

MODUL STIMULASI KREATIVITAS ANAK PRA SEKOLAH



Tim Penyusun:

Zulaihah
Lilik Mujiati
Eka Diah Kartiningrum
Nur Hidayati Hamidah
Dhonna Anggreni
Indah Wahyuni
Dwi Nur Ahadah
Widy Setyowati
Anni Latifah



**Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto
2019**

MODUL STIMULASI KREATIVITAS ANAK PRA SEKOLAH

Penulis:

Zulaihah

Lilik Mujiati

Eka Diah Kartiningrum

Nur Hidayati Hamidah

Dhonna Anggreni

Indah Wahyuni

Dwi Nur Ahadah

Widy Setyowati

Anni Latifah

No. ISBN. 978-602-53485-4-9

Editor:

Dr. Rufaatul Laila Mahmudah, M.Farm.Klin., Apt.

Penyunting:

Dr. Henry Sudiyanto, S.Kp., M.Kes

Desain Sampul dan Tata Letak:

Widya Puspitasari, AMd

Penerbit:

STIKes Majapahit Mojokerto

Redaksi:

Jalan Raya Jabon Km 02 Mojoanyar Mojokerto

Telp. 0321 329915

Fax. 0321 329915

Email: mojokertostikesmajapahit@gmail.com

Distributor Tunggal:

STIKes Majapahit Mojokerto

Jalan Raya Jabon Km 02 Mojoanyar Mojokerto

Telp. 0321 329915

Fax. 0321 329915

Email: mojokertostikesmajapahit@gmail.com

Cetakan pertama, Oktober 2019

Hak Cipta Dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun tanpa ijin tertulis dari penerbit

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Alloh SWT karena buku ini selesai disusun. Buku ini disusun untuk membantu para mahasiswa dalam mempelajari konsep anak prasekolah dan berbagai macam metode yang bisa digunakan untuk meningkatkan kreativitas anak prasekolah.

Terimakasih kami sampaikan kepada Ditjen Penguatan Riset Dan Pengembangan, DRPM Kementerian Riset, Teknologi, Dan Pendidikan Tinggi yang telah memberikan kesempatan pada penulis untuk mendapatkan Hibah Pengabdian Masyarakat Stimulus tahun anggaran 2018/2019. Ucapan terimakasih juga penulis sampaikan untuk semua pihak yang membantu terselesaikannya buku ini

Penulis menyadari dalam penyusunan buku ini masih terdapat kekurangan, oleh sebab itu guna penyempurnaan buku ini kritik dan saran dari pembaca sangat penulis nantikan. Semoga buku ini dapat memberi manfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Mojokerto, Oktober 2019

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman sampul	li
Kata Pengantar	iv
Daftar Isi	v
BAB 1 KONSEP ANAK USIA PRASEKOLAH	1
<i>Lilik Mujiati Dan Zulaihah</i>	
a. Definisi Anak Usia Prasekolah	1
b. Perkembangan Fisik Anak usia Prasekolah	2
c. Perkembangan Intelektual	3
d. Perkembangan Emosional	4
e. Perkembangan Bahasa	6
f. Perkembangan Sosial	7
g. Perkembangan Motorik Halus	8
h. Perkembangan Motorik Kasar	10
i. Karakteristik Anak Prasekolah	10
BAB 2 KONSEP KREATIVITAS	13
<i>Dhonna Anggreni dan Indah Wahyuni</i>	
a. Definisi Kreativitas	13
b. Macam Strategi pengembangan Kreativitas	13
c. Fase-Fase Kreativitas	15
d. Ciri-Ciri Kreativitas	16
e. Faktor Pendukung Kreativitas	18
f. Faktor yang Mempengaruhi Munculnya Kreativitas	24
g. Faktor Penghambat Kreativitas	27
a. Cara Skoring dan Skala Kreativitas	28
BAB 3 KONSEP TERAPI MUSIK	31
<i>Eka Diah Kartiningrum</i>	
a. Konsep Bermain Musik	31
b. Macam – Macam Permainan	36
c. Jenis Permainan Musik	37

d. Definisi Terapi Musik	44
e. Manfaat Terapi Musik	52
f. Macam-Macam Terapi Musik	61

BAB 4 SATUAN ACARA KEGIATAN 78

PEMBERIAN TERAPI MUSIK PADA SAAT PEMBELAJARAN ANAK USIA DINI

Dwi Nur Ahadah dan Widy Setyowati

a. Tujuan Instruksional Umum	78
b. Tujuan Instruksional Khusus	78
c. Bahan	79
d. Alat	79
e. Fisilitator	79
f. Pelaksanaan	80

BAB 5 STIMULASI BERMAIN 83

Nur Hidayati Hamidah dan Anni Latifah

a. Pengertian Bermain	83
b. Pengertian Terapi Bermain Kelompok	83
c. Manfaat Bermain	84
d. Jenis Permainan Untuk Anak	91
e. Jenis Permainan Aktif Untuk Meningkatkan Sosialisasi anak	91
f. Fungsi Bermain Pada Anak	95
g. Variasi Dan Keseimbangan Dalam Aktivitas Bermain	98
h. Klasifikasi Bermain	100
i. Jenis Alat Permainan Berdasarkan Kelompok Umur	103
j. Cara Menolong Anak Untuk Bermain	105
Daftar Pustaka	107
Glosarium	110
Biodata Penulis	112

BAB 1 KONSEP ANAK USIA PRASEKOLAH

Lilik Mujiati Dan Zulaihah

a. Definisi Anak Usia Prasekolah

Anak usia prasekolah adalah merupakan fase perkembangan individu sekitar 2-6 tahun, ketika anak mulai memiliki kesadaran tentang dirinya sebagai pria atau wanita, dapat mengatur diri dalam buang air, dan mengenal beberapa hal yang dianggap berbahaya (Yusuf, 2011).

Pada masa ini, anak sudah mulai berkenalan dengan lingkungan di luar rumah. Ia mulai senang bermain di luar rumah dan memiliki teman. Pada masa ini anak dipersiapkan untuk sekolah, maka seluruh panca indera dan penerima rangsangan serta proses memori anak harus sudah siap, sehingga anak mampu belajar dengan baik (Nirwana, 2011).

Masa usia prasekolah ini dapat diperinci lagi menjadi dua masa, yaitu masa vital dan masa estetik (Dahlan, 2011).

1) Masa Vital

Pada masa ini, individu menggunakan fungsi-fungsi biologis untuk menemukan berbagai hal dalam dunianya. Untuk masa belajar, Freud menamakan tahun pertama dalam kehidupan individu itu sebagai masa oral (mulut), pada tahun kedua anak telah belajar berjalan.

2) Masa Estetik

Pada masa ini dianggap sebagai masa perkembangan rasa keindahan. Kata estetik di sini dalam arti bahwa pada masa ini, perkembangan anak yang terutama adalah fungsi panca inderanya.

b. Perkembangan Fisik Anak usia Prasekolah

Perkembangan fisik merupakan dasar bagi kemajuan perkembangan berikutnya. Dengan meningkatnya pertumbuhan tubuh, baik menyangkut ukuran berat dan tinggi, maupun kekuatannya memungkinkan anak untuk dapat lebih mengembangkan keterampilan fisiknya. Proses tubuhnya berubah secara dramatis, seperti pada usia

tiga tahun, rata-rata tingginya sekitar 80-90 cm, dan beratnya sekitar 10-13 kg; sedangkan pada usia lima tahun, tingginya sudah mencapai sekitar 100-110 cm. Pada usia ini juga pertumbuhan otaknya pada usia lima tahun mencapai 75% dari ukuran orang dewasa, dan 90% pada usia enam tahun. Pada usia ini juga terjadi pertumbuhan “*myelinization*” (lapisan urat syaraf dalam otak yang terdiri dari bahan penyekat berwarna putih, yaitu *myelin*) secara sempurna. Lapisan urat syaraf ini membantu transmisi impul-impul syaraf secara cepat, yang memungkinkan pengontrolan terhadap kegiatan-kegiatan motorik lebih saksama dan efisien (Yusuf, 2011).

c. Perkembangan Intelektual

Menurut Piaget, perkembangan kognitif pada usia ini berada pada periode *preoperasional*, yaitu tahapan dimana anak belum mampu menguasai operasi mental secara logis. Yang dimaksud dengan operasi adalah kegiatan-kegiatan yang diselesaikan secara mental bukan fisik. Periode ini ditandai dengan berkembangnya *Representasional*, atau “*symbolic function*”, yaitu kemampuan menggunakan sesuatu

untuk mempresentasikan (mewakili) sesuatu yang lain dengan menggunakan simbol. Dapat juga dikatakan sebagai ‘*semiotic function*’, kemampuan untuk menggunakan simbol-simbol (bahasa, gambar, tanda/ isyarat, benda, peristiwa) untuk melembangkan sesuatu kegiatan, benda yang nyata, atau peristiwa (Yusuf, 2011).

d. Perkembangan Emosional

Perkembangan emosional pada usia 4 tahun, anak sudah mulai menyadari tentang dirinya, bahwa dirinya berbeda dengan orang lain. Kesadaran ini diperoleh dari pengalamannya, bahwa tidak setiap keinginannya dipenuhi oleh orang lain atau benda lain. Dia menyadari bahwa keinginannya berhadapan dengan keinginan orang lain, sehingga orang lain tidak selamanya memenuhi keinginannya. Beberapa jenis emosi yang berkembang masa anak menurut Yusuf (2011), yaitu:

1) Takut

Perasaan terancam oleh suatu objek yang dianggap membahayakan

2) Cemas

Perasaan takut yang bersifat hayalan, yang tidak ada objeknya. Kecemasan ini muncul mungkin dari situasi-situasi yang dikhayalkan.

3) Marah

Merupakan perasaan tidak senang, atau benci terhadap orang lain, diri sendiri, atau objek tertentu, yang diwujudkan dalam bentuk verbal (kata-kata kasar/ makian/ sumpah serapah)

4) Cemburu

Perasaan tidak senang terhadap orang lain yang dipandang telah merebut kasih sayang dari seseorang yang telah mencurahkan kasih sayang kepadanya.

5) Kegembiraan

Perasaan yang positif, nyaman, karena terpenuhi keinginannya.

6) Kasih Sayang

Perasaan senang untuk memberikan perhatian, atau perlindungan terhadap orang lain, hewan atau benda.

7) Phobia

Perasaan takut terhadap objek yang tidak patut ditakutinya seperti takut ulat, takut kecoak, dan takut air.

8) Ingin Tahu

Perasaan ingin mengenal, mengetahui segala sesuatu atau objek-objek, baik yang bersifat fisik maupun nonfisik. Meskipun begitu, kemampuan anak-anak dalam menyalurkan emosi mereka sangat beragam. Bahkan hal yang paling menonjol yang dimiliki oleh anak-anak dan remaja yang bermasalah adalah bahwa umumnya mereka mengalami kesulitan dalam pengaturan emosi mereka. Maka dari itu orang tua adalah pihak yang dapat membantu anak-anak mengatur emosi mereka (Thompson dalam Santrock, 2007).

e. Perkembangan Bahasa

Perkembangan bahasa anak usia prasekolah, dapat diklasifikasikan ke dalam dua tahap yaitu (Yusuf, 2011):

- 1) Masa ketiga yang bercirikan
 - a) Anak sudah mulai bisa menyusun kalimat tunggal yang sempurna.
 - b) Anak sudah mampu memahami tentang perbandingan, misalnya burung pipit lebih kecil dari burung perkutut.
 - c) Anak banyak menanyakan nama dan tempat: apa, dimana, dari mana.
 - d) Anak sudah banyak menggunakan kata-kata yang berawalan yang berakhiran.
- 2) Masa keempat yang bercirikan
 - a) Anak sudah dapat menggunakan kalimat majemuk beserta anak kalimatnya.
 - b) Tingkat berfikir anak sudah mulai lebih maju, anak banyak menanyakan soal waktu, sebab akibat melalui pertanyaan-pertanyaan: kapan, kemana, mengapa, dan bagaimana.

f. Perkembangan Sosial

Pada usia prasekolah (terutama mulai usia 4 tahun), perkembangan sosial anak sudah mulai tampak jelas, karena mereka sudah mulai aktif berhubungan dengan teman sebayanya. Tanda-tanda perkembangan sosial pada tahap ini adalah (Yusuf, 2011) :

- 1) Anak mulai mengetahui aturan-aturan, baik di lingkungan keluarga maupun dalam lingkungan bermain.
- 2) Sedikit demi sedikit anak sudah mulai tunduk pada peraturan.
- 3) Anak mulai dapat bermain bersama anak-anak lain, atau teman sebaya.

g. Perkembangan Motorik Halus

Perkembangan motorik halus anak taman kanak-kanak ditekankan pada koordinasi gerakan motorik halus dalam hal ini berkaitan dengan kegiatan meletakkan atau memegang suatu objek dengan menggunakan jari tangan. Pada usia 4 tahun koordinasi gerakan motorik halus anak sangat berkembang bahkan hampir sempurna. Walaupun demikian anak usia ini masih mengalami kesulitan dalam menyusun balok-

balik menjadi suatu bangunan. Hal ini disebabkan oleh keinginan anak untuk meletakkan balok secara sempurna sehingga kadang-kadang meruntuhkan bangunan itu sendiri.

Perkembangan motorik halus mulai memiliki kemampuan menggoyangkan jari-jari kaki, menggambar dua atau tiga bagian, memilih garis yang lebih panjang, dan menggambar orang, melepas objek dengan jari lurus, mampu menjepit benda, melambatkan tangan, menggunakan tangannya untuk bermain, menempatkan objek kedalam wadah, makan sendiri, minum dengan bantuan, menggunakan sendok dengan bantuan, makan dengan jari, membuat coretan diatas kertas (Hidayat, 2005).

Saat seorang anak dilahirkan, otaknya belum tumbuh dengan sempurna. Pertumbuhan otak anak ini berlangsung pada usia lima tahun pertama atau biasa disebut periode emas pertumbuhan. Pada masa inilah orangtua berperan sangat penting dalam memberikan stimulasi agar perkembangan otak optimal dan anak mencapai kecerdasan yang tinggi di kemudian hari (Ummutia, 2011).

h. Perkembangan Motorik Kasar

Tugas perkembangan jasmani berupa koordinasi gerakan tubuh, seperti berlari, melompat bergantung, melempar dan menangkap, serta menjaga keseimbangan. Kegiatan ini diperlukan dalam meningkatkan keterampilan koordinasi gerakan motorik kasar. Pada anak usia 4 tahun, anak sangat menyukai kegiatan fisik yang mengandung bahaya, seperti melompat dari tempat tinggi atau bergantung dengan kepala menggantung ke bawah. Pada usia 5 atau 6 tahun keinginan untuk melakukan kegiatan berbahaya bertambah. Anak pada masa ini menyukai kegiatan lomba, seperti balapan sepeda, balapan lari atau kegiatan lain yang mengandung bahaya.

i. Karakteristik Anak Prasekolah

Karakteristik Anak Prasekolah anak yang terkategori prasekolah adalah anak dengan usia 3-5 tahun, seorang ahli psikologi Elizabeth B. Hurlock mengatakan bahwa kurun usia prasekolah disebut sebagai masa keemasan. Di usia ini anak mengalami

banyak perubahan baik fisik dan mental, dengan karakteristik sebagai berikut:

- 1) Berkembangnya konsep diri, secara perlahan pemahamannya tentang kehidupan berkembang. Anak mulai menyadari bahwa dirinya, identitasnya karena kesadarannya itu menunjukkan segalanya ingin ia coba, ia merasa dirinya bisa, namun disisi lain ia memiliki kebutuhan yang besar untuk tetap disayang dan didukung oleh orang tuanya.
- 2) Munculnya egosentris, di usia ini anak berfikir bahwa segala yang ada dan tersedia adalah untuk dirinya, semuanya ada untuk memenuhi kebutuhannya.
- 3) Rasa ingin tahu yang tinggi, rasa ingin tahunya meliputi berbagai hal termasuk seksual sehingga ia selalu bereksplorasi dalam apapun dan dimanapun.
- 4) Imajinasi yang tinggi pada usia ini sangat mendominasi setiap prilakunya, sehingga anak sulit membedakan mana khayalan dan mana kenyataan. Ia kadang-kadang suka

melebih-lebihkan cerita daya imajinasi ini biasanya melahirkan teman imajiner.

