



## Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

<https://journal.unwira.ac.id/index.php/BERBAKTI>

---

### MENDONGENG SEBELUM TIDUR SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KELEKATAN ORANG TUA DENGAN ANAK USIA DINI

**Yessy Nur Endah Sary**

Universitas Hafshawaty Zainul Hasan

e-mail: [yessynurendahsari@gmail.com](mailto:yessynurendahsari@gmail.com)

Dikirim : 20 Juli 2024, Direvisi : 11 Agustus 2024, Diterima: 18 Agustus 2024

#### ABSTRAK

Komunikasi antara orang tua dan anak memiliki peran yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan seorang anak. Komunikasi yang baik dan terjadi dua arah dapat dilaksanakan salah satunya dengan mendongeng sebelum tidur. Tujuan dari kegiatan PKM saat ini adalah untuk memberikan informasi berupa pengetahuan tentang manfaat dari mendongeng sebelum tidur untuk kelekatan orang tua dengan anak usia dini. Partisipan dalam PKM ini adalah orang tua yang mempunyai anak usia dini sebanyak 60 orang. PKM dilaksanakan dalam tiga tahap yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan dan tahap analisis. Hasil yang didapatkan setelah kegiatan PKM selesai adalah mayoritas orang tua mengalami peningkatan pengetahuan tentang mendongeng dan terjadi peningkatan kelekatan orang tua dan anak usia dini. Mendongeng sebelum tidur terbukti efektif untuk meningkatkan kelekatan antara orang tua dengan anak sehingga terjalin komunikasi efektif antara orang tua dengan anak.

**Kata kunci:** Mendongeng; sebelum tidur; kelekatan; anak usia dini; orang tua

#### ABSTRACT

Communication between parents and children has a very important role in the growth and development of a child. Good and two-way communication can be carried out, one of which is by telling stories before bed. The aim of the current PKM activity is to provide information in the form of knowledge about the benefits of storytelling before bed for the attachment of parents to young children. Participants in this PKM are 60 parents who have young children. PKM is implemented in three stages, namely the planning stage, implementation stage and analysis stage. The results obtained after the PKM activities were completed were that the majority of parents experienced an increase in knowledge about storytelling and an increase in the attachment between parents and young children. Storytelling before bed has been proven to be effective in increasing the attachment between parents and children so that effective communication can be established between parents and children.

**Keywords:** Storytelling; before sleeping; attachment; early childhood; parent.

#### 1. PENDAHULUAN

Komunikasi antara orang tua dan anak memiliki peran yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan seorang anak. Pada saat ini sebagian orang tua baik ayah maupun ibu sebagian besar bekerja, sementara anak bersama pengasuh atau keluarga lain yang tinggal dalam satu rumah. Keadaan ini akan mempengaruhi terjalinnya komunikasi antara orang tua dengan anaknya. Komunikasi yang baik dan terjadi dua arah dapat dilaksanakan



salah satunya dengan bercerita sebelum tidur (Kemala et al., 2022). Orang tua perlu menyediakan waktu khusus untuk anak setelah seharian ditinggal kerja. Malam hari menjadi waktu berkumpul antara orang tua dan anak (Sufiati & Paramita, 2021). Rutinitas sebelum tidur dengan bercerita dapat berkontribusi pada berbagai hasil perkembangan positif di luar peningkatan kualitas tidur, termasuk perkembangan bahasa, literasi, emosi anak dan regulasi perilaku, keterikatan dan orang tua anak serta fungsi keluarga. Bercerita sebelum tidur juga akan mampu membangun hubungan emosional dan rasa kebersamaan antara orangtua dan anak atau yang dikenal dengan kelekatan orang tua dengan anak (Firdaus et al., 2023).

