

PENINGKATAN KEMANDIRIAN ANAK USIA 4-5 TAHUN MELALUI KEGIATAN PRACTICAL LIFE DI PAUD TUNAS BANGSA

Dena Rizki Septiani¹, Akbari²

^{1,2} PG-PAUD FKIP Universitas Sriwijaya

[1dnarizkisptiani@gmail.com](mailto:dnarizkisptiani@gmail.com), [2akbari@fkip.unsri.ac.id](mailto:akbari@fkip.unsri.ac.id)

ABSTRACT

This study aims to increase children's independence through practical life activities in early childhood. Independence is a crucial aspect that needs to be developed from an early age because it influences their social, emotional, and cognitive development. However, based on initial observations, many children still rely on teachers for daily activities. This study used the Classroom Action Research (CAR) method, implemented in two cycles, each consisting of planning, implementation, observation, and reflection. Twenty children participated in the study. Data collection techniques used observation and documentation, while data analysis was conducted using percentage techniques. The results showed that children's independence increased in each cycle. In cycle I, most children were still in the "beginning to develop" category. Meanwhile, in cycle II, significant improvement occurred, with most children reaching the "developing" category as expected and developing very well. This improvement occurred because children began to become accustomed to carrying out practical life activities independently. Thus, practical life activities have proven effective in increasing children's independence and can be used as an alternative learning strategy in early childhood education (PAUD).

Keywords: *independence, early childhood, practical life*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemandirian anak melalui kegiatan *practical life* pada anak usia dini. Kemandirian merupakan salah satu aspek penting yang perlu dikembangkan sejak dini karena berpengaruh terhadap perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak. Namun, berdasarkan hasil observasi awal, masih banyak anak yang bergantung pada guru dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, yang masing-masing terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah 20 anak. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan dokumentasi, sedangkan analisis data dilakukan dengan teknik persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemandirian anak mengalami peningkatan pada setiap siklus. Pada siklus I, sebagian besar anak masih berada pada kategori mulai berkembang. Sedangkan pada siklus II terjadi peningkatan yang signifikan, dimana sebagian besar anak sudah mencapai kategori berkembang sesuai harapan dan berkembang sangat baik. Peningkatan ini terjadi karena anak mulai terbiasa melakukan kegiatan *practical life* secara mandiri. Dengan demikian, kegiatan *practical life* terbukti efektif dalam meningkatkan kemandirian anak dan dapat digunakan sebagai alternatif strategi pembelajaran di PAUD.

Kata Kunci: *kemandirian, anak usia dini, practical life*

A. Pendahuluan

Anak usia dini merupakan anak yang berada pada rentang usia 0–6 tahun. Pada periode ini, anak mengalami tahap perkembangan yang sangat pesat yang dikenal sebagai masa keemasan (*golden age*). Di masa tersebut, anak memerlukan stimulasi serta pendampingan yang tepat agar seluruh aspek perkembangannya dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Pendidikan anak usia dini berperan dalam membantu orang tua mendampingi anak selama masa keemasan ini dengan menyediakan kesiapan fisik, mental, serta sosial emosional sebagai bekal untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang berikutnya. Selain itu, pendidikan anak usia dini juga mendukung orang tua dalam mengenali potensi yang dimiliki anak serta membantu anak berkembang sesuai dengan tahap usianya.

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 14, pendidikan anak usia dini diartikan sebagai suatu usaha pembinaan yang diberikan kepada anak sejak lahir hingga usia 6 tahun melalui pemberian berbagai

rangsangan. Tujuannya adalah untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan fisik maupun psikis anak agar mereka siap melanjutkan ke jenjang pendidikan berikutnya. Hal ini menegaskan bahwa usia dini merupakan masa yang sangat krusial, sehingga anak perlu mendapatkan stimulasi yang sesuai agar seluruh aspek perkembangannya baik kognitif, sosial-emosional, bahasa, maupun kemandirian dapat berkembang secara optimal.

