

## **Anak dan Bermain**

Makalah ini disampaikan dalam kegiatan Jurnal Club Prodi PGTK UNY dan majalah EduTOT PGTK UNY Tanggal 17 Mei 2007  
Oleh Martha Christiani

*Play and children cannot be separated. Children play to full all they natural needed and finally to be one of task characteristic for children that is very important for grow and raise. Therefor, playing is one of important principle for early childhood education. Play is more benefit for children if appropriate with age grade and appear from children inner. In generally, playing in preschool had been contaminated with teacher vision. In fact, play cannot effective for children again. Therefor, teacher must know and understand about concept and characteristic true play. It is advantage to plan true strategic when teacher make program for children. High tolerance about children interest and flexible program support intention children playing.*

*Kata kunci : Anak, Bermain, Aspek Perkembangan Anak.*

### **Pendahuluan**

Bermain dan anak merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Aktivitas bermain dilakukan anak dan aktivitas anak selalu menunjukkan kegiatan bermain. Bermain dan anak sangat erat kaitannya. Oleh karena itu, salah satu prinsip pembelajaran di pendidikan anak usia dini adalah bermain dan belajar. Namun apakah prinsip tersebut sudah dapat dilakukan dengan baik pada lembaga pendidikan prasekolah tersebut?

### **Pentingnya Bermain Untuk Anak Usia Dini**

Bermain merupakan kegiatan yang tidak pernah lepas dari anak. Keadaan ini menarik minat peneliti sejak abad ke 17 untuk melakukan penelitian tentang anak dan bermain. Peneliti ingin menunjukkan sejauhmana bermain berpengaruh terhadap anak, apakah hanya sekedar untuk mendapatkan pengakuan dan penerimaan sosial atau sekedar untuk mengisi waktu luang.

Pendapat pertama tentang bermain oleh Plato mencatat bahwa anak akan lebih mudah memahami aritmatika ketika diajarkan melalui bermain. Pada waktu itu Plato mengajarkan pengurangan dan penambahan dengan membagikan buah apel pada masing-masing anak. Kegiatan menghitung lebih dapat dipahami oleh anak ketika dilakukan sambil bermain dengan

buah apel. Eksperimen dan penelitian ini menunjukkan bahwa anak lebih mampu menerapkan aritmatika dengan bermain dibandingkan dengan tanpa bermain.

Pendapat selanjutnya oleh Aristoteles, ia mengatakan bahwa ada hubungan yang sangat erat antara kegiatan bermain anak dengan kegiatan yang akan dilakukan anak dimasa yang akan datang. Menurut Aristoteles, anak perlu dimotivasi untuk bermain dengan permainan yang akan ditekuni di masa yang akan datang. Sebagai contoh anak yang bermain balok-balokan, dimasa dewasanya akan menjadi arsitek. Anak yang suka menggambar maka akan menjadi pelukis, dan lain sebagainya.

Pada abad ke 18 dan awal abad ke 19, Rousseau dan Pestalozzi mulai menyadari bahwa pendidikan akan lebih efektif jika disesuaikan dengan minat anak. Pernyataan ini mendukung teori Frobel yang mengatakan bahwa bermain sangat penting dalam belajar. Belajar berkaitan dengan proses konsentrasi. Orang yang mampu belajar adalah orang yang mampu memusatkan perhatian. Bermain adalah salah satu cara untuk melatih anak konsentrasi karena anak mencapai kemampuan maksimal ketika terfokus pada kegiatan bermain dan bereksplorasi dengan mainan. Bermain juga dapat membentuk belajar yang efektif karena dapat memberikan rasa senang sehingga dapat menimbulkan motivasi instrinsik anak untuk belajar. Motivasi instrinsik tersebut terlihat dari emosi positif anak yang ditunjukkan melalui rasa ingin tahu yang besar terhadap kegiatan pembelajaran.

Akhir abad 19, Herbart Spencer, mengemukakan bahwa anak bermain karena anak memiliki energi yang berlebihan. Teori ini sering dikenal dengan teori Surplus Energi yang mengatakan bahwa anak bermain (melompat, memanjat, berlari dan lain sebagainya) merupakan manifestasi dari energi yang ada dari dalam diri anak. Bermain menurut Spencer bertujuan untuk mengisi kembali energi seseorang anak yang telah melemah.

