



Implementasi Pembiasaan Program 3M (Mencuci Tangan, Memakai Masker, Menjaga Jarak) Anak Usia Dini 5-6 Tahun Pada Masa Pandemi Di PAUD Kemala Bhayangkari Kota Ternate

Nadila M Taher¹, Umikalsum Arfa², Rita Samad³, Winda Oktaviani³

Universitas Khairun Ternate

Jl. Bandara Babullah Kampus 1 Unkhair, Kelurahan Akehuda Kota Ternate Kode Pos 97728

Email: nadilamunawar@gmail.com

Abstrak: Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pembiasaan 3M (mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak) anak usia dini disalah satu sekolah PAUD di Ternate. Dengan metode penelitian kualitatif deskriptif, subjek dalam penelitian ini berjumlah 10 orang tua, 3 guru dan 10 siswa kelas B, teknik dalam pengumpulan yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, dan verifikasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses penerapan pembiasaan dilakukan yaitu. 1) Pemberian teladan yaitu proses penerapan pembiasaan 3M (mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak) yang dilakukan sesuai dengan anjuran pemerintah dengan protokol kesehatan yang ditetapkan 2) kegiatan spontan yaitu yang dilakukan anak, terkait penerapan 3M anak merespon dan menerima dengan baik, mereka dengan cepat sekali menyesuaikan karena sudah dibiasakan orang tua dari rumah. 3) Kegiatan rutin terkait proses penerapan disekolah masih dilakukan sesuai protokol kesehatan dan anjuran pemerintah. Seperti memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak hal ini sudah diterapkan disekolah sampai saat ini.

Kata kunci: Anak Usia Dini, Pandemi Covid-19, Pembiasaan 3M

Abstract: The purpose of this study was to find out 3M habituation (washing hands, wearing masks, keeping a distance) for early childhood in an early childhood education school in Ternate. With descriptive qualitative research methods, the subjects in this study were 10 parents, 3 teachers and 10 B grade students, the techniques for collecting were interviews, observation, and documentation. Analysis uses data reduction, data presentation, and verification. The results showed that the process of applying habituation was carried out, namely. 1) Giving examples, namely the process of applying 3M habits (washing hands, wearing masks, maintaining distance) which is carried out in accordance with government recommendations with established health protocols 2) Spontaneous activities that are carried out by children, related to the application of 3M, children respond and accept well, they very quickly adjust because parents have been accustomed to it from home. 3) Routine activities related to the implementation process in schools are still carried out according to health protocols and government recommendations. Such as wearing masks, washing hands and keeping a distance these have been implemented in schools to date.

Keywords: Early Childhood, Covid-19 Pandemic, 3M Habituation

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan hal yang sangat mendasar bagi kehidupan manusia, salah satunya adalah pendidikan anak usia dini. PAUD merupakan pendidikan pertama dan utama dalam kehidupan anak. Pada masa ini anak-anak mendapatkan segala sesuatu yang dapat merangsang perkembangan anak selanjutnya. Usia dini merupakan saat yang paling tepat untuk memberikan stimulasi dan rangsangan yang baik untuk perkembangan anak. Usia dini merupakan masa yang sangat penting bagi

anak untuk mendapatkan perkembangan yang tepat, pemberian stimulasi oleh lingkungan sekitar anak sangat berpengaruh besar untuk kehidupan masa depannya.

Pada usia tersebut perkembangan otak pada anak sedang sangat optimal, sehingga anak usia dini perlu memiliki pendidikan yang dikhususkan untuk membantu anak. Anak usia dini berbeda dengan orang dewasa, pola pikirnya ditunjukkan lewat ekspresi dan tingkah lakunya. Ketajaman daya pikir dimunculkan dalam diri anak menunjukkan bahwa anak usia dini mempunyai potensi untuk dibina, dibentuk maupun diberikan suatu pembelajaran atau pendidikan yang dapat mengoptimalkan seluruh potensinya dan dapat melekat pada kehidupan selanjutnya.

Orang tua dan guru diharapkan dapat memberikan stimulus kepada anak dengan baik dan tepat sesuai dengan usianya agar bisa bermanfaat untuk masa depan. Salah satunya yaitu pendidikan nilai moral yang harus ditanamkan pada anak sejak dini seperti kemandirian. Hal ini penting untuk menjadi prioritas karena pada tahapan usia ini anak berada dalam masa keemasan dimana anak sudah mulai mengembangkan berbagai kemampuan dan keterampilan dalam mengurus dirinya sendiri.

Kemandirian anak usia dini mengacu pada kemampuan mereka untuk melakukan aktivitas atau tugas sehari-harinya sendiri atau dengan bantuan yang sangat sedikit sesuai dengan tahap perkembangan atau kapasitasnya dan harus dikenalkan sejak usia dini. Karakter mandiri pada anak usia dini merupakan usaha yang dilakukan anak untuk mengembangkan nilai moral dan kepribadian anak khususnya dalam kemampuan menjalankan tugas dan aktivitas sesuai kebutuhan dan tahapan usianya.

