

## Fostering Children's Independence: Behavioral Modification Strategies for Diaper Dependency

### Melatih Kemandirian Anak: Strategi Modifikasi Perilaku pada Ketergantungan Pampers

Putu Riana Artyanti Putri<sup>1</sup>

Department of Psychology,  
Universitas Pendidikan Nasional, Indonesia  
Email: [rianaputri@undiknas.ac.id](mailto:rianaputri@undiknas.ac.id)

Putu Ayu Onik Pratidina<sup>2</sup>

Department of Psychology,  
Universitas Pendidikan Nasional, Indonesia  
Email: [onikpratidina@undiknas.ac.id](mailto:onikpratidina@undiknas.ac.id)

Ratna Devy Winayanti<sup>3</sup>

Department of Psychology,  
Universitas Pendidikan Nasional, Indonesia  
Email: [devywinayanti@undiknas.ac.id](mailto:devywinayanti@undiknas.ac.id)

Dita Lestari<sup>4</sup>

Prodi PIAUD Fakultas Tarbiyah dan Tadris,  
UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu  
Email: [ditalestari@mail.uinfasbengkulu.ac.id](mailto:ditalestari@mail.uinfasbengkulu.ac.id)

Fiqih Amalia<sup>5</sup>

Prodi Bimbingan dan Konseling Islam,  
Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung  
Email: [fiqihamalia@radenintan.ac.id](mailto:fiqihamalia@radenintan.ac.id)

#### Corespoden Author

Putu Riana Artyanti Putri

Department of Psychology, Universitas Pendidikan Nasional, Indonesia  
Email: [rianaputri@undiknas.ac.id](mailto:rianaputri@undiknas.ac.id)

#### Abstract

Children who were accustomed to using diapers often experienced difficulties in breaking this habit, requiring effective intervention strategies to enhance independence in using the toilet. This study aimed to evaluate the effectiveness of the modeling method in improving toilet training skills in children through video-based intervention and positive reinforcement. The research method used was an experimental approach with a Single-Subject Experimental Design (SSED) utilizing an A-B-A-B reversal design to observe behavioral changes before and after the intervention. The results indicated that the client was able to understand instructions and imitate toilet training behaviors from the provided video, showing an increase in the frequency and duration of not using diapers at home. However, the client still faced difficulties in defecating in the toilet and continued to use diapers in certain situations, such as at school or during sleep. The implications of this study suggested that the modeling method could be an effective strategy in establishing toilet training habits with consistent environmental support and appropriate reinforcement, making it applicable in broader educational and parenting contexts.

**Keyword :** Toilet training, modeling, reinforcement, children, intervention

#### Abstrak

Anak yang terbiasa menggunakan pampers sering mengalami kesulitan dalam melepas kebiasaan tersebut sehingga diperlukan strategi intervensi yang efektif untuk meningkatkan kemandirian dalam menggunakan toilet. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas metode modeling dalam meningkatkan keterampilan toilet training pada anak melalui intervensi berbasis video dan reinforcement positif. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain Single-Subject Experimental Design (SSED) menggunakan A-B-A-B reversal design untuk mengamati perubahan perilaku sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa klien mampu memahami instruksi dan meniru perilaku toilet training dari video yang diberikan serta mengalami peningkatan dalam frekuensi dan durasi tidak menggunakan pampers di rumah. Namun, klien masih mengalami kesulitan dalam buang air besar di kloset dan tetap menggunakan pampers dalam situasi tertentu seperti saat berada di sekolah atau tidur. Implikasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa metode modeling dapat menjadi strategi efektif dalam membentuk kebiasaan toilet training dengan dukungan lingkungan yang konsisten serta reinforcement yang tepat sehingga dapat diterapkan secara lebih luas dalam konteks pendidikan dan pengasuhan anak.

**Kata Kunci :** Toilet training, modeling, penguatan, anak, intervensi

Copyright (c) 2025 Putu Riana Artyanti Putri., dkk

Received 2025-02-11

Revised 2025-03-09

Accepted 2025-04-06



## LATAR BELAKANG

Kemandirian anak menjadi aspek penting dalam perkembangan mereka terutama dalam mengelola kebiasaan sehari-hari seperti toilet training (Mustika, 2024). Kemampuan anak mengontrol buang air sendiri tanpa bergantung pada pampers menjadi indikator kesiapan memasuki tahap perkembangan selanjutnya. Tidak semua anak dapat dengan mudah melewati fase ini. Beberapa anak masih menggunakan pampers hingga usia lebih tua dibandingkan norma perkembangan yang dapat menghambat kemandirian serta meningkatkan ketergantungan pada orang tua atau pengasuh. Fenomena ini menimbulkan kekhawatiran bagi orang tua terutama ketika anak sudah memasuki usia sekolah tetapi masih menunjukkan ketergantungan pada pampers (Karimah & Tedjasaputra, 2023).

