

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Anak Pra Sekolah

2.1.1 Pengertian

Anak prasekolah adalah anak yang berusia 3 sampai 5 tahun yang mempunyai berbagai macam potensi. Potensi-potensi itu di rangsang dan dikembangkan agar pribadi anak tersebut berkembang secara optimal (Supartini,2004).

Anak usia pra sekolah adalah anak yang berusia antara 3-5 tahun (Wong, 2000), dimana memiliki karakteristik tersendiri dalam pertumbuhan dan perkembangannya.

2.1.2 Pertumbuhan Fisik Anak Pra-Sekolah

a. Ciri-ciri Umum Anak Pra-Sekolah

- 1) Anak pra-sekolah yang sehat adalah yang langsing, ceria dan gesit dengan postur tubuh yang baik
- 2) Perkembangan utama terjadi pada koordinasi motorik halus, seperti diperlihatkan dengan membaiknya kemampuan menggambar
- 3) Keterampilan mototrik kasar juga meningkat, seperti anak dapat melompat meloncat dan berlari lebih baik. Kemampuan-kemampuan atletik seperti berseluncur dan berenang dapat dikembangkan

b. Tinggi Badan

- 1) Secara fisik anak pada tahun ketiga terjadi penambahan TB berkisar antara 7,5 cm dan TB rata-rata 95 cm
- 2) Kecepatan pertumbuhan pada tahun keempat hampir sama dengan tahun sebelumnya. TB mencapai 103 cm sehingga TB sudah mencapai 2 kali lipat dari TB saat lahir
- 3) Pertumbuhan pada tahun kelima sampai akhir masa pra sekolah TB rata-rata mencapai 110cm

c. Berat Badan

- 1) Secara fisik anak pada tahun ketiga terjadi penambahan BB 1,8-2,7 kg dan rata-rata BB 14,6 kg
- 2) Kecepatan pertumbuhan pada tahun keempat hampir sama dengan tahun sebelumnya. BB mencapai 16,7kg
- 3) Pertumbuhan pada tahun kelima sampai akhir masa pra-sekolah BB rata-rata mencapai 18,7kg

2.1.3 Perkembangan Kognitif

Diuraikan menjadi dua yaitu perkembangan kognitif menurut Piaget dan perkembangan bahasa yang diuraikan berikut ini

a. Perkembangan kognitif Pra-Sekolah menurut Piaget

- 1) Tahap Pra-operasional
 - a) Pra-operasional ditandai oleh adanya pemakaian kata-kata lebih awal dan memanipulasi simbol-simbol yang menggambarkan objek atau benda dan keterikatan atau hubungan diantara mereka

- b) Pemikiran atau sifat anak yang aneh/ganjil menunjukkan fakta bahwa mereka pada umumnya tidak mampu menunjukkan *operations* (eksploitasi) atau jika mereka bisa menunjukkan *operation* maka keadaannya akan terbatas
 - c) Metal operations pada tahap ini sifatnya fleksibel dan dapat berubah
 - d) Tahap pra operasional ini juga ditandai oleh beberapa hal antara lain: egosentrisme, ketidakmatangan pikiran/ide/gagasan tentang sebab-sebab dunia di fisik, kebingungan antara simbol dan objek yang mereka wakili, kemampuan untuk fokus pada satu dimensi pada satu waktu dan kebingungan tentang identitas orang dan objek
- 2) Perkembangan kognitif menurut Piaget diuraikan secara lebih luas berikut ini
- a) Menurut Piaget, tahap pemikiran pre-operasional ini terdiri dari 2 fase, yaitu:
 - (1) Fase Pre-Konseptual
 - (a) Terjadi pada usia 2-4 tahun
 - (b) Anak membentuk konsep yang tidak selengkap orang dewasa, membuat klasifikasi sederhana, menggabungkan satu peristiwa dengan sesuatu yang simultan (alasan transduktif) dan menunjukkan pemikiran egosentrik
 - (2) Fase intuitif
 - (a) Berkisar dari usia 4-6 tahun

(b) Anak menjadi mampu mengklasifikasikan, menjumlahkan dan menghubungkan objek tetapi tetap tidak menyadari prinsip-prinsip dibelakang operasi-operasi ini

(c) Ini menunjukkan proses berfikir intuitif (menyadari bahwa sesuatu itu benar tetapi tidak dapat menyatakan mengapa), tidak dapat untuk melihat sudut pandang dari orang lain dan menggunakan banyak kata-kata dengan tepat tetapi tanpa pengetahuan nyata tentang pengertiannya

b) Anak pra-sekolah menunjukkan pemikiran khayal dan percaya bahwa pemikiran tersebut semuanya menguatkan. Mereka mungkin merasa bersalah dan bertanggung jawab untuk terjadinya pikiran-pikiran buruk yang pada waktu ini mungkin tepat dengan kejadian dari peristiwa yang diharapkan

b. Perkembangan Bahasa Pra-Sekolah

- 1) anak usia 3 tahun dapat mengatakan 900 kata menggunakan tiga sampai empat kalimat dan berbicara dengan tidak putus-putus (ceriwis)
- 2) Anak usia 4 tahun dapat menyatakan 1500 kata menceritakan cerita yang berlebihan dan menyatakan lagu sederhana (ini merupakan usia puncak untuk pertanyaan mengapa)
- 3) Anak usia 5 tahun dapat mengatakan 2100 kata dan mengetahui empat warna atau lebih, nama-nama baru dalam seminggu dan nama bulan

2.1.4 Perkembangan Psikososial

a. Perkembangan Psikososial menurut Erikson

- 1) Perkembangan Psikososial Erikson Tahap 3 Inisiatif vs Kesalahan (1)
 - a) Tahap ini dialami pada anak saat usia 4-5 tahun (*preschool age*)
 - b) Anak-anak pada usia ini mulai berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya sehingga menimbulkan rasa ingin tahu terhadap segala hal yang dilihatnya
 - c) Mereka mencoba mengambil banyak inisiatif dari rasa ingin tahu yang mereka alami
 - d) Akan tetapi bila anak-anak pada masa ini mendapatkan pola asuh yang salah mereka cenderung merasa bersalah dan akhirnya hanya berdiam diri
 - e) Sikap berdiam diri yang mereka lakukan bertujuan untuk menghindari suatu kesalahan-kesalahan dalam sikap maupun perbuatan
- 2) Perkembangan psikososial Erikson Tahap 3 inisiatif vs Kesalahan (2)

diuraikan secara luas sebagai berikut

 - a) Antara usia 3-6 tahun anak menghadapi krisis psikososial dimana Erikson mengistilahkannya sebagai inisiatif melawan rasa bersalah (*initiative vs guilt*)
 - b) Orang lain yang penting bagi anak adalah keluarga
 - c) Pada usia ini, anak secara normal telah menguasai rasa otonomi dan memindahkan untuk menguasai fase inisiatif

