

Storytelling before bed, is it still effective?

Mendongeng Sebelum Tidur, Masihkah Efektif Dilakukan?

Yudho Bawono^{1*}, Wasis Purwo Wibowo², Ar Liza Listiyana³, Samsul Muarif⁴, Puji Restu Aditya⁵

^{1,2,3,4,5} Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura

*Corresponding Author's Email: yudho.bawono@trunojoyo.ac.id

Abstract. *Bedtime storytelling is an oral tradition that has been passed down for generations. Many previous studies have found the benefits of storytelling, which is usually given to children at bedtime. Some of them are: (1) Fostering a proactive attitude; (2) Strengthening the relationship between parents and children; (3) Increasing knowledge; (4) Training concentration; (5) Increasing vocabulary; (6) Fostering interest in reading; (7) Triggering children's critical thinking; (8) Stimulating children's imagination, fantasy, and creativity; and (9) Providing lessons without seeming patronizing. However, behind the various benefits of bedtime storytelling, with the development of technology, especially media using the internet, the question arises, is bedtime storytelling still effective today? The purpose of this study is to find out whether storytelling before bed is effective for children. The research was conducted by distributing Questionnaires of Children's Activities Listening to Fairy Tales in the form of google forms. The results showed 139 respondents (90.3%) answered yes, 13 respondents (8.4%) answered neutral, and 2 respondents (1.3%) answered no. Based on the results, it can be said that storytelling before bedtime is still effective. Based on the results of the study, it can be said that storytelling (before bed) is still effective, especially to improve children's language skills.*

Keywords: *children, storytelling before bedtime*

Abstrak. Mendongeng sebelum tidur adalah tradisi lisan yang diturunkan secara turun-temurun. Banyak penelitian sebelumnya yang menemukan manfaat dari dongeng, yang biasanya diberikan kepada anak menjelang tidur ini. Beberapa di antaranya; (1) Menumbuhkan sikap proaktif; (2) Mempererat hubungan orang tua dengan anak; (3) Menambah pengetahuan; (4) Melatih daya konsentrasi; (5) Menambah perbendaharaan kata; (6) Menumbuhkan minat baca; (7) Memicu daya berpikir kritis anak; (8) Merangsang imajinasi, fantasi, dan kreativitas anak; dan (9) Memberi pelajaran tanpa terkesan menggurui. Namun demikian, di balik beragam manfaat dari mendongeng sebelum tidur ini, dengan semakin berkembangnya teknologi, khususnya media yang menggunakan internet, memunculkan pertanyaan, apakah saat ini mendongeng sebelum tidur masih efektif dilakukan? Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektif tidaknya mendongeng sebelum tidur pada anak-anak. Penelitian dilakukan dengan menyebarkan Angket Aktivitas Anak Mendengarkan Dongeng dalam bentuk google form. Hasil penelitian menunjukkan 139 responden (90,3%) menjawab ya, 13 responden (8,4%) menjawab netral, dan 2 responden (1,3%) menjawab tidak. Berdasarkan hasil penelitian dapat dikatakan bahwa mendongeng (sebelum tidur) masih efektif dilakukan, khususnya untuk meningkatkan kemampuan berbahasa anak.

Kata kunci: anak, mendongeng sebelum tidur

I. PENDAHULUAN

Mendongeng merupakan kegiatan menuturkan sesuatu yang mengisahkan perbuatan atau suatu kejadian dan disampaikan secara lisan dengan tujuan membagikan pengalaman dan pengetahuan kepada orang lain (Bachri, 2005). Mendongeng sendiri merupakan tradisi lisan yang diturunkan secara turun-temurun (Bawono dan Wibowo, 2024). Menurut Priyono (2001) mendongeng merupakan bagian dari keterampilan berbicara yang tidak hanya sekedar kemampuan berkomunikasi, namun juga sebagai seni.

Menurut Shofwan (2022) tujuan dari mendongeng adalah membentuk perilaku yang baik serta menanamkan nilai budi pekerti kepada anak agar memiliki keseimbangan dan perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik. Mendongeng merupakan kegiatan menyampaikan cerita dari seorang *storyteller* kepada pendengar dengan tujuan memberikan informasi kepada pendengar sehingga dapat digunakan untuk mengenali emosi dirinya sendiri dan orang lain serta mampu melakukan *problem solving* (Ayuni, Siswati, & Rusmawati, 2013). Kegiatan mendongeng dapat juga digunakan sebagai aktivitas pengantar tidur, hal ini biasa disebut sebagai dongeng sebelum tidur (Hidayati, 2013).

