

Penerapan Media Visual Schedule untuk Melatih Kemandirian Anak ASD

Rany Selvyanti *, Dinar Nur Inten, Fitroh Hayati

Prodi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

ranyselfyanti@gmail.com, dinar_nurinten@unisba.ac.id, fitroh@unisba.ac.id

Abstract. This study was motivated by the limited independence of children with Autism Spectrum Disorder (ASD) in carrying out daily activities, particularly bathing and dressing. Children still required parental assistance and guidance at each stage of the activities. This study aimed to describe the child's initial level of independence, the implementation of visual schedule media, and changes in independence after its application. A qualitative approach with an evaluative case study method was employed. The subject was a child with Autism Spectrum Disorder (ASD). Data were collected through observation, interviews, and documentation, then analyzed using data reduction, data display, and conclusion drawing. The findings indicated that prior to the intervention, the child was highly dependent on parental assistance in bathing and dressing activities. Following the implementation of visual schedule media, the child's independence gradually improved. The child was able to perform several bathing and dressing steps more independently, including taking a towel, undressing, wetting and rinsing the body, and wearing clothes, although occasional guidance was still needed. These findings suggest that visual schedule media can support the development of independence in children with Autism Spectrum Disorder (ASD).

Keywords: *Visual Schedule, Independence, Autism Spectrum Disorder (ASD).*

Abstrak. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh belum optimalnya kemampuan kemandirian anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) dalam melakukan aktivitas sehari-hari, khususnya kegiatan mandi dan berpakaian. Anak masih memerlukan bantuan dan arahan orang tua pada setiap tahapan kegiatan sehingga diperlukan media yang dapat membantu anak memahami urutan aktivitas secara lebih konkret dan terstruktur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi awal kemandirian anak sebelum penggunaan media visual schedule, mengetahui langkah-langkah penerapan media visual schedule, serta mengetahui peningkatan kemandirian anak setelah penggunaan media visual schedule. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Subjek penelitian adalah seorang anak dengan Autism Spectrum Disorder. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, sedangkan analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum penggunaan media visual schedule anak masih sangat bergantung pada bantuan orang tua dalam kegiatan mandi dan berpakaian. Setelah penerapan media visual schedule, kemampuan kemandirian anak mengalami peningkatan secara bertahap. Anak mulai mampu mengambil handuk sendiri, melepas pakaian, membasahi tubuh, membasil tubuh, mengambil pakaian, memakai baju, serta memakai celana secara lebih mandiri meskipun pada beberapa tahapan masih memerlukan sedikit arahan dari orang tua. Dengan demikian, media visual schedule efektif dalam meningkatkan kemandirian anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD).

Kata Kunci: *Visual Schedule, Kemandirian, Autism Spectrum Disorder (ASD).*

A. Pendahuluan

Autism Spectrum Disorder (ASD) merupakan gangguan perkembangan neurologis yang memengaruhi kemampuan komunikasi, interaksi sosial, dan perilaku individu. Anak dengan ASD umumnya mengalami hambatan dalam memahami instruksi, berinteraksi dengan lingkungan, serta melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri (I. Zulkarnain et al., n.d.) Data World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa sekitar 1 dari 160 anak di dunia mengalami ASD, sedangkan di Indonesia diperkirakan terdapat sekitar 2,4 juta anak dengan autisme. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya upaya intervensi yang tepat untuk mendukung perkembangan anak dengan ASD, termasuk dalam aspek kemandirian (Wahyuni & Santosa, n.d.)

Kemandirian merupakan kemampuan individu untuk melakukan aktivitas tanpa ketergantungan yang tinggi pada bantuan orang lain (Pratiwi & Nurjanah, n.d.) Pada anak usia dini, kemandirian mencakup kemampuan mengurus diri sendiri, seperti makan, mandi, dan berpakaian (Damayanti & Lestari, n.d.). Namun, anak dengan ASD sering mengalami hambatan dalam keterampilan bina diri karena kesulitan memahami instruksi verbal, meniru perilaku, serta mengikuti urutan kegiatan secara sistematis (Wahyuni & Santosa, n.d.) Kondisi tersebut menyebabkan anak masih memerlukan bantuan dan arahan dari orang tua dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. (Andriani et al., n.d.)

