

MEMAKSIMALKAN WAKTU SENGGANG DENGAN BERMAIN BERSAMA ANAK GUNA MENINGKATKAN KEPEDULIAN ORANG TUA TERHADAP PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI

Rina Mirza., M.Psi., psikolog*

(Praktisi dan Dosen Psikologi)

rinamirza.psi@gmail.com/ 0812-6356-8215

Abstrak

Setiap orang tua diharapkan selalu memantau perkembangan setiap anaknya dan kepedulian orang tua juga mempengaruhi perkembangan anak mereka. Salah satu upaya yang dapat dilakukan orang tua guna mengetahui perkembangan anaknya dengan cara memaksimalkan waktu senggang yang mereka miliki. Memaksimalkan waktu senggang dapat dilakukan dengan cara bermain bersama anak. Dengan bermain bersama, maka secara otomatis ada kesempatan orang tua untuk memantau perkembangan anaknya.

Kata kunci: memaksimalkan waktu senggang, bermain bersama anak, kepedulian orang tua, perkembangan anak.

Abstrack

Every parent is expected to constantly monitor the progress of each child and caring parents also influence their children's development. One effort to do the parents to determine their development by maximizing the free time they have. Maximizing pleasure can be done by playing with the children. By playing together, then automatically there are opportunities for parents to monitor the development of their children.

Keywords: maximize leisure time, playing with the children, caring parent, child development

A. PENDAHULUAN

Tuntutan zaman membuat tidak hanya suami, bahkan istri juga ikut bekerja guna memenuhi kebutuhan rumah tangga. Tidak ada yang salah dalam hal ini, selagi suami ataupun istri masih bisa membagi waktu antara pekerjaan dan kebutuhan kasih sayang anak yang menanti mereka di rumah. Namun tidak sedikit pula kita temui kasus, anak yang merasa terlantar akibat kurangnya perhatian dari orang tuanya atau orang tua yang kurang peduli terhadap anak-anaknya. Menurut Mansur (2011), Kepedulian adalah perbuatan peduli berupa cinta dan kasih sayang kepada anak dengan segala kemampuan untuk mendidiknya agar kelak menjadi orang yang baik dan berguna.

Cinta kasih yang diberikan orang tua, akan mempengaruhi perkembangan anak. Menurut Masganti (2010) ada lima perkembangan yang perlu diperhatikan dalam perkembangan anak, diantaranya adalah perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan bahasa, perkembangan emosi dan perkembangan sosial. Untuk dapat memantau kelima perkembangan anak tersebut, diharapkan orang tua untuk memperhatikan dan peduli terhadap anak.

Anak juga sangat membutuhkan perhatian dari kedua orang tuanya, dalam hal ini orang tua mempunyai kewajiban untuk meluangkan waktu senggang ditengah kesibukan pekerjaan mereka guna memperhatikan perkembangan anak-anaknya. Mansur (2011) menyebutkan bahwa hal terpenting dari meluangkan waktu senggang adalah bagaimana mengisi waktu senggang dengan kegiatan yang bermanfaat atau produktif, baik bagi diri sendiri maupun bagi masyarakat.

Jika kita mengkaitkan hal ini dengan salah satu teori empiris, jelaslah bahwa peran orang tua sangat penting dalam perkembangan anak, yakni faktor dari luar diri anak itu sendiri. Sebagaimana disampaikan Bakar (2012) bahwa pertumbuhan dan perkembangan anak ditentukan oleh faktor-faktor dari luar dirinya, hasil pendidikan dan perkembangan tergantung pada pengalaman-pengalaman yang diperoleh anak didik selama hidupnya. Pengalaman itu diperolehnya di dunia luar dirinya dari lingkungan yang tersedia baginya. Aliran empirisme ini memandang bahwa pengaruh pendidikan itulah yang menentukan hidup manusia, sedangkan pengaruh dari dalam diri sianak yang berupa kemampuan dasar, bakat dan keturunan tidak berpengaruh sama sekali.

Pengalaman akan dunia luar dapat diperoleh anak dengan cara bermain, yang tentunya tidak lepas dari pendampingan orang tuanya. Bermain dapat dilakukan oleh anak sejak dini, sebagaimana yang diutarakan oleh Triharso (2013) bahwa bermain merupakan kegiatan utama yang mulai tampak sejak bayi berusia tiga bulan. Dengan bermain juga dapat mengembangkan beberapa aspek perkembangan anak yakni kognitif, social dan kepribadian anak. Lebih lanjut ia mengatakan bahwa dengan bermain, anak merasakan berbagai pengalaman emosi (senang, sedih, bergairah, kecewa, bangga, marah dsb), melalui bermain pula anak memahami kaitan antara dirinya dengan lingkungan sosialnya, belajar bergaul dan memahami aturan ataupun tata cara pergaulan.

