



PERAN GURU DALAM MENGURANGI DAMPAK TEKANAN AKADEMIK DINI (*EARLY ACADEMIC PRESSURE*) MELALUI PENDEKATAN BERMAIN DI PAUD

Mansyur Ridho¹, Iik Zakiah Darajat², Imamah³

^{1,2,3} Magister Universitas Panca Sakti, Bekasi

*Email: mansyur.ridho@gmail.com, iikzakiahdarajat28@gmail.com, nuril12imamah@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.37081/jipdas.v5i4.4292>

Article info:

Submitted: 14/05/25

Accepted: 24/11/25

Published: 30/11/25

Abstrak

Fenomena *early academic pressure* atau tekanan akademik dini semakin mengkhawatirkan dalam pendidikan anak usia dini (PAUD) di Indonesia. Banyak lembaga dan orang tua menuntut anak menguasai kemampuan baca, tulis, dan hitung (*calistung*) sebagai tolok ukur keberhasilan, bahkan sebelum masuk sekolah dasar. Kondisi ini menimbulkan dilema bagi guru dalam menyeimbangkan tuntutan akademik dengan kebutuhan perkembangan anak. Tekanan yang berlebihan dapat menimbulkan stres belajar, menurunkan motivasi, serta menghambat perkembangan sosial-emosional anak. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan upaya guru dalam mengurangi dampak tekanan akademik dini melalui pendekatan bermain di PAUD. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan studi literatur. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan studi literatur. Pengumpulan data dilakukan melalui analisis artikel ilmiah dan jurnal penelitian terkait yang diterbitkan pada periode 2014–2024. Analisis data dilakukan dengan teknik analisis isi (content analysis) untuk mengidentifikasi tema tentang tekanan akademik, strategi guru, dan pembelajaran berbasis bermain. Hasil menunjukkan bahwa guru menerapkan strategi seperti mengembalikan esensi pembelajaran pada proses bermain bermakna, menerapkan *play-based learning*, menciptakan lingkungan yang menyenangkan, berkomunikasi positif dengan orang tua, dan menggunakan asesmen autentik. Pendekatan bermain secara signifikan berkontribusi pada penurunan tingkat stres, peningkatan keterlibatan, dan penguatan aspek kesejahteraan anak. Oleh karena itu, peran sentral guru menjadi kunci dalam merealisasikan pembelajaran PAUD yang berfokus pada pengalaman yang menyenangkan, holistik, dan sesuai dengan tahapan perkembangan.

Kata Kunci: Tekanan Akademik Dini, Pembelajaran Berbasis Bermain, PAUD, Strategi Guru, Perkembangan Holistik

1. PENDAHULUAN

Fenomena tekanan akademik dini menjadi isu serius dalam pendidikan anak usia dini di Indonesia. Banyak lembaga PAUD menuntut anak menguasai kemampuan baca, tulis, dan hitung (*calistung*) sejak usia 3–4 tahun sebagai tolok ukur keberhasilan. Tekanan ini juga diperkuat oleh harapan orang tua agar anak lebih unggul dari teman sebayanya. Kondisi tersebut menimbulkan dilema bagi guru yang harus memenuhi ekspektasi akademik meski tidak semua anak siap secara perkembangan. Elkind (2007) dan Hirsh-Pasek & Golinkoff (2008) menegaskan bahwa tekanan belajar dini dapat menghambat proses belajar alami dan menurunkan motivasi intrinsik anak.

Tekanan akademik dini tidak hanya berdampak pada aspek kognitif, tetapi juga mengganggu kesejahteraan psikologis dan sosial-emosional anak. Anak yang tertekan menunjukkan gejala stres, kecemasan, dan kehilangan minat belajar. Padahal, masa usia dini merupakan periode emas untuk menumbuhkan rasa percaya diri, kemandirian, dan kemampuan sosial, bukan pencapaian akademik formal.



Pendekatan bermain (*play-based learning*) menjadi alternatif penting untuk mengembalikan hak anak belajar secara alami dan menyenangkan. Bermain merupakan cara utama anak belajar dan berkembang secara holistik. Piaget dan Vygotsky menekankan bahwa melalui bermain, anak membangun pengetahuan, berinteraksi sosial, serta mengembangkan bahasa dan emosi. Pyle dan Danniels (2017) menegaskan bahwa *play-based learning* menempatkan anak sebagai pembelajar aktif yang bereksplorasi dan berimajinasi dalam konteks yang bermakna.

