

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Anak Usia Prasekolah**

##### **2.1.1 Definisi Anak Usia Prasekolah**

Anak diartikan seseorang yang berusia kurang dari delapan belas tahun dalam masa tumbuh kembang dengan kebutuhan khusus, baik kebutuhan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual (Hidayat, 2005). Anak adalah antara usia 0–14 tahun karena diusia inilah risiko cenderung menjadi besar (WHO, 2003 dalam Nursalam, 2007).

Anak prasekolah adalah anak yang berusia 3 sampai 6 tahun yang mempunyai berbagai macam potensi. Potensi-potensi itu di rangsang dan di kembangkan agar pribadi anak tersebut berkembang secara optimal (Supartini, 2004).

##### **2.1.2 Ciri-ciri Anak Prasekolah**

Kartono (2007), mengemukakan ciri-ciri anak prasekolah meliputi aspek fisik, sosial, emosi dan kognitif anak.

###### **1. Ciri Fisik**

Penampilan atau gerak-gerik prasekolah mudah di bedakan dengan anak yang berada dalam tahapan sebelumnya. Anak prasekolah umumnya sangat aktif. Mereka telah memiliki penguasaan (kontrol) terhadap tubuhnya dan sangat menyukai kegiatan-kegiatan yang dapat dilakukan sendiri. Berikan kesempatan pada anak untuk lari, memanjat, dan melompat. Usahakan kegiatan tersebut

sebanyak mungkin sesuai dengan kebutuhan anak dan selalu di bawah pengawasan. Walaupun anak laki-laki lebih besar, namun anak perempuan lebih terampil dalam tugas yang bersifat praktis, khususnya dalam tugas motorik halus, tetapi sebaiknya jangan mengeritik anak laki-laki apabila tidak terampil.

Ciri fisik pada anak usia 4-6 tahun tinggi badan bertambah rata-rata 6,25-7,5 cm pertahun, tinggi rata-rata anak usia 4 tahun adalah 2,3 kg per tahun. Berat badan anak usi 4-6 tahun rata-rata 2-3 kg pertahun, berat badan rata-rata anak usia 4 tahun adalah 16,8 kg (Muscari, 2005).

## 2. Ciri Sosial

Anak prasekolah biasanya juga mudah bersosialisasi dengan orang sekitarnya. Umumnya anak pada tahapan ini memiliki satu atau dua sahabat yang cepat berganti. Mereka umumnya dapat menyesuaikan diri secara sosial, mereka mau bermain dengan teman. Sahabat yang biasa di pilih yang sama jenis kelaminnya, tetapi kemudian berkembang menjadi sahabat yang terdiri dari jenis kelamin berbeda.

Pada usia 4-6 tahun anak sudah memiliki keterikan selain dengan orang tua, termasuk kakek nenek, saudara kandung, dan guru sekolah, anak memerlukan interaksi yang teratur untuk membantu mengembangkan keterampilan sosialnya (Muscari, 2005).

## 3. Ciri Emosional

Anak prasekolah cenderung mengekspresikan emosinya dengan bebas dan terbuka, sikap marah, iri hati pada anak prasekolah sering terjadi. Mereka sering kali memperebutkan perhatian guru dan orang sekitar.

#### 4. Ciri Kognitif

Anak prasekolah umumnya sudah terampil berbahasa, sebagian dari mereka senang berbicara, khususnya pada kelompoknya. Sebaiknya anak di beri kesempatan untuk menjadi pendengar yang baik.

Pada usia 2-4 tahun anak sudah dapat menghubungkan satu kejadian dengan kejadian yang simultan dan anak mampu menampilkan pemikiran yang egosentrik, pada usia 4-7 tahun anak mampu membuat klasifikasi, menjumlahkan, dan menghubungkan objek-objek anak mulai menunjukkan proses berfikir intuitif (anak menyadari bahwa sesuatu adalah benar tetapi dia tidak dapat mengatakan alasannya ), anak menggunakan banyak kata yang sesuai tetapi kurang memahami makna sebenarnya serta anak tidak mampu untuk melihat sudut pandang orang lain ( Muscari, 2005 ).

### **2.1.3 Perkembangan Anak Usia Prasekolah**

#### **1. Pengertian Perkembangan**

Pertumbuhan adalah bertambahnya jumlah dan sel dan besarnya sel diseluruh bagian tubuh yang secara kuantitatif dapat diukur (Whally dan Wong, 1998).

