

## OPTIMALISASI PERSONAL AWARENESS ANAK USIA DINI MELALUI "THE 7 HABITS"

*The Optimization of Early Childhood Personal Awareness through "The 7 Habits"*

Dessy Putri Wahyuningtyas  
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
deedeput@yahoo.com

First Received: 11 June 2018

Final Proof Received: 18 July 2018

### Abstract

The purpose of this research is to explain the process and result of applying The 7 Habits method that can optimization personal awareness in group B TK Negeri Pembina Surabaya. This study uses the Kemmis and Mc Taggart procedures which consists of four stages: planning, action, observation, and reflection. The data analysis technique consisted of quantitative and qualitative data analysis. Quantitative data analysis is presented in the form of tables and graphs. While qualitative data analysis using technique according to Miles and Huberman which consists of data reduction, data display, and verification collected through personal awareness instruments, interviews, field notes, and documentation. After the first cycle of action, the average value of 68,47%. Then after second cycle of action, the average value increase to 84,17%. It can be concluded that by using the 7 Habits method can improve personal awareness in children.

**Keywords:** Personal Awareness, The 7 Habits

### Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui proses dan hasil dari penerapan metode *the 7 Habits* dalam mengoptimalkan personal awareness (kesadaran diri) pada kelompok B TK PKK Lidah Kulon II Surabaya. Penelitian ini menggunakan prosedur dari Kemmis dan Mc Taggart yang terdiri dari empat tahapan yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Teknik analisis data pada penelitian ini terdiri dari analisis data kuantitatif dan kualitatif. Analisis data kuantitatif disajikan dalam bentuk tabel dan grafik. Sedangkan analisis data kualitatif dengan menggunakan teknik menurut Miles dan Huberman yang terdiri dari reduksi data, display data, dan verifikasi yang dikumpulkan melalui instrumen personal awareness (kesadaran diri), wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. Pada tindakan siklus I diperoleh nilai rata-rata 68,47%. Kemudian setelah dilakukan tindakan siklus 2, nilai rata-rata meningkat menjadi 84,17%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan metode *the 7 Habits* dapat meningkatkan personal awareness (kesadaran diri).

**Kata Kunci:** *Personal Awareness, The 7 Habits*

---

### PENDAHULUAN

Dunia pendidikan sering dihadapkan pada perilaku anak yang rumit, yang

adakalanya memerlukan pendekatan psikologis untuk memahaminya. Anak-anak yang tidak responsif, apatis, cuek terhadap lingkungan, adalah pribadi yang

seharusnya mendapat perhatian khusus oleh guru dengan cara diberikan treatment sehingga dapat mengubahnya menjadi pribadi yang positif. Tak jarang guru menemukan anak dengan gejala inferior, tidak percaya diri, cenderung menyalahkan atau mengkritik diri sendiri. Semua perilaku tersebut dibentuk oleh lingkungan, oleh pendidikan dan pengasuhan. orang tua, guru, dan orang dewasa lain.

Anak bisa menyatakan kondisi dirinya secara negatif seperti: aku tidak bisa, aku bodoh, aku takut, aku tidak bisa bergaul, dan berbagai pernyataan negatif lain tentang dirinya. Tidak menutup kemungkinan ada anak lain memandang dirinya secara positif, seperti: "aku bisa", "aku pintar", "aku cakap, menarik", "aku semangat". Semua yang dikatakan anak adalah *self-concept*, atau gambaran anak akan personal awareness (kesadaran diri) mereka sendiri. *Personal Awareness* (kesadaran diri) merupakan pandangan seseorang terhadap diri sendiri tentang kemandirian, kontrol diri, citra diri, identitas diri, keamanan serta kesehatan diri.

Kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenali perasaan dan mengapa seseorang merasakannya seperti itu dan pengaruh perilaku seseorang terhadap orang lain. Kemampuan tersebut menurut Charlesworth (2011) diantaranya; kemampuan menyampaikan secara jelas pikiran dan perasaan seseorang, membela diri dan mempertahankan pendapat (sikap asertif), kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan diri dan berdiri dengan kaki sendiri (kemandirian), kemampuan untuk mengenali kekuatan dan kelemahan orang dan menyenangkan diri sendiri meskipun seseorang memiliki kelemahan (penghargaan diri), serta kemampuan mewujudkan potensi yang

seseorang miliki dan merasa senang (puas) dengan potensi yang seseorang raih di tempat kerja maupun dalam kehidupan pribadi (aktualisasi).