Guru berperan sentral dalam menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik dan kebutuhan perkembangan anak. Namun, penelitian di Indonesia masih terbatas membahas strategi konkret guru dalam mengurangi tekanan akademik dini melalui pendekatan bermain. Karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan upaya guru dalam mengurangi dampak tekanan akademik dini melalui pendekatan bermain di PAUD.

KAJIAN TEORITIS

1. Konsep *Early Academic Pressure*

Early academic pressure atau tekanan akademik dini didefinisikan sebagai kondisi ketika anak usia dini mendapatkan tuntutan untuk mencapai kemampuan akademik formal seperti membaca, menulis, dan berhitung (*calistung*) sebelum tahap perkembangan mereka siap (Elkind, 2007). Tekanan ini muncul karena adanya persepsi bahwa keberhasilan anak di masa depan ditentukan oleh kemampuannya menguasai keterampilan akademik sejak usia dini (Hirsh-Pasek & Golinkoff, 2008). Ciri-ciri tekanan akademik pada usia dini antara lain meningkatnya frekuensi kegiatan terstruktur, waktu bermain yang berkurang, dan evaluasi berbasis hasil belajar daripada proses perkembangan anak (Miller & Almon, 2009).

Faktor penyebab utama tekanan akademik dini meliputi tuntutan orang tua yang menginginkan prestasi akademik dini, kebijakan lembaga yang berorientasi pada capaian akademik, serta standar kurikulum yang tidak sepenuhnya selaras dengan prinsip perkembangan anak (Bassok, Latham, & Rorem, 2016). Selain itu, budaya kompetitif antar orang tua dan lembaga pendidikan memperkuat tekanan ini, sehingga guru PAUD sering kali diarahkan untuk mengajarkan materi yang seharusnya menjadi fokus pendidikan dasar (Broström, 2017).

Tekanan akademik dini terbukti berdampak negatif terhadap kesejahteraan anak. Anak yang terpapar tekanan belajar terlalu dini menunjukkan tingkat kecemasan lebih tinggi, kehilangan motivasi intrinsik, dan mengalami kesulitan dalam regulasi emosi (Parker et al., 2012). Stres akademik yang dialami anak dapat mempengaruhi minat belajar dan menghambat perkembangan sosial-emosional, karena anak menjadi takut salah, enggan bereksplorasi, dan kehilangan rasa percaya diri (Sari & Sulistyaningsih, 2022). Dengan demikian, tekanan akademik dini bertentangan dengan prinsip dasar pendidikan anak usia dini yang seharusnya berorientasi pada proses bermain dan pengembangan potensi secara holistik.

2. Hakikat Bermain dalam Pembelajaran PAUD

Bermain merupakan kegiatan utama dalam kehidupan anak usia dini dan menjadi sarana alami bagi anak untuk belajar dan berkembang (Piaget, 1962). Melalui bermain, anak membangun skema pengetahuan baru, bereksperimen dengan ide, serta belajar memahami dunia di sekitarnya (Eshach & Fried, 2005). Vygotsky (1978) menegaskan bahwa bermain adalah konteks sosial tempat anak belajar berinteraksi, menguasai bahasa, dan berlatih fungsi-fungsi kognitif tingkat tinggi dalam *zone of proximal development*. Montessori (1967) juga menekankan pentingnya lingkungan belajar yang memungkinkan anak bebas memilih kegiatan dan menggunakan alat manipulatif untuk belajar melalui pengalaman langsung.

Bentuk bermain dapat diklasifikasikan menjadi beberapa jenis, yaitu: *bermain bebas* (free play) yang dipimpin sepenuhnya oleh anak, *bermain terarah* (guided play) di mana guru memberi dukungan sesuai kebutuhan anak, *bermain simbolik* (symbolic play) yang melibatkan imajinasi dan representasi, serta *bermain peran* (role play) yang memungkinkan anak meniru perilaku sosial (Bodrova & Leong, 2015). Setiap jenis bermain memiliki kontribusi terhadap pengembangan kognitif, sosial, bahasa, dan emosional anak (Fisher et al., 2013).