Setiap orang tua pastinya mempunyai waktu senggang, libur kerja misalnya, namun tidak semua orang tua pula menggunakan secara maksimal waktu tersebut bersama anaknya. Anak dibiarkan bermain sendiri, sementara orang tua juga menikmati dirinya sendiri dengan kesibukan yang dibuatnya sendiri, misalnya “bermain bersama” telepon genggamnya atau menikmati mencuci kendaraan bermotornya sendiri tanpa melibatkan anak. Sebuah ilustrasi percakapan antara seorang guru dan anak murid usia diri. *Guru menanyakan cita-cita si anak, guru sangat terkejut dengan cita-cita si anak yang sangat sederhana yaitu ingin menjadi sebuah telepon genggam (handphone). Alasan sederhana, karena kedua orangtuanya lebih sering memperhatikan telepon genggam mereka dibandingkan anaknya, kedua orang tuanya lebih khawatir telepon genggam mereka jatuh dan rusak dibandingkan anaknya yang terjatuh dan merasakan kesakitan, orangtuanya lebih sering mengelus telepon genggamnya baik pagi-siang-maupun malam hari dibandingkan kepala si anak yang hanya diminta dielus sebelum berangkat kesekolah atau sesaat sebelum tidur, orang tua lebih sering membawa telepon genggamnya hingga ketempat tidur dibandingkan membawa anaknya dan bahkan bermain bersama anaknya sekalipun sambil membawa telepon genggamnya.*

Berkaitan dengan hal tersebut diatas, penulis ingin mengulas lebih jauh bagaimana “memaksimalkan waktu senggang dengan bermain bersama anak guna meningkatkan kepedulian orang tua terhadap perkembangan anak usia dini”. Tulisan ini bertujuan agar memberi pemahaman bagi orang tua terutama yang memiliki anak usia dini agar meluangkan waktu yang mereka miliki dengan bermain bersama anaknya serta memantau perkembangan anak mereka.

B. Perkembangan

1. Pengertian Perkembangan

Istilah perkembangan diartikan sebagai serangkaian perubahan progresif yang terjadi sebagai akibat dari proses kematangan dan pengalaman (Hurlock, 1994). Lebih lanjut, Chaplin (2011) menjelaskan bahwa perkembangan/ *development* adalah perubahan yang berkesinambungan dan progresif dalam organisme dari lahir sampai mati. Disamping itu perkembangan juga diartikan sebagai perubahan dalam bentuk dan integrasi dari bagian-bagian jasmaniah ke dalam bagian fungsional serta menuju kedewasaan atau munculnya pola-pola dari tingkah laku yang tidak dipelajari.

Berkaitan dengan perubahan ini, Papalia, dkk (2009) menyebutkan bahwa para ilmuwan perkembangan mempelajari dua jenis perubahan yakni perubahan kuantitatif (merupakan sebuah perubahan dalam hal angka atau jumlah, seperti bertambah atau menurunnya berat badan dan tinggi badan, perolehan kosakata atau peningkatan dan penurunan frekuensi perilaku agresif atau interaksi social), dan perubahan kualitatif (merupakan sebuah perubahan dalam hal jenis, struktur, organisasi. Perubahan ini ditandai dengan munculnya gejala baru yang tidak mudah diduga dengan mendasarkan pada fungsi sebelumnya, seperti perubahan dari anak yang nonverbal ke anak yang memahami kata-kata dan dapat berkomunikasi secara verbal, perubahan karir atau pembelajaran keterampilan baru, seperti penggunaan komputer.

Dalam hal ini jelas terlihat bahwa perkembangan lebih bersifat perubahan kualitatif. Sebagaimana diutarakan oleh Van den Daele (dalam Hurlock, 1994) bahwa perkembangan berarti perubahan secara kualitatif. Lebih lanjut ia mengutarakan bahwa perkembangan bukan sekedar penambahan beberapa sentimeter pada tinggi badan seseorang atau peningkatan kemampuan seseorang, melainkan suatu proses integrasi dari banyak struktur dan fungsi yang kompleks. Yusuf dan Sugandhi (2011) menambahkan bahwa perkembangan merupakan perubahan sistematis tentang fungsi fisik (pembuahan, interaksi proses biologis dan genetika dengan lingkungan) dan psikis (karakteristik psikologis anak seperti kognitif, emosi, sosial, moral dll). Lebih lanjut, ia menyatakan bahwa perkembangan merupakan proses perubahan kuantitatif dan kualitatif individu dlm rentang kehidupannya, mulai dari masa konsepsi, masa bayi, masa kanak-kanak, masa anak, masa remaja hingga masa dewasa.

