



Implementasi 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat Dalam Menginternalisasi Karakter Pada Anak Usia Dini Di Tk Sejahtera Kecamatan Cisaga Kabupaten Ciamis

Nunung Nurhayati, Indrawati Noor Kamila, Tanto Aljauharie Tantowie
Universitas Islam Darussalam; zulfizt09@gmail.com, indrawatinoorkamila27591@uid.ac.id,

Abstract

Penanaman karakter pada anak usia dini merupakan fondasi penting bagi pembentukan perilaku sosial dan kebiasaan positif seumur hidup. Artikel ini mengkaji implementasi program “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” sebagai upaya internalisasi nilai-nilai karakter pada anak usia dini di TK Sejahtera, Kecamatan Cisaga. Tujuan penelitian adalah (1) mendeskripsikan proses pelaksanaan program, (2) menilai efektivitasnya dalam meningkatkan internalisasi karakter anak, dan (3) mengidentifikasi faktor pendukung serta hambatan pelaksanaan di tingkat satuan pendidikan dan rumah. Penelitian menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan desain dua siklus. Subjek penelitian meliputi 43 anak usia 4–6 tahun, 4 pendidik, dan perwakilan 43 orang tua/wali di TK Sejahtera. Teknik pengumpulan data meliputi: observasi terstruktur menggunakan rubrik perilaku (skala 0–100), wawancara semi-terstruktur dengan guru dan orang tua, angket sikap, serta dokumentasi aktivitas pembelajaran dan catatan lapangan. Analisis data dilakukan secara kuantitatif deskriptif untuk perubahan skor internalisasi dan kualitatif tematik untuk wawancara serta catatan lapangan. Hasil menunjukkan bahwa setelah dua siklus intervensi terdapat peningkatan substansial skor internalisasi karakter anak: rata-rata skor observasi meningkat dari 48,6 pada kondisi pra-intervensi menjadi 82,4 pada pasca-intervensi (skala 0–100). Peningkatan terjadi pada seluruh dimensi tujuh kebiasaan—terutama kebiasaan disiplin diri (bangun pagi, tidur tepat waktu), kebiasaan hidup sehat (makan bergizi, olahraga), dan kebiasaan bersosialisasi (bermasyarakat). Wawancara mengungkapkan peningkatan keterlibatan orang tua dan konsistensi pendidik dalam menerapkan rutinitas; faktor pendukung utama meliputi pelatihan guru, integrasi kegiatan berbasis permainan dan cerita, serta komunikasi rutin dengan orang tua. Kendala yang muncul antara lain keterbatasan alokasi waktu pembelajaran, variasi dukungan orang tua, dan kebutuhan penyesuaian media untuk kelompok usia berbeda. Kesimpulannya, implementasi program “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” di TK Sejahtera efektif mendukung internalisasi karakter anak usia dini apabila dilaksanakan secara terprogram, konsisten, dan melibatkan orang tua. Rekomendasi praktis mencakup: penguatan pelatihan guru, penyusunan panduan rutinitas harian berbasis kebiasaan, peningkatan keterlibatan keluarga, dan penelitian lanjutan dengan sampel lebih besar serta pengukuran jangka panjang untuk menilai keberlanjutan perubahan perilaku.

Keywords

Kebiasaan Anak Hebat, internalisasi karakter, anak usia dini, Penelitian Tindakan Kelas, TK Sejahtera.



1. INTRODUCTION

Pendidikan anak usia dini (PAUD) merupakan fondasi penting bagi pembentukan karakter, sikap, dan perilaku anak di masa mendatang. Pada masa keemasan (golden age) ini, anak memiliki kemampuan belajar dan beradaptasi yang sangat cepat sehingga nilai-nilai positif yang ditanamkan sejak dini akan tertanam kuat hingga dewasa. Dalam konteks pendidikan nasional, penanaman karakter bukan hanya sebatas transfer pengetahuan, tetapi juga pembiasaan perilaku dan pembentukan kebiasaan positif yang sesuai dengan nilai-nilai budaya, agama, dan norma sosial bangsa Indonesia.