Perkembangan pada anak terjadi mulai pertumbuhan dan perkembangan secara fisi, intelektual, maupun emosional. Peristiwa pertumbuhan secara fisik dapat terjadi dalam perubahan ukuran besar kecilnya fungsi organ mulai dari tingkat sel hingga perubahan organ tubuh. Pertumbuhan secara intelektual dapat di lihat dari kemampuan secara simbol maupun abstrak seperti berbicara, bermain,

berhitung, dan membaca, sedangkan perkembangan secara emosional dapat dilihat dari perilaku sosial di lingkungan anak (Suryani, 2005).

Periode penting dalam tumbuh kembang anak adalah masa balita. Karena pada masa ini pertumbuhan dasar yang akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya. Pada masa ini perkembangan kemampuan berbahasa, kreativitas, kesadaran sosial, kesadaran emosional dan inteligensi berjalan sangat cepat. Perkembangan psiko-sosial sangat dipengaruhi lingkungan dan interaksi antara anak dengan orang tuanya. Perkembangan anak akan optimal bila interaksi sosial diusahakan sesuai dengan kebutuhan anak pada berbagai tahap perkembangan (Hidayat, 2005).

#### **2.1.4 Tingkat Perkembangan Anak Usia Prasekolah**

Menurut Whalley dan Wong (2008), perkembangan anak prasekolah di bagi atas perkembangan kepribadian dan perkembangan fungsi mental.

##### **1. Perkembangan kepribadian**

Perkembangan kepribadian terdiri dari perkembangan psikososial, perkembangan psikoseksual, dan perkembangan mental.

##### **a. Perkembangan Psikososial**

Menurut Nursalam (2005), masalah psikososial, mengatakan krisis yang dihadapi anak pada usia 3 dan 6 tahun di sebut “inisiatif versus rasa bersalah”. Dimana orang terdekat anak usia prasekolah adalah keluarga, anak normal telah menguasai perasaan otonomi, anak mengembangkan rasa bersalah ketika orang tua

membuat anak merasa bahwa imajinasinya dan aktivitasnya tidak dapat menoleransi penindasan kepuasan dalam periode pertama.

Rasa takut pada anak usia 4-6 tahun biasanya lebih menakutkan dibandingkan usia lainnya, rasa takut yang umumnya terjadi seperti takut kegelapan, ditinggal sendiri terutama pada saat menjelang tidur, perasaan takut anak prasekolah muncul dan berasal dari tindakan dan penilaian orang tua. Menghadapkan anak dengan objek yang membuatnya takut dalam lingkungan yang terkendali, dan memberikan anak kesempatan untuk menurunkan rasa takutnya (Muscari, 2005).

Komponen yang paling utama untuk berkembang pada seorang anak adalah rasa percaya. Rasa percaya pada anak dibangun pada tahun pertama kehidupan anak. Rasa tidak percaya pada anak akan timbul bila pengalaman untuk meningkatkan rasa percaya kurang yaitu kurangnya pemenuhan aktivitas fisik, psikologi dan social. Pada usia 3 tahun alat gerak dan rasa telah matang dan rasa percaya diri telah timbul, perkembangan periode ini berfokus untuk meningkatkan kemampuan anak mengontrol tubuhnya, dirinya dan lingkungannya. Selain itu anak akan menggunakan kekuatan mentalnya untuk menolak dan mengamini sebuah keputusan (Riyadi dan Sukarmin, 2009).

#### b. Perkembangan Psikoseksual

Pada tahap ini anak prasekolah termasuk pada tahap falik, dimana masa ini genitalia menjadi area tubuh yang menarik dan sensitive (Hidayat, 2005).

Tahap falik berlangsung dari usia 3-5 tahun kepuasan anak berpusat pada genitalia dan masturbasi banyak usia anak prasekolah melakukan masturbasi

untuk kesenangan fisiologis. Anak usia prasekolah berhubungan dekat dengan orang tua lain jenis tetapi mengidentifikasi orang tua sejenis, ketika identitas seksual berkembang kesopanan mungkin menjadi perhatian demikian halnya dengan ketakutan dengan kastrasi (Muscari, 2005).

c. perkembangan mental

Menurut Whalley dan Wong (1998), pada perkembangan kognitif salah satu tugas yang berhubungan dengan periode prasekolah adalah kesiapan untuk sekolah dan pelajaran sekolah. Disini terdapat fase praoperasional (piaget) pada anak usia 3–5 tahun. Fase ini termasuk perkembangan prakonseptual pada usia 2-4 tahun, dan fase pikiran intuitif pada usia 4–7 tahun. Salah satu transisi utama selama kedua fase adalah pemindahan dari pikiran egosentris menjadi total menjadi kesadaran sosial dan kemampuan untuk mempertimbangkan sudut pandang orang lain.

