

## Teori Bermain Anak Usia Dini Menurut Para Ahli

Rini

IAI An-Nadwah Kuala Tungkal, Indonesia

Email: [ukhtirini16@gmail.com](mailto:ukhtirini16@gmail.com)

### Abstrak

Teori Bermain merupakan sekumpulan gagasan yang menjelaskan bagaimana bermain berhubungan dengan anak dan memperngaruhi perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak-anak. Anak usia dini adalah anak yang masa tumbuh kembangnya adalah dengan bermain. Dengan bermain anak akan merasa bahagia dalam menjalani kehidupannya. Dalam hal ini banyak sekali para ahli yang membahas tentang teori bermain Anak Usia Dini. Teori ini mencakup berbagai padangan dari para ahli seperti Jean Piaget, Jean Jacques Rousseau, Pestalozzi, John Dewey, Herberts Spencer, Moritz Lazarus, Erick Erikson, Sigmun Freud, Fredrich Wilhelm Froebel, Lev Vygotsky, Groos, Hall, Schaller, dan Ijublinskaja.

**Kata Kunci:** Teori Bermain; Para Ahli; Anak Usia Dini

### PENDAHULUAN

Usia dini merupakan awal yang paling penting dan dasar sepanjang rentang pertumbuhan serta perkembangan kehidupan manusia. Pada masa ini ditandai oleh berbagai periode penting yang fundamental dalam kehidupan anak selanjutnya sampai periode akhir perkembangannya. Salah satu periode yang menjadi iri masa usia dini adalah masa keemasan. Banyak konsep dan fakta yang ditemukan memberikan penjelasan periode keemasan pada anak usia dini, dimana semua potensi anak berkembang paling cepat. Beberapa konsepyang disandingkan untuk masa usia dini adalah masa eksplorasi, masa identifikasi/imitasi, masa peka, masa bermain dan masa membangkang tahap awal. Namun disisi lain anak usia dini berada pada masa kritis, yaitu masa keemasan anak tidak akan dapat diulang kembali pada masa-masa berikutnya, jika potensi saat usia dini tidak di stimulasi seara optimal dan maksimal pada usia dini tersebut. Dampak dari menstimulasinya berbagai potensi saat dunia emas, maka akan menghambat tahap perkembangan anak berikutnya. Jadi, usia emas hanya sekali dan tidak dapat diulang lagi<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Dadan Suryana, *Pendidikan Anak Usia Dini Teori dan Praktik Pembelajaran* (Jakarta: Kencana, 2021), 25.

Proses perkembangan yang terjadi pada anak usia dini merupakan perkembangan secara menyeluruh baik itu perkembangan sosial, fisik, emosional, intelektual serta bahasa<sup>2</sup>. Kegiatan yang paling penting dilakukan oleh anak, yaitu bermain, karena bagi anak bermain merupakan hal yang dianggap sama nilainya dengan bekerja dan belajar bagi orang dewasa.

Hal tersibuk yang dilakukan anak adalah kegiatan bermain. Setiap anak belajar melalui bermain. Seperti yang telah diketahui bahwa bermain merupakan dunia anak, melalui bermain anak akan mempelajari bermacam hal mengenai kehidupan. Anak sangat membutuhkan bermain dan permainan untuk tumbuh kembangnya.<sup>3</sup>

Bermain merupakan suatu hal yang dilakukan tanpa ada unsur paksaan, dilakukan dengan rasa senang dan gembira juga menjadi alat untuk menyalurkan energi yang berlebih pada anak. Anak yang bermain adalah anak yang sehat. Mereka melompat, berlari, memanjat tanpa memikirkan resiko melainkan mengikuti nalurinya untuk menyaluri rasa ingin tahu nya.

Selain itu bermain juga berguna untuk memberikan ruang untuk anak berimajinasi seperti bermain peran. Bermain peran dapat memunculkan ide, membangun kerja sama, bahkan bermain peran juga dapat mengembangkan kognisi anak melalui kreativitas, berfikir kritis memecahkan masalah atau keterampilan sosial lainnya.

Anak usia dini merupakan sosok yang unik dengan rasa ingin tahu yang tinggi. Rasa ingin tahu anak berkembang sejak anak mampu mengenal dunia dengan panainderanya. Rasa ingin tahu menjadi keistimewaan bagi anak untuk menemukan pengalaman baru. Semakin kaya pengalaman yang diperoleh akan semakin cepat anak-anak mampu untuk menyesuaikan dirinya dengan dunia sekitar. Sebagai keistimewaan, rasa ingin tahu bukan semata hanya untuk mengembangkan daya fikir anak, melainkan seluruh aspek pertumbuhan dan perkembangan anak-anak. Melalui rasa ingin tahu inilah anak mengetahui sesuatu dan bisa mengembangkan keterampilannya<sup>4</sup>.