Dilanjutkan oleh G Stanley Hall, ia menjabarkan teori bermain sebagai bentuk evolusi dari kegiatan nenek moyangnya dimasa yang lampau. Menurut Hall, kegiatan bermain pada anak menunjukkan pengalaman nenek moyang ras tertentu (pengulangan perkembangan ras). Sebagai contoh, anak yang suka bermain dengan air maka diduga bahwa nenek moyang anak tersebut adalah ikan, anak yang suka melakukan kegiatan memanjat maka diduga bahwa nenek moyang

anak tersebut adalah monyet. Teori bermain Hall, sangat dipengaruhi Teori Evolusi Darwin yang pada saat itu memberikan pembaharuan baru dalam ilmu pengetahuan.

Seorang tokoh Filsafat, Karl Gross mengatakan bahwa anak bermain untuk mempertahankan kehidupannya. Menurut Gross, awalnya kegiatan bermain tidak memiliki tujuan namun kemudian memiliki tujuan dan sangat berguna untuk memperoleh dan melatih keterampilan tertentu dan sangat penting fungsinya bagi mereka pada saat dewasa kelak, contoh, bayi yang menggerak-gerakkan tangan, jari, kaki dan berceloteh merupakan kegiatan bermain yang bertujuan untuk mengembangkan fungsi motorik dan bahasa agar dapat digunakan dimasa datang.

Sigmund Freud berdasarkan Teori Psychoanalytic mengatakan bahwa bermain berfungsi untuk mengekspresikan dorongan implusif sebagai cara untuk mengurangi kecemasan yang berlebihan pada anak. Bentuk kegiatan bermain yang ditunjukkan berupa bermain fantasi dan imajinasi dalam sosiodrama atau pada saat bermain sendiri. Menurut Freud, melalui bermain dan berfantasi anak dapat mengemukakan harapan-harapan dan konflik serta pengalaman yang tidak dapat diwujudkan dalam kehidupan nyata, contoh, anak main perang-perangan untuk mengekspresikan dirinya, anak yang meninju boneka dan pura-pura bertarung untuk menunjukkan kekesalannya.

Teori Cognitive-Developmental dari Jean Piaget, juga mengungkapkan bahwa bermain mampu mengaktifkan otak anak, mengintegrasikan fungsi belahan otak kanan dan kiri secara seimbang dan membentuk struktur syaraf, serta mengembangkan pilar-pilar syaraf pemahaman yang berguna untuk masa datang. Berkaitan dengan itu pula otak yang aktif adalah kondisi yang sangat baik untuk menerima pelajaran.

Berdasarkan kajian tersebut maka bermain sangat penting bagi anak usia dini karena melalui bermain mengembangkan aspek-aspek perkembangan anak. Aspek tersebut ialah aspek fisik, sosial emosional dan kognitif. Bermain mengembangkan aspek fisik/motorik yaitu melalui permainan motorik kasar dan halus, kemampuan mengontrol anggota tubuh, belajar keseimbangan, kelincahan, koordinasi mata dan tangan, dan lain sebagainya. Adapun dampak jika anak tumbuh dan berkembang dengan fisik/motorik yang baik maka anak akan lebih percaya

diri, memiliki rasa nyaman, dan memiliki konsep diri yang positif . Pengembangan aspek fisik motorik menjadi salah satu pembentuk aspek sosial emosional anak.

Bermain mengembangkan aspek sosial emosional anak yaitu melalui bermain anak mempunyai rasa memiliki, merasa menjadi bagian/diterima dalam kelompok, belajar untuk hidup dan bekerja sama dalam kelompok dengan segala perbedaan yang ada. Dengan bermain dalam kelompok anak juga akan belajar untuk menyesuaikan tingkah lakunya dengan anak yang lain, belajar untuk menguasai diri dan egonya, belajar menahan diri, mampu mengatur emosi, dan belajar untuk berbagi dengan sesama. Dari sisi emosi, keinginan yang tak terucapkan juga semakin terbentuk ketika anak bermain imajinasi dan sosiodrama.

Aspek kognitif berkembang pada saat anak bermain yaitu anak mampu meningkatkan perhatian dan konsentrasinya, mampu memunculkan kreativitas, mampu berfikir divergen, melatih ingatan, mengembangkan perspektif, dan mengembangkan kemampuan berbahasa. Konsep abstrak yang membutuhkan kemampuan kognitif juga terbentuk melalui bermain, dan menyerap dalam hidup anak sehingga anak mampu memahami dunia disekitarnya dengan baik.