Kesadaran diri menurut Papalia (2008) merupakan dasar kecerdasan emosional. Kemampuan untuk memantau emosi dari waktu ke waktu merupakan hal penting bagi wawasan psikologi dan pemahaman diri. Seseorang yang mempunyai kecerdasan emosi akan berusaha menyadari emosinya. Orang yang kesadaran dirinya bagus maka ia mampu untuk mengenal dan memilih-milah perasaan, memahami hal yang sedang dirasakan dan mengapa hal itu dirasakan dan mengetahui penyebab munculnya perasaan tersebut.

Kesadaran diri merupakan pondasi hampir semua unsur kecerdasan emosional, langkah awal yang penting untuk memahami diri sendiri dan untuk berubah. Para ahli mempunyai pendapat yang beragam tentang kesadaran diri. Di antaranya menurut Mayer (dalam Riley, 2008) seorang ahli psikologi dari University of New Hampshire yang menjadi koformulator teori kecerdasan, berpendapat bahwa kesadaran-diri berarti waspada baik terhadap suasana hati maupun pikiran seseorang tentang suasana hati. Sedangkan Goleman (2007) menjelaskan kesadaran diri yaitu perhatian terus menerus terhadap keadaan batin seseorang. Dalam keadaan refleksi diri ini, pikiran mengamati dan menggali pengalaman, termasuk emosi.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara peneliti di TK Negeri Pembina Surabaya menunjukkan bahwa, pada kenyataannya di TK tersebut anak kurang memiliki *personal awareness* (kesadaran diri) yang baik. Ada beberapa anak yang pemalu, penakut dan tidak mau bergaul,

sementara lainnya terlihat nakal, susah diatur, dan tidak penurut seperti anak lain. Guru juga menghadapi anak yang tidak mau mengerjakan tugas dengan alasan "aku tidak bisa". Masih banyak lagi contoh anak yang sudah me-label dirinya tidak bisa, nakal, malas, dan lainnya.

Kesadaran diri (*personal awarness*) setiap anak berbeda antara satu dengan yang lainnya. Oleh karena itu guru harus memiliki metode yang tepat untuk mengoptimalkan *personal awareness* (kesadaran diri) pada anak. Metode yang tepat adalah membentuk perilaku anak sedemikian rupa sehingga *personal awareness* (kesadaran diri) anak dapat meningkat melalui pembiasaan.

Jika kebiasaan adalah respon dari perilaku maka respon yang didapatkan dari perbuatan yang sama tidak akan sama karena perbuatan manusia dipengaruhi oleh pengetahuan dan pengalaman hidupnya. Mulyasa (2012) berpendapat bahwa kebiasaan adalah perbuatan sehari-hari yang dilakukan secara berulang-ulang dalam hal yang sama, sehingga menjadi adat kebiasaan dan ditaati oleh masyarakat. Manusia dapat menyimpulkan hal baru bahwa kebiasaan bisa berbentuk pribadi karena dilakukan hanya oleh individu tersebut.

Seperti manusia yang telah terbiasa secara otomatis mengulurkan tangan kanan dan menggenggam tangan orang itu ketika ada orang lain yang mengulurkan tangan mengajak bersalaman. Morrison (2012) mengungkapkan bahwa kebiasaan adalah pengulangan sesuatu secara terus-menerus atau dalam sebagian besar waktu dengan cara yang sama dan tanpa hubungan akal, atau dia adalah sesuatu yang tertanam di dalam jiwa dari hal-hal yang berulang kali terjadi dan diterima tabiat. Manusia bisa menyimpulkan bahwa

manusia melakukan kebiasaan tanpa berpikir karena hal tersebut telah tertanam dalam jiwa manusia dan menjadi tabiat manusia.

*The 7 Habits* merupakan salah satu metode yang dapat meningkatkan *personal awareness* (kesadaran diri) anak dengan pembentukan kepribadian anak melalui 7 kebiasaan yang ditanamkan pada anak. Hal tersebut sudah dibuktikan di beberapa sekolah di berbagai negara. *The 7 Habits* menurut Covey (2013) tersebut meliputi: menjadi proaktif, memiliki tujuan dalam semua yang dikerjakannya, mendahulukan yang utama, berpikir positif sehingga memiliki kemauan dan keberanian, berusaha untuk memahami, bersinergi atau bekerja sama, dan menjaga tubuh serta terus belajar.

