

Pentingnya Melatih Kecakapan Hidup Anak Usia Dini

Utin Supartini¹

utinsupartini@gmail.com

Nurbiana Dhieni²

dhienisuriady@gmail.com

Sofia Hartati³

sofiahartati@unj.ac.id

¹²³ Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

Received: 3rd July 2024

Accepted: 16th September 2024

Published: 13th October 2024

Abstrak: *Kecakapan hidup pada anak usia dini terdiri dari 4 hal, yaitu kesadaran diri meliputi keterampilan bantu diri, interaksi dengan lingkungan dan kesehatan pribadi, minat belajar dan berfikir kritis, komunikasi sosial atau hubungan interpersonal, dan interaksi sosial meliputi sopan santun dan etika pergaulan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang (1) apa yang dimaksud dengan kecakapan hidup anak usia dini? Bagaimana melatih kecakapan hidup anak usia dini? (2) Apa tujuan latihan kecakapan hidup bagi anak usia dini? (3) Apa saja konten pembelajaran kecakapan hidup anak usia dini? (4) Bagaimana metode pembelajaran kecakapan hidup anak usia dini? Dan (5) Bagaimana asesmen pada pembelajaran kecakapan hidup anak usia dini? Penelitian ini menggunakan metode literatur review yaitu meneliti berbagai referensi relevan untuk mengumpulkan informasi tentang kecakapan hidup anak usia dini sampai didapatkan informasi bahwa kecakapan hidup sangat penting dilatihkan kepada anak sejak usia dini. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini diperoleh informasi bahwa Kecakapan hidup adalah hal penting dalam kehidupan manusia dan sangat berpengaruh dalam kesuksesan hidup, sehingga kecakapan hidup ini sangat penting dilatihkan dan dibiasakan kepada anak sejak usia dini. Tanpa dilatih kecakapan hidupnya, anak-anak akan menjadi generasi yang tergantung kepada orang lain karena tidak mampu melayani dirinya sendiri.*

Kata Kunci: *kecakapan hidup, anak usia dini, montessori.*

How to cite this article:

Supartini, U., Dhieni, N., & Hartati, S. (2024). Pentingnya Melatih Kecakapan Hidup Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 9(2), 227–237.

PENDAHULUAN

Kecakapan hidup merupakan keterampilan penting yang mesti dimiliki oleh setiap orang. Keterampilan ini tidak dapat serta merta didapatkan tetapi membutuhkan pembiasaan dan latihan sejak dini. Keterampilan hidup ini berhubungan hampir dengan seluruh aspek dan aktivitas dalam kehidupan sehari-hari manusia. Latihan dan pembiasaan sejak dini menjadi sangat penting karena berfungsi sebagai persiapan bagi seseorang untuk melangsungkan kehidupannya sepanjang usia. Keterampilan ini sangat bermanfaat membantu anak-anak

belajar menjadi anggota masyarakat yang baik, mempersiapkan kehidupan di dunia kerja serta menghadapi tekanan dan intimidasi dari pihak lain (Hubbard & Heroes, 2019). Menurut Sudarsana dalam (Umi et al., 2020) keterampilan hidup adalah keterampilan kecakapan hidup yang harus dimiliki sejak usia dini karena hal tersebut sangat berpengaruh besar pada anak untuk dapat menolong atau mengurus dirinya sendiri (*self care*) dan harus dibiasakan sejak usia dini.

Saat ini kecakapan hidup tengah menjadi perhatian penting di dunia pendidikan. Bahkan, standar kecakapan hidup dasar telah dikembangkan oleh berbagai pihak. Hal ini menunjukkan bahwa betapa pentingnya kemampuan seseorang dalam menghadapi kehidupan terutama di era globalisasi di mana pertukaran antar manusia di seluruh dunia dapat terjadi dengan cepat. Tanpa skills yang memadai seseorang akan tersingkir dari persaingan yang semakin ketat (Prasetyo et al., 2021). Ini menjadi tantangan tersendiri bagi para orang tua dan lembaga pendidikan. Bagaimana mempersiapkan anak-anak agar memiliki kecakapan hidup yang memadai untuk bekal kehidupannya.

Kurangnya bekal keterampilan hidup membuat banyak anak dan remaja yang tidak bisa mengatur dan melayani dirinya sendiri sehingga banyak waktu yang terbuang dan banyak kesempatan yang hilang. Para remaja dan anak-anak ini juga menjadi mudah putus asa karena tidak memahami bagaimana cara menyelesaikan suatu permasalahan. Sehingga pada akhirnya anak-anak dan remaja tersebut mendapat label negative dengan sebutan pemalas, nakal dan tidak menurut. Menurut (Kaya & Deniz, 2020) ketika perilaku anak tidak sesuai dengan harapan orang tua, anak-anak tersebut ditetapkan sebagai anak yang menentang orang tua oleh lingkungan sekitarnya. Anak-anak tersebut dikatakan sebagai anak nakal dan tidak sedikit diantara anak-anak tersebut yang mendapat perilaku kekerasan dari orang tua atau orang terdekat. Badan Pusat Statistik Provinsi Riau melakukan survey terhadap pengalaman hidup anak dan remaja di masa pandemic Covid 19 pada bulan Juni tahun 2021. Hasil survey menunjukkan sebanyak 20% anak yang tinggal bersama orang tua mendapatkan kekerasan fisik karena berbuat kesalahan dan dianggap tidak menurut dan 21,9% mendapat kekerasan psikologis karena dianggap pemalas, nakal dan tidak penurut (Umi & Karmila, n.d.). Padahal bisa jadi di antara anak-anak tersebut melakukan kesalahan karena belum memiliki keterampilan untuk melayani diri sendiri dan melakukan pekerjaan sederhana di rumah.