Mendongeng merupakan kegiatan yang sangat sederhana, mudah, dan maknanya sangat luas. Dongeng sangat menyenangkan karena di dalam dongeng ada pengetahuan sekaligus hiburan, baik bagi pendongengnya maupun pendengarnya (Indriani & Susilo, 2021). Dongeng 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, yaitu orang tua anak (Hidayati, 2013). Manfaat lain dari kegiatan mendongeng sebelum tidur adalah dapat terciptanya kelekatan antara anak dan orang tua sehingga menciptakan kecerdasan emosional anak usia dini (Sari & Novitasari, 2023). Semakin baik kualitas kelekatan anak dengan orang tua, maka kecerdasan emosional anak pun akan semakin baik dan sebaliknya semakin buruk kualitas kelekatan anak dengan orang tua maka kecerdasan emosional anak pun akan kurang (Parinduri & Fadilah, 2023).

Tim Program Kemitraan Masyarakat melakukan studi awal pada bulan Mei 2024 ke Taman Kanak-kanak Nusantara, Probolinggo Jawa Timur dengan melakukan wawancara kepada lima orang tua dari anak usia dini. Tim PKM menanyakan tentang kegiatan apa saja yang dilakukan sebelum tidur dengan anak mereka dan bagaimana kelekatan antara orang tua anak. Untuk kegiatan yang dilakukan sebelum tidur, dua dari lima orang tua memberikan informasi bahwa anak balita mereka terbiasa melihat televisi sebelum tidur. Tiga dari lima orang tua mengatakan bahwa anak mereka melihat gadget sebelum tidur. Selain informasi tentang kegiatan yang dilakukan oleh anak usia dini sebelum tidur, orang tua menginformasikan bahwa hubungan dengan anak mereka biasa saja dan hampir tidak ada kegiatan tanya jawab atau menceritakan kegiatan sehari-hari yang telah mereka lakukan. Anak usia dini lebih suka untuk melihat tayangan di gadget daripada bercerita dan berkomunikasi dengan orang tua mereka. Orang tua berpendapat bahwa hal ini dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan orang tua tentang pentingnya komunikasi dengan anak yang dapat mempengaruhi kelekatan dengan anak mereka.

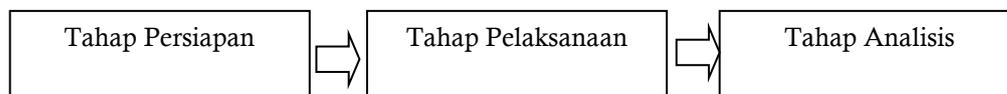
Hasil dari studi awal di atas mengilustrasikan bahwa orang tua anak usia dini perlu untuk mendapatkan pengetahuan tentang kelekatan dengan anak mereka yang dapat dilakukan melalui kegiatan mendongeng sebelum tidur. Anggerainy, dkk (2023) menginformasikan bahwa kegiatan membacakan cerita sebelum tidur memberikan dampak positif yaitu dapat menenangkan anak dan orang tuanya serta meningkatkan kualitas tidur anak (Anggerainy et al., 2023). Penelitian Rochmawati (2019) menginformasikan bahwa dongeng sebelum tidur mampu untuk meningkatkan kecerdasan emosional dan melatih komunikasi antara anak dengan orang tua (Rochmawati, 2019).

Berdasarkan hasil analisis dari kegiatan pengabdian masyarakat dan penelitian sebelumnya didapatkan persamaan dengan kegiatan Program Kemitraan Masyarakat saat ini yaitu sama-sama mengambil tema tentang mendongeng sebelum tidur, sedangkan perbedaannya yaitu pada kegiatan PKM saat ini fokus kepada kelekatan antara orang tua dengan anak. Tujuan dari kegiatan PKM saat ini adalah untuk memberikan informasi berupa pengetahuan tentang manfaat dari mendongeng sebelum tidur untuk kelekatan orang tua dengan anak usia dini.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Program Kemitraan Masyarakat dengan judul mendongeng sebelum tidur sebagai upaya meningkatkan kelekatan orang tua dengan anak usia dini dilaksanakan dalam tiga tahap yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan dan tahap analisis. Tahap perencanaan merupakan tahapan yang dilakukan ketika telah selesai membuat proposal PKM beserta instrumen yang