Problematika yang sedang dihadapi pada tahun 2019 hingga 2021 ini merupakan suatu masalah yang sangat serius dan memberikan efek perubahan tatanan kehidupan bagi orang-orang seluruh dunia. Penyebaran virus yang sangat cepat menyerang. Negara-negara di dunia tak terkecuali dengan Indonesia yang juga menghadapi masalah ini, Coronavirus Disease 2019 atau covid-19 telah menginfeksi jutaan orang dilebih dari 200 negara di dunia. Masalah utama pada penyebaran covid-19 ini di antara anak-anak memiliki tingkat penularan yang tinggi, status pembawa virus adalah orang yang sehat sehingga tidak terlihat oleh mata apakah anak tersebut sudah terjangkit virus atau belum (menyebabkan peningkatan potensi penularan), dan kurangnya pengetahuan yang orang tua miliki tentang penyakit tersebut.

Mengingat betapa ganas dan cepatnya penularan virus ini, maka pemerintah menginstruksikan semua elemen lembaga pendidikan untuk tetap melaksanakan proses pembelajaran dan kegiatan yang ada di sekolah menjadi daring. Akibat penyebaran Corona virus Disease 2019 yang begitu cepat dan berbahaya bagi anak-anak yang belum bisa menggunakan masker secara terus menerus ini mengharuskan semua aktivitas dipusatkan di rumah.

Tantangan yang dihadapi oleh orangtua adalah dapat mendampingi anak belajar dari rumah, dengan metode pembelajaran yang diberikan secara daring ini menuntut anak untuk melakukan semua kegiatan pembelajaran sekolah secara mandiri yang dilaksanakan di rumah. Tidak hanya itu, orang tua juga harus dapat menstimulasi perkembangan anak di dalam rumah. Ketidaktegasan orangtua juga

berpengaruh karena orangtua cenderung menuruti semua permintaan anak ketika sedang berada di rumah. Untuk tidak menuruti keinginan anak yang perkembangan mandirinya belum terstimulasi dengan baik di rumah. Hal di atas tentu menimbulkan banyak problematik khususnya pelaksanaan stimulasi perkembangan bagi anak usia dini dan orangtua di rumah.

Walau problematika banyak terjadi dikalangan orangtua ini, mau tidak mau orang tua juga untuk memberikan jalan keluar atau pemberian solusi dengan keadaan yang belum kondusif untuk pembelajaran anak di luar rumah. Orangtua pun berperan penting dalam peningkatan perkembangan anak pada masa-masa pandemi ini yang membuat semua aktivitas anak lebih banyak dilakukan di rumah bersama orang tuanya. Hal ini terbukti dari pembiasaan yang dilakukan secara positif dan membiasakan anak bertanggung jawab, sehingga dengan kebiasaan tersebut menjadi suatu kebiasaan yang sulit ditinggalkan dan dapat menjadikan anak mandiri. Dari penelitian tersebut orangtua dan guru berperan penting dalam kemandirian anak. Dari kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan dalam lingkungan keluarga menjadi sebuah kebiasaan pula bagi anak. Karena anak melihat dan meniru dari kegiatan yang dilakukan oleh orangtua di rumah dan guru disekolah.

Beberapa upaya untuk mendorong tumbuhnya kemandirian anak sejak dini ini menyarankan agar orang tua, guru dan lingkungan sekitarnya perlu memberikan gambaran yang bisa membentuk perilaku mandiri anak dengan sesuai dengan perkembangan. Salah satu pembelajaran untuk mengembangkan keterampilan sikap mandiri anak dengan aktivitas yang sering anak lakukan secara langsung adalah kegiatan rutin di rumah. Perkembangan kemandirian yang terjadi pada anak usia 5-6 tahun, kemampuannya sudah sampai pada tahap mampu mengerjakan tugas yang menjadi tanggung jawabnya sendiri seperti membersihkan, dan membereskan tempat bermain, menaati aturan kelas, mampu mengatur diri sendiri, dan bertanggung jawab atas perilakunya.

Dalam masa pandemi Covid-19 hal ini menjadi sebuah dampak yang dapat mempengaruhi anak-anak kemungkinan adalah keterlambatan presentasi penyakit pada masa kanak-kanak. Penyebaran Covid-19 yang begitu cepat dan berbahaya bagi anak-anak yang belum bisa menggunakan masker, mencuci tangan sendiri dan terbiasa untuk menjaga jarak. Mengingat berbahayanya virus ini serta penularan yang begitu cepat maka situasi pandemi di Kota Ternate dilihat telah berjalan selama 5 bulan membuat masyarakat Kota Ternate dan ruang lingkup untuk bergerak di segala bidang itu dibatasi dengan aturan yang telah ditetapkan pemerintah dan tetap mengikuti protokol kesehatan 3M (memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak).

Untuk penerapan 3M di sekolah PAUD Kemala Bhayangkari mereka melakukannya sesuai anjuran dari pemerintah dan yang terpenting mereka selalu menjaga kebersihan lingkungan, kebersihan diri, menjaga jarak serta dianjurkan kepada setiap siswa ketika keluar harus memakai masker dan keluar jika ada kepentingan yang penting, mereka selalu di bawah pengawasan guru dan orang tua yang berperan penting sebagai seorang pendidik dan motivator, lebih jelas dalam penerapan protokol kesehatan 3M, adapun waktu belajar anak usia dini juga dibatasi sesuai aturan yang ditetapkan oleh pemerintah.