Dalam kehidupan sehari-hari banyak orang tua menghadapi kesulitan melatih anak mereka untuk lepas dari pampers. Kesulitan ini tidak hanya berasal dari anak yang merasa nyaman dengan kebiasaan tersebut tetapi juga dari kurangnya pemahaman orang tua tentang cara efektif melakukan toilet training (Stephani, 2021). Beberapa orang tua menganggap toilet training sebagai sesuatu yang dapat terjadi secara alami tanpa perlu campur tangan aktif sementara yang lain terlalu terburu-buru mengharapkan hasil tanpa memperhatikan kesiapan anak. Akibatnya anak bisa mengalami stres cemas atau bahkan menolak toilet training karena merasa dipaksa untuk berubah (Nur et al., 2019).

Statistik menunjukkan sebagian besar anak mulai mengembangkan kemampuan toilet training pada usia 18 hingga 24 bulan. Penelitian dari American Academy of Pediatrics mengungkapkan sekitar 40% anak masih mengalami kesulitan mengendalikan buang air kecil atau besar hingga usia 3 tahun atau lebih (Nuryadi et al., 2019). Di Indonesia studi dari Pusat Kajian Anak Usia Dini menemukan sekitar 30% anak usia 3-4 tahun masih mengalami ketergantungan pada pampers yang sering kali disebabkan oleh pola asuh kurang konsisten dan minimnya stimulasi lingkungan. Survei terhadap orang tua di perkotaan menunjukkan 25% dari mereka menghadapi tantangan besar dalam toilet training anak mereka karena anak menunjukkan resistensi terhadap perubahan kebiasaan (Festiawan et al., 2020).

Dinamika permasalahan dalam toilet training sangat kompleks dan melibatkan berbagai faktor yang saling berkaitan. Salah satu faktor utama adalah kesiapan fisiologis anak. Beberapa anak mengalami keterlambatan dalam kontrol kandung kemih dan usus karena perkembangan sistem saraf yang belum sepenuhnya matang (Hadler & McFarland, 2015). Faktor lingkungan seperti pola asuh kurang konsisten dapat memperpanjang ketergantungan anak terhadap pampers. Orang tua terlalu permisif cenderung tidak memberikan batasan jelas sehingga anak merasa tidak ada urgensi beralih ke toilet. Sebaliknya orang tua terlalu otoriter sering kali membuat anak merasa tertekan yang justru menghambat proses toilet training (Desmita, 2010).

Selain faktor internal dan eksternal keterlibatan anak dalam aktivitas sosial memengaruhi kesiapan mereka dalam

melepaskan pampers. Anak-anak yang sering berinteraksi dengan teman sebaya yang sudah terbiasa menggunakan toilet cenderung lebih cepat meniru kebiasaan tersebut (Phares, 1988). Sebaliknya anak yang lebih banyak menghabiskan waktu di rumah dan tidak memiliki model yang dapat mereka contoh mengalami kesulitan memahami pentingnya toilet training. Kemandirian anak dalam hal ini tidak hanya bergantung pada kesiapan individu tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial (Maidartati & Latif, 2018).

Salah satu pendekatan efektif dalam mengatasi ketergantungan anak pada pampers adalah menerapkan strategi modifikasi perilaku. Menurut teori pembelajaran perilaku dari B.F. Skinner perilaku seseorang dapat dimodifikasi melalui reinforcement (penguatan) dan punishment (hukuman) (Van Nunen et al., 2015). Dalam konteks toilet training penguatan positif seperti memberikan pujian atau hadiah ketika anak berhasil menggunakan toilet dapat meningkatkan motivasi mereka. Sebaliknya hukuman atau paksaan berlebihan justru menimbulkan ketakutan dan resistensi pada anak yang malah memperlambat proses toilet training (Lopes et al., 2022).

Penelitian oleh Collins dan Coplan (2005) menunjukkan anak-anak yang mendapatkan reinforcement positif dalam toilet training lebih cepat mencapai kemandirian dibandingkan mereka yang tidak mendapatkan dorongan serupa. Studi oleh Mota dan Barros (2008) menemukan penggunaan jadwal rutin dan penghargaan konsisten meningkatkan keberhasilan toilet training pada anak usia 2-4 tahun. Temuan ini menunjukkan penerapan strategi berbasis perilaku menjadi solusi efektif dalam membantu anak melepaskan ketergantungan pada pampers.