diperlukan. Pada tahap ini, Tim PKM melakukan koordinasi dengan tempat yang akan digunakan untuk melaksanakan kegiatan PKM yaitu Taman Kanak-kanak Nusantara, Probolinggo Jawa Timur. Koordinasi yang dilakukan antara lain rekrutmen. Partisipan dalam PKM ini adalah orang tua yang mempunyai anak usia dini sebanyak 60 orang. Tahap selanjutnya adalah pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan, semua partisipan yang datang diberikan lembar *informed consent* untuk ditanda tangani yang merupakan tanda persetujuan untuk mengikuti kegiatan PKM dari awal hingga selesai. Partisipan yang telah menandatangani *informed consent*, maka diberikan kuesioner tentang pengetahuan orang tua tentang bagaimana kelekatan antara orang tua dengan anak, selain itu juga tentang aktivitas apa saja yang dilakukan oleh orang tua dan anak sebelum tidur. Setelah selesai mengerjakan kuesioner, maka Tim PKM memberikan pendidikan tentang pentingnya kelekatan antara orang tua dengan anak. Materi lain adalah tentang manfaat dan pentingnya kegiatan mendongeng sebelum tidur bagi anak dan orang tua. Tim PKM memberikan kesempatan kepada partisipan yang ingin bertanya ketika tidak memahami materi yang diberikan oleh nara sumber. Setelah pemberian pendidikan kepada orang tua selesai, maka Tim PKM memberikan kembali kuesioner yang sama kepada partisipan untuk diisi ulang. Tahap terakhir dari kegiatan PKM adalah analisis. Tim PKM menganalisis pengetahuan orang tua sebelum dan setelah dilakukan pemberian pendidikan tentang manfaat mendongeng sebelum tidur yang mempengaruhi kelekatan antara orang tua dengan anak.



Gambar 1. Tahapan Kegiatan Program Kemitraan Masyarakat.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses pembentukan kelekatan antara orang tua dan anak usia dini harus didasarkan pada keyakinan anak terhadap penerimaan lingkungan akan mengembangkan kelekatan yang aman dengan figur lekatnya dan mengembangkan rasa percaya pada orang tua dan lingkungan (Puspita, 2019). Kelekatan dapat dibentuk dengan kegiatan mendongeng sebelum tidur. Kegiatan PKM tentang pentingnya mendongeng sebelum tidur dengan kelekatan yang telah dilaksanakan di Taman Kanak-kanak Nusantara, Probolinggo Jawa Timur memberikan hasil sebagai berikut yang tertera di dalam tabel di bawah ini.

Tabel 1. Indikator Penilaian Sebelum dan Sesudah Pemberian Pendidikan tentang Mendongeng Sebelum Tidur dan Kelekatan Orang Tua dengan Anak

Indikator Pengetahuan	Sebelum			Sesudah		
	Baik (%)	Cukup (%)	Kurang (%)	Baik (%)	Cukup (%)	Kurang (%)
Definisi mendongeng sebelum tidur		33,3		66,6		
Manfaat mendongeng sebelum tidur			20	80		
Faktor yang mempengaruhi keberhasilan mendongeng sebelum tidur			16,6	80		
Definisi kelekatan orang tua dengan anak		15		83,3		
Manfaat kelekatan orang tua dan anak			15	85		
Faktor yang mempengaruhi keberhasilan kelekatan			11,	85		

Tim PKM melaksanakan kegiatan selama satu hari. Kegiatan awal PKM dilakukan dengan memberikan kuesioner (*pre test*) kepada orang tua anak usia dini yang isinya tentang definisi mendongeng sebelum tidur, manfaat mendongeng sebelum tidur, faktor yang mempengaruhi keberhasilan mendongeng sebelum tidur, definisi kelekatan orang tua dengan

anak, manfaat kelekatan orang tua dengan anak dan faktor yang mempengaruhi keberhasilan kelekatan. Hasil yang didapatkan adalah mayoritas orang tua mempunyai pengetahuan cukup untuk definisi mendongeng sebelum tidur dan definisi kelekatan orang tua dengan anak. Sedangkan orang tua memiliki pengetahuan kurang untuk manfaat mendongeng sebelum tidur, faktor yang mempengaruhi keberhasilan mendongeng sebelum tidur, manfaat kelekatan orang tua dengan anak dan faktor yang mempengaruhi keberhasilan kelekatan.