Dalam situasi pandemi Covid-19 di Kota Ternate banyak menyebabkan problematika pada anak usia dini salah satunya adalah cara mencuci tangan, memakai masker, dan menjaga jarak. Dari hasil observasi dan hasil wawancara penulis, dimana anak yang sudah bisa melakukan sendiri karena adanya pembiasaan dari guru dan orangtua namun, sebagian besar anak belum tahu cara cuci tangan, memakai masker, dan menjaga jarak dengan benar, tapi anak-anak sangat antusias dalam menerapkan 3M.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Implementasi Pembiasaan Program 3M (Mencuci Tangan, Memakai masker, Dan Menjaga jarak) Anak Usia Dini 5-6 Tahun Pada Masa Pandemi Tahun Di PAUD Kemala Bhayangkari Kota Ternate".

B. Landasan Teori

1. Pengertian Corona Virus

Menurut Yurianto et all (2020) Corona virus adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat, ada setidaknya dua jenis corona virus yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat Coronavirus Diseases 2019 (COVID19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk, dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5- 6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari. Pada tanggal 30 Januari 2020 WHO telah menetapkan sebagai kedaruratan kesehatan masyarakat yang meresahkan dunia. Pada tanggal 2 Maret 2020, Indonesia melaporkan kasus konfirmasi COVID-19 sebanyak 2 kasus. Sampai dengan tanggal 16 Maret 2020 ada 10 orang yang dinyatakan positif corona. (Yurianto et all, 2020).

Gejala dan penyebaran covid-19 Menurut Yang Liu Li & Zhao (2020) penyebaran penyakit ini adalah melalui tetesan (droplet) pernapasan yang dikeluarkan oleh seseorang yang batuk. Risiko terkena COVID-19 dari seseorang yang tanpa memiliki gejala sama sekali sangat rendah. Namun demikian, banyak orang yang positif COVID-19 tetapi hanya mengalami gejala ringan. Hal ini terutama terjadi pada tahap awal penyakit. Karena itu sangat dimungkinkan untuk terdampak COVID-19 dari seseorang yang, misalnya, hanya batuk ringan dan tidak merasa sakit. Sampai saat ini belum diketahui dengan pasti berapa lama Virus COVID-19 mampu bertahan di permukaan suatu benda, meskipun studi awal menunjukkan bahwa Virus COVID-19 dapat bertahan hingga beberapa jam, tergantung jenis permukaan, suhu, atau kelembapan lingkungan. Namun disinfektan sederhana dapat membunuh virus tersebut sehingga tidak mungkin menginfeksi orang lagi. Membiasakan cuci tangan dengan air dan sabun, atau hand-rub berbasis alkohol, serta hindari menyentuh mata, mulut atau hidung (segitiga wajah) lebih efektif melindungi diri. Pada anak-anak, COVID-19 hanya menunjukkan gejala infeksi virus musiman seperti flu, batuk, dan demam sehingga sering diabaikan oleh orangtua. Padahal, gejala tersebut merupakan ancaman dalam lingkup sosial yang paling kecil dalam penyebaran. Jika infeksi terhadap anak-anak sudah terjadi, maka akan menjadi pembuka jalan paparan virus bagi lingkup komunitas yang lebih luas.

Banyak Negara telah melakukan dan memperkenalkan cara pencegahan penyebaran COVID-19 dengan mengikuti petunjuk WHO dan mencuci tangan menjadi hal yang paling banyak dilakukan sebagai wujud tindakan pencegahan dini. Karena selain sederhana, mencuci tangan juga dinilai sangat efisien jika dilakukan dengan benar serta dapat mencegah penyebaran Covid-19.

Kemendes RI (2020) menyatakan bahwa memakai masker, cuci tangan, dan menjaga jarak adalah tiga protokol kesehatan untuk menghindari penyebaran COVID-19 yaitu disingkat sebagai gerakan 3M. Pada masa pandemi ini penerapan pola perilaku hidup bersih dan sehat sangatlah di perlukan, mengingat pentingnya hal tersebut perlunya mematuhi protokol kesehatan dengan menerapkan perilaku 3M.

a. Panduan Memakai Masker

- 1) Semua orang harus memakai masker, terutama jika di luar rumah.
- 2) Sebelum memakai masker, cuci tangan pakai sabun dan air mengalir (minimal 20 detik).
- 3) Bila tidak tersedia air, gunakan cairan pembersih tangan (minimal alkohol 60%).
- 4) Pasang masker untuk menutupi mulut dan hidung.
- 5) Pastikan tidak ada sela antara wajah dan masker.
- 6) Hindari menyentuh masker saat digunakan.
- 7) Bila menyentuh masker, cuci tangan pakai sabun dan air mengalir minimal 20 detik, atau bila tidak ada, gunakan cairan pembersih tangan (minimal alkohol 60%).
- 8) Jangan sentuh atau buka-tutup masker saat digunakan.
- 9) Ganti masker yang basah atau lembab dengan masker baru.
- 10) Masker medis hanya boleh digunakan satu kali saja.
- 11) Buang segera masker 1x pakai di tempat sampah tertutup atau kantong plastik usai dipakai.
- 12) Masker kain 3 lapis dapat dipakai berulang, tapi harus dicuci dengan deterjen usai dipakai.
- 13) Saat membuka masker: lepaskan dari tali belakang dan jangan sentuh bagian depan masker.
- 14) Cuci tangan setelah menyentuh atau membuang masker.
- 15) Perlu di ingat, penggunaan masker yang keliru justru meningkatkan risiko penularan.

