Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia p–ISSN: 2541-0849 e-ISSN: 2548-1398
Vol. 6, No. 7, April 2025

MAKNA BERMAIN BAGI ANAK USIA DINI DALAM PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSIONAL

Seripia, Indah Puspasari, Nazwa Elyra Putri, dan Dwi Haryanti, M.Pd.I
Afiliasi Penulis IAIN SAS BABEL
Email: Seripiapia@gmail.com, indahtoboalimu97@gmail.com, wawaputri2606@gmail.com dan whiha90@gmail.com

Abstrak

Bermain merupakan aktivitas utama dalam kehidupan anak usia dini yang memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan sosial emosional. Melalui bermain, anak belajar mengenali emosi, mengatur perilaku, serta menjalin interaksi dan kerja sama dengan teman sebaya. Aktivitas bermain juga memberikan ruang bagi anak untuk mengekspresikan diri, mengembangkan empati, dan membangun kepercayaan diri. Oleh karena itu, bermain bukan sekadar hiburan, tetapi sarana esensial dalam pembentukan karakter dan keterampilan sosial anak. Artikel ini mengkaji makna bermain dalam perspektif perkembangan sosial emosional serta implikasinya dalam praktik pendidikan anak usia dini.

Kata kunci: Bermain, Anak Usia Dini, Perkembangan Sosial Emosional

Abstract

Play is a central activity in early childhood that plays a crucial role in supporting social-emotional development. Through play, children learn to recognize emotions, regulate behavior, and build interactions and cooperation with peers. It also provides a space for self-expression, empathy development, and confidence building. Therefore, play is not merely entertainment, but a vital medium for shaping children's character and social skills. This article explores the meaning of play from the perspective of social-emotional development and its implications for early childhood education practices.

How to cite:	Nama Author (tahun terbit) Judul, *(Volume) Issue,* http://dx.doi.org/10.36418/syntax-literate.v6i6
E-ISSN:	2548-1398
Published by:	Ridwan Institute

Keywords: *Play, Early Childhood, Social-Emotional Development*

Pendahuluan

Pada tahap perkembangan anak usia dini (0-6 tahun), mereka mengalami berbagai perubahan signifikan dalam aspek kognitif, motorik, sosial, dan emosional. Periode ini dianggap sebagai fase kritis yang mendasari perkembangan kemampuan dasar anak dalam menghadapi tantangan kehidupan. Salah satu kegiatan yang sangat penting dan tak terpisahkan dalam kehidupan anak usia dini adalah bermain. Bermain bukan hanya sekadar aktivitas hiburan atau pengalihan perhatian, tetapi memiliki makna yang sangat dalam dalam menunjang perkembangan sosial emosional mereka. Menurut penelitian, bermain berfungsi sebagai saluran bagi anak-anak untuk mengekspresikan perasaan, belajar berinteraksi dengan orang lain, dan mengembangkan berbagai keterampilan sosial yang dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari (Berk, 2013).

Pentingnya bermain dalam perkembangan anak usia dini telah banyak diteliti dalam berbagai kajian sebelumnya. Dalam kajian-kajian tersebut, bermain sering dikaitkan dengan perkembangan kognitif dan motorik, namun pengaruhnya terhadap perkembangan sosial emosional masih perlu dieksplorasi lebih jauh. Bermain, menurut (Ginsburg et al. 2007), memberikan kesempatan bagi anak untuk mengasah keterampilan sosial, seperti berbagi, bekerjasama, serta menyelesaikan konflik dengan teman sebaya. Melalui permainan yang melibatkan interaksi sosial, anak belajar mengenali perasaan mereka sendiri dan perasaan orang lain, yang merupakan dasar dari perkembangan empati dan pengendalian emosi. Selain itu, bermain juga memberi anak kesempatan untuk mengembangkan keterampilan komunikasi, serta mengelola perbedaan pendapat atau perasaan yang mungkin muncul selama berinteraksi dengan teman (Pellegrini & Smith, 1998).

