

	PGMI: JURNAL PENDIDIKAN GURU MADARASAH IBTIDAIYAH VOLUME: 2 NO: 2 TAHUN 2024 https://ejournal.iaingawi.ac.id/index.php/pgmi/index	E-ISSN 2985-4423
---	--	-----------------------------

MANFAAT BERMAIN TERHADAP PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK

Isti'adah¹

Institut Agama Islam Ngawi¹, Indonesia

Email: Istiadah105@gmail.com

Article history	Submitted 12 /06/2024	Accepted 12/06/2024	Published 28/06/2024
------------------------	--------------------------	------------------------	-------------------------

ABSTRACT Playing is something that is done fun without any coercion. In the children age, they tends to spend some time to play. In the adult's view, playing may be interpreted as only limited to having fun without a clear purpose. But for children, playing has their own essence. Play has many benefits including developing creativity and increasing cognitive. Cognitive children is all things that related to the intelligence of the mind and way of thinking of a person. When they are playing, the entire senses of the child will be testimony and experience good development in physical and cognitive physical matters.

Key words: cognitive, playing, intellegence of child

ABSTRAK Bermain merupakan sesuatu hal yang dilakukan secara menyenangkan tanpa adanya paksaan. Dalam usia anak-anak, mereka cenderung menghabiskan sebagian waktu untuk bermain. Dalam pandangan orang dewasa, bermain mungkin diartikan hanya sebatas bersenang-senang tanpa tujuan yang jelas. Namun, bagi anak-anak bermain memiliki esensinya sendiri. Bermain memiliki banyak manfaat diantaranya dapat mengembangkan kreativitas dan meningkatkan kognitif anak. Kognitif merupakan segala hal yang berhubungan dengan kecerdasan, akal pikiran, serta cara berpikir seseorang. Ketika bermain, seluruh panca indra anak akan terstimulus dan mengalami perkembangan, baik dalam hal fisik, motorik, dan juga kognitifnya.

Kata Kunci: Kognitif, bermain, kecerdasan anak

A. PENDAHULUAN

Dunia anak-anak merupakan dunia yang masih dipenuhi dengan keceriaan dan kegembiraan. Mereka memiliki jiwa dan pemikiran yang murni serta belum bisa mencerna dan berpikir mengenai beberapa hal yang bersifat abstrak dan kompleks. Walaupun demikian, pada usia ini mereka mengalami perkembangan yang pesat, baik dalam perkembangan fisik maupun dalam cara berpikirnya. Mereka mengamati dan melihat banyak hal yang mereka temui di kehidupan sehari-hari, mempelajarinya dengan cepat, dan bahkan menirukannya.

Meskipun otak mereka berkembang dengan pesat, namun keinginan mereka hanyalah hidup untuk bersenang-senang. Mereka belum bisa memikirkan tentang apa yang akan dilakukan atau rencana untuk sukses ke depannya.

Dalam sebuah teori *Genetic Epistimologi* yang dirumuskan oleh Jean Piaget mengenai perkembangan kemampuan intelektual dan berpikir pada anak, bahwa kata *genetic* disini bukan mengacu pada faktor keturunan (genetik), melainkan pada pertumbuhan *development* (perkembangan yang melalui beberapa tahapan) (Ibda, 2015, hal. 29).

Sebagai calon pendidik sekaligus orang tua, kita harus memperhatikan dan mengajak anak agar mau belajar. Karena dunia mereka adalah dunia bermain yang menyenangkan, maka kita tidak bisa memaksa mereka untuk belajar formal seperti yang dilakukan siswa-siswa tingkat SMP ke atas. Kita tidak bisa memaksa anak untuk duduk diam, membaca buku berlembar-lembar, mendengarkan guru, dan mencatat. Oleh karena itu, kita harus memikirkan cara bagaimana agar anak mau belajar dengan sukarela dan tanpa adanya paksaan atau tekanan.