- d) Anak pra-sekolah adalah seorang pembelajar yang energik, antusiasme dan pengganggu dengan imajinasi yang aktif
 - e) Kesadaran (suara dalam yang memperingatkan dan mengancam mulai berkembang)
 - f) Anak menyelidiki dunia fisik dengan semua indra dan kekuatannya
 - g) Perkembangan rasa bersalah terjadi pada waktu anak dibuat merasa bahwa imajinasi dan aktivitasnya tidak dapat diterima
 - h) Rasa bersalah, cemas dan takut yang diakibatkan pada saat pikiran dan aktivitas anak dengan harapan-harapan orang tua
 - i) Anak pra-sekolah mulai menggunakan alasan sederhana dan dapat bertoleransi terhadap keterlambatan pemuasan dalam periode yang lama
- b. Ketakutan dan Mekanisme Koping
- 1) Ketakutan
 - a) Seorang anak biasanya mengalami lebih banyak ketakutan selama masa pra-sekolah daripada waktu lainnya
 - b) Ketakutan-ketakutan umum pada pra-sekolah meliputi takut gelap, takut ditinggal sendirian terutama pada saat tidur, takut binatang, terutama anjing yang besar, takut hantu, pemotongan tubuh, nyeri dan takut objek-objek dan orang-orang yang berhubungan dengan pengalaman menyakitkan

- c) Pra-sekolah tengkurap untuk bersembunyi dari hardikan dan tindakan orang tuanya, orangtua sering tidak menyadari bahwa perilaku mereka membuat ketakutan pada anak mereka
 - d) Menginginkan anak pra-sekolah untuk menggunakan lampu pada malam hari dan mendorongnya untuk memainkan ketakutannya dengan boneka tau mainan lainnya yang bisa membantu memberikan anak rasa pengendalian terhadap ketakutannya
- 2) Mekanisme Koping
- a) Mekanisme koping termasuk menayakan pertanyaan-pertanyaan, menginginkan perintah, memegang mainan favorit, mempelajari dengan uji coba, melemparkan tantrum (ledakan amarah), agresi, mengisap jempol, menarik diri dan regresi
 - b) Memperlihatkan anak terhadap proyek yang menakutkan di lingkungan yang terkontrol, dapat memberikan kesempatan mengurangi ketakutannya
- c. Sosialisasi
- 1) Pada masa-masa pra-sekolah, jangkauan anak pada orang lain/orang terdekat berkembang diluar orang tuanya yang mencakup kakek-neneknya, saudara kandung dan guru-guru pra sekolah
 - 2) Anak memerlukan interaksi teratur dengan teman sebaya untuk membantu perkembangan keterampilan sosial

3) Tujuan utama pra-sekolah adalah untuk membantu perkembangan keterampilan sosial anak. Kriteria dipertimbangkan pada waktu memilih program pra-sekolah mencakup sebagai berikut

- a) Akreditasi dan lisensi diikuti
- b) Jadwal aktivitas harian dan materi yang tersedia
- c) Guru yang berkualifikasi
- d) Lingkungan yang aman, dengan tingkat kebisingan rendah, rasio guru-anak tepat dan praktik sanitasi yang baik
- e) Orang lain telah merekomendasikan sekolah
- f) Observasi terhadap anak-anak pada permainan dan pekerjaan serta interaksi mereka dengan guru-guru dapat diterima
- g) Rencana-rencana alternatif tersedia pada waktu anak sakit dan orang tua bekerja

d. Bermain

- 1) Permainan khas pada anak pra-sekolah adalah permainan yang asosiatif-interaktif dan kooperatif dengan saling berbagi
- 2) Hal yang paling penting adalah kontak dengan teman sebaya
- 3) Aktivitas-aktivitas seharusnya meningkatkan keterampilan pertumbuhan motorik: melompat, berlari dan memanjat
- 4) Pada masa ini merupakan usia yang tepat untuk permainan imajiner/khayal
- 5) Permainan meniru, imajinatif dan dramatik adalah hal yang penting

2.1.5 Perkembangan Motorik Halus Anak Pra Sekolah

Keterampilan motorik halus (*fine motor skill*) merupakan keterampilan motorik halus yang merupakan keterampilan yang memerlukan control dari otot kecil dari tubuh untuk mencapai tujuan dari keterampilan. Secara umum keterampilan motorik halus meliputi koordinasi mata dan tangan keterampilan ini membutuhkan kecermatan yang tinggi.

a. Usia 3 Tahun

- 1) Membangun menara dari 9-10 kotak
- 2) Membangun jembatan dengan 3 kotak
- 3) Secara benar memasukkan biji-bijian kedalam botol berleher sempit
- 4) Menggambar, meniru lingkaran, silang, dan lingkaran dengan gambar wajah

b. Usia 4 Tahun

- 1) Menggunakan gunting dengan baik untuk memotong gambar mengikuti garis
- 2) Dapat memasang sepatu tetapi tidak mampu mengikat talinya
- 3) Dapat menggambar, menyalin bentuk kotak, garis silang atau segi tiga

c. Usia 5 Tahun

- 1) Mengikat tali sepatu
- 2) Menggunakan gunting, alat sederhana, atau pensil dengan baik

Menggambar meniru gambar permata dan segitiga, menambahkan 7-9 bagian dari gambar garis, mencetak beberapa huruf, angka atau kata seperti nama panggilan

Andriana, 2013

2.2 Konsep Bermain

2.2.1 Pengertian

Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan secara sukarela untuk memperoleh kesenangan/kepuasan. Bermain merupakan cerminan kemampuan fisik, intelektual, emosional dan sosial, dan bermain merupakan media yang baik untuk belajar karena dengan bermain, anak-anak akan berkata-kata (berkomunikasi), belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan, melakukan apa yang dapat dilakukannya dan mengenal waktu, jarak, serta suara (Wong, 2000)

