

## **MENINGKATKAN KETERAMPILAN BINA DIRI ANAK USIA DINI DENGAN METODE FADING**

**Epifania M. Ladapase<sup>1</sup>** [fanialadapase@gmail.com](mailto:fanialadapase@gmail.com)  
**Ningsih Ahmad<sup>2</sup>, Maria Ambrosia Mau<sup>3</sup>, Maria Salvi Yuniste<sup>4</sup>**

Prodi Psikologi Universitas Nusa Nipa Maumere

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pelatihan keterampilan bina diri menggunakan metode fading pada anak usia dini di TPA Sayang Anak. Subjek pada penelitian ini adalah 2 anak di TPA Sayang Anak satu laki-laki dan satu perempuan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan observasi dan wawancara pada orang tua serta pengasuh pada anak tersebut. Penilaian nya menggunakan alat ukur dengan 23 item. Dengan menggunakan hasil uji Wilcoxon Signed rank dan terdapat perubahan nilai sebelum dan sesudah diberi treatment positif rank dengan nilai N 17 artinya seluruh sampel tersebut mengalami peningkatan dari pre ke post test. Mean rank peningkatannya sebesar 9,00 dan Sum Of Ranks sebesar 153,00, nilai Ties Nya 0 berarti tidak ada kesamaan nilai pre dan post nya dengan nilai hipotesisnya 0,000 maka dapat disimpulkan bahwa hipotesisnya diterima

**Kata kunci:** *Bina Diri, Metode Fading, Anak Usia Dini*

**Abstract.** This study aims to empirically test the training of self-development skills using the fading method in early childhood at the Sayang Anak TPA. The subjects in this study were 2 children at TPA Sayang Anak, one boy and one girl. Data was collected by using observations and interviews with the parents and caregivers of the child. The assessment uses a measuring instrument with 23 items. By using the results of the Wilcoxon Signed rank test and there is a change in the value before and after being given a positive rank treatment with an N value of 17, it means that the entire sample has increased from pre to post test. The mean rank increase is 9.00 and the Sum Of Ranks is 153.00, the Ties value is 0 which means that there is no similarity between the pre and post values with the hypothesis value of 0.000, so it can be concluded that the hypothesis is accepted.

**Keywords:** *Self Development, Fading Method, Early Childhood*

## **Pengantar**

Masa awal anak-anak yaitu usia 2-6 tahun, dikenal sebagai periode emas, ketika anak secara signifikan mengembangkan kapasitas emosional, sosial, regulatif dan moral. Semua aspek merupakan dimensi krisis bagi perkembangan anak dan perlu mendapatkan perhatian khusus Shonkoff dan Philips (dalam Maika dkk, 2011). Investasi pada perkembangan anak di masa awal kanak-kanak berarti mempersiapkan anak menjadi individu yang produktif. Sebaliknya kegagalan dalam memberi anak dasar yang kuat bagi kehidupan yang sehat dan produktif berarti memepertaruhkan kesejahteraan dan kepastian masa depan mereka Center on The Developing Child at Harvard University, 2007 (dalam Maika dkk, 2011)

Anak-anak usia dini berada pada masa keemasan (golden age). Masa ini disebut masa keemasan sebab pada usia ini terjadi perkembangan yang sangat menakjubkan dan terbaik sepanjang hidup manusia. Perkembangan yang menakjubkan tersebut mencakup perkembangan fisik dan psikhis. Dari segi fisik anak mengalami perkembangan yang sangat luar biasa, mulai dari pertumbuhan sel-sel otak dan organ tubuh lainnya sampai perkembangan kemampuan motorik kasar seperti berjalan, berlari, melompat, memanjat, dan sebagainya. Perkembangan fisik lainnya yang tidak kalah pentingnya adalah perkembangan kemampuan motorik halus yang merupakan kemampuan melakukan koordinasi gerakan tangan dan mata, misalnya menggenggam, meraih, menulis, dan sebagainya (Sit, 2015).

Anak juga memiliki beberapa keterampilan. Keterampilan menurut Mardi dan Rasyid (dalam Trisniati, 2015) adalah suatu penampilan ekonomis yang efektif dalam mencapai suatu tujuan, keterampilan yang menyangkut kemampuan individu mengadaptasikan perubahan-perbuatan dalam melaksanakan pekerjaan di mana gerakan fisik atau psikomotor yang dominan menghendaki kekuatan ketelitian dan kecepatan.