Kasus nyata lainnya dapat dilihat dalam kehidupan sehari-hari. Anak usia Sekolah Dasar yang semestinya sudah bisa mandiri masih dibantu dan dilayani kebutuhannya. Makan disuapi, dimandikan dan masih banyak dibantu dalam kegiatan yang semestinya sudah dapat dilakukannya sendiri (Sitanggang et al., 2019). Banyak orang tua atau pengasuh, terutama kakek dan nenek yang sering salah menempatkan rasa kasih sayang, sehingga yang terjadi anak bukan dilatih keterampilan hidupnya tetapi dibantu dan dilayani, bahkan tidak diberi kesempatan untuk menyelesaikan masalahnya sendiri. Hal ini menyebabkan anak-anak tersebut tidak terbiasa dan terlatih menghadapi kehidupan nyata sendiri. Banyak juga orang tua yang mengeluhkan tentang anak-anak dan remaja yang tidak dapat mengatur waktu dalam penggunaan gadget. Sebagian besar waktu dihabiskan untuk berselancar maya dan melakukan permainan online yang sangat mempengaruhi efektivitas waktu dan kegiatan produktif anak-anak tersebut.

Berbagai temuan di atas memperlihatkan secara nyata bahwa saat ini pendidikan kecakapan hidup sedang sangat dibutuhkan dan menjadi tanggung jawab bersama antara orang tua, sekolah dan masyarakat. Pendidikan kecakapan hidup yang paling dekat dengan anak usia dini dapat dimulai dengan kegiatan *practical life* di mana saat ini mereka sedang

berada pada tahap *self care*. Latihan-latihan yang bersifat pembelajaran hidup sehari-hari akan menjadi awal yang baik dalam mengembangkan kecakapan hidup anak sejak dini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode literatur review yaitu meneliti berbagai referensi relevan untuk mengumpulkan informasi tentang kecakapan hidup anak usia dini sampai didapatkan informasi bahwa kecakapan hidup sangat penting dilatihkan kepada anak sejak usia dini. Masalah yang ingin diteliti meliputi: (1) Apa yang dimaksud dengan kecakapan hidup anak usia dini? (2) Bagaimana cara melatih kecakapan hidup anak usia dini? (2) Apa tujuan latihan kecakapan hidup bagi anak usia dini? (3) Apa saja konten pembelajaran kecakapan hidup anak usia dini? (4) Bagaimana metode pembelajaran kecakapan hidup anak usia dini? Dan (5) Bagaimana asesmen pada pembelajaran kecakapan hidup anak usia dini?

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kecakapan hidup atau *life skills* saat ini menjadi satu hal yang mendapat perhatian tinggi di dunia pendidikan karena berkaitan erat dengan kesuksesan hidup seseorang. Kecakapan hidup ini adalah kecakapan atau keterampilan yang mesti dimiliki seseorang untuk mampu menghadapi permasalahan hidup dan kehidupan secara wajar tanpa merasa tertekan, kemudian secara proaktif mencari dan menemukan solusi sampai akhirnya mampu mengatasinya (Sidi, 2002). Kecakapan hidup juga merupakan pengembangan diri untuk bertahan hidup, tumbuh dan berkembang, memiliki kemampuan untuk berkomunikasi dan berhubungan baik secara individu, kelompok ataupun melalui sistem dalam menghadapi situasi tertentu (Dixon et al., 2019.) Sejalan dengan rumusan WHO (1997) bahwa kecakapan hidup (*lifeskills*) adalah kemampuan untuk beradaptasi dan berperilaku positif yang memungkinkan seseorang untuk mengatasi secara efektif setiap tuntutan dan tantangan dalam kehidupan sehari-hari.

Kecakapan hidup berhubungan juga dengan hidup bahagia dan mandiri, seperti yang diungkapkan oleh Slamet (2002) bahwa kecakapan hidup adalah pendidikan kemampuan, kesanggupan dan keterampilan hidup yang diperlukan oleh seseorang untuk menjalankan kehidupan dengan nikmat dan bahagia. Diperkuat oleh pernyataan Brodin (1989) bahwa secara sederhana, kecakapan hidup adalah interaksi dari berbagai pengetahuan dan kecakapan sehingga seseorang mampu hidup mandiri. Kecakapan hidup juga menjadi pedoman pribadi bagi tubuh manusia yang membantunya belajar bagaimana menjaga kesehatan tubuh, tumbuh sebagai individu, bekerja dengan baik, membuat keputusan logis, menjaga diri dalam menggapai tujuan hidup (Liu et al., 2016). Lebih lengkapnya kecakapan hidup dapat diartikan juga sebagai suatu kemampuan beradaptasi dan berperilaku secara positif untuk bertahan hidup, tumbuh dan berkembang, berkomunikasi baik secara individu, kelompok dan sistem, dan mengatasi berbagai masalah dan tantangan kehidupan secara efektif dalam hidup keseharian, dan kemampuan dalam bidang keterampilan baik kemampuan tertentu (*vokasional*) maupun kemampuan dasar fungsional yang diperlukan seseorang untuk menjalankan hidup dengan bahagia (Amini, 2016).

