

AKTIVITAS BERMAIN UNTUK PROSES TUMBUH KEMBANG ANAK

Oleh: Paiman*)

Abstrak

Bermain merupakan aktivitas utama yang dilakukan oleh anak-anak. Aktivitas bermain adalah kebutuhan penting bagi anak-anak untuk proses tumbuh kembang, dan dunia anak adalah identik dengan dunia bermain. Kegiatan bermain bagi anak-anak dapat digunakan untuk mengembangkan aspek: spiritual, emosional, sosial, intelektual, dan psikis secara optimal. Mengingat pentingnya aktivitas bermain bagi tumbuh kembang anak, orang tua dan pendidik perlu memberi kesempatan yang seluas-luasnya kepada anak-anak agar mendapat kesempatan bermain. Orang tua dan pendidik perlu menyediakan alat bermain dan prasarana yang memadai sehingga kegiatan bermain anak dapat dilakukan dengan nyaman, aman, dan bermanfaat.

Kata Kunci: *Aktivitas bermain, tumbuh kembang anak*

Pendahuluan

Bermain merupakan aktivitas utama yang dilakukan oleh anak-anak. Aktivitas bermain adalah kebutuhan utama bagi anak-anak, dan dunia anak identik dengan dunia bermain. Dalam keadaan tertentu permainan lebih disukai oleh anak-anak dibanding dengan makanan atau pakaian.

Aktivitas bermain dapat menjadikan anak-anak aktif baik secara jasmani maupun rohani. Dalam kegiatan bermain beberapa aspek manusia dapat dikembangkan secara optimal. Aspek tersebut di antaranya adalah: spiritual, emosional, sosial, intelektual, dan psikis. Melalui aktivitas bermain yang dirancang dengan baik maka aspek-aspek tersebut dapat dikembangkan dengan optimal.

Pengembangan aspek spiritual melalui aktivitas bermain dapat dilakukan dengan cara bergerak mengikuti irama dengan lirik-lirik lagu yang memiliki tema tentang keTuhanan, misalnya lagu: bintang kecil, ikan warna-warni, oh Tuhan, rukun iman, dan sebagainya. Penanaman aspek KeTuhanan juga dapat dilakukan dengan bermain menyusun benda-benda membentuk tempat-tempat ibadah umat beragama, bermain peran menjadi ustaz, pendeta, Pastur, biksu, dan sebagainya.

Pengembangan aspek emosional melalui aktivitas bermain dapat dilakukan melalui gerak berirama yang memiliki lirik lagu bertemakan kasih sayang, kesabaran, empati, patriotisme, semangat, dan sebagainya. Pengembangan aspek emosional juga dapat dilakukan dengan cara memanfaatkan macam-macam permainan yang membutuhkan kesabaran,

*) Paiman adalah Guru Mata Pelajaran Olah Raga dan Kesehatan di SMP Negeri 5 Wates Kulon Progo

ketelitian, pengendalian emosi, penyesuaian kecepatan gerak dengan irama tertentu, dapat juga bermain peran dengan cerita yang bertepatan: baiknya sifat penyabar, ketelitian atau kecermatan dalam bertindak, bertindak dengan penuh perhitungan, berani membela kebenaran, dan sebagainya.

Pengembangan aspek sosial melalui aktivitas bermain dapat dilakukan melalui kegiatan bermain yang memerlukan keterlibatan atau kerja sama dengan beberapa orang. Dengan aktivitas bermain yang melibatkan beberapa orang memungkinkan anak-anak berlatih berkomunikasi dengan teman sebaya tentang isi hati, pikiran, perasaan, dan hasrat. Permainan yang dapat digunakan untuk mengembangkan aspek sosial antara lain: permainan yang melibatkan beberapa orang anak untuk menyelesaikan satu tugas tertentu misalnya; memasukkan paku dalam botol menggunakan media tali, komunikasi berantai, membangun menara dari gelas dengan media tali, dan sebagainya, serta permainan untuk menyelesaikan tugas tertentu secara estafet.