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan orang tua subjek penelitian, diketahui bahwa anak masih mengalami kesulitan dalam kegiatan mandi dan berpakaian. Anak sering menunjukkan penolakan ketika diminta mandi dan belum mampu melakukan seluruh tahapan kegiatan secara mandiri. Beberapa aktivitas seperti mengambil handuk, melepas pakaian, menyabuni tubuh, membasil tubuh, serta mengenakan pakaian masih memerlukan bantuan dan arahan secara terus-menerus dari orang tua. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya strategi yang dapat membantu anak memahami urutan aktivitas secara lebih konkret dan terstruktur (Andriani et al., n.d.).

Salah satu media yang dapat digunakan untuk mendukung kemandirian anak dengan ASD adalah visual schedule (Rahmah & Murtadlo, n.d.). Visual schedule merupakan media berbasis visual yang berisi rangkaian gambar atau simbol yang disusun secara berurutan untuk menunjukkan tahapan suatu kegiatan (Rahmah & Murtadlo, n.d.) Media ini membantu anak memahami aktivitas yang akan dilakukan, mengurangi ketergantungan terhadap instruksi verbal, serta meningkatkan kemampuan mengikuti rutinitas secara mandiri (Annisi, 2022a). Penggunaan media visual juga sejalan dengan pendekatan TEACCH yang menekankan pentingnya lingkungan belajar yang terstruktur dan berbasis visual bagi anak dengan ASD. Selain itu, teori Applied Behavior Analysis (ABA) menjelaskan bahwa anak dengan ASD belajar lebih efektif melalui instruksi yang jelas, pengulangan, dan bantuan visual yang konsisten. (Rismawati & Wahyuningsih, n.d.)

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa visual schedule efektif dalam meningkatkan perilaku mandiri dan keterampilan aktivitas sehari-hari pada anak dengan ASD. Rismawati dan Wahyuningsih (2021) menemukan bahwa visual schedule dapat meningkatkan perilaku mandiri sekaligus mengurangi ketergantungan anak terhadap arahan orang dewasa. Penelitian Dani dan Leylasari (2023) juga menunjukkan bahwa visual scheSalah satu media yang dapat digunakan untuk mendukung kemandirian anak dengan ASD adalah visual schedule. Visual schedule merupakan media berbasis visual yang berisi rangkaian gambar atau simbol yang disusun secara berurutan untuk menunjukkan tahapan suatu kegiatan.

Anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) memiliki karakteristik belajar yang berbeda dibandingkan anak pada umumnya. Sebagian besar anak dengan ASD lebih mudah memahami informasi yang disajikan dalam bentuk visual dibandingkan instruksi verbal. Kesulitan dalam memproses bahasa lisan sering menyebabkan anak mengalami kebingungan ketika harus mengikuti beberapa tahapan kegiatan secara berurutan. Oleh karena itu, penyajian informasi melalui media visual menjadi salah satu strategi yang efektif untuk membantu anak memahami urutan aktivitas, meningkatkan fokus, serta mengurangi ketergantungan terhadap bantuan orang lain selama melakukan kegiatan sehari-hari. (Rika et al., n.d.)

Kemandirian dalam melakukan aktivitas bina diri merupakan salah satu aspek perkembangan adaptif yang perlu dikembangkan sejak usia dini. Kemampuan mandi dan berpakaian tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan dasar anak, tetapi juga berpengaruh terhadap rasa percaya diri, tanggung jawab, serta kemampuan berpartisipasi dalam kehidupan sosial. Bagi anak dengan ASD, penguasaan keterampilan bina diri menjadi indikator penting dalam meningkatkan kualitas hidup karena memungkinkan anak menjalankan aktivitas sehari-hari dengan bantuan yang semakin berkurang dari orang tua maupun pendamping.

Penerapan media visual schedule tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu belajar, tetapi juga sebagai sarana untuk menciptakan lingkungan yang lebih terstruktur dan dapat diprediksi oleh anak. Lingkungan yang terstruktur membantu anak memahami apa yang harus dilakukan, kapan kegiatan dilakukan, dan urutan langkah yang harus diikuti. Dengan demikian, anak memiliki kesempatan untuk berlatih menyelesaikan setiap tahapan kegiatan secara bertahap hingga akhirnya mampu melakukannya secara lebih mandiri. Pendekatan ini juga dapat mengurangi kecemasan yang sering muncul akibat perubahan rutinitas atau instruksi yang kurang dipahami oleh anak (Rismawati & Wahyuningsih, n.d.)