Bidang Pendidikan Dasar dan Menengah membagi kecakapan hidup menjadi 2 jenis utama, yaitu: (1) kecakapan hidup generik yang meliputi kecakapan personal dan kecakapan sosial. Kecakapan personal ini meliputi kecakapan dalam hal memahami diri, dan kecakapan

berfikir. Kecakapan memahami diri mencakup kemampuan menghayati diri sebagai makhluk Tuhan, sebagai anggota masyarakat dan sebagai warga negara. Kecakapan berfikir meliputi kecakapan dalam menemukan dan mengenali informasi, mengolah dan mengambil keputusan, serta memecahkan masalah secara kreatif. Sedangkan kecakapan sosial mencakup kecakapan dalam berkomunikasi dan bekerjasama. (2) kecakapan hidup spesifik adalah kecakapan untuk menghadapi suatu keadaan atau pekerjaan tertentu. Kecakapan ini terdiri dari kecakapan akademik dan kecakapan vokasional.

Selanjutnya WHO membagi kecakapan hidup ini ke dalam 10 macam kecakapan, antara lain: (1) pengambilan keputusan, (2) pemecahan masalah, (3) berfikir kreatif, (4) berfikir kritis, (5) komunikasi efektif, (6) hubungan antar pribadi, (7) kesadaran diri, (8) empati, (9) pengenalan emosi, (10) pengendalian stress. Sementara Slamet 2002) membagi kecakapan hidup menjadi dua jenis yaitu kecakapan dasar dan kecakapan instrumental. Kecakapan hidup dasar adalah kecakapan yang bersifat universal dan berlaku sepanjang zaman yang terdiri dari kecakapan belajar terus menerus, kecakapan membaca, menulis, dan berhitung, kecakapan berkomunikasi secara lisan dan tulisan, menggambar dan mendengar, kecakapan berfikir, kecakapan kalbu (spiritual), rasa dan emosi, kecakapan mengelola kesehatan badan, kecakapan merumuskan keinginan dan upaya-upaya untuk mencapainya dan kecakapan berkeluarga dan sosial. Sedangkan kehidupan yang bersifat instrumental adalah kecakapan hidup yang bersifat relatif kondisional, dan harus diperbaharui secara terus menerus. Kecakapan ini meliputi kecakapan memanfaatkan teknologi dan sumberdaya, kecakapan bekerjasama dengan orang lain, kecakapan memanfaatkan informasi, kecakapan menggunakan sistem dalam kehidupan, kecakapan berwirausaha, kecakapan kejuruan termasuk olahraga dan seni, kecakapan memilih, menyiapkan dan mengembangkan karir, kecakapan menjaga harmoni dengan lingkungan dan kecakapan menyatukan bangsa berdasarkan nilai-nilai Pancasila.

Anak usia dini adalah sosok individu yang merupakan makhluk sosio kultural yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat fundamental bagi kehidupan selanjutnya dan memiliki sejumlah karakteristik tertentu yang sangat unik (Suryana, 2021). Proses fundamental berarti bahwa pengalaman perkembangan pada masa usia dini dapat memberikan pengaruh yang membekas dan berjangka waktu lama sehingga melandasi proses perkembangan anak selanjutnya. Dalam perjalanannya, anak membutuhkan stimulasi atau rangsangan yang sesuai agar dapat berkembang secara optimal melalui proses pendidikan, pengajaran maupun pembimbingan. (Safira & Hidayah, 2022). Montessori memandang periode pertama kehidupan sebagai periode perkembangan yang paling dinamis dan paling penting pada anak (Roopnarine & Johnson, 2012). Montessori menamakannya dengan istilah periode sensitif (*sensitif periode*) dan *the absorbent mind*. Periode sensitif adalah waktu yang paling tepat dalam hidup seseorang untuk mengembangkan karakteristik atau kemampuan utama karena pada periode ini anak memiliki kapasitas untuk menyerap setiap pengalaman dengan cara yang kuat dan langsung. Melalui proses penyerapan tersebut, pikiran mulai terbentuk. Dengan demikian, anak secara langsung mengasimilasi lingkungan fisik dan sosial di mana ia berada, sekaligus mengembangkan kekuatan mental bawaannya. Anak menciptakan kekuatan mentalnya sendiri melalui hal yang ditemukan di dunia sekitarnya. Mentalitas seperti ini dinamakan dengan istilah *the absorbent mind* (Roopnarine & Johnson, 2012).

Dalam Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) yang dimaksudkan dengan kecakapan hidup tidak ditekankan pada keterampilan teknis dan keterampilan vokasional seperti layaknya pendidikan kecakapan hidup di jenjang sekolah menengah. Melainkan lebih diarahkan pada keterampilan yang berhubungan dengan aspek-aspek pertumbuhan dan perkembangan anak yang dapat bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari, seperti menjalankan rutinitas kehidupan

harian yang berhubungan dengan kemandirian antara lain dalam hal mengurus diri sendiri seperti mandi, makan, berpakaian, toileting, belajar menumbuhkan kepercayaan diri dan tidak cengeng, serta membereskan mainan setelah digunakan. Hal yang dapat dilakukan dalam mengembangkan kecakapan hidup (*life skill*) pada anak usia dini adalah melalui pembiasaan agar anak mampu menolong diri sendiri (*mandiri*), mampu berinteraksi dengan lingkungan dan memperoleh keterampilan dasar (*basic skill*) yang berguna untuk kehidupan anak selanjutnya (Safira & Hidayah, 2022). Pembiasaan tersebut dimaksudkan agar anak terlatih dan terampil dalam menghadapi aktivitas kehidupan sehari-hari beserta permasalahannya.

