-lain. Ada juga permainan seperti: mengupas bunga (ngronce), menyulam daun pisang atau janur, atau membuat tikar, dan pekerjaan anak lainnya yang dapat menjadikan mereka memiliki sikap tertib dan teratur.

Memperhatikan kajian teoritik di atas menunjukkan bahwa waktu istirahat akan menguntungkan bagi anak-anak bila diisi dengan bermain. Oleh karena itu, para guru perlu memiliki keahlian untuk memilih bentuk bermain atau permainan yang sesuai dengan aspek materi yang diajarkan, kebutuhan dan minat peserta didik.

Namun demikian tidak berarti bahwa bermain hanya satu-satunya wahana untuk pengembangan seluruh potensi anak. Demikian pula bahwa bermain bukan satu-satunya aktivitas untuk mengisi waktu reses, aktivitas lain dapat dipilih untuk mengisi waktu reses. Bermain dipilih untuk mengisi waktu reses karena ia dapat mengembangkan seluruh potensi anak, Dengan demikian, waktu istirahat selain memberikan kesempatan anak untuk keluar dari rutinitas, juga memberikan peluang bagi anak untuk memperoleh keuntungan yang lainnya.

Beberapa tip yang dapat dipergunakan oleh guru untuk memilih bentuk permainan, yaitu (1) Pilih Permainan yang sesuai dengan karakteristik dan kemampuan anak, (2) Sesuaikan dengan waktu istirahat yang tersedia (30 menit), (3) Tentukan aturan yang perlu dipatuhi anak, (4) Susun cara memainkan permainan tersebut, dan (4) Tentukan alat dan tempat yang dibutuhkan.

### **C. Identifikasi dan Perumusan Masalah**

Berdasarkan analisis situasi dan kajian pustaka yang telah dikemukakan di atas, maka muncul beberapa permasalahan yang perlu untuk dipecahkan melalui pelatihan. Permasalahan yang dapat diidentifikasi adalah:

1. Waktu reses memiliki potensi untuk mengembangkan seluruh potensi anak, tetapi belum termanfaatkan secara optimal.

2. Banyak jenis permainan dapat dipilih untuk mengisi waktu istirahat, tetapi para guru belum memiliki kemampuan untuk memilih permainan yang sesuai dengan aspek materi yang diajarkan, kebutuhan dan minat siswa.
3. Anak TK menyenangi bermain, tetapi bagaimana memilih permainan yang dapat dimanfaatkan anak saat istirahat agar permainan tersebut tidak melelahkan anak.

Berdasarkan identifikasi permasalahan yang dikemukakan di atas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut.

1. Bagaimana membekali kemampuan guru untuk mengembangkan berbagai aktivitas bermain dalam pengisian waktu istirahat?
2. Bagaimana meningkatkan kemampuan guru TK dalam pengemasan dan pemilihan aktivitas bermain untuk mengisi waktu istirahat?
3. Bagaimana mengoptimalkan pemanfaatan waktu istirahat untuk mengembangkan seluruh potensi anak, terutama kemampuan fisik motorik?

#### **D. Tujuan Kegiatan PPM**

Kegiatan pelatihan bertujuan untuk

- 1) membekali guru TK dengan kemampuan untuk mengembangkan berbagai aktivitas bermain yang dapat dimanfaatkan untuk mengisi waktu istirahat,

- 2) meningkatkan kemampuan guru TK dalam pengemasan dan pemilihan aktivitas bermain untuk mengisi waktu istirahat.
- 3) Pemanfaatan waktu istirahat dapat dioptimalkan untuk meningkatkan seluruh potensi anak, terutama kemampuan fisik motorik anak.

#### **E. Manfaat Kegiatan PPM**

Dengan mengikuti kegiatan pelatihan ini diharapkan para guru memiliki pengetahuan dan kemampuan untuk mengembangkan berbagai aktivitas bermain yang dapat dimanfaatkan untuk mengisi waktu istirahat, meningkatkan kemampuan guru taman kanak-kanak dalam pengemasan dan pemilihan aktivitas bermain untuk mengisi waktu istirahat, mengoptimalkan pemanfaatan waktu istirahat untuk meningkatkan seluruh potensi anak, terutama kemampuan fisik motorik anak.

