



# Bermain Bagi AUD

## dan Alat Permainan yang Sesuai Usia Anak



Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini  
 Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Nonformal dan Informal  
 Kementerian Pendidikan Nasional  
 Tahun 2011

Milik Negara  
 Tidak Diperjualbelikan





# **Bermain Bagi AUD**

## **dan Alat Permainan yang Sesuai Usia Anak**

**S.R. Retno Pudjiati, M.Si**





Raya, bayi perempuan kecil berumur 3 bulan, sedang mengeluarkan bermacam-macam suara dari mulutnya sambil memandangi tangannya. Sese kali tangannya dimasukkan ke dalam mulut, diselingi tawa kecilnya. Di dekatnya, Rafi, kakak laki-laki yang berusia 3 tahun, bermain mobil-mobilan dengan menggunakan kulit jeruk bali. Sementara di luar rumah ada 5 anak perempuan dan laki-laki sedang bermain petak umpet sambil tertawa-tawa.



## DUNIA ANAK ADALAH BERMAIN

**T**ahukah Ibu dan Ayah bahwa anak-anak di seluruh dunia melakukan suatu kegiatan yang disebut bermain? Tidak peduli mereka ada di Nigeria, Papua Nugini, Arab, Amerika, Eskimo, Nepal, Medan, Palangkaraya, Timika atau di mana pun. Ananda bisa bermain sendirian maupun dengan teman dan orang dewasa. Ananda dapat bermain dengan menggunakan alat permainan yang memang sengaja dibuat untuk anak-anak dan sudah digunakan di seluruh dunia sejak lama. Contohnya, boneka, bola, mainan yang merupakan tiruan dari alat-alat yang ada dalam kehidupan sehari-hari (seperti, alat masak-masakan, alat pertukangan, alat dokter-dokteran, mobi-mobilan), dan masih banyak lagi. Ananda juga dapat bermain dengan menggunakan apa pun benda yang mereka temukan, seperti kayu, batu, atau daun, menjadi mainan yang mereka inginkan. Ananda bermain seperti yang dicontohkan oleh orang dewasa atau anak-anak lain yang lebih tua. Ananda bermain dengan suara-suara yang mereka keluarkan atau percakapan yang mereka lakukan.

Pada dasarnya, semua orang bermain, dari bayi hingga remaja, bahkan sampai dewasa. Hanya saja, dibandingkan



remaja dan orang dewasa, anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya dengan bermain. Hal ini didukung oleh Deklarasi Persatuan Bangsa-Bangsa (PBB) pasal 7:3 yang berbunyi, “Anak perlu mendapatkan kesempatan penuh untuk bermain dan berekreasi, sama seperti kesempatan untuk mendapatkan pendidikan; masyarakat dan pemerintah harus berperan aktif mendukung pemenuhan hak tersebut.” Nah, karena anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya dengan bermain, maka tidak salah kalau ada ahli yang mengatakan bahwa bermain adalah “pekerjaan” anak; melalui bermain, anak akan tumbuh dan berkembang.

Sejak bayi, ananda sudah bermain, karena bermain adalah suatu kegiatan yang secara alamiah telah dimiliki oleh setiap anak. Tidak seperti kegiatan berjalan, berbicara, menulis, membaca atau berhitung, yang membutuhkan bantuan dari orang lain untuk mengajarkannya, maka untuk bisa bermain, anak-anak tidak memerlukan orang lain untuk memulai mengajarnya bermain. Sebenarnya, apa sih bermain itu? Secara umum orang berpendapat, bermain adalah kegiatan yang serta-merta atau tanpa direncanakan lebih dahulu, tidak mempunyai tujuan tertentu, dan lebih didorong oleh kebutuhan untuk memperoleh kesenangan. Jadi, bisa dibilang, bermain adalah kegiatan yang menyenangkan bagi anak dan anak-anak kita melakukannya setiap hari dengan senang hati. Dalam keadaan senang dan santai, tanpa disadari ananda akan lebih mudah mempelajari banyak hal. Semua yang dilihat dan didengar oleh ananda akan dengan mudah diingat karena lebih berkesan, sehingga sebenarnya amat banyak hal yang dipelajari oleh anak-anak kita saat mereka sedang



bermain.