### **Bermain harus sesuai dengan tahapan usia anak**

Pendidik seharusnya memiliki pemahaman dan pengetahuan tentang bermain agar dapat mendukung dan menetapkan kegiatan bermain yang cocok untuk anak. Anak dengan tingkat usia yang berbeda memiliki minat bermain yang berbeda. Tahapan tersebut dapat diprediksi karena telah dilakukan penelitian yang panjang pada setiap tahapan usia anak. Tahapan tersebut secara umum dijabarkan sebagai berikut ;

#### **1. Bayi – Toddler**

Bermain lebih fokus pada keterampilan motorik, pemaksimalan panca indera, kegiatan eksplorasi objek, banyak melakukan gerakan sederhana, gerakan dilakukan tidak bertujuan dan dilakukan berulang-ulang, tidak/belum ada komunikasi, melakukan aktivitas yang sama namun tidak berhubungan dgn anak lain, konsentrasi bermain hanya dengan mainannya sendiri, dan belum mengenal konsep peraturan.

## **2. Anak-anak awal – akhir**

Pada usia ini anak sudah mulai menunjukkan minat untuk bermain dengan anak lain, sering saling bertukar mainan, sama-sama belajar dengan anak lain untuk membuat peraturan dan bermain dengan peraturan, belajar untuk bekerja sama dalam satu aktivitas, sudah mampu membangun dan menciptakan sesuatu dengan benda, tujuan bermain adalah untuk memperoleh kepuasan pribadi, jika melakukan kegiatan bermain sambil bertanding, anak belum ada keinginan untuk menang, dan anak belajar untuk berhitung, membaca, menulis (kemampuan dasar akademik).

## **3. Sekolah dasar**

Pada tahap bermain ini, anak sangat tertarik untuk melakukan kegiatan eksplorasi dan menciptakan mainannya sendiri (berkreasi), mulai menyukai kegiatan bermain yang menggunakan angka dan kode-kode rahasia, mulai menunjukkan siapa dirinya, keahliannya, talenta dan kemampuannya, sudah mulai memahami makna kata, huruf dan angka, sudah mampu membangun konsep kerjasama dan sudah mengenal rasa bersaing.

## **4. Memasuki remaja awal**

Tahapan bermain memasuki remaja awal yaitu banyak bermain dengan permainan teratur dan terstruktur, bermain dengan peraturan (sport), memiliki motivasi bermain untuk memperoleh kemenangan (menang berarti mampu mengikuti peraturan), kegiatan terfokus/minat pada kelompok, dan anak belajar untuk memahami lingkungan social.

**Bermain memberi kontribusi alamiah untuk belajar dan berkembang, dan tidak ada satu program pun yang dapat menggantikan pengamatan, aktivitas, dan pengetahuan langsung anak pada saat bermain.**

Salah satu cara anak mendapatkan informasi adalah melalui bermain. Bermain memberikan motivasi intrinsik pada anak yang dimunculkan melalui emosi positif. Emosi positif yang terlihat dari rasa ingin tahu anak meningkatkan motivasi intrinsik anak untuk belajar. Hal ini ditunjukkan dengan perhatian anak terhadap tugas. Emosi negative seperti rasa

takut, intimidasi dan stress, secara umum merusak motivasi anak untuk belajar. Rasa ingin tahu yang besar, mampu berpikir fleksibel dan kreatif merupakan indikasi umum anak sudah memiliki keinginan untuk belajar. Secara tidak langsung bermain sangat berpengaruh terhadap keberhasilan anak untuk belajar dan mencapai sukses. Hal ini sesuai dengan teori bermain yang dikemukakan oleh James Sully, bahwa bermain berkait erat dengan rasa senang pada saat melakukan kegiatan (Mayke S Tedjasaputra; 2001)

Aktifitas bermain yang belajar memberikan jalan majemuk pada anak untuk melatih dan belajar berbagai macam keahlian dan konsep yang berbeda. Anak merasa mampu dan sukses jika anak aktif dan mampu melakukan suatu kegiatan yang menantang dan kompleks yang belum pernah ia dapatkan sebelumnya. Oleh karena itu pendidik seharusnya memberikan materi yang sesuai, lingkungan belajar yang kondusif, tantangan, dan memberikan masukan pada anak untuk menuntun anak dalam menerapkan teori dan melakukan teori tersebut dalam kegiatan praktek.

### **Ciri Utama Bermain**

Pentingnya arti bermain bagi anak mendorong seorang tokoh psikologi dan filsafat terkenal Johan Huizinga untuk ikut merumuskan teori bermain. Ia mengemukakan bahwa bermain adalah hal dasar yang membedakan manusia dengan hewan. Melalui kegiatan bermain tersebut terpancar kebudayaan suatu bangsa. Namun beberapa orang tidak dapat membedakan kegiatan bermain dengan kegiatan tidak bermain. Pendidikan prasekolah yang menerapkan prinsip pendidikan anak dengan belajar yang bermain, mengalami kerancuan dalam makna. Untuk itu perlu diklasifikasikan antara kegiatan bermain dengan kegiatan yang bukan bermain.