Proses perkembangan yang terjadi pada anak usia dini merupakan perkembangan secara menyeluruh baik itu perkembangan sosial, fisik, emosional, intelektual serta bahasa. Sifat perkembangan yang ditunjukkan adalah sistematis, progresif dan

---

<sup>2</sup> Siti Nur Hayati dan Khamim Zarkasih Putro, "Bermain dan Permainan Anak Usia Dini," *GENERASI EMAS: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 4, no. 1 (2021): 53.

<sup>3</sup> Ibid

<sup>4</sup> Marwani dan Heru Kurniawan, *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2020), 4.

berkelanjutan. Perkembangan anak dapat berkembang secara optimal jika didukung dengan kesehatan fisik, gizi yang tercukupi dan mendapatkan pendidikan yang tepat.

Seluruh aspek perkembangan yang dimiliki anak usia dini meliputi aspek kognitif, aspek motorik baik itu motorik halus maupun kasar serta aspek sosial emosional. Kegiatan yang paling penting dilakukan oleh anak, yaitu bermain, karena bagi anak bermain merupakan hal yang dianggap sama nilainya dengan bekerja dan belajar bagi orang dewasa. Bermain dapat menjadi sarana untuk mengubah tenaga potensial dalam diri anak yang akan membentuk macam-macam penguasaan pada kehidupan yang akan datang.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian perpustakaan (*library research*) sebagai pendekatan utama. Metode ini dipilih karena fokus penelitian adalah pada kajian tentang pendapat para ahli tentang bagaimana teori bermain anak usia dini. Tujuan utama dari penelitian ini adalah membahas teori bermain anak usia dini dari berbagai pendapat para ahli.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menyeleksi sumber-sumber yang relevan berdasarkan kriteria validitas, keterbaharuan, dan kesesuaian topik. Peneliti memfokuskan pada pendapat-pendapat yang membahas tentang kajian teori bermain anak usia dini.

Data yang telah dikumpulkan dianalisis menggunakan analisis isi (*content analysis*), yang bertujuan untuk menggali makna, ide pokok, dan struktur pemikiran dari masing-masing sumber. Melalui teknik ini, peneliti mengidentifikasi teori-teori bermain anak yang dapat meningkatkan kualitas bermain anak usia dini.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### a. Jean Piaget

Teori ini memberikan penjelasan dan pemahaman terkait hubungan kognitif anak dengan tahap pertumbuhannya. Teori ini lebih menekankan pada perkembangan

intelektual anak, ia melakukan pengujian terhadap kegiatan bermain anak dengan perkembangan intelektualnya<sup>5</sup>.

**b. Jean Jacques Rousseau (1718)**

Bukunya *Du de 'eduation*, menggambarkan arah mendidik anak sejak lahir hingga remaja. Menurut Rousseau, Tuhan meniptakan segalanya dengan baik, adanya ampuh tangan manusia menjadikannya jahat. Rousseau menyarankan kembali ke alam atau “*back to nature*” dan pendekatan yang bersifat alamiah dalam pendidikan anak yaitu : “naturalisme”. Berarti pendidikan akan diperoleh dari alam, manusia atau benda, bersifat alamiah sehingga memungkinkan berkembangnya mutu, seperti kebahagiaan, sportifitas dan rasa ingin tahu. Dalam praktinya, naturalis menolak pakaian seragam, standarisasi keterampilan dasar yang minimum, dan sangat mendorong kebebasan anak dengan belajar<sup>6</sup>.

**c. Pestalozzi (1827)**

Dalam bukunya *Emile* ia sangat terkesan dengan *back to nature*. Ia mengintergrasikan kehidupan rumah, pendidikan voasional dan pendidikan baca tulis. Pestalozzi yakin segala bentuk pendidikan adalah melalui pana indra dan melalui pengalamannya potensi untuk dikembangkan. Belajar yang terbaik adalah mengenai beberapa konsep dengan panca indera. Ibu adalah seorang pahlawan dalam dunia pendidikan yang dilakukannya sejak awal kehidupan anak.<sup>7</sup>