Setelah selesai menganalisis hasil dari *pre test*, Tim PKM memberikan intervensi berupa pendidikan tentang pentingnya mendongeng sebelum tidur dan kelekatan antara orang tua dengan anak. Pemberian pendidikan dilakukan selama 60 menit. Ketika kegiatan berlangsung, semua responden mendengarkan dan menyimak materi yang diberikan oleh Tim PKM. Kegiatan berjalan dengan lancar tanpa hambatan apapun. Setelah penyampaian materi selesai, maka diadakan tanya jawab sebagai evaluasi dengan tujuan untuk mengetahui apakah materi yang diberikan dapat diterima oleh responden. Pada akhir sesi kegiatan PKM, Tim PKM memberikan ulang kuesioner (*post test*) kepada responden. Setelah kegiatan PKM selesai, maka Tim PKM menganalisis hasil dari pengisian kuesioner *pre test* dan *post test*. Hasil dari *post test* menginformasikan bahwa semua responden menjawab indikator dari pengetahuan berada dalam kategori baik. Tim PKM melakukan analisis dari kuesioner *pre test* dan *post test* yaitu terjadi kenaikan tingkat pengetahuan responden.

Adanya kegiatan PKM memberikan manfaat yaitu memberikan tambahan pengetahuan untuk orang tua dari anak usia dini. Orang tua yang sebelumnya tidak paham tentang manfaat mendongeng sebelum tidur, setelah kegiatan PKM menjadi paham bahwa mendongeng sebelum tidur mampu untuk membentuk kelekatan antara orang tua dengan anak. Dongeng sebelum tidur membawa banyak manfaat. Dongeng merupakan cerita rekaan, khayali yang dianggap tidak benar-benar terjadi (Lestari, 2021). Dongeng mempunyai banyak kegunaan di dalam pendidikan utama anak (Nuarca, 2017). Dongeng merupakan salah satu cara yang efektif untuk mengembangkan aspek-aspek kognitif (pengetahuan), afektif (perasaan), sosial, dan aspek kognatif (penghayatan) anak-anak (Nuarca, 2017). Dongeng memiliki potensi untuk memperkuat imajinasi, memanusiasikan individu, meningkatkan empati dan pemahaman, memperkuat nilai dan etika, dan merangsang proses pemikiran kritis dan kreatif (Lestari, 2021).

Kegiatan mendongeng sebelum tidur mampu untuk membentuk kelekatan antara orang tua dengan anak (Yuniartini et al., 2016). Kelekatan yang terbentuk antara orang tua dengan anak akan membawa pengaruh positif dalam proses perkembangannya, anak yang memiliki kelekatan aman akan menunjukkan kompetensi sosial yang baik pada masa kanak-kanak serta juga lebih mampu membina hubungan persahabatan yang intens, interaksi yang harmonis, lebih responsif, dan tidak mendominasi (Sari et al., 2018). Kelekatan mengacu pada ikatan spesial atau khusus yang didirikan oleh kualitas hubungan yang unik antara orang tua dengan anaknya melalui proses perlahan. Kelekatan merupakan suatu ikatan emosional yang kuat yang dikembangkan anak melalui interaksinya dengan orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya. Kelekatan orangtua merupakan fungsi adaptif yang menyediakan landasan bagi remaja untuk berinteraksi dengan lingkungan yang lebih luas. Kelekatan yang kokoh dapat melindungi anak usia dini dari kecemasan dan perasaan depresi atau tekanan emosional yang berkaitan dengan masa transisi antara anak-anak ke dewasa. Kelekatan dapat membuat anak usia dini menganggap bahwa mereka memiliki keluarga yang hangat dapat menceritakan setiap keluhan yang mereka alami (Eliasa, 2011). Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka iklim keluarga yang positif dapat menyebarkan atmosfer rumah yang membuat suasana antar anggota keluarga nyaman, sehingga dapat menyebabkan anak merasakan nyaman dan aman berada di dekat orang tua mereka.