Beberapa penelitian terdahulu telah membuktikan efektivitas penggunaan visual schedule dalam meningkatkan perilaku adaptif anak dengan ASD. Namun, sebagian besar penelitian tersebut masih berfokus pada peningkatan kemampuan mengikuti rutinitas sekolah, perilaku belajar, maupun aktivitas sehari-hari secara umum. Penelitian yang secara khusus mengevaluasi penggunaan visual schedule dalam melatih kemandirian pada kegiatan mandi dan berpakaian melalui pendekatan studi kasus evaluatif masih relatif terbatas. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang dapat memberikan gambaran secara lebih mendalam mengenai proses penerapan media tersebut serta perubahan kemampuan anak setelah intervensi diberikan (Saputra & Hapsari, n.d.)

Penelitian ini memiliki nilai kebaruan karena memfokuskan evaluasi penerapan visual schedule pada dua keterampilan bina diri yang sangat penting, yaitu mandi dan berpakaian, dengan melibatkan orang tua sebagai pendamping utama selama proses intervensi. Keterlibatan orang tua diharapkan mampu menciptakan konsistensi penerapan media di lingkungan rumah sehingga perkembangan kemandirian anak dapat diamati secara berkelanjutan. Hasil penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan manfaat bagi orang tua dan pendidik, tetapi juga menjadi referensi dalam pengembangan strategi pembelajaran berbasis visual yang sesuai dengan karakteristik anak Autism Spectrum Disorder (ASD) (Ramadhany et al., n.d.)

Media ini membantu anak memahami aktivitas yang akan dilakukan, mengurangi ketergantungan terhadap instruksi verbal, serta meningkatkan kemampuan mengikuti rutinitas secara mandiri. Penggunaan media visual juga sejalan dengan pendekatan TEACCH yang menekankan pentingnya lingkungan belajar yang terstruktur dan berbasis visual bagi anak dengan ASD. Selain itu, teori Applied Behavior Analysis (ABA) menjelaskan bahwa anak dengan ASD belajar lebih efektif melalui instruksi yang jelas, pengulangan, dan bantuan visual yang konsisten (Sari et al., n.d.)

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi awal kemandirian anak sebelum penggunaan media visual schedule, mendeskripsikan langkah-langkah penerapan media visual schedule, serta mengevaluasi perubahan kemandirian anak setelah penggunaan media visual schedule. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan strategi pembelajaran berbasis visual untuk meningkatkan kemandirian anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). (Damayanti & Lestari, n.d.)

B. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus evaluatif. Metode ini digunakan untuk mengevaluasi penerapan media visual schedule dalam melatih kemandirian anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) pada aktivitas mandi dan berpakaian. Studi kasus evaluatif dipilih karena penelitian berfokus pada satu subjek secara mendalam untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi awal, proses penerapan, dan perubahan kemandirian setelah intervensi diberikan (Hidayat & Kurniawati, n.d.)

Subjek penelitian adalah seorang anak laki-laki berusia 6 tahun yang telah terdiagnosis Autism Spectrum Disorder (ASD) dan berdomisili di Kabupaten Bandung. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive berdasarkan pertimbangan bahwa anak masih mengalami hambatan kemandirian dalam aktivitas mandi dan berpakaian serta memerlukan bantuan orang tua dalam menjalankan tahapan kegiatan tersebut.

Pengumpulan data dilaksanakan selama tiga minggu melalui teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati kemampuan kemandirian anak sebelum, selama, dan setelah penerapan media visual schedule. Wawancara dilakukan kepada orang tua untuk memperoleh informasi mengenai kondisi awal anak, proses penerapan media, serta perubahan perilaku yang muncul selama penelitian. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data penelitian berupa foto kegiatan, catatan lapangan, dan hasil observasi.

Penerapan media visual schedule dilakukan dengan menyajikan tahapan kegiatan mandi dan berpakaian dalam bentuk gambar yang disusun secara berurutan. Media digunakan sebagai panduan visual untuk membantu anak memahami langkah-langkah kegiatan secara konkret dan terstruktur. Orang tua berperan sebagai fasilitator yang mendampingi anak selama proses penerapan media. (Rahmah & Murtadlo, n.d.)

Analisis data menggunakan model Miles, Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi teknik dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi sehingga diperoleh data yang lebih valid dan terpercaya. Hasil analisis kemudian digunakan untuk mengevaluasi perubahan kemandirian anak setelah penerapan media visual schedule.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Bandung dengan melibatkan seorang anak laki-laki berusia 6 tahun yang terdiagnosis Autism Spectrum Disorder (ASD). Penerapan media visual schedule dilakukan selama tiga minggu dengan melibatkan orang tua sebagai pendamping utama dalam kegiatan mandi dan berpakaian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media visual schedule memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemandirian anak dalam aktivitas sehari-hari.