**d. John Dewey (1952)**

Teori Dewey tentang sekolah adalah Progressivism” yang lebih menekankan pada anak dan minatnya daripada mata pelajarannya sendiri. Muncullah child centre curriculum dan child centered school. Progresivisme mempersiapkan anak masa kini dibanding masa depan yang belum jelas, seperti yang diungkapkan Dewey dalam bukunya *My Pedagogical Creed* bahwa pendidikan adalah proses dari kehidupan bukan persiapan masa yang akan datang.<sup>8</sup>

**e. Herbert Spencer**

Menurut Herbert Spencer (Catron & Allen, 1999) anak bermain karena mereka punya energi berlebih. Energi ini mendorong mereka untuk melakukan aktivitas sehingga

---

<sup>5</sup> Siti Hairiyah dan Mukhlis, *Alat Permainan Edukatif dalam Pengembangan Aspek-Aspek Perkembangan Anak Usia Dini* (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2025), 21.

<sup>6</sup> Lilis Madyawati, *Strategi Pengembangan Bahasa Pada Anak* (Jakarta: Kenana, 2017), 10.

<sup>7</sup> Ibid

<sup>8</sup> Ibid, 11

mereka terbebas dari perasaan tertekan. Hal ini berarti, tanpa bermain anak akan mengalami masalah serius karena energi mereka tidak tersalurkan.

Permainan merupakan kemungkinan penyaluran bagi manusia untuk melepaskan sisa-sisa energi. Karena manusia melalui evolusi mencapai suatu tingkatan yang tidak terlalu membutuhkan banyak energi untuk menutupi kebutuhan-kebutuhan hidup, maka kelebihan energinya harus disalurkan melalui cara yang sesuai, dalam hal ini permainan merupakan cara yang sebaik-baiknya. Bagi anak usia dini energi yang mereka miliki dalam bermain sangat besar, apabila energi ini tidak mereka keluarkan, maka anak-anak akan menjadi sedih, lesu, atau tidak bersemangat seakan-akan merasa selalu letih. Namun sebaliknya jika mereka telah mengelurkan energinya, mereka akan lebih bersemangat dan tidak mengenal letih ketika mereka mengeluarkan energinya.

### f. Moritz Lazarus

Menurut Moritz Lazarus, anak bermain karena mereka memerlukan penyegaran kembali atau mengembalikan energi yang habis digunakan untuk kegiatan rutin sehari-hari. Hal ini mengandung pengertian bahwa apabila tidak bermain anak akan menderita kelesuan akibat ketiadaan penyegaran<sup>9</sup>.

### g. Erick Erikson

Menurut Erikson (1963), bermain membantu anak mengembangkan rasa harga diri. Alasannya karena dengan bermain anak memperoleh kemampuan untuk menguasai tubuh mereka, menguasai dan memahami benda-benda, serta belajar keterampilan sosial. Anak bermain karena mereka berinteraksi guna belajar mengekspresikan pengetahuan. Bermain merupakan cara dan jalan anak berfikir dan menyelesaikan masalah. Anak bermain karena mereka membutuhkan pengalaman langsung dalam interaksi sosial agar mereka memperoleh dasar kehidupan sosial.<sup>10</sup>

### h. Sigmund Freud

Sigmund Freud (1920) melihat bermain dari kaca mata psikoanalitis. Dengan demikian, teorinya disebut teori bermain psikoanalisis. Menurutnya, bermain bagi anak merupakan suatu mekanisme untuk mengulang kembali peristiwa traumatis yang dialami sebelumnya sebagai upaya untuk memperbaiki atau menguasai pengalaman tersebut demi kekuasaan anak. Dengan demikian, Freud melihat bermain sebagai sarana melepaskan

---

<sup>9</sup> Rita Nofianti, *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini* (Tasikmalaya: EDU PUBLISHER, 2021), 137.

<sup>10</sup> Ibid, 18

kenangan dan perasaan yang menyakitkan. Hal ini berarti anak bermain karena mereka butuh melepaskan desakan emosi secara tepat<sup>11</sup>.

### i. Friedrich Wilhelm Froebel

Froebel terkenal dengan pendekatan dan ide-idenya yang berpusat pada anak yang kita kenal sekarang sebagai bermain bebas. Froebel percaya bahwa anak-anak membutuhkan pengalaman nyata dan akif secara fisik. Disinilah terdapat kaitan antara bermain dan belajar. Lagu dan ritme diperkenalkan dan menjadi stimulasi lanjutan. Froebel juga menunjukkan pentingnya permainan out-door dan alat main natural yang dieroleh dari lingkungan sekitar. Foreebel lalu mendirikan taman Kanak-Kanak yang kemudian banyak berengaruh terhadap teori-teorinya dikemudian hari.