Bermain sama dengan bekerja pada orang dewasa dan merupakan aspek terpenting dalam kehidupan anak serta merupakan satu cara yang paling efektif untuk menurunkan stress pada anak dan penting untuk kesejahteraan mental dan emosional anak (Chambell dan Glaser, 1995)

Bermain merupakan suatu aktivitas dimana anak dapat melakukan atau mempraktikkan keterampilan, memberikan ekspresi terhadap pemikiran, menjadi kreatif, mempersiapkan diri untuk berperan dan berperilaku dewasa. Sebagai suatu aktivitas yang memberikan stimulasi dalam kemampuan keterampilan, kognitif dan afektif maka sepatutnya diperlukan suatu bimbingan mengingat bermain bagi anak merupakan suatu kebutuhan bagi dirinya sebagaimana kebutuhan lainnya seperti kebutuhan makan, kebutuhan rasa aman, kebutuhan kasih sayang, dan lain-lain. Sebagai kebutuhan sebaiknya juga perlu diperhatikan secara cermat bukan hanya dijadikan mengisi kesibukan atau mengisi waktu luang, bagi orang tua bermain pada anak harus selalu diperhatikan sebagaimana memperhatikan terhadap pemenuhan kebutuhan lainnya. dengan bermain anak akan selalu

mengenal dunia, mampu mengembangkan kematangan dari fisik, emosional dan mental sehingga akan membuat anak tumbuh menjadi anak yang kreatif, cerdas dan penuh inovatif (Hidayat, 2008)

Bermain merupakan cara ilmiah bagi seorang anak untuk mengungkapkan konflik yang ada dalam dirinya yang pada awalnya anak belum sadar bahwa dirinya sedang mengalami konflik (Miller B.F, 1983 dalam Riyadi, 2012). Pengertian lain mengenai bermain disampaikan oleh foster dan pearden yang didefinisikan sebagai suatu kegiatan yang dilakukan oleh seorang anak secara sungguh-sungguh sesuai dengan keinginannya sendiri/ tanpa paksaan dari orang tua maupun lingkungan dimana dimaksudkan semata hanya untuk memperoleh kesenangan dan kepuasan.

2.2.2 Fungsi Bermain

a. Perkembangan sensoris-motorik

Pada saat melakukan permainan, aktivitas sensoris-motorik merupakan komponen terbesar yang digunakan anak dan bermain aktif sangatlah penting untuk perkembangan fungsi otot untuk bayi yang mengembangkan kemampuan sensoris-motorik dan alat permainan untuk anak usia toddler dan prasekolah yang banyak membantu perkembangan aktivitas motorik baik kasar maupun halus

b. Perkembangan intelektual

Pada saat bermain, anak melakukan eksplorasi dan manipulasi terhadap segala sesuatu yang ada di lingkungan sekitarnya, terutama mengenal warna,

bentuk, ukuran, tekstur, dan membedakan objek. Pada saat bermain pula anak akan melatih diri untuk memecahkan masalah. Pada saat anak bermain mobil-mobilan, kemudian bannya terlepas dan anak-anak dapat memperbaikinya maka ia telah belajar memecahkan masalahnya melalui eksplorasi alat mainannya dan untuk mencapai kemampuan ini, anak menggunakan daya pikir dan imajinasinya semaksimal mungkin. Semakin sering anak melakukan eksplorasi seperti ini, akan semakin terlatih kemampuan intelektualnya

c. Perkembangan sosial

Perkembangan sosial ditandai dengan kemampuan berinteraksi dengan lingkungannya. Melalui kegiatan bermain, anak akan belajar memberi dan menerima. Bermain dengan orang lain akan membantu anak untuk mengembangkan hubungan sosial dan belajar memecahkan masalah dari hubungan tersebut. Pada saat melakukan aktivitas bermain, anak belajar berinteraksi dengan teman, memahami bahasa lawan bicara, dan belajar tentang nilai sosial yang ada pada kelompoknya. Hal ini terjadi terutama pada anak usia sekolah dan remaja. Meskipun demikian, anak usia toodler dan sosialnya diluar lingkungan keluarga

d. Perkembangan kreativitas

Berkreasi adalah kemampuan untuk menciptakan sesuatu dan mewujudkannya ke dalam bentuk objek dan/kegiatan yang dilakukannya. Melalui kegiatan bermain, anak akan belajar dan mencoba untuk merealisasikan ide-idenya. Misalnya, dengan membongkar dan memasang

satu alat permainan akan merangsang kreativitasnya untuk semakin berkembang.

e. Perkembangan kesadaran diri

Melalui bermain, anak akan mengembangkan kemampuannya dalam mengatur tingkah laku. Anak juga akan belajar mengenal kemampuannya dan membandingkannya dengan orang lain menguji kemampuannya dengan mencoba peran baru dan mengetahui dampak tingkah lakunya terhadap orang lain. Misalnya, jika anak mengambil mainan temannya sehingga temannya menangis, anak akan belajar mengembangkan diri bahwa perilakunya menyakiti teman. Dalam hal ini penting peran orang tua untuk menanamkan nilai moral dan etika, terutama dalam kaitannya dengan kemampuan untuk memahami dampak positif dan negatif dari perilakunya terhadap orang lain.

f. Perkembangan moral anak mempelajari nilai benar dan salah dari lingkungannya, terutama dari orang tua dan guru. Dengan melakukan aktivitas bermain, anak akan mendapat kesempatan untuk menerapkan nilai-nilai tersebut sehingga dapat diterima di lingkungannya dan dapat menyesuaikan diri dengan aturan-aturan kelompok yang ada dalam lingkungannya. Melalui kegiatan bermain anak juga akan belajar nilai moral dan etika, belajar membedakan mana yang benar dan mana yang salah, serta belajar tanggung jawab atas segala tindakan yang telah dilakukannya. Misalnya, merebut mainan teman merupakan perbuatan yang tidak baik dan membereskan alat permainan sesudah bermain adalah membelajarkan anak untuk bertanggung jawab terhadap tindakan serta barang yang dimilikinya.