Bina diri atau “*self-care*”, memiliki esensi sama yaitu membahas tentang mengurus diri sendiri berkaitan dengan kegiatan rutin harian. Bina Diri adalah usaha membangun diri individu baik sebagai individu maupun sebagai makhluk sosial melalui pendidikan di keluarga, di sekolah, dan di masyarakat sehingga terwujudnya kemandirian dengan keterlibatannya dalam kehidupan sehari-hari secara memadai. Bila ditinjau lebih jauh, istilah Bina Diri lebih luas dari istilah

mengurus diri, menolong diri, dan merawat diri, karena kemampuan bina diri akan mengantarkan anak dapat menyesuaikan diri dan mencapai kemandirian. Beberapa kegiatan rutin harian yang perlu diajarkan meliputi kegiatan atau keterampilan mandi, makan, menggosok gigi, dan ke kamar kecil (toilet) bermobilisasi (mobilitas), berpakaian dan merias diri (grooming) (Trisniati, 2015).

Menurut Astaty, (2010) Bina diri adalah usaha membangun diri individu maupun sebagai makhluk sosial melalui pendidikan di keluarga, sekolah dan di masyarakat sehingga terwujudnya kemandirian dengan keterlibatannya dalam kehidupan sehari-hari secara memadai. Dalam kaitan ini menunjukkan bahwa bina diri untuk anak dengan *intellectual disability* tidak hanya terbatas di sekolah melainkan terwujud juga di lingkungan keluarga dan masyarakat. Menurut Widiastuti (2007) kemampuan bantu diri adalah kemampuan seorang anak mengurus dirinya sendiri dari yang sederhana seperti keterampilan membersihkan bagian-bagian tubuhnya sendiri ( mencuci tangan, menggosok gigi, mandi, toilet training, menyisir rambut, makan minum, dan berpakaian). Sampai yang lebih kompleks seperti menyiapkan makan dan minumannya, memilih dan mempersiapkan pakaiannya, merapikan tempat tidur dan sebagainya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada hari Jumat, 10 Mei 2022 di Tempat Penitipan Anak Sayang Anak kepada Pengasuh dan Orang tua bahwa disana terdapat 10 Orang anak yang dititip dan ada beberapa yang masih belum bisa mandi sendiri, mulai dari memegang gayung, sabun, dan sikat gigi. Menurut salah satu orang tua yang kami wawancara anak A ketika dirumah pada saat ingin mandi bisa membuka celana dan popok sendiri tetapi untuk baju masih di bantu dan ketika masuk ke kamar mandi masih dibimbing untuk mencuci muka dan kaki, memegang gayung dan sikat gigi. Yang kedua, wawancara dilakukan bersama orang tua anak Y, ia mengatakan bahwa ketika ingin mandi anak Y membuka pakaiannya sendiri, tetapi belum bisa menggunakan alat mandi seperti memegang gayung dengan baik, memegang sikat gigi dan membalut badan dengan handuk.

Dari permasalahan di atas maka untuk melatih bina diri pada anak kami menggunakan metode modifikasi dengan menggunakan teknik fading. Teknik Fading adalah perubahan secara bertahap dimana sebelum melangkah ke tahap berikutnya maka tahap sebelumnya harus berhasil terlebih dahulu (misalnya,

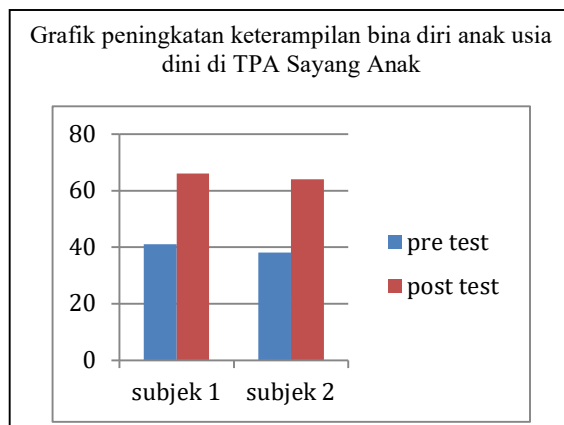
munculnya respon yang diharapkan) dan setiap keberhasilan akan mendapatkan reinforcement; terdapat suatu stimulus yang mengontrol suatu respon, dimana akhirnya akan terdapat stimulus yang berbeda yang akan menghasilkan respon yang sama (Gani, 2018). Teknik modifikasi fading merupakan suatu teknik yang melibatkan Prompt.