b. Panduan Mencuci Tangan

- 1) Basahi tangan dengan air mengalir.
- 2) Sabuni tangan.
- 3) Gosok semua permukaan tangan, termasuk telapak dan punggung tangan, sela-sela jari dan kuku, selama minimal 20 detik.
- 4) Bilas tangan sampai bersih dengan air mengalir.
- 5) Keringkan tangan dengan kain bersih atau tisu pengering tangan yang harus dibuang ke tempat sampah segera setelah digunakan.

- 6) Sering cuci tangan pakai sabun, terutama sebelum makan, usai batuk atau bersin, sebelum menyiapkan makanan, dan setelah ke kamar mandi.
 - 7) Biasakan mencuci tangan pakai sabun setelah dari luar rumah atau sebelum masuk sekolah dan tempat lain.
 - 8) Bila sabun dan air mengalir tidak ada, gunakan cairan pembersih tangan berbahan alcohol (minimal 60%).
- c. Panduan Menjaga Jarak
- 1) Selalu menjaga jarak lebih dari 1 meter dengan orang lain.
 - 2) Tetap berada di rumah sesuai panduan pemerintah, kecuali ada keperluan mendesak.
 - 3) Bekerja, belajar dan beribadah di rumah.
 - 4) Keluar hanya untuk belanja hal penting atau pengobatan, itu pun seminimal mungkin.
 - 5) Gunakan masker saat di luar rumah.
 - 6) Sebisa mungkin hindari penggunaan kendaraan umum.
 - 7) Tunda atau batalkan acara berkumpul bareng keluarga besar atau teman.
 - 8) Komunikasi tatap muka bisa dilakukan via telepon, internet, media sosial, dan aplikasi.
 - 9) Tunda atau batalkan acara pertemuan, konser musik, pertandingan olahraga, kegiatan keagamaan, dan kegiatan lain yang mengundang orang banyak.
 - 10) Gunakan telepon atau layanan online untuk menghubungi dokter dan fasilitas lain.
 - 11) Kalau mengalami demam, merasa lelah dan batuk kering, lakukan isolasi diri.
 - 12) Semua orang harus melakukan physical distancing untuk mencegah penularan COVID-19.
 - 13) Jaga jarak harus lebih ketat jika untuk melindungi orang yang berisiko.
 - 14) Orang yang berisiko, yaitu: berusia 60 tahun lebih atau memiliki penyakit seperti sakit jantung, tekanan darah tinggi, asma dan paru, ibu hamil.
- d. Manfaat 3M

Penerapan protokol kesehatan untuk mencegah penyebaran covid dengan melakukan 3M memiliki manfaat tersendiri, penggunaan masker manfaatnya adalah mencegah pemakai yang terinfeksi menyebarkan virus kepada orang lain atau memberikan perlindungan kepada pemakai yang sehat terhadap infeksi mengevaluasi dampak (positif, netral, atau negatif) penggunaan masker di masyarakat umum termasuk dari sudut pandang ilmu perilaku dan sosial.

Cuci tangan adalah proses membuang kotoran dan debu secara mekanis dari kulit kedua belah tangan dengan memakai sabun dan air untuk menghilangkan kotoran dan debu secara mekanis dari permukaan kulit dan mengurangi jumlah mikroorganisme pada dasarnya air untuk cuci tangan hendaknya air yang mengalir penggunaan sabun hendaknya mengenai seluruh

tangan dan diperlukan waktu agar kontak kulit dan sabun dapat terjadi. (Dahlan A.K & Umrah, 2013)

Dr. Fadhli Rizal Makarim menyatakan bahwa manfaat cuci tangan untuk mencegah beragam penyakit, membunuh kuman, lebih efektif daripada *Hand Sanitizer*.

2. Pengertian pembiasaan

Purwanto (2016) menyatakan bahwa pembiasaan dilakukan agar anak-anak terbiasa melakukan sesuatu hal dengan tertib dan teratur sejak dini. Pembiasaan adalah salah satu langkah dalam proses menanamkan disiplin terutama bagi anak-anak yang masih kecil.

Depdiknas (2007) menyatakan dalam pembiasaan (*Habituation*) merupakan proses pembentukan sikap dan perilaku yang relatif menetap dan bersifat otomatis melalui proses pembelajaran yang berulang-ulang. Untuk menanamkan pembiasaan terhadap anak usia dini, yaitu usia 4-6 tahun dapat dilaksanakan secara rutin, spontan dan terprogram.