Namun, meskipun sudah ada sejumlah penelitian yang menyatakan bahwa bermain memiliki manfaat penting bagi perkembangan sosial emosional anak, sebagian besar penelitian masih lebih berfokus pada dimensi kognitif dan fisik dari bermain, sementara peran bermain dalam aspek sosial emosional sering kali kurang mendapat perhatian yang memadai. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Muttakin et al. (2015) menunjukkan bahwa meskipun anak-anak yang terlibat dalam permainan bebas

menunjukkan perkembangan kognitif yang lebih cepat, pengaruhnya terhadap interaksi sosial mereka tidak begitu dipahami dengan jelas. Beberapa studi lainnya juga menunjukkan adanya kesenjangan dalam pemahaman tentang bagaimana berbagai jenis permainan, seperti permainan imajinatif atau permainan kompetitif, berkontribusi pada perkembangan sosial emosional anak. Hal ini menunjukkan pentingnya melakukan penelitian lebih lanjut untuk menggali makna dan manfaat bermain dalam konteks sosial emosional pada anak usia dini.

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab kekosongan yang ada dengan mengkaji lebih dalam tentang bagaimana berbagai bentuk permainan-baik yang terstruktur maupun yang tidak terstruktur-dapat berkontribusi dalam perkembangan sosial emosional anak. Dengan memahami hubungan antara bermain dan perkembangan sosial emosional anak, diharapkan dapat ditemukan metode yang lebih efektif dalam mendukung pendidikan anak usia dini yang holistik. Melalui pendekatan ini, penelitian ini ingin menyoroti peran permainan dalam membentuk keterampilan sosial yang sangat penting bagi anak usia dini, seperti empati, kerjasama, pengelolaan emosi, dan komunikasi yang efektif.

Pernyataan kebaruan ilmiah dari artikel ini terletak pada fokusnya yang menghubungkan dimensi sosial emosional dengan aktivitas bermain dalam konteks perkembangan anak usia dini. Meskipun banyak penelitian yang mengkaji manfaat bermain dalam aspek kognitif atau motorik, belum banyak studi yang secara spesifik mengkaji bagaimana jenis-jenis permainan tertentu dapat mempengaruhi pengembangan keterampilan sosial emosional pada anak usia dini. Penelitian ini akan mengidentifikasi jenis permainan yang dapat mendukung pengembangan emosi dan keterampilan sosial pada anak, serta memberikan rekomendasi untuk implementasi yang lebih efektif dalam kurikulum pendidikan anak usia dini.

Tujuan dari kajian ini adalah untuk mengeksplorasi bagaimana berbagai jenis permainan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini, serta memberikan rekomendasi terkait integrasi permainan dalam pendidikan anak usia dini. Dengan pendekatan yang holistik ini, diharapkan artikel ini dapat memberikan wawasan baru bagi praktisi pendidikan anak usia dini dalam merancang kurikulum yang tidak hanya fokus pada aspek kognitif, tetapi juga memperhatikan pentingnya pengembangan sosial emosional yang seimbang melalui permainan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, karena bertujuan untuk menggali secara mendalam makna bermain dalam perkembangan sosial emosional anak usia dini. Studi kasus dipilih agar peneliti dapat mengamati dan memahami pengalaman nyata yang dialami anak-anak saat bermain, serta dampaknya terhadap aspek-aspek sosial emosional seperti empati, kerja sama, kemampuan mengelola emosi, dan keterampilan komunikasi.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif terhadap kegiatan bermain anak-anak usia 4–6 tahun di salah satu lembaga PAUD, wawancara mendalam dengan guru dan orang tua, serta dokumentasi berupa catatan lapangan dan foto kegiatan bermain. Observasi diarahkan untuk menangkap interaksi sosial anak selama bermain, seperti bagaimana mereka berbagi, bernegosiasi, dan menunjukkan ekspresi emosional. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur untuk mengeksplorasi pemahaman guru dan orang tua terhadap kontribusi permainan dalam membentuk keterampilan sosial emosional anak.

Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif kualitatif menggunakan teknik analisis tematik. Proses analisis dimulai dari membaca ulang transkrip wawancara dan catatan observasi, mengidentifikasi tema-tema yang berkaitan dengan dimensi sosial emosional, dan melakukan interpretasi untuk menggambarkan makna bermain dari perspektif anak dan orang dewasa yang terlibat.

Untuk menjamin keabsahan data, digunakan teknik triangulasi sumber (anak, guru, orang tua), triangulasi teknik (observasi, wawancara, dokumentasi), serta member checking dengan partisipan. Etika penelitian dijaga melalui informed consent dari orang tua, perlindungan terhadap identitas partisipan, dan pendekatan yang ramah anak selama proses penelitian.