Hubungan antara bermain dan pembelajaran bermakna terletak pada pengalaman aktif yang



diperoleh anak selama proses bermain. Pyle dan Danniels (2017) menjelaskan bahwa *play-based learning* menciptakan keseimbangan antara kebebasan eksplorasi anak dan bimbingan guru, sehingga kegiatan bermain menjadi sarana belajar yang efektif tanpa kehilangan esensi kesenangan. Dengan bermain, anak membangun pemahaman konsep melalui pengalaman nyata, bukan sekadar hafalan. UNESCO (2019) juga menegaskan bahwa bermain adalah hak fundamental anak dan merupakan strategi pedagogis utama dalam pendidikan anak usia dini yang berorientasi pada perkembangan holistik.

3. Peran Guru dalam Mengelola Tekanan Akademik

Guru memiliki peran sentral dalam menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan bebas tekanan. Dalam konteks PAUD, guru berfungsi sebagai fasilitator yang menyiapkan lingkungan bermain yang kaya rangsangan, aman, dan bermakna (Siraj-Blatchford, 2010). Guru yang efektif membantu anak menemukan makna belajar melalui permainan, bukan menekankan hasil akademik semata. Interaksi guru-anak yang positif dapat menurunkan kecemasan dan meningkatkan rasa percaya diri anak dalam belajar (Denham et al., 2012).

Strategi guru dalam mengelola tekanan akademik dapat dilakukan melalui pembelajaran berbasis bermain yang tetap mengarah pada tujuan kurikulum. Pendekatan *guided play* memungkinkan guru mengintegrasikan konsep akademik ke dalam kegiatan bermain tanpa menimbulkan tekanan (Weisberg, Hirsh-Pasek, & Golinkoff, 2013). Misalnya, kegiatan berhitung dapat dilakukan melalui permainan pasar, sedangkan literasi awal dapat dikembangkan melalui bermain peran menjadi penjual dan pembeli. Selain itu, guru dapat menggunakan asesmen autentik seperti observasi dan portofolio untuk menilai perkembangan anak, bukan melalui tes formal yang menekan (Epstein, 2014).

Hubungan guru dan anak yang suportif dan non-kompetitif juga berperan penting dalam mengurangi dampak tekanan akademik. Anak belajar dengan optimal ketika merasa aman, dihargai, dan memiliki kebebasan berekspresi (Pyle et al., 2018). Guru perlu membangun komunikasi yang terbuka dengan orang tua agar mereka memahami pentingnya pembelajaran berbasis bermain dan tidak menuntut capaian akademik yang berlebihan (Broström, 2017). Dengan demikian, peran guru tidak hanya sebagai pengajar, tetapi juga mediator antara kebutuhan anak dan ekspektasi lingkungan.

4. Pendekatan Bermain sebagai Upaya Mengurangi Tekanan Akademik Dini

Pendekatan bermain (*play-based learning*) merupakan strategi pedagogis yang berorientasi pada anak, berpusat pada proses, dan mengutamakan kesenangan dalam belajar (Pyle & Danniels, 2017). Prinsip utamanya adalah anak belajar melalui aktivitas bermain yang kontekstual dan relevan dengan kehidupannya, sementara guru berperan memberikan dukungan sesuai kebutuhan. Menurut Hirsh-Pasek et al. (2020), *guided play* terbukti meningkatkan hasil belajar akademik tanpa menimbulkan stres, karena kegiatan belajar dilakukan dalam konteks eksploratif yang bermakna bagi anak.

Penelitian terdahulu juga menunjukkan efektivitas pendekatan bermain dalam mengurangi tekanan akademik pada anak usia dini. Sari dan Sulistiyaningsih (2022) menemukan bahwa penggunaan permainan terstruktur dalam pembelajaran dapat menurunkan tingkat stres belajar anak. Lestari, Yuminar, dan Yuntina (2023) melaporkan bahwa pendekatan bermain meningkatkan keterlibatan dan motivasi belajar anak di PAUD. Penelitian internasional oleh Weisberg et al. (2016) memperkuat temuan ini, bahwa *play-based learning* meningkatkan literasi dan numerasi awal tanpa mengorbankan kesejahteraan emosional anak.

Selain itu, Kurikulum Merdeka PAUD yang dirilis Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemdikbudristek, 2023) juga menegaskan pentingnya pembelajaran berbasis bermain sebagai dasar pengembangan kemampuan anak secara menyeluruh. Dengan menerapkan pendekatan bermain, guru dapat menurunkan tekanan akademik sekaligus meningkatkan kualitas pengalaman belajar anak. Oleh karena itu, *play-based learning* dapat dipandang sebagai solusi pedagogis yang humanistik dan sesuai dengan prinsip pendidikan anak usia dini.