Di balik aktivitas mendongeng sebelum tidur, Rukiyah (2018) mengemukakan beberapa manfaat dari dongeng, di antaranya: (1) Menumbuhkan sikap proaktif; (2) Mempererat hubungan orang tua dengan anak; (3) Menambah pengetahuan; (4) Melatih daya konsentrasi; (5) Menambah perbendaharaan kata; (6) Menumbuhkan minat baca; (7) Memicu daya berpikir kritis anak; (8) Merangsang imajinasi, fantasi, dan kreativitas anak; dan (9) Memberi pelajaran tanpa terkesan menggurui.

Manfaat dongeng yang beragam ini ternyata tidak diimbangi dengan pemberian dongeng kepada anak. Saat ini, aktivitas mendongeng terutama sebelum tidur, seolah-olah sudah mulai ditinggalkan oleh para orang tua. Sehingga memunculkan pertanyaan, apakah mendongeng sebelum tidur ini masih efektif untuk dilakukan?

II. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian survai dengan menyebarkan Angket Aktivitas Anak Mendengarkan Dongeng yang terdiri dari 10 pertanyaan/ pernyataan. Responden yang terlibat dalam penelitian sebanyak 154 orang tua yang mendongengi anaknya. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis deskripsi. Analisis deskripsi merupakan analisis yang paling mendasar untuk menggambarkan keadaan data secara umum. Analisis deskripsi ini meliputi deskriptif statistik seperti frekuensi, deskriptif, eksplorasi data, tabulasi silang dan analisis rasio.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah semua isian google form dari Angket Aktivitas Anak Mendengarkan Dongeng terisi, peneliti kemudian mulai mengolah dan menganalisis data. Adapun hasil penelitiannya adalah sebagai berikut:

1. Sejak kapan anak mulai didongengi

Pada pertanyaan/ pernyataan ini, dari 154 responden yang menjawab, diperoleh data: (1) Waktu sekolah di PAUD (48 responden atau 31,2%); (2) Sejak masih bayi (61 responden atau 39,6%); (3) Sejak dalam kandungan (34 responden atau 22,1%); (4) Balita (1 responden atau 0,6%); (5) Saat anak meminta saja (1 responden atau 0,6%); (6) Sejak usia 3 tahun (4 responden atau 2,6%); (7) Sejak usia 2 tahun (1 responden atau 0,6%); (8) Sejak usia 1,5 tahun (1 responden atau 0,6%); (9) Sejak usia sebelum sekolah (1 responden atau 0,6%); (10) Tidak pernah (1 responden atau 0,6%); dan (11) Sejak mulai bicara (1 responden atau 0,6%). Selengkapnya, dapat dilihat di tabel berikut:

Tabel 1. Sejak kapan anak mulai didongengi

No	Pertanyaan/pernyataan	Opsi	Jumlah	Persentase
1	Sejak kapan anak mulai didongengi	Waktu sekolah di PAUD	48	31.2
		Sejak masih bayi	61	39.6
		Sejak dalam kandungan	34	22.1
		Balita	1	0.6
		Saat anak meminta saja	1	0.6
		Sejak usia 3 tahun	4	2.6
		Sejak usia 2 tahun	1	0.6
		Sejak usia 1,5 tahun	1	0.6
		Sejak usia sebelum sekolah	1	0.6
		Tidak pernah	1	0.6

No	Pertanyaan/ Pernyataan	Opsi	Jumlah	Persentase
		Sejak mulai bicara	1	0.6
		Total	154	100

Berdasarkan data di atas, jawaban terbanyak tentang sejak kapan anak mulai didongengi adalah sebesar 61 responden (39,6%) menjawab sejak masih bayi.

2. Siapa yang mendongengi?

Pada pertanyaan/ pernyataan ini, dari 153 responden yang menjawab, diperoleh data: (1) Ayah dan ibu (82 responden atau 53,6%); (2) Ayah, ibu, nenek (1 responden atau 0,7%); (3) Ibu (63 responden atau 41,2%); (4) Ayah (6 responden atau 3,8%); dan Guru (1 responden atau 0,7%). Selengkapnya, dapat dilihat di tabel berikut:

Tabel 2. Siapa yang mendongengi?