2. Periodisasi Perkembangan

Menurut Hurlock (1994), ada beberapa tahapan periodisasi dari perkembangan individu berdasarkan rentang kehidupannya, diantaranya:

1. Periode pranatal: konsepsi kelahiran.
2. Bayi: kelahiran-akhir minggu kedua.
3. Masa bayi: akhir minggu kedua-akhir tahun kedua.
4. Awal masa kanak-kanak: 2 sampai 6 tahun.
5. Akhir masa kanak-kanak: 6 sampai 10/ 12 tahun.
6. Masa puber/ pramasa remaja: 10/ 12 sampai 13/ 14 tahun.

7. Masa remaja: 13/ 14 sampai 18 tahun.
8. Awal masa dewasa: 18 sampai 40 tahun.
9. Dewasa madya: 40 sampai 60 tahun.
10. Dewasa akhir/ Masa tua/ usia lanjut: 60 sampai meninggal

3. Tugas Perkembangan

Havighurst (dalam Hurlock, 1994), membagi beberapa tugas perkembangan bagi sepanjang rentang kehidupan manusia, diantaranya:

1. Tugas perkembangan pada masa bayi hingga awal masa kanak-kanak, meliputi:
 - a. Belajar memakan makanan padat.
 - b. Belajar berjalan
 - c. Belajar berbicara.
 - d. Belajar mengendalikan pembuangan kotoran tubuh.
 - e. Mempelajari perbedaan seks dan tata caranya.
 - f. Mempersiapkan diri untuk membaca.
 - g. Belajar membedakan benar dan salah serta mulai mengembangkan hati nurani.
2. Tugas perkembangan pada akhir masa kanak-kanak, meliputi:
 - a. Mempelajari keterampilan fisik yang diperlukan untuk permainan-permainan yang umum.
 - b. Membangun sikap yang sehat mengenai diri sendiri sebagai makhluk yang sedang tumbuh.
 - c. Belajar menyesuaikan diri dengan teman seusianya.
 - d. Mulai mengembangkan peran sosial pria atau wanita yang tepat.
 - e. Mengembangkan keterampilan-keterampilan dasar untuk membaca, menulis dan berhitung.
 - f. Mengembangkan pengertian-pengertian yang diperlukan untuk kehidupan sehari-hari.
 - g. Mengembangkan hati nurani, pengertian moral, tata serta tingkatan nilai kehidupan.
 - h. Mengembangkan sikap terhadap kelompok sosial dan lembaga.
 - i. Mencapai kebebasan pribadi.

3. Tugas perkembangan pada masa remaja, meliputi:
 - a. Mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
 - b. Mencapai peran sosial pria dan wanita.
 - c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
 - d. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab.
 - e. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya.
 - f. Mempersiapkan karir secara ekonomi.
 - g. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga.
 - h. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku dan mengembangkan idiologi.
4. Tugas perkembangan pada masa dewasa awal, meliputi:
 - a. Mulai bekerja.
 - b. Memilih pasangan.
 - c. Belajar hidup dengan pasangan/ tunangan.
 - d. Mulai membina rumah tangga, mengasuh anak dan mengelola rumah tangga.
 - e. Mengambil tanggung jawab sebagai warga Negara.
 - f. Mencari kelompok sosial yang menyenangkan.
5. Tugas perkembangan pada masa usia pertengahan/ dewasa madya, meliputi:
 - a. Mencapai tanggung jawab sosial sebagai warga Negara.
 - b. Membantu anak-anak remaja belajar untuk menjadi orang dewasa yang bertanggung jawab dan bahagia.
 - c. Mengembangkan kegiatan-kegiatan pengisi waktu senggang untuk orang dewasa.
 - d. Menghubungkan diri sendiri dengan pasangan hidup sebagai suatu individu.
 - e. Menerima dan menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan fisiologis yang terjadi pada tahap ini.
 - f. Mencapai dan mempertahankan prestasi yang memuaskan dalam karir maupun pekerjaan.
 - g. Menyesuaikan diri dengan orang tua yang semakin tua.
6. Tugas perkembangan pada masa dewasa akhir/ masa tua, meliputi:
 - a. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan.
 - b. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya penghasilan keluarga.

- c. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup.
- d. Membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia.
- e. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan.
- f. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes.