### **2.1.5 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan**

Menurut Nursalam (2005), ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan yaitu: keturunan, nutrisi, hubungan interpersonal, tingkat sosial ekonomi, penyakit, bahaya lingkungan, stres pada masa kanak-kanak dan pengaruh media, pola asuh orang tua.

1. Keturunan

Dalam semua budaya, sikap dan harapan dalam semua jenis budaya berbeda sesuai dengan jenis kelamin anak. Jenis kelamin dan determinan keturunan sangat kuat, mempengaruhi hasil akhir pertumbuhan dan laju

perkembangan untuk mendapatkan hasil akhir tersebut. Pada dimensi kepribadian dapat kita lihat saat temperamen, tingkat aktivitas, koresponsifan, dan kecenderungan ke arah rasa malu, diyakini dapat diturunkan. Anak yang mengalami gangguan mental dan fisik yang diturunkan akan mengubah atau mengganggu pertumbuhan emosi, fisik dan interaksi anak dengan lingkungan sekitar (Nursalam, 2005).

## 2. Nutrisi

Faktor diet mengatur pertumbuhan pada semua tahap perkembangan. Selama periode pertumbuhan pranatal yang cepat, nutrisi buruk dapat mempengaruhi perkembangan dari waktu invlantasi ovum sampai kelahiran. Selama bayi dan anak-anak, kebutuhan kalori dan protein lebih tinggi dibandingkan pada saat periode perkembangan pascanatal. Nafsu makan anak akan berfluktuasi sebagai respon terhadap keberagaman samapai pertumbuhan turbulen dimasa remja (Soetjiningsih, 2002).

## 3. Hubungan Interpersonal

Pada masa anak – anak, hubungan dengan orang terdekat memainkan peran penting dalam perkembangan, terutama dalam perkembangan emosi, intelektual dan keperibadian. Anak yang melakukan kontak dengan orang lain dapat memberikan pengaruh pada anak yang sedang berkembang. Tetapi dengan luasnya rentang kontak dapat menjadi pelajaran dalam perkembangan kepribadian sehat (Whalley dan Wong, 1998).

#### 4. Tingkat Sosial Ekonomi

Keluarga dengan tingkat perekonomian yang rendah mungkin akan kurang memiliki pengetahuan atau sumber daya yang diperlukan untuk memberikan lingkungan yang aman, menstimulasi dan kaya nutrisi untuk membantu perkembangan optimal anak. Pada anak yang sosial ekonominya rendah tidak mampu memenuhi nutrisi yang lengkap untuk anaknya sehingga dapat mempengaruhi proses perkembangan anak baik perkembangan psikososial dan perkembangan kognitif anak karena gizi yang masuk tidak memenuhi kebutuhan anak (Whalley dan Wong, 1998).

#### 5. Penyakit

Perubahan pertumbuhan dan perkembangan adalah salah satu manifestasi klinis dan sejumlah gangguan herediter, gangguan pertumbuhan pada anak – anak terlihat pada gangguan skeletal, seperti berbagai bentuk dwarfisme dan sedikitnya satu anomaly kromosom, gangguan pada pencernaan dan gangguan absorpsi nutrisi tubuh pada anak akan menyebabkan efek merugikan pada pertumbuhan dan perkembangan anak (Hidayat, 2005).

#### 6. Bahaya Lingkungan.

Agen berbahaya yang paling sering dikaitkan dengan resiko kesehatan adalah bahan kimia dan radiasi. Air dan udara serta makanan yang terkontaminasi dari berbagai sumber telah didokumentasikan dengan baik. Inhabitasi asap rokok



secara pasif oleh ana sangat berbahaya pada proses perkembangan anak (Riyadi dan Sukarmin, 2009).

#### 7. Stres Pada Masa Kanak – Kanak

Dari sudut pandang psikologis dan emosi pada intinya stres adalah ketidakseimbangan antara tuntutan lingkungan dan sumber koping individu yang mengandung ekulibrium individu tersebut. Pada anak tampak lebih rentan mengalami stres bila dibandingkan dengan yang lain. Respon terhadap stresor dapat berupa perilaku, psikologis, atau fisiologis. Dengan adanya stres tersebut maka akan terbentuknya strategi koping yang dapat melindungi dirinya menghadapi stress (Harjaningrum, 2007).