Hasil Temuan Observasi Minggu Pertama

Tabel 1. Observasi kegiatan Mandi

No	Aspek yang diamati	BM	MB	BSH	BSB
1	Mengambil perlengkapan mandi (handuk, sabun) dengan arahan minimal	✓			
2	Melepas pakaian sebelum mandi		✓		
3	Membasahi tubuh secara mandiri		✓		
4	Menggunakan sabun pada bagian tubuh yang sesuai dengan arahan minimal		✓		
5	Membilas tubuh dengan bersih		✓		
6	Mengeringkan tubuh setelah mandi dengan bantuan minimal	✓			

Tabel 2. Observasi Kegiatan Berpakaian

No	Aspek yang diamati	BB	MB	BSH	BSB
1	Mengambil pakian sendiri sesuai arahan media		✓		
2	Memakai baju sendiri dengan arahan minimal	✓			
3	Memakai celana sendiri dengan arahan minimal	✓			
4	Menyesuaikan posisi pakaian (tidak terbalik)	✓			

Hasil Temuan Observasi Minggu Kedua**Tabel 3.** Observasi Kegiatan Mandi

No	Aspek yang diamati	BM	MB	BSH	BSB
1	Mengambil perlengkapan mandi (handuk, sabun) dengan arahan minimal		✓		
2	Melepas pakaian sebelum mandi			✓	
3	Membasahi tubuh secara mandiri			✓	
4	Menggunakan sabun pada bagian tubuh yang sesuai dengan arahan minimal		✓		
5	Membilas tubuh dengan bersih			✓	
6	Mengeringkan tubuh setelah mandi dengan bantuan minimal	✓			

Tabel 4. Observasi Kegiatan Mandi

No	Aspek yang diamati	BB	MB	BSH	BSB
1	Mengambil pakian sendiri sesuai arahan media			✓	
2	Memakai baju sendiri dengan arahan minimal		✓		
3	Memakai celana sendiri dengan arahan minimal		✓		
4	Menyesuaikan posisi pakaian (tidak terbalik)		✓		

Hasil Temuan Observasi Minggu Ketiga**Tabel 5.** Observasi Kegiatan Mandi

No	Aspek yang diamati	BM	MB	BSH	BSB
1	Mengambil perlengkapan mandi (handuk, sabun) dengan arahan minimal				✓
2	Melepas pakaian sebelum mandi			✓	
3	Membasahi tubuh secara mandiri				✓
4	Menggunakan sabun pada bagian tubuh yang sesuai dengan arahan minimal			✓	
5	Membilas tubuh dengan bersih				✓
6	Mengeringkan tubuh setelah mandi dengan bantuan minimal			✓	

Tabel 6. Observasi Kegiatan Berpakaian

No	Aspek yang diamati	BB	MB	BSH	BSB
1	Mengambil pakain sendiri sesuai arahan media				✓
2	Memakai baju sendiri dengan arahan minimal				✓
3	Memakai celana sendiri dengan arahan minimal				✓
4	Menyesuaikan posisi pakaian (tidak terbalik)			✓	

Keterangan: BB = Belum Berkembang; MB = Mulai Berkembang; BSH = Berkembang Sesuai Harapan; BSB = Berkembang Sangat Baik.

Sumber: Data Penelitian 2026.

Analisis dan Pembahasan

Kondisi Awal Kemandirian Anak Sebelum Penggunaan Media Visual Schedule

Berdasarkan hasil observasi minggu pertama, kemampuan kemandirian anak dalam kegiatan mandi dan berpakaian masih berada pada kategori Belum Berkembang (BM) dan Mulai Berkembang (MB). Anak masih memerlukan bantuan orang tua dalam mengambil perlengkapan mandi, mengeringkan tubuh setelah mandi, memakai baju, memakai celana, serta menyesuaikan posisi pakaian. Selain itu, anak juga masih membutuhkan arahan verbal pada hampir seluruh tahapan kegiatan. Hasil tersebut diperkuat oleh wawancara dengan orang tua yang menyatakan bahwa anak belum mampu melakukan kegiatan mandi dan berpakaian secara mandiri. Orang tua mengungkapkan bahwa:

“Sebelum menggunakan visual schedule, A masih harus dibimbing terus saat mandi dan berpakaian. Kalau tidak diarahkan, A sering berhenti atau tidak melanjutkan kegiatan berikutnya.”