## **BAB II METODE KEGIATAN PPM**

### **A. Khalayak Sasaran Kegiatan PPM**

Sebagai khalayak sasaran dalam kegiatan PPM ini adalah para guru TK se DIY, terutama kabupaten Sleman dan Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Jumlah peserta pelatihan sebanyak 35 orang yang terbagi menjadi dari guru TK di Kecamatan Depok 2 orang, Kecamatan Kalasan sebanyak 18 orang, Kecamatan Berbah sejumlah 8 orang, Kecamatan Depok sebanyak 2 orang, Kecamatan Tempel 2 orang, Kecamatan Prambanan 1 orang, dan Bantul 2 orang.

### **B. Metode Kegiatan PPM**

Agar kegiatan pelatihan dapat mencapaikan target yang diinginkan, proses interaksi dalam pelatihan mempergunakan metode

- Ceramah/diskusi
- Tanya Jawab
- Praktik beberapa contoh aktivitas bermain
- Praktik penyusunan aktivitas bermain
- Presentasi model bermain

### **C. Langkah-langkah Kegiatan PPM**

Sebagaimana lazimnya suatu kegiatan pelatihan, kegiatan PPM mengikuti langkah perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian. Kegiatan perencanaan meliputi kegiatan penyusunan proposal PPM untuk diajukan

ke LPM UNY, kemudian setelah dinyatakan lolos, tim pengabdian mengikuti seminar awal kegiatan PPM. Setelah itu, pengabdian melakukan penyebaran informasi kepada para guru TK di DIY, sekaligus membuka pendaftaran.

Tahapan pelaksanaan kegiatan dimulai dengan penyiapan ruangan dan konfirmasi kesediaan pemateri, kemudian menyebarkan undangan kepada calon peserta yang telah mendaftar. Kegiatan pelatihan dilaksanakan selama dua hari, 7 dan 8 Juli 2010, disertai tugas mandiri untuk menyusun contoh aktivitas bermain yang dapat dilaksanakan pada waktu istirahat. Pada setiap sesi pelatihan, peserta cukup antusias mengikuti pelatihan, sebagian aktif bertanya, sehingga pelatihan berlangsung dalam suasana yang menyenangkan. Selain materi teori, peserta mendapatkan materi praktik. Peserta antusias melaksanakan praktik bermain, sehingga suasana pelatihan menjadi ramai dan menyenangkan. Untuk menampilkan hasil kerja kelompok, peserta dibagi dalam beberapa kelompok. Setiap kelompok diberi kesempatan menampilkan aktivitas bermain selama 20 menit, bila peserta di luar kelompok yang tampil dibutuhkan untuk menjadi peserta, mereka diwajibkan menjadi peserta permainan yang ditampilkan..

Penilaian terhadap kegiatan PPM dilakukan dengan cara: (1) pengabdian menyebarkan angket kepada peserta agar peserta menilai pelaksanaan pelatihan, dan (2) pengabdian mengikuti kegiatan seminar

akhir untuk mendapatkan masukan dari tim pengabdian yang lain, kemudian menyusun laporan kegiatan untuk dimintakan pengesahan dari Ketua LPM, dan dimintakan penilaian kepada tim reviewers sehingga akan memperoleh sertifikat.

#### **D. Faktor Pendukung dan Penghambat**

Pelaksanaan pelatihan tidak terhindarkan dari faktor pendukung dan penghambat. Faktor yang mendukung kelancaran pelaksanaan pelatihan adalah (1) kerjasama antar anggota tim, (2) hubungan baik antara tim pengabdian dengan para guru TK., (3) kelancaran dukungan administrasi dan kemudahan peminjaman fasilitas ruangan dari LPM UNY, dan (4) dukungan staf administrasi LPM.

