

Hubungan Durasi Waktu Bermain *Make-Believe Play* dengan Kemampuan Menunda Kepuasan Pada Anak Prasekolah

Sofia Nurinawati

Dibimbing oleh : Dra. Marisa Fransiska Moeliono, M.Pd

ABSTRAK

Pada anak prasekolah kemampuan regulasi diri dapat dilihat dari kemampuan menunda kepuasan. Kemampuan menunda kepuasan pada anak prasekolah bisa menjadi prediksi kompetensi akademis dan sosial di kemudian hari. Terdapat studi yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara durasi waktu bermain *make-believe play* dengan kemampuan menunda kepuasan pada anak prasekolah. Anak yang menghabiskan waktu lebih lama dengan bermain *make-believe play* mampu untuk menunda kepuasan lebih lama dibandingkan dengan yang jarang bermain *make-believe play* (Cemore & Herwig, 2005).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara durasi waktu bermain *make-believe play* dengan kemampuan menunda kepuasan pada anak pra-sekolah. Jumlah partisipan sebanyak 30 pasang anak usia prasekolah dengan ibunya. Alat ukur yang digunakan adalah prosedur kemampuan menunda kepuasan yang diadaptasi dari Jacobsen et al. (1997) dan jadwal harian bermain anak yang diisi selama 7 hari dari pukul 13.00-19.00.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara *make-believe play* dengan kemampuan menunda kepuasan pada anak pra-sekolah dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,067. Rata-rata durasi waktu bermain *make-believe play* pada partisipan yang tidak mampu menunda kepuasan lebih tinggi dibandingkan dengan partisipan yang mampu menunda kepuasan. Sebagian besar partisipan penelitian ini termasuk ke dalam kategori mampu menunda kepuasan sebanyak 21 partisipan (70%).

Kata kunci : *make-believe play*, kemampuan menunda kepuasan, anak prasekolah.

PENDAHULUAN

Self-regulation merupakan kompetensi penting yang mendasari perilaku sadar, disengaja, dan bijaksana dari anak maupun orang dewasa. Istilah *self-regulation* mengacu pada kapasitas untuk mengontrol impuls seseorang, baik untuk berhenti melakukan sesuatu, jika diperlukan (bahkan jika seseorang ingin terus melakukannya) dan mulai melakukan sesuatu, jika diperlukan (bahkan jika

seseorang tidak ingin melakukannya). Anak yang memiliki *self-regulation* bisa menunda kepuasan dan menekan impuls mereka cukup lama untuk berpikir ke depan memikirkan konsekuensi dari tindakan mereka atau untuk mempertimbangkan tindakan alternatif yang lebih tepat. Kemampuan menunda kepuasan sering dipandang sebagai bagian dari pusat *self-regulation* awal pada anak

(Mischel, Shoda, & Rodriguez, 1989), sehingga untuk meneliti proses regulasi diri pada periode awal perkembangan ketika bentuk *self-regulation* mulai berkembang dan khususnya terlihat digunakanlah paradigma menunggu dan variasinya untuk menilai kapasitas anak-anak prasekolah untuk menunda kepuasan (Mischel & Ayduk, 2011).

Kemampuan menunda kepuasan atau *Delay of Gratification* dalam istilah psikologi adalah kemampuan untuk menunda kepuasan secara langsung dengan tujuan mendapatkan hasil yang lebih berharga, tapi pada waktu yang ditangguhkan (Mischel, Shoda, & Rodriguez, 1989). Kemampuan menunda kepuasan memiliki manfaat bagi kehidupan anak di kemudian hari sebagai berikut;

- Anak prasekolah yang memiliki kemampuan menunda kepuasan lebih mampu mengatasi frustrasi, menolak bujukan, serta secara akademis dan sosial lebih kompeten dibandingkan dengan teman sebayanya ketika remaja. (Mischel, 1989)
- Menurut orangtua, anak yang memiliki kemampuan menunda kepuasan lebih mampu mengekspresikan ide-idenya; berargumen dan merespon argumen; penuh perhatian dan mampu berkonsentrasi; merencanakan dan berpikir ke depan; serta kompeten dan terampil. Selain itu, anak juga mampu mengatasi stres secara lebih matang dan lebih percaya diri. (Mischel, 1989)

- Anak usia empat tahun yang menunjukkan kemampuan menunda kepuasan lebih baik cenderung mengikuti arahan guru mereka pada usia 6 tahun dan menjadi siswa yang baik di sekolah menengah dan tinggi. (Bodrova dan Leong 2005).