4. Ciri-Ciri Perkembangan

Menurut Yusuf & Sugandhi (2011), ciri-ciri dari perkembangan individu dapat dibagi menjadi dua aspek, yakni aspek fisik dan aspek psikis, diantaranya:

1. Terjadi perubahan ukuran dalam (a) Aspek fisik: Perubahan tinggi, berat badan dan organ tubuh lainnya. (b) Aspek psikis: Semakin bertambah perbendaharaan kata, matangnya kemampuan berfikir, mengingat serta menggunakan imajinasi kreasi.
2. Terjadi perubahan proporsi dalam (a) Aspek fisik: Proporsi tubuh anak berubah sesuai dengan fase perkembangannya dan pada usia remaja proporsi tubuh anak mendekati proporsi tubuh usia dewasa. (b) Aspek psikis: Perubahan imajinasi dari fantasi ke realitas, perubahan perhatian dari diri sendiri perlahan beralih ke orang lain (khususnya teman sebaya).
3. Lenyapnya tanda-tanda lama dalam (a) Aspek fisik: Lenyapnya kelenjar *thymus* (kelenjar pada anak-anak) yang terletak pada bagian dada, rambut halus, dan gigi susu. (b) Aspek psikis: Lenyapnya masa mengoceh, bentuk gerak-gerik kanak-kanak (merangkak, dst), perilaku *impulsive* (melakukan sesuatu sebelum dipikirkan).
4. Munculnya tanda-tanda baru dalam (a) Aspek fisik: Tumbuh dan pergantian gigi, matangnya organ seksual pada usia remaja, baik primer (menstruasi/ mimpi basah) maupun sekunder (membesar pinggul/ buah dada, tumbuh kumis/ berubah suara). (b) Aspek psikis: Berkembangnya rasa ingin tahu, terkait dengan ilmu pengetahuan, lingkungan alam, nilai-nilai moral dan agama.

5. Aspek Perkembangan

Masganti (2010) menyebutkan ada lima aspek perkembangan yang perlu diperhatikan dalam perkembangan anak, diantaranya adalah

1. Perkembangan fisik

Fisik adalah tempat dimana bagi perkembangan psikis manusia. Bagian organ-organ tubuh manusia keseluruhan disebut dengan fisik. Perkembangan fisik sendiri

adalah perkembangan dimana organ-organ tubuh menjadi lebih berfungsi. Sebenarnya di dalam fisik terjadi perkembangan kognitif, sosial, moral, agama dan bahasa. Papalia, dkk (2009) menambahkan bahwa pertumbuhan tubuh dan otak, kapasitas sensoris, keterampilan motorik serta kesehatan merupakan bagian dari perkembangan fisik/ *physical development* dan dapat memengaruhi ranah perkembangan lainnya.

2. Perkembangan kognitif

Kognitif adalah kemampuan berpikir manusia. Menurut Hunt (dalam Masganti, 2010) bahwa kognitif merupakan kemampuan memproses informasi yang diperoleh melalui indera. Papalia, dkk (2009) menambahkan bahwa perubahan dan stabilitas di dalam kemampuan-kemampuan mental seperti belajar, memperhatikan, mengingat, menggunakan bahasa, berpikir, menalar dan kreatif membentuk perkembangan kognitif/ *cognitive development*. Peningkatan dan kemunduran kognitif sangat erat kaitannya dengan faktor fisik, emosional dan sosial.

3. Perkembangan Bahasa

Bahasa merupakan sarana untuk menjalin komunikasi sosial. Tanpa bahasa, komunikasi tidak dapat dilakukan. Perkembangan bahasa pada anak adalah meningkatnya kemampuan penguasaan alat berkomunikasi. Berkaitan dengan kemampuan berbahasa, Papalia, dkk (2009) menyebutkan bahwa kemampuan bicara bergantung pada perkembangan fisik mulut dan otak. Seorang anak yang perkembangan bahasanya cepat matang cenderung memunculkan reaksi positif dari orang lain dan memperoleh penghargaan diri.

4. Perkembangan Emosi

Emosi adalah mengarah pada perasaan kuat yang melibatkan pikiran, perubahan fisiologis, dan ekspresi pada sebuah perilaku. Lebih lanjut Petersen dan Wittmer (2015) menyampaikan bahwa perkembangan emosi erat kaitannya dengan kelekatan, kelekatan hanya bisa tumbuh melalui hubungan yang berkesinambungan dan responsif. Emosi itu bisa bersifat positif dan negative, sebagaimana firman Allah SWT dalam Al Qur'an surah Al Ghasiyyah: ayat 7-10, yang artinya:

- (7) yang tidak menggemukkan dan tidak pula menghilangkan lapar.
- (8) banyak muka pada hari itu berseri-seri,
- (9) merasa senang karena usahanya,
- (10) dalam syurga yang tinggi

5. Perkembangan Sosial

Perkembangan sosial merupakan kematangan yang dicapai dalam hubungan sosial dapat juga diartikan sebagai proses belajar untuk menyesuaikan diri terhadap norma-norma kelompok, moral, dan tradisi serta meleburkan diri menjadi satu kesatuan dan saling berkomunikasi. Berkaitan dengan perkembangan social ini, Papalia, dkk menggunakan istilah psikososial yang maknanya hampir sama dengan perkembangan social sebagaimana dimaksud diatas. Dalam bukunya, Papalia, dkk (2009) mengutarakan bahwa perubahan dan stabilitas di dalam emosi, kepribadia dan hubungan social bersama-sama membentuk perkembangan psikososial dan hal ini dapat mempengaruhi fungsi kognitif dan fisik. Misalnya: dukungan sosial dapat membantu orang mengatasi masalahnya, termasuk didalamnya dukungan dan perhatian orang tua kepada anaknya akan berpengaruh besar terhadap proses tumbuh kembang anak kedepannya.