2. METODOLOGI PENELITIAN

Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis studi literatur (*library research*). Tujuannya adalah menganalisis dan mendeskripsikan berbagai upaya guru dalam mengurangi dampak *early academic pressure* melalui pendekatan bermain di PAUD berdasarkan teori dan hasil penelitian terdahulu (Creswell, 2014).

Sumber Data

Data penelitian berasal dari literatur ilmiah nasional dan internasional, mencakup artikel jurnal, buku teori perkembangan anak, serta dokumen kebijakan resmi seperti *Panduan Implementasi Kurikulum Merdeka PAUD* (Kemdikbudristek, 2023) dan laporan *UNESCO* (2019) tentang pembelajaran berbasis bermain. Literatur yang digunakan dipilih berdasarkan kriteria relevansi, kredibilitas sumber, serta periode publikasi 2014–2024.

Teknik Pengumpulan Data dan Analisis

Data dikumpulkan melalui dokumentasi dan telaah literatur dengan menelusuri basis data seperti Google Scholar, ERIC, ResearchGate, Garuda, dan Sinta. Analisis dilakukan menggunakan analisis isi (content analysis) sebagaimana dikemukakan oleh Krippendorff (2018), melalui tahapan: (1) seleksi literatur relevan, (2) pengelompokan tema seperti tekanan akademik dini, peran guru, dan pendekatan bermain, (3) deskripsi pola temuan, serta (4) penarikan kesimpulan konseptual.

Kredibilitas Data

Kredibilitas dijaga melalui triangulasi sumber dan penggunaan publikasi ilmiah terkini (Miles, Huberman, & Saldaña, 2014). Proses analisis dilakukan secara sistematis dan transparan untuk meminimalkan bias interpretasi.

Metode ini menghasilkan gambaran komprehensif mengenai strategi guru dalam mengurangi tekanan akademik dini melalui pendekatan bermain serta memberikan kontribusi konseptual bagi pengembangan praktik pembelajaran yang ramah anak di PAUD Indonesia.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Bentuk Tekanan Akademik di PAUD

Hasil analisis literatur menunjukkan bahwa fenomena tekanan akademik dini di lembaga PAUD di Indonesia terutama bersumber dari ekspektasi orang tua dan target lembaga pendidikan. Banyak orang tua yang menilai keberhasilan anak berdasarkan kemampuan akademik seperti membaca, menulis, dan berhitung sejak dini. Hal ini mendorong lembaga PAUD untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan pasar pendidikan yang menekankan hasil akademik ketimbang proses perkembangan anak (Sari & Sulistiyaningsih, 2022).

Guru di lapangan menghadapi dilema pedagogis, di satu sisi mereka memahami pentingnya bermain sebagai pendekatan belajar alami anak, namun di sisi lain dihadapkan pada tekanan institusional dan sosial agar anak mencapai target akademik tertentu (Broström, 2017). Tekanan ini menimbulkan ketegangan profesional bagi guru dan berdampak pada berkurangnya waktu bermain anak di sekolah. Menurut Miller dan Almon (2009), pengurangan waktu bermain terbukti mengurangi kreativitas dan fleksibilitas berpikir anak. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi strategi guru dalam mengembalikan keseimbangan antara tuntutan akademik dan kebutuhan bermain anak di PAUD.

2. Strategi Guru dalam Mengurangi Tekanan Akademik

Mengembalikan Esensi Pembelajaran Anak Usia Dini

Guru berupaya menanamkan pemahaman bahwa tujuan utama pembelajaran di PAUD bukanlah hasil akademik, melainkan proses perkembangan yang bermakna. Fokus diarahkan pada pengembangan aspek moral, sosial-emosional, bahasa, motorik, dan kognitif secara seimbang sesuai dengan prinsip perkembangan holistik anak (Kemdikbudristek, 2023). Guru juga menolak praktik *drilling* baca–tulis–hitung yang tidak sesuai tahap perkembangan. Elkind (2007) menegaskan bahwa memaksakan capaian akademik dini justru dapat menghambat perkembangan alami anak karena mengabaikan hakikat belajar yang berbasis eksplorasi dan rasa ingin tahu.