Dari kedua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembiasaan merupakan proses bersikap ataupun berperilaku yang dilakukan secara berulang-ulang dengan tertib dan teratur. Perkembangan perilaku, budi pekerti (moral) pada seorang anak merupakan perilaku yang dikembangkan lewat pendidikan dan pembiasaan. Seseorang dikatakan membiasakan aspek budi pekerti (moral) bilamana ia telah menginternalisasi atau telah mempelajari aturan-aturan atau kaidah-kaidah dari kehidupan dilingkungannya, dan bisa memperlihatkan dalam kebiasaan sehari-hari (perilaku yang terus menerus dan bersifat menetap).

Pembiasaan dapat diartikan sebagai sebuah metode dalam pendidikan berupa proses pengulangan, seperti contoh guru setiap masuk kelas mengucapkan salam. Metode pembiasaan sebagai bentuk pendidikan yang dilakukan secara bertahap dan menjadikan pembiasaan itu sebagai teknik pendidikan yang dilakukan dengan membiasakan sifat-sifat baik sebagai rutinitas. Hasil yang dilakukan dari pembiasaan adalah terciptanya suatu kebiasaan anak didiknya.

a. Bentuk-bentuk pembiasaan

1) Kegiatan rutin

Kegiatan yang dilakukan oleh sekolah setiap hari, misalnya berbaris, berdoa, tadarus, zikir dan sebagainya.

2) Kegiatan spontan

Kegiatan yang dilakukan secara spontan, misalnya meminta tolong dengan baik, menawarkan bantuan dengan baik, menjenguk teman yang sedang sakit.

3) Pemberian teladan

Kegiatan yang dilakukan dengan memberi teladan/ccontoh yang baik kepada peserta didik, misalnya budaya hidup bersih, disiplin, sopan santun dalam berperilaku dan berkata.

4) Kegiatan terprogram

Kegiatan yang dilaksanakan secara bertahap sesuai jadwal yang telah ditentukan. Kegiatan ini meliputi kegiatan yang terprogram dalam kegiatan

pembelajaran, misalnya sholat dhuha berjamaah, sholat dhuhur berjamaah, dan sebagainya.

Pembiasaan hendaknya dimulai sejak awal sebelum terlambat, artinya pembiasaan harus segera dilaksanakan sebelum anak mempunyai kebiasaan yang bertentangan dengan ajaran agama islam.

Pembiasaan itu hendaknya dilakukan secara terus menerus (berulang-ulang) dijalankan secara teratur sehingga akhirnya menjadi suatu kebiasaan yang otomatis atau menjadi bagian dari karakter anak.

3. Pengertian kemandirian anak usia dini

Kemandirian (autonomi) harus melalui pengenalan kepada anak sejak dini mungkin. Dengan menamakan kemandirian akan menghindarkan anak dari sifat ketergantungan pada orang lain, dan yang terpenting dalam menumbuhkan keberanian anak dilakukan dengan memberikan motivasi pada anak untuk terus mengetahui pengetahuan-pengetahuan baru melalui pengawasan orang tua.

Syamsu Yusuf (2008) menyatakan bahwa kemandirian merupakan karakteristik dari kepribadian yang sehat (healthy personality) kemandirian individu tercermin dari cara berpikir dan bertindak, mampu mengambil keputusan, mengarahkan dan mengembangkan diri, serta menyesuaikan diri secara konstruktif dengan norma yang berlaku di lingkungannya. Megan Northrup, dalam research assistant dan disunting oleh Stephent. F Duncan, guru besar dari school of family life Birmingham young University (2020) menjelaskan sebagai berikut.

As children grow, they should be givend more and more independent. At a young age children can select the clothes they wear, food they eat, places tosit, and other small decisions. Older children can have more of a say in choosing appropriate time to be at home, when and where to study and which friends to associate with. The goal is to prepare children for the day they will leave their family and live without parental control.

Kemandirian yang dikemukakan oleh Northrup diatas diartikan sebagai kemampuan seorang anak untuk menentukan pilihan yang ia anggap benar, selain itu, anak berani memutuskan pilihannya dan bertanggung jawab atas resiko dan konsekuensi yang diakibatkan dari pilihannya tersebut. Dengan mengacu kepada defenisi tersebut, terdapat ada 8 unsur yang menyertai makna kemandirian bagi seorang anak yaitu antara lain:

- a. Kemampuan untuk menentukan pilihan,
- b. Berani memutuskan atas pilihannya sendiri,
- c. Bertanggung jawab menerima konsekuensi yang menyertai pilihannya,
- d. Percaya diri,
- e. Mengarahkan diri
- f. Mengembangkan diri,
- g. Menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan
- h. Berani mengambil resiko atas pilihannya

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat dipahami bahwa setiap anak itu cenderung untuk mandiri atau memiliki potensi mandiri. Hal tersebut karena setiap anak dikarunia perasaan, pikiran, kehendak sendiri, yang

kesemuanya itu merupakan totalitas psikis dan sifat-sifat, serta struktur yang berlainan pada tiap-tiap fase perkembangannya. Selain itu, kemandirian anak juga sangat dipengaruhi oleh perlakuan orang tua atau saudara-saudaranya dalam keluarga. Anak yang selalu diawasi secara ketat, banyak dicegah atau selalu dilarang dalam setiap aktivitasnya dapat berakibat patahnya kemandirian seseorang.