Melalui metode *the 7 Habits* (7 kebiasaan) diharapkan *personal awareness* (kesadaran diri) anak akan lebih meningkat sehingga anak dapat mengenali dirinya baik sifat dan karakternya, juga potensi yang ada dalam diri anak. Sehingga penelitian ini dimaksudkan untuk meningkatkan *personal awareness* (kesadaran diri) anak melalui metode *the 7 Habits* (7 kebiasaan) di Kelompok B TK Negeri Pembina Surabaya. Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan *personal awareness* (kesadaran diri) anak.

Pembiasaan dinilai sangat efektif jika penerapannya dilakukan terhadap peserta didik yang berusia kecil. Karena memiliki rekaman ingatan yang kuat dan kondisi kepribadian yang belum matang, sehingga mereka mudah terlarut dengan kebiasaan-kebiasaan yang mereka lakukan sehari-hari. Oleh karena itu, sebagai awal dalam proses pendidikan, pembiasaan merupakan cara yang efektif dalam

menanamkan nilai-nilai moral kedalam jiwa anak. Nilai-nilai yang tertanam dalam dirinya ini kemudian akan bermanfaat dalam kehidupannya hingga nanti dewasa.

Pembiasaan dapat mendorong mempercepat perilaku, dan tanpa pembiasaan hidup seseorang akan berjalan lambat, sebab sebelum melakukan sesuatu harus memikirkan terlebih dahulu apa yang akan dilakukannya. Metode pembiasaan perlu diterapkan oleh guru dalam proses pembentukan karakter, untuk membiasakan peserta didik dengan sifat-sifat terpuji dan baik, sehingga aktivitas yang dilakukan oleh peserta didik terekam secara positif.

Manusia adalah makhluk yang unik karena manusia mampu melakukan hal-hal tertentu dengan atau tanpa berpikir. Manusia selalu berjabat tangan menggunakan tangan kanan, manusia menunjuk sesuatu menggunakan tangan kanan, manusia makan menggunakan tangan kanan, manusia menggunakan sepatu diawali dari kanan dan melepaskan sepatu diawali kaki kiri, manusia membungkukan badan ketika berjalan di depan orang yang lebih tua. Kenapa manusia melakukan hal tersebut. Kenapa manusia tidak berjabat tangan menggunakan tangan kiri, menunjuk sesuatu menggunakan tangan kiri atau memakai sepatu diawali dari kaki kiri. Jawabannya adalah kebiasaan. Manusia telah terbiasa melakukan hal-hal tersebut secara demikian. Menurut Joko dalam Ghufron (2010), kebiasaan adalah perbuatan manusia yang tetap dilakukan berulang-ulang dalam hal yang sama.

Manusia secara otomatis mengulurkan tangan kanan manu dan menggenggam tangan orang itu ketika ada orang lain yang mengulurkan tangan mengajak bersalaman. Morrison (2012)

mengungkapkan bahwa kebiasaan adalah pengulangan sesuatu secara terus-menerus atau dalam sebagian besar waktu dengan cara yang sama dan tanpa hubungan akal, atau dia adalah sesuatu yang tertanam di dalam jiwa dari hal-hal yang berulang kali terjadi dan diterima tabiat. Manusia bisa menyimpulkan bahwa manusia melakukan kebiasaan tanpa berpikir karena hal tersebut telah tertanam dalam jiwa manusia dan menjadi tabiat manusia.

Kebiasaan dapat diartikan respon seseorang dalam menghadapi suatu hal tanpa melalui proses berpikir. Kebiasaan dikatakan respon karena kebiasaan tidak melalui proses berpikir manusia secara otomatis melakukannya seperti masalah berjabat tangan, manusia tidak berpikir harus menggunakan tangan kanan atau tangan kiri untuk berjabat tangan atau menggunakan tangan kanan ketika manusia berjabat tangan dengan orang yang manusia sukai dan menggunakan tangan kiri ketika berjabat tangan dengan orang yang tidak manusia sukai. Jadi kebiasaan adalah respon dari seseorang dalam menghadapi suatu hal tanpa melalui proses berpikir.

Kebiasaan adalah respon dari individu. Jika kebiasaan adalah respon dari individu mengapa setiap manusia temukan manusia berjawab selalu menggunakan tangan kanan dan tidak manusia temui manusia yang berjabat tangan menggunakan tangan kiri, mengapa respon yang diberikan manusia tidak berbeda. Dalam bidang psikologi pendidikan, metode pembiasaan dikenal dengan istilah *operan conditioning*, mengajarkan peserta didik untuk membiasakan perilaku terpuji, disiplin, giat belajar, bekerja keras, ikhlas, jujur, dan bertanggung jawab atas setiap tugas yang telah diberikan.

