

Strategi *Modelling* dalam Menumbuhkan *Self-Help Skills* Anak Usia Dini

Barokatul Fadhilah¹, Amelia Ramadhani Arifin², Imroatul Sholihatun³

Universitas Annuqayah¹

Universitas Annuqayah²

Universitas Annuqayah³

barokatulfadlilah452@gmail.com, Ememe2098@gmail.com,

imroatunsolihatun@gmail.com

Received:	Revised:	Accepted:
26 Januari 2026	28 Januari 2026	30 Januari 2026

Abstract

Self-help skills are an essential aspect of developing independence in early childhood and need to be stimulated from the preschool stage. However, in the learning practices of Early Childhood Education (ECE) institutions, children's self-help skills often have not developed optimally due to limited opportunities for independent practice and the dominance of adult intervention. This study aims to examine the role of the modelling strategy in fostering self-help skills in early childhood. The research employed a library research method with content analysis techniques by reviewing relevant books and scholarly journal articles. The findings indicate that the modelling strategy is effective in enhancing children's self-help skills through the provision of concrete, consistent, and developmentally appropriate behavioral examples. The implementation of modelling not only contributes to the improvement of children's independence in daily activities but also has a positive impact on their social-emotional development, including self-confidence and self-regulation. Therefore, the modelling strategy can be considered a relevant and applicable learning approach for developing self-help skills in early childhood education settings.

Keywords: *modelling; self-help skills; early childhood; independence*

Abstrak

*Self-help skills merupakan aspek penting dalam pengembangan kemandirian anak usia dini yang perlu distimulasi sejak usia prasekolah. Namun, pada praktik pembelajaran di lembaga Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), kemampuan self-help skills anak masih sering belum berkembang secara optimal karena keterbatasan kesempatan anak untuk berlatih mandiri dan dominannya intervensi orang dewasa. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran strategi modelling dalam menumbuhkan self-help skills anak usia dini. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kepustakaan (*library research*) dengan teknik analisis isi (*content analysis*) terhadap berbagai sumber pustaka berupa buku dan artikel jurnal ilmiah yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa strategi modelling efektif dalam meningkatkan self-help skills anak melalui pemberian contoh perilaku yang konkret, konsisten, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Penerapan modelling tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kemandirian anak dalam aktivitas sehari-hari, tetapi juga berdampak positif terhadap perkembangan sosial-emosional, seperti rasa percaya diri dan regulasi diri. Dengan demikian, strategi modelling dapat dijadikan sebagai salah satu pendekatan pembelajaran yang relevan dan aplikatif dalam pengembangan self-help skills anak usia dini di lembaga PAUD.*

Kata kunci: *modelling; self-help skills; anak usia dini; kemandirian*

PENDAHULUAN

Perkembangan kemandirian pada Anak Usia Dini (AUD) menjadi pondasi penting bagi keberhasilan adaptasi, pembelajaran, dan pembentukan karakter anak di masa berikutnya. Salah satu indikator kemandirian yang paling nyata adalah self-helpskill, yaitu kemampuan anak untuk mengurus kebutuhan dirinya sendiri secara gradual tanpa ketergantungan penuh pada orang dewasa. Pada konteks pendidikan anak usia dini, self-helpskill bukan sekadar keterampilan praktis seperti makan sendiri, memakai pakaian, atau merapikan barang pribadi, tetapi juga mencakup proses internalisasi disiplin, pengendalian diri, dan rasa kompetensi personal. Namun, banyak penelitian menunjukkan bahwa perkembangan self-helpskill sering kali tidak optimal karena pola pengasuhan dan pembelajaran yang masih menempatkan anak sebagai penerima bantuan daripada pelaku aktif pembelajaran.

Dalam perspektif psikologi perkembangan, salah satu strategi efektif untuk menumbuhkan self-helpskill adalah modelling, yaitu proses meniru perilaku yang ditampilkan oleh orang dewasa atau figur signifikan. Albert Bandura menyebut modelling sebagai proses observasional di mana anak belajar melalui pengamatan terhadap tindakan, konsekuensi perilaku, dan nilai-nilai yang tersirat dari perilaku tersebut. Model yang konsisten, hangat, dan mampu menunjukkan langkah-langkah perilaku secara jelas akan memudahkan anak memahami apa yang harus dilakukan dan bagaimana melakukannya. Dengan demikian, modelling bukan hanya metode belajar, tetapi juga blueprint yang memberi contoh dan struktur perilaku bagi anak dalam membangun kemandirian.