- 5) Munculnya kontrol internal, dan kontrol internal muncul di akhir masa usia prasekolah, perasaan malu mulai muncul dan ia akan merasa bersalah jika ia melakukan perbuatan yang salah.
- 6) Pada usia ini anak mulai meniru apa yang sering dilihatnya, ia belajar mengidentifikasi dirinya dengan model yang dilihatnya. Misalnya ia akan berperilaku sama persis seperti apa yang dilihatnya di tv dan ia pun akan bercita-cita sama seperti profesi orang tuanya.
- 7) Terjadi kemampuan berbahasa, dibanding masa sebelumnya anak lebih bisa diajak berkomunikasi, ia mulai bisa mengungkapkan keinginannya dengan bahasa verbal.

BAB 2 KONSEP KREATIVITAS

Dhonna Anggreni dan Indah Wahyuni

a. Definisi Kreativitas

Kreativitas adalah kemampuan seseorang untuk menghasilkan komposisi, produk atau gagasan apa saja pada dasarnya baru, dan sebelumnya tidak dikenal pembuatannya (Hurlock, 2005).

Ensiklopedia inggris modern mendefinisikan kreativitas sebagai kemampuan untuk menciptakan sesuatu yang baru, seperti solusi untuk suatu masalah atau penampilan baru, nilai seni, atau metode baru (Al-Hajjaj, 2010).

Kreativitas adalah suatu proses upaya manusia untuk membangun dirinya dalam berbagai aspek kehidupannya dengan tujuan menikmati kualitas kehidupan yang semakin baik (Alvisn dan Basuki, 2010).

b. Macam Strategi pengembangan Kreativitas

Kreativitas begitu bermakna bagi seseorang, maka pendidikan dan pengembangan kreativitas tidak bisa ditunda-tunda, harus dimulai sejak dini. Agar

keaktivitasnya anak dapat berkembang secara optimal, maka orang tua atau guru dapat melakukan strategi 4P. Menurut safaria (2005) macam-macam strategi pengembangan kreativitas sebagai berikut:

1) Kreativitas Sebagai Produk

Kreativitas diartikan sebagai kemampuan untuk menciptakan atau menghasilkan produk-produk baru. Pengertian “baru” di sini tidak perlu berarti benar-benar baru namun dapat berarti kombinasi atau gabungan dari beberapa hal yang sebelumnya sudah ada.

2) Kreativitas Sebagai Proses

Kreativitas dapat dilihat sebagai kegiatan bersibuk diri yang berdaya guna, individu bermain dengan gagasan-gagasan dalam pikirannya. Khususnya pada anak-anak, penekanan yang penting justru pada prosesnya dan tidak terlalu menekankan pada produknya. Rasa ingin tahu, berani bereksperimen, tidak takut gagal, dan sebagainya. Merupakan sikap yang kelak akan menghasilkan seseorang dalam melakukan terobosan baru untuk diri sendiri maupun lingkungan.

3) Kreativitas Ditinjau Dari Segi Pribadi

Kreativitas dapat diartikan sebagai adanya ciri-ciri sifat kreatif pada pribadi tertentu. Dari segi pribadi ini, yang penting pendidik harus yakin bahwa pada anak padadasarnya memiliki potensi kreatif, hanya bidang dan derajatnya saja yang berbeda.

4) Kreativitas Ditinjau Dari Segi Proses

Kreatif dapat diartikan sebagai pendorong baik berupa internal maupun eksternal. Internal diartikan bahwa tenaga pendorong berasal dari diri sendiri berupa hasrat dan motivasi yang kuat pada individu. Sedangkan eksternal berarti pendorong tersebut berasal dari luar individu seperti pengalaman-pengalaman, sikap orang tua yang menghargai kreativitas anak, tersedianya sarana dan prasarana yang menunjang sikap kreatif dan sebagainya.

c. Fase-Fase Kreativitas

Menurut Safaria (2005), fase-fase kreativitas sebagai berikut:

1) Fase Persiapan

Pada fase ini, seseorang yang kreatif berkesempatan untuk mendapatkan banyak data, keterampilan dan pengalaman yang dapat membuatnya menguasai objek kreativitas atau menentukan masalah.

2) Fase Inkubasi

Ini adalah fase yang identik dengan usaha keras yang dikerahkan oleh seorang yang kreatif dalam memecahkan masalah atau menggapai objek yang sedang ia pikirkan.

3) Fase Eliminasi

Fase ini digambarkan sebagai fase pembuatan detail dan akurat otak dalam proses penciptaan.

4) Fase Implementasi

Ini adalah fase final yang mencakup penerapan ide inovatif terhadap ilmu dan setandarisasinya, membentuk dan menjelaskan ide umum dalam seni.

d. Ciri-Ciri Kreativitas

Ciri-ciri kreativitas antara lain (Rahmawati dan Kurniati, 2010) :

- 1) Terbuka terhadap pengalaman baru.
- 2) Fleksibel dalam berfikir.
- 3) Bebas dalam menyatakan pendapat dan perasaan.
- 4) Menghargai fantasi.
- 5) Tertarik pada kegiatan kreatif.
- 6) Mempunyai pendapat sendiri dan tidak terpengaruh oleh orang lain.
- 7) Mempunyai rasa ingin tahu yang besar.
- 8) Toleran terhadap perbedaan dan situasi yang tidak pasti.
- 9) Berani mengambil resiko yang diperhitungkan.
- 10) Percaya diri dan mandiri.
- 11) Memiliki tanggungjawab dan komitmen kepada tugas.
- 12) Tekun dan tidak mudah bosan.
- 13) Tidak kehabisan akal dalam memecahkan masalah.
- 14) Kaya akan inisiatif.
- 15) Peka terhadap situasi lingkungan.
- 16) Lebih berorientasi ke masa kini dan masa depan daripada masa lalu.
- 17) Memiliki citra diri dan stabilitas emosi yang baik.

- 18) Tertarik kepada hal-hal yang abstrak, kompleks, holistik, dan mengandung teka-teki.
- 19) Memiliki gagasan yang orisinal.
- 20) Mempunyai minat yang luas.
- 21) Menggunakan waktu luang untuk kegiatan yang bermanfaat dan konstruktif bagi pengembangan diri.
- 22) Kritis terhadap pendapat orang lain.
- 23) Senang mengajukan pertanyaan yang baik.
- 24) Memiliki kesadaran etika-moral dan estetik yang tinggi.

e. Faktor Pendukung Kreativitas

Menurut Yusuf (2010), beberapa faktor pendukung yang dapat meningkatkan kreativitas, yaitu:

- 1) Banyak mengkaji.
- 2) Pengamatan secara seksama.
- 3) Tingkat keberagaman pemikiran.
- 4) Tingkat penghargaan terhadap waktu.
- 5) Tingkat kekayaan fantasi.
- 6) Tingkat berlatih cara-cara diskusi.

- 7) Bonus-bonus, baik berupa maknawi atau materi yang memiliki pengaruh besar dalam merangsang kreativitas.

Menurut Rachmawati dan Kurniati (2010), Empat hal yang dapat diperhitungkan dalam pengembangan kreativitas.

- 1) Rangsangan Mental

Suatu karya kreatif dapat muncul jika anak mendapatkan rangsangan mental yang mendukung. Pada aspek kognitif anak distimulasi agar mampu memberikan berbagai alternatif pada saat stimulan yang muncul. Pada aspek kepribadian anak distimulasi untuk mengembangkan berbagai macam potensi pribadi kreatif seperti percaya diri, keberanian, ketahanan diri, dan lain sebagainya.

Hal ini berarti para pendidik harus siap untuk menerima apapun karya anak, karena dukungan mental bagi anak sangat diperlukan.

2) Iklim dan Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan disekitar anak sangat berpengaruh besar dalam perubahan kreativitas. Iklim dan kondisi lingkungan dibagi menjadi beberapa:

a) Pencahayaan

Cahaya merupakan salah satu sumber energi kreatif paling ampuh, bahkan cahaya matahari yang terang langsung memiliki kaitan biologis dengan tubuh dan pikiran.

b) Sentuhan Warna

Warna memiliki aspek tertentu terhadap lingkungannya, dapat membuat kita penuh energi. Sementara warna lain memiliki efek menenangkan.

c) Seni dan Lingkungan

Istilah seni dalam lingkungan berarti segala sesuatu di dinding, rak, dan semua permukaan sekitar ruangan. Ini meliputi apa saja mulai dari poster, hiasan dinding dan foto berbingkai.

d) Bunyi dan Musik

Sebagian orang lebih senang bekerja dalam keheningan, walupun ada pula orang yang lebih suka bekerja dengan diiringi musik. Musik dan bunyi memiliki 2 fungsi:

- (1) Jenis musik tertentu dapat meningkatkan fungsi otak dan membantu kecepatan belajar dan daya ingat.
- (2) Mempengaruhi penataan dan suasana hati.

Musik dapat mengeluarkan Anda dan zona kenyamanan menuju pikiran dan perasaan baru, tepat pada bidang yang kita butuhkan agar menjadi kreatif.

Menurut AT. Mahmud (dalam rachmawati dan Kurniati, 2011) menyatakan bahwa musik adalah aktivitas kreatif. Seorang anak yang kreatif, antara lain tampak pada rasa ingin tahu, sikap ingin mencoba, dan daya imajinasi.

Sebagaimana yang telah diketahui, otak manusia terbagi atas belahan otak kiri dan otak kanan. Belahan otak kiri umumnya mengurus tubuh bagian kanan, dan sebaliknya otak kanan mengurus tubuh bagian kiri. Otak kiri lebih banyak mengendalikan aktivitas bersifat analisis seperti kegiatan matematika, logika, dan kemampuan bahasa. Sedangkan otak kanan lebih banyak mengendalikan kegiatan bersifat persepsi seperti imajinasi, melamun, melukis, musik, dan irama/ritme. Dari penelitian terakhir, ternyata musik (khususnya klasik) dapat melibatkan kedua belahan otak kiri dan kanan. Musik klasik terbukti Karena aktivitas musik dapat menggabungkan fungsi analisis dengan fungsi kreatif sekaligus (Rachmawati dan Kurniati, 2011).

e) Aroma

Menurut berbagai sumber bebauan atau aroma diketahui secara langsung merangsang bagian otak, sistim limbik, yang bekerja atas emosi dan ingatan primitif.

f) Sentuhan

Menurut berbagai kiat yang dapat mempertinbangkan unsur sentuhan dan cara tekstur agar memengaruhi suasana hati dan kreativitas.

3) Peran Guru

Memang benar bahwa manusia hampir tidak mungkin dapat langsung mampu menjadi mandiri tanpa pertolongan dan kasih sayang serta pengarahan yang benar dari orang dewasa (orang tua, pendidik, dan lingkungan). Proses ini membutuhkan waktu yang sangat panjang. Oleh karena itu, manusia tidak dapat mandiri jika hanya bersama orangtuanya. Kita butuh bantuan lain untuk belajar

bersosialisasi seperti disekolah
(Gandasetiawan, 2009)

Guru adalah tokoh bermakna dalam kehidupan anak. Guru memegang peranan lebih dari sekedar pengajar, melainkan pendidik dalam arti yang sesungguhnya.

4) Peran Orang Tua

Orang tua merupakan orang yang paling mengerti tentang keadaan anak melebihi siapapun, jadi orang tua harus lebih jeli tentang pemberian sesuatu yang mempengaruhi tentang kreativitas anak, akan lebih baik jika orang tua memberikan terapi yang secara tidak langsung dapat meningkatkan kreativitas pada anak.

f. Faktor yang Mempengaruhi Munculnya Kreativitas

Faktor yang mempengaruhi munculnya kreativitas menurut (Masofa, 2011) pada anak adalah: jenis kelamin, urutan kelahiran, intelegensi dan tingkat pendidikan orang tua.

1) Jenis kelamin

Jenis kelamin akan berpengaruh terhadap kreativitas. Anak laki-laki cenderung lebih besar kreativitasnya dari pada anak perempuan. Hal ini disebabkan adanya perbedaan perlakuan antara anak laki-laki dan perempuan. Anak laki-laki dituntut untuk lebih mandiri, sehingga anak laki-laki biasanya lebih berani mengambil resiko dibandingkan anak perempuan. Patmonodewo (2003) juga berpendapat , anak laki-laki biasanya lebih besar dan anak perempuan lebih kecil dalam kreativitas, tapi anak perempuan lebih terampil dalam tugas yang bersifat praktis.

2) Urutan kelahiran

Anak sulung, anak tengah dan anak bungsu akan berbeda tingkat kreativitasnya. Anak yang lahir ditengah, belakang dan anak tunggal cenderung lebih kreatif dari pada anak

anak yang lahir pertama. Hal ini terjadi karena biasanya anak sulung lebih ditekan untuk lebih menyesuaikan diri oleh orang tua sehingga anak lebih penurut dan kreativitasnya mati.

3) Intelegensi

Anak yang intelegensinya tinggi pada setiap tahapan perkembangan cenderung menunjukkan tingkah kreativitas yang tinggi dibandingkan anak yang intelegensinya rendah. Anak yang pandai lebih banyak mempunyai gagasan baru untuk menyelesaikan konflik sosial dan mampu merumuskan penyelesaian konflik tersebut.

4) Tingkat pendidikan orang tua

Anak yang orang tuanya berpendidikan tinggi cenderung lebih kreatif dibandingkan pendidikannya rendah. Hal ini disebabkan karena banyaknya prasarana serta tingginya dorongan dari orang tua sehingga

memupuk anak untuk menampilkan daya inisiatif dan kreativitasnya.

Dari uraian tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa kreativitas tumbuh dan berkembang karena faktor internal dan faktor eksternal.