Sikap yang bijak dan perlakuan yang memicu tumbuhnya kemandirian anak. Orang tua yang terlalu protektif pada anaknya, terlalu mengawasi anak, anak banyak dicegah, dengan alasan takut kotor, takut merusak, atau kekhawatiran terjadi kecelakaan, pada akhirnya bisa berakibat fatal. Bermaksud untuk melindungi atau menjaga anak dari kecelakaan, kebersihan, dan kerusakan, tetapi malah membuat anak menjadi peakut, kurang percaya diri, serta serba ketergantungan pada orang lain.

Anak yang memiliki kepercayaan diri lebih berani untuk melakukan sesuatu, menentukan pilihan sesuai dengan kehendaknya sendiri, dan bertanggung jawab terhadap konsekuensi yang ditimbulkan karena pilihannya. Kepercayaan diri sangat terkait dengan kemandirian anak. Dalam kasus tertentu, anak yang memiliki percaya diri yang tinggi dapat menutupi kekurangan dan kebodohan yang melekat pada dirinya. Untuk itu, dalam berbagai kesempatan sikap percaya diri perlu ditanamkan dan dipupuk sejak awal pada anak usia dini.

Di dalam mengambil keputusan atau pilihan tentu ada konsekuensi yang melekat pada pilihannya. Anak yang mandiri akan bertanggung jawab atas keputusan yang diambilnya apa pun yang terjadi, tetapi tentu saja bagi anak taman kanak-kanak tanggung jawab pada taraf yang wajar. Misalnya, tidak menangis ketika ia salah mengambil alat mainan, dan senang hati mengganti dengan alat mainan yang lain yang diinginkannya.

C. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskripsi kualitatif. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui pembiasaan 3M (mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak) anak usia dini disalah satu sekolah PAUD di Ternate. Subjek dalam penelitian ini adalah 10 orang tua, 3 guru dan siswa yang beumur 5-6 tahun yang berkaitan dengan penerapan 3M di PAUD Kemala Bhayangkari Kota Ternate. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah wawancara, dokumentasi, dan observasi. Analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, dan verifikasi.

D. Implementasi Pembiasaan Program 3M (Mencuci Tangan, Memakai Masker, Menjaga Jarak) Anak Usia Dini 5-6 Tahun Pada Masa Pandemi

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan maka, peneliti menyimpulkan bahwa penerapan 3M yang dilakukan oleh orang tua dan guru, yang terdapat 1) 6 anak belum bisa mencuci tangan dengan benar. 2) Anak selalu menggunakan masker jika hendak keluar rumah. 3) Anak perempuan dan laki-laki menjaga jarak setiap upacara senin. 4) Anak perempuan dan laki-laki belum bisa membuang masker bekas di tempat sampah. 5) Anak perempuan dan laki-laki belum paham tentang menjaga jarak, dan tidak meminta pertolongan teman untuk jaga

jarak. 6) Ada 8 anak dari 10 anak yang menggunakan masker dari rumah sampai ke sekolah. 7) Semua anak perempuan dan laki-laki mencuci tangan sebelum dan sesudah makan. 8) Ada 3 anak dari 10 anak yang sudah dapat menggunakan masker sendiri.

Pada bagian ini peneliti memaparkan hasil penelitian yang disusun mengikuti persoalan terkait hasil wawancara dan observasi sebagaimana yang telah dipaparkan dalam hasil penelitian sebelumnya. Hasil penelitian mempunyai beberapa indikator yaitu: pemberian teladan, kegiatan spontan, kegiatan rutin.

a. Pemberian Teladan

Orang tua maupun guru selalu berupaya memberikan perhatian dan mengingatkan kepada anak tentang penerapan 3M (memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak). Selama proses penerapan pembiasaan 3M pada anak dilakukan sesuai dengan anjuran Pemerintah demikian juga yang dilakukan orang tua pada anak seperti mengajarkan anak agar selalu mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, menggunakan masker jika hendak keluar rumah, dan menjaga jarak.

Menurut salah satu informan oleh wali murid, ia menyatakan bahwa *“saya memberikan dukungan penuh dengan menyediakan masker cadangan, handstaiser didalam tas sekolah anak. Untuk proses 3M saya memberikan dukungan penuh terhadap anak saya”*

b. Kegiatan Spontan

Respon anak terkait penerapan 3M (memakai masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak). mereka merespon dan menerima dengan baik, anak-anak juga cepat sekali menyesuaikan karena memang sudah dibiasakan orang tua dari rumah dan disekolah. Begitu juga mereka yang selalu bertemu dengan temn-teman lain. Namun ada hambatan atau kendala yang dialami oleh anak selama proses penerapan 3M yaitu terkait dengan penggunaan masker dan jaga jarak. untuk pemakaian masker anak kadang merasa sesak napas jika menggunakannya dalam jangka waktu yang lama, sedangkan jaga jarak anak masih belum memahami konsep pentingnya menjaga jarak saat bermain dengan teman kadang suka berpelukan, dan lari-larian.