Sesuai dengan kemampuan kognitifnya, bagi anak usia toddler dan prasekolah, permainan adalah media yang efektif untuk mengembangkan nilai moral dibandingkan dengan memberikan nasihat. Oleh karena itu, penting peran orang tua untuk mengawasi anak saat anak melakukan aktivitas bermain dan mengajarkan nilai moral, seperti baik/buruk atau benar/salah.

g. Bermain sebagai terapi

Pada saat dirawat di rumah sakit, anak akan mengalami berbagai perasaan yang sangat tidak menyenangkan seperti marah, takut, cemas, sedih dan nyeri. Perasaan tersebut merupakan dampak dari hospitalisasi yang dialami anak karena menghadapi beberapa stressor yang ada di lingkungan rumah sakit. Untuk itu, dengan melakukan permainan anak akan terlepas dari ketegangan dan stress yang dialaminya karena dengan melakukan permainan, anak akan dapat mengalihkan rasa sakitnya pada permainannya (distraksi) dan relaksasi melalui kesenangannya melakukan permainan.

2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Bermain

a. Tahap Perkembangan Anak

Aktivitas bermain yang tepat dilakukan anak, yaitu sesuai dengan tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak. Tentunya permainan anak usia bayi tidak lagi efektif untuk pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah. Demikian juga sebaliknya karena pada dasarnya permainan adalah alat stimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak. Dengan demikian, orang tua

dan perawat harus mengetahui dan memberikan jenis permainan yang tepat untuk setiap tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak

b. Status kesehatan anak

Untuk melakukan aktivitas bermain diperlukan energi. Walaupun demikian, bukan berarti anak tidak perlu bermain pada saat sedang sakit. Kebutuhan bermain pada anak sama halnya dengan kebutuhan bekerja pada orang dewasa. Yang penting pada saat kondisi anak sedang menurun atau anak terkena sakit, bahkan dirawat di rumah sakit, orang tua dan perawat harus jeli memilihkan permainan yang dapat dilakukan anak sesuai dengan prinsip bermain pada anak yang sedang dirawat di rumah sakit.

c. Jenis Kelamin Anak

Ada beberapa pandangan tentang konsep gender dalam kaitannya dengan permainan anak. Dalam melaksanakan aktivitas bermain tidak membedakan jenis kelamin laki-laki atau pria. Semua alat permainan dapat digunakan oleh anak laki-laki atau perempuan untuk mengembangkan daya pikir, imajinasi, kreativitas, dan kemampuan sosial anak. Akan tetapi, ada pendapat lain yang meyakini bahwa permainan adalah salah satu alat untuk membantu anak mengenal identitas diri sehingga sebagian alat permainan anak perempuan tidak dianjurkan untuk digunakan oleh anak laki-laki. Hal ini dilatarbelakangi oleh alasan adanya tuntutan perilaku yang berbeda antara laki-laki dan perempuan dan hal ini dipelajari melalui media permainan

d. Lingkungan yang Mendukung

Terselenggaranya aktivitas bermain yang baik untuk perkembangan anak salah satunya dipengaruhi oleh nilai moral, budaya dan lingkungan fisik rumah. Fasilitas bermain tidak selalu harus dibeli di toko atau mainan jadi, tetapi lebih diutamakan yang dapat menstimulus imajinasi dan kreativitas anak, bahkan seringkali mainan tradisional yang dibuat sendiri atau berasal dari benda-benda disekitar kehidupan anak akan lebih merangsang anak untuk kreatif. Keyakinan keluarga tentang moral dan budaya juga memengaruhi bagaimana anak dididik melalui permainan. Sementara lingkungan fisik sekitar rumah lebih banyak memengaruhi ruang gerak anak untuk melakukan aktifitas fisik dan motorik. Lingkungan rumah yang cukup luas untuk bermain memungkinkan anak mempunyai cukup ruang gerak untuk bermain, berjalan, mondar-mandir, berlari, melompat, dan bermain dengan teman sekelompoknya.

e. Alat dan Jenis Permainan yang Cocok

Orang tua harus bijaksana dalam memberikan alat permainan untuk anak. Pilih yang sesuai dengan tahapan tumbuh kembang anak. Label yang tertera pada mainan harus dibaca dulu sebelum membelinya, apakah mainan tersebut sesuai dengan usia anak. Alat permainan tidak selalu harus yang dibeli di toko atau mainan jadi tetapi lebih diutamakan yang dapat menstimulus imajinasi dan kreativitas anak, bahkan sering kali mainan tradisional yang dibuat sendiri atau berasal dari benda-benda disekitar kehidupan anak akan lebih merangsang anak untuk kreatif. alat permainan yang harus didorong,

ditarik dan dimanipulasi akan mengajarkan anak untuk dapat mengembangkan kemampuan koordinasi alat gerak. Permainan membantu anak untuk meningkatkan kemampuan dalam mengenal norma dan aturan serta interaksi sosial dengan orang lain.

Orang tua dan anak dapat memilih mainan bersama-sama, tetapi yang harus diingat bahwa alat permainan harus aman bagi anak. Oleh karena itu, orang tua harus membantu anak memilihkan mainan yang aman.

2.2.4 Klasifikasi Bermain

a. Berdasarkan Isi Permainan

1) *Social Affective Play*

Inti permainan ini adalah adanya hubungan intrapersonal yang menyenangkan antara anak dan orang lain. Misalnya, permainan “ciluk-ba”, berbicara sambil tersenyum/ tertawa, memberikan tangan kepada bayi untuk menggenggamnya.

2) *Sense Of Pleasure Play*

Permainan ini menggunakan alat yang dapat menimbulkan rasa senang pada anak dan biasanya mengasyikkan. Misalnya dengan menggunakan pasir, anak akan membuat gunung-gunungan atau benda-benda apa saja yang dapat dibentuknya dengan pasir. Ciri khas permainan ini adalah anak akan semakin lama semakin asyik bersentuhan dengan alat permainan ini dan dengan permainan yang dilakukannya sehingga susah dihentikan.