Faktor yang menghambat pelaksanaan pelatihan adalah (1) penetapan tanggal pelaksanaan pelatihan karena kesibukatan anggota tim pengabdian, dan (2) sebagian besar guru yang akan mengikuti kegiatan pelatihan mengikuti kuliah UT yang dilaksanakan pada hari Sabtu dan Minggu.

### **BAB III PELAKSANAAN KEGIATAN PPM**

#### **A. Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPM**

Pelatihan memberikan bekal materi kepada para guru TK berupa (1) Paradigma pendidikan anak usia dini, (2) Bimbingan dan konseling bagi anak TK, (3) Bermain bagi anak TK, (4) Model bermain anak pengisi waktu istirahat di TK, (5) Jenis-jenis permainan untuk mengisi waktu istirahat di TK, (6) Praktik model bermain, dan (7) Praktik penyusunan model bermain.

Setelah mendapatkan bekal pengetahuan mengenai berbagai hal tentang model bermain pada waktu istirahat untuk anak TK, dan memiliki pemahaman tentang aktivitas bermain untuk waktu istirahat dan waktu istirahat, para guru mempraktikkan berbagai jenis permainan yang dapat dilaksanakan selama waktu istirahat, kemudian mereka ditugas untuk menyusun aktivitas bermain yang dapat dilaksanakan selama 20 menit, yang sesuai dengan kemampuan anak-anak TK. Tugas menyusun jenis-jenis permainan diberikan pada sesi terakhir di hari pertama pelatihan, sehingga para guru mengerjakannya pada malam hari karena hasil pekerjaan harus dipresentasikan pada hari kedua pelatihan. Para guru dapat mempresentasikan hasil pekerjaannya pada hari kedua secara berkelompok.

## **B. Pembahasan Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPM**

Dari interaksi selama dua hari pelatihan, pertanyaan-pertanyaan yang dikemukakan saat pelatihan, praktik aktivitas bermain, dan praktik penyusunan model bermain menunjukkan bahwa para guru telah memiliki pengetahuan dan kemampuan yang memadai untuk mengatur pemanfaatan waktu istirahat. Namun demikian, mereka belum memiliki pengetahuan yang memadai tentang berbagai model aktivitas bermain, dan mereka belum memiliki kemampuan untuk meramu berbagai aktivitas bermain untuk dimanfaatkan dalam waktu istirahat.

Dari 35 orang guru peserta, semuanya antusias dalam mengikuti pelatihan, tetapi kemampuan mereka memang bervariasi. Namun perbedaan kemampuan tersebut bukan merupakan kendala bagi pelaksanaan pelatihan karena para guru memiliki semangat dan kemauan untuk maju. Mereka tidak segan-segan untuk bertanya, sehingga materi yang disampaikan oleh pemateri tampaknya betul-betul dipahami oleh mereka.

Pemahaman atas materi yang disampaikan ditunjukkan dengan hasil penyusunan model bermain yang mereka kerjakan. Hasil pekerjaan cukup sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh pemateri. Selain itu, para peserta tidak canggung-canggung ketika menampilkan hasil pekerjaannya. Mereka tidak segan-segan untuk meminta peserta lain untuk memberi masukan.

Para peserta tampak gembira ketika mereka mendapatkan materi permainan yang baru. Pemateri memang menyampaikan materi permainan atau aktivitas bermain yang diambil dari buku terbitan terbaru, sehingga banyak guru TK yang belum pernah mendapatkan materi tersebut. Karenanya, mereka menyatakan bahwa pelatihan ini sangat bermanfaat bagi pengembangan kemampuan mereka.

Usulan dari para peserta yang perlu mendapat perhatian LPM adalah (1) mereka berkeinginan agar dapat menampilkan permainan hasil pekerjaannya yang dimainkan oleh peserta didiknya; dan (2) mereka pelatihan tentang berbagai permainan tradisional yang dapat dimanfaatkan dalam proses pembiasaan di TK.