Hasil dan Pembahasan

A. Pengertian Psikologi Perkembangan

Psikologi perkembangan merupakan ilmu yang membahas mengenai tingkah laku individu dalam perkembangannya dan latar belakang yang mempengaruhinya. Ilmu biologi dipakai dalam psikologi perkembangan karena para ilmuan di bidang ini menggunakan teori biologi terutama dalam upayanya memahami tahap-tahap perkembangan secara fisik dan kognitif, sedangkan

psikologi digunakan untuk menjelaskan perkembangan psikis manusia dan apa yang melatarbelakangi perkembangan tersebut. (Tambrin Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Kalimantan Selatan 2022)

Menurut beberapa ahli, psikologi perkembangan adalah ilmu yang mempelajari faktor-faktor yang mempengaruhi proses perkembangan seseorang dari masa bayi hingga usia tua. Psikologi perkembangan membantu kita memahami bagaimana individu berubah dan beradaptasi sepanjang hidup mereka. Ini penting untuk berbagai bidang, termasuk kesehatan mental, kebijakan sosial, dan pendidikan. Peran psikologi perkembangan sangat penting dalam konteks pendidikan dan pembelajaran, karena memahami perkembangan psikoligis individu membantu dalam merancang pendekatan pendidikan yang sesuai dengan tahapan perkembangan anak atau remaja. (Sianturi et al. 2024)

B. Perkembangan Dengan Karakteristiknya

1. Perkembangan Fisik-Motorik

   Pertumbuhan fisik anak bervariasi, namun pada usia dini, pertambahan tinggi dan berat badan relatif seimbang. Anak usia 3 tahun menunjukkan gerakan sederhana, sementara pada usia 4 tahun, mereka mulai mengambil resiko seperti naik turun tangga dengan percaya diri. Pada usia 5 tahun, anak lebih percaya diri dan aktif dalam bermain serta bersaing dengan teman sebayanya.

2. Perkembangan kognitif

   Perkembangan kognitif dimulai sejak lahir, dengan campur tangan sel-sel otak setelah usia 5 bulan. Dua teori utama adalah teori pembelajaran daan teori perkembangan kognitif, dengan tahapan perkembangan yang mencakup sensori motor, pra operasional, konkrit operasional, dan formal operasional. Pada anak usia dini, fokus utama pada tahap sensori motor dan pra operasional.

3. Perkembangan Sosio-Emosional:

   Anak memiliki tiga tipe temperamen, yang melibat tingkat kemudahan pengaturan, kesulitan pengaturan, dan kebutuhan pemanasan lama. Kepribadian dan kemampuan empati anak dipengaruhi oleh kombinasi bawaan dan pola asuh saat masih anak-anak. Perkembangan emosional yang

kuat terjadi pada usia 2,5 sampai 6 tahun, termasuk ledakan amarah, ke takutan, iri hati, dan cemburu.

4. Perkembangan Bahasa

Kemampuan berbahasa mulai sejak dini, dengan anak mengoceh seperti orang dewasa pada usia bulan. Pada usia 1 tahun, anak sudah dapat menyebutkan satu kata, dan pada usia 18-24 bulan, mereka mengalami percepatan dalam memproduksi kalimat dua atau tiga kata. (Nasution 2024)

C. Bermain untuk Perkembangan Sosial-Emosional

Perkembangan sosial emosional merupakan perkembangan kepribadian dan perilaku anak ketika beradaptasi dengan aturan lingkungan masyarakat anak. Oleh sebab itu, kepentingan berkomunikasi dengan orang sekitar dibutuhkan oleh anak, terkhususnya dengan orang tua, keluarga, guru, dan teman sebaya. Anak dapat melakukan sikap kerjasama, tolong menolong, mematuhi peraturan, dan aktivitas sosial dengan menunjukkan menggunakan kasih sayang atau rasa marah. Perkembangan emosi pada anak mampu diperhatikan dan aktivitas dilingkungannya karena perilaku tersebut dapat melahirkan emosi yang terkait dengan sosial anak. (Aulia and Sudaryanti 2023)

Perkembangan sosial emosional ini dapat diamati ketika anak bermain, karena dunia anak adalah bermain sehingga didalam pembelajaranpun dengan bermain. Para ahli mengamati anak dan menemukan bahwa pada saat anak bermain terjadi perputaran sosial, dalam arti terdapat rangkaian kejadian secara teratur selama anak bermain dengan temannya. Anak juga anak mengalami situasi penyesuaian diri terhadap lingkungan mengorganisasi dan menyelesaikan masalah, mengajarkan anak untuk berinteraksi sosial, bekerja sama, peduli terhadap orang lain, membantu anak untuk mengekspresikan perasaannya, baik rasa takut, bahagia, senang, sayang, saling perhatian dan lain sebagainya. (Rakhmawati 2022)