Menurut Rubin, Fein, & Vandenberg dalam Hughes ada 5 ciri utama bermain yang dapat mengidentifikasi kegiatan bermain dan yang bukan bermain :

1. Bermain didorong oleh motivasi dari dalam diri anak. Anak akan melakukannya apabila hal itu memang betul-betul memuaskan dirinya. Bukan untuk mendapatkan hadiah atau karena diperintahkan oleh orang lain.
2. Bermain dipilih secara bebas oleh anak. Jika seorang anak dipaksa untuk bermain, sekalipun mungkin dilakukan dengan cara yang halus, maka aktivitas itu bukan lagi merupakan kegiatan bermain. Kegiatan bermain yang ditugaskan oleh guru TK kepada murid-muridnya, cenderung akan dilakukan oleh anak sebagai suatu pekerjaan, bukan

sebagai bermain. Kegiatan tersebut dapat disebut bermain jika anak diberi kebebasan sendiri untuk memilih aktivitasnya.

3. Bermain adalah suatu kegiatan yang menyenangkan. Anak merasa gembira dan bahagia dalam melakukan aktivitas bermain tersebut, tidak menjadi tegang atau stress. Biasanya ditandai dengan tertawa dan komunikasi yang hidup.
4. Bermain tidak selalu harus menggambarkan hal yang sebenarnya. Khususnya pada anak usia prasekolah sering dikaitkan dengan fantasi atau imajinasi mereka. Anak mampu membangun suatu dunia yang terbuka bagi berbagai kemungkinan yang ada, sesuai dengan mimpi-mimpi indah serta kreativitas mereka yang kaya.
5. Bermain senantiasa melibatkan peran aktif anak, baik secara fisik, psikologis, maupun keduanya sekaligus.

### **Apa yang dapat dilakukan oleh pendidik?**

Adapun upaya yang dapat dilakukan pendidik untuk menghargai arti bermain itu adalah dengan memberikan pengalaman dan kesempatan aktivitas bermain pada anak. Bermain tanpa dibatasi dengan waktu dan peraturan bermain membuat anak punya banyak waktu untuk eksplorasi sendiri serta mengkonstruksi pengetahuannya sendiri. Untuk upaya tindakan protektif kepada anak, pendidik dapat memberikan kenyamanan dan lingkungan yang mendukung untuk bermain dan merancang lingkungan bermain outdoor. Adapun tujuannya adalah agar kebebasan anak ketika bermain tidak terganggu dengan lingkungan yang membahayakan. Anak dapat memilih mainan apapun dan bermain dengan bebas tanpa takut cedera. Pendidik juga dapat merencanakan kurikulum dengan seksama, menanggapi anak pada saat bermain, peduli akan kebutuhan anak, mengobservasi anak pada saat bermain spontan dan tahu kapan saatnya pendidik memberikan bantuan, mengontrol tingkah laku anak dan membantu anak mengungkapkan perasaan melalui verbal pada saat bermain.

### **Kesimpulan**

Anak dan bermain tidak dapat dipisahkan. Dorongan alamiah anak adalah bermain. Beberapa manfaat diperoleh dari kegiatan bermain yaitu dapat mengembangkan aspek perkembangan anak. Tahapan perkembangan anak juga dapat menjadi ciri dalam kegiatan bermain anak, sehingga kegiatan bermain dapat diprediksi dan dijadikan acuan dalam perkembangan anak. Ketika pentingnya bermain dapat dipahami oleh pendidik maka pendidik dapat mengupayakan kegiatan bermain menjadi lebih utama dalam kegiatan belajar untuk anak. Upaya lain yang dapat

dilakukan pendidik adalah dengan merancang lingkungan yang kondusif untuk anak bermain, dan menjadi fasilitator serta motivator untuk anak ketika anak sedang bermain.

## **Referensi**

Elizabeth H. 1978. *Perkembangan Anak 1*. Jakarta : Erlangga

\_\_\_\_\_. 2002. *Working with play*. <http://www.cyc-net.org/index.html>

Redaksi. \_\_\_\_\_. *Anak-anak bermainlah!* <http://www.dhammadakka.org/majalah/mj36/ulasan.htm>

Joan Packer Isenberg and Nancy Quisenberry. \_\_\_\_\_. *Play Essential for Children A Position Paper of the Association for Childhood Education International*.  
<http://www.acei.org/playpaper.htm>

Mayke Sugianto. 1995. *Bermain, Mainan dan Permainan*. Jakarta : Dirjen Pendidikan Tinggi