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimen yaitu desain *one grup pre-test and post-test design*. Pada desain ini, peneliti melakukan pengukuran awal pada suatu objek yang diteliti, kemudian peneliti memberikan perlakuan tertentu, setelah itu dilakukan pengukuran akhir. dalam kondisi yang terkontrol (Sugiyono, 2010:72). Subjek penelitian adalah 2 orang anak usia dini di TPA Sayang Anak.

### Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata pretest dan posttest pada anak usia dini di TPA Sayang Anak mengalami peningkatan. Dapat dilihat dari tabel di atas bahwa setelah dilakukan perlakuan (treatment) kepada anak usia dini dengan menggunakan teknik fading untuk meningkatkan keterampilan bina diri anak mengalami peningkatan bina diri. Peningkatan ini dapat dilihat dari tabel grafik berikut:



Dari grafik dapat dilihat adanya peningkatan keterampilan bina diri anak setelah diberikan perlakuan berupa modifikasi perilaku dengan teknik fading.

Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan teknik fading sangat berpengaruh pada anak usia dini bukan hanya untuk meningkatkan keterampilan bina diri pada anak usia dini tetapi dapat merubah sikap mandiri pada anak usia dini, setelah diberikan terapi pada anak, anak mulai bisa menyesuaikan diri dengan perilaku mandi sehari-hari mulai dari memegang gayung, sabun mandi, menaruh odol pada sikat gigi, dan menggunakan sikat gigi.

Subjek pertama memiliki masalah pada kesiapan mandi karena, setiap pada saat ingin mandi orang tua selalu membantu anak untuk mandi sehingga anak tidak bisa belajar sendiri walaupun anak itu mampu untuk mandi sendiri, subjek pertama sudah bisa memegang gayung sendiri tetapi untuk aktifitas mandi yang lain belum. Subjek kedua, belum bisa memegang gayung dengan benar dan mandi dengan benar, anak masih takut untuk mandi sendiri. Anak juga malas mandi karena orang tuanya sibuk bekerja, sehingga ketika di sampai di TPA anak masih dalam keadaan yang belum bersih (mandi).

Hasil penelitian ini sejalan dengan Muh Basuni, (2012) tentang “Pembelajaran Bina Diri Pada Anak Tunagrahita Ringan”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan metode fading dalam meningkatkan keterampilan bina diri pada anak usia dini. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan nilai Asymp.Sig.(2-tailed) bernilai 0,000 karena nilai  $0,000 \leq 0,05$  dan dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara keterampilan bina diri pada anak usia dini menggunakan metode fading.

Berdasarkan uraian diatas, penulis dapat menggambarkan bahwa adanya perbedaan antara perbedaan antara keterampilan bina diri pada anak usia dini menggunakan metode fading. Hal tersebut diperkuat dengan adanya perbedaan keterampilan bina diri oleh subjek yang menjalani intervensi, salah satu perubahan yaitu subjek sudah bisa memegang alat mandi dan bisa mandi sendiri, setelah mengikuti intervensi.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan hasil bahwa adanya perbedaan antara pretest dan posttest penggunaan metode fading untuk meningkatkan keterampilan bina diri pada anak usia dini yang diberikan sebanyak 6 kali pertemuan bersama anak-anak di TPA Sayang Anak termasuk ke 2 anak yang menjadi sampel dalam

penelitian ini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas penggunaan metode fading dalam meningkatkan keterampilan bina diri pada anak usia dini. Keterampilan bina diri merupakan istilah mengurus diri, menolong diri, dan merawat diri, karena kemampuan bina diri akan mengantarkan anak berkebutuhan khusus dapat menyesuaikan diri dan mencapai kemandirian