C. Kepedulian

1. Pengertian Kepedulian

Dalam kamus besar bahasa Indonesia (Kemdikbud, 2017), peduli adalah mengindahkan, memperhatikan maupun menghiraukan. Sementara itu, kepedulian adalah perihal sangat peduli, sikap mengindahkan (memprihatinkan), secara social diartikan sebagai sikap mengindahkan sesuatu yang terjadi dalam masyarakat. Mansur (2011) menambahkan pengertian kepedulian yaitu perbuatan peduli berupa cinta dan kasih sayang kepada anak dengan segala kemampuan untuk mendidiknya agar kelak menjadi orang baik dan berguna. Rasa peduli ini harus ditunjukkan pada kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki anak, agar kekurangan itu menjadi kelebihan untuk anak dimasa yang akan datang. Proses pemberian bantuan yang terus-menerus dan sistematis pada individu dalam memecahkan masalah yang dihadapinya agar tercapai kemampuan untuk memahami dirinya, mengerahkan dirinya dan merealisasikan dirinya sesuai dengan potensi atau kemampuannya dalam mencapai penyesuaian di masyarakat. Untuk merealisasikan potensi tersebut, maka orang tua harus meningkatkan kepedulian terhadap perkembangan anaknya.

Lebih lanjut, Mansur (2011) juga menjelaskan bahwa kepedulian merupakan suatu proses memberi bantuan kepada individu agar dapat mengenali dirinya dan dapat

memecahkan masalah hidupnya sendiri guna mencapai kemampuan untuk memahami dirinya (*self understanding*), kemampuan untuk menerima dirinya (*self acceptance*), kemampuan untuk mengarahkan dirinya (*self direction*) dan kemampuan untuk merealisasi (*self realization*) sesuai kemampuannya dalam mencapai penyesuaian diri dengan lingkungan sehingga ia dapat menikmati hidup dengan bahagia.

2. Hal yang perlu mendapat kepedulian orang tua

Menurut Mansur (2011), ada beberapa hal yang dihadapi anak yang pastinya berbeda antara satu anak dengan anak lainnya sehingga perlu mendapat kepedulian dari orang tua, diantaranya adalah:

1. Pengajaran atau belajar

Setiap masalah yang dihadapi anak tentunya harus cepat diatasi. Hal ini akan membantu anak agar tidak terbebani dengan masalahnya. Dalam hal pengajaran atau belajar, haruslah mendapat kepedulian dari orang tua, misalnya kesulitan dalam membagi waktu belajar, memilih materi yang sesuai, menggunakan buku pelajaran, kesulitan belajar sendiri, kesulitan dalam menerima pelajaran dan sebagainya. Berkaitan dengan belajar ini, tidak sedikit orang tua yang memberi les tambahan bagi anaknya, dengan harapan agar prestasi anaknya lebih cemerlang. Namun disisi lain, tidak sedikit dari anak yang malah menjadi stress. Olivia (2010) menuturkan bahwa pada dasarnya orang tua dapat membantu anaknya untuk mengatasi stress disekolahnya, dengan cara mengenali penyebab stress dan peduli dengan kondisi anak supaya anak bisa berprestasi baik disekolah.

2. Pendidikan

Salah satu hal yang harus mendapat kepedulian dari orang tua adalah dalam hal pendidikan anak, terutama ketika anak baru saja memasuki situasi sekolah baru yakni menyesuaikan diri dengan pelajaran baru, guru serta tata tertib sekolah yang baru.

3. Sosial

Masalah yang muncul dalam hal social adalah anak yang lambat dalam melakukan adaptasi sosial atau kurang mampu bersosialisasi dengan cepat dengan lingkungan sosialnya. Biasanya pada anak berkaitan dengan kesulitan mencari teman dekat, merasa terasing dalam kelompok dan sebagainya.

4. Penggunaan waktu senggang

Yang menjadi pokok masalah adalah bagaimana mengisi waktu senggang dengan kegiatan yang bermanfaat atau produktif, baik bagi diri sendiri maupun bagi masyarakat. Ketidakmampuan dalam menggunakan waktu senggang dapat menimbulkan masalah besar. Misalnya gejala kenakalan anak, pelanggaran ketertiban, pelanggaran disiplin, suka mengganggu teman dan sebagainya. Memaksimalkan waktu senggang dapat dilakukan dengan cara bermain bersama anak.