Self-helpskill, menurut para ahli pendidikan anak usia dini, adalah sekumpulan keterampilan dasar yang memungkinkan anak memenuhi kebutuhan fisik dan perawatan dirinya secara mandiri, seperti makan, kebersihan diri, toileting, mengatur barang pribadi, serta partisipasi dalam rutinitas kelas. Keterampilan ini tidak muncul secara instan, tetapi membutuhkan proses pembiasaan, penguatan, dan kesempatan yang memadai. Tanpa lingkungan yang mendukung dan model perilaku yang tepat, anak cenderung lambat dalam menguasai keterampilan tersebut.

Beberapa penelitian sebelumnya mendukung pentingnya modelling dalam perkembangan kemandirian anak. Penelitian oleh beberapa ahli pendidikan anak usia dini menemukan bahwa anak yang mengamati guru memperagakan langkah-langkah aktivitas secara konsisten menunjukkan peningkatan kemampuan kemandirian yang signifikan dibandingkan anak yang hanya diberi instruksi verbal. Studi lain mengungkapkan bahwa modelling yang dilakukan orang tua dalam rutinitas harian, seperti merapikan tempat tidur atau mencuci tangan, berkontribusi langsung pada munculnya kemampuan self-help pada anak. Penelitian observasional juga memperlihatkan bahwa anak cenderung mengembangkan kemandirian lebih cepat ketika mereka melihat figur dewasa melakukan aktivitas secara sabar, berurutan, dan dengan penjelasan sederhana. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa modelling merupakan pendekatan yang efektif, murah, dan sangat relevan diterapkan dalam konteks PAUD.

Namun demikian, realitas di lapangan menunjukkan bahwa praktik modelling di lembaga PAUD masih kurang optimal. Banyak guru lebih memilih membantu secara langsung demi alasan efisiensi waktu daripada membiarkan anak mencoba melakukan tugasnya sendiri. Selain itu, pola

pengasuhan overprotective pada sebagian orang tua membuat anak sulit berkembang menjadi mandiri. Kondisi ini menegaskan adanya kesenjangan antara teori dan praktik, sekaligus memperlihatkan pentingnya penelitian mengenai modelling sebagai strategi pembentukan self-helpskill anak usia dini.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dipandang penting dilakukan untuk memperkuat bukti empiris tentang efektivitas modelling dalam menumbuhkan kemandirian, khususnya self-helpskill, serta memberikan rekomendasi praktik terbaik bagi guru dan orang tua. Selain itu, penelitian ini berfungsi untuk menutup celah kajian mengenai bagaimana modelling dapat dijadikan blueprint perilaku yang terstruktur, sistematis, dan mudah diinternalisasi oleh anak usia dini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan (libraryresearch) sebagai pendekatan utama. Seluruh proses penelitian dilakukan dengan menelusuri, mengumpulkan, dan menelaah berbagai sumber ilmiah yang relevan, seperti buku-buku akademik, artikel jurnal nasional dan internasional, laporan penelitian sebelumnya, serta dokumen resmi yang membahas topik modelling dan pengembangan self-helpskill pada anak usia dini. Literatur yang ditemukan kemudian diseleksi dan dikaji secara sistematis melalui tahap identifikasi, penyaringan, pengelompokan tema, hingga penafsiran mendalam terhadap gagasan-gagasan penting yang muncul dari tiap sumber.

Analisis data dilakukan menggunakan analisis isi (contentanalysis) dengan cara membaca secara cermat, memahami konteks setiap temuan, lalu menghubungkannya untuk membentuk gambaran menyeluruh mengenai bagaimana praktik modelling berperan dalam membangun kemandirian anak. Literatur yang digunakan dalam penelitian ini dibatasi pada publikasi sepuluh tahun terakhir, kecuali teori klasik yang relevan. Sumber dipilih berdasarkan relevansi topik, kredibilitas penerbit, serta keterkaitan dengan konsep modelling dan self-help skills anak usia dini. Penggunaan metode kepustakaan dipilih karena isu modelling dan self-helpskill telah banyak dibahas dalam berbagai kajian, sehingga pendekatan ini memungkinkan peneliti melihat perbandingan antarpendapat, menemukan pola-pola umum, dan menyusun sintesis teori yang lebih kuat dan dapat dipertanggungjawabkan. Pendekatan ini juga memberikan ruang yang lebih luas untuk memahami konsep secara mendalam tanpa terikat pada batasan waktu dan lokasi pengambilan data lapangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan kajian literatur, ditemukan bahwa anak yang mendapatkan modelling secara langsung menunjukkan peningkatan kemampuan self-help skills, seperti makan sendiri, mencuci tangan, dan merapikan alat bermain. Bisa juga dengan demonstrasi, yaitu guru memperagakan kegiatan mencuci tangan dengan menunjukkan urutan membuka keran, membasahi tangan, menggunakan sabun, menggosok telapak dan punggung tangan, lalu membilas dan mengeringkan tangan. Setelah itu, anak diberi kesempatan mencoba sendiri tanpa intervensi

langsung. Anak yang memperoleh contoh perilaku secara langsung dari guru maupun orang tua menunjukkan perkembangan kemandirian yang lebih baik dibandingkan anak yang hanya menerima instruksi verbal. Modelling memberikan gambaran konkret mengenai tahapan perilaku, sehingga anak mampu meniru dan mempraktikkannya secara lebih terstruktur.