Menurut Rusli Ibrahim (2001: 28) dinyatakan bahwa perkembangan kesadaran sosial anak berkaitan erat dengan perkembangan keterampilan tanggung jawab sosial mereka. Pemahaman terhadap diri sendiri dan orang lain dalam interaksi sosial, amat tergantung kepada kemampuan secara khusus untuk membedakan suatu pandangan individu itu sendiri dengan pandangan teman komunikasinya.

Pengembangan aspek intelektual melalui aktivitas bermain dapat dilakukan melalui kegiatan bermain yang memerlukan kecerdasan otak, misalnya: pemecahan masalah angka-angka, merangkai suatu bagian menjadi keseluruhan yang utuh, analogi benda tertentu dengan benda lain,

merubah bentuk tanpa menghilangkan bagian, mengkreasi suatu benda menjadi benda lain, dan sebagainya. Permainan yang dapat mengembangkan intelektual dapat dilakukan melalui permainan yang memanfaatkan seluruh panca indera secara simultan. Hal ini dilakukan agar memori yang tersimpan dalam otak merupakan data hasil rekaman yang diperoleh dari berbagai macam cara merespon yang melibatkan berbagai macam panca indera tersebut. Menurut teori *quantum learning* kecerdasan manusia akan dapat di tingkatkan secara dramatis jika dalam proses belajar melibatkan seluruh panca indera.

Pengembangan aspek fisik melalui aktivitas bermain dapat dilakukan melalui kegiatan bermain yang memerlukan gerak jasmani. Dalam hal ini aktivitas jasmani aktif secara dominan sehingga terjadi peningkatan kualitas jasmani. Aktivitas tersebut misalnya: lompat-lompat, sikap keseimbangan, merayap, melangkah, berlari, berjalan, mengguling, dan sebagainya. Pengembangan aspek fisik dapat dilakukan secara kolaborasi dengan pengembangan aspek-aspek lain, misalnya: spiritual, emosional, sosial, dan intelektual.

Banyak manfaat aktivitas bermain bagi tumbuh kembang anak namun ironis dewasa ini banyak orang tua yang memiliki anggapan yang salah tentang aktivitas bermain ini. Ada sebagian orang tua yang memiliki anggapan bahwa aktivitas bermain bagi anak-anaknya tidak bermanfaat, melelahkan, atau bahkan merugikan. Permainan yang ada lebih mengembangkan aspek intelektual atau hiburan dan kurang mengembangkan aspek-aspek yang lain. Dewasa ini aspek intelektual seperti didewa-dewakan seakan-akan aspek intelektual merupakan satu-satunya penentu kesuksesan anak saat

telah dewasa. Paradikma baru dalam dunia pendidikan menyatakan bahwa kemampuan intelektual hanya mampu menyumbang 20% keberhasilan seseorang, selebihnya adalah aspek lain misalnya: emosi, sosial, fisik, dan spiritual. Hal ini sesuai yang dinyatakan oleh Goleman dalam Suyanto (2006: 31) "*psychologists agree that IQ contributes only 20 percent of the factor that determine success. A full 80 percent comes from other factor, including emotional intelligence*". Lebih lanjut Suyanto mengutip pendapat Patton (1997) dinyatakan bahwa "*IQ an unchangeable genetic factor which we are born with. EQ is not. We can improve it with commitment, practice, knowledge and will*". Kemajuan teknologi informasi khususnya teknologi komputer menjadikan alat bermain anak lebih banyak didominasi oleh alat-alat bermain elektronik dan aktivitas fisik cenderung sedikit dilakukan. Kehidupan anak waktunya lebih banyak dihabiskan untuk *game-game komputer, play station, hand phone, TV, dan sebagainya*. Dengan aktivitas fisik yang jarang dilakukan ini, menyebabkan aspek fisik tidak dapat berkembang secara optimal sehingga tingkat kebugaran jasmani anak-anak rendah. Kesegaran jasmani yang rendah menyebabkan anak-anak mudah sakit, organ-organ tubuh kurang dapat berfungsi secara baik, metabolisme tubuh kurang dapat berjalan dengan lancar, dan proses pertumbuhan dan perkembangan tidak dapat berjalan secara optimal.