#### 8. Pengaruh Media Masa

Media dapat memperluas pengetahuan anak tentang dunia tempat mereka hidup dan berkontribusi untuk mempersempit perbedaan antar kelas. Namun media juga besar pengaruhnya terhadap perkembangan anak, karena anak masa kini terpicu seperti pada beberapa dekade lalu. Anak-anak masa ini lebih cenderung memilih media dan figur olah raga sebagai model peran ideal mereka, sedangkan di masa lalu anak lebih suka meniru orang tua atau walinya.

Menurut Chairinniza (2008), faktor penghambat penyelesaian tugas perkembangan yaitu tingkat perkembangan anak yang mundur, tidak mendapatkan kesempatan yang cukup, dan tidak mendapat bimbingan dan arahan yang tepat, tidak ada motivasi, kesehatan buruk, cacat tubuh, dan tingkat kecerdasan yang rendah.

## 9. Pola Asuh Orang Tua

Untuk membantu anak berhasil dalam kehidupannya kelak, orang tua perlu mencermati hal-hal yang mendasar yang dibutuhkan anak sebagai pondasi keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak bukan hanya pondasi. Tetapi, hal yang mendasar juga harus diperhatikan seperti konsep diri anak, sikap, rasa tanggung jawab, dan motivasi dalam diri yang tinggi (Chairniza, 2008).

### **2.1.6 Tugas Perkembangan Anak Usia Prasekolah**

#### 1. Perkembangan Fisik

Pada pertumbuhan masa prasekolah pada anak pertumbuhan fisiknya khususnya berat badan mengalami kenaikan pertahunnya rata-rata 2 kg, kelihatan kurus akan tetapi aktivitas motorik tinggi, dimana sistem tubuh sudah mencapai kematangan seperti berjalan, melompat, dan lain-lain. Pada pertumbuhan khususnya ukuran tinggi badan anak akan bertambah rata-rata 6,75-7,5 centi meter setiap tahunnya (Hidayat, 2005).

#### 2. Perkembangan Motorik

Perkembangan motorik meliputi perkembangan motorik kasar dan halus. Motorik halus adalah pengorganisasian penggunaan sekelompok otot - otot kecil seperti jari-jemari dan tangan yang sering menumbuhkan kecermatan dan koordinasi dengan tangan, keterampilan yang mencakup pemanfaatan menggunakan alat-alat untuk menggunakan suatu objek. Motorik kasar merupakan gerakan fisik yang membutuhkan keseimbangan dan koordinasi antar

anggota tubuh, dengan menggunakan otot-otot besar, sebagian atau seluruh anggota tubuh. Perkembangan motorik kasar adalah perkembangan gerak tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang di pengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri (Nursalam, 2007).

Keterampilan motorik kasar pada anak usia 3-6 tahun sudah dapat melompat dengan satu kaki, melompat dan berlari lebih lancar, mengembangkan kemampuan olah raga seperti meluncur dan berenang anak usia prasekolah dapat mengendarai sepeda roda 3, menaiki tangga dengan kaki bergantian berdiri satu kaki selama beberapa menit, melompat dengan satu kaki, menuruni tangga dengan kaki bergantian pada usia 4 tahun melompati tali, dan berdiri seimbang dengan satu kaki dan mata tertutup pada usia 5 tahun. Keterampilan motorik halus dapat merekatkan sepatu, dapat membuat jembatan dengan 3 balok, menggambar tanda silang, mengancingkan baju sendiri, makan sendiri, dapat makan dengan menggunakan sendok dan garpu, mengoleskan selai ke roti dengan menggunakan pisau, menuangkan air minum ke dalam gelas, mandi sendiri, menggunakan gayung saat mandi, dan dapat ke toilet sendiri, (Muscari, 2005).

Sedangkan menurut Hidayat (2005), perkembangan motorik kasar pada anak usia 3-4 tahun yaitu, anak dapat melompat, berjalan mundur, menendang bola. Sedangkan motorik halus anak sudah dapat mencoret-coret dengan satu tangan, mengambil pensil, belajar menghitung, dapat ke toilet sendiri, dapat mengontrol buang air besar dan buang air kecil, meletakkan gelas di atas meja, memasukkan kaki ke dalam sepatu. Pada usia 4-5 tahun perkembangan motorik kasar yang di capai adalah dapat menuruni tangga dengan cepat, seimbang

berjalan saat mundur, melempar dan menangkap bola, melambungkan bola. Sedangkan untuk perkembangan motorik halus anak sudah dapat mengikat sepatu sendiri, mengguting dengan cukup baik, mencuci tangan sendiri, dapat membersihkan area genital setelah buang air besar dan buang air kecil, dapat makan sendiri, membawakan gelas tanpa tumpah, mandi sendiri, memakai baju sendiri, mandi sendiri, membuka pakaian sendiri..

