



Bermain Yuk, Nak!

Pelangi » Keluarga | Sabtu, 6 Maret 2010 18:33

Penulis : agus triningsih

Main? Siapa yang tidak suka? Mulai dari anak kecil hingga kakek nenek sekalipun pasti suka dengan aktifitas ini. Bermain adalah kegiatan yang membuat anak terlibat dalam aktifitas yang membuatnya aktif, bergerak, dan dapat mengeksplorasi banyak hal. Dengan bermain, anak akan aktif bergerak. Hal ini akan meningkatkan kesehatannya dan menjadi sarana yang menyenangkan untuk melatih anak terasah dalam kegiatan yang menuntut keterampilan fisik (misalnya : olahraga).

Bermain juga akan membuat anak belajar bermain peran dan bersosialisasi dengan orang lain. Ini bentuk latihan yang bagus untuk memasuki kehidupan sosial yang sebenarnya ada di masyarakat. Dan satu yang pasti, bermain adalah kegiatan yang menyenangkan dan sehat untuk anak.

Bagi anak-anak, bermain amat sangat penting! Dengan bermain, seorang anak akan dapat kesempatan berkembang lebih optimal. Bermain akan dapat membuatnya dapat mengekspresikan perasaan dan gagasan serta membuatnya masuk ke alam imajinasi tak terbatas. Imajinasi inilah yang membuatnya tertuntun untuk kreatif.

Bermain menjadi aktifitas penting yang perlu diperhatikan orangtua pada anak. Karena bermain selain merupakan kegemaran anak-anak, juga merupakan satu sarana penting bila kita ingin menjadi lebih cerdas bahkan lebih pintar. Karena berbagai riset menunjukkan, anak lebih mudah belajar, lebih mudah menyerap pelajaran, saat hati senang, diri mereka senang, dan konsep diri mereka positif.

Melarang anak bermain dan melampiaskan energinya sama dengan mengurangi haknya sebagai anak. Lagi pula, kurang bermain bisa membuat anak tak ceria dan tak percaya diri. Biasanya, kalau anak kurang bermain atau kurang bermain kelompok, ia akan minder, kurang supel, atau menjadi mudah sekali takut dengan teman-temannya. Anak yang cukup bermain akan memperlihatkan wajah yang lebih ceria dibanding anak yang sehari-hari hanya disuruh les ini-itu yang membuat mereka merasa tertekan. (Dwiana Maya A.S.Psi, dosen di Fakultas Psikologi UPI , Jakarta).

Peran Orangtua

Pertama, menyeleksi permainan mana yang cocok dan mencerdaskan. Mainan yang "sudah jadi" tak akan begitu merangsang anak berlatih berfikir. Karena itu, orangtua harus rajin mencari mainan yang sifatnya bongkar pasang dengan tetap menyesuaikan umurnya. Mainan yang belum jadi akan membuat anak berfikir tentang proses. Proses membuat rumah, mobil, dan sebagainya yang kini banyak terlewat karena orangtua lebih suka membelikan mobil-mobilan berbaterai yang tinggal dipencet "on-off"nya.

Kedua, orangtua harus mengintervensi permainan jika permainan itu merangsang agresivitas. Pisau yang berguna untuk bermain masak-masakan, misalnya bisa juga dipakai anak untuk melukai temannya. Tentu orangtua harus turun tangan untuk memberi tahu fungsi pisau itu.

Ketiga, orangtua juga bisa memasukkan nilai-nilai, termasuk nilai spiritual. Biasakan agar si anak berdo'a dulu sebelum bermain. Tanggung jawab bisa diajarkan dengan melatih si anak membereskan mainannya se usai bermain.

Nah, kesimpulannya, proses kreatif seseorang dimulai dari bermain. Semoga kita bisa sepakat untuk tidak membatasi anak-anak kita untuk bermain. Ketimbang waktu anak dihabiskan di depan TV atau dengan

game, akan sangat baik jika anak-anak bermain. Ingat waktu kita masih kecil dulu kan?

Referensi : Resensi dari majalah UMMI edisi spesial, 2008.

KotaSantri.com © 2002-2012