Temuan ini menunjukkan bahwa anak masih mengalami kesulitan dalam memahami urutan kegiatan secara mandiri (H. Zulkarnain et al., n.d.) Kondisi tersebut sejalan dengan karakteristik anak Autism Spectrum Disorder (ASD) yang mengalami hambatan dalam memahami instruksi verbal, mengorganisasi aktivitas, dan mengikuti urutan kegiatan sehari-hari. Individu yang belum mampu melakukan aktivitas self-care secara mandiri memerlukan bantuan dan bimbingan dari lingkungan terdekat hingga kemampuan kemandiriannya berkembang secara optimal. (Andriani et al., n.d.)

Temuan tersebut menunjukkan bahwa hambatan kemandirian anak tidak hanya disebabkan oleh keterbatasan dalam melakukan aktivitas bina diri, tetapi juga oleh kesulitan dalam memahami urutan langkah-langkah kegiatan secara sistematis. Anak cenderung menunggu instruksi atau bantuan dari orang tua sebelum melanjutkan ke tahapan berikutnya. Kondisi ini mengindikasikan bahwa kemampuan anak dalam mengorganisasi aktivitas sehari-hari masih memerlukan dukungan berupa media atau strategi pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik belajar anak ASD. Menurut (Wahyuni & Santosa, n.d.) anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) memerlukan strategi pembelajaran yang terstruktur dan konsisten agar mampu memahami serta melaksanakan aktivitas sehari-hari secara lebih mandiri.

Hasil observasi juga menunjukkan bahwa arahan verbal yang diberikan orang tua belum sepenuhnya membantu anak menyelesaikan kegiatan mandi dan berpakaian secara mandiri. Anak masih sering berhenti di tengah aktivitas, menunggu instruksi berikutnya, atau memerlukan bantuan fisik pada beberapa tahapan kegiatan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa instruksi verbal saja belum cukup efektif bagi anak dengan ASD yang memiliki kecenderungan lebih mudah memahami informasi dalam bentuk visual dibandingkan bahasa lisan. Temuan ini sejalan dengan pendapat (H. Zulkarnain et al., n.d.) yang menyatakan bahwa media visual dapat membantu anak berkebutuhan khusus dalam memahami informasi, meningkatkan fokus, serta mempermudah pelaksanaan aktivitas yang dilakukan secara berurutan.

Berdasarkan temuan tersebut, kondisi awal kemandirian anak menjadi dasar penting dalam menentukan intervensi yang sesuai, yaitu melalui penggunaan media visual schedule. Media ini dipilih karena mampu menyajikan tahapan kegiatan secara konkret dan berurutan sehingga diharapkan

dapat membantu anak memahami aktivitas mandi dan berpakaian dengan lebih mudah. Dengan demikian, penerapan visual schedule diharapkan tidak hanya mengurangi ketergantungan anak terhadap bantuan orang tua, tetapi juga meningkatkan kemampuan anak dalam melakukan aktivitas bina diri secara bertahap dan mandiri (Rahmah & Murtadlo, n.d.)

Penerapan Media Visual Schedule dalam Melatih Kemandirian Anak ASD

Penerapan media visual schedule dilakukan selama tiga minggu dengan menggunakan gambar-gambar yang menunjukkan urutan kegiatan mandi dan berpakaian secara sistematis. Media diperkenalkan terlebih dahulu kepada anak, kemudian digunakan sebagai panduan selama pelaksanaan aktivitas sehari-hari. Orang tua berperan sebagai fasilitator yang memberikan arahan dan penguatan positif selama penggunaan media. Berdasarkan hasil wawancara, orang tua menyampaikan bahwa anak menunjukkan ketertarikan ketika pertama kali melihat media visual schedule. Ketertarikan anak terhadap media menunjukkan bahwa penggunaan visual schedule mampu meningkatkan perhatian anak terhadap aktivitas yang akan dilakukan. Hal ini sejalan dengan pendekatan TEACCH yang menekankan penggunaan dukungan visual untuk membantu anak ASD memahami lingkungan dan rutinitas secara lebih terstruktur. Selain itu, teori Applied Behavior Analysis (ABA) menjelaskan bahwa pembelajaran yang disajikan secara konkret, konsisten, dan berulang dapat membantu meningkatkan kemampuan adaptif anak dengan ASD.

Selama proses penerapan, anak mulai terbiasa mengikuti tahapan kegiatan dengan melihat gambar-gambar yang disusun secara berurutan pada visual schedule. Meskipun pada awalnya anak masih memerlukan arahan dari orang tua, secara bertahap intensitas bantuan verbal mulai berkurang karena anak dapat mengamati dan mengikuti petunjuk yang terdapat pada media. Hal tersebut menunjukkan bahwa visual schedule berfungsi sebagai petunjuk visual yang membantu anak memahami urutan aktivitas secara lebih konkret sehingga proses belajar menjadi lebih terarah. Temuan ini sejalan dengan (Rahmah & Murtadlo, n.d.) yang menyatakan bahwa visual schedule dapat membantu anak autis memahami tahapan kegiatan serta meningkatkan kemampuan mengikuti rutinitas secara lebih mandiri.