Menurut Kuntjoroningrat yang dikutip oleh Nursalam dan Pariani (2001: 133), bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin mudah menerima informasi, sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya pendidikan yang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru diperkenalkan, sehingga pendidikan juga mempengaruhi kreativitas pada anak.

g. Faktor Penghambat Kreativitas

Menurut safaria (2005), hal yang dapat menghambat kreativitas antara lain:

- 1) Ketakutan akan perubahan dan ketidakpastian.
- 2) Kemalasan.
- 3) Kurang percaya diri.
- 4) Sifat ingin mendapat segala sesuatu dengan mudah.

h. Cara Skoring dan Skala Kreativitas

Menurut Safaria (2005), potensi kreativitas anak dapat diukur dengan menggunakan sekor kreativitas yang digunakan pada anak 4-11 tahun. Sekor kreativitas tersebut adalah: 0-5 adalah total kreativitas anak dengan kreativitas rendah, 6-10 adalah total kreativitas anak dengan kreativitas sedang dan 11-20 adalah total kreativitas anak dengan kreativitas tinggi. Orang tua dapat menggunakan tugas menggambar selama 10 menit. Gambar yang harus di kerjakan anak adalah gambar “Orang”. Alat yang digunakan yaitu kertas kosong, alat tulis dan pensil warna. Instruksi yang dapat diberikan untuk anak adalah dengan mengatakan “ibu/Bapak meminta kamu untuk menggambar “Orang”, terserah padamu mau menggambar “Orang” seperti apa. Yang penting digambar sampai selesai ya”. Yang paling penting

dalam hal ini adalah jangan memaksa anak untuk mengerjakannya. Biarkan anak senang melaksanakannya dan anak sendiri setuju untuk melakukannya. Jika anak merasa terpaksa maka hasil yang digambarnya akan bias, karena anak tidak mempunyai motivasi untuk menggambar.

Setiap detail gambar akan mendapatkan skor 1. Misalnya pada gambar tersebut terdapat sepasang gambar mata, mulut, hidung telinga, rambut, kumis, anting-anting/perhiasan, baju, celan, sepatu dan lain-lain. Jumlah setiap detailnya. Jika anak menggambar 20 detail gambar, maka skornya 20 karena setiap detail gambar mendapatkan skor 1. Tetapi lebih ditekankan pada kelengkapan gambar anggota tubuh manusia terlebih dahulu, seperti kepala, mata, telinga, hidung, mulut, tangan, kaki, rambut, kumis, pakaian, selanjutnya baru aksesoris yang lain seperti, anting, topi, sepatu, dan lain-lain. Untuk melihat kategori/tingkat potensi kreativitas anak maka kategori di bawah ini dapat dijadikan patokan. Kategori ini disesuaikan dengan kelompok usia anak.

Tabel 1 Skor Kreativitas kelompok usia 4 sampai 5 tahun:

Total skor	Potensi kreatif
11 s/d >20	Tinggi
6 s/d 10	Sedang
0 s/d 5	Rendah

Dari tabel diatas orang tua dapat melihat tingkat kreativitas anak pada kategori mana (Safaria, 2005).

BAB 3 KONSEP TERAPI MUSIK

Eka Diah Kartiningrum

a. Konsep Bermain Musik

1) Definisi Bermain Musik

Aktivitas bermain merupakan suatu kegiatan yang menyenangkan bagi anak, meskipun hal tersebut tidak menghasilkan komoditi tertentu misalnya keuntungan finansial (uang). Anak bebas mengekspresikan perasaan takut, cemas, gembira, atau perasaan lainnya, sehingga dengan memberikan kebebasan bermain orang tua mengetahui suasana hati anak. Bermain merupakan bentuk infantil dari kemampuan orang dewasa untuk menghadapi berbagai macam pengalaman dengan cara menciptakan model situasi tertentu dan berusaha untuk menguasainya melalui eksperimen dan perencanaan. Dengan demikian, bermain pada anak dapat disamakan dengan bekerja pada orang dewasa, karena keduanya sama-sama melakukan aktivitas (Nursalam,2005:74).Musik merupakan media

untuk mengekspresikan diri dan membangkitkan semangat dalam suara (Yuanitasari, 2008:75).

Bermain atau mendengarkan musik adalah sesuatu yang menyenangkan, cara yang mengasyikkan bagi anak-anak untuk mempelajari kata-kata baru serta menjadi tantangan bagi kemampuan pendengaran dan pemahamannya (Dyer, 2004:283). Pelajaran bernyanyi dapat memberikan dorongan untuk melatih bahasa verbal Untuk anak normal menghafal sebuah lagu dibutuhkan waktu satu jam (Alhamdi, 2007). Selama 30 menit sehari, musik mampu memberikan efek positif bagi perkembangan (Yuanitasari, 2008:67). Dalam bukunya Adiningsih (2008) mengatakan bermain musik tidak hanya bernyanyi tetapi juga memainkan alat musik dan permainan musik lainnya.

a). Manfaat Bermain Musik

Menurut Yuanitasari (2008:78) manfaat bermain musik antara lain:

- (1). Membuat anak aktif bergerak.

Lagu-lagu untuk anak umumnya penuh semangat. Secara langsung anak pun akan "terseret" menjadi dinamis sesuai dengan ciri khas usia balita yang lebih besar menggunakan porsi motorik kasarnya.

- (2). Meningkatkan rasa percaya diri dan kebanggaan dalam diri si kecil.

Lagu anak yang umumnya sederhana akan lebih mudah ditiru dan dilantunkan syairnya oleh anak balita. Kemampuannya menyanyikan lagu tersebut memupuk kebanggaan bahwa dirinya mampu dan bisa menunjukkan kepandaiannya.

- (3). Memudahkan orangtua mengenalkan berbagai konsep sederhana.

Bermain musik dapat mengakrabkan dan mengenalkan lingkungan disekitar anak.

- (4). Mengenalkan anak pada berbagai jenis musik.

Anak dapat mengenali berbagai jenis alat musik dan berbagai jenis lagu yang bisa dinyanyikan oleh anak (Adiningsih, 2008:4).

- (5). Menjalin kedekatan anak dan orangtua (guru)

Musik dapat membangun rasa saling percaya antara anak, guru, orang tua yang nantinya bisa bersosialisasi dengan baik tanpa harus rendah diri (Yuanitasari, 2008:100).

- (6). Mengamati perkembangan anak, terutama kemampuan verbal dan daya tangkapnya. Penelitian menunjukkan bahwa bermusik dapat meningkatkan kemampuan berfikir secara umum, kemampuan berpikir secara abstrak, kemampuan akal, perkembangan berbahasa, kemampuan pramelek huruf, kemampuan lisan, kreativitas, dan orisinalitas (Dyer, 2004:283).

(7). Memacu perkembangan otak

Menurut suatu penelitian, anak yang sejak balita diperkenalkan pada musik dan lagu, umumnya memiliki kemampuan matematis yang berkembang dengan baik (Alhamdi, 2007). Dalam buku Yuanitasari (2008:10) dituliskan bahwa berbagai stimulasi yang dapat meningkatkan kemampuan verbal salah satunya adalah musik, karena musik bisa mematangkan hubungan antar sel saraf bawaan sejak lahir. Dalam otak manusia, jutaan neuron dan sirkuit secara unik menjadi aktif ketika seseorang mendengarkan musik. Neuron – neuron ini menyebar ke berbagai daerah di otak, termasuk pusat auditori di belahan kiri dan kanan. Otak sebagai organ pengontrol pikiran, ucapan, dan dibedakan atas dua belahan yaitu belahan otak kiri dan otak kanan. Kedua belahan ini mempunyai fungsi yang berbeda. Otak kanan berkaitan dengan

perkembangan artistik dan kreatif, perasaan, gaya bahasa, irama musik, imajinasi, lamunan, warna, pengenalan diri dan orang lain, sosialisasi, serta pengembangan kepribadian. Sementara otak kiri merupakan tempat untuk melakukan fungsi akademik seperti baca-tulis-hitung, daya ingat (nama, waktu dan peristiwa), logika, dan analisis.

b. Macam – Macam Permainan

Beberapa permainan anak – anak yang dapat digunakan sebagai stimulus perkembangan:

1) APE (Alat permainan Edukatif)

Merupakan alat permainan yang dapat memberikan fungsi permainan secara optimal dan perkembangan anak, misalnya: sepeda roda dua / tiga, buku cerita, puzzle, boneka dan lain – lain (Hidayat, 2005:60).

2) Bermain musik

Untuk bermusik orang tua bisa menggunakan alat musik seperti gitar, piano, biola, drum, dan sebagainya tetapi jika tidak ada orang tua bisa

memanfaatkan barang – barang (bekas) yang ada disekitar misalnya kaleng bekas, botol, galon, panci dan sebagainya (Adiningsih, 2008:4).

3) Bermain drama

Anak – anak belajar menjadi percaya diri seperti ketika mereka juga memerankan cerita yang sudah dikenal satu dengan yang lainnya (Dyer, 2004:299).

4) Bermain khayalan

Ketika anak berusia 3 – 4 tahun, permainan khayalan membantu anak mengembangkan kekuatan mental dan fisiknya (Dyer, 2004:295).

c. Jenis Permainan Musik

Menurut Adiningsih (2008:3) dalam bukunya yang berjudul “Permainan Kreatif Asah Kecerdasan Musik Balita” bahwa akan lebih baik jika selain mendengarkan musik, anak juga dilatih memainkan musik. Tidak semua lagu anak-anak yang ada cocok untuk dinyanyikan karena alasan tertentu, seperti lirik lagu yang terlalu panjang, konsep lagu yang kurang tegas. Kategori lagu yang dapat digunakan yaitu: Kategori A: Lagu yang menonjolkan aspek kognitif

perorangan. Lagu ini lebih fokus untuk melatih pemahaman anak tentang kata-kata yang ada dalam lagu tersebut. Mereka diharapkan bisa merespon secara verbal ataupun non-verbal. Lagu ini tidak banyak memberikan dorongan interaksi dengan insan autis yang lainnya. Kategori B: Lagu yang menonjolkan aspek interaksi, kebersamaan. Akan tetapi tidak menutup kemungkinan satu lagu bisa memenuhi kriteria kedua jenis lagu tersebut. Hal ini tergantung kepada aspek yang akan ditonjolkan pada saat itu. Kategori C: Lagu yang dipilih karena jenis lagu tersebut dapat menciptakan suasana gembira (Alhamdi, 2007). Beberapa jenis permainan musik yang dapat diberikan pada anak Usia 4 – 6 tahun yaitu:

1) “Musik biji”

(a). Alat dan bahan

- (1) Botol – botol bekas
- (2) Aneka biji – bijian
- (3) Sapu tangan

(b). Cara melakukan permainan

- (1) Isi tiap botol dengan biji – bijian yang berbeda, misalnya jagung, kacang hijau,

beras, merica, biji sawo, biji salak,
dan sebagainya.

- (2) Goyang – goyangkan di dekat telinga anak
- (3) Minta anak untuk mengingat suaranya
- (4) Sebagai variasi, bisa tutup mata anak dengan sapu tangan
- (5) Goyangkan botol – botol di dekat telinga anak
- (6) Minta anak untuk menebak isi botol itu
- (7) Menyanyilah bersama anak dengan memanfaatkan botol – botol bumbu tadi.

2) “Semua a jadi e”

1) Alat dan bahan

Hanya diperlukan koleksi lagu anak – anak.

2) Cara melakukan permainan

Minta anak untuk mengubah huruf vocal dari lagu yang sudah ada, misalnya : untuk lagu balonku, semua huruf a diganti dengan e sehingga syair yang semula berbunyi :

Balonku ada lima, rupa – rupa warnanya

Hijau, kuning kelabu, merah muda dan biru

Meletus balon hijau. Dooor!!

Hatiku sangat kacau

Balonku tinggal empat, kupegang erat – erat

Berubah menjadi

Belonku ede lime, rupe – rupe wernenye

Hijeu, kuning kelebu, mereh mude den biru

Meletus belon hijeu. Dooor!!

Hetiku senget keceu

Belonku tinggel empet, kupegang eret – eret

3) “ Mbek...mbek”

1) Alat dan bahan

- (a) Kertas karton atau kardus bekas
- (b) Alat tulis / spidol
- (c) Lem
- (d) Kapas
- (e) Gunting

2) Cara melakukan permainan

- (1) Ajak anak menggambar seekor domba di kertas karton/kardus bekas.
- (2) Guntinglah gambar domba itu.
- (3) Olehkan lem di seluruh tubuh domba.
- (4) Bentuklah kapas menjadi bola – bola kapas.

(5) Tempelkan bola – bola kapas ke badan domba.

(6) Jika anak sudah selesai membuat domba, misalnya lagu Aku Gembala.

Yang syairnya sebagai berikut:

Aku adalah anak gembala

Selalu riang serta gembira

Karena aku rajin bekerja tak pernah malas

Ataupun lengah

Tra la la...2x

Setiap hari kubawa ternak

Ke padang rumput di kaki bukit

Rumputnya hijau subur dan banyak

Sapiku makan tak pernah sedikit

Tra la...la...2x

(7) Minta mereka menggerakkan gambar domba sesuai dengan ritme lagu.

4) “Ambil dan bernyanyilah”

a) Alat dan bahan

Aneka benda berukuran kecil yang mempunyai hubungan dengan lagu, misalnya

bunga plastik sesuai dengan lagu berjudul
lihat, kebunku dan sebagainya, tas kecil

b) Cara melakukan permainan

- (1) Letakkan barang – barang kecil itu ke dalam tas
- (2) Minta anak mengambil satu barang dari dalam tas tanpa boleh melihatnya.
- (3) Nyanyikan lagu yang sesuai dengan benda yang diambil.

5) ‘Jadi patung’

a) Alat dan bahan

Hanya memerlukan koleksi lagu anak – anak.

b) Cara melakukan permainan

- (1) Katakan kepada anak bahwa guru berpura – pura menjadi patung.
- (2) Lalu, guru berdiri dan diam.
- (3) Jelaskan bahwa patung tidak boleh bergerak. Tapi patung masih bisa berbicara.
- (4) Mintalah untuk mengikuti apa yang anda katakana kepadanya
- (5) Katakan perintah itu dalam bentuk nyanyian. Misalnya, guru si patung

berkata pegang telingamu, pegang telingamu, pegang telingamu....’