Menurut Montessori, keterampilan dasar yang mesti dibiasakan pada anak adalah pengembangan dalam hal kemandirian, ketertiban, konsentrasi, koordinasi tangan-mata, dan kehidupan bermasyarakat (Roopnarine & Johnson, 2012). Sejalan dengan tujuan pendidikan kecakapan hidup (*life skill*) pada anak usia dini dalam mempersiapkan anak baik secara akademik, sosial maupun emosional di dalam menghadapi kesulitan dan permasalahan kehidupan. Dengan demikian diharapkan kelak anak memiliki kesiapan untuk menghadapi hidupnya di masa depan sehingga anak dapat menghadapi kesulitan yang lebih tinggi dan masalah yang lebih besar. Melalui kecakapan hidup yang dimiliki, anak tidak akan mengalami kesulitan dalam berinteraksi dan beradaptasi dengan situasi dan kondisi yang ditemuinya. Dengan kata lain kecakapan hidup dapat membentuk kepribadian anak menjadi pribadi yang tidak mudah berputus asa dan pantang menyerah serta dapat bertanggung jawab.

Pendidikan kecakapan hidup pada jenjang TK ini lebih menekankan kepada pembelajaran akhlak sebagai dasar pembentukan nilai-nilai dasar kebajikan, seperti kejujuran, kebaikan, kepatuhan, keadilan, etos kerja, kepahlawanan, menjaga kebersihan diri dan lingkungan, serta kemampuan bersosialisasi. Montessori menyebutnya dengan istilah *Grace and Courtesy* atau etika dan kesopanan. *Social and grace courtesy* membiasakan anak untuk mengucapkan terima kasih, menyapa, meminta bantuan kepada orang lain, meminta maaf dan meminta izin atau permissi saat berinteraksi dengan orang lain (Isaacs, 2017).

Sejalan dengan yang dipaparkan dari hasil penelitian King dan Boardman (2006) tentang lima macam cakupan kecakapan hidup anak usia dini sebagai berikut: (1) kemandirian, terdiri dari keterampilan pergi ke toilet sendiri, membereskan benda-benda miliknya, mencuci dan mengeringkan tangannya sendiri, (2) minat untuk belajar meliputi meminta bantuan hanya untuk tugas yang sulit saja, berusaha untuk menyelesaikannya jika sudah memulai suatu aktivitas, tekun dalam tugas-tugas yang sulit, siap untuk bermain/bekerja sendiri, mencoba hal-hal baru yang tidak yakin dengan hal tersebut, dan sabar menunggu giliran, (3) Komunikasi sosial meliputi mengajukan pertanyaan jika ada yang tidak difahami, duduk tenang dan menyimak pembicaraan orang dewasa dalam waktu 5 menit, mampu menyatakan perasaannya secara lisan, berbincang dengan orang dewasa yang dikenali, mengucapkan tolong dan terima kasih tanpa diminta, menggunakan kata-kata untuk menyelesaikan masalah, (4) interaksi sosial dengan sebaya terdiri dari membantu teman, bergabung dalam kegiatan dengan teman lain, berbagi alat permainan atau perlengkapan dengan teman, menunjukkan kepedulian terhadap orang lain, berbicara dengan anak-anak lain dalam kelompok, dan (5) aspek perilaku meliputi menerima koreksi terhadap perilakunya dan melakukan sesuatu yang diminta orang dewasa.

Amini (2016) dalam disertasinya menyatakan bahwa jika dilihat dari pelaksanaan kurikulum untuk anak usia dini, salah satu prinsip kurikulum berbasis kompetensi untuk anak usia TK adalah pengembangan kecakapan hidup. Pendidikan kecakapan hidup untuk anak usia dini ini setidaknya berorientasi pada 3 hal utama, yaitu: (1) pengembangan keterampilan, (2) penekanan terhadap potensi psikososial anak, dan (3) adanya partisipasi aktif dari anak. Komponen pertama tentang keterampilan adalah gabungan antara pengetahuan dan

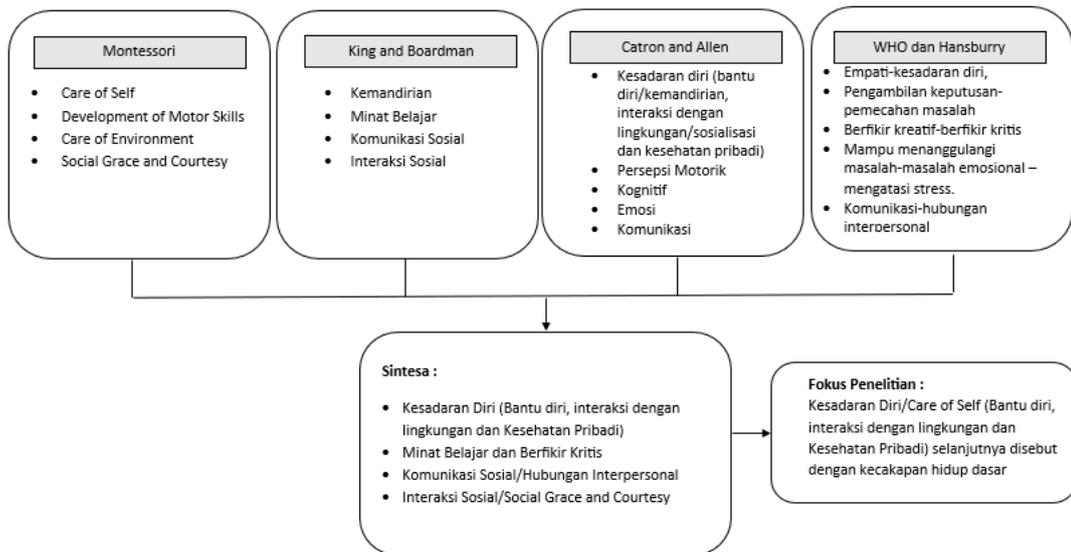
keterampilan fakultatif seperti menggambar, mencoret, mewarnai dengan keterampilan sosial emosional untuk mengaplikasikan keterampilan fakultatif tersebut dalam sebuah perilaku-prilaku tertentu. Komponen kedua tentang penekanan terhadap potensi psikososial mengacu pada aspek kecakapan hidup WHO yang disederhanakan oleh Hansburry yaitu empati dan kesadaran diri, komunikasi dan hubungan interpersonal, pengambilan keputusan dan pemecahan masalah, berfikir kreatif dan berfikir kritis serta mampu menanggulangi masalah-masalah yang bersifat emosional dan mengatasi stress. Komponen ketiga, yaitu partisipasi aktif anak, yang dikembangkan untuk menumbuhkan ketegaran mental emosional yang ditunjukkan dengan rasa percaya diri dan sikap untuk menghargai diri sendiri.