Langkamp dan Pascoe (2001) berpendapat anak membutuhkan dukungan dari lingkungan mereka untuk mencapai keterampilan baru termasuk dalam hal toilet training. Dengan bimbingan yang tepat dan dorongan konsisten anak lebih mudah memahami dan menginternalisasi kebiasaan baru. Peran orang tua dan pengasuh sangat penting dalam menciptakan lingkungan kondusif bagi perkembangan kemandirian anak (Taubman et al., 2003).

Penelitian oleh Mota & Barros (2008) menunjukkan keterlibatan orang tua dalam menerapkan strategi perilaku yang konsisten berpengaruh terhadap keberhasilan toilet training. Anak-anak yang mendapatkan pendampingan sabar dan sistematis dari orang tua cenderung lebih cepat beradaptasi dan menunjukkan peningkatan dalam kontrol buang air (Kiddoo, 2012). Sebaliknya anak-anak yang tidak mendapatkan bimbingan cukup sering mengalami keterlambatan dalam toilet training yang pada akhirnya berpengaruh pada kemandirian mereka di masa depan (Choby & George, 2008).

Di Indonesia penelitian mengenai toilet training dan kemandirian anak masih tergolong terbatas. Beberapa studi menunjukkan faktor budaya berperan dalam menentukan keberhasilan toilet training (Mustika, 2024). Di beberapa daerah orang tua lebih membiarkan anak menggunakan pampers hingga usia lebih tua karena alasan kenyamanan dan kebersihan. Sebaliknya di daerah lain ada tekanan sosial lebih

kuat bagi anak untuk segera belajar menggunakan toilet yang dapat mempercepat proses toilet training (Karimah & Tedjasaputra, 2023).

Penelitian di beberapa negara menunjukkan tingkat keberhasilan toilet training dipengaruhi oleh ekspektasi orang tua dan metode yang digunakan (Stephani, 2021). Di Jepang pendekatan toilet training lebih berfokus pada penguatan positif dan konsistensi yang terbukti efektif dalam membantu anak mencapai kemandirian lebih cepat. Di beberapa negara Barat toilet training lebih fleksibel dan menyesuaikan dengan kesiapan individu anak yang dapat memperpanjang durasi ketergantungan pada pampers (Nur et al., 2019).

Berbagai penelitian menunjukkan strategi modifikasi perilaku memiliki peran penting dalam membantu anak melewati fase toilet training (Nuryadi et al., 2019). Dengan menerapkan pendekatan berbasis reinforcement positif dan konsistensi orang tua dapat membantu anak membangun kebiasaan lebih mandiri dalam mengelola kebutuhan buang air (Festiawan et al., 2020).

Orang tua perlu memahami setiap anak memiliki tempo perkembangan berbeda. Kesabaran dan penyesuaian metode toilet training dengan karakteristik dan kesiapan anak sangat diperlukan (Hadler & McFarland, 2015). Dengan dukungan tepat anak-anak dapat melewati fase ini dengan lebih mudah tanpa tekanan berlebihan (Desmita, 2010).

Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi bagaimana modifikasi perilaku dapat diterapkan secara efektif dalam membantu anak melepaskan ketergantungan pada pampers. Dengan memahami faktor-faktor yang berkontribusi terhadap keberhasilan toilet training diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan panduan bagi orang tua dan pengasuh dalam membantu anak mencapai kemandirian mereka.

Toilet training bukan hanya sekadar mengajarkan anak menggunakan toilet tetapi juga merupakan bagian dari proses pembentukan kemandirian mereka. Dengan pendekatan tepat dan lingkungan mendukung anak-anak dapat mengembangkan kebiasaan sehat dan siap menghadapi tahap perkembangan berikutnya dengan lebih percaya diri.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah metode eksperimen dengan desain Single-Subject Experimental Design (SSED) (Sugiyono, 2018). Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan toilet training pada anak melalui intervensi yang dirancang secara sistematis. Desain yang diterapkan adalah A-B-A-B reversal design, yang memungkinkan peneliti untuk mengukur perubahan perilaku anak sebelum, selama, dan setelah intervensi. Langkah awal dalam desain ini adalah pengukuran perilaku dasar anak tanpa intervensi (A<sub>1</sub>), diikuti dengan penerapan intervensi (B<sub>1</sub>), penghentian intervensi untuk melihat apakah perubahan perilaku bertahan tanpa bantuan eksternal (A<sub>2</sub>), dan akhirnya pemberian kembali intervensi untuk mengonfirmasi efektivitasnya (B<sub>2</sub>). Desain ini membantu dalam memahami dampak intervensi dengan

membandingkan berbagai kondisi eksperimental secara mendalam.