Kebiasaan dilakukan secara berulang-ulang yang menjadi respon dari suatu perilaku. Jika kebiasaan adalah respon dari perilaku maka respon yang didapatkan dari perbuatan yang sama tidak akan sama karena perbuatan manusia dipengaruhi oleh pengetahuan dan pengalaman hidupnya. Mulyasa (2012) berpendapat bahwa kebiasaan adalah perbuatan sehari-hari yang dilakukan secara berulang-ulang dalam hal yang sama, sehingga menjadi adat kebiasaan dan ditaati oleh masyarakat. Manusia dapat menyimpulkan hal baru bahwa kebiasaan bisa berbentuk pribadi karena dilakukan hanya oleh individu tersebut.

Perbuatan digolongkan menjadi kebiasaan ketika perbuatan tersebut dilakukan secara berulang-ulang, tanpa melalui proses berpikir, sebagai tanggapan atau respon terhadap sesuatu, dan umumnya adalah perbuatan sehari-hari. Jadi kebiasaan adalah perilaku yang dilakukan secara berulang-ulang tanpa melalui proses berpikir karena perilaku tersebut adalah respon terhadap sesuatu yang umumnya adalah perbuatan sehari-hari.

Kesadaran diri (*personal awarness*) setiap anak berbeda antara satu dengan yang lainnya. Oleh karena itu guru harus memiliki metode yang tepat untuk mengoptimalkan *personal awarness* (kesadaran diri) pada anak. Metode yang tepat adalah membentuk perilaku anak sedemikian rupa sehingga *personal awarness* (kesadaran diri) anak dapat meningkat. *the 7 Habits* merupakan salah satu metode yang dapat meningkatkan *personal awarness* (kesadaran diri) anak dengan pembentukan kepribadian anak melalui 7 kebiasaan yang ditanamkan pada anak. Hal tersebut sudah dibuktikan di beberapa sekolah di berbagai negara.

*The 7 Habits* (7 kebiasaan) perlu ditanamkan sejak usia dini. Perbedaan yang signifikan akan terlihat pada anak setelah menerapkan 7 kebiasaan ini. *The 7 Habits* menurut Covey (2013) tersebut meliputi: menjadi proaktif, memiliki tujuan dalam semua yang dikerjakannya, mendahulukan yang utama, berpikir positif sehingga memiliki kemauan dan keberanian, berusaha untuk memahami, bersinergi atau bekerja sama, dan menjaga tubuh serta terus belajar.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan (*action research*). Menurut Kemmis yang dikutip oleh Hopkins (2002: 42), *action research is a form of self-reflective enquiry undertaken by participants in social (including educational) situations in order to improve the rationality and justice*. Hal tersebut menyatakan bahwa penelitian tindakan adalah suatu bentuk inkuiri reflektif yang dilakukan secara kemitraan mengenai situasi sosial tertentu (termasuk pendidikan) untuk meningkatkan rasionalitas dan keadilan, atau memperbaiki praktik pendidikan.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan model dari Stephen Kemmis dan Mc Taggart yang mencakup tahap-tahap sebagai berikut: 1) perencanaan (*plan*), 2) tindakan (*act*), 3) pengamatan (*observe*), dan 4) refleksi (*reflect*), kemudian berlanjut dengan perencanaan ulang (*replanning*), tindakan, observasi, dan refleksi untuk siklus berikutnya, begitu seharusnya sehingga membentuk suatu spiral.

Kriteria keberhasilan dalam penelitian tindakan ini mengacu pada kriteria keberhasilan yang ditetapkan oleh Mills. Mills (2000) menyatakan bahwa "*the end-of*

survey revealed that 71% of students agreed". Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa Siklus "plan-act-observe-reflect" akan berlangsung terus sampai kriteria keberhasilannya tercapai, yaitu 71%. Hal ini yang menjadi acuan kriteria keberhasilan dalam penelitian tindakan ini. Jika hasil penelitian tindakan rata-rata mencapai  $\geq 71\%$  maka tindakan cukup hanya pada siklus I. Namun apabila hasil penelitian tindakan rata-rata hanya mencapai  $\leq 71\%$  maka tindakan siklus I berlanjut pada siklus II.