Salah satu cara yang dapat dilakukan agar anak-anak mau belajar adalah, mengemas pembelajaran dan menciptakan suasana belajar yang menarik dengan permainan. Seperti yang disebutkan sebelumnya, anak-anak cenderung menyukai hal-hal yang berbau menyenangkan. Dengan begitu, mereka akan memiliki antusias dan semangat yang tinggi untuk belajar, sehingga secara perlahan otak mereka akan terstimulus untuk berpikir secara nalar dan meningkatkan perkembangan kognitif anak.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi dokumen dan prngumpulan data dengan analisis literatur berupa karya ilmiah dan jurnal yang memiliki korelasi dengan tema yang sedang dibahas, yakni mengenai manfaat bermain untuk perkembangan kognitif anak.

Penyajian data dengan naratif deskriptif dengan menjelaskan secara rinci mengenai objek dan permasalahan yang sedang dibahas serta hasil penelitian yang di dapat dari penelitian tersebut guna mengetahui bahwa bermain memiliki manfaat untuk perkembangan kognitif anak.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pengertian Kognitif

Manusia merupakan makhluk ciptaan Tuhan yang paling sempurna. Bukan hanya dalam bentuknya, melainkan juga karena manusia adalah makhluk yang dibekali dengan akal dan pikiran, sehingga dengan akal tersebut manusia dapat berpikir mengenai kejadian, dan sesuatu hal yang ia jumpai dalam kehidupan. Sama seperti halnya dengan fisik yng mengalami perkmbaran sejak dari kecil hingga besar, akal dan pikiran manusia pun mengalami perkembangan yang bertahap dalam proses berpikir. Anak yang baru lahir tidak akan bisa langsung berpikir seperti halnya orang dewasa berpikir. Begitu pula dengan anak-anak, cara berpikir mereka masih berkembang dan tidak bisa disamakan dengan orang dewasa.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), definisi kata ‘kognitif’ memiliki makna yang berhubungan dengan atau melibatkan kognisi, dan berdasarkan pada pengetahuan faktual yang empiris. Dalam kata lain, kognitif bermakna sesuatu yang berhubungan dengan akal, pola pikir, serta bagaimana cara berpikir manusia.

Menurut Mayer, kognisi merujuk pada seluruh aktifitas mental yang diasosiasikan dalam berpikir, mengetahui, dan mengingat. Dalam gambaran klasik, kognisi meliputi pengetahuan, kesadaran, kecerdasan, pikiran, imajinasi, daya cipta, perencanaan, penalaran, dan sebagainya (Marinda, 2020, hal. 119).

Dari beberapa definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa kognitif merupakan segala hal yang mencakup pola pikir, kecerdasan, dan cara berpikir individu. Sedangkan perkembangan kognitif adalah tahapan-tahapan perubahan kemampuan dalam hal berpikir, daya ingat, dan tingkat kecerdasan.

Cara berpikir dan tingkat kecerdasan anak jelas berbeda dengan pola pikir orang dewasa pada umumnya. Hal ini bukan berarti cara berpikir mereka akan terus seperti itu dan tidak berkembang. Karena pada usia ini mereka sedang mengalami perkembangan yang pesat baik dalam hal fisik maupun kognitif. Tidak menutup kemungkinan beberapa dari mereka nantinya akan memiliki kecerdasan yang melebihi orang dewasa pada umumnya.

Perkembangan kognitif anak dipengaruhi oleh banyak hal, seperti pola asuh orang tua serta kondisi sosial dan lingkungannya. Anak-anak belajar dari apa yang mereka lihat dan dengar dalam kehidupannya sehari-hari. Dengan cepat meniru dan mengimplementasikan hal yang didapatnya tanpa menyaringnya terlebih dahulu. Tak peduli apakah itu hal baik atau hal buruk.