Hasil wawancara yang dipaparkan oleh SA selaku wali murid, ia menyatakan bahwa *“anak tetap mengikutinya sesuai yang diterapkan di sekolah mencuci tangan, memakai masker, anak tetap melakukannya dengan baik, dengan adanya pembiasaan dari saya dan guru”*

c. Kegiatan Rutin

Proses penerapan disekolah dilakukan dengan protokol kesehatan sesuai anjuran Pemerintah. Memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak hal ini sudah diterapkan disekolah sampai saat ini. Saat datang kesekolah diwajibkan memakai masker, sebelum masuk kelas diajarkan untuk cuci tangan, dan guru selalu mengingatkan terkait pentingnya menjaga jarak dengan teman. Partisipasi dari guru disekolah dilakukan dengan baik dan benar, selalu mengingatkan saat upacara senin pagi partisipasinya juga sangat bagus dan besar demi menjaga kesehatan anak.

Hasil wawancara yang kemudian dipaparkan oleh wali murid FA, ia menyatakan bahwa *“saat di sekolah pada saat datang yang pertama, masker sudah dipakai dari rumah sebelum proses belajar mengajar mulai anaknya sudah diterapkan untuk cuci tangan sebelum masuk kelas, pada saat mau istirahat makan juga cuci tangan, jadi sebelum dan sesudah makan itu cuci tangan”*

Kemandirian merupakan perkembangan yang perlu dikembangkan sedini mungkin pada anak usia dini. Perkembangan kemandirian ini sangat dibutuhkan oleh anak agar tidak menjadi individu yang tergantung pada orang lain. Kemandirian ini membawa anak dalam menggunakan pikirannya sendiri dalam mengambil setiap keputusan yang mereka ambil. Secara alamiah anak sudah mempunyai dorongan untuk mandiri atas dirinya sendiri. Sayangnya orang tua sering menghambat keinginannya dan dorongan untuk mandiri. Tumbuhnya kemandirian pada anak bersamaan dengan munculnya rasa takut (kekhawatiran) dalam berbagai bentuk dan intensitasnya yang berbeda-beda. Rasa takut dalam hal yang wajar dapat berfungsi sebagai “emosi perlindungan” (*protective emotional*) bagi anak-anak, yang memungkinkan mengetahui kapan waktunya meminta pertolongan kepada orang dewasa. (Karmila et al., 2020)

Masa pandemi covid-19 menjadikan kesehatan sebagai prioritas utama sehingga pemerintah pusat dan daerah memberikan kebijakan untuk seluruh lembaga pendidikan mulai dari jenjang pendidikan anak usia dini (PAUD) hingga ke jenjang perguruan tinggi melakukan *study for home* atau belajar dari rumah. Kebijakan tersebut diterapkan sebagai upaya pencegahan meluasnya virus covid-19. (Arifudin, 2020)

Cara membiasakan hidup bersih dan sehat pada masa pandemi covid-19 seperti saat ini dapat dilakukan dengan melakukan aktivitas fisik, konsumsi makanan bergizi, sayuran, dan buah-buahan (Suyatmin & Sukardi, 2018). Kebiasaan hidup bersih dapat diawali dengan kegiatan sederhana seperti mencuci tangan sebelum makan, menyikat gigi, membersihkan setelah buang air kecil, mandi, membuang sampah di tempatnya, membatasi penggunaan plastik, menggunakan air bersih, dan sebagainya. (Yufiarti et al., 2019)

Kebersihan diri adalah suatu tindakan pemelihara kebersihan badan. Kebersihan diri juga merupakan cara yang paling efektif untuk mengurangi resiko terjangkitnya beragam jenis penyakit. Kebersihan diri yang baik meliputi beberapa cara termasuk mencuci tangan, membersihkan rambut, mandi, perawatan kaki, menyikat gigi, mandi, memotong kuku dan memakai pakaian semua cara tersebut harus dijalankan secara betul dan teratur agar kebersihan diri tetap terjaga. (Potter, Perry & Peterson, 2005)

E. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Implementasi Pembiasaan 3M (mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak) Anak Usia Dini 5-6 Tahun Pada Masa Pandemi Di PAUD Kemala Bhayangkari Kota Ternate maka peneliti menyimpulkan bahwa proses penerapan pembiasaan 3M dilakukan yaitu:

1. Pemberian teladan yaitu proses penerapan pembiasaan 3M (mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak) yang dilakukan sesuai dengan anjuran