Pendidikan anak usia dini (PAUD) diselenggarakan dengan mengusung prinsip “belajar sambil bermain dan bermain sambil belajar”. Lingkungan belajar yang menyenangkan diharapkan dapat meningkatkan motivasi serta mengembangkan potensi anak secara optimal. Salah satu tujuan utama pendidikan di taman kanak-kanak adalah menanamkan kemandirian sejak usia dini. Selain itu, menurut pandangan Montessori, pendidikan merupakan aktivitas yang dilakukan oleh diri sendiri yang bertujuan membentuk disiplin pribadi, kemandirian, serta kemampuan mengarahkan diri. Oleh karena itu, sejalan dengan pendapat tersebut,

sikap mandiri menjadi salah satu kompetensi dasar yang perlu ditanamkan pada anak.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, kemandirian diartikan sebagai kondisi seseorang yang mampu berdiri sendiri tanpa bergantung pada orang lain. Dengan kata lain, kemandirian merupakan kemauan dan kemampuan individu untuk melakukan sesuatu secara mandiri yang ditunjukkan melalui adanya inisiatif. Selain itu, anak juga berupaya menyelesaikan permasalahannya sendiri tanpa bantuan orang lain (Gischa, 2020) sebagaimana dikutip dalam jurnal (Romadhon et al., 2025).

Kemandirian adalah kemampuan anak dalam mengurus dirinya sendiri, mengambil keputusan sederhana, serta bertanggung jawab terhadap tindakannya. Hal ini menjadi sangat penting karena kemandirian yang ditanamkan sejak dini akan membentuk anak menjadi individu yang percaya diri, kuat, dan siap menghadapi berbagai tantangan di masa depan. Untuk mencapai kemandirian, diperlukan proses dan usaha yang dimulai dari melakukan tugas-tugas sederhana, hingga pada akhirnya anak mampu menguasai

keterampilan yang lebih kompleks dan menantang.

Beberapa faktor yang menyebabkan rendahnya kemandirian anak antara lain guru yang masih terlalu sering membantu, padahal beberapa kegiatan sebenarnya dapat dilakukan sendiri oleh anak. Selain itu, metode pembelajaran yang digunakan masih bersifat klasikal dan cenderung didominasi oleh ceramah serta pemberian tugas tanpa memberikan kesempatan kepada anak untuk memilih aktivitas yang disukainya. Akibatnya, anak menjadi terbiasa bergantung pada orang tua maupun guru dalam menyelesaikan tugas-tugas sederhana, seperti menyapu dan mengepel. Kondisi ini juga dipengaruhi oleh pola asuh yang cenderung memanjakan anak serta kurangnya stimulasi yang diberikan dalam kegiatan pembelajaran di sekolah.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, diketahui bahwa sebagian besar anak belum menunjukkan sikap mandiri dan masih bergantung pada bantuan guru. Pada kegiatan berbaris, anak belum mampu tertib sehingga gerakannya tidak teratur dan

cenderung saling mendorong. Ketika mencuci tangan, anak juga masih bergantung pada guru serta belum mengikuti tahapan dengan benar. Dalam kegiatan menyapu, anak hanya memegang sapu tanpa melakukan gerakan yang sesuai, sementara pada saat mengepel lantai, anak belum mampu memeras pel sehingga masih memerlukan bantuan dari guru.

Rendahnya tingkat kemandirian pada anak usia dini menjadi tantangan penting bagi orang tua dan guru, karena dapat memengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi jenjang pendidikan berikutnya serta kehidupan sosialnya. Kemandirian yang tidak ditanamkan sejak dini berpotensi menghambat perkembangan rasa percaya diri, tanggung jawab, dan kebiasaan bekerja secara mandiri. Oleh sebab itu, lembaga PAUD perlu merancang strategi pembelajaran yang tepat guna menumbuhkan kemandirian anak sejak usia 4–5 tahun.

Penerapan kegiatan *practical life* di PAUD Tunas Bangsa diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif yang efektif untuk meningkatkan kemandirian anak. Melalui aktivitas sehari-hari yang

bersifat konkret, menyenangkan, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak, guru dapat membantu anak mencapai perkembangan kemandirian secara lebih optimal. Penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan bukti empiris terkait efektivitas kegiatan *practical life* dalam mengembangkan kemandirian anak, sekaligus menjadi rekomendasi praktis bagi guru dan orang tua dalam memberikan stimulasi yang tepat bagi anak usia dini.