- (6) Perhatikan, apakah anak anda dapat mengikuti perintah ini. Jika belum bisa, tunjukkan gerakan itu kepadanya.
 - (7) Lanjutkan dengan menyanyikan perintah untuk menyentuh bagian – bagian badan yang lain.
 - (8) Ajak anak untuk bernyanyi bersama.
- 6) “Tebak nada”
- a) Alat dan bahan
Piano (mainan)
 - b) Cara melakukan
 - (1) Pencetlah tiga tuts piano (mainan)
 - (2) Biarkan anak melihat ketika anda melakukan hal diatas
 - (3) Kemudian, minta anak membalikkan badan sehingga membelakangi anda (juga alat musiknya)
 - (4) Minta anak menebak tuts apa yang berbunyi
- 7) “Lihat bungaku”
- a) Alat dan bahan

- (1) Kertas / buku gambar
 - (2) Alat – alat gambar
- b) Cara melakukannya
- (1) Ajak anak menggambar
 - (2) Biarkan mereka yang memilih tema gambar
 - (3) Setelah gambar itu selesai, ajak anak menyanyi. Pilih lagu yang sesuai dengan gambarnya misalnya bunga: anak bisa menyanyi “lihat kebunku”
 - (4) (Adiningsih, 2008:79)

d. Definisi Terapi Musik

Kehadiran musik sebagai bagian dari kehidupan manusia bukanlah hal yang baru. Musik sesungguhnya sudah dikenal sejak puluhan abad silam, jauh sebelum peradaban manusia terbentuk. Pada dasarnya musik adalah bunyi, dan segala sesuatu yang dapat menimbulkan bunyi disebut sebagai musik, inilah yang melatarbelakangi terciptanya musik. Pada jaman kuno, orang yang membenturkan kayu pada batu, batu pada batu, atau kayu pada kayu, sehingga menimbulkan bebunyian, maka itu adalah musik (Aizid, 2011).

Saat ini, musik telah mengalami banyak perubahan dan perkembangan. Musik yang pada awalnya hanyalah sebuah bunyi-bunyian yang muncul dari alat sederhana (batu atau kayu) dan dilakukan untuk ritual tertentu, kini telah berkembang menjadi suatu bebunyian yang sangat indah. Selain mengalami perkembangan dari segi peralatannya, musik juga telah berkembang dari segi penciptaan, musisi, maupun fungsinya. Kita tahu bahwa sejak jaman klasik hingga modern saat ini, telah banyak bermunculan para musisi ternama dunia. Mereka telah menciptakan musik yang sangat indah dan memukau. Bahkan, musik-musik mereka banyak dijadikan sebuah terapi untuk menyehatkan tubuh dan mencerdaskan otak, sehingga, fungsi musik pun mengalami perkembangan. Pada awalnya musik hanya digunakan untuk bersenang-senang. Berdasarkan penelitian-penelitian ilmiah terhadap musik klasik atau musik-musik yang berirama teratur dan lembut kini musik digunakan sebagai alat terapi (Aizid, 2011).

Sebagian budaya di dunia memiliki musik yang khusus diperdengarkan atau dimainkan berdasarkan peristiwa-peristiwa bersejarah dalam perjalanan hidup

anggota masyarakat, dengan kebhinekaan suku bangsa dan budayanya indonesia memiliki musik daerah yang tak terhitung banyaknya. Meskipun demikian, peran musik sebagai sarana penyembuhan belum banyak ditelaah walau sudah diterapkan sejak berabad-abad yang lalu. Banyak wilayah di indonesia mempunyai tradisi menyertakan musik dalam upaya penyembuhan tanpa menyadari bahwa sebenarnya yang berlangsung adalah bagian dari sebuah terapi musik (Djohan, 2006).

Potter (2005) mendefinisikan terapi musik adalah keahlian menggunakan musik atau elemen musik oleh seorang terapis untuk meningkatkan, mempertahankan dan mengembalikan kesehatan mental, fisik, emosional dan spiritual. Dalam kedokteran, terapi musik disebut sebagai terapi pelengkap (*Complementary Medicine*), potter juga mendefinisikan terapi musik sebagai tehnik yang digunakan untuk penyembuhan suatu penyakit dengan menggunakan bunyi atau irama tertentu. Jenis musik yang digunakan dalam terapi musik dapat disesuaikan dengan keinginan, seperti klasik, instrumental, slow music, orkestra dan musik modern lainnya. Akan

tetapi, beberapa ahli menyarankan untuk tidak menggunakan jenis musik tertentu seperti pop, disco, rock and roll, dan musik berirama keras lainnya, karena jenis musik dengan anapestik beat (2 beat pendek, 1 beat panjang dan kemudian pause) merupakan irama yang berlawanan dengan irama jantung. Musik lembut dan teratur seperti instrumental dan musik klasik merupakan musik yang sering digunakan untuk terapi musik.

Terapi musik sejauh ini didefinisikan sebagai sebuah aktivitas terapeutik yang menggunakan musik sebagai media untuk memperbaiki, memelihara, mengembangkan mental, fisik, dan kesehatan emosi. Di samping kemampuan nonverbal, kreativitas dan rasa yang alamiah dari musik, juga sebagai fasilitator untuk menjalin hubungan, ekspresi diri, komunikasi, dan pertumbuhan pada penggunaannya. Pada tahap selanjutnya, terapi musik difungsikan untuk memperbaiki kesehatan fisik, interaksi sosial, hubungan interpersonal, ekspresi emosi, dan meningkatkan kesadaran diri (Djohan, 2009).

Terapi musik terdiri dari dua kata, yaitu “terapi” dan “musik”. Kata terapi berkaitan dengan serangkaian

upaya yang dirancang untuk membantu atau untuk menolong orang. Biasanya kata tersebut digunakan dalam konteks masalah fisik atau mental. Dalam kehidupan sehari-hari, terapi terjadi dalam berbagai bentuk. Misalnya psikolog akan mendengar dan berbicara dengan klien melalui tahapan konseling yang kadang-kadang perlu disertai terapi, ahli nutrisi akan mengajarkan tentang asupan nutrisi yang tepat, ahli fisioterapi akan memberikan berbagai latihan fisik untuk mengembalikan fungsi otot tertentu. Seorang terapis musik akan menggunakan musik dan aktivitas musik untuk memfasilitasi proses terapi dalam membantu lainnya (Djohan, 2006).

Terapi musik adalah terapi yang bersifat non verbal, dengan bantuan musik, pikiran klien dibiarkan untuk mengembara baik untuk mengenang ketakutan-ketakutan yang dirasakan. Djohan (2006), mencatat bahwa dengan bantuan alat musik, klien juga didorong untuk berinteraksi, berimprovasi, mendengarkan atau aktif bermain musik.

Musik juga dapat menyeimbangkan otak kanan dan kiri. Ini berarti, menyeimbangkan perkembangan aspek intelektual dan emosional. Murid-murid juga

mampu bervikir logis, cerdas, kreatif, sekaligus empati. Contohnya, penelitian di AS, murid-murid yang menyanyi atau memainkan alat musik, skor ujian akhirnya 50 poin lebih tinggi daripada rata-rata nasional. Sedangkan di Inggris, anak kelas 1 setingkat SD yang kemampuan membacanya di bawah rata-rata, dapat mengejar ketinggalan dengan teman-temannya yang sudah mampu membaca setelah mereka belajar bernyanyi dalam sebuah kelompok melalui latihan ketepatan nada dan irama (Olivia dan Ariani, 2012).

Mendengarkan musik, selain mengasah kecerdasan musikal anak, juga secara bersamaan memberikan berbagai pengaruh antara lain: Menstimulasi perkembangan otak pada masa tertentu karena musik memberikan rangsangan pada area kreativitas pada otak anak (Olivia dan Ariani, 2012). Riset yang dilakukan Van de Carr menyebutkan bahwa musik mampu meningkatkan volume otak pada anak karena merangsang pertumbuhan sel otak.

Musik dapat memberikan rangsangan terhadap aspek kognitif hal yang sama dikemukakan Cambell dalam bukunya efek Mozart mengatakan musik barok (Bach, Handel dan Vivaldi) dapat menciptakan suasana

yang merangsang pikiran dalam belajar. Musik klasik (Hydn dan Mozart) mampu memperbaiki konsentrasi ingatan dan persepsi spasial. Masih banyak lagi jenis-jenis musik lain mulai dari jazz, new age, latin, pop, lagu-lagu, gregorian bahkan gamelan yang dapat mempertajam pikiran dan meningkatkan kreativitas.

Mempelajari musik bagi anak memiliki berbagai keuntungan, diantaranya dapat mengasah daya ingat karena anak akan mengenal dan berusaha menghafal nada-nada dari musik tersebut. Selain itu musik juga dapat mengembangkan imajinasi sehingga membuatnya menjadi lebih kreatif (Rasyid, 2010). Mendengarkan musik atau menyanyi merupakan alat pembelajaran yang sangat murah. Selain itu menyanyi dan mendengarkan musik dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja. Bahkan menurut aristoteles, musik mempunyai kemampuan mendamaikan hati yang gundah, mempunyai terapi rekreatif dan menumbuhkan jiwa patriotisme. Pendapat lain mengatakan, musik diartikan sebagai bahasa nurani yang menghubungkan pemahaman dan pengertian

antar manusia pada sudut-sudut ruang dan waktu dimana pun kita berada.

Ada beberapa penelitian ilmiah yang telah membuktikan bahwa musik dapat menyembuhkan berbagai macam penyakit dan meningkatkan kecerdasan, terutama pada janin dan anak usia balita. Dalam hal ini, salah satu contoh musik yang telah dipercaya dan terbukti kebenarannya adalah musik Mozart. Musik klasik karya musisi Wolfgang Amadeus Mozart ini telah dikenal sebagai musik yang mencerdaskan dan menyehatkan. Tidak hanya itu, para ahli telah merekomendasikan musik Mozart bagi ibu hamil supaya anak mereka lahir dan tumbuh sebagai anak yang cerdas (Aizid, 2011). Berdasarkan hal tersebut, maka terapi musik sangat penting bagi manusia.

e. Manfaat Terapi Musik

Menuru (Aizid, 2011) musik memiliki beberapa manfaat antara lain:

- 1) Terapi Musik Dapat Menyehatkan dan Mencerdaskan Seseorang.

Dalam hal ini, salah satu musik yang telah dipercaya dan terbukti kebenarannya adalah musik Mozart. Musik karya Wolfgang Amadeus Mozart ini telah dikenal sebagai musik yang mencerdaskan dan menyehatkan.

Berdasarkan hal tersebut, maka terapi musik sangat penting bagi manusia. Jika tidak percaya, coba anda buktikan sendiri dengan mendengarkan musik tertentu (musik yang telah terbukti memiliki efek positif bagi tubuh) selama lima belas sampai dua puluh menit setiap harinya. Maka, dalam waktu satu minggu saja, Anda akan merasakan perbedaannya. Tubuh anda akan terasa lebih seha, pikiran lebih jernih, hati lebih senang, dan emosi Anda akan lebih tenang.

Menurut sebuah sumber, terapi musik didefinisikan sebagai suatu usaha yang berupa bantuan dari suatu proses terencana dengan menggunakan musik sebagai media penyembuhan bagi anak yang mengalami hambatan dalam masa pertumbuhan dan perkembangannya.

2) Terapi Musik Dapat Meningkatkan Kreativitas

Kreativitas itu tidak hanya dimiliki oleh orang yang pintar dari segi nilai atau prestasi akademiknya di sekolah. Tetapi, orang yang memiliki keterbelakangan mental atau “bodoh” pun bisa menjadi orang yang kreatif. Oleh karena kreativitas itu sudah ada dan melekat di dalam diri kita sejak kita dilahirkan.

Cara yang paling mudah untuk meningkatkan kreativitas, baik pada anak-anak maupun orang dewasa, adalah dengan terapi musik. Dengan mendengarkan musik yang teratur dan tenang, otak kita akan merangsang sebuah hormon yang dapat membuat daya kreatif kita berkembang. Oleh karena itu, jika kita menerapkan terapi musik secara rutin paling tidak selama lima belas menit setiap hari, maka kita dapat memaksimalkan potensi kreatif yang kita miliki.

3) Terapi Musik Dapat Mengoptimalkan Kecerdasan Anak

Setiap orang memiliki kecerdasan yang berbeda-beda di dalam dirinya. Kecerdasan itu tidak perlu diciptakan, tetapi hanya perlu ditingkatkan atau di optimalkan saja. Dalam hal inilah, musik memiliki peranan yang sangat penting. Sebab, berdasarkan berbagai penelitian yang telah dilakukan, musik dianggap bisa mempengaruhi kecerdasan seseorang. Artinya, dengan melakukan terapi musik, kecerdasan seseorang dapat meningkat dan optimal.

4) Terapi Musik Untuk Meningkatkan Kemampuan Bahasa dan Komunikasi Anak

Memperkenalkan berbagai macam suara kepada anak sejak dini terbukti dapat meningkatkan keragaman, fleksibilitas, dan daya tahan koneksi saraf, terutama dalam bidang matematika, bahasa dan logika. Oleh karena itu, seorang ibu disarankan untuk memperbanyak berbicara atau memperdengarkan suara (musik) kepada anak-

anaknya dalam masa satu tahun pertama pertumbuhan mereka.

5) Terapi Musik Untuk Mengurangi Kecemasan dan Stres Pada Anak Serta Orang Dewasa

Untuk mengatasi stres dan kecemasan kini telah ditemukan sebuah cara yang sangat sederhana, praktis, serta mudah dilakukan. Cara itu adalah terapi musik. Dalam berbagai penelitian ilmiah, musik telah terbukti dapat mengurangi kecemasan dan stres. Seseorang yang sering mendengarkan musik, khususnya musik klasik atau musik-musik yang menenangkan jiwa, maka kemungkinan untuk mengalami stres dan kecemasan sangatlah kecil.

Menurut Dra. Rita Milyartini, M.Si., dosen Metode Perkembangan Musik, fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Pendidikan Indonesia (UPI), berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa selain musik dapat meningkatkan kreativitas, membangun kepercayaan diri, mengembangkan keterampilan sosial, dan meningkatkan keterampilan motorik, persepsi, serta perkembangan psikomotorik, musik juga bisa

dijadikan terapi untuk berbagai kebutuhan, seperti pengganti obat depresan bagi mereka yang akan menghadapi meja operasi di rumah sakit. Setiap orang tentu tidak mau menjalani operasi di rumah sakit dengan alasan apapun. Namun ketika seorang dokter memvonis harus menjalani hal tersebut, seorang pasien biasanya akan mengalami depresi atau stres menjelang operasi. Sehingga, pasien harus diberi obat anti depresan agar tidak stres. Jadi, sebelum menjalani operasi, pasien diperdengarkan musik yang lembut terlebih dahulu, seperti musik instrumen atau musik klasik. Cara seperti ini bisa membuat pasien lebih rileks saat akan dioperasi. Dalam hal inilah, musik bisa menjadi pengganti obat depresan.

6) Terapi Musik Dapat Digunakan Untuk Mengatasi Gangguan Autisme Pada Anak

Anak autis termasuk anak berkebutuhan khusus. Ia harus mendapatkan penanganan yang betul-betul terencana atau serius. Penanganan yang tepat dan benar sejak dini dapat membantu anak keluar dari gangguan ini.

Berkaitan dengan hal tersebut, ada banyak sekali yang bisa Anda gunakan untuk mengatasi autisme pada anak. Salah satunya sekaligus yang paling praktis dan mudah dilakukan dirumah adalah terapi musik. Musik adalah sebuah keajaiban. Bukan hanya bagi mereka yang terlahir normal, namun musik juga bisa menjadi salah satu alat bantu terapi.

7) Terapi Musik Dapat Digunakan Untuk Menyembuhkan Insomnia.