Teori Bermain

Pengertian bermain menurut Sukintaka (1994: 2) adalah "aktivitas jasmani yang dilakukan dengan rasa senang dan sungguh-sungguh tetapi bukan merupakan kesungguhan". Lebih lanjut Sukintaka menyatakan bahwa orang bermain itu

melakukan aktivitas terhadap permainan. Sedang pengertian permainan adalah alat untuk bermain. Dengan bermain anak-anak akan memperoleh kesenangan. Atas dasar rasa senang inilah maka anak-anak akan mau melakukannya dengan suka rela tidak ada paksaan. Anak-anak dengan dasar rasa senang ini maka akan dapat memperlihatkan secara spontan keadaan yang sesungguhnya dari pribadinya mengenai gerak, sikap, dan perilaku. Dengan demikian anak-anak akan lebih mudah diarahkan ke arah pencapaian tujuan pendidikan yakni: kognitif, psikomotor, afektif, dan jasmaniah.

Para ilmuwan di bidang ilmu sosial menyatakan bahwa tidak mudah mendefinisikan secara sederhana tentang pengertian bermain, sebab dalam kenyataan ada kegiatan yang tampaknya aktivitas bermain namun sebenarnya merupakan aktivitas yang lain, misalnya sebagai aktivitas bekerja, contoh: atlit Sepak Bola professional, Tenis professional, dan sebagainya. Namun sebaliknya ada kegiatan yang tampaknya bekerja tetapi sebenarnya merupakan aktivitas bermain. Hal tersebut dapat dicontohkan sebagai berikut: ada anak-anak memindahkan batu dari tempat yang berserakan ke suatu tempat untuk dikumpulkan. Secara lahiriah anak tersebut tampaknya bekerja untuk kebersihan, namun sebenarnya anak tersebut ingin merealisasikan sesuatu yang diimajinasikan yakni membuat sebuah bangunan.

Menurut Hughes (2010: 4), suatu aktivitas dapat dikatakan sebagai suatu kegiatan bermain sekurang-kurangnya harus memiliki 5 ciri penting, yakni: (1) didasari oleh motivasi intrinsik, (2) berdasarkan pilihan bebas, (3) menyenangkan, (4) bukan harfiah (*nonliteral*), dan (5) meningkatkan keaktifan jasmani maupun rohani. Kelima

ciri tersebut adalah yang dapat membedakan antara aktivitas bermain dan aktivitas bekerja. Pada aktivitas bekerja tidak selalu didasari oleh dorongan dari dalam diri sendiri misalnya; karena diajak oleh orang lain atau tuntutan kebutuhan hidup. Aktivitas bekerja kadang-kadang tidak didasari atas pilihan bebas tetapi karena keadaan yang memaksa, misalnya seorang sarjana hukum akhirnya harus menekuni usaha bisnis karena keterpaksaan, yakni keahliannya tidak dapat diamalkan sesuai bidang ilmu yang ditekuni. Aktivitas bekerja belum tentu selalu dilakukan atas dasar kesenangan/panggilan jiwa sebab tidak pasti keahlian seseorang cocok dengan keadaan di mana orang tersebut hidup, misalnya; seorang sarjana perhotelan akan tetapi hidup di desa karena ilmu yang ditekuni tidak cocok dengan situasi kondisi maka berputar haluan bekerja sebagai peternak. Tujuan bekerja bukan untuk mencari kesenangan tetapi mencari hasil kerja berupa uang, sedang bermain tujuannya adalah untuk mendapatkan kesenangan. Aktivitas bekerja bersifat harfiah atau apa adanya. Yang dimaksud dalam hal ini adalah misalnya seseorang yang bekerja mengatur kursi secara nyata tujuannya adalah agar kursi tertata dengan baik. Sementara bagi anak-anak kegiatan menata kursi belum tentu tujuannya agar kursi tersebut tertata dengan baik, tetapi kadang-kadang anak berimajinasi membuat kereta api atau membuat rumah susun, dan sebagainya. Aktivitas bekerja tidak selalu melibatkan keaktifan rohani, misalnya pekerja pengangkut barang tidak membutuhkan keaktifan rohani, berbeda dengan pekerja sebagai akuntan tidak membutuhkan keterlibatan aktivitas psikik.