Anak dapat menggosok gigi pada usia 2 tahun hal ini dapat diajarkan sejak usia hal ini dilakukan untuk mengantisipasi kerusakan pada gigi, radang gusi, dan penyakit lainnya. Dengan cara selalu mengajarkan menggosok gigi ingatkan untuk anak menggosok minimal 2 kali dalam sehari terutama setelah makan dan sebelum tidur (Roper, 2002).

Anak sudah dapat ke toilet sendiri pada usia 2-3 tahun, anak mulai terbiasa pada usia 3-4 tahun untuk membersihkan kotoran setelah buang air besar dan buang air kecil dan tidak lupa untuk mencuci tangan setelah buang air besar dan buang air kecil (Iwang, 2008).

Usia 4-5 tahun anak mulai memegang peralatan makan dengan benar inilah saatnya belajar makan dengan memberikan sendok dan garpu yang tidak mudah pecah, anak mampu memasukan makanan dalam mulut meskipun masih berantakan. Anak usia 5 tahun mengikuti kebiasaan makan orang lain antara lain percakapan di meja makan, sikap di meja makan dan kemauan untuk mencoba makanan baru, mengambil makanan sendiri dari tempat saji ke tempat makannya, serta membantu menyiapkan dan membersihkan makanan (Muscari, 2005).

Menurut penelitian Gustina (2011), tentang pengaruh permainan modifikasi terhadap perkembangan motorik kasar dan motorik halus di TK Kartika. Dengan masing-masing responden sebanyak 20 orang, dengan cara peneliti memberikan permainan modifikasi. Maka, hasil dari penelitian didapatkan peningkatan perkembangan motorik kasar dan halus pada anak TK Kartika terhadap pemberian pembelajaran dengan menggunakan teknik permainan modifikasi.

Penelitian yang dilakukan Sundari (2009), yang meneliti hubungan status gizi mengenai perkembangan motorik kasar dan motorik halus pada anak usia 1–5 tahun di Play Group Traju Mas Purworejo. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara status gizi dengan perkembangan motorik kasar dan halus pada anak usia 1–5 tahun di Play Group Traju Mas Purworejo

### 3. Perkembangan Bahasa Anak Prasekolah

Perkembangan bahasa mampu menyebutkan hingga empat gambar, hingga empat warna, menyebutkan kegunaan benda, menghitung, menggunakan bunyi untuk mengidentifikasi objek, orang dan aktivitas, meniru berbagai bunyi kata, memahami arti larangan, berespon terhadap panggilan dan orang-orang anggota keluarga terdekat (Hidayat, 2005).

Rata-rata anak usia 3 tahun mengucapkan 900 kata, berbicara kalimat dengan 3-4 kata dan berbicara terus menerus. Rata-rata usia anak 4 tahun mengucapkan 1500 kata, mengatakan cerita yang lebih panjang, dan bernyanyi yang sederhana. Rata-rata usia 5 tahun dapat mengucapkan 2100, mengetahui 4

warna atau lebih dan dapat menamakan hari-hari dalam 1 minggu dan bulan (Muscari, 2005).

#### 4. Perkembangan Adaptasi Sosial

Perkembangan adaptasi sosial dapat bermain dengan permainan sederhana. Menangis jika di marahi, membuat permainan sederhana, membuat permintaan sederhana dengan gaya tubuh, menunjukkan peningkatan kecemasan terhadap perpisahan, mengenali anggota keluarga (Hidayat, 2005).

### **2.1 Aktivitas Sehari-hari**

#### **2.2.1 Pengertian Aktivitas Sehari-hari**

Menurut Fricke (2012), aktivitas sehari – hari adalah aktivitas sehari – hari yang biasa dilakukan untuk memenuhi kebutuhan dan tuntutan hidup sehari – hari. Aktivitas sehari-hari adalah melakukan kegiatan pekerjaan rutin sehari– hari. Aktivitas dasar sehari-hari merupakan aktivitas pokok bagi perawatan diri meliputi kegiatan ke toilet, makan, berpakaian, berdandan, mandi, dan berpindah tempat (Hardiywinoto dan Setiabudi, 2005).