Oleh karena itu, menciptakan kondisi lingkungan yang baik sangat berpengaruh terhadap perkembangan kognitif anak. Akan lebih baik jika orang tua dan pendidik mengambil peran dalam mendidik dan mengawasi perkembangan kognitif anak. Dengan menjadi contoh yang baik, mengatakan sesuatu yang baik, dan melakukan hal-hal yang terpuji sehingga anak akan melakukan dan menirunya.

B. Pengertian Bermain dan Esensinya

Dalam KBBI, main merupakan sebuah kata dasar dari ‘bermain’, mainan, maupun permainan. ‘Main’ bermakna melakukan sesuatu untuk menyenangkan hati. Sementara itu, kata ‘bermain’ memiliki makna melakukan sebuah kegiatan yang menyenangkan untuk menghibur diri tanpa memikirkan hasil akhir yang jelas. Menurut Jean Piaget, bermain merupakan suatu kegiatan yang diulang-ulang dan menimbulkan kesenangan maupun kepuasan tersendiri saat melakukannya.

Dari dua pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa bermain adalah sebuah kegiatan menyenangkan yang dilakukan secara berulang-ulang untuk menghibur diri dan kesenangan pribadi tanpa mengharapkan sebuah hasil akhir yang pasti. Karena pada dasarnya, hasil akhir dari bermain adalah perasaan senang itu sendiri.

Bermain merupakan sesuatu yang tidak bisa dilepaskan dari dunia anak-anak. Dimulai dari usia pra-operasional (1,5 – 6 tahun), hingga beberapa masa setelahnya. Bahkan, ketika beranjak dewasa pun, beberapa orang masih menyukai bermain untuk sarana refleksi dan hiburan diri setelah melalui hari-hari yang berat. Namun demikian, tetap saja bermain lebih banyak dilakukan ketika menginjak dunia anak-anak.

Bagi orang dewasa, permainan yang dilakukan oleh anak-anak mungkin terlihat seperti hal yang sepele, namun bagi anak-anak, bermain adalah sesuatu yang memiliki esensinya sendiri, yakni:

1. Motivasi dan tanpa paksaan, artinya saat bermain, anak-anak tidak mendapat paksaan dan melakukan kegiatan tersebut dengan senang hati.
2. Aktif, artinya dalam bermain, anak-anak akan bergerak aktif melibatkan gerak fisik serta ikatan emosional dan mental dengan sesama teman bermain.
3. Nonliteral, artinya saat bermain, anak-anak bebas melakukan apa saja terlepas dari realita kehidupan nyata seperti sedang bermain peran.
4. Tidak memiliki tujuan eksternal yang ditetapkan sebelumnya. Seperti yang telah disebutkan dari pengertian bermain, bahwa ketika sedang bermain, anak-anak tidak mengharapkan hasil akhir dan bermain dilakukan karena kesenangan serta partisipasi semata (Rohmah, 2016, hal. 30).

C. Karakteristik Bermain

Dalam sebuah penelitian, manusia disebut sebagai *Homo ludens* yang artinya manusia adalah makhluk yang suka bermain (Mariana, 2018, hal. 27).

Dalam setiap perkembangannya, bermain tidak bisa dilepaskan dari kehidupan manusia. Saat menginjak masa anak-anak, manusia menghabiskan hampir seluruh waktunya untuk bermain. Ketika mulai beranjak dewasa, beberapa dari manusia pun masih menyukai bermain walaupun dalam kapasitas yang lebih kecil dan tidak terlalu sering.

Bermain merupakan kegiatan yang menyenangkan dan paling disukai anak-anak. Saat sedang bermain, mereka melakukannya dengan sukarela dan tanpa paksaan hingga semuanya terasa lebih menyenangkan dan ringan dilakukan. Mereka berpikir bahwa bermain adalah tugasnya dan sekaligus bisa menjadi sarana pembelajaran.