- pemerintah dengan protokol kesehatan yang ditetapkan namun tidak kenyataannya orang tua tidak terlalu membiasakan anak menggunakan masker saat berada di rumah.
2. Kegiatan spontan yaitu yang dilakukan anak, terkait penerapan 3M anak merespon dan menerima dengan baik, mereka dengan cepat sekali menyesuaikan karena sudah dibiasakan orang tua dari rumah.
 3. Kegiatan rutin terkait proses penerapan disekolah masih dilakukan sesuai protokol kesehatan dan anjuran pemerintah. Seperti memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak hal ini sudah diterapkan disekolah sampai saat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, M., Kristiana, D., & Fadlillah, M. 2020. Pengaruh Kelekatan Aman Anak pada Ibu terhadap Kemandirian Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 127. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.504>
- Anggraeni, A. D. 2017. Kompetensi Kepribadian Guru Membentuk Kemandirian Anak Usia Dini (Studi Kasus di TK Mutiara, Tapos Depok). *AWLADY : Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 28. <https://doi.org/10.24235/awлады.v3i2.1529>
- Arikunto, S. 2009. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, Ratri Sunar. 2006. *Melatih Anak Mandiri*. Yogyakarta: Kanisius.
- Ahmad, A. 2007. *PAUD: Panduan Praktis Bagi Ibu Dan calon Ibu*. Bandung: Alfabeta.
- Ciuca, I. M. 2020. COVID-19 in children: An ample review. *Risk Management and Healthcare Policy*. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S257180>
- Fauziddin, M., Mayasari, D., & Rizki, L. M. 2021. Effective Learning For Early Childhood During Global Pandemic. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 13(1), 515-522. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v13i1.458>
- Fatmalia, R., Bina, U., Getsempena, B., Naga, A., Kuala, S., & Aceh, K. B. 2021. Mahasiswa Analisis Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Masa Pandemi COVID-19 Di TK AL-Wasliyah Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah*
- Fakhira, A. D., Pawitra, A. S., Diyanah, K. C., Wikurendra, E. A., Nagy, I., & Abdeljawad, N. S. M. 2021. Awareness of Doing 3M (Wearing Mask, Physical Distancing, Washing Hands) During Pandemic Era in Rural and Urban Families. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 13(2), 94. <https://doi.org/10.20473/jkl.v13i2.2021.94-101>
- Jiatong, E., Lanquin, L., & Wenjun, L. 2020. Epidemia De COVID-19: Características De La Enfermedad En Niños. *Journal of Medical Virology*, 92, 747-754.
- Karmila, R., Khosiah, S., & Fahmi, F. 2020. Pengaruh Rutinitas Di Rumah Terhadap Kemandirian Anak. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 14(1), 20. <https://doi.org/10.32832/jpls.v14i1.3348>
- Kumar, A., Nayar, K. R., & Bhat, L. D. 2020. Debate: COVID-19 And Children In India. *Child*

and adolescent mental health, 25(3), 165-166

- Pramono, D., & Risnawati, A. 2018. Meningkatkan Kedisiplinan Anak Usia Dini Melalui Latihan Pembiasaan Penggunaan Toilet di KB Al-Hidayah Insan Mandiri Kabupaten Bandung. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 61. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v2i1.8>
- Qistia, N., Novianti, R., & Kurnia, R. 2019. Hubungan Regulasi Diri dengan Kemandirian Anak Usia Dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 2(3), 61-72. <https://doi.org/10.31004/aulad.v2i3.35>.
- Ramli, M. 2005. *Pendampingan perkembangan anak usia dini*. Jakarta: Depdiknas.
- Rizkyani, F., Adriany, V., & Syaodih, E. 2020. Kemandirian Anak Usia Dini Menurut Pandangan Guru Dan Orang Tua. *Edukid*, 16(2), 121-129. <https://doi.org/10.17509/edukid.v16i2.19805>
- Safitri, N., Setiawati, S., & Aini, W. 2018. Gambaran Penanaman Kemandirian pada Anak Usia Dini oleh Orang Tua dalam Keluarga. *SPEKTRUM: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah (PLS)*, 6(1), 84. <https://doi.org/10.24036/spektrumpls.v1i1.9005>
- Sari, D. R., & Rasyidah, A. Z. 2020. *Peran Orang Tua Pada Kemandirian Anak Usia Dini*. *Early Childhood : Jurnal Pendidikan*, 3(1), 45-57. <https://doi.org/10.35568/earlychildhood.v3i1.441>
- Sari, D. Y. 2018. Pengaruh Bimbingan Guru dalam Mengembangkan Kemandirian dan Kedisiplinan Anak Usia Dini. *Golden Age: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 35-44. <https://doi.org/10.29313/ga.v2i2.4436>
- Talango, S. R. 2020. Konsep Perkembangan Anak Usia Dini. *Early Childhood Islamic Education Journal*, 1(1), 92-105. <https://doi.org/10.54045/ecie.v1i1.35>
- Wei, M., Yuan, J., & Liu, Y. 2020. Novel Coronavirus Infection In Hospitalized Infants Under 1 Year Of Age In China. *JAMA*. Published online February 14, 2020. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.2131>
- Wiyani, N. A. 2013. *Bina Karakter Anak Usia Dini*. Yogyakarta. Ar-Ruzz Media. Ar Ruzz Media.
- Wulandari, D. A. Saifuddin, & Muzakki, JA. 2018. Implementasi Pendekatan Metode Montessori dalam Membentuk Karakter Mandiri pada Anak Usia Dini. *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 1-19. <https://doi.org/10.24235/awlady.v4i2.3216>
- Yusutria, Y., & Febriana, R. 2019. Aktualisasi Nilai-Nilai Kemandirian Dalam Membentuk Karakter Mandiri Siswa. *Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(1), 577-582. <https://doi.org/10.29313/tjpi.v8i1.4575>
- Yudrik, J. 2015. *Psikologi Perkembangan (1 ed.)*. Jakarta: Prenadamedia Group.