#### 4. KESIMPULAN

PKM dengan tema mendongeng sebelum tidur sebagai upaya meningkatkan kelekatan orang tua dengan anak usia dini yang dikemas dalam pendidikan kesehatan mampu untuk dapat meningkatkan pengetahuan orang tua tentang manfaat mendongeng sebelum tidur. Selain itu, mendongeng sebelum tidur terbukti efektif untuk meningkatkan kelekatan antara orang tua dengan anak sehingga terjalin komunikasi efektif antara orang tua dengan anak.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Ketua Yayasan Hafshawaty Zainul Hasan yang telah memberikan dorongan sehingga PKM ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya. Tidak lupa juga kami sampaikan kepada semua partisipan yang telah bersedia mengikuti proses dari PKM.

## REFERENSI

- Anggerainy, S. W., Mohamad Ikhsan, & Siti Nurul Huda. (2023). Edukasi Aktivitas Tidur Dan Praktik Bercerita (Story Telling) Di Desa Ensaid Panjang Sintang. *WASATHON Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(01), 1–9. <https://doi.org/10.61902/wasathon.v1i01.594>
- Eliasa, E. I. (2011). Pentingnya kelekatan orang tua dalam internal working model untuk pembentukan karakter anak. *Developmental Psychology*, 33(5), 806–821.
- Firdaus, M., Bastian, A., Rizky, R., & Telaumbanua, Y. (2023). Dongeng Sebelum Tidur Menjadi Konon di Era Gawai? (Eksistensi Dongeng Sebagai Pendidikan Pada Anak Usia Dini). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 13274–13281. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i2.8496>
- Hidayati, N. (2013). Dongeng Sebelum Tidur (Bedtime Stories) Sebagai Sarana Pebentukan Karakter Anak. *Prosiding Seminar Nasional Parenting 2013*, 142–149.
- Indriani, W., & Susilo, H. (2021). Efektivitas Dongeng Untuk Menanamkan Moral Pada Anak Usia Dini Di Rumah. *J+Plus Unesa*, 10(1), 329–337.
- Kemala, S., Erhamwilda, & Mulyani, D. (2022). Hubungan Kegiatan Bercerita sebelum Tidur dengan Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 4-5 Tahun di Mekar Rahayu, RW 02. *Bandung Conference Series: Early Childhood Teacher Education*, 2(2), 101–109. <https://doi.org/10.29313/bcsecte.v2i2.4085>
- Lestari, P. W. (2021). *Metode Dongeng Sebagai Media Pembentuk Karakter Pada Anak Usia Dini*.
- Nuarca, I. K. (2017). *Dongeng Sebelum Tidur*.
- Parinduri, S. A., & Fadilah, R. (2023). Analisis Pola Asuh Ayah Tunggal terhadap Kelekatan Anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 887–894. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.4040>
- Puspita, H. (2019). Kelekatan Anak dengan Pengasuh Tempat Penitipan Anak. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 6(1), 49. <https://doi.org/10.21107/jpgpaud.v6i1.5374>
- Rochmawati, N. I. (2019). Dongeng Sebelum Tidur Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Anak 4-5 Tahun. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 1(2), 54. <https://doi.org/10.35473/ijec.v1i2.357>
- Sari, S. L., Devianti, R., & SAFITRI, N. (2018). Kelekatan Orangtua untuk Pembentukan untuk Pembentukan Karakter Anak. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 1(1), 16. <https://doi.org/10.24014/egcdj.v1i1.4947>
- Sari, Y. R., & Novitasari, K. (2023). Pengaruh Kegiatan Cerita Sebelum Tidur Terhadap Kemampuan Literasi Pada Anak Usia 3-5 Tahun. *Jurnal Golden Age*, 07(02), 428–433.

Sufiati, V., & Paramita, M. V. A. (2021). Bagaimana Literasi Dini dengan Cerita Sebelum Tidur? *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 9(1), 10. <https://doi.org/10.23887/paud.v9i1.32837>

Yuniartini, Widastra, & Utami. (2016). Pengaruh Terapi Bercerita Terhadap Kualitas Tidur Anak Usia Dini Pra Sekolah Yang Menjalani Hospitalisasi Di Ruang Perawatan Anak RSUP Sanglah Denpasar. *Pratam*, 1(4), 1–6.