Sedangkan menurut Brunner dan Suddarth (2000), Aktivitas sehari-hari adalah keterampilan dasar dan tugas okupasional yang harus dimiliki seseorang untuk merawat dirinya secara mandiri yang dikerjakan seseorang terhadap dirinya dengan tujuan untuk memenuhi atau berhubungan perannya sebagai pribadi dalam keluarga dan masyarakat. Istilah Aktifitas sehari-hari mencakup perawatan diri seperti (berpakaian, makan dan minum, toileting, mandi berhias, juga menyiapkan makanan, mengelola uang) dan mobilitas seperti berguling ketempat tidur, bangun

dan duduk, tranfer atau bergeser dari tempat tidur ke kursi atau dari satu tempat ke tempat lain.

Aktivitas sehari-hari adalah keterampilan dasar dan tugas okupasional yang harus dimiliki seseorang untuk merawat dirinya secara mandiri yang dikerjakan seseorang terhadap dirinya dengan tujuan untuk memenuhi atau berhubungan perannya sebagai pribadi dalam keluarga dan masyarakat. Istilah Aktifitas sehari-hari mencakup perawatan diri seperti (berpakaian, makan dan minum, toileting, mandi berhias, juga menyiapkan makanan, mengelola uang) dan mobilitas seperti berguling ketempat tidur, bangun dan duduk, tranfer atau bergeser dari tempat tidur ke kursi atau dari satu tempat ke tempat lain (Sugiarto, 2005).

Aktifitas sehari-hari pada anak usia prasekolah umur 4-5 tahun dalam melakukan personal dalam melakukan kebersihan diri seperti mandi, berpakaian, bersisir, dan membersihkan area premium umumnya kulit dibersihkan dengan cara mandi agar kulit tidak kering pada saat mandi hendaknya memilih sabun dan shampo dengan produk yang tidak menimbulkan rasa perih, membiasakan anak untuk mandi 2 kali sehari setelah beraktifitas pada usia 3-4 tahun anak sudah dapat diajari memakai sabun dan shampo keseluruhan area tubuh seperti lipatan kulit dan sela-sela jari ketiak dan telinga tetapi dalam pengawasan orang tua, untuk kebersihan rambut cuci 1-2 kali seminggu dengan memakai shampo yang cocok sambil pijat-pijat kulit kepala pada saat mencuci rambut, anak usia 4-5 tahun ini biasanya akan mengikuti kebiasaan orang tua pada saat sehabis mandi menggunakan sisir untuk merapikan rambut walaupun belum sempurna untuk kebersihan perineum ajarkan anak untuk

mebersihkan area genital dan mencuci tangan, setiap selesai buang air besar dan buang air kecil dan ajarkan anak untuk mencuci tangan (Roper, 2002).

Keterampilan makan sendiri mulai dipelajari anak sejak usia 6-9 bulan, yaitu dengan memegang atau menggenggam makanan padat yang jika dimakan akan menjadi lunak di mulut (*finger food*). Finger food menjadi tonggak berkembangnya keterampilan makan sendiri bagi anak. Makan sendiri bisa diajarkan dengan cara yang menyenangkan. Aktivitas ini cukup mudah bagi anak, terutama untuk mengeksplorasi indera dari pengalamannya dalam merasakan sifat makanan yang mudah hancur, tekstur yang kasar, basah, atau licin dengan mengajarkan anak terbiasa untuk makan sendiri maka usia 4-5 tahun anak sudah dapat melakukannya sendiri (Tarwono, 2006).

Psikologi anak pada hari pertama masuk sekolah biasanya tidak menyenangkan psikologi anak takut dengan sekolahnya bukan hanya dirasakan pada anak yang baru masuk sekolah saja, secara umum anak usia 5-6 tahun sudah bisa diajarkan pergi sekolah secara mandiri (Chairinniza, 2008).

### **2.2.2 Macam-macam Aktivitas**

Aktivitas dasar sehari-hari perawatan dasar yang berhubungan dengan kemampuan yang biasa dilakukan individu mulai dari masa kanak-kanak awal (Kernisan, 2012).

#### **1. Aktivitas Dasar Sehari-Hari**

Aktivitas dasar sehari-hari sering disebut juga aktivitas sehari-hari saja, yaitu keterampilan dasar yang harus dimiliki seseorang untuk merawat dirinya meliputi



kegiatan berpakaian, makan dan minum, toileting, mandi dan berhias. Ada juga yang melakukan kontinensi buang air besar dan buang air kecil. Dalam katagori kepustakaan lain juga disertakan kemampuan mobilitas.