No	Pertanyaan/ pernyataan	Opsi	Jumlah	Persentase
2	Siapa yang mendongengi?	Ayah dan Ibu	82	53.6
		Ayah, ibu, nenek	1	0.7
		Ibu	63	41.2
		Ayah	6	3.8
		Guru	1	0.7
		Total	153	100

Berdasarkan data di atas, jawaban terbanyak tentang siapa yang mendongengi adalah sebesar 82 responden (53,6%) menjawab ayah dan ibu.

3. Berapa kali dongeng dibacakan?

Pada pertanyaan/ pernyataan ini, dari 152 responden yang menjawab, diperoleh data: (1) Seminggu 1x (36 responden atau 23,6%); (2) Dua minggu 1x (1 responden atau 0,7%); (3) Setiap hari (67 responden atau 44%); (4) Dua hari 1x (22 responden atau 14,5%); (5) Ketika anak minta (3 responden atau 2%); (6) Sebelum tidur (2 responden atau 1,3%); (7) Sebulan 1x (1 responden atau 0,7%); (8) Waktu usia kurang (1 responden atau 0,7%); dan (9) Tidak tentu (19 responden atau 12,5%). Selengkapnya, dapat dilihat di tabel berikut:

Tabel 3. Berapa kali dongeng dibacakan?

No	Pertanyaan/ pernyataan	Opsi	Jumlah	Persentase
3	Berapa kali dongeng dibacakan?	Seminggu 1x	36	23.6
		Dua minggu 1x	1	0.7
		Setiap hari	67	44
		Dua hari 1x	22	14.5
		Ketika anak minta	3	2
		Sebelum tidur	2	1.3
		Sebulan 1x	1	0.7
		Waktu usia kurang	1	0.7
		Tidak tentu	19	12.5
		Total	152	100

Berdasarkan data di atas, jawaban terbanyak tentang berapa kali dongeng dibacakan adalah sebesar 67 responden (44%) menjawab setiap hari.

4. Waktu yang dibutuhkan untuk mendongeng

Pada pertanyaan/ pernyataan ini, dari 153 responden yang menjawab, diperoleh data: (1) > 10 menit (27 responden atau 17,6%); (2) < 5 menit (24 responden atau 15,7%); (3) 5-10 menit (99 responden atau 64,7%); (4) Tergantung cerita (2 responden atau 1,3%); dan (5) Tidak tentu (1 responden atau 0,7%). Selengkapnya, dapat dilihat di tabel berikut:

Tabel 4. Waktu yang dibutuhkan untuk mendongeng

No	Pertanyaan/pernyataan	Opsi	Jumlah	Persentase
4	Waktu yang dibutuhkan untuk mendongeng	> 10 menit	27	17.6
		< 5 menit	24	15.7
		5-10 menit	99	64.7
		Tergantung cerita	2	1.3
		Tidak tentu	1	0.7
Total			153	100

Berdasarkan data di atas, jawaban terbanyak tentang waktu yang dibutuhkan untuk mendongeng adalah sebesar 99 responden (64,7%) menjawab 5-10 menit.

5. Kapan biasanya anak didongengi?

Pada pertanyaan/ pernyataan ini, dari 152 responden yang menjawab, diperoleh data: (1) Sewaktu-waktu kalau diminta (58 responden atau 38,1%); (2) Saat mau tidur malam (85 responden atau 55,9%); (3) Saat mau tidur siang (1 responden atau 0,7%); (4) Saat mau tidur siang dan malam (3 responden atau 2%); (5) Selesai mandi sore (3 responden atau 2%); dan (6) Tidak terpatok waktu (2 responden atau 1,3%). Selengkapnya, dapat dilihat di tabel berikut:

Tabel 5. Kapan biasanya anak didongengi?

No	Pertanyaan/pernyataan	Opsi	Jumlah	Persentase
5	Kapan biasanya anak didongengi?	Sewaktu-waktu kalau diminta	58	38.1
		Saat mau tidur malam	85	55.9
		Saat mau tidur siang	1	0.7
		Saat mau tidur siang dan malam	3	2
		Selesai mandi sore	3	2
		Tidak terpatok waktu	2	1.3
Total			152	100

Berdasarkan data di atas, jawaban terbanyak tentang kapan biasanya anak didongengi adalah sebesar 85 responden (55,9%) menjawab saat mau tidur malam.