D. Bermain

1. Pengertian Bermain

Dalam kamus besar bahasa Indonesia (Depdiknas, 2008), yang dimaksud dengan bermain adalah aktivitas yang membuat hati seorang anak menjadi senang, nyaman dan bersemangat, dengan kata lain bahwa bermain merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk bersenang-senang. Senada dengan hal tersebut, pendapat lain menyebutkan bahwa bermain berasal dari bahasa Inggris yakni *play* yang diartikan sebagai kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkannya tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Bermain dilakukan secara suka rela dan tidak ada paksaan atau tekanan dari luar (Fadlillah, dkk, 2014).

Sementara itu, Departemen Pendidikan Nasional (dalam Khadijah, 2012) menyebutkan bahwa bermain merupakan cara yang paling efektif untuk mematangkan perkembangan anak, dengan bermain anak berusaha mencoba dan melatih dirinya. Dengan bermain, anak dapat memproyeksikan harapan-harapan maupun konflik pribadi, mengeluarkan semua perasaan negative yang dimilikinya seperti pengalaman yang tidak menyenangkan dan harapan yang tidak terwujud dalam realita. Triharso (2013) menambahkan bahwa bermain merupakan suatu kegiatan yang dilakukan dengan atau tanpa alat, yang menghasilkan pengertian dan memberikan informasi, kesenangan dan mengembangkan imajinasi anak.

2. Manfaat Bermain bagi Perkembangan Anak

Bermain memberikan banyak manfaat yang dapat menunjang perkembangan anak. Sebagaimana yang diutarakan Khadijah (2012) bahwa ada beberapa manfaat bermain bagi perkembangan anak, diantaranya:

1. Melatih perkembangan motorik, yakni dengan bermain memungkinkan anak bergerak secara bebas sehingga anak mampu mengembangkan kemampuan motoriknya.
2. Mengembangkan kemampuan kognitif, yakni anak diberi kesempatan untuk berinteraksi dengan objek yang ada disekitarnya.
3. Melatih perkembangan afektif. Berkaitan dengan hal ini, biasanya permainan itu memiliki aturan yang diperkenalkan oleh teman bermainnya sehingga terjalin hubungan untuk saling menghargai satu sama lain, yang pada akhirnya membentuk perkembangan moral anak.
4. Mengembangkan kemampuan bahasa. Saat anak bermain akan menggunakan bahasa, baik untuk berkomunikasi dengan temannya atau hanya sekedar menyampaikan pikirannya. Bahkan tidak sedikit anak yang bermain sendiri, juga seakan-akan ia bercakap-cakap dengan dirinya sendiri hanya sekedar menyampaikan apa yang ada dipikirkannya.

Disamping itu, Triharso (2013) juga menambahkan manfaat lain dari bermain bagi perkembangan anak, diantaranya:

1. Bermain mempengaruhi perkembangan fisik anak

Bila anak mendapat kesempatan untuk melakukan kegiatan yang banyak melibatkan gerakan tubuh maka tubuh anak menjadi sehat, otot tubuh akan berkembang dan menjadi kuat. Anak juga dapat menyalurkan energi yang berlebih sehingga ia tidak merasa gelisah.

2. Bermain dapat digunakan sebagai terapi

Bermain bisa menjadi media psikoterapi atau pengobatan terhadap anak, atau sering disebut dengan terapi bermain. Untuk melakukan terapi bermain ini, diperlukan pendidikan atau pelatihan khusus dari ahli dan tidak dapat dilakukan secara sembarangan.

3. Bermain meningkatkan pengetahuan anak

Dengan bermain, aspek motorik kasar dan motorik halus anak turut berkembang. Untuk anak usia dini, diharapkan akan menguasai konsep lainnya seperti warna, ukuran, bentuk, arah dan besaran sebagai landasan untuk belajar menulis, bahasa, matematika dan ilmu pengetahuan lainnya. Saat bermain, anak akan menemukan hal baru sehingga memberikan kepuasan bagi dirinya sendiri.

4. Bermain melatih penglihatan dan pendengaran

Mata dan telinga membantu anak agar lebih mudah belajar mengenal dan mengingat bentuk atau kata-kata yang akhirnya memudahkan anak untuk belajar membaca maupun menulis.

5. Bermain mempengaruhi perkembangan kreativitas anak

Dengan bermain, kreativitas anak akan terus terasah jika anak diberikan kebebasan untuk bereksplorasi sesuai kemampuannya.