Ada tiga prinsip dalam kegiatan belajar yang dietuskan oleh Froebel, yakni: Otoaktivitas, kebebasan,pengamatan dan peragaan. Otoaktivitas maksudnya adalah bahwa anak selalu didorong untuk melakukan banyak aktivitas. Dengan beragam aktivitas yang dilakukannya maka anak akan mendapatkan informasi dan pengetahuan yang beragam pula. Prinsip yang kedua adalah kebebasan atau kemerdekaan. Dalam melakukan ragam aktivitas, anak harus mendapat ruang kebebasan. Dengan perasaan mereka untuk beraktivitas, anak akan optimal mengeksplor seluruh potensi yang dimilikinya, tanpa takut dengan rasa bersalah, malu, ragu-ragu atau disalahkan. Prinsip berikutnya adalah bahwa belajar akan memperoleh maksimal jika dengan kegiatan mengamati objek seara langsung<sup>12</sup>.

### j. Lev Vygotsky

Teori pada Vygotsky menekankan pada hubungan sosial mempengaruhi perkembangan kognitif, hal ini dikarenakan anak mendapatkan pengetahuan pertama dari kehidupan sosialnya kemudian berkembang menjadi perkembangan kognitif. Melalui bermain anak akan berfikir dan menari ara untuk memecahkan masalah yang ada.

Bermain menurut Vygotsky (1969) merupakan sumber perkembangan anak, teruatma untuk aspek berfikir. Menurut Vygotsky, anak tidak serta merta menguasai pengalaman karena faktor kematangan, tetapi lebih karena adanya interaksi aktif dengan lingkungannya. Bermain dalam prespektif ini, menyediakan ruang bagi anak untuk mengonstruksi pengetahuan melalui interaksi aktif dengan berbagai aspek yang terlibat,

---

<sup>11</sup> Siti Hairiyah dan Mukhlis, *Alat Permainan Edukatif dalam Pengembangan Aspek-Aspek Perkembangan Anak Usia Dini* (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2025), 22.

<sup>12</sup> Nur Hamzah, *Pengembangan Sosial Anak Usia Dini* (Pontianak: IAIN Pontiakan Press, 2015), 13.

seperti peran dan fungsi. Anak adalah individu aktif, yang didalam proses bermain melibakan diri untuk membangun konsep-konsep yang dibutuhkan, seperti memahami bentuk benda, fungsi benda, karakteristik benda. Anak juga membangun konsep-konsep abstrak, seperti aturan, nilai-nilai tertentu, dan kultur<sup>13</sup>.

### k. Teori Groos

Groos membuat formulasi mengenai teori latihan. Menurutnya permainan harus dipandang sebagai fungsi-fungsi yang sangat penting dalam kehidupan dewasa nanti. Dengan begitu permainan anak-anak perempuan yang bermain dengan bonekanya dan memerankan diri sebagai layaknya seorang ibu yang sedang menjaga/mengasuh anaknya yang masih balita seperti berbiara kepada boneka tersebut, menggendong, memandikan, memakaikan baju dan memberinya makan serta menina bobokkannya. Perilaku ini merupakan latihan bagi perannya dikemudian hari untuk menjadi ibu sungguhan. Permainan ini terus mereka mainkan seara berulang-ulang bukan hanya sekali saja, sebab bermain merupakan suatu kebutuhan anak-anak. Dengan demikian, jenis permainan yang dimainkan oleh anak-anak ternyata memiliki andil yang sangat penting untuk mengembangkanperan mereka setelah dewasa nanti sesuai dengan peran gendernya<sup>14</sup>.

### I. Teori Hall

Hall yang banyak mendasari teorinya pada JJ Rousseau dan Darwin, memandang permainan berdasarkan teori rekaptulitasi yaitu sebagai ulangan bentuk-bentuk aktivitas yang dalam perkembangan jenis manusia pernah memegang perasan yang dominan. Menurut teori rekaptulitasi maka perkembangan individu (ontogenesa) adalah ulangan perkembangan jenins manusia (filogenesa). Menurut Hall permainan merupakan sisa-sisa periode perkembangan manusia waktu dulu tetapi yang sekarang perlu sebagai stadium transisi dalam perkembangan individu. Artinya permainan ialah merupakan warisan kebudayaan orang-orang yang terdahulu yang dimainkan dari generasi ke generasi hingga saat ini. Namun sejalan dengan perkembangan peradaban manusia yang semakin menuju dunia modernisasi, maka bentuk permainanpun mengalami pergeseran atau perubahan seara perlahan. Seperti permainan ongkak, jika orang terdahulu memainkan permainan ini dengan menggunakan bahan alam yang terdiri dari batu dan tanah yang dilubangisegbagai pekong untuk meletakkan batu-batu kerikil tersebut. Namun seiring

---

<sup>13</sup> Tesya Ahyani Kusuma, *Pengembangan Pembuatan APE Bagi Anak Usia Dini* (Jakarta: Kencana, 2021), 5.