Aktivitas dinyatakan sebagai aktivitas bermain harus didasari oleh motivasi instrinsik yaitu dorongan yang berasal dari

dalam diri anak itu sendiri. Anak-anak merasa butuh dengan suatu kegiatan dan rasa butuhnya bukan karena desakan dari orang lain tetapi atas dasar kesadaran sendiri karena adanya sesuatu yang menarik hati.

Berbagai Macam Permainan Untuk Anak-anak

Menurut Abu Ahmadi (1992: 70-71) dinyatakan bahwa aktivitas bermain dapat dibedakan menjadi beberapa macam, antara lain: (1) bermain peran, (2) bermain bentuk, (3) bermain fungsi, dan (4) bermain receptif. Keempat jenis permainan itu ada kalanya dilakukan tersendiri namun di kesempatan lain kegiatan bermain anak merupakan perpaduan dua atau lebih jenis permainan yang dilakukan secara simultan.

Bermain peran yaitu anak bermain mengikuti fantasi/imajinasi yang sedang dilakukan. Dalam keadaan bermain anak seakan-akan melakukan hal yang sungguh-sungguh karena di dalam pikirannya sedang mengimajinasikan hal yang sedang dilakukan. Contoh permainan ini adalah anak sedang bermain kursi yang digandeng-gandeng anak tersebut membayangkan dirinya sedang mengemudi sebuah truk gandeng, anak memegang sebuah potongan kayu digunakan seperti layaknya *mic* pengeras suara karena anak tersebut mengimajinasikan dirinya sebagai artis di TV, anak memegang pelepah pisang digunakan layaknya senapan untuk main perang-perangan karena anak tersebut membayangkan bahwa dirinya sedang menjadi seorang tentara, dan masih banyak contoh-contoh lain permainan fantasi yang dilakukan oleh anak.

Bermain bentuk (*construction*) yaitu jenis permainan yang menuntut anak-anak menyusun atau merangkai sesuatu

menjadi sebuah bentuk. Pada permainan ini terdapat bagian-bagian dari permainan secara keseluruhan yang harus disusun atau dirangkai menjadi sebuah bentuk sesuai dengan keinginan. Pada permainan bentuk ini dituntut adanya logika, asosiasi, dan analogi, hal ini merupakan keaktifan psikologis. Permainan bentuk dapat meningkatkan daya kecerdasan, kreatifitas, dan kerjasama. Beberapa contoh permainan bentuk adalah bermain *puzzle* yaitu merangkai bagian-bagian gambar menjadi gambar yang utuh, bermain dengan potongan balok ditumpuk-tumpuk untuk membentuk sebuah bentuk konstruksi, merangkai kembali permainan yang telah diurai bagian-bagiannya untuk dibentuk kembali menjadi benda yang utuh, merangkai benda-benda tertentu yang satu sama lain yang tidak ada hubungannya menjadi sebuah permainan baru, dan sebagainya.

Bermain fungsi adalah bentuk aktivitas bermain yang menuntut penggunaan gerak bagian tubuh. Tujuan bermain fungsi adalah untuk merangsang tumbuh kembang organ tubuh dan fungsi panca indera. Contoh permainan fungsi adalah secara estafet menyusun bendera yang bertuliskan sila-sila Pancasila urut dari kanan ke arah kiri, estafet menyusun *puzzle*, bergerak mengikuti suara, bergerak mengikuti isyarat visual, bergerak mengikuti isyarat sentuhan, bergerak mengikuti isyarat penciuman, bergerak mengikuti isyarat indera perasa, dan sebagainya.