Penelitian tindakan ini dilakukan sebanyak 2 siklus dimana pada tiap siklusnya diadakan sebanyak 12 kali pertemuan. Sumber data utama dalam penelitian tindakan ini adalah seluruh murid kelompok B yang berusia 5-6 tahun di TK Negeri Pembina Surabaya, sebanyak 12 orang siswa yang dijadikan subjek dalam penelitian, para guru yang menjadi kolaborator, dan kepala sekolah.

Data dalam penelitian tindakan ini terdiri dari dua jenis yaitu: data penelitian yang bersifat kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif diperoleh dari lembar pengamatan yang merupakan instrumen untuk mengukur kesadaran diri anak. Sedangkan data kualitatif diperoleh dari data observasi langsung yang mendeskripsikan proses dan hasil pembelajaran.

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu Instrumen Kesadaran Diri yang terdiri dari 35 butir pernyataan setelah peneliti melakukan validitas dan reabilitas instrumen. Uji validitas instrumen dalam penelitian ini, dengan melakukan construct validity dengan menanyakan pada *expert judgement* mengenai instrumen yang telah dibuat apakah sesuai dengan konsep teori. Kemudian pengujian kesahihan butir

instrumen menggunakan koefisien antara skor butir dan skor total instrumen dengan rumus *product moment*.

Sedangkan uji reliabilitas instrumen menggunakan teknik Alpha Cronchbach kemudian hasil tersebut diinterpretasikan berdasarkan kriteria *r*. Keputusan suatu instrumen dinyatakan reliabel atau tidak dengan cara membandingkan *rxy* dengan *r*tabel, jika  $rxy > r$ tabel maka instrumen tersebut dikatakan reliabel.

Analisis data pada penelitian ini adalah data kuantitatif dan kualitatif. Analisis data kuantitatif dilakukan untuk melihat perubahan peningkatan kesadaran diri anak pada asesmen awal dan asesmen akhir dengan menggunakan presentase rata-rata.

Sedangkan analisis data kualitatif menggunakan model analisis interaktif dari Miles dan Huberman dalam Sugiyono (2010) mencakup langkah-langkah (1) reduksi data (*data reduction*), (2) penyajian data (*data display*) dan (3) penarikan kesimpulan (*conclusion drawing/verification*) dari data hasil observasi/catatan lapangan, catatan wawancara dan catatan dokumentasi.

## TEMUAN DAN PEMBAHASAN

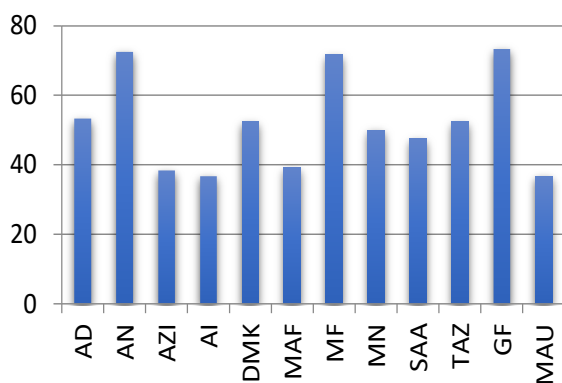
Penelitian ini dilakukan dengan dasar hasil pra intervensi yang menunjukkan bahwa kesadaran diri anak kelompok B TK Negeri Pembina Surabaya masih rendah. Hal tersebut dapat dilihat dari tabel 1 berikut ini:

**Tabel 1. Data Hasil Pra Intervensi**

No	Nama Responden	Total Skor	Presentase (%)
1	AD	64	53,33
2	AN	87	72,5
3	AZI	46	38,33
4	AI	44	36,67

No	Nama Responden	Total Skor	Presentase (%)
5	DMK	63	52,5
6	MAF	47	39,16
7	MF	86	71,66
8	MN	60	50
9	SAA	57	47,5
10	TAZ	63	52,5
11	GF	88	73,33
12	MAU	44	36,67
<b>Jumlah</b>		749	-
<b>Rata-Rata Kelas</b>		62,42	52,02

Tabel hasil pra intervensi di atas terlihat bahwa presentase yang didapat dari rata-rata kelas adalah 52,02%. Hal tersebut menandakan bahwa kesadaran diri anak belum mencapai target kriteria ketuntasan yaitu 71%. Berikut ini grafik hasil observasi awal (pra intervensi) kesadaran diri anak kelompok B TK Negeri Pembina Surabaya.