Keberhasilan penerapan media visual schedule juga tidak terlepas dari peran orang tua sebagai pendamping utama selama kegiatan berlangsung. Orang tua tidak hanya mengenalkan cara menggunakan media, tetapi juga memberikan arahan, motivasi, dan penguatan positif ketika anak berhasil menyelesaikan setiap tahapan kegiatan. Pendampingan yang dilakukan secara konsisten membantu anak membangun kebiasaan dalam melakukan aktivitas mandi dan berpakaian secara bertahap. Temuan ini didukung oleh (Andriani et al., n.d.) yang menjelaskan bahwa keterlibatan orang tua memiliki peran penting dalam menumbuhkan kemandirian anak melalui pemberian bimbingan yang berkesinambungan sesuai dengan kebutuhan anak.

Selain meningkatkan pemahaman terhadap urutan kegiatan, penggunaan visual schedule juga menciptakan proses pembelajaran yang lebih terstruktur dan mudah diprediksi oleh anak. Kondisi tersebut membuat anak lebih siap dalam melakukan aktivitas karena mengetahui langkah yang harus dilakukan berikutnya. Dengan adanya pengulangan penggunaan media selama tiga minggu, anak memperoleh kesempatan untuk membentuk kebiasaan dan meningkatkan kemampuan bina diri secara bertahap. Hasil ini selaras dengan penelitian (Annisi, 2022b; Wahyuni & Santosa, n.d.) yang menunjukkan bahwa penggunaan media berbasis visual secara konsisten mampu meningkatkan perilaku adaptif dan kemandirian anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD).

Peningkatan Kemandirian Anak Setelah Penggunaan Media Visual Schedule

Berdasarkan hasil observasi minggu kedua dan minggu ketiga, terlihat adanya peningkatan kemampuan kemandirian anak dalam kegiatan mandi dan berpakaian. Pada minggu kedua beberapa indikator mulai berkembang, seperti kemampuan melepas pakaian sebelum mandi, membasahi tubuh secara mandiri, membasahi tubuh dengan bersih, serta mengambil pakaian sendiri sesuai arahan media. Sementara itu, pada minggu ketiga sebagian besar indikator telah mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dan Berkembang Sangat Baik (BSB). Perubahan tersebut juga diperkuat oleh hasil wawancara dengan orang tua yang menyatakan bahwa anak mulai mengikuti urutan kegiatan secara lebih mandiri. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa media visual schedule membantu anak memahami urutan kegiatan secara lebih konkret sehingga mengurangi ketergantungan terhadap bantuan verbal dari orang tua. Pada minggu ketiga anak telah mampu mengambil perlengkapan mandi,

membasahi tubuh, membilas tubuh, mengambil pakaian, memakai baju, dan memakai celana secara lebih mandiri dibandingkan sebelum penerapan media.

Peningkatan kemandirian yang terjadi menunjukkan bahwa penggunaan visual schedule mampu membantu anak memahami urutan kegiatan secara lebih jelas dan sistematis. Penyajian langkah-langkah kegiatan dalam bentuk gambar memudahkan anak mengingat tahapan yang harus dilakukan tanpa harus selalu menunggu instruksi dari orang tua. Dengan demikian, anak menjadi lebih percaya diri dalam menyelesaikan aktivitas mandi dan berpakaian secara mandiri. Temuan ini sejalan dengan pendapat (Fitriyani & Rahman, n.d.; Rahmah & Murtadlo, n.d.) yang menyatakan bahwa visual schedule merupakan media visual yang efektif untuk membantu anak autisme mengikuti urutan aktivitas serta meningkatkan kemampuan dalam menjalankan rutinitas sehari-hari.