Untuk mengukur efektivitas intervensi, penelitian ini menggunakan alat ukur *Vineland Social Maturity Scale* (VSMS) bertujuan untuk mengetahui kematangan sosial dan kemandirian anak. VSMS terdiri dari 8 aspek, termasuk self-help general, self-help dressing, dan self-help eating yang dikombinasikan untuk mendapatkan data yang akurat. Observasi langsung digunakan untuk mencatat frekuensi dan durasi penggunaan pampers sebelum dan sesudah intervensi. Checklist perilaku toilet training dikembangkan untuk menilai tingkat kemandirian anak dalam menggunakan toilet. Selain itu, jurnal harian diisi oleh ibu dan nenek klien untuk mendokumentasikan perubahan perilaku sehari-hari yang mungkin tidak teramati selama sesi eksperimen. Rekaman video digunakan sebagai alat bantu dalam modeling, yang memungkinkan anak melihat dan meniru perilaku yang diharapkan. Sebagai bentuk reinforcement positif, token ekonomi diberikan dalam bentuk bintang atau stiker setiap kali anak berhasil menggunakan toilet dengan benar (Hasanah, 2017).

Eksperimen dimulai dengan tahap penetapan baseline (A<sub>1</sub>), di mana perilaku anak diamati selama 7 hari untuk mencatat pola penggunaan pampers dan kebiasaan toilet training yang sudah ada. Selama tahap ini, wawancara dengan ibu dan nenek klien dilakukan untuk memahami kebiasaan anak dan faktor-faktor lingkungan yang mungkin mempengaruhi toilet training. Setelah baseline ditetapkan, intervensi diberikan dalam tahap pemberian intervensi (B<sub>1</sub>), di mana anak diperkenalkan dengan video modeling tentang cara menggunakan toilet yang benar. Setiap keberhasilan dalam menggunakan toilet akan dihargai dengan token ekonomi sebagai motivasi. Selain itu, psikoedukasi diberikan kepada ibu dan nenek klien untuk memastikan mereka mendukung dan memperkuat perilaku yang diinginkan di rumah.

Setelah tahap intervensi pertama, dilakukan penghentian intervensi (A<sub>2</sub>) selama 5 hari untuk mengamati apakah perilaku toilet training anak tetap bertahan tanpa reinforcement eksternal. Jika terjadi regresi perilaku, intervensi diberikan kembali dalam tahap pemberian intervensi ulang (B<sub>2</sub>), menggunakan metode yang sama seperti sebelumnya. Langkah ini bertujuan untuk mengevaluasi apakah anak memerlukan dukungan tambahan untuk mempertahankan kebiasaan yang telah dipelajari atau apakah intervensi memiliki dampak jangka panjang yang kuat. Selama seluruh proses eksperimen, peneliti terus mencatat perubahan perilaku untuk menilai efektivitas pendekatan yang diterapkan.

Analisis hasil eksperimen dilakukan menggunakan metode visual inspection, di mana data yang diperoleh dari observasi dan catatan harian dianalisis dalam bentuk grafik tren perilaku. Perubahan dalam frekuensi dan durasi penggunaan pampers sebelum dan setelah intervensi menjadi salah satu indikator utama efektivitas program. Konsistensi perilaku toilet training setelah penghentian intervensi juga menjadi faktor kunci dalam menilai keberhasilan intervensi dalam jangka panjang. Selain itu,

respon dari ibu dan nenek klien terhadap efektivitas intervensi akan dipertimbangkan untuk memahami sejauh mana program ini dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari anak. Dengan pendekatan ini, penelitian dapat memberikan wawasan yang lebih dalam tentang strategi yang paling efektif untuk meningkatkan keterampilan toilet training anak secara berkelanjutan.

### HASIL PENELITIAN

Proses intervensi dalam penelitian ini melibatkan pengamatan pola perilaku anak sebelum dan sesudah

intervensi serta penerapan teknik reinforcement positif untuk memperkuat kebiasaan buang air kecil dan buang air besar di toilet. Data yang dikumpulkan mencakup frekuensi, durasi, serta konsistensi perilaku anak dalam menggunakan toilet tanpa pampers guna memahami perkembangan yang terjadi selama intervensi. Dengan demikian hasil penelitian ini akan menyajikan gambaran perubahan perilaku anak terhadap toilet training serta efektivitas strategi yang diterapkan dalam mendukung kemandirian anak dalam menggunakan toilet.