Apabila anda ternyata mengalami insomnia, baik ringan, sedang, maupun berat, sebaiknya anda segera mengatasinya. Sebab, jika hal tersebut terus dibiarkan, kesehatan anda akan terganggu. Lalu, bagaimana cara untuk mengatasi gangguan tidur tersebut? Sebenarnya, ada banyak sekali cara yang bisa anda lakukan untuk mengatasinya. Akan tetapi, cara yang paling sederhana, praktis, murah dan mudah dilakukan adalah melalui terapi musik.

Musik ternyata terbukti dapat menjadi terapi bagi mereka yang mengalami insomnia. Dengan mendengarkan musik, khususnya musik klasik atau

musik yang berirama santai, saraf-saraf tubuh akan menjadi lebih rileks, sehingga mereka akan lebih mudah tertidur. Hal ini sudah banyak dibuktikan melalui penelitian ilmiah, baik pada anak-anak orang dewasa maupun orang tua.

8) Terapi Musik Dapat Digunakan Untuk Menyembuhkan Dan Memulihkan Penderita Stroke.

Berdasarkan bukti ilmiah, musik dapat digunakan untuk membantu orang yang mengalami kerusakan parah pada otak agar bisa berbicara kembali. Terapi musik ini digunakan oleh para dokter di *Beth Israel Deaconess Medical Center*, Boston, Amerika Serikat untuk merawat pasien stroke yang tidak mampu lagi berbicara. Jadi, dalam terapi ini digunakanlah perpaduan melodi dan kata-kata (kalimat).

Menurut Dr. Gottfried Schlaug, seorang profesor neurologi di *Beth Israel Deaconess Medical Center*, Boston, Amerika Serikat, musik dan pembuatan musik merupakan alat penyembuhan istimewa yang bisa menyembuhkan saraf.

9) Terapi Musik Dapat Digunakan Untuk Mencegah Dan Menyembuhkan Penyakit *Azheimer* (dimensia/pikun).

Sebuah catatan dalam sebuah situs menjelaskan, hasil penelitian selama beberapa dekade terakhir menunjukkan bahwa musik lembut dan tenanglah yang memberikan manfaat bagi kesehatan. Sedangkan musik dengan tempo keras dan cepat tidak menunjukkan dampak yang serupa. Musik tenang meningkatkan fungsi kognitif, seperti ingatan, konsentrasi, dan kemampuan berfikir rasional menjadi lebih baik. Selain itu, musik juga dapat meningkatkan kekebalan tubuh, menurunkan tekanan darah, membuat otot rileks, mengatur hormon stres, dan meningkatkan suasana hati.

Beberapa penelitian serupa terhadap orang-orang lanjut usia penderita dimensia (*Alzheimer*) telah dilakukan untuk mengurangi *Agitated Behaviour* (perilaku gelisah). Musik ternyata dapat digunakan untuk mengatasi masalah tersebut. Di Finlandia, Lansia khususnya para veteran perang, dikumpulkan dalam suatu grup terapi musik tempat mereka dapat bercerita, berbagi satu sama lain, dan

mengungkapkan perasaan mereka melalui musik dengan aman dan tanpa luapan amarah. Musik diyakini memiliki kemampuan mempengaruhi emosi seseorang dan dapat membantu mengekspresikannya, namun dalam batas tertentu dan tidak lepas kendali.

f. Macam-Macam Terapi Musik

1) Musik Klasik

a) Definisi Musik Klasik

Musik klasik merupakan istilah luas yang biasanya mengacu pada musik yang dibuat atau berakar dari tradisi kesenian barat, musik kristen, dan musik orkestra, mencakup periode abad ke-9 hingga abad ke-21.

Musik klasik eropa dibedakan dari bentuk musik non eropa, dan musik populer, terutama oleh sistem notasi musiknya yang sudah digunakan sejak sekitar abad ke-16. Notasi musik barat digunakan oleh komponis untuk memberi petunjuk kepada pembawa musik mengenai tinggi nada, kecepatan, metrum, ritme individual, dan pembawaan tepat suatu karya musik (Rasyid,

2010). Musik klasik biasanya lebih dikenal dengan irama yang lembut dan tenang dibandingkan dengan musik modern.

b) Sejarah Musik Klasik

Musik klasik dimulai dengan penemuan notasi gregorian tahun 590 oleh Paus Agung Gregori, berupa balok not dengan 4 garis, namun notasi belum ada hitungannya. Paus Gregori semasa hidupnya telah mencatat lagu-lagu Gereja dengan Notasi Gregorian tersebut. Sebelum tahun 590 musik mengalami kegelapan tidak ada peninggalan tertulis yang dapat di baca (Rasyid, 2010).

Zaman klasik atau periode Klasik dalam sejarah musik Barat berlangsung selama sebagian besar abad ke-18 sampai dengan awal abad ke-19. Walaupun istilah musik klasik biasanya digunakan untuk menyebut semua jenis musik dalam tradisi ini, istilah tersebut juga digunakan untuk menyebut musik dari zaman tertentu ini dalam tradisi tersebut. Zaman ini biasanya diberi batas antara tahun 1750 dan

1820, namun dengan batasan tersebut terdapat tumpang tidih dengan zaman sebelum dan sesudahnya, sama seperti pada semua batasan zaman musik yang lain (Sulastianto,dkk).

Zaman klasik berada diantara zaman barok dan zaman romantik. Beberapa Komponis Zaman Klasik Adalah Joseph Hydn, Musio Clemnti, Johan Ladislaus Dussek, Andrea Luchesi, Antonio Salieri Dan Carl Philip Emanuel Bach, walaupun mungkin komponis yang paling terkenal dari zaman ini adalah Wolfgang Amadeus Mozart dan Ludwig van Bethoven (Syafiq, 2003).

c) Macam-Macam Musik Klasik

(1) Jazz Blues

Jazz blues merupakan aliran musik yang mengkombinasikan musik jazz dan blues. Seperti halnya ragtime blues punya andil dan pengaruh besar pada perkembangan jazz. Amat ekspresiv didominasi gaya vokal yang tradisional, lagu blues menampilkan cerita dan emosi dari Alfro Amerika diawal abad 20.

Blues tidak hanya tipe musik tapi juga bentuk pola pikir dan jalan hidup bagi bannyak Afro Amerika di era itu. Rumit dan tersebar luas keseluruh dunia yang pasti amat tidak kaku.

Jazzy blues vokalis diakhir 40-an sampai awal 60-an berpadu dengan instrumentalis jazz bsar tahun 50-an dan awal 60-an. Prilaku seperti ini terus ditampilkan sampai sekarang dalam kebangkitan seperti oleh Harry Connick Jr., Diana Krall dan Wynton Marsalis. Lagu blues umumnya berisi kalimat dengan lirik 3 baris (*three-line stance*). Baris prtama diulangi 2 kali rhytem yang ketiga memebentuk bersama yang tadi (bentuk aab).

Salah satu tipe awal jazz yang sering melakukan pergerakan repetisi harmoni (sebuah pergerakan chords) berisi 12 bars dengan 44 yang mana di 4 bar pertama amat kuat (chord berdasar pada nada pertama diskala dari tangga nada). Bar 5-4 kurang dominan (chord berdasar pada nada keempat dari skala tangga nada). Bar 9-10 kembali dominan (chord berdasar pada nada klima dari skalanya). Dan

bar 11-12 dimainkan dengan kuat lagi. Blues ada dibagian pokok “blue” notes umumnya dinada ketiga dan ketujuh diskalanya. Chords ketujuh sangat umum (chord dengan kekuatan ketiga, dominan dan note ketujuh) sebagian penggunaan dari belokan pola titik nada. Blues cenderung lebih lambat dan kadang berkarakter sedih. Aslinya blues dimainkan dengan jumlah instrumen yang sedikit sekali. Diwaktu sekarang bisa jadi instrumental lebih banyak. Blues pertama yang dipublikasikan adalah Memphis Blues oleh bapaknya Blues, W.C.Handy.

(2) Mozart

Kekuatan musik mozart menjadi perhatian masyarakat terutama melalui penelitian inovatif di University of California pada awal tahun 1990-an. Di *Center for the Neurobiology of Learning and Memory* di Irvine, sebuah tim peneliti mulai meninjau sejumlah efek Mozart terhadap anak-anak dan mahasiswa. Frances H. Rauscher, Ph.D., serta

para koleganya mengadakan sebuah penelitian dimana tigapuluh enam mahasiswa tingkat sarjana dari departemen psikologi mendapatkan nilai delapan hingga sembilan angka lebih tinggi pada tes IQ spasial (bagian dari skala kecerdasan Stanford-Binet) setelah mendengarkan “*Sonata for Two in D Major*” (K.488) karya mozart selama sepuluh menit.

Meskipun efek itu hanya berlangsung sepuluh hingga lima belas menit, tim Rauscher menyimpulkan bahwa hubungan antara musik dengan penalaran ruang (spasial) sedemikian kuat hingga cukup dengan mendengarkan musik pun mampu membuat perbedaan. Musik Mozart “bisa menghangatkan otak”, ungkap Gordon Shaw, seorang fisikawan teoritis dan salah satu peneliti yang termasuk dalam tim tersebut setelah pengumuman hasil-hasil tadi. “Kami menduga bahwa musik yang rumit tersebut memperlancar pola-pola saraf kompleks tertentu yang terlibat dalam kegiatan-kegiatan otak yang tinggi seperti matematika dan catur. Sebaliknya, musik yang sederhana dan

berulang-ulang memiliki efek yang berlawanan (Cambell, 2002).

Musik klasik mozart juga dapat mengembangkan kemampuan bicara, memperbaiki gerakan tubuh dan mengembangkan otak kiri yang mengasah kemampuan berfikir secara logika. Telah dilakukan riset dan diperoleh bahwa musik Mozart dapat menguatkan daya ingat lebih cepat 3 bulan pada bayi. Anak TK dapat lebih cerdas 34% bila diajarkan piano dari pada ketika diajar komputer (setelah belajar piano IQ anak meningkat 46%), mendengarkan musik klasik 30 menit sehari dapat meningkatkan kemampuan motorik dan kreativitas berfikir pada anak (Cambell, 2002).

(3) Gamelan

Gamelan khususnya yang dipakai dalam tari gandrung banyuwangi memiliki kekhasan dengan adanya kedua biola, yang salah satunya dijadikan sebagai pantus atau pemimpin lagu. Menurut sejarahnya, pada abad ke-19, seorang

Eropa menyaksikan pertunjukan seblang (Gandrung) yang diiringi dengan suling. Kemudian orang tersebut mencoba menyelaraskannya dengan biola yang dia bawa waktu itu, pada saat itu dia mainkan lagu-lagu seblang tadi dengan biola, orang-orang sekitar terpesona dengan irama menyanyat yang dihasilkan biola tersebut. Sejak itu, biola mulai menggeser suling karena dapat menghasilkan nada-nada tinggi yang tidak mungkin dikeluarkan oleh suling.

Selain itu, gamelan-gamelan ini juga menggunakan “kluncing” (*trianggél*) , yakni alat musik berbentuk segetika yang dibuat dari kawat besi tebal, dan dibunyikan dengan alat pemukul dari bahan yang sama. Kemudian terdapat “kendhang” yang jumlahnya bisa satu atau dua. Kendhang yang dipakai di Banyuwangi hampir serupa dengan kendhang yang dipakai dalam gamelan Sunda maupun Bali. Fungsinya adalah menjadi komando dalam musik, sekaligus memberi efek musical di semua sisi.

d) Manfaat Musik Klasik

Sejauh ini, musik yang benar-benar terbukti dan sangat besar pengaruhnya terhadap perkembangan otak bayi adalah jenis musik klasik karya Wolfgang Amadeus Mozart. Dibanding gubahan musik klasik lainnya, melodi dan frekuensi yang tinggi pada karya-karya Mozart mampu merangsang dan memberdayakan daerah kreatif di otak. Getaran musik klasik, seperti karya Mozart dan Bethoven, memiliki nada yang sama dengan getaran otak. Karena getarannya sama, maka musik dapat merangsang saraf otak untuk berosilasi (berayun atau bergetar). Osilasi saraf otak seorang tidak pernah berhenti meskipun dalam keadaan tidur. Dengan demikian, musik klasik adalah jenis musik yang paling disarankan untuk meningkatkan kecerdasan otak anak, terutama karya Mozart (Aizid, 2011).

Saat mendengarkan musik Klasik, anak-anak memperkuat sirkuit otak yang berguna untuk matematika. Mendengarkan musik juga

meningkatkan pola inheren otak yang berguna untuk tugas berfikir yang kompleks (Jackie silberg).Dalam musik klasik itu dasar-dasarnya sendiri menyerupai ritme denyut nadi manusia. Jenis ini lebih dimungkinkan untuk bisa masuk dalam perkembangan otak, pembentukan jiwa, karakter, bahkan raga. Berdasarkan penelitian, musik klasik yang mengandung komposisi nada berfluktuasi antara nada tinggi dan nada rendah akan merangsang kuadran C pada otak. Sampai usia 4 tahun, kuandaran B dan C pada otak anak-anak akan berkembang hingga 80% dengan musik (Sudrajat, 20011).

2) Musik Modern

a) Definisi Musik Modern

Musik modern merupakan suatu musik yang dibangun berdasarkan suatu aturan komposisi yang jelas, seperti sistim notasi, tangganada, tekstur, dan instrumen yang telah dikenal luas dan mudah dipelajari. Selain itu musik modern bersifat

terbuka, artinya komposisi dan gaya musik ini sangat dipengaruhi oleh berbagai pengalaman musikal para musisi dari suatu masa.

b) Jenis-jenis Musik Modern

Jenis-jenis musik modern dapat dikelompokkan berdasarkan aliran, sumber bunyi, dan proses penciptaannya. Berdasarkan alirannya musik modern dapat dikelompokkan menjadi beberapa jenis:

(1) Jazz

Dikembangkan pertama kali oleh orang-orang Afrika-Amerika pada awal abad ke 20 di New Orleans, Amerika Serikat. Ciri utama dari musik Jazz adalah improvisasi dengan aturan-aturan dan gaya yang telah mereka pilih. Improvisasi tersebut disertai dengan progresi chord yang berulang dari sebuah lagu populer atau komposisi

asli. Instrumen utama dalam musik jazz adalah piano, bass, drum, gitar, saxophone, trombon dan trompet.

Selama periode usia prasekolah, usahakan anak mendapatkan terapi bernuansakan musikal. Karena warna musik mendorong anak melakukan gerakan yang akan mempengaruhi perkembangan motoriknya secara menyeluruh. Oleh karena musik jazz mempunyai irama yang sangat lembut maka musik jazz juga dapat digunakan dalam melakukan terapi (Djohan, 2006).

(2) Rhythm and Blues (R & B)

Musik R&B terdiri dari berbagai jenis musik populer yang saling terkait. Musik R&B terdiri dari genre-genre seperti soul, funk, disco, dan rap. Saat ini musik R&B cenderung mengutamakan

kemampuan improvisasi melodi dari vokalisnya dengan harmonisasi yang progresif dari bunyi-bunyi instrumen musiknya.