Sejumlah penelitian dan literatur telah mengkaji pentingnya pemberian stimulasi pada masa *golden age* serta peran PAUD dalam mempersiapkan kesiapan anak untuk melanjutkan ke jenjang pendidikan berikutnya. Namun demikian, penelitian yang secara khusus membahas penerapan kegiatan *practical life* dalam konteks lokal PAUD berbasis aktivitas sehari-hari, seperti berbaris, mencuci tangan, menyapu, dan mengepel lantai untuk meningkatkan kemandirian anak usia 4–5 tahun masih tergolong terbatas. Penelitian sebelumnya umumnya lebih berfokus pada keterampilan motorik atau kebiasaan diri secara umum, dan belum banyak yang mengaitkannya dengan peningkatan

kemandirian melalui rangkaian kegiatan *practical life* yang terstruktur dan terukur dalam satu lembaga PAUD tertentu, seperti di PAUD Tunas Bangsa.

Penelitian ini menghadirkan fokus baru dengan mengintegrasikan rangkaian kegiatan *practical life* yang bersifat konkret dan berkaitan langsung dengan rutinitas harian anak, seperti berbaris sebelum masuk kelas, mencuci tangan, menyapu, dan mengepel lantai, sebagai sarana untuk mengamati sekaligus meningkatkan kemandirian anak usia 4–5 tahun. Pemanfaatan aktivitas rutin tersebut sebagai indikator kemandirian memberikan unsur kebaruan dalam praktik PAUD di Indonesia, karena kegiatannya sederhana, mudah diamati, serta dekat dengan kehidupan sehari-hari anak. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi guru PAUD lainnya dalam merancang program peningkatan kemandirian berbasis kegiatan sehari-hari yang terstruktur dan terukur.

Salah satu pendekatan yang dapat diterapkan adalah kegiatan *practical life* (praktik kehidupan) yang diperkenalkan oleh Maria Montessori. Metode ini menitikberatkan pada

aktivitas sehari-hari yang memberi kesempatan kepada anak untuk melatih keterampilan dasar dalam memenuhi kebutuhannya serta menolong diri sendiri. Tujuan utama dari *practical life* adalah mengembangkan konsentrasi, koordinasi, keteraturan, serta kemandirian anak. Kegiatan ini terbagi dalam beberapa aspek, yaitu keterampilan manipulatif, perkembangan diri, dan kepedulian terhadap lingkungan. Keterampilan manipulatif mencakup aktivitas seperti menuang air ke dalam gelas, melipat kain, dan membawa piring; aspek perkembangan diri meliputi keterampilan merawat diri seperti mencuci tangan; sedangkan aspek kepedulian terhadap lingkungan terlihat dalam kegiatan menyapu dan mengepel lantai.

Kegiatan *practical life* tidak hanya berperan dalam melatih kemampuan motorik anak, tetapi juga membantu menumbuhkan rasa tanggung jawab serta kebiasaan mandiri. Aktivitas ini dirancang sesuai dengan kehidupan nyata anak sehingga mampu memberikan pengalaman langsung yang bermakna. Dengan melibatkan anak secara aktif dalam kegiatan sehari-

hari, anak belajar mengelola diri, membuat keputusan sederhana, serta meningkatkan rasa percaya diri.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat ditegaskan bahwa penerapan kegiatan *practical life* di PAUD Tunas Bangsa diharapkan mampu meningkatkan kemandirian anak usia 4–5 tahun melalui rangkaian aktivitas rutin harian yang konkret dan terukur, seperti berbaris sebelum masuk kelas, mencuci tangan, menyapu, dan mengepel lantai. Kegiatan ini dirancang sebagai pendekatan utama untuk menstimulasi proses kognitif anak dalam menyelesaikan permasalahan sehari-hari, sekaligus dievaluasi sebagai sarana edukatif yang dapat dijadikan acuan bagi guru dan orang tua.

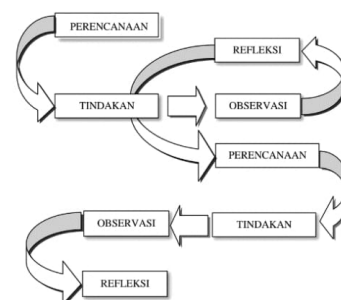
Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: “Peningkatan kemandirian anak usia 4–5 tahun melalui kegiatan *practical life* di PAUD Tunas Bangsa”.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan untuk memperbaiki proses pembelajaran secara langsung di kelas. PTK

merupakan salah satu strategi pemecahan masalah melalui tindakan nyata sekaligus proses pengembangan kemampuan dalam mengidentifikasi dan mengatasi permasalahan (Utomo et al., 2024). Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, di mana setiap siklus meliputi empat tahap, yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi.