Tentunya, kegiatan bermain anak berbeda-beda saat mereka masih bayi dibandingkan saat berusia 2 tahun. Ketika bayi, kegiatan bermain lebih banyak menggunakan anggota tubuhnya sendiri, kurang banyak menggunakan alat permainan, dan biasanya dilakukan sendirian atau dengan orangtua/orang dewasa lain. Setelah berusia sekitar 6 bulan, ananda mulai senang menggunakan alat permainan yang diberikan oleh orangtua. Sampai usia sekitar 2 tahun, biasanya ananda lebih banyak bermain di rumah dan lebih kerap bermain sendiri atau bersama dengan saudara kandung. Setelah masuk usia prasekolah (PAUD), barulah ananda lebih banyak bermain dengan teman sebaya.





# MANFAAT BERMAIN

Dengan bermain, anak akan tumbuh dan berkembang. Ada 5 aspek perkembangan yang akan dirangsang dengan bermain, yaitu:

## 1. Aspek Fisik-Motorik

Yang dimaksud aspek “fisik-motorik” adalah kemampuan gerak, baik gerakan kasar maupun gerakan halus. Dengan bermain, ananda diharapkan dapat mengontrol, baik gerakan kasar maupun gerakan halusny.

- Beberapa kegiatan bermain yang dapat dilakukan untuk merangsang gerakan kasar adalah:
  - a. Gerakan-gerakan menendang atau mengisap jari jemari pada bayi.
  - b. Berjalan pada satu garis lurus atau mengangkat satu kaki untuk keseimbangan.
  - c. Dudukkan ananda di pangkuan, pegang di bawah ketiakny, gerakkan kaki Ibu/Ayah, dan buat suara seolah-olah ananda naik mobil/motor/kuda.
  - d. Menangkap atau menendang bola, dan masih banyak





lagi.

□ Beberapa kegiatan bermain yang dapat dilakukan untuk mengontrol gerakan halus adalah:

a. Menggenggam dan menggerak-gerakkan mainan pada bayi.

b. Bermain dengan tanah liat, ubleg (?), play dough.

Kegiatan ini baik untuk melatih keterampilan mengontrol jari-jemari. Sediakan adonan sagu dicampur air, berikan pewarna makanan atau menggunakan saus tomat, kemudian minta ananda mengambil adonan tersebut ke sebuah kertas dan membuat pola atau bentuk sesuai kehendak mereka.

c. Mengambil benda-benda berukuran kecil.

Kumpulkan beberapa benda kecil seperti biskuit, permen, batu kerikil, kulit kerang, dan lain-lain, lalu minta ananda mengambil benda-benda tersebut dan menaruhnya ke dalam botol. Kegiatan ini baik untuk melatih kemampuan gerakan halus serta menyatukan gerak dan irama antara mata dan tangan.

## 2. Aspek Sosial

Melalui bermain, ananda belajar mengenal jenis kelamin mereka, bagaimana membina hubungan dengan orang lain, mengerti aturan, bisa berbagi dengan orang lain, menunggu giliran, dan mampu memahami orang lain.

Beberapa kegiatan yang dapat dilakukan untuk mengembangkan aspek bahasa adalah:

a. Ajak ananda bermain teka teki mengenai nama tetangga



di sebelah kiri, kanan, dan depan rumah. Misalnya, “Siapakah nama ayah yang rumahnya ada di depan rumah kita?”

- b. Saat ananda bermain dengan teman-temannya, ajarkan agar ia mau berbagi mainan dengan teman atau menunggu giliran.

### 3. Aspek Emosi

Melalui kegiatan bermain, ananda dapat melatih kesabaran, belajar menerima kekalahan, kecewa, mengatur emosi marah, tidak mudah menyerah, dan dapat mengemukakan perasaan mereka.

Beberapa kegiatan bermain yang dapat dilakukan untuk



merangsang perkembangan emosi adalah:

- a. Saat bermain bersama teman, lalu mereka rebutan mainan, maka ananda akan belajar mengatur emosi mereka.
- b. Anak bermain peran sebagai guru, dapat melatih rasa percaya diri.



#### 4. Aspek Bahasa

Saat bermain, ananda akan mendengar dan berbicara. Hal ini akan melatihnya untuk memahami orang lain dan menggunakan bahasa untuk mengungkapkan pikirannya. Selain itu, melalui bahasa, ananda juga belajar untuk menjalin hubungan dengan orang lain dan menambah penguasaan kata.



Beberapa kegiatan bermain yang dapat dilakukan untuk mengembangkan aspek bahasa adalah:

- a. Membacakan buku cerita.
- b. Menyanyi lagu-lagu sederhana seperti “Balonku”.
- c. Mengajak ananda berbicara dan bermain cilukba pada bayi.
- d. Bermain tebak kata. Contoh, “Benda ini dipakai untuk makan, bentuknya biasanya bulat, apakah itu?”

## 5. Aspek Kecerdasan

Melalui bermain ananda belajar bagaimana menyelesaikan masalah, meningkatkan daya ingat, memusatkan perhatian pada suatu kegiatan, dan lain-lain.

Beberapa kegiatan bermain yang dapat dilakukan untuk meningkatkan aspek kecerdasan adalah:



- a. Ajak ananda menyanyikan lagu “Satu-satu aku sayang ibu” hingga selesai. Saat menyanyi dan mengucapkan satu-satu, tunjukkan angka satu dengan jari, begitu seterusnya hingga tiga.
- b. Ajak ananda menebak nama-nama anggota wajah, lalu beri pujian bila ia berhasil menunjukkan/menyebutkan. Misal, “Ayo Nak, apa namanya ini?” sambil Ibu/Ayah menunjuk hidung atau mata, dan lainnya.
- c. Bermain jual beli. Ini adalah awal ananda mengenal angka.





## BELAJAR MELALUI BERMAIN

Tidak seperti anggapan salah yang sering dianut oleh banyak orang bahwa bermain adalah suatu kegiatan membuang-buang waktu dan dapat membuat anak menjadi bodoh. Ternyata, bermain adalah kegiatan yang menyenangkan dan dapat menjadi sarana belajar yang baik bagi anak, karena dilakukan tanpa tekanan dan paksaan. Penting untuk diingat, yang paling utama adalah kegiatan bermainnya itu sendiri, bukan belajarnya. Seperti sudah dijelaskan di atas, dunia anak adalah bermain, bahkan bermain adalah “pekerjaan” anak. Melalui kegiatan bermain, ananda belajar mengembangkan berbagai kemampuan yang dimilikinya dengan menyenangkan dan bahagia. Perlu dipahami, kemampuan anak usia dini untuk berkonsentrasi masih pendek, penguasaan bahasanya juga terbatas, dan anak pun masih mudah bosan. Oleh karena itu, anak usia dini belum siap untuk mengikuti kegiatan belajar secara formal di bangku sekolah. Bila ananda dipaksa untuk mengikuti kegiatan formal di sekolah, maka ia akan merasa tertekan, sehingga dapat mengalami gangguan belajar dan gangguan perilaku.

Jadi, Ibu dan Ayah, pada saat bermain, ananda juga belajar. Melalui bermain, ananda belajar memahami bagaimana suatu





benda bekerja, misalnya, bagaimana kalau bangku didorong akan berbunyi, air akan menyebabkan basah, sendok selain digunakan untuk makan bisa juga digunakan sebagai telepon saat bermain pura-pura, dan sebagainya. Ananda juga akan belajar bagaimana caranya mengekspresikan diri dengan berbagai macam cara, seperti, bagaimana caranya bicara saat marah, kesal, tidak suka, dan lainnya. Bukan cuma itu. Pada saat bermain, ananda pun belajar mengenal dan menggunakan berbagai macam kata baru, terutama ketika ananda bermain pura-pura, seperti bermain jual-beli, tamu-tamu, sekolah-sekolahan, dan lainnya. Kegiatan bermain juga dapat memperkuat dan mengendalikan otot-otot tubuh, serta belajar bekerja sama ketika ananda bermain dengan teman, semisal berjalan di titian, mengendarai sepeda, melempar dan menendang bola. Bahkan, ketika ananda menemui masalah dalam bermain, ananda diajak untuk berpikir kreatif dan menggunakan kemampuan memecahkan masalah. Contoh, bagaimana menghadapi teman yang tidak mau bergantian alat bermain, bergantian menggunakan alat permainan yang sama, dan sebagainya.

Yang penting diperhatikan oleh Ibu dan Ayah, dalam bermain, ada beberapa hal-hal yang harus dihindarkan, yaitu:

1. Pemaksaan oleh orangtua, karena akan mengubah suasana bermain menjadi bekerja.
2. Mengeritik atau mencemooh, sebab masih wajar kalau sesekali anak melakukan kesalahan;
3. Sikap mengatur apa yang harus dilakukan oleh anak sehingga anak tidak mempunyai kesempatan untuk berkreasi, berimajinasi, berani mencoba hal-hal baru.



## ORANGTUA IKUT TERLIBAT

Ibu dan Ayah diharapkan ikut bermain bersama anak. Soalnya, keterlibatan Ibu dan Ayah dalam kegiatan bermain dapat memberikan rasa aman dan nyaman bagi ananda, yang pada akhirnya akan membuat hubungan anak dan orangtua menjadi lebih dekat. Ketika Ayah dan Ibu bermain dengan ananda, orangtua sekali-sekali boleh mengarahkan, tetapi anak tetap yang paling aktif dalam bermain. Misalnya, ketika bermain masak-masakan, biarkan ananda yang menentukan bahan-bahan yang dipakai, bagaimana akan memasak, dan seterusnya. Namun Ayah dan Ibu bisa ikut memesan masakan yang disukai, “Ibu pesan gado-gado ya... tapi cabe-nya satu saja ya.”

Orangtua seharusnya lebih peka dan tanggap akan kebutuhan anak waktu bermain, dan selalu berikan dukungan sehingga anak tetap semangat bermain. Jika ananda terlihat mengalami kesulitan saat memindahkan mainan, misalnya, tanyakan, apakah ia ingin dibantu namun tidak secara langsung mengulurkan bantuan, “Sini, Nak, Ayah bantu!”, melainkan katakana, “Hmm... kayaknya berat, ya? Boleh Ayah tolong?” Bisa juga dengan menyemangatnya, “Coba Andi dorong pelan-pelan pakai kedua tangan... ya, begitu...”



pintar lo anak Ibu.” Jadi, jangan langsung membantu agar anak tetap bersemangat dalam bermain.

Berikut ini beberapa contoh kegiatan bermain yang dapat dilakukan oleh anak bersama orangtua, sesuai dengan usia anak.

## **1. Bayi dan Anak Bawah Dua Tahun (BaDuTa)**

### **a. Bermain yang melibatkan gerakan pancaindra.**

Bermain dimulai secara tidak sengaja, bayi melakukan gerakan-gerakan yang ternyata membuat dia senang, sehingga selalu diulang. Contoh kegiatan bermain ini adalah mengamati dan menggerak-gerakkan tangan, mengemut ibu jari, menyembur-nyemburkan ludah.