Dilihat dari penelitian-penelitian diatas kemampuan menunda kepuasan memiliki peran yang sangat penting bagi kehidupan anak di masa yang akan datang. Dalam pengembangan *self-regulation* untuk anak-anak pra-sekolah, bermain menjadi kegiatan pertama di mana anak-anak didorong bukan oleh kebutuhan untuk kepuasan yang instan melainkan oleh kebutuhan untuk menekan impuls langsung mereka (Bodrova, 2008).

Bermain merupakan kegiatan yang bertujuan untuk memperoleh kesenangan. Kegiatan bermain adalah kegiatan yang dilakukan oleh anak-anak atau dikatakan oleh Papalia et al (2001) bahwa bermain adalah “bekerjanya” anak-anak yang mempunyai kontribusi terhadap keseluruhan domain-domain perkembangannya. Dalam tahap perkembangan bermain anak (Jean Piaget, 1962) terdapat 4 tahapan bermain yaitu *sensory motor play*, *symbolic play* atau *make-believe play*, *social play games with rules*, dan *games with rules and sports*. Pada anak usia pra-sekolah yang sedang berada pada tahap pre-operasional tahap bermain yang sedang dilakukan adalah *symbolic play* atau *make-believe play*.

Make-believe play adalah anak yang mengambil peran dan ia berpura-pura sebagai orang lain. (Smilansky & Shefatya, 1990 dalam Cemore, 2005). Kegiatan bermain pura-pura atau *make-*

believe play dimana anak menirukan kegiatan orang yang pernah dijumpainya dalam kehidupan sehari-hari. Anak juga dapat melakukan peran imajinatif memainkan peran tokoh yang ada di dalam dongeng atau film kartun. Misalnya: main rumah-rumahan, polisi dan penjahat, menjadi *batman* atau *superman*. Penelitian lain telah menemukan bahwa anak-anak yang terlibat lebih dalam bermain berpura-pura memiliki kesuksesan yang lebih besar dalam percakapan, pemahaman emosional, kreativitas, pemecahan masalah dan berpikir (De Kroon, Kyte, & Johnson 2002; Lloyd & Howe, 2003; Russ & Kaugers 2001 ; Russ, Robins, & Christiano, 1999; Seja & Russ, 1999; Wyver & Spence, 1999 dalam Cemore dan Herwig, 2005).

Sebuah penelitian korelasional yang dilakukan oleh Cemore & Herwig, 2005 kepada 39 partisipan anak berusia 3 sampai 5 tahun menggunakan konsep *delay of gratification* (Mischel, 1974) dan konsep bermain *make-believe play* yang didapatkan dari hasil kuesioner guru, interview kepada ibu, interview kepada anak dan observasi naturalistik di dalam kelas mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara bermain *make-believe play* dirumah dengan *delay of gratification* (kemampuan menunda kepuasan). Anak yang sering bermain *make-believe play* dirumah mampu untuk menunda kepuasan lebih lama jika dibandingkan dengan anak yang tidak bermain *make-believe play*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara durasi waktu bermain *make-believe play* dengan kemampuan menunda kepuasan pada anak pra-sekolah.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan non-eksperimental kuantitatif (Christensen, 2007) dengan menggunakan metode studi korelasional.

Partisipan

Dalam penelitian ini partisipan penelitian terdiri dari 30 partisipan yang merupakan pasangan anak usia pra-sekolah dan ibunya yang berada di daerah Jatimangrove. Dengan karakteristik partisipan sebagai berikut:

Karakteristik anak :

- a. Anak usia 4-6 tahun
- b. Anak sudah sarapan dan tidak merasa lapar (akan ditanyakan dengan menggunakan form dan pilihan jawaban menggunakan *smiley* atau gambar)
- c. Anak tidak keberatan ditinggal sendiri di dalam ruangan

Karakteristik ibu:

- a. Ibu dari anak yang mengikuti penelitian kemampuan menunda kepuasan
- b. Ibu yang bersedia mengisi jadwal harian bermain anak.

Pengukuran

Variabel *make-believe play* diukur menggunakan jadwal harian bermain anak yang diisi oleh ibunya, diisi selama 7 hari dari pukul 13.00-19.00, jadwal bermain harian anak ini berisi durasi waktu bermain *make-believe play*, jenis permainan apa yang dimainkan, peran apa yang dimainkan dan dengan siapa anak bermain.