6. Media dongeng yang biasanya digunakan

Pada pertanyaan/ pernyataan ini, dari 152 responden yang menjawab, diperoleh data: (1) Gambar (20 responden atau 13,1%); (2) Buku (91 responden atau 59,8%); (3) Boneka (12 responden atau 7,8%); (4) Buku dan boneka (1 responden atau 0,7%); (5) Buku dan internet (1 responden atau 0,7%); (6) Diperagakan guru (1 responden atau 0,7%); (7) Internet (1 responden atau 0,7%); (8) Mainan (2 responden atau 1,3%); (9) HP (2 responden atau 1,3%); (10) Semuanya (13 responden atau 8,6%); dan (11) Tanpa media (8 responden atau 5,3%). Selengkapnya, dapat dilihat di tabel berikut:

Tabel 6. Media dongeng yang biasanya digunakan

No	Pertanyaan/pernyataan	Opsi	Jumlah	Persentase
6	Media dongeng yang biasanya digunakan	Gambar	20	13.1
		Buku	91	59.8
		Boneka	12	7.8
		Buku dan boneka	1	0.7
		Buku dan internet	1	0.7
		Diperagakan guru	1	0.7
		Internet	1	0.7
		Mainan	2	1.3
		HP	2	1.3
		Semuanya	13	8.6
		Tanpa media	8	5.3
Total			152	100

Berdasarkan data di atas, jawaban terbanyak tentang media dongeng yang biasanya digunakan adalah sebesar 91 responden (59,8%) menjawab buku.

7. Dongeng yang disukai

Pada pertanyaan/ pernyataan ini, dari 152 responden yang menjawab, diperoleh data: (1) Dongeng lucu (108 responden atau 71%); (2) Dongeng anak-anak (3 responden atau 2%); (3) Cerita rakyat (1 responden atau 0,7%); (4) Cerita legenda (2 responden atau 1,3%); (5) Cerita fabel (11 responden atau 7,1%); (6) Dongeng aktivitas sehari-hari (2 responden atau 1,3%); (7) Dongeng budi pekerti (5 responden atau 3,3%); (8) Pewayangan (1 responden atau 0,7%); (9) Dongeng horor (2 responden atau 1,3%); (10) Dongeng princess (2 responden atau 1,3%); (11) Cerita Nabi (3 responden atau 2%); (12) Perang/perjuangan (2 responden atau 1,3%); (13) Kartun (1 responden atau 0,7%); (14) Dongeng lucu dan sedih (1 responden atau 0,7%); (15) Dongeng sedih (1 responden atau 0,7%); dan (16) Dongeng apapun (7 responden atau 4,6%). Selengkapnya, dapat dilihat di tabel berikut:

Tabel 7. Dongeng yang disukai

No	Pertanyaan/ Pernyataan	Opsi	Jumlah	Persentase
7	Dongeng yang disukai	Dongeng lucu	108	71
		Dongeng anak-anak	3	2
		Cerita rakyat	1	0.7
		Cerita legenda	2	1.3
		Cerita fabel	11	7.1
		Dongeng aktivitas sehari-hari	2	1.3
		Dongeng budi pekerti	5	3.3
		Pewayangan	1	0.7
		Dongeng horror	2	1.3
		Dongeng princess	2	1.3
		Cerita Nabi	3	2
		Perang/perjuangan	2	1.3
		Kartun	1	0.7
		Dongeng lucu dan sedih	1	0.7
		Dongeng sedih	1	0.7
Dongeng apapun	7	4.6		
Total			152	100

Berdasarkan data di atas, jawaban terbanyak tentang dongeng yang disukai adalah sebesar 108 responden (71%) menjawab dongeng lucu.

8. Bahasa yang dipakai untuk mendongeng?

Pada pertanyaan/ pernyataan ini, dari 153 responden yang menjawab, diperoleh data: (1) Bahasa Indonesia (131 responden atau 85,6%); (2) Bahasa daerah (8 responden atau 5,2%); (3) Bahasa Indonesia dan Inggris (4 responden atau 2,6%); (4) Bahasa Indonesia dan daerah (1 responden atau 0,7%); (5) Bahasa asing (1 responden atau 0,7%); dan (6) Campuran (8 responden atau 5,2%). Selengkapnya, dapat dilihat di tabel berikut:

Tabel 8. Bahasa yang dipakai untuk mendongeng?