Bermain menerima (*receptive*) adalah bentuk permainan yang dilakukan oleh anak yang disebabkan oleh adanya rangsangan yang berasal dari luar. Rangsangan (*stimulus*) dapat berupa gambar, cerita, benda bergerak, dan kegiatan-kegiatan lain yang telah dilihat oleh anak. Contoh permainan *receptive*

antara lain: anak telah melihat gambar roket di sebuah majalah lalu membuat tiruan roket dengan botol aqua, setelah melihat lampu kelap-kelip di layang-layang seorang teman lalu anak tersebut meniru membuatnya di layang-layangnya sendiri, bermain lempar tangkap bola, bermain menedang dan menghentikan bola, dan masih banyak lagi contoh-contoh lain. Bermain menerima (*receptive*) dibutuhkan kemampuan meniru. Berawal dari meniru inilah maka anak-anak akan dapat melakukan inovasi atau menemukan kreasi baru.

Manfaat Aktivitas Bermain Bagi Anak-anak

Hughes (2010: 23-33) menyatakan bahwa menurut teori kelebihan tenaga (*surplus energy*) dari Herbert Spencer dinyatakan bahwa aktivitas bermain dibutuhkan oleh anak-anak untuk melepaskan energi yang tertahan. Dia berpendapat bahwa secara alamiah manusia dilengkapi energi dalam jumlah tertentu yang digunakan untuk tetap mempertahankan hidup. Energi ini harus digunakan dengan cara bagaimanapun untuk hal-hal yang berguna, Jika tidak maka energi tersebut akan dapat disalurkan ke hal-hal yang merusak (*destructive*). Spencer membenarkan pendapat bahwa bermain dapat digunakan untuk mengeluarkan energi. Banyak orang tua dan guru mencatat bahwa anak-anak tampak lebih rileks setelah melakukan latihan keras. Seorang anak yang sering melakukan suatu permainan sedikit mengalami kelelahan dan sesudah itu tampak lebih berenergi dibanding sebelumnya.

Menurut Patrick fungsi bermain adalah untuk memperbaharui energi (*renewal of energy*). Anak-anak ketika telah mengalami kelelahan dan lemas, maka permainan dapat membantu mereka untuk mengisi waktu

luang dan membantu menghindari kebosanan saat menanti suplai energi alamiah untuk menjadi pulih kembali.

Menurut teori meniru (*recapitulation theory*) dari Stanley Hall dinyatakan bahwa tiap-tiap perkembangan manusia merupakan pengulangan dari tahap evolusi spesies manusia secara berkelanjutan dari generasi sebelumnya. Teori rekapitulasi tersebut menjelaskan bahwa aktivitas yang dilakukan anak-anak sekarang merupakan pengulangan/meniru dari aktivitas generasi sebelumnya. Contoh dari keadaan ini adalah anak-anak sekarang gemar bermain layang-layang, kegembiraan bermain layang-layang itu sebenarnya telah dilakukan oleh orang-orang ratusan tahun yang lalu. Anak-anak sekarang senang bermain perang-perangan, keadaan seperti itu sebenarnya telah dilakukan orang beratus-ratus tahun yang lalu, dan masih banyak contoh-contoh permainan yang lain.

Menurut teori penyiapan menjadi orang dewasa (*practice for adulthood*) dari K. Groos dinyatakan bahwa bermain berfungsi mengembangkan keterampilan dan pengetahuan yang dibutuhkan kelak setelah menjadi dewasa. Bermain adalah bentuk alamiah sebagai prasarat untuk menyiapkan tugas-tugas hidup setelah dewasa. Contoh permainan tersebut di antaranya adalah bermain masak-masakan, bermain membuat rumah-rumahan, bermain peran sebagai sopir, pilot, guru, dan sebagainya.