6. Bermain mengembangkan tingkah laku sosial anak

Permainan “*ciluk ba*” ataupun “*petak umpet*”, dapat dilakukan untuk mengajarkan anak mengembangkan tingkah laku sosialnya. Bahwa anak perlu belajar berpisah dari pengasuh atau ibunya. Anak butuh diyakinkan bahwa perpisahan hanya berlangsung sesaat saja. Selain itu, dengan bermain juga akan mengajarkan social anak, yakni bermain secara bergantian, dilakukan secara bersama-sama, mematuhi tata tertib permainan sesuai yang sudah disepakati, dll.

7. Bermain mempengaruhi nilai moral anak

Bermain sudah menjadi kebutuhan yang sudah ada secara alamiah dalam diri anak. Dengan bermain, anak dapat melepaskan ketegangan yang dirasakannya.

3. Jenis Permainan

Terdapat banyak jenis permainan yang dapat digunakan untuk anak usia dini. Permainan ini dapat dilakukan anak sendiri dan akan lebih baik lagi, apabila orang dewasa terutama ayah dan ibu dapat menemani anak dalam bermain. Menurut Fadlillah, dkk (2014) permainan dapat digolongkan menjadi dua bagian, yakni:

1. Permainan Aktif

Permainan aktif adalah jenis permainan yang kegembiraannya timbul dari apa yang dilakukan anak itu sendiri. Triharso (2013) menambahkan bahwa dalam permainan aktif, anak dituntut agar aktif bergerak dan berperan serta. Berikut ciri-ciri permainan aktif, diantaranya:

- a. Bermain bebas dan spontan atau eksplorasi, yakni anak bebas bermain sesuai keinginannya tanpa adanya aturan. Yang terpenting anak merasa senang dan akan berhenti dengan sendirinya jika anak merasa tidak menyenangkan permainannya

tersebut. Dalam permainan ini anak melakukan eksperimen/ menyelidiki, mencoba dan mengenal hal baru.

- b. Bermain drama, dengan memerankan atau meniru karakter tertentu yang dikaguminya dalam dunia nyata atau yang pernah dilihatnya di media.
- c. Bermain musik dapat mendorong anak untuk mengembangkan tingkah laku sosialnya yaitu bekerjasama dengan teman sebayanya dalam bermusik, bernyanyi, berdansa atau memainkan musik.
- d. Mengumpulkan atau mengoleksi sesuatu sehingga anak merasa bangga karena mempunyai koleksi. Selain itu, juga mempengaruhi penyesuaian pribadi dan social anak karena anak terdorong untuk bersikap jujur, bekerjasama sekaligus bersaing.
- e. Permainan olah raga, dalam hal ini anak banyak menggunakan energi fisik sehingga sangat membantu perkembangan fisiknya. Anak juga didorong untuk bersosialisasi, bekerjasama, memainkan peran pemimpin serta menilai diri dan kemampuannya secara realistis serta sportif.

2. Permainan Pasif

Permainan pasif adalah permainan yang bersifat hiburan, artinya anak tidak ikut secara aktif dalam proses permainan. Kegembiraan anak diperoleh dengan memperhatikan aktivitas orang lain. Triharso (2013) memberikan beberapa contoh dari permainan pasif, diantaranya: membaca, mendengarkan radio, menonton televisi, mendengarkan musik dll. Untuk jenis permainan pasif ini, dapat dilakukan orang tua dengan anaknya secara bersama-sama. Misalnya: anak usia dini belum dapat membaca atau masih terbata-bata dalam membaca, orang tua dapat mendampingi atau bahkan membacakannya untuk anak.

4. Pentingnya Bermain bagi Anak

Menurut Frank dan Theresia (dalam Khadijah, 2012) ada 16 nilai bermain bagi anak, diantaranya:

1. Bermain membantu pertumbuhan anak
2. Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan secara suka rela
3. Bermain memberikan kebebasan anak untuk bertindak
4. Bermain memberikan dunia khayalan dapat dikuasai
5. Bermain mempunyai unsur berpetualang didalamnya

6. Bermain meletakkan dasar pengembangan bahasa
7. Bermain mempunyai pengaruh yang unik dalam pembentukan hubungan antar pribadi
8. Bermain memberi kesempatan untuk menguasai diri secara fisik
9. Bermain memperluas pemusatan perhatian
10. Bermain merupakan cara anak untuk menyelidiki sesuatu
11. Bermain merupakan cara anak mempelajari peran orang dewasa
12. Bermain merupakan cara dinamis untuk belajar
13. Bermain menjernihkan pertimbangan anak
14. Bermain dapat meningkatkan struktur secara akademis
15. Bermain merupakan kekuatan hidup
16. Bermain merupakan sesuatu yang esensial bagi kelestarian hidup manusia.

E. Memaksimalkan waktu senggang dengan bermain bersama anak guna meningkatkan kepedulian orang tua terhadap perkembangan anak usia dini.