Beberapa orang dewasa mungkin menganggap anak-anak yang menghabiskan waktunya dengan bermain hanyalah membuang waktu. Para orang dewasa mungkin menginginkan anak-anak seharusnya mulai belajar dengan serius bukannya malah bermain. Pemikiran seperti ini masih banyak terjadi di dunia sana. Orang tua yang memiliki latar pendidikan kurang, akan menganggap bahwa anak-anak harus dididik pembelajaran formal saat usia mereka masih kecil. Suatu hal yang membuat jiwa anak-anak terperangkap dan kesulitan mengekspresikan perasaan serta imajinasinya.

Dalam hal ini, pendidikan psikologi tentang memahami anak sangatlah penting diketahui oleh calon guru maupun orang tua yang kelak akan mendidik anak. Sehingga para

orang tua tidak akan sembarangan dan mengetahui bahwa usia anak-anak adalah masanya untuk bermain. Maka dari itu, sebagai calon pendidik, harus kreatif dalam menyajikan ilmu dan membungkusnya dalam kata ‘bermain’, sehingga anak-anak akan mengikuti ‘bermain’ itu dengan senang hati tanpa adanya paksaan.

Menurut Dariyo dalam sebuah penelitian (Mariana, 2018), ada lima karakteristik bermain, diantaranya:

1. Menyenangkan. Seperti yang dijelaskan sebelumnya, definisi bermain adalah kegiatan yang menyenangkan. Bila disuruh memilih antara bermain atau belajar, tentu saja anak-anak akan lebih memilih bermain. Anak dapat mengekspresikan diri saat bermain, membentuk imajinasi yang merangsang perkembangan otak kanan. Bermain tidak hanya untuk kesenangan semata. Saat bermain, anak dapat menghilangkan perasaan cemas, stress, ketegangan, dan kebosanan yang dialaminya.
2. Spontan. Anak-anak memiliki sikap spontanitas. Artinya, beberapa hal yang mereka lakukan adalah kegiatan spontan tanpa paksaan dari orang tua. Sejak dalam usia bayi, mereka mulai bermain dengan memainkan organ tubuh mereka sendiri. Seperti memainkan jemari tangan, menggerakkan kaki, dan menggigit jari tangan. Kegiatan tersebut dilakukan dengan spontan dan alamiah.
3. Proses. Saat bermain, anak-anak melakukannya dengan tulus, tanpa pamrih, dan tanpa maksud tersembunyi. Mereka melakukan bermain hanya untuk kesenangan dan kegembiraan semata. Hal tersebut dapat menunjang potensi dirinya dan bisa menjadi sebuah proses dalam hal meningkatkan kreativitas dan imajinasi anak. Selain itu, kemampuan berkomunikasi dan bersosialisasi anak dapat terasah dengan baik saat mereka bermain dengan teman-temannya.
4. Motivasi. Saat bermain, anak melakukannya tanpa paksaan. Dalam kata lain, hal itu dilakukan karena adanya motivasi internal dari dalam diri anak itu sendiri.
5. Imajinatif. Ketika bermain, anak-anak akan menciptakan alur cerita dan kisah yang akan mereka perankan sendiri dalam permainannya nanti. Hal tersebut dapat meningkatkan daya imajinatif anak dalam menciptakan kronologi cerita hayal mereka, sehingga kemampuan berpikir, emosional, serta psikomotorik anak dapat berkembang.

Dari beberapa hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa bermain tidaklah sesederhana seperti yang terlihat. Bermain memiliki karakteristik dan esensinya sendiri dalam dunia anak-anak.

D. Tahapan-tahapan Dalam Bermain

Segala sesuatu di dunia ini melewati beberapa tahapan sebelum sampai pada hal akhir yang menjadi sebuah tujuan. Seperti anak-anak yang memiliki perkembangan secara bertahap. Dalam bermain pun, anak-anak melewati beberapa tahapan.