### **Kepustakaan**

- Agustin, U. W. (2011). *Penilaian perkembangan anak usia dini*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Anggreni, N. M. D., Nyoman, D., & Candiasa, I. M. (2014). Pengaruh model pembelajaran master dan asesmen autentik terhadap hasil belajar IPA siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Payangan. *e- Journal Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha Program Studi Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 4, 1-11.
- Astati., & Mulyai, L. (2010). *Pendidikan anak tunagrahita*. Jakarta: CV. Catur Karya Mandiri.
- Azwandi, Y. (2005). *Mengenal dan membantu penyandang autisme*. Jakarta: Depdiknas.
- Basunih, M. (2012). Pembelajaran bina diri pada anaka tunagrahita ringan. *Jurnal pendidikan Khusus*, 9(1).
- Depdikbud, (1986). *Pedoman guru dalam bina diri dan bina gerak bagi anak tunadaksa untuk SLB Bagian D*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikdasmen PPSLB.
- Depdikbud, (1997). *Kurikulum pendidikan luar biasa, GBPP mata pelajaran program khusus bina diri dan bina gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Depdikbud. (1994). *Pedoman pelaksanaan kurikulum pendidikan dasar sekolah dasar*. Jakarta: BP Dharma Bakti
- Dini, M. T. (2015). Peningkatan keterampilan bina diri berpakaian dengan menggunakan media model teman sekelas untuk anak tunagrahita ringan. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Gani, M. (2018). Penerapan teknik fading pada anak dengan perilaku agresif. *Jurnal Irfani*, 14(1), 43-53
- Hatch, E., & Farhady, H. (1981). *Research design & statistics for applied linguistics*. Tehran: Rahnama publications.
- Herimurnawan. (2014). Perencanaan produktivitas kerja dari hasil evaluasi pproduktivitas dengan metode fishbone di perusahaan Percetakan Kemasan PT. X. *Jurnal Teknik Industri HEURISTIC*, 11(1).
- Hurlock, Elizabeth, B. (1980). *Developmental psychology a life span approach, fifth edition*. New York: McGraw Hill, Inc.

- Komarudin. (1974). *Metode penulisan skripsi dan tesis*. Bandung: Angkasa
- Maika, A., Satriawan, E., Beatty, A., Brinkman, S., & Pradhan, M. (2011). Potret kesehatan dan pengembangan anak usia dini di Indonesia: hasil basiline. SMERU: konfrensi Penelitian Mengenai Isu-isu Anak di Indonesia
- Pratisti, W. D. (2009). Peran kehidupan emosional ibu, budaya dan karakteristik remaja pada regulasi emosi remaja. *Jurnal Psikologi*, 116–130.
- Purba, Hotliber, Pangodian. (2016). Meningkatkan keterampilan dasar siswa dalam melakukan tendangan mae geri beladiri karate melalui teknik fading pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sidikalang. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 15, 55-65.
- Putriani, G. (2016). Peningkatan upaya pembelajaran bina diri menggosok gigi melalui media video animasi pada anak tunagrahita kategori sedang kelas IV SDLB di SLB Negeri Pembina Yogyakarta. Fakultas ilmu pendidikan
- Rahman, H. S. (2005). *Konsep dasar pendidikan anak usia dini*. Yogyakarta. Grafindo Litera Media.
- Sholihah, U. (2016). Pembelajaran bina diri mandi pada anak autis di SLB Autisma Dian Amanah Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Simatupang, M. (2020). Budaya organisasi sebagai variable prediktor sebagai organizational citizenship behavior pada karyawan koperasi. *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 5(1), 8-19.
- Simatupang, M. (2022). Passion for teaching sebagai moderator terhadap pemberian kompensasi dan loyalitas kerja guru honorer di Karawang. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah*, 20(01), 17-25.
- Simatupang, M., Baihaqi, A., & Guritna, T. (2022). The meaning of work and work performance on autism therapist: The mediating role of employee engagement. *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 7(8), 165-172.
- Sit, M. (2015). *Psikologi perkembangan anak usia dini jilid 1*. Medan: Perdana Publishing.
- Slameto. (2003). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Sluckin, A. & Smith, R. (2015). *Introducing selective mutism and an overview of approaches*. Benita Rae Smith and Alice Sluckin (Eds.). *Tackling selective mutism: A guide for professionals and parents*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian pendidikan pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kombinasi (mix methods)*. Bandung: Alfabeta
- Sujiono, Y. N. (2009). *Konsep dasar pendidikan anak usia dini*. Jakarta: PT Indeks
- Sunanih. (2017). Kemampuan membaca huruf abjad bagi anak usia dini bagian dari perkembangan bahasa. *Jurnal Pendidikan, 1(1)*.
- User, U. (2002). *Menjadi guru profesional*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Widiastuti, (2007). *Pola pendidikan anak autis aktivitas pembelajaran di Sekolah Autis Fajar Nugraha*. Yogyakarta: Fajar Nugraha Autisme Center Press