

Permainan Susun Suai Gambar Mencerdaskan Otak



Oleh: Nur Akma Syafiah Azli
Universiti Sains Islam Malaysia
Diterbitkan pada 30 Julai 2021

Permainan susun suai gambar atau *jigsaw puzzle* melibatkan pemasangan kepingan berwarna untuk menjadikannya sekeping gambar yang lengkap. Mungkin tidak ramai lagi yang berminat dengan permainan ini.



Gambar hiasan.

Permainan ini berupaya melatih pemikiran dan meningkatkan tahap fokus kanak-kanak. Ia juga tersedia untuk orang dewasa dengan jumlah kepingan yang lebih banyak.

Dengan jumlah kepingan yang berbeza, permainan susun suai gambar sesuai untuk pelbagai peringkat umur. Permainan itu kebiasaannya mempunyai label pada bungkusannya yang mengesyorkan tahap umur yang sesuai mengikut jumlah kepingan.

Tidak ramai yang menggemari permainan susun suai gambar kerana ia memerlukan banyak masa untuk menyelesaikannya dan perlu mempunyai kesabaran yang tinggi bagi memilih dan mencari kepingan untuk dicantumkan.

Sering sekali, apabila bercerita tentang permainan susun suai gambar, rakan-rakan saya mengatakan mereka tidak boleh bermain permainan itu disebabkan terlalu banyak kepingan gambar dan tidak boleh menahan sabar mencantumkan setiap kepingan tersebut.

Berdasarkan pengalaman saya sendiri, permainan ini bukan sahaja memupuk kesabaran malah meningkatkan tahap fokus terhadap sesuatu perkara.

Selepas menjadikan permainan susun suai gambar sebagai hobi, saya bukan sahaja dapat lebih fokus malah saya juga dapat menyelesaikan masalah dengan lebih pantas.

Saya menyedari perkara itu apabila saya boleh fokus di dalam kelas lebih lama berbanding sebelumnya dan juga dapat menangkap perkara yang diajar oleh pensyarah dengan baik.



Gambar hiasan.

Bagaimana permainan susun suai gambar boleh melatih otak kita? Permainan ini menggunakan kedua-dua bahagian otak dan ia adalah satu latihan atau senaman untuk organ dalaman tubuh tersebut.

Bahagian otak kiri akan berfungsi untuk menentukan sesuatu perkara berdasarkan logik dan objektif manakala bahagian kanan pula berfungsi untuk membuat penilaian dalam perkara yang melibatkan kreativiti, emosi dan gerak hati.

Apabila bahagian otak ini berkomunikasi, secara tidak langsung, ia akan meningkatkan fungsi kognitif otak.

Permainan susun suai gambar juga dianggap sebagai hobi yang menenangkan fikiran. Semasa bermain, pengeluaran dopamin akan meningkat.

Dopamin merupakan bahan kimia yang dikeluarkan oleh sel-sel saraf untuk menghantar isyarat ke sel saraf yang lain. Ia akan menghasilkan perasaan yang menenangkan apabila ia dilepaskan dalam jumlah yang besar.

Apabila seseorang berjaya memasang kepingan gambar, dopamin akan dirembeskan dan keadaan ini dapat memperbaiki mood seseorang.

Pada pandangan Islam pula, permainan susun suai gambar adalah tidak dilarang selagi tiada unsur yang haram seperti perjudian, perkara luhah, rangsangan kepada kejahatan dan unsur-unsur khurafat.

Malah, adalah dibenarkan dan digalakkan bermain permainan yang memberi kesan yang baik terhadap individu dan masyarakat.

Imam Ghazali dalam kitabnya menyatakan, “Anak-anak seharusnya dibenarkan bermain apabila selesai belajar bagi berehat seketika selepas penat belajar dengan syarat permainan itu mestilah ringan dan tidak memעותatkan. Sekiranya mereka tidak bermain dan dipaksa selalu belajar, hati mereka akan mati, kepandaian mereka akan terjejas, mereka akan berasa hidup mereka sempit, malah mereka mungkin mencari jalan bagi melarikan diri dari sekolah.”

Secara amnya, banyak kelebihan bermain susun suai gambar lebih-lebih lagi dari segi meningkatkan kecerdasan otak.

Terdapat banyak artikel yang menyatakan tentang manfaat bermain susun suai gambar dan dapat dilihat permainan ini berupaya melatih otak untuk berfikir serta menjadikan kita lebih tenang.