Gambar 1. Hasil Data Pra Intervensi

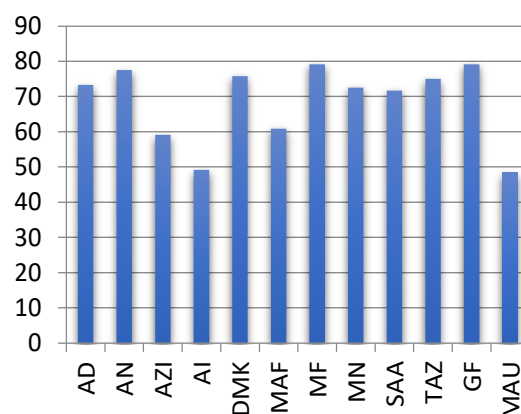
Berdasarkan hasil pra intervensi di atas, dapat disimpulkan bahwa anak kelompok B TK Negeri Pembina Surabaya memiliki kesadaran diri yang rendah. Sehingga peneliti dan kolaborator (guru) sepakat untuk memberikan tindakan berupa penerapan *the 7 Habits* atau 7 Kebiasaan dengan pemberian penghargaan untuk meningkatkan kesadaran diri anak.

Setelah dilakukannya tindakan pada siklus I, diperoleh hasil peningkatan kesadaran diri anak sebagai berikut:

Tabel 2. Data Kesadaran Siklus I

No	Nama Responden	Total Skor	Presentase (%)
1	AD	88	73,33
2	AN	93	77,5
3	AZI	71	59,17
4	AI	59	49,16
5	DMK	91	75,83
6	MAF	73	60,83
7	MF	95	79,16
8	MN	87	72,5
9	SAA	86	71,67
10	TAZ	90	75
11	GF	95	79,17
12	MAU	58	48,33
<b>Jumlah</b>		986	-
<b>Rata-Rata Kelas</b>		82,17	68,47

Tabel di atas, terlihat bahwa presentase yang didapat dari rata-rata kelas adalah 68,47%. Hal itu berarti kesadaran diri anak mengalami peningkatan 16,45% dari hasil pra intervensi. Namun skor tersebut belum mencapai kriteria keberhasilan 71%. Berikut ini grafik hasil observasi (intervensi) kesadaran diri siklus I.



Gambar 2. Kesadaran Diri Siklus I

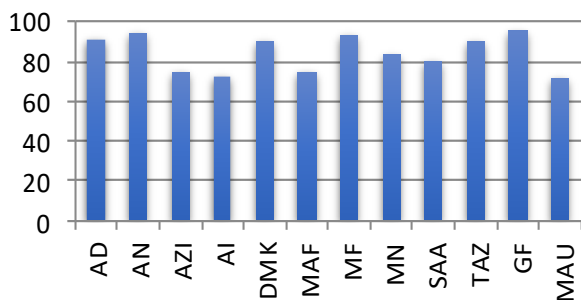
Berdasarkan data kesadaran diri pada siklus I, disimpulkan bahwa kesadaran diri anak meningkat. Namun presentase rata-rata kelas belum mencapai target kriteria ketuntasan, sehingga penelitian dilanjutkan pada siklus II. Data

peningkatan kesadaran diri pada siklus II dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 3. Data Kesadaran Siklus II

No	Nama Responden	Total Skor	Presentase (%)
1	AD	109	90,83
2	AN	113	94,16
3	AZI	89	74,17
4	AI	87	72,5
5	DMK	108	90
6	MAF	90	75
7	MF	112	93,33
8	MN	100	83,33
9	SAA	96	80
10	TAZ	108	90
11	GF	114	95
12	MAU	86	71,67
<b>Jumlah</b>		1212	-
<b>Rata-Rata Kelas</b>		101	84,17

Tabel regulasi diri siklus II tersebut, menjelaskan bahwa presentase yang didapat dari rata-rata kelas adalah 84,17%. Hal itu berarti skor yang didapat mengalami kenaikan 15,7% dari siklus I dan telah mencapai kriteria ketuntasan 71%. Sehingga penelitian ini tidak dilanjutkan pada siklus berikutnya. Berikut ini grafik hasil observasi (intervensi) regulasi diri siklus II.



Gambar 3. Regulasi Diri Siklus II

Berdasarkan uraian hasil data peningkatan regulasi diri pada siklus II,

dapat disimpulkan bahwa regulasi diri anak meningkat. Presentase yang diperoleh rata-rata kelas sudah mencapai kriteria ketuntasan 71%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode penghargaan dapat meningkatkan regulasi diri pada anak kelompok B TK PKK Lidah Kulon II Surabaya.