3) *Skill Play*

Sesuai dengan sebutannya, permainan ini akan meningkatkan keterampilan anak, khususnya motorik kasar dan halus. Misalnya, bayi akan terampil memegang benda-benda kecil, memindahkan benda dari satu tempat ke tempat lain, dan anak akan terampil naik sepeda. Jadi, keterampilan tersebut diperoleh melalui pengulangan kegiatan permainan yang dilakukan. Semakin sering melakukan latihan anak akan semakin terampil

4) *Games*

Adalah jenis permainan yang menggunakan alat tertentu yang menggunakan perhitungan dan/atau skor. Permainan ini bisa dilakukan oleh anak sendiri dan/atau dengan temannya. Banyak sekali jenis mainan ini mulai dari sifatnya tradisional maupun yang modern. Misalnya ular tangga, puzzle dll

5) *Unoccupied Behaviour*

Anak tidak memainkan alat permainan tertentu, namun anak terlihat mondar-mandir, tersenyum, tertawa dan membungkuk memainkan kursi atau apa saja yang ada di sekelilingnya. Anak tampak senang, gembira, dan asyik dengan situasi dan lingkungannya

6) *Dramatic Play*

Pada permainan ini anak memainkan peran sebagai orang lain melalui permainannya. Apabila anak bermain dengan temannya, akan terjadi percakapan diantara mereka tentang peran orang yang mereka tiru.

Permainan ini penting untuk proses identifikasi anak terhadap peran tertentu.

b. Berdasarkan karakter sosial

1) *Onlooker Play*

Pada jenis permainan ini anak hanya mengamati temannya yang sedang bermain, tanpa ada inisiatif untuk ikut berpartisipasi dalam permainan. Jadi, anak tersebut bersifat pasif, tetapi ada proses pengamatan terhadap permainan yang dilakukan temannya

2) *Solitary Play*

Pada permainan ini, anak tampak berada dalam kelompok permainan, tetapi anak bermain sendiri dengan alat permainan yang dimilikinya, dan alat permainan tersebut berbeda dengan alat permainan yang digunakan temannya, tidak ada kerja sama, ataupun komunikasi dengan teman sepermainannya

3) *Parallel Play*

Pada permainan ini, anak dapat menggunakan alat permainan yang sama, tetapi antara satu anak dengan anak lain tidak terjadi kontak satu sama lain sehingga antara sanak satu dengan anak lain tidak ada sosialisasi satu sama lain. Biasanya permainan ini dilakukan oleh anak usia toddler

4) *Associative Play*

Pada permainan ini sudah terjadi komunikasi antara satu anak dengan anak lain, tetapi tidak terorganisasi, tidak ada pemimpin atau yang memimpin permainan, dan tujuan permainan tidak jelas. Contoh

permainan jenis ini adalah bermain boneka, bermain hujan-hujan dan bermain masak-masakan

5) *Cooperative Play*

Aturan permainan dalam kelompok lebih jelas pada permainan jenis ini, juga tujuan dan pemimpin permainan. Anak yang memimpin permainan mengatur dan mengarahkan anggotanya untuk bertindak dalam permainan sesuai dengan tujuan yang diharapkan dalam permainan tersebut. Misalnya, pada permainan sepak bola, ada anak yang memimpin permainan, aturan main harus dijalankan oleh anak dan mereka harus dapat mencapai tujuan bersama, yaitu memenangkan permainan dengan memasukkan bola ke gawang lawan mainnya.

c. Berdasarkan Kelompok Usia Anak

1) Anak usia bayi

Permainan untuk anak usia bayi dibagi menjadi bayi usia 0-3 bulan, 4-6 bulan dan 7-9 bulan. karakteristik permainan anak usia bayi adalah *sense of pleasure play*

2) Anak usia toddler

Jenis permainan yang tepat dipilih untuk anak usia toddler adalah solitary play dan parallel play. Pada anak usia 1 sampai 2 tahun terlihat jelas anak melakukan permainan sendiri dengan mainannya sendiri, sedangkan pada usia lebih dari 2 tahun sampai 3 tahun, anak mulai dapat melakukan permainan secara parallel karena sudah dapat berkomunikasi dalam kelompoknya walaupun belum begitu jelas karena kemampuan

berbahasa belum begitu lancar. Jenis alat permainan yang tepat diberikan adalah boneka, kereta api, truk, sepeda rroda tiga, alat memasak alat menggambar, bola, pasir, tanah liat

3) Anak usia prasekolah

Sejalan dengan pertumbuhan dan perkembangannya, anak usia pra sekolah mempunyai kemampuan motorik kasar dan halus yang lebih matang daripada anak usia toddler. Anak sudah lebih aktif, kreatif dan imajinatif. Demikian juga kemampuan berbicara dan berhubungan sosial dengan temannya semakin meningkat. Oleh karena itu, jenis permainan yang sesuai adalah *associative play*, *dramatic play*, dan *skill play*. Anak melakukan permainan bersama-sama dengan temannya dengan komunikasi yang sesuai dengan kemampuan bahasanya. Anak juga sudah mampu memainkan peran orang tertentu yang diidentifikasinya, seperti ayah, ibu dan bapak atau ibu gurunya. Permainan yang menggunakan kemampuan motorik (*skill play*) banyak dipilih anak usia pra sekolah. Untuk itu, jenis alat permainan yang tepat diberikan pada anak, misalnya sepeda, mobil-mobilan, alat olahraga, berenang dan bermain balok-balok besar.

4) Anak usia sekolah

Karakteristik permainan untuk anak usia sekolah dibedakan menurut jenis kelaminnya. Anak laki-laki lebih tepat jika diberikan mainan jenis mekanik yang akan menstimulasi kemampuan kreativitasnya dalam berkreasi sebagai seorang laki-laki. Anak perempuan lebih tepat

diberikan permainan yang dapat menstimulasinya untuk mengembangkan perasaan, pemikiran, dan sikapnya dalam menjalankan peran sebagai seorang perempuan. Misalnya alat memasak dan boneka

5) Anak usia remaja

Remaja perlu mengisi kegiatan yang konstruktif, misalnya dengan melakukan permainan berbagai macam olahraga, mendengarkan dan/atau bermain musik serta melakukan kegiatan organisasi remaja yang positif seperti kelompok basket, sepak bola, karang taruna dan lain-lain. Prinsipnya, kegiatan bermain bagi anak remaja tidak hanya sekedar mencari kesenangan dan meningkatkan perkembangan fisioemosional, tetapi juga lebih kearah menyalurkan minat, bakat, dan aspirasi serta membantu remaja untuk menemukan identitas pribadinya. Untuk itu, alat permainan yang tepat bisa berupa berbagai macam alat olahraga, alat musik dan alat gambar atau lukis

2.3 Alat Permainan Edukatif

Merupakan permainan yang sifatnya mendidik biasa disebut dengan APE (Alat Permainan Edukatif) adalah alat permainan yang fungsinya dapat mengoptimalkan perkembangan anak, hal ini tentunya disesuaikan dengan tingkat usia dan perkembangannya. Gunanya adalah sebagai pengembangan aspek fisik, yaitu kegiatan-kegiatan yang dapat menunjang atau merangsang tingkat pertumbuhan anak,. Selain itu juga berfungsi sebagai pengembangan bahasa anak, dengan melatih berbicara menggunakan kalimat yang benar.