Menerapkan Pendekatan Play-Based Learning

Sebagian besar literatur menegaskan bahwa penerapan *play-based learning* menjadi strategi paling efektif dalam mengurangi tekanan akademik. Guru mengintegrasikan konsep belajar ke dalam kegiatan bermain sehari-hari yang menyenangkan dan kontekstual. Misalnya, bermain peran seperti *dokter-dokteran* atau *toko-tokoan* digunakan untuk menstimulasi bahasa, sosial-emosional, dan numerasi awal anak (Pyle & Danniels, 2017). Permainan konstruktif seperti balok, lego, dan puzzle digunakan untuk melatih logika, kreativitas, serta koordinasi motorik halus (Fisher et al., 2013).

Selain itu, aktivitas sensorimotor seperti bermain pasir, air, atau plastisin membantu anak meredakan stres dan meningkatkan fokus. Semua aktivitas bermain diarahkan pada tujuan pembelajaran (*learning goals*) yang sesuai dengan *Capaian Pembelajaran Kurikulum Merdeka*, tetapi tetap menjaga prinsip bahwa belajar harus menyenangkan dan tanpa tekanan (Kemdikbudristek, 2023).

Menciptakan Lingkungan Belajar yang Aman dan Menyenangkan

Guru menciptakan lingkungan belajar yang mendukung rasa aman, kebebasan, dan eksplorasi anak. Ruang kelas disusun menjadi berbagai sudut bermain tematik seperti sudut sains, baca, seni, dan imajinasi. Anak diberi kebebasan untuk memilih aktivitas sesuai minatnya. Vygotsky (1978) menjelaskan bahwa lingkungan yang kaya stimulasi memungkinkan anak belajar melalui interaksi sosial dan pengalaman nyata dalam *zone of proximal development*. Guru juga menghindari praktik kompetitif seperti perbandingan kemampuan antar anak, sistem peringkat, atau pelabelan “pintar–tidak pintar”, yang dapat memperburuk tekanan akademik dan mengganggu motivasi intrinsik anak (Parker et al., 2012).

Menjalin Komunikasi Positif dengan Orang Tua

Guru menjalin kemitraan positif dengan orang tua melalui pertemuan rutin dan program edukatif bertema “Belajar Itu Bermain, Bermain Itu Belajar”. Tujuannya untuk membangun kesadaran orang tua tentang bahaya tekanan akademik dini terhadap perkembangan anak. Broström (2017) menekankan pentingnya komunikasi guru–orang tua yang bersifat dialogis agar kedua pihak memiliki persepsi yang sama mengenai makna belajar di PAUD. Laporan perkembangan anak disajikan dalam bentuk naratif deskriptif yang menggambarkan proses dan kemajuan anak, bukan nilai angka. Dengan demikian, orang tua memahami progres anak tanpa tekanan kompetitif.

Melatih Regulasi Emosi Anak Melalui Bermain

Guru juga membantu anak mengelola emosi melalui permainan ekspresif seperti drama boneka, *storytelling*, dan bermain peran. Aktivitas ini memungkinkan anak menyalurkan perasaan, memahami emosi diri, dan belajar empati terhadap orang lain (Denham et al., 2012). Melalui kegiatan bermain yang terapeutik, anak dapat mengurangi kecemasan terhadap tugas-tugas belajar dan membangun rasa aman psikologis.

Menggunakan Asesmen Autentik dan Observasi Bermain

Dalam pembelajaran berbasis bermain, guru menggunakan asesmen autentik sebagai alat pemantau perkembangan anak. Penilaian dilakukan melalui observasi natural saat anak bermain, dokumentasi foto, catatan anekdot, serta portofolio hasil karya (Epstein, 2014). Penilaian ini bersifat formatif, menggambarkan proses, dan tidak menimbulkan tekanan. Dengan demikian, evaluasi belajar menjadi bagian dari kegiatan bermain yang alami dan tidak kompetitif.

Mengembangkan Kreativitas dan Imajinasi Anak

Guru memberikan ruang bagi anak untuk berkreasi melalui kegiatan seni, bercerita, menggambar, bernyanyi, menari, dan eksplorasi bahan alam. Aktivitas kreatif ini berfungsi menurunkan tekanan akademik serta meningkatkan *joy of learning* atau kebahagiaan belajar (Hirsch-Pasek & Golinkoff, 2008). Anak yang bahagia lebih mudah fokus, berani mencoba hal baru, dan memiliki motivasi intrinsik yang kuat untuk belajar.