Menurut teori psikoanalitik dari Sigmund Freud dan Anna Freud dinyatakan bahwa nilai bermain adalah emosi dasar yang mana hal tersebut dapat membantu anak-anak mengurangi rasa cemas. Objek dari kecemasan tersebut adalah rasa takut yang berasal dari dunia luar/dari luar dirinya. Bayi dan anak-anak kecil memiliki rasa

tidak berdaya, bayi tersebut mengetahui dan harus mempercayai sepenuhnya bahwa dirinya benar-benar dalam keadaan baik dari gangguan orang lain. Ketakutan utama anak-anak kecil adalah jika merasa ditinggalkan oleh pengasuhnya. Anak kecil membutuhkan perawatan untuk tetap dapat mempertahankan kehidupannya. Erikson tidak sependapat sepenuhnya dengan Freud bahwa fungsi utama bermain adalah mengurangi kecemasan, ia berpendapat bahwa bermain juga berfungsi untuk membangun dan suatu ego, sejak permainan dilakukan maka perkembangan fisik dan keterampilan sosial meningkat, serta menjadikan kepercayaan diri anak juga meningkat.

Perkembangan kognitif melalui pendekatan bermain, Jerome Bruner dan Brian Sutton-Smith keduanya mempertahankan pendapatnya bahwa bermain memberikan suatu kesenangan dan suasana rileks ketika anak-anak menyelesaikan berbagai macam permasalahan. Selanjutnya ketika anak-anak dihadapkan pada permasalahan yang kompleks dalam dunia nyata maka apa yang dipelajari dari aktivitas bermain banyak bermanfaat bagi anak tersebut. Piaget seorang penganut teori kognitif menyatakan bahwa fungsi utama dari semua kehidupan organisme adalah beradaptasi dengan lingkungan. Adaptasi dapat bersifat psikis dan psikis. Adaptasi bersifat fisik berguna untuk memastikan agar tetap hidup dan untuk pertumbuhan badan. Sedang adaptasi psikologis untuk memastikan perkembangan secara kontinyu struktur intelektual di dalam otak.

Adaptasi terdiri dari dua proses, yakni asimilasi dan akomodasi. pengertian asimilasi adalah menerima materi baru dari dunia luar dan memasukkannya ke dalam susunan yang telah ada. Sedang akomodasi

adalah mengatur susunan dalam reaksinya terhadap masuknya material baru. Dalam proses asimilasi di dalam otak manusia telah ada simpanan memori namun dalam hal ini masuk informasi/data baru untuk dapat dicocokkan/disesuaikan dengan data yang telah ada agar terjadi keselaraan. Dalam proses akomodasi otak telah memiliki susunan-susunan data, namun dalam hal ini mendapat masukan susunan data baru. Dengan data baru tersebut otak menyusun konstruksi baru yang lebih bermakna atau bermakna lain.

Proses terjadinya asimilasi dan akomodasi sulit untuk dipisahkan secara jelas, karena antara keduanya dapat berjalan secara bersamaan dalam waktu yang sama. Namun demikian kadang-kadang dalam waktu tertentu yang satu lebih kuat dibanding dengan yang lain. Menurut Piaget dalam kegiatan bermain proses asimilasi lebih dominan dibanding dengan akomodasi. Piaget selanjutnya menyatakan walaupun aktivitas bermain tidak sama dengan perkembangan intelektual namun diyakini hal itu dapat membantu perkembangannya.

Menurut teori pengatur kesiagaan (*arousal modulation*) dari Berlyne, Fein, dan Ellis dinyatakan bahwa aktivitas bermain berfungsi untuk menjaga agar tubuh tetap dalam keadaan siaga optimal, mengurangi kebosanan, dan menghilangkan ketidaktentuan. Permainan memberikan berbagai macam bentuk rangsangan yang dibutuhkan oleh makhluk hidup, antara lain: rangsangan gerak, persepsi, dan intelektual. Aktivitas bermain memiliki banyak dampak positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.