Penelitian tindakan memiliki karakteristik tersendiri karena bertujuan untuk memperbaiki pembelajaran. Penerapan *the 7 Habits* dengan pemberian penghargaan di TK Negeri Pembina Surabaya merupakan upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kesadaran diri anak usia dini. Konsep strategi penerapan *the 7 Habits* dengan pemberian penghargaan pada anak usia dini dilakukan oleh guru dalam berbagai situasi keseharian yang dialami anak sehingga anak dapat dengan mudah mengatur dirinya atau memiliki kesadaran diri yang baik. Intinya adalah bagaimana strategi guru memberi pengalaman tambahan bagi pembelajaran kemandirian, kontrol diri, citra diri positif, serta keamanan dan kesehatan anak.

Anak-anak yang tidak respontif, apatis, cuek terhadap lingkungan, adalah pribadi yang seharusnya mendapat perhatian khusus oleh guru dengan cara diberikan treatment sehingga dapat mengubahnya menjadi pribadi yang positif. Semua itu merupakan self-concept, atau gambaran anak akan *personal awarness* (kesadaran diri) mereka sendiri. *Personal awarness* (kesadaran diri) merupakan pandangan seseorang terhadap diri sendiri tentang kemandirian, kontrol diri, citra diri, identitas diri, keamanan serta kesehatan diri.

Penerapan metode pembiasaan dapat dilakukan dengan membiasakan anak untuk mengerjakan hal-hal positif dalam



keseharian mereka. Dengan melakukan kebiasaan-kebiasaan secara rutinitas setiap harinya, anak didik akan melakukan dengan sendirinya, dengan sadar tanpa ada paksaan. Dengan pembiasaan secara langsung, anak telah diajarkan disiplin dalam melakukan dan menyelesaikan suatu kegiatan.

Kesadaran diri setiap anak berbeda antara satu dengan yang lainnya. Oleh karena itu guru harus memiliki metode yang tepat untuk mengoptimalkan *personal awareness* (kesadaran diri) pada anak. Metode yang tepat adalah membentuk perilaku anak sedemikian rupa sehingga *personal awareness* (kesadaran diri) anak dapat meningkat. *The 7 Habits* merupakan salah satu metode yang dapat meningkatkan *personal awareness* (kesadaran diri) anak dengan pembentukan kepribadian anak melalui 7 kebiasaan yang ditanamkan pada anak. Hal tersebut sudah dibuktikan di beberapa sekolah di berbagai negara.

*The 7 Habits* perlu ditanamkan sejak usia dini. Perbedaan yang signifikan akan terlihat pada anak setelah menerapkan 7 kebiasaan ini. *The 7 Habits* tersebut meliputi: menjadi proaktif, memiliki tujuan dalam semua yang dikerjakannya, mendahulukan yang utama, berpikir positif sehingga memiliki kemauan dan keberanian, berusaha untuk memahami, bersinergi atau bekerja sama, dan menjaga tubuh serta terus belajar. Sehingga peneliti dan guru sebagai kolaborator bekerja sama dalam melaksanakan penanaman *the 7 Habits* dengan pemberian penghargaan.

Setelah dilakukannya tindakan pada siklus I dengan penerapan *the 7 Habits*, tingkat kesadaran diri anak mulai meningkat. Hal tersebut terjadi karena anak tahu perbuatan mana yang sebaiknya dilakukan dan tidak dilakukan serta

menjadi sebuah kebiasaan. Morrison mengungkapkan bahwa kebiasaan adalah pengulangan sesuatu secara terus-menerus atau dalam sebagian besar waktu dengan cara yang sama dan tanpa hubungan akal, atau dia adalah sesuatu yang tertanam di dalam jiwa dari hal-hal yang berulang kali terjadi dan diterima tabiat.

Namun setelah melakukan refleksi pada siklus I, peningkatan yang terjadi belum mencapai tingkat keberhasilan yang diinginkan. Sehingga peneliti dan kolaborator sepakat untuk melanjutkan penelitian pada siklus II. Ketidakberhasilan tindakan pada siklus I berdasarkan kriteria keberhasilan yang diharapkan peneliti dan kolaborator dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu: (1) masih ada beberapa anak memiliki kesadaran diri rendah sehingga belum dapat menanamkan 7 Kebiasaan yang baik, (2) media dalam penerapan pemberian penghargaan yang kurang spesifik sehingga anak belum berperilaku sesuai dengan yang diharapkan. Peneliti dan kolaborator melakukan evaluasi kembali untuk memecahkan masalah yang dihadapi dan merefleksi kembali kekurangan pada siklus I.