Peningkatan kemampuan anak juga menunjukkan bahwa pembelajaran yang dilakukan secara konsisten dan berulang memberikan dampak positif terhadap perkembangan keterampilan bina diri. Selama tiga minggu penerapan, anak memperoleh kesempatan untuk berlatih menggunakan media yang sama pada aktivitas yang sama sehingga terbentuk kebiasaan dalam melakukan setiap tahapan kegiatan. Hasil tersebut sesuai dengan prinsip Applied Behavior Analysis (ABA) yang menekankan pentingnya pengulangan, penguatan positif, dan konsistensi dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan perilaku adaptif pada anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Temuan ini juga didukung oleh penelitian (Rismawati & Wahyuningsih, n.d.) yang menunjukkan bahwa penggunaan visual schedule secara konsisten dapat meningkatkan kemandirian anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Rismawati & Wahyuningsih, n.d.) yang menyatakan bahwa visual schedule efektif dalam meningkatkan perilaku mandiri anak ASD serta mengurangi ketergantungan terhadap arahan orang dewasa. Temuan ini didukung oleh penelitian (Iftitah et al., n.d.) yang menunjukkan bahwa penggunaan visual schedule dapat meningkatkan kemampuan Activity of Daily Living (ADL) pada anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Dengan demikian, media visual schedule terbukti efektif dalam membantu meningkatkan kemandirian anak ASD, khususnya dalam kegiatan mandi dan berpakaian.

Meskipun sebagian besar indikator mengalami peningkatan hingga mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dan Berkembang Sangat Baik (BSB), pada beberapa tahapan anak masih memerlukan sedikit arahan, terutama ketika menghadapi aktivitas yang membutuhkan ketelitian, seperti menyesuaikan posisi pakaian. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan kemandirian merupakan proses yang berlangsung secara bertahap dan memerlukan latihan yang berkesinambungan. Oleh karena itu, penggunaan visual schedule perlu diterapkan secara konsisten dengan dukungan orang tua sebagai pendamping agar kemampuan yang telah dicapai dapat dipertahankan dan terus berkembang. Temuan ini sejalan dengan (Andriani et al., n.d.) yang menjelaskan bahwa keterlibatan orang tua berperan penting dalam mendukung perkembangan kemandirian anak melalui pendampingan yang dilakukan secara berkelanjutan.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan kemandirian anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) dalam kegiatan mandi dan berpakaian sebelum penggunaan media visual schedule masih belum optimal. Anak masih memerlukan bantuan dan arahan orang tua pada sebagian besar tahapan kegiatan sehingga menunjukkan tingkat ketergantungan yang cukup tinggi. Penerapan media visual schedule dilakukan melalui penyajian gambar-gambar yang disusun secara berurutan untuk membantu anak memahami langkah-langkah kegiatan mandi dan berpakaian secara lebih konkret dan terstruktur. Selama proses penerapan, orang tua berperan sebagai fasilitator yang memberikan pendampingan dan penguatan positif kepada anak. (Nuryani et al., n.d.)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media visual schedule memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemandirian anak. Kemampuan anak mengalami perkembangan secara bertahap dari minggu pertama hingga minggu ketiga, yang ditunjukkan dengan meningkatnya kemampuan dalam mengambil perlengkapan mandi, melepas pakaian, membasahi tubuh, membilas tubuh, mengambil pakaian, memakai baju, dan memakai celana secara lebih mandiri. Dengan demikian, media visual schedule dapat menjadi salah satu alternatif media pembelajaran yang efektif untuk melatih dan meningkatkan kemandirian anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD), khususnya dalam kegiatan mandi dan berpakaian. (Wahyuni & Santosa, n.d.)

Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan lebih banyak subjek penelitian serta menerapkan media visual schedule pada berbagai aktivitas bina diri lainnya agar diperoleh gambaran yang lebih luas mengenai efektivitas penggunaan media tersebut dalam mendukung perkembangan kemandirian anak dengan ASD.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Allah Swt. atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan serta Program Studi Pendidikan Guru Anak Usia Dini Universitas Islam Bandung yang telah memberikan dukungan selama proses penyusunan penelitian. Ucapan terima kasih disampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang berharga selama pelaksanaan penelitian dan penulisan artikel ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada orang tua subjek penelitian yang telah bersedia berpartisipasi dan mendukung seluruh proses penelitian. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan anak usia dini dan pendidikan bagi anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD).