Menurut Soetjiningsih, 1995 dalam Nursalam 2008, Alat Permainan Edukatif (APE) adalah alat permainan yang dapat mengoptimalkan perkembangan anak sesuai usia dan perkembangannya serta berguna untuk pengembangan aspek fisik, bahasa, kognitif, dan sosial anak.

Syarat dari permainan ini adalah sebagai berikut:

- a. Aman, alat permainan anak dibawah usia 2 tahun tidak boleh terlalu kecil, warna catnya harus terang dan tidak boleh mengandung racun, tidak ada bagian-bagian yang mudah pecah. Karena pada umur ini anak mengenal benda disekitarnya dengan cara memegang, mencengkram dan memasukkan kedalam mulutnya.
- b. Ukuran dan berat APE harus sesuai dengan umur anak, jika ukurannya terlalu besar akan sukar dijangkau anak, sebaliknya jika terlalu kecil akan berbahaya karena dapat dengan mudah tertelan oleh anak. Sedangkan kalau APE terlalu berat, anak akan sulit untuk memindah-mindahkannya serta akan membahayakan apabila APE tersebut jatuh dan mengenai anak.
- c. Desainnya jelas, APE harus mempunyai ukuran-ukuran susunan dan warna tertentu serta jelas maksud dan tujuannya
- d. APE harus mempunyai fungsi untuk mengembangkan berbagai aspek perkembangan anak seperti motorik, bahasa, kecerdasan dan sosialisasi
- e. Harus dapat dimainkan dengan berbagai variasi, tetapi jangan terlalu sulit sehingga membuat anak frustrasi atau terlalu mudah sehingga membuat anak cepat bosan

- f. Walaupun sederhana harus tetap menarik perhatian, baik itu dari segi warna maupun bentuknya, bila bersuara maka suaranya harus jelas
- g. APE harus mudah untuk diterima oleh semua kebudayaan karena bentuknya yang sangat umum
- h. APE harus tidak mudah rusak, kalau ada bagian-bagian yang rusak harus mudah untuk diganti. Pemeliharaannya mudah, terbuat dari bahan yang mudah didapat dan harganya bisa dijangkau oleh masyarakat luas

(Adriana, 2013)

2.4 Konsep Dasar Stress

2.4.1 Pengertian

Stress merupakan akibat dari suatu kejadian maupun serangkaian pengalaman yang dimaknai negatif dan tidak dapat dihadapi atau dilalui oleh seorang anak/ individu. Kejadian atau pengalaman negatif tersebut sebagai suatu yang tidak menyenangkan atau menekan ditambah dengan ketidakmampuan anak untuk menghadapinya dengan kekuatan yang mereka miliki ketika mengalami kejadian tersebut dalam hidupnya (Ibung, 2008)

Stress adalah kondisi yang mengganggu proses tumbuh kembang seorang anak secara wajar dan sehat (Ibung, 2008). Aswi (2008) mengatakan stress adalah suatu kondisi dimana tubuh terganggu karena tekanan psikologi. Kondisi tersebut menyebabkan reaksi terhadap tubuh karena perubahan biologi dan kimia dalam tubuh.

Stress merupakan suatu keadaan yang dihasilkan oleh perubahan lingkungan yang diterima sebagai suatu hal yang menantang, mengancam, atau merusak terhadap keseimbangan atau ekuilibrium seseorang (Suddarth, 2002). Selye mendefinisikan stres sebagai respon tubuh yang sifatnya non spesifik terhadap setiap tuntutan beban atas diri seseorang (Hawari, 2003).

2.4.2 Gejala Stress pada Anak

Menurut Adiyanti (2006), gejala stress yang timbul pada anak dapat berupa gejala fisik, emosi, kognitif dan tingkah laku

a. Gejala Fisik

Biasanya ditandai dengan anak sering mengompol, sulit tidur, nafsu makan menurun, sakit perut, sakit kepala gagap dan sering mengalami mimpi buruk

b. Gejala emosi

Hal yang paling sering tampak adalah perasaan bosan bahkan pada

a hal-hal yang disukainya sebelumnya, keingintahuannya melemah, anak tidak partisipatif dalam kegiatan di rumah maupun di sekolah, sering marah-marah dan menangis, sering berbohong, bersikap kasar terhadap teman maupun terhadap anggota keluarga yang lain yang lebih kecil, seringkali melanggar bahkan membantah terhadap aturan-aturan serta seringkali bereaksi berlebihan terhadap masalah-masalah kecil

c. Gejala kognitif

Dapat berupa rasa malas, tidak dapat berkonsentrasi dengan baik, kesulitan menyelesaikan tugas yang diberikan, suka melamun dan menyendiri

d. Gejala tingkah laku

Merupakan gejala yang mudah dikenali perubahannya karena biasanya anak akan menunjukkan rasa tidak senang serta memusuhi, menunjukkan ketidakmampuan mengontrol emosi, keras kepala, suka membantah dengan kata-kata kasar, tempramen yang berubah ubah dan perubahan dalam pola tidur serta munculnya kebiasaan-kebiasaan baru seperti mengisap jempol, memutar-mutar rambut atau mencubit-cubit hidung