## 2. Aktivitas Sehari-hari Instrumental

Aktivitas sehari-hari instrumental yaitu aktivitas yang berhubungan dengan penggunaan alat bantu atau benda penunjang kehidupan sehari-hari seperti menyiapkan makanan, menggunakan telepon, menulis, mengetik, mengelola uang kertas, berbelanja, manajemen penataan rumah.

### **2.2.3.Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Aktivitas Sehari-Hari**

Faktor-faktor yang mempengaruhi kemauan dan kemampuan untuk melaksanakan aktifitas sehari-hari pada adalah sebagai berikut (Potter dan Perry, 2006):

#### 1. Faktor-faktor dari dalam diri sendiri

##### a. Kesehatan fisiologis

Kesehatan fisiologis seseorang dapat mempengaruhi kemampuan partisipasi dalam aktifitas sehari-hari, sebagai contoh sistem nervous mengumpulkan dan menghantarkan, dan mengelola informasi dari lingkungan. Sistem muskuluskeletal mengkoordinasikan dengan sistem nervous sehingga seseorang dapat merespon sensori yang masuk dengan cara melakukan gerakan.

##### b. Fungsi kognitif

Kognitif adalah kemampuan berfikir dan memberi rasional, termasuk proses mengingat, menilai, orientasi, persepsi dan memperhatikan. Tingkat fungsi kognitif dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam melakukan aktifitas

sehari-hari. Fungsi kognitif menunjukkan proses menerima, mengorganisasikan dan menginterpretasikan sensor stimulus untuk berfikir dan menyelesaikan masalah. Proses mental memberikan kontribusi pada fungsi kognitif yang meliputi perhatian memori, dan kecerdasan. Gangguan pada aspek-aspek dari fungsi kognitif dapat mengganggu dalam berfikir logis dan menghambat kemandirian dalam melaksanakan aktifitas sehari-hari (Hidayat, 2005).

#### d. Fungsi psikologis

Fungsi psikologis menunjukkan kemampuan seseorang untuk mengingat sesuatu hal yang lalu dan menampilkan informasi pada suatu cara yang realistik. Proses ini meliputi interaksi yang kompleks antara perilaku interpersonal dan interpersonal. Kebutuhan psikologis berhubungan dengan kehidupan emosional seseorang. Meskipun seseorang sudah terpenuhi kebutuhan materialnya, tetapi bila kebutuhan psikologisnya tidak terpenuhi, maka dapat mengakibatkan dirinya merasa tidak senang dengan kehidupannya, sehingga kebutuhan psikologi harus terpenuhi agar kehidupan emosionalnya menjadi stabil (Hidayat, 2005).

#### e. Tingkat stres

Stres merupakan respon fisik non spesifik terhadap berbagai macam kebutuhan. Faktor yang menyebabkan stres disebut stressor, dapat timbul dari tubuh atau lingkungan dan dapat mengganggu keseimbangan tubuh. Stres dibutuhkan dalam pertumbuhan dan perkembangan. Stres dapat mempunyai efek negatif atau positif pada kemampuan seseorang memenuhi aktifitas sehari-hari (Potter dan Perry, 2006).

## 2. Faktor-faktor dari luar meliputi :

### a. Lingkungan keluarga

Sifat dari perubahan sosial yang mengikuti kehilangan orang yang dicintai tergantung pada jenis hubungan dan definisi peran sosial dalam suatu hubungan keluarga. Selain rasa sakit psikologi mendalam, seseorang yang berduka harus sering belajar keterampilan dan peran baru untuk mengelola tugas hidup yang baru, dengan perubahan sosial ini terjadi pada saat penarikan, kurangnya minat kegiatan, tindakan yang sangat sulit. Sosialisasi dan pola interaksi juga berubah. Tetapi bagi orang lain yang memiliki dukungan keluarga yang kuat dan mapan, pola interaksi independent maka proses perasaan kehilangan atau kesepian akan terjadi lebih cepat, sehingga seseorang tersebut lebih mudah untuk mengurangi rasa kehilangan dan kesepian (Lueckenotte, 2000).

### b. Ritme biologi

Waktu ritme biologi dikenal sebagai irama biologi, yang mempengaruhi fungsi hidup manusia. Irama biologi membantu makhluk hidup mengatur lingkungan fisik disekitarnya. Beberapa faktor yang ikut berperan pada irama sakardia diantaranya faktor lingkungan seperti hari terang dan gelap. Serta cuaca yang mempengaruhi aktifitas sehar-hari.