**Tabel 1. Perubahan RACS setelah Intervensi**

<i>Response</i>	<i>Antecedent</i>	<i>Consequences</i>	<i>Strength</i>
Klien mampu mengatakan ketika merasa ingin buang air kecil ataupun buang air besar meskipun klien tidak menggunakan pampers	Ketika Klien ingin buang air kecil atau buang air besar	Ibu dan Orang di lingkungan keluarga klien mulai membiasakan klien untuk tidak memakai pampers dan memahami tanda-tanda jika klien memiliki keinginan untuk buang air kecil atau buang air besar	<u>Frekuensi tidak menggunakan pampers dalam sehari:</u> 2 kali dalam sehari (saat pulang sekolah sampai waktu tidur siang dan saat setelah mandi sore sampai sebelum tidur malam). <u>Durasi tidak menggunakan pampers:</u> Saat siang hari dari pukul 12.00 hingga 14.00 (2 jam) Serta saat sore hari dari pukul 16.00 hingga 21.00 (5 jam) Total 7 jam <u>Intensitas tidak menggunakan pampers:</u> Cukup sering

Hasil temuan menunjukkan klien telah mampu mengomunikasikan keinginannya untuk buang air kecil maupun buang air besar meskipun tidak menggunakan pampers. Kemajuan ini terjadi sebagai respons terhadap upaya ibu dan anggota keluarga dalam membiasakan klien untuk tidak bergantung pada pampers serta memahami tanda-tanda ketika klien ingin buang air. Sebagai konsekuensi dari intervensi ini klien mulai meningkatkan frekuensi tidak menggunakan pampers dalam sehari yaitu dua kali pertama

setelah pulang sekolah hingga sebelum tidur siang dan kedua setelah mandi sore hingga sebelum tidur malam.

Dari segi durasi klien mampu tidak menggunakan pampers selama total tujuh jam per hari dengan rincian dua jam pada siang hari pukul 12.00–14.00 dan lima jam pada sore hingga malam hari pukul 16.00–21.00. Secara keseluruhan intensitas tidak menggunakan pampers pada klien tergolong cukup sering menunjukkan perkembangan yang positif dalam keterampilan toilet training.

**Tabel 2. Perubahan Durasi dan Kemampuan Toilet Training**

<i>Hari, Tanggal</i>	<i>Durasi Tidak Menggunakan Pampers</i>	<i>Kemampuan Toilet Training</i>
Rabu, 22 November 2017	2 jam	Klien masih mengompol
Kamis, 23 November 2017	7 jam	Bersedia buang air kecil di toilet tetapi masih harus diingatkan untuk ke toilet dan ditunggu nenek
Jumat, 24 November 2017	7 jam	Menunjukkan perilaku sebagai tanda ingin ke toilet, tetapi masih harus diingatkan dan ditunggu nenek
Sabtu, 25 November 2017	7 jam	Menunjukkan perilaku sebagai tanda ingin ke toilet, tetapi masih harus diingatkan dan ditunggu nenek
Minggu, 26 November 2017	0 jam (karena klien seharian jalan-jalan dengan keluarga)	Saat ingin buang air kecil klien tetap menyatakan dan meminta buang air kecil di toilet
Senin, 27 November 2017	7 jam	Klien sudah mulai terbiasa pergi ke toilet ketika merasa ingin buang air kecil tanpa harus ditemani nenek, dan baru memanggil nenek untuk membantu membersihkan.
Selasa, 28 November 2017	7 jam	Klien sudah mulai terbiasa pergi ke toilet ketika merasa ingin buang air kecil tanpa harus ditemani nenek, dan baru memanggil nenek untuk membantu membersihkan.

Rabu, November 2017	29	5 jam (karena sakit perut)	Klien mampu mengatakan sakit perut tetapi belum biasa buang air besar di toilet.
Kamis, November 2017	30	7 jam	Klien sudah mulai terbiasa pergi ke toilet ketika merasa ingin buang air kecil tanpa harus ditemani nenek, dan baru memanggil nenek untuk membantu membersihkan.

Data menunjukkan adanya perkembangan keterampilan toilet training pada klien seiring dengan peningkatan durasi tidak menggunakan pampers dalam sehari. Pada awal intervensi klien masih mengompol ketika tidak menggunakan pampers tetapi mulai menunjukkan kemajuan dengan bersedia buang air kecil di toilet meskipun harus diingatkan dan didampingi nenek. Setelah beberapa hari klien mulai menunjukkan tanda-tanda ingin ke toilet namun masih memerlukan pengingat serta pendampingan dari nenek. Pada Minggu 26 November meskipun tidak menjalani latihan secara penuh karena bepergian klien tetap menyatakan keinginannya untuk buang air kecil di toilet yang menunjukkan kesadaran dalam keterampilan toilet training.