<sup>14</sup> Khadijah, *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini* (Medan: Perdana Publishing, 2017), 22.

kemajuan zaman permainan ini tidak lagi dimainkan di tanah tetapi sudah menggunakan alat permainan siap saji.<sup>15</sup>

### m. Teori Schaller

Teori Schaller berpendapat bahwa permainan memberikan kelonggaran sesudah orang melakukan tugasnya dan sekaligus mempunyai sifat membersihkan. Permainan adalah sebaliknya daripada bekerja. Dalam hubungan dengan sifat pembersihannya tadi (katarsis). Schaller mengatakan bahwa bila orang inggris menderita karena jatuh inta, maka ia akan bermain tenis sebentar dan semuanya akan beres kembali. Artinya permainan dapat membuat seseorang bahagia dan senang sehingga dapat mengurangi kesedahan dan beban masalah yang sedang dihadapinya, dengan kata lain dapat menetralkan emosi negatif menjadi emosi positif.<sup>16</sup>

### n. Teori Ijublinskaja

Menurut teori Ljublinskaja permainan ialah sebagai erminan realitas, sebagai bentuk awal memperoleh pengetahuan. Dengan demikian permainan ditentukan oleh kebudayaan. Justru pendapat yang berprasangka kultural ini ingin dihindari dari penelitian empiris dan teoritis yang lebih baru. Selalu datang pertanyaan-pertanyaan yang jelas dalam penelitian permainan yaitu: a) apakah iri-iri dalam permainan, b) syarat-syarat apakah yang harus ada untuk dapat dikatakan permainan, dan )apakah akibatnya bila kita bermain atau justru tidak bermain. (EJ. Monks, dkk, 2002). Artinya bagi anak usia dini kegiatan bermain yang mereka lakukan sepanjang hari bukanlah sesuatu yang sia-sia atau membuang-buang waktu, tetapi melalui bermain anak mendapatkan pengetahuan baru, baik dari aspek fisik/motorik, bahasa, kognitif, sosial emosional, seni dan agama anak usia dini.<sup>17</sup>

## KESIMPULAN

Banyak sekali para ahli yang berpendapat bahwasanya Anak Usia Dini adalah anak yang pada usianya adalah masa-masa bermain. Bermain pada anak harus dengan pengawasan dan sesuai dengan tumbuh kembang anak. Anak usia dini adalah anak yang pada rentang usia 0-6 tahun dan juga disebut dengan masa keemasan. Pribadinya yang unik membuat mereka selalu mempunyai energi yang hebat dalam hal bermain. Jika

---

<sup>15</sup> Ibid, hlm 23

<sup>16</sup> Ibid, hlm 24

<sup>17</sup> Ibid, hlm 26

keinginan bermain anak tersalurkan, maka mereka akan merasa bahagia. Sebaliknya jika keinginan bermain anak tidak tersalurkan maka ia akan menjadi lesu dan tidak bersemangat.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahyani Kusuma, Tesya. *Pengembangan Pembuatan APE Bagi Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana, 2021.
- Hairiyah, Siti, dan Mukhlis. *Alat Permainan Edukatif dalam Pengembangan Aspek-Aspek Perkembangan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: CV Budi Utama, 2025.
- Hairiyah, Siti, dan Mukhlis. *Alat Permainan Edukatif dalam Pengembangan Aspek-Aspek Perkembangan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: CV Budi Utama, 2025.
- Hamzah, Nur. *Pengembangan Sosial Anak Usia Dini*. Pontianak: IAIN Pontiakan Press, 2015.
- Khadijah. *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*. Medan: Perdana Publishing, 2017.
- Madyawati, Lilis. *Strategi Pengembangan Bahasa Pada Anak*. Jakarta: Kenana, 2017.
- Marwani, dan Heru Kurniawan. *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2020.
- Nofianti, Rita. *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Tasikmalaya: EDU PUBLISHER, 2021.
- Nur Hayati, Siti, dan Khamim Zarkasih Putro. “Bermain dan Permainan Anak Usia Dini.” *GENERASI EMAS: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 4, no. 1 (2021).
- Suryana, Dadan. *Pendidikan Anak Usia Dini Teori dan Praktik Pembelajaran*. Jakarta: Kencana, 2021.