Pengembangan konsep kecakapan hidup didasarkan atas pembiasaan - pembiasaan yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan menolong diri sendiri, disiplin dan sosialisasi serta memperoleh keterampilan dasar yang berguna untuk kelangsungan hidupnya kelak. Berdasarkan kurikulum Taman kanak-kanak, bidang pengembangan pembiasaan meliputi aspek perkembangan moral dan nilai-nilai agama, sosial emosional dan kemandirian. Sedangkan bidang pengembangan kemampuan dasar meliputi aspek berbahasa, kognitif, fisik motorik dan seni (Safira & Hidayah, 2022).

Menurut Meliana (2018), Catron dan Allen membagi aspek perkembangan menjadi 6 ranah perkembangan yaitu : (1) kesadaran pribadi yang meliputi kemampuan bantu diri, kemandirian dan kesehatan pribadi, (2) aspek emosi yang meliputi kesadaran dalam hal menerima keadaan dan mengekspresikan emosi, kemampuan mengatasi persoalan, integrasi pribadi dan terbentuknya nilai, (3) aspek komunikasi yang meliputi perkembangan bahasa reseptif, bahasa ekspresif, komunikasi non verbal, serta ingatan dan pembedaan auditori, (4) aspek kognitif meliputi pemecahan masalah dan sebab akibat, formasi konsep, meniru dan ingatan, asosiasi dan klasifikasi, (5) aspek sosialisasi meliputi interaksi sosial, kerjasama, pemeliharaan sumber daya dan kepedulian terhadap orang lain, (6) aspek persepsi motorik menyangkut koordinasi mata dan tangan serta mata dan kaki.

Montessori menjelaskan bahwa kemampuan *practical life* pada anak usia dini yang perlu dilatih terlebih dahulu adalah kemampuan praktis yang mendasar yang melibatkan keseluruhan tubuh dan tangan. Kemampuan yang melibatkan seluruh tubuh meliputi berjalan di kelas tanpa mengganggu teman lain, membuka dan menutup pintu, membawa kursi sendiri, duduk di atas kursi dan bertahan di situ, membawa alas kerja, nampan atau kotak, menggulung atau membuka alas kerja. Kemampuan yang melibatkan tangan meliputi melipat baju, menyendok nasi atau kacang, menuangkan air serta membuka dan menutup benda (Isaacs, 2017). Montessori membagi *practical life* ini menjadi 4 area, yaitu: (1) *Development of motor skills* atau perkembangan keterampilan motorik, yaitu kemampuan motorik yang mencakup motorik kasar dan halus. Untuk mengembangkan kecakapan motorik ini anak-anak melakukan berbagai aktivitas yang dapat meningkatkan kemampuannya untuk mengerjakan pekerjaan rumah sehari-hari, (2) *Care of Self* (merawat diri), aktivitas merawat diri ini adalah sarana bagi anak supaya dapat membantu atau melayani dirinya sendiri. Saat melakukan aktivitas ini, sekaligus mengajarkan kepada anak tentang pentingnya kebersihan dan kesehatan tubuh, (3) *Care of environment* (peduli lingkungan), Di area ini anak-anak belajar bagaimana hidup berdampingan dengan makhluk hidup lainnya, baik manusia, hewan ataupun tumbuhan, (4) *Grace and courtesy* (sopan santun), Montessori mengajarkan anak untuk bermanfaat bagi dirinya dan orang lain. *Social and grace courtesy* membiasakan anak untuk mengucapkan terima kasih, menyapa, meminta bantuan kepada orang lain, meminta maaf dan meminta izin atau permissi saat berinteraksi dengan orang lain.

Berdasarkan uraian di atas dapat terlihat bahwa kecakapan hidup pada anak usia dini lebih ditekankan pada kecakapan personal dan sosial sebagai dasar untuk pengembangan selanjutnya yaitu kecakapan akademik dan vokasional. Kecakapan personal dan sosial ini meliputi kemandirian, minat untuk belajar, komunikasi sosial dan interaksi sosial. Pengembangan kecakapan hidup pada anak usia dini dilakukan melalui proses pembiasaan dalam mengembangkan kemampuan menolong diri sendiri, disiplin dan sosialisai serta memperoleh keterampilan dasar yang berguna dalam kehidupan. Bidang pengembangan pembiasaan pada anak usia dini meliputi aspek perkembangan moral dan nilai agama, sosial emosional dan kemandirian, dan bidang kemampuan dasar meliputi aspek berbahasa, kognitif dan fisik motorik.