Mulai dari bayi ketika mereka belum bisa apa-apa dan hanya mengandalkan tangisan. Semakin lama, indra dan fisik manusia mulai berkembang. Pada usia bayi, mereka mulai bisa menggerakkan sendiri jemari tangan dan kakinya. Kemampuan fisik dan penglihatannya

meningkat. Mereka mulai bermain dengan tangan dan kaki sendiri. Semakin lama, kemampuan itu akan berkembang dengan indra perasa mereka yang mulai aktif. Tak hanya memainkan tangan atau kaki sendiri, mereka mulai bisa meraih benda-benda di sekitar mereka untuk dimainkan, mulai mengenal beberapa warna visualisasi, dan membedakan tekstur benda yang dipegang.

Begitu juga dengan bermain, dimulai dari hal yang paling sederhana, bermain memiliki beberapa tahapan, menurut Parten dalam sebuah penelitian (Rohmah, 2016) diantaranya:

1. *Unoccupied*, ketika anak melihat sesuatu dan melakukan gerakan-gerakan bebas serta beberapa tingkah laku yang tidak terkontrol.
2. *Solitary*, ketika anak dalam sebuah kelompok namun asyik bermain sendiri dengan berbagai macam alat permainan tanpa terjadi kontak dengan anak lain, tak peduli apapun yang terjadi.
3. *Onlooker*, ketika anak melihat, memperhatikan, dan melakukan komunikasi dengan anak-anak lain namun tidak ikut terlibat dalam aktifitas yang sedang mereka lakukan.
4. *Parallel*, ketika anak-anak bermain dengan alat permainan yang sama, namun tidak terjadi kontak maupun tukar menukar alat bermain.
5. *Associative*, ketika anak-anak bermain bersama dan saling pinjam alat permainan, namun tidak ada peran apapun dalam permainan yang sedang dilakukan. Dalam kata lain, permainan dilakukan tanpa ada satu tujuan bersama.
6. *Cooperative*, ketika anak-anak bermain dalam kelompok yang memiliki peran masing-masing dan terorganisir. Mereka memiliki kegiatan permainan yang konstruktif dan nyata. Dalam hal ini, ada satu atau dua anak yang menjadi pemimpin dalam permainan yang sedang berlangsung ini.

Dari beberapa tahapan tersebut, perkembangan fisik, motorik, serta kognitif anak akan terasah dengan baik saat bermain. Dimulai dari hal yang paling dasar hingga sesuatu yang kompleks, bermain dengan anak-anak lain dapat menciptakan jiwa sosial pada diri anak.

E. Faktor yang Memengaruhi Kegiatan Bermain

Ada beberapa faktor yang bisa memengaruhi kegiatan bermain anak. Faktor tersebut menyebabkan adanya perbedaan dalam setiap permainan yang dilakukan oleh anak-anak. Artinya, tidak semua anak melakukan permainan yang sama. Mereka memiliki permainan yang berbeda tergantung faktor mana yang memengaruhinya. Faktor-faktor tersebut diantaranya:

1. Faktor Sosial-Budaya

Ketika anak-anak sedang melakukan sebuah permainan, hal itu bukan sekadar bermain biasa. Anak-anak bermain sesuai dengan apa yang telah mereka lihat dan observasi. Kebanyakan permainan yang mereka lakukan adalah hasil melihat dari apa yang dilakukan

oleh orang-orang dewasa di sekitarnya. Perbedaan lingkungan dan nilai-nilai sosial budaya tempat tinggal anak menjadi pengaruh dalam permainan mereka.

Seperti halnya anaka-anak yang memiliki latar belakang keluarga petani, maka mereka akan banyak menghabiskan waktu dengan bermain di persawahan, atau bermain dengan hal yang berhubungan dengan tempat tinggalnya. Berbeda dengan anak yang tinggal di daerah pesisir pantai. Cara bermain mereka jelas berbeda.

Hal tersebut berarti bahwa saat bermain, anak tidak hanya menerapkan kesenangan dan refleksi semata, melainkan juga sebuah kesiapan dalam menjalani hidup ke depannya sesuai nilai sosial budaya tempat mereka tinggal.