Desain penelitian yang digunakan mengacu pada model Kemmis dan McTaggart. Model ini terdiri atas empat tahapan yang dilaksanakan secara berulang dalam satu siklus, yaitu perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*action*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflection*) (Salim et al., 2019; Handayani, 2020 dalam Rusdianto, 2024).



Gambar 1 Desain Siklus Model Kemmis dan McTaggart

Subjek penelitian adalah 20 anak. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan

dokumentasi. Instrumen yang digunakan berupa lembar observasi kemandirian anak yang mencakup beberapa indikator, seperti kegiatan berbaris waktu pagi, mencuci tangan, menyapu dan mengepel lantai.

Untuk mengetahui peningkatan kemandirian pada anak usia 4-5 tahun maka digunakan skor rerata dari pra siklus, siklus I, siklus II dengan menggunakan rumus di bawah ini:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

(Azahrah et al., 2021)

Keterangan:

P : Persentase keberhasilan

F : Jumlah skor yang diperoleh anak

N : Skor maksimum

Setelah nilai anak diketahui, langkah selanjutnya yaitu menjumlahkan seluruh nilai yang diperoleh anak, kemudian membaginya dengan jumlah anak. Jika sudah selesai dan diketahui hasilnya maka nilai yang diperoleh diklasifikasikan berdasarkan tabel berikut:

Tabel 1 Tingkat Ketuntasan Kemandirian Anak

No	Tingkat Ketuntasan	Nilai	Kriteria Penilaian
1	76-100%	BSB	Berkembang sangat baik
2	51-75%	BSH	Berkembang sesuai harapan
3	26-50%	MB	Mulai Berkembang
4	0-25%	BB	Belum Berkembang

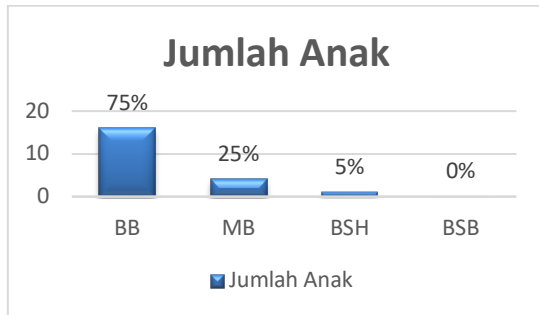
Anak dikatakan mengalami perkembangan pada kemandirian apabila telah mencapai keberhasilan 51-75%%

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Pra Siklus

Sebelum melaksanakan tindakan penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi awal untuk mengetahui kondisi kemandirian anak di kelas dengan indikator penilaian yaitu kegiatan berbaris waktu pagi, kegiatan mencuci tangan, kegiatan menyapu dan mengepel lantai. Pada tahap pra siklus menunjukkan bahwa kemandirian anak belum berkembang sesuai harapan. Terdapat 15 (75%) anak pada kategori BB (belum berkembang), 4 (25%) pada kategori MB (mulai berkembang), 1 (5%) pada

kategori BSH (berkembang sesuai harapan) dan 0 (0%) anak pada kategori BSB (berkembang sangat baik).



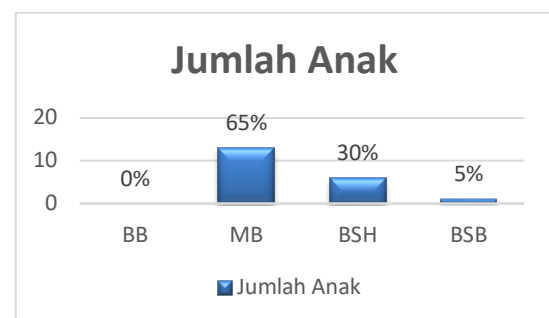
Dari observasi pra siklus yang dilakukan sebelum penerapan kegiatan *practical life* untuk mengetahui kondisi awal kemandirian anak dalam aktivitas berbaris, mencuci tangan, menyapu dan mengepel lantai. Hasil menunjukkan mayoritas anak belum mandiri dan masih bergantung pada bantuan guru. Pada kegiatan berbaris, anak bergerak tidak teratur dan saling dorong. Saat mencuci tangan anak masih bergantung pada guru dan tidak mengikuti urutan yang benar. Kegiatan menyapu anak hanya memegang sapu tanpa melakukan gerakan menyapu dengan tepat, sedangkan pada mengepel anak tidak mampu memeras pel dan masih membutuhkan bantuan guru.