## **2.2.4 Faktor–faktor Yang Mempengaruhi Kemandirian Anak Melakukan Aktivitas Sehari-hari**

### **1. Pola Asuh Orang tua**

Menurut Chairinniza Graha (2008), kemandirian anak prasekolah dalam melakukan aktivitas sehari–harinya dapat di lihat dari pola asuh orang tua terhadap anak. Keteraturan dalam diri anak terbentuk dari adanya kebiasaan yang dilakukan sehari–hari. Pada awalnya anak–anak belum tau bagaimana kegiatan rutin yang harus mereka lakukan sehari–hari. Dengan bantuan orang tua selalu mengarahkan anak dan mengontrol kebiasaan anak, maka anak terbiasa melakukan aktivitas sehari – hari yang di contohkan orang tua.

Salah satu kegiatan rutin yang biasa di lakukan anak adalah aktivitas belajar, bermain, serta memperkenalkan aktivitas rutin yang mereka lakukan, seperti setelah belajar membersihkan alat–alat tulis, atau buku–buku, menjelaskan agar merawat dan menjaganya agar tidak rusak, mengajarkan agar tidak buang air kecil dan air besar sembarangan, menjaga kebersihan, gosok gigi sebelum tidur, mengajarkan cara berpakaian, tata cara makan dan minum, serta mengajarkan anak kapan saatnya bermain dan istirahat. Dengan mengembangkan keteraturan pada anak, anak akan terbiasa dengan kebiasaan yang di terapkan orang tua, sehingga anak memiliki rasa tanggung jawab terhadap tugasnya dan sadar akan manfaatnya (Chairinniza, 2008).

Bedasarkan hasil penelitian Nurfiana (2012), yang dilakukan di TK Aisyiyah untuk melihat hubungan pola asuh dengan kemandirian anak usia prasekolah dengan sampel penelitian 50 ibu yang mempunyai anak prasekolah di

dapatkan orang tua yang menetapkan pola asuh otoriter sebanyak 19 sampel, 12 sampel tidak memiliki kemandirian. Dan 7 sampel yang memiliki orang tua demokratis, 7 sampel tidak memiliki kemandirian dalam kebersihan perorangan, 24 sampel memiliki kemandirian. Hasil uji Chi Square ( $\chi^2$ ) pada tingkat kepercayaan 95% menunjukkan adanya hubungan pola asuh orang tua terhadap kemandirian anak. Pola asuh orang tua secara demokratis ternyata mampu meningkatkan kemandirian pada anak.

## 2. Ibu Yang Bekerja

Ibu yang bekerja merupakan peran sebagai akibat pergeseran nilai. Dahulu ibu hanya berperan fokus pada anak, sedikit sekali ibu yang bekerja tapi sekarang ibu mempunyai peran ganda sebagai pengasuh dan pendidik anak. Baik di desa maupun di kota makin banyak wanita yang bekerja sehingga keluarga yang bersangkutan membutuhkan ibu pengganti bagi anaknya. Seringkali nenek atau keluarga dekat lain dapat menggantikan peran ibu mengasuh anak, tetapi bila tidak ada keluarga tersebut maka biasanya anak dipercayakan pada pembantu. Peran pembantu sebagai pengganti ibu cukup penting, mereka ikut mendidik anak dengan cara mereka sendiri sehingga dapat terjadi hal yang negative karena pembantu pada umumnya tidak berpendidikan tinggi dan mengasuh anak dengan pola asuh yang pernah mereka terima dari orang tuanya sendiri, akibat dari pola asuh orang tua digantikan dengan pengasuh terkadang anak menjadi lebih manja dalam melakukan segala aktivitasnya dan kurang rasa tanggung jawab pada diri anak tersebut (Supartini, 2004).

## 3. Pendidikan Orang tua

Pendidikan orang tua sangat berpengaruh terhadap gaya pengasuhan yang diterapkan seperti yang diungkapkan oleh Wong dalam Supartini (2004), menunjukkan bahwa dengan tingkat pendidikan yang semakin tinggi, pengalaman orang tua mengenai pengasuhan anak semakin bertambah, sehingga menjalani mempengaruhi kesiapan orang tua dalam mengasuh anak, dengan adanya kesiapan orang tua nantinya anak akan memiliki moral yang baik, sikap sosial yang lebih tinggi, kemandirian yang baik, serta tanggung jawab yang tinggi (Supartini, 2004).