2.4.3 Penyebab Stress Pada Anak

a. Faktor Internal

Berkenaan dengan kemampuan fisik serta kesiapan mental anak dalam menghadapi hal-hal yang dapat membuat anak menjadi stress sehingga anak perlu dibekali kesiapan mental untuk menghadapi stress sejak kecil agar anak mampu menikmati kebahagiaan masa kecilnya.pada kondisi tertentu seperti lapar dan rasa sakit seringkali muncul amarah seorang anak menjadi uring-uringan dan marah-marah. Rasa lapar dan rasa sakit mendorong anak untuk membuatnya tidak mampu mengendalikan emosinya sehingga timbul keinginan negatif yang semakin tinggi. Tidak terpenuhinya keinginan akan makanan tertentu yang anak sukai atau rasa sakit yang tidak sengaja hilang dapat memicu anak semakin meledak-ledak karena daya tahannya menurun sehingga mudah mengalami stress (Adiyanti, 2006). Selain itu Cook dalam Agustianingsih, 2017 mengatakan bahwa Anak laki-laki cenderung lebih cepat dalam mengeksplorasi ruang baru dan kemampuan adaptasi sosial anak

laki-laki untuk membuat pertemanan juga lebih cepat dibandingkan anak perempuan. Anak pada usia prasekolah pada dasarnya mudah mengalami stress karena memiliki kesulitan untuk mengekspresikan emosi dasar. Rasa takut dan cemas yang berlebih membuat mereka mengembangkan stress. Anak yang berada pada usia awal prasekolah (3-4 tahun) akan cenderung mengalami stress yang lebih tinggi dibandingkan anak pada usia akhir prasekolah (5-6 tahun) karena kemampuan ekspresi emosi dasar anak usia prasekolah awal lebih rendah dibandingkan anak usia akhir prasekolah (Simon dalam Sulistyaningsih, 2014).

b. Faktor Eksternal

1) Orang tua dan keluarga

Hubungan antar anggota keluarga yang tidak harmonis, konflik dalam rumah tangga, perceraian, perselisihan, perubahan komposisi dalam keluarga bisa membuat anak-anak stress. Adanya tuntutan dari orang tua terhadap anak untuk menjadi yang terbaik atau berprestasi akademik tinggindapat membuat anak tertekan. Sikaporang tua yang suka melakukan labelling atau membanding-bandingkan anak dengan anak yang lain juga dapat menimbulkan stress (Adiyanti, 2006)

2) Lingkungan

Dunia anak adalah dunia bermain, namun dalam prakteknya lingkungan bermain pun dapat menimbulkan stress. Pertengkaran yang berlanjut menjadi permusuhan dapat membuat anak menjadi takut bermain di luar rumah serta enggan untuk berteman karena merasa dijahati dan stress

ketika anak merasa tidak mampu melawan. Tayangan televisi yang kurang mendidik, menonjolkan perilaku kekerasan juga merupakan faktor yang patut untuk diwaspadai karena memicu proses imitasi atau meniru serta berkembangnya emosi dan tingkah laku negatif seperti suka membentak, berkata kotor, bersikap kasar, takut, cemas dan cepat marah. Selain itu, kehilangan sesuatu yang berharga seperti mainan ataupun hewan peliharaan serta kehidupan sehari-hari yang cepat berubah serta tidak teratur bisa menyebabkan stress (Adiyanti, 2006)

2.4.4 Tahapan Stress

Menurut Holmes dan Rahe (1976) dalam Potter dan Perry (2006) menyebutkan bahwa stress dibagi menjadi:

a. Stress ringan

Merupakan stressor yang dihadapi oleh setiap orang secara teratur. Biasanya tidak menimbulkan kerusakan fisiologis kronis.

b. Stress sedang

Merupakan stress yang berlangsung lebih lama yang dialami oleh seseorang dari beberapa jam sampai beberapa hari. Tahap ini biasanya menyebabkan kerusakan fisiologis

c. Stress berat

Merupakan situasi kronis terjadinya stress yang dapat berlangsung beberapa minggu sampai dengan beberapa tahun

2.5 Alat Ukur Stress Pada Anak Pra Sekolah

2.5.1 *School Anxiety Scale-Teacher Report (SAS-TR)*

Merupakan salah satu instrumen atau alat ukur yang digunakan untuk menilai tingkat stress anak pra sekolah. *School Anxiety Scale-Teacher Report (SAS-TR)* ini dikembangkan oleh Lyneham, Street, Abbott dan Rapee (2008). *School Anxiety Scale-Teacher Report (SAS-TR)* dilengkapi dengan cara meminta bantuan guru/pengajar untuk mengikuti petunjuk pada lembar instrumen dan mengisinya sesuai dengan kondisi anak. Item pernyataan pada instrumen ini terdiri atas 16 item yang menggambarkan anak-anak. Pemberian nilai tiap item terdiri atas 0 jika item tersebut tidak pernah dialami anak, 1 jika item tersebut kadang-kadang dialami anak, 2 jika item tersebut sering dialami anak dan 3 apabila item tersebut selalu dialami anak. Komponen Observasi *School Anxiety Scale-Teacher Report (SAS-TR)* diantaranya adalah *Generalized Anxiety* merupakan tanda kecemasan umum yang ditandai dengan kekhawatiran yang terus-menerus dan berlebihan tentang sejumlah hal yang berbeda Adapun item observasi dalam instrumen ini terdapat pada item 1, 2, 4, 6, 11, 13, 14 dan *Social Anxiety* merupakan gangguan kecemasan yang dicirikan oleh sejumlah ketakutan yang signifikan dalam satu atau lebih situasi sosial, menyebabkan gangguan yang cukup besar dan gangguan kemampuan berfungsi setidaknya dalam beberapa bagian kehidupan sehari-hari. Adapun item observasi dalam instrumen ini terdapat pada item 3, 5, 7, 8, 9, 10, 12, 15, 16. Uji validitas dan reliabilitas dalam instrumen ini dilakukan pada 178 guru SD dengan jumlah 102 (57,30%) adalah perempuan, 76 (42,70%) adalah laki-laki yang membentuk estimasi 356 siswa

sekolah dasar di Turki. usia guru berkisar 25-44 tahun dan usia rata-rata peserta adalah 33,72 tahun didapatkan hasil Cronbach alpha koefisien konsistensi internal ditemukan sebagai 0,93 untuk seluruh skala, 0,87 untuk subdimensi kecemasan umum, 0,93 untuk subdimensi dari kecemasan sosial. Spearman-brown formula split-half koefisien reliabilitas adalah 0,88 untuk seluruh skala. Korelasi item-total berkisar 0,49-0,78. Sehingga dapat dikatakan *School Anxiety Scale-Teacher Report* (SAS-TR) merupakan alat ukur yang valid dan reliabel untuk tujuan mengukur tingkat kecemasan sekolah siswa