Gambar 1. Bagan Teori Kecakapan Hidup Anak Usia Dini

2. Melatih Kecakapan Hidup Anak Usia Dini

Pendidikan kecakapan hidup adalah pendidikan yang erat dengan kehidupan sehari-hari yang bertujuan supaya anak memiliki keterampilan melayani diri sendiri, mau membantu orang lain, peduli dengan lingkungannya, terbiasa melakukan ibadah, memiliki keteraturan dan kedisiplinan serta mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Montessori memandang pendidikan sebagai wahana untuk memberikan bantuan pada kehidupan anak dan membantu pikiran dalam proses perkembangannya (Roopnarine & Johnson, 2012). Pada awal masa usia dini, anak mulai diarahkan pada dasar-dasar kecakapan hidup awal seperti rasa percaya diri, kemandirian atau kemampuan menolong dirinya sendiri tanpa bantuan orang lain, mampu bersosialisasi dan bekerja sama dengan orang lain, dan lain-lain (Safira & Hidayah, 2022).

Dalam melatih kecakapan hidup pada anak usia 5 – 6 tahun, program pembelajaran di suatu sekolah mesti tersusun dalam sebuah kurikulum khusus yang memiliki desain dan target yang jelas. Menurut McLachlan (2013) terdapat empat komponen penting dalam kurikulum pembelajaran yang mesti ada dalam program pembelajaran baik tingkat anak usia dini maupun menengah, yaitu: (1) Tujuan, (2) Konten pembelajaran, (3) Metode atau prosedur pembelajaran, dan 4) Asesmen atau evaluasi.

Tujuan Latihan Kecakapan Hidup AUD, menurut Montessori (King & Boardman, 2006) (Safira & Hidayah, 2022), dan (Hansburry, 2008) adalah mempersiapkan anak agar mampu (1) mengurus atau melayani diri sendiri (*self help*) mencakup hal-hal yang berhubungan dengan

kemandirian, (2) membangun citra diri yang positif (*self image*) mencakup kepercayaan diri, jujur, tanggung jawab, patuh, dll yang berhubungan dengan kesadaran diri sebagai makhluk pribadi dan makhluk ciptaan Tuhan, (3) menambah pengetahuan diri (*self knowledge*) dan memiliki minat belajar, serta (4) memiliki keterampilan sosial (*social skills*) mencakup interaksi sosial dan komunikasi sosial. Tujuan dari pengajaran kecakapan hidup kepada anak-anak adalah untuk mengembangkan kesadaran, pemahaman dan kemampuan praktis mereka dalam menangani kehidupan sehari-hari di rumah dan sekolah (Read, 2013). Lebih lengkapnya anak memiliki keterampilan melayani diri sendiri, mau membantu orang lain, peduli dengan lingkungannya, terbiasa melakukan ibadah, memiliki keteraturan dan kedisiplinan serta mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Konten Lathan Kecakapan Hidup anak usia dini, berkaitan erat dengan aspek perkembangan anak usia dini meliputi perkembangan agama dan moral, sosial emosional, kognitif, bahasa dan fisik motorik. Menurut Morrison (2015) konten pembelajaran di taman Kanak-kanak terdiri dari (1) Program Pengembangan Fisik (*Physical Development*), yang bertujuan untuk menyalurkan minat anak-anak usia ini yang memiliki banyak energi dalam melakukan berbagai aktivitas fisik seperti berlari, memanjat dan melompat, (2) Program Pengembangan Sosial Emosional (*Social Emotional Development*) untuk mengembangkan kecakapan anak-anak usia dini dalam berinteraksi dan bekerja sama dengan orang lain karena terkadang anak pada usia ini senang menyendiri dan melakukan berbagai hal secara mandiri, (3) Program Pengembangan Kognitif dan Bahasa (*Cognitive and Language Development*) untuk membantu perkembangan anak-anak usia dini yang sedang berada pada fase pertumbuhan intelektual dan bahasa yang pesat yang menyukai banyak tantangan dan mampu menyerap kosa kata yang banyak. Selanjutnya Bredekamp (2009) memperlengkap konten pembelajaran anak usia dini yang terdiri dari : (1) Literasi dan Membaca, mempelajari tentang peningkatan kosa kata dan bahasa, kesadaran fonologi, pengetahuan tentang tulisan, huruf dan kata, komprehensif, pemahaman terhadap buku dan tulisan, literasi sebagai bentuk ketertarikan terhadap bahasa, (2) Matematika, mempelajari tentang konsep bilangan, pola dan hubungan, geometri dan kesadaran spasial, pengukuran, pengumpulan, dan representasi data serta analisis data dan peluang (3) Sains, membahas tentang fisika, biologi, serta bumi dan lingkungan, (4) Studi sosial, mempelajari tentang luar angkasa dan geografi, manusia dan kehidupannya, manusia dan lingkungan, serta manusia dan masa lalu atau sejarah, dan (5) Seni, mempelajari tentang seni tari, musik, teater dan seni pertunjukan, dan seni visual.