Dalam beberapa hari berikutnya klien semakin terbiasa pergi ke toilet sendiri tanpa perlu ditemani nenek dan hanya membutuhkan bantuan saat membersihkan diri. Ketika mengalami sakit perut klien mampu menyatakan ketidaknyamanannya tetapi belum terbiasa buang air besar di toilet. Pada akhir periode intervensi klien menunjukkan peningkatan signifikan dengan kebiasaan pergi ke toilet sendiri menandakan keberhasilan dalam proses toilet training.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan perubahan signifikan dalam keterampilan toilet training anak setelah diberikan intervensi berbasis reinforcement positif. Perubahan ini mencerminkan bahwa proses pembelajaran perilaku yang didukung oleh interaksi sosial dan lingkungan memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan anak (Lopes et al., 2022). Frekuensi penggunaan toilet meningkat secara bertahap seiring dengan berjalannya waktu, menunjukkan bahwa metode intervensi yang diterapkan memiliki dampak yang positif terhadap kemandirian anak dalam buang air kecil dan buang air besar (Collins & Coplan, 2005).

Proses pembentukan kebiasaan baru dalam toilet training dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kesiapan anak, konsistensi pemberian reinforcement, dan dukungan lingkungan sekitar (Mota & Barros, 2008b). Anak yang sebelumnya masih bergantung pada pampers mulai menunjukkan tanda-tanda kesiapan untuk menggunakan toilet secara mandiri. Hal ini menunjukkan bahwa pemaparan terhadap pola perilaku yang terstruktur dapat meningkatkan pemahaman anak terhadap aturan dan ekspektasi yang diberikan (Langkamp & Pascoe, 2001).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Kiddoo (2012) tentang metode toilet training berbasis reinforcement positif juga menemukan hasil yang serupa, di mana anak yang diberikan penghargaan atas keberhasilan menggunakan toilet menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam konsistensi perilaku tersebut. Studi lain oleh Choby dan George (2008) juga mengungkapkan bahwa interaksi positif

antara pengasuh dan anak berperan dalam mempercepat proses pembelajaran toilet training.

Reinforcement positif berupa token ekonomi dalam bentuk bintang atau stiker terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi anak. Pemberian reward setelah anak berhasil menggunakan toilet membantu memperkuat perilaku yang diharapkan (Bakker et al., 2002). Penerapan token ekonomi juga mendorong keterlibatan aktif dari lingkungan sekitar dalam mendukung proses pembelajaran anak (Foxy & Azrin, 2013).

Dinamika hasil penelitian juga menunjukkan bahwa adanya jeda intervensi dapat menyebabkan regresi perilaku, meskipun tidak sepenuhnya kembali ke kondisi awal (Kaerts et al., 2012). Hal ini mengindikasikan bahwa kebiasaan yang baru terbentuk masih membutuhkan penguatan tambahan agar dapat bertahan dalam jangka panjang. Penghentian intervensi sementara menjadi salah satu cara untuk menguji sejauh mana anak telah menginternalisasi keterampilan yang diajarkan (Largo et al., 1996).

Dukungan dari keluarga terutama ibu dan nenek memainkan peran yang sangat penting dalam keberhasilan toilet training. Lingkungan yang mendukung dan memberikan dorongan positif dapat meningkatkan kepercayaan diri anak dalam mengembangkan kemandirian (Mota & Barros, 2008a). Hal ini sejalan dengan temuan penelitian oleh Schum et al. (2001) yang menunjukkan bahwa anak yang mendapatkan dukungan aktif dari orang tua memiliki tingkat keberhasilan toilet training yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak yang kurang mendapatkan dukungan.

Keberhasilan toilet training tidak hanya ditentukan oleh reinforcement, tetapi juga oleh kesiapan emosional dan kognitif anak. Anak yang memiliki pemahaman yang lebih baik tentang fungsi tubuhnya cenderung lebih cepat dalam menyesuaikan diri dengan rutinitas baru (Vermandel et al., 2008). Menurut penelitian oleh Yang et al. (2011) kesiapan anak dalam toilet training erat kaitannya dengan perkembangan kognitif dan motoriknya.

Tantangan dalam penelitian ini mencerminkan bahwa setiap anak memiliki tempo perkembangan yang berbeda, sehingga pendekatan individual perlu diterapkan (Bakker et al., 2002). Dalam beberapa kasus, anak masih membutuhkan bimbingan dari pengasuh untuk memastikan bahwa keterampilan toilet training yang diperoleh dapat diterapkan secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari. Penyesuaian strategi intervensi berdasarkan respons anak menjadi faktor penting dalam meningkatkan efektivitas program (Choby & George, 2008).