No	Pertanyaan/ pernyataan	Opsi	Jumlah	Persentase
8	Bahasa yang dipakai untuk mendongeng?	Bahasa Indonesia	131	85.6
		Bahasa daerah	8	5.2
		Bahasa Indonesia dan Inggris	4	2.6
		Bahasa Indonesia dan daerah	1	0.7
		Bahasa asing	1	0.7
		Campuran	8	5.2
Total			153	100

Berdasarkan data di atas, jawaban terbanyak tentang bahasa yang dipakai untuk mendongeng adalah sebesar 131 responden (85,6%) menjawab Bahasa Indonesia.

9. Apakah anak juga melihat dongeng menggunakan mediayang lain?

Pada pertanyaan/ pernyataan ini, dari 150 responden yang menjawab, diperoleh data: (1) Youtube (113 responden atau 75,3%); (2) Google (2 responden atau 1,3%); (3) Aplikasi HP (20 responden atau 13,3%); (4) DVD (2 responden atau 1,3%); (5) Youtube dan smartphone (1 responden atau 0,7%); (6) PDF (1 responden atau 0,7%); (7) Buku (1 responden atau 0,7%); (8) Youtube dan website (1 responden atau 0,7%); (9) Laptop/TV (2 responden atau 1,3%); (10) Tidak menggunakan media lain (6 responden atau 4%); dan (11) Video (1 responden atau 0,7%). Selengkapnya, dapat dilihat di tabel berikut:

Tabel 9. Apakah anak juga melihat dongeng menggunakan media yang lain?

No	Pertanyaan/pernyataan	Opsi	Jumlah	Persentase
9	Apakah anak juga melihat dongeng menggunakan mediayang lain?	Youtube	113	75.3
		Google	2	1.3
		Aplikasi HP	20	13.3
		DVD	2	1.3
		Youtube dan smartphone	1	0.7
		PDF	1	0.7
		Buku	1	0.7
		Youtube dan website	1	0.7
		Laptop/TV	2	1.3
		Tidak menggunakan media lain	6	4
		Video	1	0.7
Total			150	100

Berdasarkan data di atas, jawaban terbanyak tentang apakah anak juga melihat dongeng menggunakan media yang lain adalah sebesar 113 responden (75,3%) menjawab youtube.

10. Menurut Anda, apakah dongeng efektif dalam meningkatkan berbahasa anak?

Pada pertanyaan/ pernyataan ini, dari 154 responden yang menjawab, diperoleh data: (1) Ya (139 responden atau 90,3%); (2) Netral (13 responden atau 8,4%); dan (3) Tidak (2 responden atau 1,3%). Selengkapnya, dapat dilihat di tabel berikut:

Tabel 10. Menurut Anda, apakah dongeng efektif dalam meningkatkan berbahasa anak?

No	Pertanyaan/pernyataan	Opsi	Jumlah	Persentase
10	Menurut Anda, apakah dongeng efektif dalam meningkatkan berbahasa anak?	Ya	139	90.3
		Netral	13	8.4
		Tidak	2	1.3
	Total			154

Berdasarkan data di atas, jawaban terbanyak tentang apakah dongeng efektif dalam meningkatkan berbahasa anak adalah sebesar 139 responden (90,3%) menjawab ya.

IV. KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa mendongeng sebelum tidur masih efektif dilakukan, terutama untuk meningkatkan kemampuan berbahasa anak. Dari temuan ini, saran yang diajukan peneliti adalah dengan mulai membangun kedekatan bersama anak melalui mendongeng sebelum tidur

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat (LPPM) Universitas Trunojoyo Madura, Widya Febriani, dan Ela Yuni Istiqomah, yang telah membantu selama proses penelitian hingga terselesaikannya penulisan artikel ini.

REFERENSI

- Ayuni, R. D., Siswati., dan Rusmawati, D. (2013). Pengaruh storytelling terhadap perilaku empati anak. *Jurnal Psikologi*, 12(2), 121-130.
- Bachri, S. B. (2005). *Pengembangan Kegiatan Bercerita, Teknik dan Prosedurnya*. Jakarta: Depdikbud.Bawono dan Wibowo, 2024).
- Hidayati, N. (2013). Dongeng sebelum tidur (bedtime stories) sebagai sarana pembentukan karakter anak. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 1-7.
- Priyono, K. (2001). *Terampil Mendongeng*. Jakarta: Grasindo.
- Rukiyah. (2018). Dongeng, Mendongeng, dan Manfaatnya. *Jurnal Undip*. Vol 02 (01). Hal 99- 106.
- Shofwan, AM. (2022). Manfaat dan Tujuan Mendongeng untuk Pendidikan Anak Usia Dini. *TILA: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(2), 184-195.