(3) Pop

Musik populer memiliki 2 makna, pertama, musik-musik yang sedang disenangi oleh masyarakat dalam kurun waktu tertentu. Kedua, sebuah aliran atau gaya musik tertentu seperti halnya aliran musik lainnya. Dalam hal ini musik pop memiliki karakteristik yang berbeda dengan aliran musik lainnya.

Ciri musik pop adalah melodi sangat mudah diterapkan dengan berbagai karakter lirik, sangat fleksibel untuk dipadukan dengan gaya musik lain, harmoni tidak terlalu rumit, tempo bervariasi, penggunaan ritme bebas dengan mengutamakan permainan drum dan

gitar bass. Komposisinya juga mudah dicerna.

(4) Rock

Musik rock era jaman sekarang jauh lebih simpel dibanding era sebelumnya, belum kebaca ciri yang signifikan karena masih merupakan pengulangan era-era sebelumnya, mungkin baru akan terbaca setelah era-era setelah ini.

(5) Country

Musik ini sering disebut juga Country and Western, yang merupakan salah satu genre besar pada musi populer terutama dinegeri Amerika Serikat. Jenis musik modern ini bersumber dari musik rakyat atau musik tradisional yang berasal dari Appalachia di kawasan pegunungan selata Amerika Serikat.

3). Perbedaan Terapi Musik Klasik(mozart) dan jazz terhadap kreativitas

Menurut (Aizid, 2011) mengatakan bahwa cara yang paling mudah untuk meningkatkan kreativitas, baik pada anak-anak maupun orang dewasa, adalah dengan terapi musik. Dengan mendengarkan musik yang tenang dan teratur, otak kita akan merangsang sebuah hormon yang dapat membuat daya kreatif kita berkembang. Menurut Don Campbell (dalam Rasyid, 2010) musik klasik dapat mempertajam pikiran, meningkatkan kreativitas dan menyehatkan tubuh. Banyak fakta menarik yang diungkapkan Campbell, dan Tomatis. Di antaranya, adanya hubungan yang menarik antara music, dan kecerdasan manusia. Musik (klasik) terbukti dapat meningkatkan fungsi otak, dan intelektual manusia secara optimal. Campbell kemudian mengambil contoh karya Mozart, sonata in D mayor K 488 yang diyakininya mempunyai fek stimulasi yang paling baik bagi bayi.

Frances rauscher dan koleganya dari universitas Wisconsin, Amerika Serikat, melakukan penelitian tentang hubungan antara kecerdasan, dan musik. Para peneliti dari perguruan tinggi tersebut membagi dua

kelompok tikus hamil. Kepada kelompok pertama diperdengarkan sejumlah sonata-sonata yang indah dari mozart. Lalu, bayi-bayi tikus yang baru lahir masih tetap disuguhi musik yang sama sampai mereka berusia dua bulan. Kelompok induk lainnya diperdengarkan musik minimalis Glass, dan hal itu dilanjutkan sampai bayi-bayi tikus berusia dua bulan. Kelompok induk lainnya diperdengarkan musik minimalis Glass, dan hal itu dilanjutkan sampai bayi-bayi tikus berusia dua bulan. Rauscher, dan kawan-kawannya kemudian menguji apakah “vitamin musik” yang diberikan sebagai makanan suplement untuk dua kelompok tikus itu memberi dampak pada kecerdasan. Mereka menguji tikus-tikus bayi itu untuk berlomba di jaringan jalan yang ruwet, jalan yang simpang siur, untuk mendapatkan hadiah makanan. Hasil uji coba sangat mengesankan. Bayi-bayi tikus yang mendapatkan “vitamin musik klasik” dari sonata-sonata mozart lebih cepat dan pandai dalam mencari jalan menuju tempat makan.

Jenis musik yang bermanfaat bagi anak TK bukan hanya musik klasik (mozart), jenis musik yang ritmenya seperti detakan jantung ini memang lebih memungkinkan untuk mengembangkan otak, jiwa,

karakter serta kreativitas pada anak. Namun untuk memperkenalkan musik, untuk membentuk karakter, jiwa dan kreativitas pada anak bisa dilakukan dengan jenis musik lain seperti pop, jazz, atau yang lebih easy listening, dan usahakan yang alunannya cenderung tenang (Riki, 2011).

Lagu dan nyanyian sangat berguna dalam mengajarkan konsep dan keterampilan pada anak dalam bidang pendidikan atau perkembangan contohnya musik jazz karena musik jazz mempunyai irama yang sangat lembut. Misalnya, konsep spasial, matematika dan bahasa, imajinasi tubuh, kehidupan yang nyata dan keterampilan menolong diri sendiri (Djohan, 2006).

BAB 4 SATUAN ACARA KEGIATAN PEMBERIAN TERAPI MUSIK PADA SAAT PEMBELAJARAN ANAK USIA DINI

Dwi Nur Ahadah dan Widy Setyowati

Topik	: Bermain Kelompok
Pelaksana	: Guru
Sasaran	: Anak Pra Sekolah
Tempat	: Tempat Pendidikan Anak Usia Dini (tingkat Kelompok Bermain atau Taman Kanak-kanak)
Hari/tanggal	: disesuaikan dan diatur (rutin setiap hari selama 2 minggu efektif yakni setiap hari senin sampai jumat)
Durasi	: 15 menit dalam satu hari

a. Tujuan Instruksional Umum

Setelah dilakukan terapi musik selama 15 menit diharapkan siswa dapat menyelesaikan tugas kreatif yang diberikan oleh guru dengan baik

b. Tujuan Instruksional Khusus

Setelah diberikan terapi musik 15 menit anak mampu:

1. Menjadi lebih tenang ditempat duduk

2. Lebih berkonsentrasi mengerjakan tugas yang diberikan sambil mendengarkan musik
3. Lebih mandiri dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru
4. Mampu mengumpulkan tugas yang diselesaikan dengan baik sesuai dengan waktu yang ditetapkan yakni 10 menit.

c. Bahan :

Musik klasik Mozart Sonata in D Mayor K 448

Kertas Gambar Buah

Kertas Gambar Orang

d. Alat:

Crayon

Pensil Warna

Penghapus

Pensil gambar

e. Fasilitator:

2 orang guru dengan tugas dan tanggung jawab: guru pertama memonitoring durasi terapi musik dan mengobservasi siswa, dan guru kedua memfasilitasi kegiatan menggambar siswa PAUD.

f. Pelaksanaan

No	Tahap	Aktivitas Guru	Aktivitas Siswa	Waktu
1	Pembukaan	- Mengucapkan salam - Memberikan motivasi belajar pada Siswa - Menyampaika n tujuan - Menyiapkan musik mozart Sonata D Mayor K 448 - Menyiapkan kertas gambar sesuai dengan jumlah siswa dengan pembagian 50% siswa mendapatkan gambar buah dan 50% siswa mendapatkan gambar orang - Memberi nama kertas gambar sesuai dengan daftar absensi siwa yang hadir	- Menjawab salam - Mendengarka n - Menunggu guru mempersiapkan pelajaran dengan tenang	10 menit

2	Pelaksanaan kegiatan	1.Membagikan kertas gambar pada siswa 2.Membagikan alat mewarnai pada siswa 3.Meminta siswa untuk duduk dengan tenang (tidak saling berebut) 4.Meminta siswa untuk memulai aktivitas mewarnai gambar sesuai dengan selera mereka 5.Menyalakan musik klasik untuk mengiringi aktivitas siswa 6.Mendampingi siswa menyelesaikan tugas 7.Memonitoring kegiatan siswa	- Menerima kertas gambar - Menyiapkan alat mewarnai yang telah dibagikan - Duduk dengan tenang ditempat masing-masing - Mewarnai gambar yang telah dibagi dengan tenang - Mendengarkan musik sekaligus mewarnai	30 menit
3	Penutup	- Memberikan instruksi untuk mengumpul	- Mengumpulkan gambar	10 menit

		kan hasil gambar - Memberikan evaluasi terhadap hasil mewarnai yang dilakukan oleh siswa - Mengumumkan kreativitas siswa terbaik - Menutup sesi kreativitas - Mengijinkan siswa beristirahat	- Mendengarkan hasil evaluasi guru - Mengapresiasi pengumuman guru - beristirahat	
--	--	--	---	--

BAB 5 STIMULASI BERMAIN

Nur Hidayati Hamidah dan Anni Latifah

a. Pengertian Bermain

Bermain merupakan cerminan kemampuan fisik, intelektual, emosional, 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, 2009).

b. Pengertian Terapi Bermain Kelompok

Menurut Schacter (2006), terapi bermain kelompok adalah terapi bermain yang melibatkan lebih dari dua orang atau kelompok kecil. Terapi ini memberikan kesempatan bagi anak untuk bersosialisasi. Terapi bermain kelompok bertujuan untuk mendorong anak yang bermasalah secara psikologis untuk mempertinggi harga dirinya, menambah pemahaman tentang realita hidup dan mengembangkan mekanisme dan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Terapi bermain kelompok akan mengubah perilaku anak

setelah berinteraksi dengan anak-anak lain dalam kelompoknya karena biasanya mereka akan belajar dari perilaku anak lain ketika menghadapi situasi tertentu dalam kehidupan nyata (Wanda, 2009).

c. **Manfaat Bermain**

1) *Learningby planning.*

Bermain bagi anak dapat menyeimbangkan motorik kasar seperti berlari, melompat atau duduk, serta motorik halus seperti menulis, menyusun gambar atau balok, menggunting dan lain-lain. Keseimbangan motorik kasar dan halus akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan psikologis anak. Secara tidak langsung, permainan merupakan perencanaan psikologis bagi anak untuk mencapai kematangan dan keseimbangan di masa perkembangannya.

2) Mengembangkan otak kanan.

Dalam beberapa kondisi belajar formal, seringkali kinerja otak kanan tidak optimal. Melalui permainan, fungsi kerja otak kanan dapat dioptimalkan karena bermain dengan teman sebaya seringkali menimbulkan keceriaan bahkan

pertengkaran. Hal ini sangat berguna untuk menguji kemampuan diri anak dalam menghadapi teman sebaya, serta mengembangkan perasaan realistis anak akan dirinya. Artinya, ia dapat merasakan hal-hal yang dirasa nyaman dan tidak nyaman pada dirinya dan terhadap lingkungannya, serta dapat mengembangkan penilaian secara objektif dan subjektif atas dirinya.

3) Mengembangkan pola sosialisasi dan emosi anak.

Bermain dapat menjadi sarana anak untuk belajar menempatkan dirinya sebagai makhluk sosial. Dalam permainan anak berhadapan dengan berbagai karakter yang berbeda, sifat dan cara berbicara yang berbeda pula, sehingga ia dapat mulai mengenal heterogenitas dan mulai memahaminya sebagai unsur penting dalam permainan. Anak juga dapat mempelajari arti penting nilai keberhasilan pribadi dalam kelompok; serta belajar menghadapi ketakutan, penolakan, juga nilai baik dan buruk yang akan memperkaya pengalaman emosinya. Dengan kata lain, bermain membuat dunianya lebih berwarna, perasaan kesal, marah, kecewa, sedih, senang, bahagia akan secara

komplit ia rasakan dalam permainan. Hal ini akan menjadi pengalaman emosional sekaligus belajar mencari solusi untuk menanggulangi perasaan-perasaan tersebut di kemudian hari.

4) Belajar memahami nilai memberi dan menerima.

Bermain bersama teman sebaya bisa membuat anak belajar memberi dan berbagi, serta belajar memahami nilai *take and give* dalam kehidupannya sejak dini. Melalui permainan, nilai-nilai sedekah dalam bentuk sederhana bisa diterapkan. Misalnya berbagi makanan atau minuman ketika bermain, saling meminjam mainan atau menolong teman yang kesulitan. Anak juga akan belajar menghargai pemberian orang lain sekali pun ia tidak menyukainya, menerima kebaikan dan perhatian teman-temannya. Proses belajar seperti ini tidak akan diperoleh anak dengan bermain mekanis/pasif, karena lawan atau teman bermainnya adalah benda mati.

5) Sebagai ajang untuk berlatih merealisasikan rasa dan sikap percaya diri (*self confidence*), mempercayai orang lain (*trust to people*),

kemampuan bernegosiasi (*negotiation ability*) dan memecahkan masalah (*problem solving*).

Ragam permainan dapat mengasah kemampuan bersosialisasi, kemampuan bernegosiasi, serta memupuk kepercayaan diri anak untuk diakui di lingkungan sosialnya. Anak juga akan belajar menghargai dan mempercayai orang lain, sehingga timbul rasa aman dan nyaman ketika bermain. Rasa percaya diri dan kepercayaan terhadap orang lain dapat menimbulkan efek positif pada diri anak, ia akan lebih mudah belajar memecahkan masalah karena merasa mendapat dukungan sekalipun dalam kondisi tertentu ia berhadapan dengan masalah dalam lingkungan bermainnya. Reamonn O Donnchadha dalam buku *The Confident Child* menyatakan bahwa “Permainan akan memberi kesempatan untuk belajar menghadapi situasi kehidupan pribadi sekaligus belajar memecahkan masalah”. Kepercayaan merupakan modal dalam membina sebuah hubungan, termasuk hubungan pertemanan anak kecil. Kepercayaan juga dapat menjadi motivasi untuk memecahkan masalah karena tanpa itu masalah tidak akan pernah benar-benar

selesai dan sebuah hubungan menjadi tidak langgeng (Nea, 2009).

d. Jenis Permainan Untuk Anak terdiri dari:

1) Permainan Aktif.

Permainan aktif adalah kegiatan yang dilakukan seseorang dalam rangka memperoleh kesenangan dan kepuasan dari aktifitas yang dilakukannya sendiri. Pada dasarnya anak usia 4-5 tahun lebih banyak melakukan gerakan-gerakan dalam bermain daripada diam atau hanya menjadi penonton suatu permainan. Adapun jenis kegiatan dalam bermain aktif adalah:

a) Bermain Bebas dan Spontan atau Eksplorasi

Dalam permainan ini anak dapat melakukan segala hal yang diinginkannya, tidak ada aturan dalam permainan tersebut. Anak akan terus bermain dengan permainan tersebut pasti akan menimbulkan kesenangan pada anak. Dalam permainan ini anak melakukan percobaan dan mengenal hal yang terbaru.

b) Drama

Dalam permainan ini, anak memerankan suatu peranan, menirukan karakter yang dikagumi dalam kehidupan yang nyata.

c) Bermain Musik

Bermain musik dapat mendorong anak untuk mengembangkan anak untuk bertingkah laku sosial, yaitu bermain dengan teman sebayanya dalam memproduksi musik atau memainkan alat musik.

d) Mengumpulkan atau Mengoleksi Sesuatu

Kegiatan ini sering menimbulkan rasa bangga, karena anak mempunyai koleksi lebih banyak dari pada teman-temannya. Disamping itu mengumpulkan benda-benda dapat mempengaruhi penyesuaian pribadi dan sosial anak. Anak terdorong untuk bersikap jujur, bekerja sama dan bersaing.

e) Permainan Olah Raga.