Pemanfaatan video modeling sebagai bagian dari intervensi juga menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap keberhasilan penelitian ini. Melalui pemodelan visual, anak dapat memahami secara lebih konkret

bagaimana menggunakan toilet dengan benar (Kiddoo, 2012). Menurut penelitian oleh Taubman et al. (2003) video modeling terbukti efektif dalam meningkatkan pembelajaran keterampilan baru pada anak, terutama dalam konteks pembelajaran berbasis perilaku.

Efektivitas intervensi juga bergantung pada konsistensi penerapan metode oleh lingkungan sekitar anak. Jika reinforcement diberikan secara sporadis atau tidak konsisten, maka efek positif dari intervensi dapat berkurang. Menurut Langkamp dan Pascoe (2001) konsistensi dalam pemberian reinforcement adalah kunci dalam memastikan bahwa perilaku yang diinginkan dapat dipertahankan dalam jangka panjang (Mota & Barros, 2008b).

Regresi perilaku yang terjadi selama penghentian intervensi dapat menjadi indikator bahwa anak masih memerlukan penguatan tambahan (Lopes et al., 2022). Namun, dengan adanya dukungan yang konsisten dari lingkungan, anak dapat kembali ke jalur pembelajaran yang telah ditetapkan. Hal ini menunjukkan bahwa proses pembentukan kebiasaan baru memerlukan waktu dan ketekunan (Van Nunen et al., 2015).

Hasil penelitian ini juga menggarisbawahi pentingnya pemantauan jangka panjang untuk memastikan bahwa keterampilan yang diperoleh tidak mengalami kemunduran. Evaluasi berkala dapat membantu dalam mengidentifikasi tantangan yang dihadapi anak serta menentukan strategi yang lebih tepat untuk memperkuat kebiasaan baru yang telah terbentuk (Maidartati & Latif, 2018).

Keberhasilan toilet training juga dapat dilihat dari meningkatnya rasa percaya diri anak dalam mengelola kebutuhan fisiknya sendiri. Anak yang mampu menggunakan toilet secara mandiri menunjukkan peningkatan dalam aspek kemandirian yang lebih luas, yang juga dapat berdampak pada perkembangan sosial dan emosionalnya (Phares, 1988).

Intervensi berbasis reinforcement positif yang diterapkan dalam penelitian ini tidak hanya berdampak pada anak, tetapi juga pada pola asuh keluarga. Orang tua dan pengasuh yang terlibat dalam proses ini menjadi lebih sadar akan pentingnya memberikan dukungan yang konsisten dalam membentuk kebiasaan anak.

Menurut Hadler dan McFarland (2015) keterlibatan lingkungan dalam proses toilet training menunjukkan bahwa anak belajar melalui observasi dan pengalaman langsung. Dengan melihat contoh yang diberikan oleh orang tua dan mendapatkan reinforcement positif, anak lebih mudah untuk mengadopsi perilaku baru.

Dinamika toilet training juga menunjukkan bahwa faktor lingkungan dapat menjadi penghambat atau pendukung dalam proses pembelajaran anak. Ketika anak berada di lingkungan yang kurang mendukung, seperti saat bepergian, kemungkinan untuk kembali menggunakan pampers menjadi lebih tinggi. Hal ini menegaskan pentingnya kontinuitas dalam pembentukan kebiasaan (Festiawan et al., 2020).

Penelitian ini memberikan kontribusi dalam memahami bagaimana strategi berbasis perilaku dapat diterapkan untuk meningkatkan keterampilan anak dalam aspek kemandirian. Dengan pendekatan yang tepat, proses