Daftar Pustaka

- Amalia, A., Dudi Suhardini, A., & Masnipal. (2025). Kolaborasi PAUD dengan Orang Tua dalam Memenuhi Standar Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Riset Pendidikan Guru Paud*, 135–142. <https://doi.org/10.29313/jrpgp.v5i2.8358>
- Andriani, R., Nurhasanah, & Rosita, D. (n.d.). Peran Orang Tua dalam Menumbuhkan Kemandirian Anak Down Syndrome. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 19(2). <https://doi.org/10.21831/jpk.v19i2.52944>
- Annisi, M. P. (2022a). *Pemanfaatan Aplikasi Autism Schedule Day Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Dengan Autism Spectrum Disorder (ASD)*.
- Annisi, M. P. (2022b). *Penggunaan Aplikasi ASD (Autism Schedule Day) Dalam Meningkatkan Penggunaan Waktu Luang Anak Dengan Spektrum Autis*.
- Damayanti, R., & Lestari, A. (n.d.). Pengembangan Kemandirian Anak Usia Dini Melalui Pembiasaan Di Rumah. *Jurnal Golden Age*, 6(2), 85–92.
- Fitriyani, E., & Rahman, A. (n.d.). Kemandirian Anak Usia Dini Dalam Perspektif Psikologi Perkembangan. *Jurnal PAUD Nusantara*, 5(1), 45–52.
- Hidayat, T., & Kurniawati, D. (n.d.). Analisis Data Dalam Penelitian Kualitatif: Konsep Dan Praktik. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 1349–1356.
- Hutami, S., & Sobarna, A. (2021). Hubungan Pola Asuh Orang Tua terhadap Kemandirian Anak Usia Dini di RA X. *Jurnal Riset Pendidikan Guru Paud*, 1(2), 124–129. <https://doi.org/10.29313/jrpgp.v1i2.534>
- Ifitah, K., R., & Megaswarie, R. N. (n.d.). Intervensi Dini Berbasis Visual Schedule Untuk Melatih Kemandirian Anak Dengan Disabilitas Intelektual Ringan. *SPEED Journal: Journal Of Special Education*, 9(1), 23–34. <https://doi.org/10.31537/Speed.V9i1.2420>
- Mansir, F., Harmathilda, Yudi Ali Akbar, M., Rahmadani, A., & Ushuluddin, A. (2025). Sistem Pendidikan dan Perlindungan Anak yang Preventif di Indonesia: Perspektif HAM. *Jurnal Riset Pendidikan Guru Paud*, 105–114. <https://doi.org/10.29313/jrpgp.v5i2.8520>

- Nuryani, S. A., Suhardini, A. D., & Nur Inten, D. (n.d.). Pola Pengasuhan Ibu Sebagai Orang Tua Tunggal Dalam Membina Kemandirian Fisik Anak. *Jurnal Riset Pendidikan Guru PAUD*, 4(2), 5108.
- Pratiwi, L. R., & Nurjanah, S. (n.d.). Peran Regulasi Diri Dalam Pembentukan Kemandirian Anak Usia Dini. *Jurnal PAUD Nusantara*, 5(2), 87–94.
- Rahmah, A., & Murtadlo, M. (n.d.). Pemanfaatan Visual Schedule Pada Aktivitas Pembelajaran Anak Autis Kelas Dasar Di SLB B-C Santi Mulia Surabaya. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 19(1).
- Ramadhany, A. S., Hadis, A., & Zulfitriah, Z. (n.d.). The Effectiveness Of Visual Schedule s To Improve Activity Of Daily Living Skills In Autistic Children In Special Schools. *Pinisi Journal of Education*.
- Rika, S., Yanti, D., & Intani, R. (n.d.). Analisis Perkembangan Kemandirian Dan Penyesuaian Diri Anak Usia 7–9 Tahun. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 9(1), 33–40.
- Rismawati, A., & Wahyuningsih, S. (n.d.). Efektivitas Penggunaan Visual Schedule Dalam Meningkatkan Perilaku Mandiri Anak ASD. *Jurnal Inklusif*, 6(1), 23–32.
- Saputra, I., & Hapsari, T. (n.d.). Penerapan Pendekatan Visual untuk Mendukung Aktivitas Daily Living Skill Anak Autis. *Jurnal Pendidikan Inklusif*, 9(1), 72–81.
- Sari, Y. A. R., Despalantri, E., & Gustina, S. R. (n.d.). Penerapan Picture Exchange Communication System (PECS) pada Anak Autism Spectrum Disorder. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 20(2). <https://doi.org/10.21831/jpk.v20i2.79245>
- Wahyuni, A., & Santosa, H. (n.d.). Strategi Pembelajaran Untuk Anak Dengan Autisme Dalam Mengembangkan Kemandirian. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 17(2), 112–120.
- Zulkarnain, H., Mahendra, A., & Supriyadi, D. (n.d.). Peran Visual Dalam Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Psikopedagogi*, 11(3), 200–210.
- Zulkarnain, I., Pranata, B., & Maulana, H. (n.d.). Karakteristik Anak Dengan Autism Spectrum Disorder Dalam Konteks Pendidikan. *Jurnal Psikologi Dan Anak Berkebutuhan Khusus*, 7(1), 23–31.