2. Siklus I

Pada tahap perencanaan siklus I, peneliti bersama guru kelas

melakukan beberapa persiapan sebelum pelaksanaan tindakan dilakukan. Peneliti terlebih dahulu menganalisis hasil observasi pra siklus untuk mengetahui permasalahan yang terjadi terkait dengan kemandirian anak. Berdasarkan hasil analisis tersebut, peneliti menyusun rencana tindakan yang bertujuan untuk meningkatkan kemandirian anak melalui kegiatan *practical life*. Kegiatan yang direncanakan meliputi kegiatan berbaris sebelum masuk kelas, kegiatan mencuci tangan secara mandiri, serta kegiatan menjaga kebersihan lingkungan kelas melalui kegiatan piket kelas seperti menyapu dan mengepel lantai.

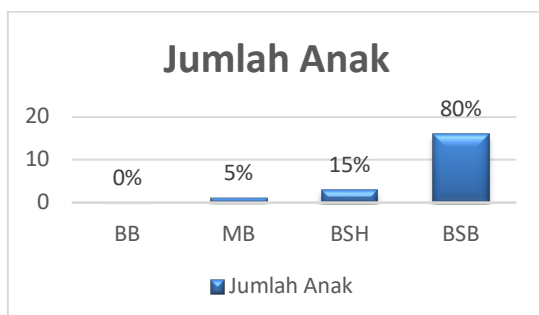
Dengan adanya tindakan tersebut, hasil data observasi siklus I menunjukkan adanya peningkatan. Tidak ada lagi anak pada kategori BB, 13 (65%) anak pada kategori MB, 6(30%) anak pada kategori BSH, dan 1 (5%) anak pada kategori BSB.



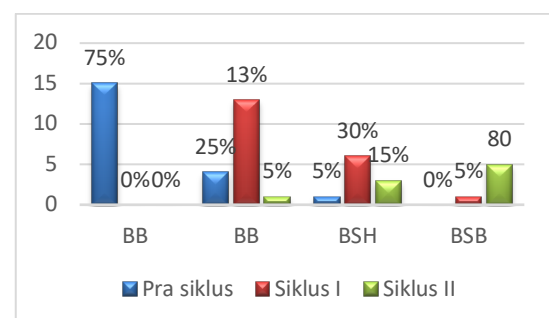
Berdasarkan hasil observasi pada siklus I diketahui bahwa kegiatan *practical life* mulai memberikan dampak terhadap peningkatan kemandirian anak. Namun hasil yang diperoleh belum maksimal karena masih terdapat anak yang belum mampu melakukan kegiatan secara mandiri. Oleh karena itu perlu dilakukan perbaikan pada siklus II dengan memberikan bimbingan yang lebih jelas, contoh yang lebih konkret, serta memberikan motivasi kepada anak agar lebih percaya diri dalam melakukan kegiatan.

3. Siklus II

Pada siklus II peneliti melakukan perbaikan terhadap kegiatan pembelajaran berdasarkan hasil pada siklus I. Setelah tindakan siklus II dilakukan data kemandirian anak mengalami peningkatan yang signifikan, yang mana terdapat 1 (5%) pada kategori MB, 3 (15%) anak pada kategori BSH, dan 16 (80%) anak pada kategori BSB.