Setiap orang tua diharapkan selalu memantau perkembangan setiap anaknya dan kepedulian orang tua juga mempengaruhi perkembangan anak mereka. Salah satu upaya yang dapat dilakukan orang tua guna mengetahui perkembangan anaknya dengan cara memaksimalkan waktu senggang yang mereka miliki. Memaksimalkan waktu senggang dapat dilakukan dengan cara bermain bersama anak.

Dengan bermain bersama, maka secara otomatis ada kesempatan orangtua untuk memantau perkembangan anaknya. Khadijah (2012) berpendapat bahwa bagi anak, bermain adalah kegiatan yang mereka lakukan sepanjang hari karena bagi anak, bermain adalah hidup dan hidup adalah permainan. Anak-anak akan menikmati permainannya sampai kapanpun dan akan terus menerus melakukannya dimanapun mereka memiliki kesempatan sehingga bermain salah satu cara anak usia dini untuk belajar karena melalui bermain, anak mulai belajar mengenal semua peristiwa yang terjadi di lingkungan sekitarnya, seperti bereksplorasi, menemukan, mengekspresikan perasaannya, berkreasi dan belajar secara menyenangkan karena interaksi yang paling penting dengan anak usia dini adalah permainan.

Menurut Triharso (2013), jika orang tua benar-benar memahami dan peduli terhadap anak maka hal itu akan berdampak positif pada cara orang tua membantu proses belajar anak. Pengamatan ketika anak bermain secara aktif dan pasif, sangat membantu orang tua dalam memahami jalan pikiran anak, juga sapat meningkatkan keterampilan orang tua dalam berkomunikasi. Senada dengan hal tersebut, Petersen dan Wittmer (2015) menyebutkan bahwa kelekatan antara anak dan orang tuanya akan mempengaruhi perkembangan emosional anak.

Tidak hanya perkembangan emosional, namun dengan kedekatan yang dijalin antara orang tua dan anaknya juga berpengaruh pada perkembangan lainnya. Hal ini didukung dengan pernyataan yang disampaikan Triharso (2013) bahwa pemahaman tentang bermain juga membuka wawasan dan menetralkan pendapat orang tua sehingga kita menjadi lebih luwes dalam bermain bersama anak. Hasilnya, segala aspek perkembangan anak dapat didukung oleh orang tua seutuhnya.

F. PENUTUP

Memaksimalkan waktu senggang merupakan bagian dari kepedulian orang tua terhadap anaknya. Anak dunianya bermain, sehingga bermain bersama anak dapat dilakukan untuk memaksimalkan waktu senggang yang dimiliki orang tua. Dengan bermain bersama anak, orang tua juga dapat memantau perkembangan anaknya. Permainan yang dipilih dapat disesuaikan dengan kebutuhan anak dan orang tua maupun usia anak itu sendiri. Selain itu, orang tua juga dapat mengeksplorasi jenis permainan lain yang tentunya sesuai dengan anak. Nikmati bermain dengan anak karena anak juga butuh kasih sayang dari kedua orang tuanya. Kasih sayang juga dapat dirasakan anak melalui bermain bersama yang dilakukan orang tua bersama anaknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Bakar, Rosdiana A. (2012). *Pendidikan Suatu Pengantar cet. ketiga*. Bandung: Citapustaka Media Perintis.
- Chaplin, JP. (2001). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Depdiknas. (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia

- Fadlillah, M., Filasofa, Lilif MK., Wantini., Akbar, Eliyyil dan Fauziyah, Syifa. (2014). *Edutainment Pendidikan Anak Usia Dini: Menciptakan pembelajaran menarik, kreatif dan menyenangkan*. Jakarta: Kencana.
- Hurlock, Elizabeth B. (1994). *Psikologi Perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Kemdikbud. (2017). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (online)*. Diakses dari <http://kbbi.web.id/peduli>, pada tanggal 31 Maret 2017.
- Khadijah. (2012). *Konsep Dasar Pendidikan Pra Sekolah*. Bandung: Citapustaka Media Perintis.
- Mansur. (2011). *Pendidikan Anak Usia Dini dalam Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Masganti. (2010). *Perkembangan Peserta Didik*. Medan : Perdana Publishing.
- Olivia, Femi. (2010). *Mendampingi Anak Belajar: Bebaskan Anak dari Stress dan Depresi Belajar*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Papalia, Diane, E., Olds, Sally, W., dan Feldman, Ruth, D. (2009). *Human Development edisi 10*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Petersen, Sandra H dan Wittmer, Donna S. (2015). *Kurikulum Pendidikan Anak Usia Dini Berbasis Pendekatan Antarpersonal (a relationship based approach) edisi pertama*. Jakarta: Prenadamedia Grup.
- Triharso, Agung. (2013). *Permainan Kreatif dan Edukatif untuk Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Yusuf, Syamsu LN & Sugandhi, Nani M. (2011). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.