Dalam permainan ini olah raga, anak banyak menggunakan energi fisiknya, sehingga dapat membantu perkembangan fisiknya. Disamping itu kegiatan ini

mendorong anak dengan belajar bergaul, bekerja sama, memainkan peran pemimpin, serta menilai diri dengan kemampuannya secara realistis dan sportif.

2) Permainan pasif

Permainan jenis ini kebalikan dari permainan aktif, yaitu permainan yang tidak banyak membuang energi. Adapun jenis kegiatan permainan pasif adalah:

a) Membaca.

Membaca merupakan kegiatan yang sehat. Membaca akan memperluas wawasan dan pengetahuan anak, sehingga anak pun akan berkembang kreatifitas dan kecerdasannya.

b) Mendengarkan Radio.

Mendengarkan radio dapat mempengaruhi anak baik secara positif maupun negatif. Pengaruh positifnya adalah anak akan bertambah pengetahuannya, sedangkan pengaruh negatifnya yaitu anak meniru hal-hal yang disiarkan di radio seperti kekerasan dan hal-hal negatif lainnya.

c) Menonton Televisi.

Pengaruh televisi sama seperti mendengarkan radio, baik pengaruh positif maupun negatif (Syuropati, 2009).

e. Jenis Permainan Aktif Untuk Meningkatkan Sosialisasi anak

1) Permainan Lompat Tali

Dilakukan selama 1 minggu dalam 15-30 menit setiap kali permainan yang terdiri dari beberapa ukuran ketinggian tali karet yang harus dilompati, yaitu:

- a) Tali berada pada batas lutut pemegang tali.
- b) Tali berada pada sebatas pinggang (sewaktu melompat pemain tidak boleh mengenai tali karet sebab jika mengenainya, maka ia akan menggantikan posisi pemegang tali).
- c) Posisi tali sebatas telinga.
- d) Posisi tali sebatas kepala.
- e) Posisi tali sejengkal dari kepala.
- f) Posisi tali dua jengkal dari kepala
- g) Posisi tali seacungan atau hasta pemegang tali.

Cara bermain lompat tali:

- a) Memegang kedua ujung tali kemudian mengayunkannya melewati kepala dan kaki sambil melompatinya. Jika bermain secara berkelompok biasanya melibatkan minimal 3 anak.
- b) Diawali dengan gambeng atau hompipah untuk menentukan dua anak yang kalah sebagai pemegang kedua ujung tali. Dua anak yang kalah akan memegang ujung tali; satu di bagian kiri, satu anak lagi di bagian kanan untuk meregangkan atau mengayunkan tali. Lalu anak lainnya akan melompati tali tersebut.
- c) Aturan permainannya simple; bagi anak yang sedang mendapat giliran melompat, lalu gagal melompati tali, maka anak tersebut kan berganti dari posisi pelompat menjadi pemegang tali (Nuri, 2009).

2) Permainan Bola

Kegiatan melempar bola ke sasaran yang dilakukan selama 3 hari dalam waktu 15-30 menit. Sepak bola adalah permainan indah yang dimainkan oleh jutaan gadis dan anak laki-laki (umur 6 sampai 18 tahun) diberbagai benua. Saat ini anak-anak yang bermain sepak bola pada usia 6 sampai 11 tahun biasanya ingin bersenang-senang, bermain dengan lapangan kecil seperti 4 / 4 tanpa perlu menghitung berapa goal yang tercipta. Permainan melempar bola ke sasaran sangat digemari oleh anak-anak karena pola permainannya menyenangkan dan mengandung unsur kompetitif. Permainan ini bertujuan untuk melatih ketepatan, konsentrasi dan kerja sama kelompok (Rizal, 2009).

Manfaat Bermain bola terdiri atas:

- a) Memperkuat otot tangan dan kaki. bermain bola tangan dengan melambung-lambungkannya ke atas dapat melatih kekuatan otot tangan anak. Begitu juga dengan menendang bola lurus, akan melatih kemampuan otot kaki.
- b) Melatih konsentrasi. Ketika anak menendang bola lurus ke dalam gawang, dia sudah melatih

konsentrasi. Juga saat anak melemparkan bola ke dalam ring, anak akan berkonsentrasi untuk memasukkan bola pada satu titik tersebut.

- c) Membantu anak bersosialisasi seperti bergaul dengan orang lain, bekerja sebagai sebuah tim, memberikan kontribusi melalui upaya individu untuk tujuan bersama, tahu pasang dan surut, pilih satu sama lain, kompetisi, berusaha untuk menjadi yang terbaik, untuk mendapatkan dukungan dan membantu yang lain.
- d) Melatih sensitivitas. Lambungkan bola, dan anak akan menangkapnya. Ini memicu reaksi dan kesigapannya untuk menangkap bola. Perlahan-lahan, dengan banyak latihan menangkap bola, sensitivitasnya akan semakin terasah.
- e) Melatih koordinasi antara mata, tangan, dan kaki. Latihan ini awalnya memang akan sulit bagi anak. Apalagi mengkoordinasikan kerja mata, tangan, dan kaki agar sigap. Namun, latihan bola dapat membantunya menyelaraskan kerja anggota tubuh anak.

f. Fungsi Bermain Pada Anak

Dunia anak tidak bisa dipisahkan dengan dunia bermain, keduanya bersifat universal di semua bangsa dan budaya. Diharapkan bahwa dengan bermain, anak akan mendapatkan stimulus yang mencukupi agar dapat berkembang secara optimal. Hidayat (2008) menjelaskan bahwa fungsi bermain pada anak diantaranya sebagai berikut:

1) Membantu Perkembangan sensorik dan motorik

Fungsi bermain pada anak dapat dikembangkan dengan melakukan rangsangan pada sensorik dan motorik, melalui rangsangan ini aktifitas anak dapat mengeksplorasi alam di sekitarnya. Aktivitas sensori motor merupakan bagian yang berkembang paling dominan pada masa bayi. Perkembangan sensori motor ini didukung oleh stimulus visual, stimulasi pendengaran, stimulasi taktil (sentuhan) dan stimulasi kinetik. Stimulus sensorik yang diberikan oleh lingkungan anak akan direspon dengan memperlihatkan aktivitas-aktivitas motoriknya.

2) Membantu Perkembangan kognitif

Perkembangan kognitif dapat dirangsang melalui permainan, hal ini dapat terlihat pada saat anak bermain. Anak belajar mengenal warna, bentuk atau ukuran, tekstur dari berbagai macam objek, angka, dua benda. Anak belajar untuk merangkai kata, berpikir abstrak, dan memahami hubungan ruang seperti naik, turun, tertutup dan terbuka. Aktivitas bermain juga dapat membantu perkembangan ketrampilan dan mengenal dunia nyata dan fantasi.

3) Membantu Kemampuan Sosialisasi Anak

Proses sosialisasi dapat terjadi melalui permainan, Dengan bermain, anak akan mengembangkan dan memperluas sosialisasi belajar untuk mengatasi persoalan yang timbul, mengenal nilai-nilai moral dan etika, belajar mengenai apa yang salah dan benar, serta bertanggung jawab terhadap sesuatu yang diperbuatnya.

4) Meningkatkan Kreativitas

Bermain juga dapat berfungsi dalam peningkatan kreatifitas, di mana anak mulai belajar menciptakan sesuatu dari permainan yang ada dan mampu memodifikasi objek yang akan digunakan dalam permainan sehingga anak akan lebih kreatif melalui model permainan ini, seperti bermain bongkar pasang mobil-mobilan.

5) Meningkatkan Kesadaran diri

Bermain pada anak dapat memberi kemampuan untuk mengeksplorasi tubuh dan merasakan dirinya sadar dengan orang lain yang merupakan bagian dari individu yang saling berhubungan, anak mau belajar mengatur perilaku, serta membandingkan dengan perilaku orang lain.

6) Mempunyai Nilai Terapeutik

Bermain dapat menjadikan diri anak lebih senang dan nyaman sehingga adanya stres dan ketegangan dapat dihindari, mengingat bermain dapat menghibur diri anak terhadap dunianya.

7) Mempunyai Nilai Moral Pada Anak

Bermain juga dapat memberikan nilai moral tersendiri pada anak, hal ini dapat dijumpai

ketika anak sudah mampu belajar mengenai perilaku yang benar dan salah dari lingkungan rumah maupun sekolah dan ketika berinteraksi dengan temannya. Disamping itu, ada beberapa permainan yang memiliki aturan-aturan yang harus dilakukan dan tidak boleh dilanggar.

g. Variasi Dan Keseimbangan Dalam Aktivitas Bermain

Anak memerlukan alat permainan yang bervariasi, sehingga bila dia bosan permainan yang satu, dapat memilih permainan yang lainnya. Bermain harus seimbang, artinya harus ada keseimbangan antara bermain aktif dan yang pasif yang biasanya disebut hiburan. Dalam bermain aktif kesenangan diperoleh dari apa yang diperbuat oleh mereka sendiri, bermain pasif kesenangan didapat dari orang lain (Sutjiningsih, 2002).

1) Bermain aktif

a) Bermain mengamati / menyelidiki (*Exploratory play*)

Perhatian pertama anak pada alat bermain adalah memeriksa alat permainan

tersebut. Anak memperhatikan alat permainan, mengocok-ngocok apakah bunyi, mencium, meraba, menekan, dan kadang-kadang berusaha membongkar.

b) Bermain konstruksi (*Construction play*)

Pada anak umur 3 tahun, misalnya dengan menyusun balok-balok menjadi rumah-rumahan dll.

c) Bermain drama (*Dramatic play*)

Misalnya main sandiwara boneka, main rumah-rumahan dengan saudara-saudaranya atau dengan teman-temannya.

2) Bermain pasif

Dalam hal ini anak berperan pasif, antara lain dengan melihat dan mendengar. Bermain pasif ini adalah ideal, apabila anak sudah lelah bermain aktif dan membutuhkan sesuatu untuk mengatasi kebosanan dan kelelahannya. Contohnya : Melihat gambar-gambar di buku-buku atau majalah, mendengarkan cerita atau musik dan menonton televisi.

h. Klasifikasi Bermain

Ada beberapa jenis permainan, baik ditinjau dari isi permainan maupun karakter sosial. Berdasarkan isi permainan, ada *social affective play*, *sense-pleasure play*, *skill play*, *games*, *unccopied behaviour*, dan *dramatic play*. Apabila ditinjau dari karakter, ada *social play*, *solitary play*, dan *paralel play* (Supartini, 2004).

1) Berdasarkan isi permainan

a) *Social affective play*

Inti dari permainan ini adalah adanya hubungan interpersonal yang menyenangkan antara anak dan orang lain.

b) *Sense of pleasure play*

Permainan ini menggunakan alat yang dapat menimbulkan rasa senang pada anak dan biasanya mengasyikkan.

c) *Skill play*

Permainan ini akan meningkatkan ketrampilan anak, khususnya motorik kasar dan halus.

d) *Games atau permainan*

Jenis permainan yang menggunakan alat tertentu yang menggunakan perhitungan dan atau skor.

e) *Unccupied behaviour*

Anak tidak memainkan alat permainan tertentu tetapi situasi atau objek yang ada disekelilingnya yang digunakan sebagai alat permainan.

f) *Dramatic play*

Pada permainan ini anak memainkan peran sebagai orang lain melalui permainannya.

2) Berdasarkan karakter sosial

a) *Onlooker play*

Pada jenis permainan ini anak hanya mengamati temannya yang sedang bermain, tanpa ada inisiatif untuk ikut berpartisipasi dalam permainan.

b) *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.

c) *Parallel play*

Permainan ini biasanya dilakukan oleh anak toddler, pada permainan ini anak dapat menggunakan alat permainan yang sama, tetapi antara anak yang satu dengan anak lain yang terjadi kontak satu sama lain sehingga antara anak satu dengan yang lain tidak ada sosialisasi satu sama lain.

d) *Associative play*

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

e) *Cooperative play*

Aturan permainan dalam kelompok tampak lebih jelas pada permainan jenis ini, juga tujuan dan pemimpin permainan.

i. Jenis Alat Permainan Berdasarkan Kelompok Umur

1) Usia 0 – 1 tahun

Jenis alat permainan yang dianjurkan pada usia ini antara lain :

- a) Benda/alat permainan yang aman dimasukkan ke dalam mulut.
- b) Alat permainan yang dapat digoyang dan menimbulkan suara.
- c) Boneka orang/binatang yang lunak.
- d) Giring-giring dengan bola di dalamnya.

Karakteristik permainan pada masa bayi adalah permainan yang memungkinkan anak berinteraksi dengan sosialnya (*sosial affective play*) dan permainan yang memberikan kesenangan pada anak (*sense of pleasure play*).

2) Usia 1 – 2 tahun

Jenis permainan yang dapat digunakan pada usia 1 – 2 tahun pada dasarnya bertujuan untuk melatih anak melakukan gerakan mendorong/menarik, melatih melakukan imajinasi, melatih anak melakukan kegiatan sehari-hari dan

memperkenalkan beberapa bunyi dan mampu membedakannya.

Jenis mainannya usia 1-2 tahun antara lain :

- a) Permainan yang bisa didorong dan ditarik.
- b) Alat-alat rumah tangga seperti cangkur, piring yang tidak mudah pecah, sendok.
- c) Balok-balok.
- d) Buku gambar.
- e) Kertas dan alat tulis.

3) Usia 2 – 3 tahun

Perasaan anak mengembangkan keterampilan berbahasa, melatih motorik kasar dan halus, mengembangkan kecerdasan, melatih daya imajinasi dan melatih kemampuan membedakan permukaan dan warna benda.

Jenis permainan yang digunakan untuk usia 2-3 tahun antara lain :

- a) Alat-alat untuk menggambar.
- b) Puzzle sederhana.
- c) Manik-manik ukuran besar.
- d) Berbagai benda yang mempunyai permukaan dan warna yang berbeda.
- e) Lilin yang dapat dibentuk.

4) Usia 3 – 6 tahun

Pada usia 3 – 6 tahun anak sudah mulai mampu mengembangkan kreativitasnya dan sosialisasi sehingga sangat diperlukan permainan yang dapat mengembangkan kemampuan menyamakan dan membedakan kemampuan berbahasa, mengembangkan kecerdasan, menumbuhkan sportivitas dan mengembangkan koordinasi motorik.

Jenis permainan yang digunakan antara lain :

- a) Buku gambar
- b) Benda-benda di sekitar rumah
- c) Majalah anak-anak
- d) Kertas untuk belajar melipat, puzzle sederhana, manik-manik ukuran besar dan berbagai benda yang mempunyai warna yang berbeda-beda (Hidayat, 2008).

j. Cara Menolong Anak Untuk Bermain

Menurut Soetjingsih (2002) menjelaskan tentang cara menolong anak untuk bermain adalah :

- 1) Bermain / alat permainan harus sesuai dengan taraf perkembangan anak.