Hasil kajian juga menunjukkan bahwa modelling yang efektif ditandai oleh konsistensi perilaku model, kejelasan langkah-langkah aktivitas, penggunaan bahasa sederhana, serta pemberian kesempatan kepada anak untuk mencoba secara mandiri. Modelling lebih efektif karena anak usia dini masih berada pada tahap berpikir konkret. Instruksi verbal menuntut kemampuan bahasa dan imajinasi, sementara modelling menyediakan contoh visual yang dapat langsung diamati dan ditiru. Hal ini membuat anak lebih mudah memahami dan mengingat langkah-langkah perilaku mandiri. Dalam konteks pembelajaran PAUD, guru yang memperagakan aktivitas seperti mencuci tangan, merapikan alat bermain, dan makan sendiri secara rutin mampu meningkatkan kemampuan self-help skills anak secara bertahap.

Penemuan ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial yang menekankan pentingnya observasi terhadap model perilaku (Bandura, 1977). Penelitian Asmiarti, Aeni, dan Mulawarman (2020) juga membuktikan bahwa modelling efektif dalam meningkatkan kemampuan perkembangan anak usia dini. Selain berdampak pada aspek kemandirian fisik, modelling juga berpengaruh terhadap perkembangan sosial-emosional anak. Anak yang terbiasa mengamati perilaku mandiri cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih baik, berani mencoba hal baru, serta tidak mudah bergantung pada bantuan orang dewasa. Temuan ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial Bandura yang menekankan bahwa observasi terhadap model mempengaruhi pembentukan perilaku dan keyakinan diri anak.

Menurut Bandura, proses modelling melibatkan empat tahap utama, yaitu perhatian (*attention*), pengingatan (*retention*), reproduksi (*reproduction*), dan motivasi (*motivation*). Dalam teori pembelajaran sosial Bandura, *attention* merupakan tahap awal yang menentukan keberhasilan proses modelling. Pada tahap ini, anak perlu memusatkan perhatian secara optimal terhadap perilaku yang ditampilkan oleh model agar perilaku tersebut dapat diamati dan diproses lebih lanjut. Tanpa adanya perhatian, proses peniruan tidak akan terjadi meskipun perilaku telah ditampilkan secara berulang.

Dalam konteks pengembangan self-help skills anak usia dini, tahap *attention* sangat berkaitan dengan kemampuan guru atau orang tua dalam menarik fokus anak terhadap perilaku mandiri yang dicontohkan. Anak usia dini memiliki rentang perhatian yang relatif pendek dan masih berada pada tahap berpikir konkret, sehingga perilaku yang dimodelkan perlu ditampilkan secara jelas, sederhana, dan menarik. Guru sebagai model harus memastikan bahwa setiap langkah aktivitas self-help skills diperagakan secara visual, berurutan, dan mudah diamati oleh anak. Sebagai contoh, ketika guru memperagakan kegiatan mencuci tangan, guru terlebih dahulu mengondisikan anak untuk fokus, kemudian menunjukkan setiap tahapan aktivitas secara perlahan, mulai dari membuka keran hingga mengeringkan tangan. Penyajian perilaku yang konkret dan terstruktur ini membantu anak memusatkan perhatian pada proses yang sedang berlangsung, sehingga anak memperoleh gambaran yang jelas mengenai perilaku mandiri yang diharapkan.

Bandura menegaskan bahwa perhatian anak juga dipengaruhi oleh karakteristik model, seperti kedekatan emosional, konsistensi perilaku, dan peran model dalam kehidupan anak. Dalam pembelajaran PAUD, guru memiliki posisi strategis sebagai figur signifikan yang

perilakunya mudah menarik perhatian anak. Ketika guru secara konsisten menampilkan perilaku mandiri dalam aktivitas sehari-hari di kelas, anak cenderung lebih fokus mengamati dan meniru perilaku tersebut. Dengan demikian, tahap *attention* dalam strategi modelling berperan sebagai fondasi awal dalam menumbuhkan self-help skills anak usia dini. Keberhasilan tahap ini akan menentukan efektivitas tahap modelling selanjutnya, karena perhatian yang terarah memungkinkan anak memahami perilaku mandiri sebagai bagian dari rutinitas yang dapat dipelajari dan dipraktikkan secara mandiri.