2. Faktor Gender dan Teman Bermain

Ketika sedang bermain, anak cenderung memilih kawan bermain yang bisa diajak melakukan permainan sesuai yang mereka sukai dan inginkan, serta memiliki selera yang sama sehingga dapat diajak bekerja sama dan bermain menjadi menyenangkan. Ketika menginjak usia 3 tahun, anak akan bermain dengan keluarga atau orang terdekatnya. Hal tersebut akan berubah seiring bertambahnya usia anak. Mereka tidak lagi bermain dengan orang tua atau keluarganya. Mereka mulai mencari teman lain dan belajar mengembangkan wawasan serta kemampuan bersosialisasinya.

Pada awalnya, anak-anak akan bermain bersama temannya dalam batasan yang lebih sederhana. Seiring bertambahnya usia, mereka akan sadar mengenai perbedaan jenis kelamin. Misalkan anak perempuan bermain masak-masakan bersama teman sesama perempuannya, sementara anak laki-laki memiliki keinginan bermain yang lebih luas daripada anak perempuan. Anak laki-laki cenderung melakukan permainan yang lebih kompleks dan mungkin sedikit lebih menantang dibandingkan permainan yang dilakukan anak perempuan.

3. Faktor Media Massa

Pada usia anak-anak, mereka memiliki rasa ingin tahu yang tinggi. Mereka tertarik pada hal-hal baru dan ingin mempelajarinya. Salah satu media massa yang sering ditemui anak adalah televisi. Suara dan visualisasi penuh warna dari media elektronik tersebut sangat menarik minat anak-anak. Beberapa ide bermain yang dilakukan anak-anak kebanyakan mereka dapatkan hasil dari menonton televisi.

Pada era digital seperti sekarang ini, banyak orang tua yang sudah memberikan gadget untuk sarana mainan pada anak-anak mereka. Tanpa mempertimbangkan dampak yang diakibatkan lantaran anak lebih banyak bermain gadget daripada bermain permainan tradisional. Sayangnya, tidak semua hal dari media elektronik itu bagus. Beberapa lebih banyak hal buruknya yang bisa saja dicontoh anak tanpa penyaringan terlebih dahulu.

Sebagai pendidik dan orang tua hendaknya memberikan batasan pada anak dalam bermain gadget agar tak terjadi hal buruk yang tak diinginkan.

Dari beberapa faktor tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketika sedang bermain, sejatinya anak sedang merkontruksi atas apa yang mereka lihat dan mereka tangkap melalui kejadian sehari-hari yang terjadi. Para orang tua hendaknya lebih memperhatikan kondisi

lingkungan sekitar tempat tinggal anak, serta memberikan contoh teladan yang baik bagi anak-anak agar kelak mereka tumbuh dewasa dengan kebiasaan baik yang mereka lakukan setiap harinya.

F. Manfaat Bermain pada Anak

Segala hal di dunia ini diciptakan memiliki manfaat. Bermain yang kelihatannya sepele bahkan memiliki beberapa manfaat bagi anak-anak. Dimana pada usia anak-anak, mereka mengalami perkembangan pesat dalam hal apapun. Pada masa anak-anaklah mulai ditentukan tentang bagaimana dan apa yang akan mereka lakukan ketika beranjak dewasa.

Pada masa anak-anak juga merupakan masa yang penting untuk menciptakan pondasi yang kuat dengan menanamkan nilai-nilai serta kebiasaan yang baik, sehingga dalam pertumbuhannya menuju dewasa, anak akan terbiasa dengan hal-hal yang baik dan terbawa hingga mereka dewasa kelak. Diharapkan anak akan tumbuh menjadi generasi emas sebagai penerus generasi terbaik setelahnya.

Ada beberapa manfaat dari bermain, yakni:

1. Mengembangkan kreativitas.

Ketika sedang bermain, otak anak akan secara otomatis terstimulus untuk memikirkan beberapa hal yang bisa membuat permainan menyenangkan. Kemampuan logika serta imajinasi anak berkembang saat bermain. Mereka akan belajar bagaimana memecahkan masalah dalam sebuah permainan dengan cara yang menyenangkan. Selain itu, mereka akan mulai berpikir bagaimana cara bermain menggunakan alat sederhana yang tersedia.