Melalui kegiatan bermain anak dapat meningkatkan kepekaan emosinya dengan cara mengenalkan bermacam perasaan, mengenalkan perubahan perasaan, membuat pertimbangan, dan menumbuhkan kepercayaan diri. Melalui bermain juga anak dapat mengembangkan kemampuan sosialnya, seperti membina hubungan dengan anak lain, bertingkah laku sesuai dengan tuntunan masyarakat,

menyesuaikan diri dengan teman sebaya, dapat memahami tingkah lakunya sendiri, dan paham bahwa setiap perbuatan ada konsekuensinya. (Lubis 2019)

Kegiatan bermain sangat berperan dalam menunjang perkembangan sosial dan emosional anak usia dini. Saat bermain, anak belajar menjalin interaksi, berbagi, menanti giliran, serta mengenali emosi diri dan orang lain. Selain itu bermain juga melatih anak dalam mengendalikan emosi, menumbuhkan rasa empati, serta meningkatkan rasa percaya diri dan kemandirian dalam besosialisasi.

Kesimpulan

Pada masa usia dini, anak mengalami perkembangan pesat dalam berbagai aspek, termasuk kognitif, motorik, sosial, dan emosional. Bermain memiliki peranan penting dalam mendukung proses ini, khususnya dalam perkembangan sosial emosional. Melalui aktivitas bermain, anak-anak belajar mengenal dan mengelola emosi, membangun hubungan sosial, serta mengembangkan kemampuan berkomunikasi dan bekerjasama. Bermain bukan hanya kegiatan menyenangkan, tetapi merupakan sarana pembelajaran yang alami dan efektif dalam membentuk karakter dan kepribadian anak sejak dini.

Namun, meskipun banyak penelitian menyoroti manfaat bermain terhadap perkembangan kognitif dan fisik, pengaruhnya terhadap aspek sosial emosional masih belum banyak digali secara mendalam. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih holistik dalam pendidikan anak usia dini yang tidak hanya fokus pada kemampuan akademik, tetapi juga menekankan pentingnya permainan sebagai media pembelajaran sosial dan emosional. Penelitian yang lebih terfokus pada jenis-jenis permainan dan dampaknya terhadap perkembangan emosional anak dapat memberikan kontribusi penting dalam merancang kurikulum PAUD yang seimbang dan menyeluruh.

Bibliografi

Berk, L. E. (2013). Child Development (9th ed.). Pearson Education.

Ginsburg, K. R. (2007). The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development and Maintaining Strong Parent-Child Bonds. Pediatrics, 119(1).

Pellegrini, A. D., & Smith, P. K. (1998). The Development of Play during Childhood: Forms and Possible Functions. Child Psychology and Psychiatry Review, 3(2).

Muttakin, M., Hossain, M., & Alam, S. (2015). Play and Child Development: A Review. International Journal of Early Childhood Education, 23(2).

Aulia, Diajeng, and Sudaryanti Sudaryanti.(2023). "Peran Permainan Tradisional Dalam Meningkatkan Sosial Emosional Anak Usia Dini." *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 7(4)

Ginsburg, Kenneth R., (2007). "The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development and Maintaining Strong Parent-Child Bonds." *Pediatrics* 119(1)

Lubis, Mira Yanti. (2019). "Mengembangkan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Bermain." *Generasi Emas* 2(1)

Nasution, Fauziah. (2024). "Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini Edisi Pertama." *Yogyakarta: Gava Media* 2(1)

Rakhmawati, Rakhmawati. (2022). "Alat Permainan Edukatif (APE) Untuk Meningkatkan Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini." *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* 4(2)

Sianturi, Novita Pardamean, Ayudhia Diarang, Heskia Loho, Aprilia Rasjid, Institut Agama, and Kristen Negeri. (2024). "PENDIDIKAN ANAK SMP Correspondence : Article History :" 1(2)

Tambrin Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Kalimantan Selatan, Muhammad. (2022). "Implementasi Teori Psikologi Perkembangan Dalam Pengembangan Metode Pembelajaran Di Madrasah." *Adiba: Journal of Education* 2(3)

Copyright holder:
Nama Author (Tahun Terbit)

First publication right:
Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia

This article is licensed under: