

DONGENG SEBELUM TIDUR (*BEDTIME STORIES*) SEBAGAI SARANA PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK

Nurul Hidayati

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik
haiuyung@yahoo.com /nurul.iedha@gmail.com

Abstraksi. Mendongeng adalah suatu kegiatan yang sangat sederhana, mudah, dan maknanya sangat luas. Kenyataannya, tidak semua orang tua mendongeng untuk anak-anak mereka. Dalam Mal (2011), dongeng bermanfaat untuk merangsang kekuatan berpikir, sebagai media yang efektif untuk menanamkan berbagai nilai dan etika pada anak, mengasah kepekaan terhadap bunyi-bunyian, menumbuhkan minat baca, menumbuhkan empati, meningkatkan kecerdasan, dan menumbuhkan rasa humor yang sehat. Sebagian orang tua membacakan dongeng sebelum tidur (*bedtime stories*) pada anak-anak mereka. Artikel ini bertujuan untuk memahami bagaimana dongeng sebelum tidur dapat dipergunakan sebagai sarana pembentukan karakter anak, kemudian mencoba memberikan saran-saran khususnya bagi orang tua untuk mengoptimalkan peran pembentukan karakter melalui dongeng sebelum tidur (*bedtime stories*) ini.

Kata kunci: dongeng sebelum tidur, pembentukan karakter, anak

Salah satu metode pembelajaran yang diperkenalkan oleh para ahli psikologi, dan merupakan cara yang sangat efektif dan efisien adalah dongeng atau cerita. Ada cerita-cerita yang berfungsi sebagai *media healing*, sebagaimana dijelaskan oleh George W. Burns dalam bukunya *101 Healing Stories for Kids and Teens Using Metaphors in Therapy*. George Burns sendiri merupakan psikolog klinis terkemuka yang mengembangkan metode bercerita sebagai terapi. Mendongeng adalah suatu kegiatan yang sangat sederhana, mudah, dan

maknanya sangat luas. Kenyataannya, tidak semua orang tua mendongeng untuk anak-anak mereka.

Dalam pengertian yang sederhana, mendongeng adalah bertutur dengan intonasi yang jelas, menceritakan sesuatu hal yang berkesan, menarik, memiliki nilai-nilai khusus dan tujuan khusus (Mal, 2011). Dongeng bermanfaat untuk merangsang kekuatan berpikir, sebagai media yang efektif untuk menanamkan berbagai nilai dan etika pada anak, mengasah kepekaan terhadap bunyi-bunyian, menumbuhkan

minat baca, menumbuhkan empati, meningkatkan kecerdasan, dan menumbuhkan rasa humor yang sehat.

Sebagian orang tua membacakan dongeng sebelum tidur (*bedtime stories*) pada anak-anak mereka. Secara sederhana, *bedtime stories* yakni dongeng yang dibacakan (biasanya oleh orang dewasa semisal orang tua) pada anak-anak sebelum mereka tidur (menjelang tidur).

Penulis melakukan wawancara kepada beberapa orang tua (khususnya ibu) terkait kegiatan dongeng sebelum tidur ini. Hasilnya, sebagian orang tua melakukannya, khususnya ibu. Rata-rata anak menyukai kegiatan ini dan menjadikannya kegiatan rutin menjelang tidur.

Artikel ini bertujuan untuk memahami bagaimana dongeng sebelum tidur dapat dipergunakan sebagai sarana pembentukan karakter anak, kemudian mencoba memberikan saran-saran khususnya bagi orang tua untuk mengoptimalkan peran pembentukan karakter melalui dongeng sebelum tidur (*bedtime stories*) ini.

Dongeng sebelum Tidur (*Bedtime Stories*)

Mendongeng merupakan kegiatan yang sangat sederhana, mudah, dan maknanya sangat luas. Kenyataannya, tidak semua orang mampu melakukannya. Dalam pengertian sederhana, mendongeng adalah bertutur dengan intonasi yang jelas, menceritakan sesuatu hal yang berkesan, menarik, memiliki nilai-nilai khusus dan

tujuan khusus (Mal, 2011).

Selain terdapat beberapa manfaat, dongeng juga sangat menyenangkan karena di dalam dongeng ada pengetahuan sekaligus hiburan, baik bagi pendongengnya maupun pendengarnya. Selain itu, dengan dongeng akan menjadikan hubungan yang lebih erat antara orang tua dengan anaknya atau guru dengan anak didiknya.

Secara sederhana, dongeng sebelum tidur yakni dongeng yang dibacakan sebelum anak-anak tidur. Biasanya yang membacakan adalah orang dewasa. Umumnya, orang tua si anak. Hasil wawancara penulis dengan beberapa orang tua, tidak semua orang tua membacakan dongeng sebelum tidur bagi anak-anak mereka. Alasan yang dikemukakan beragam. Bagi yang membacakan dongeng sebelum tidur, alasan yang dikemukakan antara lain karena anak-anak mereka menyukai kegiatan tersebut, dan alasan dongeng sebagai media mendidik anak. Bagi yang tidak membacakan dongeng sebelum tidur, alasan yang dikemukakan antara lain kesibukan yang tinggi sebagai orang tua, dan alasan kondisi fisik yang lelah sepulang kerja sehingga tidak memungkinkan untuk mendongeng bagi anak. Ada pula alasan lain seperti merasa tidak bisa (tidak mampu) mendongeng.

Pendongeng Kusumo Priyono (Kak Kusumo) menjelaskan hal tersebut sebagai berikut, bahwa kegiatan mendongeng sebenarnya tidak sekedar bersifat hiburan

belaka, melainkan memiliki tujuan yang lebih luhur, yakni pengenalan alam lingkungan, budi pekerti, dan mendorong anak berperilaku positif (Mal, 2011).

Mendongeng dengan Buku

Sebagaimana telah disinggung di atas, pada usia prasekolah biasanya anak-anak lebih suka mendengarkan dongeng dengan melihat gambar. Pada usia ini, anak-anak belum bisa memahami alur cerita secara utuh. Sehingga, buku sangat membantu orang tua atau pengajar untuk mengarahkan anak agar lebih fokus kepada cerita yang dibawakan.

Ary Nilandari, penulis bacaan anak Indonesia menuliskan wawasan tentang bacaan anak sebagai berikut. Di Indonesia terdapat beragam bacaan anak. Ada cerpen, cernak, novak, novel anak, FN, dongeng, fabel, petualangan, cerita keseharian, dan seterusnya. Makna masing-masing istilah itu terkadang kurang dimengerti. Ditambah lagi penggunaannya seringkali masih belum tepat.

Dalam literatur anak, dunia mengenal format (bentuk) dan genre (jenis). Format berkaitan dengan bentuk buku, jumlah halaman, dan hal-hal fisik dan penyajian, serta target pembacanya yang spesifik. Sedangkan genre berkaitan dengan jenis tulisan, isi, dan pesan di dalamnya. Untuk semua umur, genre bisa diberikan.

Format bacaan anak terdiri dari:

1. *Picture book*, cirinya adalah dominasi ilustrasi, dan teks yang sedikit. Jumlah halaman paling banyak 32 halaman. Targetnya adalah anak-anak usia dini.
2. *Illustrated book*, cirinya adalah teks lebih banyak, ilustrasi hanya untuk membantu dan melengkapi. Target pembaca adalah anak-anak TK-SD kelas rendah. *Illustrated book* bisa berisi satu cerita panjang, bisa juga beberapa cerita pendek yang dikumpulkan dalam satu buku. Di luar sana dikenal sebagai Kumcer (kumpulan cerita) atau Kumdong (kumpulan dongeng).
3. Novela, novelet, novel pertama (*first novel*), novel transisi, adalah novel pendek untuk peralihan bagi anak yang biasa baca *picbook* ke novel yang lebih padat teksnya. Secara umum untuk anak SD kelas rendah. Halaman jadinya paling banyak 56-64 halaman.
4. Novel anak (*middle grade novel*), untuk anak lebih besar, biasanya 8 atau 9 tahun ke atas.
5. Novel *preteen, teen, young adult*, remaja, untuk anak usia 11 tahun ke atas.

(Nilandari, 2013)

Mengenai genre bacaan anak, Ary Nilandari mengemukakan bahwa bacaan anak mengenal 6 macam genre utama:

1. Bacaan usia dini, biasa dikenal dengan sebutan *Picture Book*. (Jadi *picbook* bisa berarti format, bisa juga genre)
2. Literatur tradisional (cerita rakyat), di dalamnya ada subgenre fabel, dongeng, *mite*, dan legenda.
3. Fiksi. Semua yang berasal dari imajinasi penulis. Menurut setting waktunya, ada subgenre kontemporer dan historis. Menurut kadar “khayalannya” ada subgenre realistik dan fantasi. Cerita keseharian adalah realistik kontemporer. Kalau ada sihir dan makhluk gaibnya berarti fantasi. Kalau menggunakan setting peristiwa sejarah, berarti realistik historis. Bagaimana dengan petualangan, misteri, humor, detektif, dan sejenisnya? Tentu bergantung pada unsur plotnya. Bisa masuk ke realistik, bisa juga fantasi. Bisa kontemporer, bisa juga historis. Petualangan dan sebagainya berpotensi menjadi subgenre sendiri.
4. Nonfiksi terdiri dari subgenre informasi dan biografi.
5. Faksi, fakta yang dituturkan dengan gaya fiksi.
6. Puisi.

(Nilandari, 2013)

Penokohan dan Manfaat Dongeng

Penokohan adalah pelukisan, pendeskripsian, atau perwatakan tokoh-tokoh dalam cerita atau dongeng. Penokohan dalam sebagian besar cerita mempunyai dua sisi, yaitu sisi yang baik dan sisi yang kurang baik. Dari sini bisa diambil kesimpulan mengenai adanya perbedaan antara yang baik (protagonis) dan yang kurang baik atau jahat (antagonis). Dalam dongeng seperti Bawang Merah dan Bawang Putih, Bawang Merah adalah tokoh yang jahat sedangkan bawang putih tokoh yang baik. Dalam kisah klasik dunia, ibu tiri seringkali menjadi tokoh antagonis. Semisal dalam Cinderella atau Upik Abu. Cinderella atau Upik Abu merupakan tokoh protagonis, sedangkan Ibu tiri merupakan tokoh antagonis.

Dalam cerita yang bergenre fantasi, tokoh antagonis bisa juga berupa monster atau penyihir jahat. Dalam novel Harry Potter yang sangat fenomenal tersebut, tokoh protagonis antara lain yaitu Harry Potter, Hermione Granger, dan Albus Dumbledore. Sedangkan tokoh antagonis semisal Severus Snape dan Voldemort. JK Rowling telah berhasil menciptakan dinamika yang sangat menarik di antara tokoh-tokoh fiksi tersebut. Lebih jauh, JK Rowling juga secara mendalam melukiskan dinamika internal dalam diri masing-masing tokohnya. Misalnya dalam salah satu seri Harry Potter, *The Goblet of Fire* terdapat dinamika yang sangat menarik ketika Harry

Potter memutuskan untuk terus melaju sendirian untuk memenangkan pertandingan atau memilih menolong rival dalam pertandingan tersebut dengan resiko

kehilangan kesempatan juara (http://en.wikipedia.org/wiki/Harry_Potter_and_the_Goblet_of_Fire).



Gambar 1. Penokohan dan Alur Cerita dalam Dongeng (Nilandari,2013)

Dalam dongeng anak Indonesia kontemporer, tidak selalu dimunculkan tokoh antagonis dan protagonist dalam bentuk yang sangat nyata sebagaimana kisah bawang merah dan bawang putih. Semisal dalam Kumpulan Dongeng karya Arleen Amidjaja “*Stories of Great Virtue*” (2012), terdapat Kisah berjudul “Be Honest” yang bercerita tentang Goby, seorang goblin yang merasa tidak memiliki kelebihan dan tidak istimewa. Namun Goby merupakan goblin yang paling jujur di Goblindon. Konflik yang terjadi ada dalam diri Goby sendiri, dan tidak memunculkan karakter antagonis di luar dirinya. Di akhir cerita, Goby menyadari bahwa dirinya seorang goblin yang sangat istimewa.

David McKee dalam bukunya *Elmer Si Gajah Perca* (2011) telah berhasil memunculkan tokoh Elmer. Elmer merupakan gajah perca yang telah menjadi tokoh favorit jutaan anak di seluruh dunia dan kisahnya telah diterjemahkan ke lebih

dari empat puluh bahasa. Kisah Elmer begitu inspiratif. Dalam seri pertama, Elmer mengajarkan bagaimana tentang bangga menjadi diri sendiri. Kisah Elmer dan Burung Besar mengajarkan kisah tentang arti kebersamaan. Kisah Elmer dan Para Kuda Nil mengajarkan kisah tentang cara memecahkan masalah. Kisah Elmer dan Si Ular mengajarkan kisah tentang bersenang-senang bersama-sama. Kisah Elmer dan Pelangi mengajarkan kisah tentang berbagi dan memberi. Kisah Elmer ini sangat baik untuk didongengkan para orang tua sebelum anak-anak tidur.

Dalam Buku Kumpulan Kisah Kasih Sayang (2012) yang ditulis oleh seorang penulis bacaan anak Indonesia Watiek Ideo yang juga seorang lulusan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya, dikisahkan berbagai cerita bertema kasih sayang. Cerita-cerita di dalamnya kaya dan menyentuh. Mulai dari kisah anak yang orang tuanya bercerai hingga kisah kasih

saying anak berkebutuhan khusus tersaji dengan baik dalam kumpulan cerita tersebut. Salah satu alternative menarik untuk dikisahkan pada anak-anak Indonesia.

Dalam buku lainnya “Detektif Ben. Detektif Ulung Sang Pemecah Misteri”, Watiek Ideo dan Fitri Kurniawan (2013) mengisahkan keahlian Detektif Ben, detektif beruang ternama yang piawai mengungkap berbagai misteri di Kota Gardenia. Dalam kumpulan cerita ini, orang tua bisa sekaligus mengajarkan pada anak-anak mereka berbagai pengetahuan mengenai binatang. Dalam Fakta Seru (*Fun Fact*) yang ada di akhir masing-masing kisah, diberikan sekilas karakteristik unik berbagai binatang yang menjadi karakter dalam cerita sebelumnya.

Selain itu kisah-kisah bernaifaskan Islam juga sangat baik untuk media pendidikan pada anak-anak Indonesia, khususnya anak-anak muslim. Kisah-kisah dalam Al Quran menyiratkan banyak hikmah dan pelajaran bagi kita.

Aan Wulandari (2012) dalam buku kumpulan ceritanya “Kisah Hari Besar Umat Islam” mengisahkan berbagai peristiwa besar nan agung dan penuh hikmah. Hari-hari besar umat Islam seperti Idul Fitri, Idul Adha, dan Isra Mi’raj dikisahkan melalui narasi yang baik dan ditunjang oleh ilustrasi yang baik pula. Ini dapat dipakai pula sebagai alternatif para orang tua yang hendak mengajarkan akhlaq yang baik (*akhlaqul karimah*) melalui dongeng yang

diambil dari kisah-kisah agung dalam kitab suci umat Islam tersebut.

Kisah-kisah agung para Nabi juga dapat kita jadikan acuan dalam dongeng kepada anak-anak kita. Misalnya Kisah Nabi Ibrahim (QS Al Hijr 51-57, QS Al Anbiya 52-57), Kisah Maryam (QS Maryam 16-36, QS Al Tahrim: 12), Kisah Nabi Adam (QS Al Baqarah 30-38, QS An Nisaa: 1, QS Al A’raf: 189), Kisah Nabi Musa (QS Al Baqarah: 136, QS Al A’raf: 103-136, QS Yunus: 77-92) (dikutip dari Nur’aini 2008, dalam Mal, 2011).

Menurut Sarumpaet (dalam Daylailatu, 2008, dalam Mal, 2011), dongeng bermanfaat bagi orang tua sebagai pendongeng, dan tentu saja untuk anak itu sendiri sebagai pendengar. Selain itu, dari berbagai cara untuk mendidik anak, dongeng merupakan cara yang ampuh dan efektif untuk memberikan sentuhan manusiawi dan mengajarkan sportivitas pada anak.

Asfandiyar (2009, dalam Mal, 2011) menyatakan bahwa anak sangat mudah dipengaruhi oleh cerita atau dongeng. Oleh karena itu, pesan-pesan moral, seperti nilai-nilai kebaikan dan kejahatan, balasan bagi orang yang berbuat jahat atau balasan bagi orang yang durhaka, bisa disisipkan melalui dongeng-dongeng tersebut.

Begitu pentingnya bercerita / brkisah, bahkan dalam Al Qur’an, Allah memerintahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW untuk menceritakan

tentang kisah Nabi dan Rasul terdahulu kepada umatnya, sebagaimana firman Allah SWT dalam QS Maryam (QS 19): 41 yang artinya: “Ceritakanlah (Hai Muhammad) kisah Ibrahim dalam Al Qur’an ini. Sesungguhnya ia adalah seorang yang membenarkan lagi seorang Nabi (dikutip dari Mal, 2011).

Mengapa dongeng sebelum tidur (*bedtime stories*)? Penulis mencoba melihat dari sisi kondisi otak anak-anak yang berada pada kondisi gelombang alfa saat menjelang tidur. Di mana berbeda dibandingkan ketika anak-anak aktif bermain, yang kondisi otak mereka berada pada gelombang beta. Kondisi zona alfa inilah saat yang baik bagi anak-anak untuk menerima informasi-informasi positif, dalam hal ini pesan-pesan moral melalui dongeng sebelum tidur. Penulis sendiri membiasakan diri untuk setidaknya seminggu 3 hingga 5 kali mendongengkan kisah-kisah positif dan penuh hikmah pada anak sebelum tidur.

Mendongeng dan berkisah sangat memikat dan mendatangkan banyak manfaat. Tidak hanya untuk anak-anak, orang tua yang mendongeng atau guru pun akan sama-sama mendapatkan manfaat. Dalam Mall (2011) dikemukakan bahwa dongeng dapat merangsang kekuatan berpikir, dapat menjadi media efektif untuk menanamkan berbagai nilai dan etika pada

anak, dapat membantu anak mengasah kepekaan terhadap bunyi-bunyian, dapat menumbuhkan minat baca, dapat menumbuhkan empati, dapat meningkatkan kecerdasan, dan dapat menumbuhkan rasa humor yang sehat.

Bagi orang tua dan guru, dongeng juga member manfaat antara lain menambah pengetahuan, sebagai media pembelajaran, dan juga menambah kedekatan dan hubungan emosi dengan anak-anak.

Penutup

Dari pembahasan di atas dapat ditarik suatu simpulan bahwa dongeng, khususnya dongeng sebelum tidur (*bedtime stories*) merupakan alternatif media pendidikan yang sangat baik dan sangat bermanfaat, khususnya pendidikan bagi anak-anak.

Implikasi secara lebih praktisnya, bagi guru-guru akan lebih positif apabila mempergunakan media dongeng dalam kegiatan pembelajaran. Bukan hanya guru PAUD, namun guru-guru di jenjang yang lebih tinggi dapat mempertimbangkan untuk melakukannya.

Para orang tua dapat membiasakan diri melakukan kegiatan mendongeng, khususnya dongeng sebelum tidur. Bagi orang tua muslim, dapat menceritakan berbagai kisah yang bersumber dari Kitab Suci Al Quran.

DAFTAR PUSTAKA

- Amidjaja, A. (2012). *Kumpulan Dongeng Motivasi. Stories of Great Virtue*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer.
- Burns, G.W. (2005). *101 Healing Stories for Kids and Teens Using Metaphors in Therapy*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Ideo, W. (2013). *I Love You More. Kumpulan Kisah Kasih Sayang*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Ideo, W., & Kurniawan, F. (2013). *Detektif Ben. Detektif Ulung Sang Pemecah Misteri*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Mal, K. (2011). *The Miracle of Story Telling. Mencerdaskan Anak dengan Dongeng dan Cerita*. Jakarta: Zikrul.
- McKee, D. (2011). *5 Kisah Elmer Si Gajah Perca*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer.
- Nilandari, A. (2012). *Buku Anak Indonesia untuk Dunia? Sebuah Rekonstruksi Paradigma dan Tantangan bagi Kreator Buku Anak dan Semua Pihak yang Peduli. Materi Presentasi*. Tidak diterbitkan.
- Nilandari, A. (2013). *Materi Workshop Penulisan Cerita Anak*. Tidak diterbitkan.
- Wulandari, A. (2012). *Kisah Hari Besar Umat Islam*. Jakarta: Qibla
- http://en.wikipedia.org/wiki/Harry_Potter_and_the_Goblet_of_Fire. Diakses pada 10 Mei 2013