Menjadi Model Guru yang Hangat dan Empatik

Sikap dan bahasa guru menjadi faktor protektif terhadap tekanan akademik dini. Guru berperan sebagai teladan empatik yang mendengarkan, menghargai, dan tidak menuntut berlebihan. Ungkapan positif seperti “*Kamu sudah berusaha dengan baik*” lebih efektif dalam menumbuhkan semangat



dibandingkan perintah atau kritik negatif (Pyle, Poliszczuk, & Danniels, 2018). Kehangatan dan empati guru terbukti memperkuat regulasi emosi dan motivasi belajar anak.

Merancang Kurikulum yang Fleksibel dan Kontekstual

Guru dan lembaga perlu mengembangkan kurikulum yang fleksibel, kontekstual, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Kegiatan belajar dapat diintegrasikan ke dalam proyek sederhana yang menumbuhkan rasa ingin tahu tanpa target kognitif yang berlebihan (Kemdikbudristek, 2023). Setiap hari, anak diberi waktu khusus untuk *free play* agar mereka dapat bereksplorasi secara mandiri.

Kolaborasi Guru dan Kepala Sekolah dalam Membangun Budaya Sekolah yang Ramah Anak

Efektivitas penerapan pendekatan bermain juga ditentukan oleh dukungan kelembagaan. Kepala sekolah berperan dalam membangun budaya sekolah yang berorientasi pada kesejahteraan belajar anak. Guru saling berbagi praktik baik melalui *lesson study* dan refleksi bersama untuk memperkuat penerapan pembelajaran yang ramah anak (Siraj-Blatchford, 2010). Kolaborasi ini menciptakan lingkungan sekolah yang menolak target akademik dini dan mendukung perkembangan anak secara menyeluruh.

Efektivitas Pendekatan Bermain terhadap Kesejahteraan Anak

Hasil sintesis berbagai penelitian menunjukkan bahwa penerapan pendekatan bermain memiliki dampak positif terhadap kesejahteraan dan motivasi belajar anak usia dini. Bermain membantu anak menurunkan tingkat stres, meningkatkan keterlibatan, serta membangun rasa percaya diri (Weisberg et al., 2016). Aktivitas bermain juga meningkatkan kemampuan sosial-emosional dan memperkuat hubungan anak dengan guru dan teman sebayanya (Denham et al., 2012).

Pyle dan Danniels (2017) menjelaskan bahwa *play-based learning* menciptakan keseimbangan antara kebebasan dan struktur, sehingga anak belajar dalam kondisi yang paling optimal. Dengan demikian, pembelajaran menjadi lebih bermakna, berpusat pada anak, dan selaras dengan prinsip *Developmentally Appropriate Practice* (DAP).

Implikasi terhadap Kebijakan dan Praktik Guru

Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting bagi kebijakan dan praktik pendidikan anak usia dini di Indonesia. Pertama, perlu ada pelatihan berkelanjutan bagi guru PAUD untuk memperkuat pemahaman dan keterampilan dalam menerapkan *play-based learning*. Pelatihan ini sebaiknya menekankan kemampuan merancang kegiatan bermain yang bermakna dan asesmen autentik. Kedua, lembaga PAUD perlu meninjau ulang indikator keberhasilan pembelajaran yang terlalu berorientasi pada capaian akademik, dan menggantinya dengan indikator perkembangan anak yang holistik.

Kebijakan pendidikan anak usia dini di tingkat nasional juga diharapkan terus memperkuat paradigma bahwa bermain adalah inti dari pembelajaran. Kurikulum Merdeka PAUD dan kebijakan *Profil Pelajar Pancasila* sejalan dengan prinsip ini, yakni menekankan kesejahteraan, rasa ingin tahu, dan kemampuan berpikir kritis sejak usia dini (Kemdikbudristek, 2023). Dengan demikian, guru dan lembaga PAUD memiliki dasar konseptual dan kebijakan yang kuat untuk menolak tekanan akademik dini dan mengembalikan pembelajaran anak pada fitrahnya: belajar sambil bermain.