Variabel kemampuan menunda kepuasan diukur menggunakan prosedur penelitian kemampuan menunda kepuasan yang diadaptasi dari penelitian Jacobsen et al (1997).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan antara durasi waktu bermain *make-believe play* dengan kemampuan menunda kepuasan pada anak prasekolah. Dengan nilai koefisien korelasi -0,067.

Berdasarkan hasil pengambilan data kemampuan menunda kepuasan dari 30 partisipan yang berhasil diambil data *make-believe play* nya, sebagian besar partisipan bisa menunda kepuasan sebanyak 21 partisipan (70%) sedangkan yang tidak bisa menunda kepuasan sebanyak 9 partisipan (30%).

Dari 30 partisipan penelitian rata-rata durasi waktu bermain *make-believe play* yang diperoleh adalah 10.520 detik. Jika dilihat sesuai dengan kategori kemampuan menunda kepuasan pada partisipan yang mampu menunda kepuasan rata-rata durasi waktu bermain *make-believe play* adalah 10.342,86 detik sedangkan pada partisipan yang tidak mampu menunda kepuasan adalah 10.933,33 detik. Rata-rata durasi waktu bermain pada partisipan yang tidak mampu menunda kepuasan lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata durasi waktu bermain *make-believe play* pada partisipan yang mampu menunda kepuasan.

Rata-rata usia partisipan yang mampu menunda kepuasan adalah 68,9 bulan sedangkan pada partisipan yang

tidak mampu menunda kepuasan adalah 67,22 bulan. Usia partisipan yang mampu menunda kepuasan lebih tinggi jika dibandingkan dengan usia partisipan yang tidak mampu menunda kepuasan.

Berdasarkan jenis-jenis permainan yang diperoleh dari pengisian jadwal bermain harian anak, pada partisipan yang mampu menunda kepuasan permainan dokter-dokteran, pasar-pasaran, dan sekolah sekolahan merupakan permainan yang paling sering dimainkan dengan jumlah partisipan masing-masing sebanyak 11 partisipan. Sedangkan pada partisipan yang tidak mampu menunda kepuasan permainan dokter-dokteran dan pasar-pasaran yang paling sering dimainkan dengan jumlah 6 partisipan yang bermain dokter-dokteran dan 4 partisipan yang bermain pasar-pasaran.

Dari 30 partisipan yang mengikuti penelitian ini terbagi menjadi dua kategori dalam kemampuan menunda kepuasan yaitu 21 partisipan yang bisa menunda kepuasan dan 9 partisipan yang tidak bisa menunda kepuasan. Dari 21 partisipan yang bisa menunda kepuasan memperlihatkan 11 jenis perilaku dimana memainkan kursi dan meja diruangan serta berjalan-jalan di ruangan penelitian merupakan perilaku yang paling banyak dimunculkan masing-masing oleh 8 partisipan (38,10%). Dari 9 partisipan yang tidak bisa menunda kepuasan hanya memperlihatkan 7 jenis perilaku saja dimana perilaku memalingkan wajah dari stimulus makanan dan berbicara sendiri merupakan perilaku yang paling banyak ditampilkan masing-masing oleh 5 partisipan (55,55%).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan, tidak terdapat

hubungan antara durasi waktu bermain *make-believe play* dengan kemampuan menunda kepuasan pada anak usia pra-sekolah. Dengan demikian, semakin lama anak bermain *make-believe play* tidak berhubungan dengan semakin lama ia mampu menunda kepuasan.

Dilihat dari rata-rata durasi waktu bermain *make-believe play* dengan kemampuan menunda kepuasan, pada partisipan yang tidak mampu menunda kepuasan memiliki rata-rata durasi waktu yang lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata durasi waktu pada partisipan yang mampu menunda kepuasan. Menurut Cemore & Herwig, 2005 semakin lama anak bermain *make-believe play* dirumah maka akan semakin lama ia mampu menunda kepuasannya. Vygotsky (1966) bermain secara terus menerus menuntut anak untuk melawan keinginan langsung. Konflik internal terus-menerus terjadi selama bermain. Anak harus berjuang dengan pilihan bermain dengan aturan atau melakukan apa yang akan dia lakukan jika ia akan beraksi secara spontan. Pada penelitian ini, hasilnya berbeda bisa dilihat pada partisipan yang mampu menunda kepuasan ternyata rata-rata waktu bermain *make-believe* lebih sedikit dibandingkan dengan yang tidak mampu menunda kepuasan. Kemampuan menunda kepuasan yang terjadi mungkin bisa dipengaruhi oleh faktor-faktor lain selain *make-believe play*.