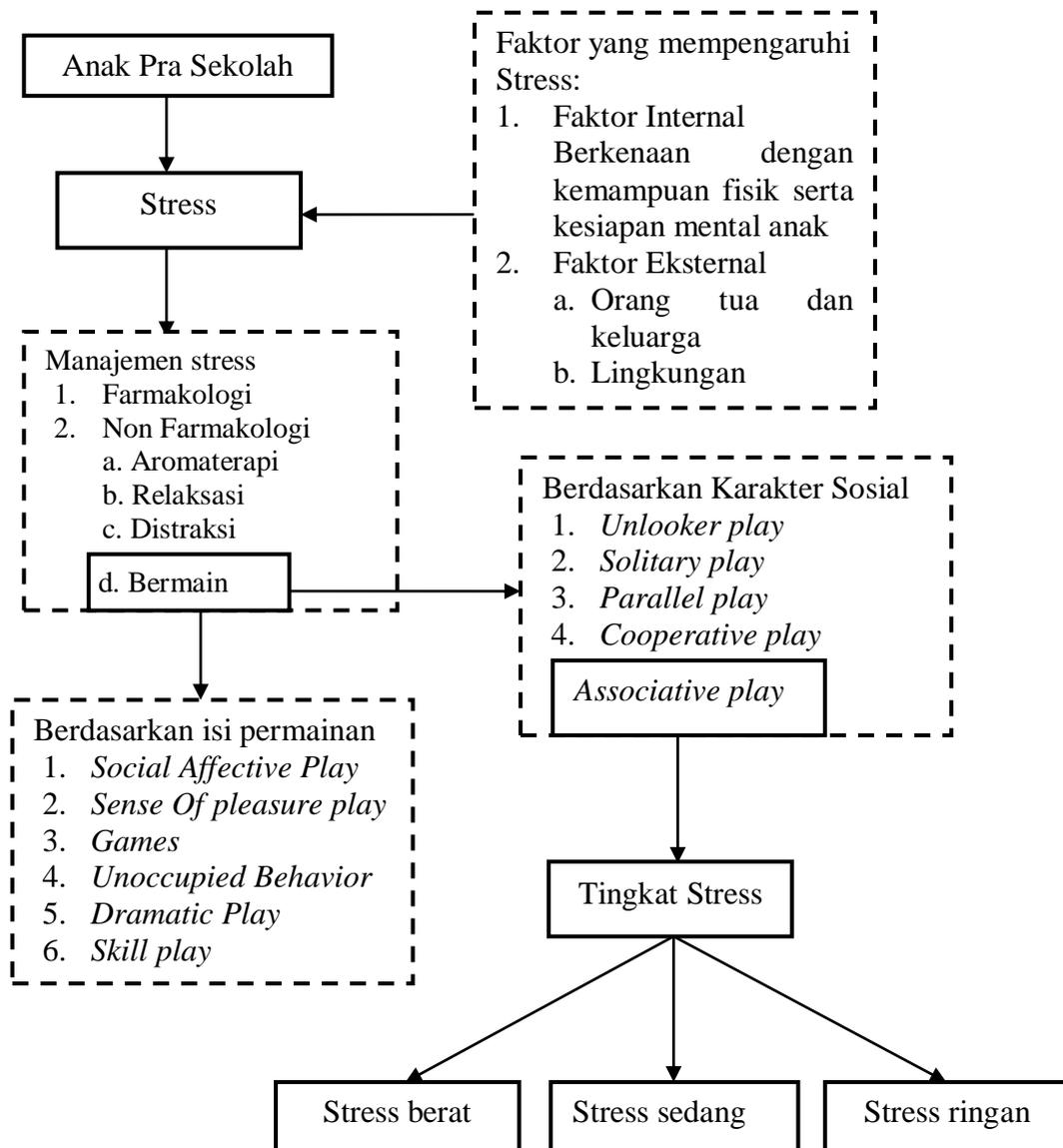
2.5.2 Pemberian Skor (Kategori Jenjang)

Kategorisasi ini bertujuan untuk menempatkan individu kedalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Dalam pengisian instrumen penelitian *School Anxiety Scale-Teacher Report* (SAS-TR) Skor maksimum yang didapatkan pada pengisian instrumen ini adalah 48. Hasil total item akan dibagi menjadi 3 kategori stress yaitu stres ringan jika skor <20 , stress sedang jika skor 20-28 dan stress berat jika skor ≥ 28 . Pemberian Kategori *School Anxiety Scale-Teacher Report* (SAS-TR) tersebut didasarkan pada Saifuddin, 2015 dengan rumus pembagian skor/kategori adalah sebagai berikut: kategori ringan $X < (\mu - 1,0\sigma)$, kategori sedang $(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$, kategori berat $(\mu + 1,0\sigma) \leq X$

2.6 Manajemen Stress

Istilah manajemen stres merujuk pada identifikasi dan analisis terhadap permasalahan yang terkait dengan stres dan aplikasi berbagai alat terapeutik untuk mengubah sumber stres atau pengalaman stres (Cotton dalam Intan 2012). Munandar (2001) mendefinisikan manajemen stres sebagai usaha untuk mencegah timbulnya stres, meningkatkan ambang stres dari individu dan menampung akibat fisiologikal dari stress. Beberapa manajemen stress yang dapat digunakan adalah dengan cara farmakologis yaitu penatalaksanaan stress dengan menggunakan obat-obatan yang tidak bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pasien sendiri untuk mengontrol stressnya, penatalaksanaan non farmakologis yaitu penatalaksanaan stress tanpa menggunakan obat-obatan contohnya adalah teknik distraksi, relaksasi dan dengan menggunakan aromaterapi. Distraksi adalah pengalihan perhatian dari hal yang menyebabkan nyeri contohnya adalah menyanyi, berdoa, menceritakan gambar, mendengar musik dan bermain satu permainan. Sedangkan relaksasi merupakan teknik pengendoran atau pelepasan ketegangan contohnya nafas dalam dan pelan.

2.7 Kerangka Konsep



Keterangan :

————— : Variabel yang diteliti

- - - - - : Variabel yang tidak diteliti

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Pengaruh *Associative Play* Terhadap Tingkat Stress Pada Anak Usia 3-5 Tahun

2.8 Hipotesis

H1: Ada pengaruh *associative play* terhadap tingkat stress pada anak usia 3 5 tahun