Hasil evaluasi pada siklus I ini, yaitu kesepakatan antara peneliti dan kolaborator untuk mengganti tabel *the 7 Habits* dan tabel penghargaan yang awalnya secara klasikal menjadi tabel secara individu. Hal ini bertujuan agar anak mengetahui secara konkret perilaku mana saja yang sebaiknya dilakukan sehingga mendapatkan penghargaan, serta perilaku mana yang sebaiknya tidak dilakukan. Diharapkan pada pelaksanaan siklus II, kesadaran diri anak meningkat sesuai dengan target kriteria ketuntasan serta sesuai dengan harapan peneliti dan guru sebagai kolaborator.

Pelaksanaan tindakan pada siklus II mendapatkan hasil bahwa kesadaran diri anak meningkat sesuai dengan target kriteria ketuntasan. Hal tersebut terlihat ketika anak dapat mandiri, mengontrol dirinya, memiliki citra diri yang positif, menjaga keamanan dan kesehatan dirinya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kesadaran diri dapat ditingkatkan melalui *the 7 Habits*. Hal ini sesuai dengan pendapat Mulyasa bahwa kebiasaan adalah perbuatan sehari-hari yang dilakukan secara berulang-ulang dalam hal yang sama, sehingga menjadi adat kebiasaan dan ditaati oleh masyarakat. Oleh karena itu, pemberian hadiah atau penghargaan dapat dijadikan sebagai alat motivasi dalam proses pendidikan.

Pelaksanaan pemberian penghargaan ini memberikan penguatan terhadap sikap baik anak sehingga anak mengerti bahwa itu perbuatan baik yang seharusnya dilakukannya. Melalui tabel *the 7 Habits* atau 7 Kebiasaan dan tabel penghargaan secara individu, membuat anak mengontrol perilakunya sehingga sesuai dengan harapan lingkungan sosialnya. Melihat hasil pelaksanaan tindakan pada siklus II ini, peneliti dan kolaborator sepakat bahwa penelitian ini telah berhasil sehingga tidak dilanjutkan lagi pada siklus berikutnya.

Setelah dilangsungkan penelitian tindakan, para guru pada akhirnya berkeyakinan bahwa kesadaran diri dapat ditingkatkan melalui penerapan *the 7 Habits* dengan pemberian penghargaan yang dilakukan secara komprehensif dengan contoh perilaku keseharian anak berupa mandiri, mengontrol dirinya, memiliki citra diri positif, menjaga keamanan dan kesehatannya.

Berdasarkan hasil observasi dan diskusi penelitian kesadaran diri, muncul

catatan bahwa program ini diharapkan dapat dijadwalkan untuk diterapkan secara rutin. Hal ini disampaikan mengingat adanya perubahan (peningkatan) perilaku yang nampak dari beberapa kebiasaan baik yang muncul setelah anak mendapatkan penghargaan. Untuk itu para guru berharap agar pencapaian yang diperoleh selama penelitian tindakan ini dapat berlangsung secara berkelanjutan

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian tindakan yang telah dilaksanakan, diperoleh kesimpulan bahwa dengan menggunakan metode *the 7 Habits* dapat meningkatkan *personal awareness* (kesadaran diri) anak usia dini. Pada tindakan siklus I diperoleh nilai rata-rata 68,47%. Kemudian setelah dilakukan tindakan siklus 2, nilai rata-rata meningkat menjadi 84,17%.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Charlesworth, R. (2011). *Understanding Child Development*. Boston: Cengage Learning Wadsworth, 2011.
- Dodson, F. (2006). *Mendisiplinkan Anak dengan Kasih Sayang*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Hopkins, D. (2002). *A Teacher's Guide to Classroom Research*. London: Open University Press.
- Hurlock, E. B. (2011). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Mills, G. E. (2003). *Action Research: A Guide for Teacher Research*. New Jersey: Pearson Education.
- Moleong, L. J. (2004). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Morrison, G. S. (2012). *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD)*. Jakarta: Indeks.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Edisi Kesembilan. Jakarta: Kencana.
- Riley, D., Juan, R. S., Klinkner, J. & Ramminger, A. *Social & Emotional Development: Connecting Science and Practice in Early Childhood Settings*. St. Paul MN: Redleaf Press.
- Santrock, J. W. (2007). *Child Development*. New York: Mc Graw Hill.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.