4. SIMPULAN

Kesimpulan

Hasil kajian ini menunjukkan bahwa fenomena tekanan akademik dini di lembaga PAUD muncul akibat tingginya ekspektasi orang tua dan lembaga terhadap capaian akademik anak usia dini. Guru dihadapkan pada dilema antara memenuhi tuntutan hasil belajar formal dengan menjaga prinsip pedagogis bahwa anak belajar paling efektif melalui bermain. Tekanan akademik yang tidak sesuai dengan tahap perkembangan dapat menimbulkan stres belajar, menurunkan motivasi intrinsik, serta menghambat perkembangan sosial-emosional anak.

Sebagai upaya mengurangi dampak tekanan akademik dini, guru memiliki peran sentral melalui penerapan berbagai strategi pedagogis yang berpusat pada anak. Upaya tersebut mencakup: mengembalikan esensi pembelajaran PAUD pada proses bermain yang bermakna; menerapkan pendekatan *play-based learning* yang terintegrasi dengan capaian kurikulum; menciptakan lingkungan



belajar yang aman dan menyenangkan; menjalin komunikasi positif dengan orang tua; serta menggunakan asesmen autentik berbasis observasi. Guru juga berperan sebagai model yang hangat dan empatik, memfasilitasi perkembangan sosial-emosional anak, dan menolak praktik kompetitif yang menekan.

Pendekatan bermain terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan anak, menurunkan tingkat stres, dan membangun rasa percaya diri. Pembelajaran menjadi lebih bermakna, berpusat pada anak, dan selaras dengan prinsip *Developmentally Appropriate Practice* (DAP). Selain itu, dukungan kepala sekolah dan kebijakan lembaga sangat penting dalam menciptakan budaya sekolah yang ramah anak dan bebas tekanan akademik. Dengan demikian, penguatan peran guru melalui pendekatan bermain merupakan langkah strategis untuk mengembalikan hakikat belajar anak usia dini sebagai proses yang menyenangkan dan manusiawi.

Saran

1. Bagi Guru PAUD:

Guru diharapkan terus mengembangkan kompetensi dalam menerapkan *play-based learning* melalui pelatihan, refleksi, dan kolaborasi antarguru. Guru perlu mengutamakan proses bermain yang bermakna dan fleksibel dibandingkan target akademik jangka pendek. Sikap empatik, komunikasi positif, dan penerapan asesmen autentik perlu menjadi praktik rutin dalam pembelajaran.

2. Bagi Lembaga PAUD dan Kepala Sekolah:

Lembaga perlu meninjau ulang indikator keberhasilan belajar anak agar tidak terfokus pada capaian akademik, tetapi pada perkembangan holistik sesuai tahap usia. Kepala sekolah diharapkan menciptakan kebijakan sekolah yang mendukung budaya bermain, memberikan ruang bagi *free play time*, serta memfasilitasi forum *lesson study* untuk berbagi praktik baik antar guru.

3. Bagi Orang Tua:

Orang tua perlu memahami bahwa keberhasilan anak di PAUD bukan diukur dari kemampuan baca-tulis-hitung, melainkan dari kebahagiaan, rasa ingin tahu, dan kemampuan sosial anak. Kolaborasi dengan guru menjadi kunci untuk menciptakan lingkungan belajar yang bebas tekanan dan penuh dukungan emosional di rumah.

4. Bagi Pembuat Kebijakan dan Pemerintah:

Pemerintah melalui Kementerian Pendidikan perlu memperluas program pelatihan dan pendampingan bagi guru PAUD terkait *play-based pedagogy*, asesmen autentik, dan komunikasi efektif dengan orang tua. Evaluasi kebijakan juga perlu memastikan bahwa kurikulum dan asesmen PAUD sejalan dengan prinsip perkembangan anak dan menolak standar akademik yang tidak sesuai usia.

5. Arah Penelitian Selanjutnya:

Penelitian lanjutan dapat dilakukan secara empiris di lembaga PAUD dengan menggunakan metode kualitatif lapangan atau *mixed-method* untuk menggali praktik konkret guru dalam menerapkan pendekatan bermain. Selain itu, perlu penelitian longitudinal untuk menilai dampak jangka panjang pendekatan bermain terhadap perkembangan sosial-emosional dan kesiapan belajar anak.