## **BAB IV PENUTUP**

### **A. Simpulan**

1. Waktu istirahat dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan seluruh potensi anak, terutama kemampuan fisik-motorik anak.
2. Aktivitas yang dapat dimanfaatkan untuk mengisi waktu istirahat adalah aktivitas bermain atau permainan. Ada dua jenis permainan, yaitu permainan bebas dan permainan terbimbing.
3. Setelah mengikuti pelatihan guru memiliki pengetahuan dan kemampuan untuk memanfaatkan waktu istirahat secara optimal dengan memanfaatkan berbagai jenis permainan yang menarik, menyenangkan, dan menantang anak-anak.

### **B. Saran**

Memperhatikan hasil yang diperoleh, dan simpulan yang disusun, ada beberapa saran yang dapat diajukan. Pelatihan serupa tetapi dengan materi permainan tradisional dapat dilaksanakan di masa yang akan datang. Para guru sebaiknya menerapkan materi pelatihan atau pengetahuan dan kemampuan yang diperoleh dalam pelatihan dalam proses pembiasaan di TK-nya masing-masing. Para guru perlu saling berinteraksi untuk saling berbagi pengalaman dan berbagi permainan hasil ciptaannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Barros, R.M., Silver, E.J., and Stein, R.E.K. (2009). "School recess and group classroom behavior". *Pediatrics* v.123, n.2, February 2009.
- Guddemi, Marcy. (2009). "The Role of Play in an Overly-Academic Kindergarten". *Gesell Institute of Human Development, New Haven, CT. NAEYC Washington, DC 2009.*  
<http://www.NAEYC2009/Play/Handout.pdf>. Downloaded May 3rd, 2010.
- Guisburg, Kenneth R. (2007). "The important of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds". *Pediatrics* v.199, n.1, January 2007. pg. 182-191.  
<http://aappublications.org/cgi/content/full/pediatrics;119/1/182?eaf>.
- Ki Hadjar Dewantara. (2009). *Menuju manusia merdeka*. Yogyakarta: Leutika.
- Mansur. (2007). *Pendidikan anak usia dini dalam Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Moeslichatoen R., Dra. M.Pd. (2004). *Metode pengajaran di taman kanak-kanak*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Morrison, George S., (1988). *Early childhood education today*. 4<sup>th</sup> ed. Columbus: Merril Publishing Company.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 27 tahun 1990 Tentang Pendidikan Prasekolah.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional nomor 58 tahun 2009 tentang Standar PAUD.
- Robert Wood Johnson Foundation. (2009) "Recess Rules: Why the undervalued playtime may be America's best investment for healthy kids and healthy schools". Report produced by the Robert Wood Johnson Foundation, Princeton, NJ. 2007. Available at  
[www.rwjf.org/files/research/sports4kidsrecessreport.pdf](http://www.rwjf.org/files/research/sports4kidsrecessreport.pdf). Downloaded February 15, 2010

Saskatchewan Education, CIB. (1994). Children first: A curriculum guide for Kindergarten. Diunduh pada 15 Maret 2010 dari: <http://www.sasked.gov.sk.ca/docs/kindergarten/kindacti.html>.

TSHAC. (2008). "Recommendation and research on recess and physical activity: Impact on student health and academic, social and emotional development." Diunduh pada 16 Maret 2010 dari: [www.ds.hs.state.tx.us/schoolhealth.shadvise](http://www.ds.hs.state.tx.us/schoolhealth.shadvise).

Undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Willis, J.E., and Hymon-Parker, S. (2010). "Expanding multicultural activities across the curriculum for preschool". Diunduh pada 16 maret 2010 dari: <http://www.kon.org/urc/v5/willis.html>.

[www.britanica.com/EBchecked/topic/318044/kindergarten](http://www.britanica.com/EBchecked/topic/318044/kindergarten).  
Oktober 16, 2009.

Downloaded