Sebagai contoh, anak akan bermain dengan tenang walaupun hanya tersedia sekop dan pasir. Disitulah daya imajinasi anak digunakan. Mereka akan mulai menciptakan kisah dan kronologi seperti sedang di pantai misalnya. Atau beberapa mungkin menganggap dirinya arsitek yang sedang membuat sebuah bangunan, walaupun dalam kenyataannya mereka hanya bermain membentuk pasir sesuka hati. Namun begitulah cara otak anak bekerja lebih kompleks untuk hal yang lebih besar ke depannya.

2. Mengembangkan kemampuan bahasa.

Dalam bermain, terjadi interaksi sosial antara satu anak dengan anak yang lain. Dengan begitu, mau tidak mau anak akan mulai bersosialisasi dan berkomunikasi dengan teman-temannya saat bermain. Pun saat sedang sendiri, anak akan tetap melakukan komunikasi, misal dengan teman imajinatif yang ia buat. Atau mengikuti alur cerita yang ia buat sendiri. Saat itulah, anak akan mulai mengenal beberapa kata dan kalimat yang mungkin sebelumnya belum mereka ketahui.

Ketika bermain bersama, anak akan mulai belajar berkomunikasi menggunakan tata bahasa dan kosakata sebagaimana mestinya agar teman yang mereka ajak main mengerti apa yang ia ucapkan. Anak lain pun akan merespon dengan kata atau kalimat lain yang berbeda. Dari sinilah perbendaharaan kosakata anak mulai bertambah sehingga meningkatkan kemampuan berbahasanya.

3. Sarana terapi untuk masalah psikologis.

Bermain merupakan salah satu sarana untuk mengekspresikan perasaan emosional. Ketika sedang bermain, anak tak hanya menggunakan fisiknya untuk bergerak, tetapi juga seluruh jiwa raganya mulai dari kognitif hingga emosional. Bermain bermanfaat untuk memberikan manfaat pada anak yang memiliki masalah psikoemosional. Karena ketika anak bermain, mereka akan mencurahkan segala pikirannya pada permainannya itu.

4. Melatih empati dan emosional.

Empati merupakan sebuah perasaan seolah kita bisa ikut merasakan apa yang sedang dirasakan orang lain. Menumbuhkan rasa empati pada anak sangat penting agar anak menjadi pribadi yang tidak egois dan bisa menghargai orang lain. Rasa empati bisa dimunculkan ketika anak sedang bermain bersama teman-temannya dan tercipta sebuah interaksi sosial melalui komunikasi yang baik (Wahyuni, 2020, hal. 168169).

5. Meningkatkan kemampuan kognitif.

Seperti yang dijelaskan sebelumnya, kognitif merupakan hal yang berhubungan dengan kecerdasan dan cara berpikir manusia. Saat bermain, kemampuan kognitif anak meningkat secara signifikan. Contohnya ketika anak bermain peran sebagai dokter dan pasien, maka anak akan mulai berpikir bahwa seorang dokter memiliki tugas penting menyembuhkan pasien.

Contoh lain ketika anak bermain di alam, maka mereka akan menemukan banyak sekalihlah baru yang memunculkan pertanyaan-pertanyaan di benak mereka. Seperti kenapa matahari terasa panas, kenapa rumput berwarna hijau, kenapa pesawat bisa terbang padahal berat, dan pertanyaan-pertanyaan lain yang terlihat sederhana namun memiliki jawaban yang cukup rumit. Hal ini membuktikan bahwa otak anak mulai terstimulus dan bisa memikirkan hal lain yang lebih kompleks melalui hal-hal sederhana yang mereka temui sehari-hari.