### **b. Bermain dengan benda.**

Semua mainan yang dapat merangsang kelima indra (berwarna terang, berbunyi, permukaan kasar-halus, beraroma, dapat dirasakan). Mainan hendaknya cukup besar untuk bisa digenggam oleh anak, lembut, dan tidak tajam. Contoh, mainan yang dapat diurutkan dari yang kecil ke besar; mainan untuk masak-masakan, untuk minum; bermain air sabun; bermain pasir; mobil-mobila; buku bergambar tanpa tulisan; dan sebagainya.

### **c. Bermain pura-pura (simbolik).**

Menggunakan alat-alat permainan atau benda-benda yang ada di sekitar seolah-olah sebagai suatu benda. Contoh, menggunakan pisang/bekas gelas plastik air mineral/kaleng susu sebagai telepon, menggunakan kotak-kotak sabun sebagai mobil, menggunakan panci bekas dan sendok sebagai alat musik, serta lainnya.



## 2. Anak Dua Tahun

Anak usia dua tahun mulai mengalami perkembangan dalam gerakan kasar dan halus, juga mulai bisa mengontrol gerakan tubuh, sehingga anak bangga dengan keberhasilan dalam kegiatan fisik mereka. Karena kemampuan bahasa mulai berkembang, anak juga mulai menggunakan bahasa. Beberapa contoh kegiatan bermainnya ialah bermain palang (terbuat dari besi atau kayu) sejajar untuk bergelantungan; naik-turun tangga; bermain gerobak untuk ditarik; perosotan; bermain di terowongan untuk merangkak; bermain dengan benda yang dapat dikendarai; bermain kepingan gambar (puzzle) sederhana dengan potongan besar; manik-manik untuk dironce; tanah liat, pasir, adonan sagu/terigu (penting untuk mempertajam indra, bukan untuk menghasilkan suatu bentuk); dan sebagainya.

## 3. Anak Tiga Tahun

Anak usia tiga tahun sangat imajinatif (senang menciptakan tokoh-tokoh atau kegiatan yang bersifat khayalan) dan mulai senang meniru apa yang dilakukan oleh orang dewasa, terutama kedua orangtuanya. Kemampuan ananda untuk berteman juga semakin meningkat, sehingga mereka sudah lebih baik dalam kegiatan berbagi, menunggu giliran, dan bekerja sama dengan orang lain. Beberapa contoh kegiatannya adalah permainan yang menggambarkan kegiatan dalam kehidupan sehari-hari seperti bermain truk/mobil-mobilan, pasar-pasaran, boneka, balok, tanah/pasir, spidol, pensil gambar, dan krayon.

## 4. Anak Empat Tahun



Anak usia ini memiliki keseimbangan tubuh yang makin baik, gerakan halus lebih terampil, dan mulai memiliki perencanaan tetapi masih suka berubah-ubah. Contoh kegiatan bermainnya adalah bermain sepeda, alat pertukangan, balok-balok yang lebih kecil dengan bermacam bentuk, bola sepak, membaca buku (dengan gambar dan tulisan), dan sebagainya.

## 5. Anak Lima Tahun

Anak sudah menunjukkan tanggung jawab untuk mengurus diri sendiri dan kepunyaannya. Biasanya mereka juga membutuhkan pengarahan dari orang dewasa. Contoh kegiatan bermainnya, antara lain: bermain menggunakan peralatan seni, seperti cat, sikat, krayon, spidol, gunting, lem, tanah liat, dll.; peralatan pertukangan atau masak-masakan, peralatan rumah tangga; alat permainan (ular tangga, halma, monopoli, dll).

Ibu dan Ayah, ingatlah, bermain merupakan cara anak belajar, tapi tetap yang paling utama adalah bersenang-senang. Melalui bermain, Ibu dan Ayah dapat memberikan pengalaman belajar yang bermacam-macam kepada ananda. Nah, supaya pengalaman bermain ananda lebih banyak, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan oleh Ibu dan Ayah, yaitu:

### 1. Waktu untuk bermain.

Ibu dan Ayah hendaknya dengan sengaja menyempatkan diri dan menyediakan waktu untuk bermain dengan anak. Kegiatan bermain dilakukan pada saat ananda memang menginginkannya dan tidak pada jam-jam anak biasanya tidur. Misalnya, sesudah mandi dan makan pagi atau sore.



## 2. Ruang bermain.

Bagaimana Ayah dan Ibu mengatur ruangan dan ruangan seperti apa yang tersedia, akan memberi pengaruh kepada cara bermain anak. Jangan menaruh hiasan kecil-kecil dan mudah pecah di tempat yang mudah diambil oleh anak.

Kalau ruangan yang tersedia untuk anak bermain adalah ruang tamu, biasanya anak bermain dengan permainan yang tidak memerlukan banyak kegiatan berlari.

## 3. Bahan dasar (utama) pembuatan mainan.

Saat ini kebanyakan mainan terbuat dari plastik, berhati-hatilah dalam memilih mainan yang cocok untuk anak kita. Bila memungkinkan Ayah dan Ibu dapat menggunakan mainan dari bahan-bahan yang tersedia di alam, seperti menggunakan wortel bagi bayi yang baru belajar menggigit.

## 4. Pengalaman sebelumnya.

Pengalaman Ibu dan Ayah bermain ketika kecil akan memengaruhi Ibu dan Ayah dalam melakukan kegiatan bermain bersama ananda. Contoh, orangtua yang saat mereka kecil diperbolehkan untuk main hujan-hujan akan memperbolehkan anaknya untuk melakukan hal yang sama.

## 5. Mengamati.

Bila saat anak bermain, Ibu dan Ayah ikut mengamati, maka akan cepat tanggap terhadap kebutuhan anak dan dapat memberikan dukungan saat ananda mengalami kesulitan. Misal, kalau Ayah dan Ibu melihat ada air di lantai, sebaiknya cepat dilap, atau kalau melihat ujung meja terlalu tajam dan berbahaya untuk anak, maka





lapisi ujung meja sehingga tidak lagi berbahaya, dan sebagainya.

6. Keterlibatan orang dewasa.

Keterlibatan orang dewasa atau orangtua dalam kegiatan bermain anak, hendaknya tidak menjadi pengganggu dan membuat anak tidak kreatif.



## TIP MEMILIH MAINAN BAGI ANAK

1. Mainan harus bersih dan aman, sesuaikan dengan usia anak.
  - Hindari mainan yang memiliki pinggiran tajam dan mudah pecah.
  - Hindari mainan yang mengandung cat berbahaya.
  - Hindari mainan dalam bentuk kecil-kecil karena dapat tertelan atau dimasukkan ke dalam lubang hidung/ telinga anak.
2. Sebisa mungkin kurangi mainan yang menggunakan listrik atau baterai.
3. Sebisa mungkin anak memiliki kesempatan yang sama antara bermain di dalam ruangan dengan bermain di luar ruangan.



## Sumber Bacaan

- A Practical Guide to Early Childhood Curriculum. (edisi ke-8). Eliason, Claudia & Jenkins, Loa. Pearson Prentice Hall. New Jersey. (2008).
- Children, play, and development. Hughes, F.P. (edisi ke-3). Boston: Allyn and Bacon. (1999).
- Play and early childhood development (edisi ke-5). Johnson, J. F., Christie, J.F., Yawkey, T.D. NY: Longman. (1999).
- Human Development. (edisi ke-10). Papalia, Olds & Feldman. McGraw Hill. (2007)
- Bermain, mainan dan permainan. Tedjasaputra, Mayke S. Jakarta: P.T. Grasindo. (2001)







Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini  
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Nonformal dan Informal  
Kementerian Pendidikan Nasional  
Tahun 2011