- 2) Agar kemampuan anak berkembang, orang tua harus sabar. Perhatikan kemampuan dan minat anak, janganlah orang tua menuntut anak diluar kemampuannya.
- 3) Ulangilah suatu cara bermain, sehingga anak benar-benar terampil sebelum meninggalkan permainan yang lebih majemuk.
- 4) Orang tua selalu menjadi model bagi anak-anaknya.
- 5) Sebelum orang tua mengajak anak-anak bermain dengan menggunakan alat permainan, pelajaryliah lebih dulu cara dan tujuan bermain dari alat permainan tersebut.
- 6) Jangan memaksa anak bermain, bila si anak tidak ingin bermain.
- 7) Hentikan kegiatan bermain sebelum anak atau orang tua mulai bosan.
- 8) Alat permainan untuk anak tidak selalu yang baru.
- 9) Jangan memberikan alat permainan terlalu banyak atau terlalu sedikit.
- 10) Bila anak terlalu menetap perhatiaannya pada alat permaian tertentu, janganlah orang tua terlalu khawatir.

- 11) Bila orang tua menyediakan sedikit waktu untuk bermain dengan anaknya setiap harinya, maka akan terjalin hubungan yang akrab dengan anak yang sangat bermanfaat untuk pengembangan kepribadian anak dikemudian hari.
- 12) Melalui bermain bermasa, orang tua dan anak akan saling mengenal satu sama lain dan makin mengenal dirinya masing-masing.
- 13) Berikan kesempatan pada anak untuk bermain sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Benih Nirwana, 2011. *Psikologi Kesehatan Wanita*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Adiningsih, Utami. (2008). *Permainan Kreatif Asah Kecerdasan Musik Balita*. Bandung: PT Karya Kita
- Aizid, Rizem (2011). *Sehat dan Cerdas Dengan Terapi Musik*. Jakarta: Laksana
- Al-Hajjaj, Yusuf Abu (2010). *30 Kiat Meledakkan Kreativitas Anda Kreatif Atau Mati*. Surakarta: Al-Jadid
- Ajat Sudrajat, 2011. "Mengapa Pendidikan Karakter?." *Jurnal Pendidikan Karakter*.
- Alhamdi. (2007). *Pelajaran Menyanyi: Mengembangkan Kreativitas Berbahasa Pada Insan autis*. (<http://www.kompas.com>, diakses 27 Agustus 2007)
- Campbell, D (2002). *Efek Mozart*, (<http://EfekMozart.blogspot.com>). Diakses pada tanggal 2 April 2019
- Dahlan, D. (2011). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Dahlan, Djawad (2011). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Djohan (2006). *Terapi Musik*. Yogyakarta: Galangpress
- Djohan (2009). *Psikologi Musik*. Yogyakarta: Galangpress

- Dyer, Laura MCD. (2004). *Meningkatkan Kemampuan Bicara Anak*. (pengalih bahasa Paath, Intan). Jakarta:PT Bhuana Ilmu Populer
- Gandasetiawan, Ratih Zimmer (2009). *Mengoptimalkan IQ & EQ Anak Melalui Metode Sensomotorik*. Jakarta: Libri
- Hidayat, Alimul.A. (2005). *Pengantar ilmu Keperawatan*. Jakarta:Salemba Medika
- Hidayat, Alimul.A. (2009). *Pengantar ilmu Keperawatan*. Jakarta:Salemba Medika
- Hurlock, Elizabet B. 2005. *Perkembangan Anak Jilid Edisi 6*. Jakarta : Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth B (2002). *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Kurniati, Euis & Rahmawati, Yeni (2010). *Strategi Pengembangan Kreativitas Pada Anak*. Jakarta: Prenada Media Group
- Massofa (2011). *Mengenal Kreativitas Anak Sejak Dini*, (<http://massofa.Wordpress.com/2011/09/23/mengenal-kreativitas-anaksejak-dini/>)
- Olivia, Femi & Ariani Lita (2012). *Menstimulasi Otak Anak Dengan Stimulasi Auditori*. Jakarta: Kompas Gramedia
- Perry and Potter. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses Dan Praktek*. Jakarta : EGC
- Rasyid, Fathur (2010). *Cerdaskan Anakmu Dengan Musik*. Jogjakarta: Diva Pres
- Safaria, T. 2005. *Creativity Quptient Panduan Mencetak Anak Super Kreatif*. Jogjakarta: Platinum.

- Santrock, John.W. (2007). *Perkembangan Anak*. (Alih Bahasa Rahmawati, Mila). Jakarta:Erlangga
- Santrok, John W (2007). *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta: Erlangga
- Soetjiningsih. 1998. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta : EGC
- Supartini, Yupi. 2004. *Konsep Dasar Keperawatan Anak*. Jakarta : EGC
- Syafiq, Muhammad (2003). *Ensiklopedia Musik Klasik*. Jakarta: Adicita
- Syuropati, Mohammad. 2009. *Inspirasi Anak Anda dengan Permainan yang*
- Ummutia (2011). *Ragam Stimulasi Kecerdasan Anak Berdasarkan Usia*, (<http://ummutia.wordpress.com/2011/04/13/ragam-stimulasi-kecerdasananak-berdasar-usia/>). Diakses pada tanggal 19 juli 2019
- Wong, Donna L. 2004. *Pedoman Klinis Keperawatan Pediatric Edisi 4*. Jakarta : EGC
- Wong, Donna.L. (2003). *Pedoman Klinis Keperawatan Pediatrik* (alih bahasa Ester, Monika) Jakarta:EGC
- Yuanitasari, Leena. (2008). *Terapi Musik Untuk Anak Balita*. Yogyakarta:Cemerlang Publishing
- Yusuf, syamsu. (2005). *Psikologi Perkembangan anak dan Remaja*.Bandung:PT Remaja Rosdakarya
- Yusuf, Syamsu. 2011.*Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya

GLOSARIUM

- Memori** : Tempat manusia dalam mengingat dan menyimpan sesuatu kejadian atau pengalaman hidup
- Vital** : Sangat penting (untuk kehidupan dan sebagainya)
- Estetik** : Rasa yang timbul dari seberapa indah atau mempesonanya suatu objek yang di lihat ataupun yang dirasa oleh kita
- Fisik** : Sebutan yang berarti sesuatu wujud dan dapat terlihat oleh kasat mata
- Dramatis** : Sebuah situasi/ kondisi tertentu yang dilebih lebihkan dan seringkali tidak sesuai dengan keadaan yang sebenarnya (bersifat drama)
- Myelinization** : Lapisan urat syaraf dalam otak yang terdiri dari bahan penyekat berwarna putih
- Symbolic Function** : Kemampuan menggunakan sesuatu untuk mempresentasikan (mewakili) sesuatu yang lain dengan menggunakan simbol
- Semiotic Function**: Kemampuan untuk menggunakan simbol-simbol (bahasa, gambar, tanda/ isyarat, benda, peristiwa) untuk melembangkan suatu kegiatan, benda yang nyata, atau peristiwa.
- Emosional** : Menyentuh perasaan; mengharukan; dengan emosi; beremosi; penuh emosi
- Motoric** : Bersangkutan dengan penggerak tubuh

- Egosentris : Menjadikan diri sendiri sebagai titik pusat pemikiran (perbuatan); berpusat pada diri sendiri (menilai segalanya dari sudut diri sendiri);
- Imajinasi : Daya pikir untuk membayangkan (dalam angan-angan) atau menciptakan gambar (lukisan, karangan, dan sebagainya) kejadian berdasarkan kenyataan atau pengalaman seseorang.

RIWAYAT HIDUP PENULIS

Zulaihah, S.Pd

Ibu dari seorang putri yang lahir di Sidoarjo pada tanggal 25 Maret 1957 merupakan Kepala Sekolah TK Dharma Wanita Desa Gayaman yang telah meniti karir sebagai seorang guru sejak 29 Juni tahun 1981. Lulusan program studi sarjana kependidikan Jurusan Bimbingan dan Konseling (Konselor) Universitas Darul Ulum Jombang ini memiliki hobi menyanyi dan memasak. Karya tulis yang dihasilkan baru berupa buku ini. Seorang ibu yang telah lebih dari 38 tahun mendedikasikan dirinya sebagai pendidik anak usia pra sekolah ini telah memiliki pengalaman yang sangat banyak dalam mendidik anak. Buku ini adalah salah satu kumpulan pengalaman beliau yang didedikasikan untuk dunia pendidikan usia dini di Indonesia.



Lilik Mujiati, S.Pd

Ibu dua orang anak putri dan putra ini kelahiran Mojokerto tanggal 29 September 1966, yang telah merintis karir sebagai guru TK sejak 16 Juni 1987. Selama 32 tahun merintis karir sebagai guru tidak menyurutkan semangatnya dalam mendidik dan membentuk



generasi bangsa yang berprestasi, unggul dan berakhlakul karimah. Hoby memasak dan menyanyi yang digemari membentuk nya menjadi sosok yang ceria, penyayang dan murah hati sehingga dicintai siswanya. Lulusan S1 Bimbingan dan Konseling (Konselor) Universitas Darul Ulum Jombang dengan jiwa keibuan dan kesabaran yang dimiliki serta penyalamannya yang banyak menghadapi berbagai karakteristik siswa dicurahkan dalam penulisan buku ini.

Eka Diah Kartiningrum

Ibu dua orang putra kelahiran Mojokerto bulan April 1979 merupakan lulusan magister kesehatan masyarakat UNAIR Surabaya dan Sarjana Kesehatan Masyarakat UNDIP Semarang memiliki keahlian di bidang keperawatan komunitas dan Biostatistik yang dituliskan dalam beberapa buku yang telah diterbitkan di Kekata Publisher Solo dan Stikes Majapahit. Merintis karir sebagai dosen kesehatan masyarakat, keperawatan dan kebidanan sejak bulan Juli 2003 tidak menyurutkan niatnya untuk selalu menuangkan ide, pengalaman dan pendapat kreatif yang dimiliki dalam sebuah buku maupun karya tulis lainnya. Hobi membaca buku



dan menulis mengasah kemampuan jurnalistik yang dimilikinya.

Nur Hidayati Hamidah

Ibu dua orang putri yang cantik kelahiran Mojokerto tanggal 16 Maret 1979 mulai merintis karir sebagai guru TK sejak 1 Juli 2002. Pda saat penulisan buku ini, ibu guru yang pandai, cerdas dan selalu ceria ini bertugas sebagai guru kelas B TK Dharma Wanita Desa Gayaman. Lulusan S1 Universitas Terbuka yang memiliki hobi bercerita dan bernyanyi ini sangat inspiratif terhadap siswanya. Berbagai stimulasi yang dipelajari langsung diaplikasikan dengan baik pada siswanya. Semua pengalamannya dituliskan pada buku ini.



Dwi Nur Ahadah

Wanita kelahiran Mojokerto pada tanggal 2 Agustus 1992 telah merintis karir sebagai pengajar PAUD sejak 1 juli 2010. Lulusan S1 Sarjana pendidikan Agama Islam Universitas Darul Ulum Jombang ini memiliki 1 orang putra. Ibu guru dengan hobi memasak dan menyanyi ini sangat ceria sehingga sangat disayangi siswa dan siswinya. Pengalaman yang dimilikinya dicurahkan dalam buku ini.



Dhonna Anggreni

Ibu 2 orang anak putra dan putri kelahiran Bukit Tinggi tanggal 13 Februari 1984 ini merupakan lulusan S2 Magister Kesehatan Masyarakat Unair yang telah lama mengajar di prodi Kebidanan. Dedikasinya dalam menciptakan buku sudah dirintis sejak tahun 2018. Peneliti yang aktif meneliti kesehatan ibu dan anak ini telah banyak mendapatkan program hibah sejak tahun 2014. Menulis buku merupakan hoby sekaligus ajang penyaluran bakat jurnalistik dan tempat penulisan semua perjalanan kehidupannya.



Widy Setyowati

Ibu kelahiran kota Pacitan tanggal 4 Mei 1980 merupakan ibu 3 orang anak yang tinggal di Kota Sidoarjo. Lama merintis karir sebagai dosen keperawatan anak membuat dirinya mampu meneliti sekaligus melakukan pengabdian masyarakat dengan sasaran pokoknya adalah anak-anak. Kecintaannya terhadap anak –anak, dia dedikasikan dalam bentuk buku dan berbagai alat stimulasi melalui permainan.



Anni Latifah

Ibu dari 4 orang anak kelahiran Mojokerto 16 Agustus 1972 telah merintis karir dalam mengajar siswa PAUD sejak 16 Juli 2006. Wanita lulusan SMEA Negeri SOOKO Mojokerto ini sangat menyukai memasak, namun keceriaan dan kecintaannya pada anak-anak sangat mendukung karir yang ditekuni. Kesabaran dan dedikasi yang tinggi meskipun belum menempuh pendidikan sarjana namun sudah sangat dekat dengan siswa siswanya. Keceriaannya dan kepandaianya dalam meraih perhatian siswa membuatnya mendapat tempat yang istimewa dihati murid-muridnya.



Indah Wahyuni

Ibu guru kelahiran Mojokerto 28 Januari tahun 1972 dengan hobi memasak dan bernyanyi ini telah merintis karir sebagai guru sejak 1 Juli 2019. Kesabarannya dalam mendidik 2 anak kandungnya dijadikan sebagai dasar dalam mendidik dan membimbing siswa PAUD. Meskipun pengalamannya masih sedikit namun sudah mendapat tempat dihati siswa dan siswi Kelompok Bermain Darul Huda.



MODUL STIMULASI KREATIVITAS ANAK PRA SEKOLAH

Buku ini merupakan panduan bagi tenaga kesehatan dan juga mahasiswa kesehatan dalam memberikan asuhan kepada anak prasekolah dalam meningkatkan daya kreativitas serta kemampuan motorik halus dan motorik kasar anak prasekolah.

Pada awal buku ini membahas mengenai konsep anak prasekolah. Anak prasekolah merupakan fase perkembangan individu sekitar 2-6 tahun, dimana pada masa ini anak mulai memiliki kesadaran tentang dirinya sebagai pria atau wanita, dapat mengatur diri dalam buang air, dan mengenal beberapa hal yang dianggap berbahaya.

Bagian kedua pada buku ini membahas tentang apa itu kreativitas? Kreativitas adalah kemampuan seseorang untuk menghasilkan komposisi, produk atau gagasan apa saja pada dasarnya baru, dan sebelumnya tidak dikenal pembuatannya.

Bagian selanjutnya pada buku ini juga membahas tentang konsep terapi musik serta konsep terapi bermain pada anak prasekolah. Terapi musik dan terapi bermain ini bisa diterapkan dimana saja dan kapan saja. Terapi ini memberikan manfaat yang sangat besar untuk perkembangan anak. Anak bisa menjadi lebih kreatif, perkembangan otak menjadi lebih maksimal, anak menjadi lebih mudah bersosialisasi dan perkembangan psikologinya juga menjadi lebih baik. Harapan penulis, semoga buku ini bisa sebagai salah satu alat yang bisa digunakan untuk menciptakan anak-anak Indonesia yang sehat dan cemerlang.

Penerbit:

STIKes Majapahit Mojokerto

Jalan Raya Jabon KM 02 Mojoanyar

Mojokerto

Telp. 0321 329915

Fax. 0321 329915

Email: mojokertostikesmajapahit@gmail.com