D. PENUTUP

Bermain merupakan kegiatan menyenangkan yang dilakukan tanpa paksaan dan sukarela. Dalam dunia anak-anak, bermain tidaklah sesederhana seperti yang dipikirkan orang dewasa. Bermain memiliki peranan penting bagi anak, diantaranya sebagai sarana untuk meningkatkan kemampuan kognitif.

Pengertian kognitif sendiri ialah segala hal yang berhubungan dengan keerdasan, logika, dan cara berpikir seorang individu berdasarkan data yang faktual dan empiris. Anak-anak mengalami perkembangan kognitif yang pesat, oleh karena itu segala hal yang bisa menstimulus otak anak untuk berpikir harus diusahakan. Salah satunya adalah dengan bermain.

Saat sedang bermain, tidak hanya fisik anak yang bergerak, tapi juga akal dan otaknya ikut berpikir mengenai permainan yang sedang mereka lakukan. Mereka akan belajar bersosialisasi dan berkomunikasi sehingga hal tersebut dapat meningkatkan kemampuan sosial, emosional, dan juga menumbuhkan empati dalam diri anak.

Pada usia anak-anak, bermain adalah kegiatan yang tak bisa dilepaskan dari kehidupan mereka. Hampir seluruh waktu yang dihabiskan mereka gunakan untuk bermain. Sebagai pendidik dan orang tua, kita harus pintar memanfaatkan berbagai macam cara agar dalam proses bermainnya, anak tidak hanya menghabiskan tenaga, tetapi juga mendapatkan pembelajaran dan ilmu yang mungkin akan berguna bagi kehidupannya di masa yang akan datang.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Eka, dkk.(2019). *Bermain Sebagai Sarana Mengembangkan Keterampilan Menyimak Anak Usia Dini*. Japra: Jurnal Pendidikan Raudlatul Athfal, vol.2, no.1.
- Amalia, Rizki,dkk.(2021). *Metode Bermain dalam Lingkaran untuk Mengembangkan Kemampuan Kognitif Anak Usia Dini*. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, vol.5, no.2.
- Ester, (2020). *Metode Bermain Salah Satu Metode Pembelajaran untuk Anak*. Veritas Lux Mea: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen, vol.3, no.1.
- Ibda, Fatimah.(2015). *Perkembangan Kognitif: Teori Jean Piaget*. Intelektualita, vol.3, no.1
- Marinda, Leny. (2020). *TeoriPerkembangan Kognitif Jean Piaget dan Problematikanya pada Anak Usia Sekolah Dasar*. An-nisa: Jurnal Kajian Perempuan dan Keislaman, vol.13, no.1
- Marta, Rusdial (2017). *Penanganan Kognitif Down Syndrome melalui Metode Puzzle pada Anak Usia Dini*. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, vol.1, no.1
- Novitasari, Yesi (2018). *Analisis Permasalahan “Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini”*. Paud Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, vol.2, no.1
- Pakpahan, Farida, dkk, (2022). *Theory of Cognitive Development By Jean Piaget*. Journal Of Applied Linguistics, vol.2, no.1
- Pinangkaan, Edita, dkk. (2023). *Teori Bermain*. Tondano: Tahta Media Group
- Putro, Khamim Z.(2016). *Mengembangkan Kreatifitas Anak Melalui Bermain*. Aplikasi: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama, vol.16, no.1
- Rohmah, Naili, (2016). *Bermain dan Pemanfaatannya dalam Perkembangan Anak Usia Dini*. Jurnal Tarbawi, vol.13, no.2
- Tameon, Sance M,(2018). *Peran Bermain bagi Perkembangan Kognitif dan Sosial Anak*. Ciencias: Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan, vol.1,no.1
- Veronica, Nina (2018). *Permainan Edukatif dan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini*. Pedagogi: Jurnal Anak Usia Dini dan Pendidikan Anak Usia Dini, vol.4, no.2. 2018
- Wahyuni, Fitri (2020). *Bermain dan Belajar pada Anak Usia Dini*. Al-adibya: Jurnal Kebudayaan dan Keagamaan, vol.15, no.1