Program pendidikan kecakapan hidup diaplikasikan dalam konten pembelajaran di atas untuk mencapai perkembangan anak pada seluruh aspek perkembangannya. Menurut Amini (2016) seluruh aspek perkembangan anak (fisik, sosial emosional, dan kognitif) saling terkait satu sama lain. Kurikulum pembelajaran di Taman kanak-kanak harus dibuat untuk memenuhi kebutuhan anak di semua domain, tidak sekedar mengembangkan satu domain saja. Dan dikarenakan kecakapan hidup ini erat kaitannya dengan aktivitas kehidupan sehari-hari anak, maka proses pendidikan kecakapan hidup berlangsung sepanjang hari, baik saat anak berada di sekolah ataupun saat mereka berada di rumah. Saat berada di sekolah, pembelajaran berlangsung bersama para guru, dengan program yang sudah tersusun berupa kolaborasi aktivitas kecakapan hidup dengan program pengembangan kompetensi dasar anak usia dini sesuai usianya. Saat berada di rumah anak mengaplikasikan pembelajaran yang telah diberikan di sekolah dalam rutinitas harian anak dalam pendampingan orang tua. Seluruh potensi kecerdasan yang dimiliki anak akan lebih berarti apabila dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari yang dikenal dengan istilah kecakapan hidup (*lifeskills*) (Safira & Hidayah, 2022). Implementasi program pembelajaran Anak Usia Dini dalam melatih kecakapan hidup anak usia

dini adalah sebuah proses penerapan nilai-nilai kecakapan hidup dalam program harian di Taman kanak-kanak dalam semua aspek perkembangan anak tanpa kecuali baik aspek agama dan moral, sosial emosional, bahasa, kognitif dan motorik kasar dan halus.

Metode Latihan Kecakapan Hidup AUD, pembelajaran kecakapan hidup erat kaitannya dengan kehidupan sehari-hari anak. Metode pembelajaran yang tepat adalah metode praktik langsung. Kegiatan pembelajaran pada anak usia dini harus berupa aktivitas konkret yang dipraktikkan secara langsung, sehingga anak-anak usia ini mendapatkan pengetahuan dan pengalaman langsung yang dapat mengembangkan kompetensi sesuai tugas perkembangannya. Seperti yang disampaikan oleh Arifudin (2012) bahwa kegiatan pembelajaran pada anak usia dini pada hakikatnya adalah pengembangan kurikulum secara konkret yang berupa seperangkat rencana yang berisi sejumlah pengalaman belajar melalui bermain yang diberikan pada anak usia dini berdasarkan potensi dan tugas perkembangan yang harus dikuasai dalam rangka pencapaian kompetensi yang harus dimiliki anak. Pemaparan ini didukung oleh pendapat Yus (2011) bahwa salah satu prinsip pembelajaran anak usia dini adalah pembelajaran tersebut dilakukan dalam bentuk bermain dan berorientasi pada prinsip perkembangan dan belajar anak. Seperti yang diungkapkan oleh Montessori bahwa pendidikan anak usia dini adalah sebuah proses dinamis dimana anak-anak berkembang menurut ketentuan-ketentuan dalam kehidupan mereka, anak-anak dengan sukarela bekerja ketika ditempatkan dalam sebuah lingkungan yang disiapkan untuk memberi kebebasan dalam ekspresi diri (Atabik & Burhanuddin, 2017).

Metode praktik langsung pada pembelajaran kecakapan hidup akan membantu anak untuk lebih mudah mengenal, memahami dan menerapkan konten pembelajaran yang disampaikan. Seperti yang diungkapkan oleh Copple (2014) bahwa metode dan prosedur pembelajaran yang tepat yang ditentukan guru akan membantu siswa untuk lebih mudah mempelajari, memahami dan menerapkan konten pembelajaran. Metode pembelajaran juga sangat berhubungan dengan pelaksanaan pembelajaran oleh guru berdasarkan pada tujuan dan konten pembelajaran (McLachlan et al., 2013).

Assesmen dan Evaluasi Dalam Latihan Kecakapan Hidup AUD, adalah proses penting dan berkelanjutan untuk menganalisis, mengevaluasi dan merevisi program-program di dalam kelas (Krogh & Morehouse, 2014). Asesmen juga dilakukan oleh guru secara berkala untuk membuat keputusan yang tepat dalam pembelajaran anak (Copple et al., 2014). Sedangkan evaluasi adalah proses yang berguna untuk melihat seberapa efektif praktik pendidikan yang diselenggarakan (Beckley, 2018). Menurut Cockburn & Handscom (2013) Asesmen yang efektif akan berguna untuk memperoleh informasi tentang hal-hal berikut: 1) Pencapaian anak pada beberapa pengetahuan, keterampilan dan pemahaman spesifik; 2) Kemungkinan adanya kesalahan konsep pada pengetahuan, keterampilan dan pemahaman anak; 3) Langkah lanjutan yang potensial untuk dilakukan pada pembelajaran selanjutnya; dan 4) Batasan pada pencapaian dan pemahaman anak di masa depan.

Kaitannya dengan pembelajaran kecakapan hidup, assesmen dan evaluasi akan memberikan petunjuk yang sangat berharga akan keberhasilan program. Apakah siswa sudah mulai terbiasa melakukan hal-hal yang ditentukan dalam program pembelajaran kecakapan hidup sesuai konten pembelajaran atau tidak. Asesmen pada program kecakapan hidup ini dilakukan secara individu dan berkala, dan assesmen yang berfokus pada anak secara individu dapat memberikan informasi penting yang membantu adanya intervensi dan modifikasi kurikulum yang dapat memenuhi kebutuhan masing-masing anak sebagai peserta didik (Krogh & Morehouse, 2014).

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa kecakapan hidup pada anak usia dini adalah kecakapan personal dan sosial yang meliputi kemandirian, minat belajar, komunikasi sosial dan interaksi sosial yang diperoleh melalui proses pembiasaan dalam mengembangkan kemampuan menolong diri sendiri, disiplin dan sosialisasi serta memperoleh keterampilan dasar yang berguna dalam kehidupan sehari-hari.