Kemampuan menunda kepuasan adalah kemampuan untuk menunda kepuasan langsung dengan tujuan mendapatkan hasil yang lebih berharga, tapi pada waktu yang ditangguhkan (Mischel, Shoda, Rodriguez, 1989). Dari 30 partisipan penelitian, diperoleh hasil

sebanyak 21 partisipan mampu menunda kepuasan dan 9 partisipan tidak mampu menunda kepuasan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan mampu menunda kepuasan selama 900 detik. Dilihat dari rata-rata usia setiap kategori kemampuan menunda kepuasan, partisipan yang mampu menunda kepuasan memiliki rata-rata usia yang lebih tinggi. Hal tersebut sesuai dengan yang diungkapkan oleh Jones, Rothbart, & Posner (2003) bahwa anak yang lebih muda cenderung memiliki kemampuan menunda kepuasan lebih rendah dari pada anak yang lebih tua, hal ini disebabkan karena kemampuan menunda kepuasan akan berkembang seiring dengan bertambahnya usia anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Berk, Laura E., Mann, Trisha D., Ogan, Amy T. Make-Believe Play: Wellspring for Development of Self-Regulation. Illinois State University.
- Bodrova, Elena; Germeroth, Carrie; Leong, Debora J. 2005. Play and Self regulation: uulesson from Vygotsky. *American Journal of Play*, volume 6, number 1, © The Strong
- Cemore, Joanna j. 2005. What is make-believe play?: preschool teachers' perspectives. Iowa State University.
- _____, Joanna J; Herwig, Joan E. 2005. Delay of Gratification and Make-Believe Play of Preschoolers. *Journal of Research in Childhood Education: ProQuest Research Library*. p. 251
- Christensen, B. Larry.2007. Experimental Methodology-10th Edition. United States of America : Pearson
- Duvall, M. Evelyn. 1977. Marriage and Family Developmental. New York: J.B Lippincott Company.
- Iswinarti. 2015. Permainan Anak Prasekolah di Perkotaan, Pedesaan, dan Perumahan. Seminar Psikologi & Kemanusiaan © 2015 Psychology Forum UMM. P.506-518
- Jacobsen, T., Huss, M., Fendrich, M., Kruesi, M. J. P., & Ziegenhahn, U. (1997). *Children's ability to delay gratification: Longitudinal relations to mother-child attachment*. *Journal of Genetic Psychology*, 158, 411-426.
- Mischel, Walter; Shoda, Yuichi; Rodriguez, L. Monica. 1989. Delay of Gratification in Children. *Science, New Series*, Vol.244, No. 4907
- _____, Walter; Metchalfe, Janet. 1999. A Hot/Cool-System Analysis of Delay og Gratification: Dynamics of Willpower. *Psychology Review* Vol. 106, No.1, 3-19. Columbia University.
- _____, Walter; Ayduk, Ozlem. 2004. Willpower in a Cognitive-Affective Processing System. *Handbook of Self-Regulation; Research, Theory an Applications*. New York: Guilford Press.
- Laura E. Berk, Trisha D. Mann, and Amy T. Ogan. *Make-believe play: Wellspring for Development of Self-Regulation*. Illinois State University
- Liliard, A.S., Lerner, M.D., Hopkins, E.J., Dore, R.A., Smith, E.D., & Palmquist, C.M. (2013). The impact of pretend play on children's development: A review of evidence. *Psychological Bulletin*, 139, (1), 1-34.
- Papalia, D.E; Old, S.W; Feldman, R.D. (2001). *Human Development*. Boston; Mc.Graw Hill.
- Santrock, John W. (2011). *Child Development; Thirteenth Edition*. Texas: Mc-Graw Hill
- Scarlett. 2004. Play in early childhood: The Golden Age of Make-Believe. p.51-72
- Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito
- Tedjasaputra, S. Mayke. 2001. *Bermain, Mainan, dan Permainan*. Jakarta: Grasindo
- Tools of the mind. Diakses dari <http://www.toolsofthemind.org/philosophy/self-regulation/#top> pada 18 Juni 2015.
- Yunisucipto. 2014. Paud dan Manajemen Pendidikan. Diakses dari <https://yunisucipto.wordpress.com/2014/02/24/ini-dia-manfaat-bermain-pura-pura-make-believe-play/> pada 17 Juni 2015.
- Zayas, Vivian; Mischel, Walter; and Pandey, Gayathri. 2014. Mind and Brain in Delay of Gratification. © 2014 American Psychological Association