Dalam konteks PAUD, perhatian anak dapat ditarik melalui demonstrasi yang menarik dan sesuai dengan dunia anak. Tahap pengingatan terjadi ketika anak menyimpan informasi perilaku yang diamati. Selanjutnya, anak mereproduksi perilaku tersebut sesuai dengan kemampuannya, dan motivasi diperkuat melalui pujian serta penguatan positif dari guru dan orang tua.

Pada pembahasan lebih lanjut, modelling dapat dipandang sebagai strategi pembelajaran yang bersifat konstruktif karena membangun pemahaman anak melalui pengalaman nyata. Ketika guru dan orang tua secara konsisten menunjukkan perilaku mandiri, anak akan menginternalisasi perilaku tersebut sebagai kebiasaan sehari-hari. Namun demikian, keberhasilan modelling sangat dipengaruhi oleh lingkungan belajar yang mendukung.

Lingkungan yang memberi ruang bagi anak untuk mencoba, melakukan kesalahan, dan belajar dari pengalaman akan memperkuat efektivitas modelling. Sebaliknya, lingkungan yang terlalu protektif dan serba membantu justru dapat menghambat perkembangan self-help skills anak. Oleh karena itu, strategi modelling perlu diterapkan secara sadar, terencana, dan berkesinambungan agar mampu menumbuhkan kemandirian anak sesuai dengan tahap perkembangannya.

Keberhasilan anak dalam melakukan aktivitas self-help secara mandiri melalui modelling tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga membentuk regulasi diri dan rasa kompetensi personal. Ketika anak berhasil menyelesaikan tugasnya sendiri, anak akan merasakan pengalaman keberhasilan (*sense of achievement*) yang memperkuat motivasi intrinsik dan kepercayaan diri. Proses ini menjadi dasar penting bagi pembentukan kemandirian dan kesiapan anak dalam menghadapi tuntutan belajar pada jenjang pendidikan berikutnya.

Meskipun strategi modelling terbukti efektif, penerapannya perlu disesuaikan dengan karakteristik dan kesiapan anak. Modelling yang tidak diikuti dengan kesempatan eksplorasi mandiri justru berpotensi menimbulkan ketergantungan baru pada figur dewasa. Oleh karena itu, guru dan orang tua perlu menyeimbangkan antara pemberian contoh dan pemberian ruang bagi anak untuk mencoba, melakukan kesalahan, serta belajar dari pengalaman. Implikasi praktis dari penelitian ini menunjukkan bahwa guru PAUD perlu memberikan modelling yang konsisten dan terencana dalam setiap aktivitas pembelajaran. Guru diharapkan tidak terlalu cepat membantu anak, melainkan memberikan ruang eksplorasi agar anak memiliki kesempatan mencoba, melakukan kesalahan, dan belajar secara mandiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur, dapat disimpulkan bahwa strategi modelling merupakan pendekatan yang efektif dalam menumbuhkan self-help skills anak usia dini. Melalui pemberian contoh perilaku yang konsisten, jelas, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak, modelling

mampu membantu anak memahami dan mempraktikkan keterampilan kemandirian secara bertahap. Selain itu, modelling juga berkontribusi terhadap perkembangan sosial-emosional anak, seperti peningkatan rasa percaya diri dan keberanian mencoba. Namun demikian, efektivitas modelling sangat bergantung pada lingkungan belajar yang mendukung serta pemberian kesempatan kepada anak untuk berlatih secara mandiri. Oleh karena itu, penerapan modelling perlu dilakukan secara terencana dan berkesinambungan oleh guru dan orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

Book:

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Journal:

Zahra, F., Lestari, R. P., & Sholichah, I. F. (2024). Modeling and positive reinforcement techniques in improving children's fine motor skills. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 26(1), 18–27.

Manit, U., Hawali, R. F., & Saputra, R. (2024). Strategi guru PAUD dalam mengembangkan kemandirian anak usia dini. *Edudikara: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 9(3), 45–53.

Kusuma, A. R., & Mukminin, A. (2020). Self-help abilities of children age 4–5 years viewed from preschool education. *BELIA: Early Childhood Education Papers*, 9(2).

Hadi, S. (2013). Pembelajaran sosial emosional sebagai dasar pendidikan karakter anak usia dini. *Jurnal Teknodik*.

Hapsari, R., & Sujarwo. (2022). Strategi pembelajaran untuk mengembangkan kemandirian anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 89–98.

Wahyuni, S., & Nurjanah, N. (2021). Peran guru dalam menumbuhkan kemandirian anak usia dini melalui pembiasaan. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 102–113.