Menurut teori kontekstual (*a contextual Cognitive Approach: Vygotsky's Sosial-*

Historical Theory) dinyatakan bahwa ada garis perkembangan yang berjalan secara secara simultan yang mana antara satu dengan yang lain saling berinteraksi. Garis alamiah (*natural line*) dianggap sebagai perkembangan dari dalam, sedang garis sejarah social (*social historical*) sebagai perkembangan dari luar. Namun demikian diyakini bahwa garis alamiah merupakan hal yang sangat penting pada dua tahun pertama kehidupan. Pada teori ini dinyatakan bahwa perkembangan anak hanya dapat dipahami apabila dilihat gambaran secara utuh termasuk sejarah keluarga, latar belakang ekonomi, dan latar belakang sosial budayanya. Teori *Vygotsky's* menekankan bahwa pentingnya perkembangan dan pendidikan anak dilihat dari konteks sosialnya.

Pada teori ini dikenal dengan istilah wilayah perkembangan terdekat (*zone of proximal development*) yaitu jarak/perbedaan hasil yang diperoleh oleh anak antara mengerjakan tugas sendiri dengan mengerjakan tugas dengan mendapat bantuan atau arahan dari orang dewasa. Tentu saja dalam hal ini ada perbedaan tingkatan hasil yang diperoleh oleh anak tersebut jika mengerjakan tugas sendiri dengan mengerjakan tugas atas arahan orang lain. Perkembangan tidak hanya tergantung dari mekanisme dari dalam namun kemungkinan dapat dipertinggi melalui pengalaman sosial.

Untuk menciptakan permainan bagi anak-anak perlu diperhatikan beberapa kriteria antara lain: (1) alat dan tempat harus aman, (2) dapat merangsang anak untuk beraktivitas, (3) mengembangkan segala aspek yakni; spiritual, emosional, sosial, intelektual, dan fisik (SESOSIP), serta (4) merangsang perkembangan fungsi

panca indera. Dengan aktivitas bermain yang baik diharapkan anak-anak dapat tumbuh Kembang Secara Optimal.

Kesimpulan

Bermain merupakan aktivitas utama yang dilakukan oleh anak-anak. Aktivitas bermain adalah kebutuhan penting bagi anak-anak untuk proses tumbuh kembang, dan dunia anak identik dengan dunia bermain. kegiatan bermain bagi anak-anak dapat digunakan untuk mengembangkan aspek: spiritual, emosional, sosial, intelektual, dan fisik secara optimal. Mengingat pentingnya aktivitas bermain bagi tumbuh kembang anak, orang tua dan pendidik perlu memberi kesempatan yang seluas-luasnya kepada anak-anak agar mendapat kesempatan bermain. Orang tua dan pendidik perlu menyediakan alat bermain dan prasarana yang memadai sehingga kegiatan bermain anak dapat dilakukan dengan nyaman, aman, dan bermanfaat.

Daftar Pustaka

- Abu Ahmadi. (1991). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hughes, Fergus. P. (2010). *Children, Play, and Development*. 4 ed. California: SAGE Publications, Inc.
- Rusli Ibrahim. (2001). *Pembinaan Perilaku Sosial Melalui Pendidikan Jasmani Prinsip-Prinsip dan Metode*. Jakarta: Depdiknas Dirjen Dikdasmen Dirjen Olahraga.
- Sukintaka. (1994). *Bermain Wahana Pencapaian cita-cita Bangsa*. Pidato Pengukuhan Sebagai Guru Besar Madya Pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP Yogyakarta. Yogyakarta: IKIP.
- Suyanto. (2006). *Dinamika Pendidikan Nasional Dalam Percaturan Dunia Global*. Jakarta: Pusat Studi Agama dan Peradapan (PSAP) Muhammadiyah.