Dengan demikian, hasil penelitian ini mempertegas bahwa pembelajaran berbasis bermain bukan hanya strategi pedagogis, melainkan fondasi filosofis pendidikan anak usia dini. Melalui sinergi antara guru, orang tua, lembaga, dan pembuat kebijakan, pendidikan anak usia dini dapat kembali pada esensinya—membentuk anak yang bahagia, mandiri, dan cinta belajar sepanjang hayat.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Bassok, D., Latham, S., & Rorem, A. (2016). *Is Kindergarten the New First Grade?* *AERA Open*, 2(1), 1–31.
- Bodrova, E., & Leong, D. J. (2015). *Vygotskian and Post-Vygotskian Views on Children's Play*. *American Journal of Play*, 7(3), 371–388.
- Broström, S. (2017). *Child Perspectives and Children's Perspectives in Theory and Practice*. *International Journal of Early Years Education*, 25(3), 240–254.



- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Denham, S. A., Bassett, H. H., & Wyatt, T. (2012). *The Socialization of Emotion: Pathways to Emotion Regulation*. *Child Development*, 83(1), 65–70.
- Elkind, D. (2007). *The Power of Play: Learning What Comes Naturally*. Da Capo Press.
- Epstein, A. S. (2014). *The Intentional Teacher: Choosing the Best Strategies for Young Children's Learning*. NAEYC.
- Eshach, H., & Fried, M. N. (2005). *Should Science Be Taught in Early Childhood?* *Journal of Science Education and Technology*, 14(3), 315–336.
- Fisher, K., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., Singer, D., & Berk, L. (2013). *Playing Around in School: Implications for Learning and Educational Policy*. Oxford University Press.
- Hirsh-Pasek, K., & Golinkoff, R. M. (2008). *Einstein Never Used Flashcards: How Our Children Really Learn—and Why They Need to Play More and Memorize Less*. Rodale.
- Hirsh-Pasek, K., Zosh, J. M., & Weisberg, D. S. (2020). *Playful Learning Landscapes: Creating Play-Filled Futures for Children and Families*. Temple University.
- Kemendikbudristek. (2023). *Panduan Implementasi Kurikulum Merdeka PAUD*. Jakarta: Direktorat PAUD.
- Krippendorff, K. (2018). *Content Analysis: An Introduction to Its Methodology* (4th ed.). Sage Publications.
- Lestari, D., Yuminar, P., & Yuntina, S. (2023). *Penerapan Play-Based Learning dalam Perkembangan Kognitif Anak di TK Kipina Kids Bekasi*. *Jurnal Sindoro Cendekia Pendidikan*, 5(2), 55–63.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (3rd ed.). Sage Publications.
- Miller, E., & Almon, J. (2009). *Crisis in the Kindergarten: Why Children Need to Play in School*. Alliance for Childhood.
- Montessori, M. (1967). *The Absorbent Mind*. Holt, Rinehart and Winston.
- Parker, J. G., Rubin, K. H., Erath, S. A., Wojslawowicz, J. C., & Buskirk, A. A. (2012). *Peer Relationships, Child Development, and Adjustment: A Developmental Psychopathology Perspective*. In *Handbook of Developmental Psychopathology* (pp. 419–441). Springer.
- Piaget, J. (1962). *Play, Dreams, and Imitation in Childhood*. Norton.
- Pyle, A., & Danniels, E. (2017). *A Continuum of Play-Based Learning: The Role of the Teacher in Play-Based Pedagogy*. *Early Education and Development*, 28(3), 274–289.
- Pyle, A., Poliszczuk, D., & Danniels, E. (2018). *The Challenges of Promoting Play-Based Learning in Kindergarten: Teacher Perceptions of Play*. *Early Child Development and Care*, 189(2), 1–16.
- Sari, R. D., & Sulistyaningsih, T. (2022). *Parenting Style to Reduce Academic Stress in Early Childhood during the New Normal*. *Jurnal Indigenous*, 7(1), 13–22.
- Siraj-Blatchford, I. (2010). *Supporting Effective Early Learning*. Open University Press.
- UNESCO. (2019). *Learning Through Play: Strengthening Learning Through Play in Early Childhood Education Programmes*. Paris: UNESCO.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
- Weisberg, D. S., Hirsh-Pasek, K., & Golinkoff, R. M. (2013). *Guided Play: Where Curricular Goals Meet a Playful Pedagogy*. *Mind, Brain, and Education*, 7(2), 104–112.
- Weisberg, D. S., Zosh, J. M., Hirsh-Pasek, K., & Golinkoff, R. M. (2016). *Talking About Play: Parent and Teacher Attitudes Toward Play and Learning*. *Child Development*, 87(2), 405–417.