Berdasarkan hasil observasi pada siklus II dapat disimpulkan bahwa penerapan kegiatan *practical life* dapat meningkatkan kemandirian anak. Sebagian besar anak telah mampu melakukan kegiatan seperti berbaris, mencuci tangan, menyapu, dan mengepel secara mandiri. Setelah tindakan dilaksanakan, adanya peningkatan pada siklus I terdapat 1 anak dengan persentase ketercapaian sebesar 5% yang berada pada kategori berkembang sangat baik (BSB). Pada siklus II mengalami peningkatan yang signifikan, terdapat 16 anak dengan persentase ketercapaian yakni 80% yang berada pada kategori berkembang sangat baik (BSB). Dengan demikian penelitian ini dinyatakan berhasil karena tujuan penelitian untuk meningkatkan kemandirian anak telah tercapai.



Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan pada pra siklus, siklus I, dan siklus II, dapat disimpulkan bahwa kemandirian anak

usia 4–5 tahun di PAUD Tunas Bangsa mengalami peningkatan secara bertahap melalui penerapan kegiatan *practical life*. Pada tahap pra siklus, kemandirian anak masih tergolong rendah, terlihat dari ketergantungan anak terhadap bantuan guru dalam berbagai aktivitas seperti berbaris, mencuci tangan, menyapu, dan mengepel, serta kurangnya keteraturan dan tanggung jawab dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Memasuki siklus I, mulai terlihat adanya peningkatan kemandirian anak setelah diterapkannya kegiatan *practical life*, di mana anak mulai mampu mengikuti instruksi, mencoba melakukan kegiatan secara mandiri, dan menunjukkan partisipasi yang lebih aktif, meskipun masih terdapat beberapa hambatan seperti kurangnya koordinasi gerakan dan belum konsistennya perilaku mandiri. Pada siklus II, peningkatan kemandirian anak terlihat lebih signifikan, ditandai dengan kemampuan anak yang semakin terampil dalam melakukan aktivitas sehari-hari tanpa bantuan, lebih disiplin dalam mengikuti aturan, serta menunjukkan rasa tanggung jawab dan percaya diri yang lebih baik.

Dengan demikian, penerapan kegiatan *practical life* secara konsisten dan bertahap terbukti efektif dalam meningkatkan kemandirian anak, baik dalam aspek mengurus diri maupun peduli terhadap lingkungan, sehingga anak menjadi lebih mandiri, terarah, dan mampu menjalankan aktivitas sehari-hari dengan lebih optimal.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan kegiatan *practical life* terbukti efektif dalam meningkatkan kemandirian anak usia 4–5 tahun di PAUD Tunas Bangsa. Peningkatan kemandirian terlihat secara bertahap mulai dari pra siklus, siklus I, hingga siklus II. Pada tahap awal, sebagian besar anak masih bergantung pada bantuan guru dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Setelah diberikan tindakan melalui kegiatan *practical life*, anak mulai menunjukkan perkembangan kemandirian, seperti mampu melakukan kegiatan berbaris, mencuci tangan, menyapu, dan mengepel secara mandiri. Pada siklus II, peningkatan kemandirian

anak menjadi lebih signifikan, ditandai dengan meningkatnya jumlah anak yang mencapai kategori berkembang sangat baik (BSB). Dengan demikian, kegiatan *practical life* dapat dijadikan sebagai alternatif strategi pembelajaran yang efektif untuk menumbuhkan kemandirian anak sejak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Azahrah, F. R., Afrinaldi, R., & Fahrudin. (2021). Keterlaksanaan Pembelajaran Bola Voli Secara Daring Pada SMA Kelas X Se- Kecamatan Majalaya. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(4), 531–538. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5209565>
- Handayani, R. (2020). *Metodologi Pendidikan Sosial*.
- Romadhon, F., Septianingrum, I., & Yuliani, N. (2025). *MENANAMKAN KEMANDIRIAN ANAK USIA DINI MELALUI KEGIATAN PRACTICAL LIFE*.
- Rusdianto, A. meiliatim putri trisna. (2024). *MENINGKATKAN KEMANDIRIAN ANAK USIA 5-6 TAHUN MELALUI PEMBELAJARAN METODE PROYEK DI TK PGRI III CANDIWATES PRIGEN*. 09, 346–357.
- Salim, Isran Rasyid Karo-karo S, H. (2019). *BUKU PENELITIAN TINDAKAN KELAS*.
- Utomo, P., Asvio, N., & Prayogi, F. (2024). *Metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) : Panduan Praktis untuk Guru dan Mahasiswa di Institusi Pendidikan*. 4, 1–19.