Kecakapan hidup anak usia dini dibagi menjadi 4, yaitu: (1) kesadaran diri meliputi keterampilan bantu diri, interaksi dengan lingkungan dan kesehatan pribadi, (2) Minat belajar dan berfikir kritis, (3) Komunikasi sosial atau hubungan interpersonal, dan (4) Interaksi sosial meliputi sopan santun dan etika pergaulan.

Adapun tujuan latihan kecakapan hidup anak usia dini adalah anak memiliki keterampilan melayani diri sendiri, mau membantu orang lain, peduli dengan lingkungannya, terbiasa melakukan ibadah, memiliki keteraturan dan kedisiplinan serta mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Metode terbaik dalam latihan kecakapan hidup bagi anak usia dini adalah praktik langsung di mana pada usia ini anak-anak lebih dekat pada hal konkret dibandingkan hal yang bersifat abstrak. Praktik langsung dalam aktivitas kecakapan hidup akan memberikan pengalaman pembiasaan yang baik bagi anak sehingga anak menjadi cakap dan terampil dalam melayani dirinya sendiri, serta mampu menjadi anggota masyarakat yang baik.

Saran

Berdasarkan temuan pada penelitian di atas disarankan untuk penelitian selanjutnya dikembangkan sebuah program latihan kecakapan hidup anak usia dini dengan kolaborasi antara sekolah dan orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

- Amini, M. (2016). *Pengembangan Model Pembelajaran Melibatkan Orang Tua Untuk Meningkatkan Kecakapan Hidup Anak*. UNJ.
- Arifudin, O., Hasbi, I., Setiawati, E., Lestarinigrum, A., Suyatno, A., Puspita, Y., & Harianti, R. (n.d.)
- Atabik, A., & Burhanuddin, A. (n.d.). *Anak Usia Dini*.
- Beckley, P. (2018). *Belajar Pada Anak Usia Dini*.
- Bredenkamp, S. (n.d.). *Effective practices in early childhood education : building a foundation*
- Cockburn, A. D., & Handcomb, G. (2013). *Teaching Children 3 - 11 A Student's Guide*. SAGE Publication.
- Copple, D., Bredenkamp, S., Koralek, D., & Charner, K. (2014). *Developmentally Appropriate Practice : Focus on Kindergartners*. NAEYC.
- Dixon, K., Janks, H., Botha, D., Earle, K., Poo, M., Oldacre, F., Pather, K., & Schneider, K.-L. (n.d.). *A critical analysis of CAPS for Life Skills in the Foundation Phase (Grades R-3)*.
- Hansburry. (2008). *The Life Skills Handbook*. www.Lifeskillshanbook.Com.
- Hubbard, B., & Heroes, L. (2019). *Developing Life Skills in Children : A Road Map for Communicating with Parents*. 19(3), 33–55.
- Isaacs, B. (2017). *Understanding The Montessori Approach: Vol. second edition*.

- King, P., & Boardman, M. (2006). What Personal/Social Skills are Important for Young Children Commencing Kindergarten? *Australian Journal of Early Childhood*.
- Krogh, S. L., & Morehouse, P. (2014). *The Early Childhood Curriculum : Inquiry Learning Through Integration* (2nd ed.). Routledge.
- Liu, J., Liu, S., Yan, J., Lee, E., & Mayes, L. (2016). The impact of life skills training on behavior problems in left-behind children in rural China: A pilot study. *School Psychology International*, 37(1), 73–84. <https://doi.org/10.1177/0143034315618442>
- Meliana, Sari, (2018) Peran Orang Tua Dalam Menstimulasi Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini, *Jurnal Pendidikan dan Perkembangan Anak*, Aulada
- McLachlan, Fleeer, M., & Edward, S. (2013). *Early Childhood Curriculum Planning, Assesment and Implementation* (3rd ed.). Crambridge University Press.
- Morrison, G. S. (n.d.). *Early childhood education today*.
- Online, I., & Online, E. E. (2020). *The effects of life skills education program on problem behaviors and social skills of 4-year-old preschoolers* 1. 19(2), 612–623. <https://doi.org/10.17051/ilkonline.2020.692983>
- Prasetyo, I., Suryono, Y., & Gupta, S. (2021). *The 21 st Century Life Skills-Based Education Implementation at the Non-Formal Education Institution*. 7(1), 1–7.
- Read, C. (2013). *Life Skills*.
- Roopnarine, J., & Johnson, J. (2012). *Approaches to Early Childhood Education*.
- Safira, N., & Hidayah, A. (2022). Pendidikan Kecakapan Hidup (Life Skill) Untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Indonesia Sosial Teknologi*, 3(9). <https://doi.org/10.36418/jist.v3i9.489>
- Sidi, I. (2002). *Konsep Pendidikan Berorientasi Kecakapan Hidup (Life Skills) Melalui Pendidikan Berbasis Luas*.
- Sitanggang, R. R., Fisika, P., Keguruan, F., & Jambi, U. (2019). *Melatih Kemandirian Anak Melalui Rutinitas Sehari-Hari*. 9(58).
- Slamet, P. (2002). Pendidikan Kecakapan Hidup : Konsep Dasar. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*.
- Umi, G., & Karmila, M. (n.d.). *Pendidikan Keterampilan Hidup (Life Skill) Anak Usia Dini Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Lingkungan Keluarga*.
- Umi, G., Karmila, M., Guru, P., Anak, P., & Dini, U. (2020). *Pendidikan Keterampilan Hidup (Life Skill) Anak Usia Dini Selama Masa Pandemi Covid-19 Di*. 6.
- Yus, A. (2011). *Model Pendidikan Anak Usia Dini*. Prenada Media.