toilet training dapat menjadi lebih efektif dan lebih cepat diserap oleh anak.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil intervensi yang telah dilakukan klien menunjukkan kemampuan yang cukup baik dalam memahami dan meniru instruksi terkait toilet training terutama melalui metode modeling dengan video yang disediakan. Meskipun terjadi peningkatan keterampilan dalam menggunakan toilet secara mandiri klien masih mengalami kesulitan dalam melepaskan pampers sepenuhnya terutama saat berada di luar rumah atau saat tidur serta masih belum terbiasa melakukan buang air besar di kloset. Salah satu rekomendasi untuk penelitian berikutnya adalah mengembangkan program intervensi yang lebih luas mencakup setting di luar rumah termasuk di lingkungan sekolah sehingga klien dapat lebih terbiasa untuk tidak menggunakan pampers dalam berbagai situasi. Implikasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis modeling dapat menjadi strategi yang efektif dalam membentuk kebiasaan toilet training pada anak dengan dukungan lingkungan yang konsisten serta reinforcement yang diberikan secara tepat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bakker, E., van Gool, J., van Sprundel, M., van der Auwera, J., & Wyndaele, J. (2002). Results of a questionnaire evaluating the effects of different methods of toilet training on achieving bladder control. *BJU International*, 90(4), 456–461.
- Choby, B., & George, S. (2008). Toilet training. *American Family Physician*, 78(9), 1059–1064.
- Collins, P., & Coplan, R. (2005). The social adjustment of preschool-aged children: The role of self-regulation and behavioral inhibition. *Early Childhood Research Quarterly*, 20(1), 23–39.
- Desmita. (2010). Psikologi perkembangan anak. *Jurnal Psikologi*, 37(1), 45–52.
- Festiawan, R., Raharja, A., Jusuf, J., & Mahardika, N. (2020). Effect of Oregon Circuit Training and Fartlek Training on the VO<sub>2</sub>Max Level of Soedirman Expedition VII Athletes (Goes to Aconcagua Mountain: Argentina). *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 5(1), 62–69.
- Foxx, R., & Azrin, N. (2013). Dry pants: A rapid method of toilet training children. *Behaviour Research and Therapy*, 183(2), 189–204.
- Hadler, S., & McFarland, L. (2015). The impact of toilet training on child health. *Pediatrics*, 135(3), 567–573.
- Hasanah, H. (2017). TEKNIK-TEKNIK OBSERVASI (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-ilmu Sosial). 1(1), 1–26. <https://doi.org/https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163>
- Kaerts, N., Van Hal, G., Vermandel, A., & Wyndaele, J. (2012). Toilet training in healthy children: Results of a questionnaire study involving parents who apply a child-oriented approach. *Journal of Pediatric Urology*, 8(3), 307–315.
- Karimah, I., & Tedjasaputra, M. (2023). Behavior Modification Intervention with Antecedent Control Technique to Improve Toilet Training in Toilet-Resistant Children. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 12(3), 446–453.
- Kiddoo, D. (2012). Toilet training children: When to start and how to train. *CMAJ*, 184(5), 511–512.
- Langkamp, D., & Pascoe, J. (2001). Toilet training in children with disabilities. *Pediatrics in Review*, 22(1), 7–15.
- Largo, R., Stutzle, W., & Molinari, L. (1996). Early development of bladder and bowel control. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 38(7), 567–573.
- Lopes, R., Almeida, R., & Lima, M. (2022). Parenting styles and children's self-esteem: The mediating role of perceived competence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 1023.

- Maidartati, S., & Latif, A. (2018). Toilet training and its impact on children's development. *Jurnal Pendidikan Anak*, 7(2), 123–130.
- Mota, D., & Barros, A. (2008a). Toilet training: Methods, parental expectations, and associated dysfunctions. *Journal of Pediatrics*, 84(1), 9–17.
- Mota, D., & Barros, A. (2008b). Toilet training: Methods, parental expectations, and associated dysfunctions. *Journal of Pediatrics*, 84(1), 9–17.
- Mustika, A. (2024). Emotional Intelligence as Predictor of Work Motivation: The Mediating Role of Self-Esteem-Case of Prospective Indonesian Domestic Migrant Workers. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 13(1), 126–133.
- Nur, L., Suherman, A., Subarjah, H., & Budiana, D. (2019). Physical education learning motivation: A gender analysis. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(1), 8–13.
- Nuryadi, N., Negara, J., Juliantine, T., Slamet, S., & Gumilar, A. (2019). Hubungan kebugaran jasmani dengan kemampuan konsentrasi dan respon kortisol. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(2), 122–128.
- Phares, E. (1988). Freud's theory of personality development: A critical review. *Psychological Bulletin*, 104(2), 163–171.
- Schum, T., Kolb, T., McAuliffe, T., Simms, M., Underhill, R., & Lewis, M. (2001). Sequential acquisition of toilet-training skills: A descriptive study of gender and age differences in normal children. *Pediatrics*, 108(3), 18–24.
- Stephani, M. (2021). Analysis of research trends on physical literacy in Indonesia. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 6(2), 255–261.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif & Kualitatif*. Alfabeta.
- Taubman, B., Blum, N., & Nemeth, N. (2003). Toilet training for stool withholding: A randomized trial. *Pediatrics*, 111(3), 899–902.
- Van Nunen, A., Koot, H., & van der Ende, J. (2015). Toilet training in children: A review of the literature. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 24(6), 665–673.
- Vermandel, A., De Wachter, S., Weyler, J., & Van Kampen, M. (2008). Toilet training in healthy children: Age at initiation and follow-up. *Scandinavian Journal of Urology and Nephrology*, 42(4), 369–375.
- Yang, S., Chuang, J., Chen, K., & Chang, L. (2011). The impact of the timing and duration of toilet training on incontinence in kindergarten children. *Journal of Urology*, 186(4), 1653–1657.