Di tengah perkembangan teknologi, media digital, dan dinamika sosial yang pesat, anak-anak Indonesia dihadapkan pada tantangan perilaku dan moral yang semakin kompleks. Oleh karena itu, perlu adanya program pembelajaran yang terencana dan sistematis untuk membantu anak usia dini membangun karakter positif, disiplin diri, kemampuan bersosialisasi, serta kebiasaan hidup sehat. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui implementasi program “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” yang dirancang untuk membentuk karakter anak melalui aktivitas sehari-hari yang menyenangkan, kontekstual, dan mudah diterapkan.

Program “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” di TK Sejahtera Kecamatan Cisaga mencakup pembiasaan: bangun pagi, beribadah secara rutin sesuai keyakinan, berolahraga secara teratur, makan sehat dan bergizi, gemar belajar dan membaca, bermasyarakat dan bekerja sama, tidur tepat waktu.

Ketujuh kebiasaan tersebut menjadi instrumen pembelajaran karakter yang relevan dengan perkembangan anak usia dini. Melalui kegiatan pembiasaan yang berulang dan konsisten, anak diharapkan mampu menginternalisasi nilai disiplin, tanggung jawab, kemandirian, kerja sama, kepedulian sosial, serta kesadaran hidup sehat.

Implementasi program ini sejalan dengan kebijakan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi tentang penguatan pendidikan karakter (PPK) yang menekankan lima nilai utama: religius, nasionalis, mandiri, gotong royong, dan integritas. Dengan mengintegrasikan “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” ke dalam rutinitas harian di TK, guru dapat memfasilitasi pembelajaran karakter yang lebih efektif, berpusat pada anak, serta melibatkan orang tua sebagai mitra.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi program “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” di TK Sejahtera Kecamatan Cisaga. Mengkaji efektivitas program dalam membantu anak usia dini menginternalisasi nilai-nilai karakter positif. Mengidentifikasi faktor

pendukung dan hambatan pelaksanaan program.

Dengan penyusunan artikel ini, diharapkan dapat memberikan referensi praktis bagi pendidik PAUD dan sekolah dasar tentang bagaimana mengintegrasikan pembiasaan karakter ke dalam pembelajaran sehari-hari yang menyenangkan, terstruktur, dan berkesinambungan.

METHOD

Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model siklus Kemmis & McTaggart yang terdiri dari empat tahap utama pada setiap siklus: (1) Perencanaan (planning), (2) Pelaksanaan tindakan (acting), (3) Observasi (observing), dan (4) Refleksi (reflecting). Penelitian dilakukan dalam dua siklus yang masing-masing berlangsung selama 3 minggu. Pemilihan PTK didasarkan pada tujuan penelitian yang berfokus pada perbaikan praktik pembelajaran dan pembiasaan karakter anak melalui program “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” secara berkelanjutan.

RESULT DAN DISCUSSION

Berdasarkan observasi awal terhadap 43 anak usia dini, tingkat internalisasi nilai karakter masih tergolong rendah hingga sedang. Anak-anak belum terbiasa bangun pagi, sebagian belum konsisten beribadah, pola makan belum sehat, dan keterlibatan dalam kegiatan sosial di sekolah masih terbatas. Skor rata-rata internalisasi karakter pra-siklus adalah 48,6 (skala 0–100).

Hasil Siklus I

Pelaksanaan tindakan siklus I difokuskan pada pembiasaan bangun pagi, beribadah, berolahraga, dan makan sehat. Guru menggunakan media poster, kartu aktivitas, dan lagu untuk menarik perhatian anak. Orang tua diberikan panduan sederhana untuk mendukung kebiasaan di rumah.

Hasil observasi menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata internalisasi karakter menjadi 66,2. Anak terlihat lebih antusias mengikuti rutinitas pagi, mulai mampu menyebutkan kebiasaan sehat, dan menunjukkan sikap religius lebih konsisten. Namun, beberapa indikator seperti gemar belajar dan bermasyarakat masih belum maksimal.

Hasil Siklus II

Siklus II difokuskan pada pembiasaan gemar belajar, bermasyarakat, dan tidur tepat waktu. Guru memadukan metode permainan peran, cerita bergambar, dan proyek mini untuk melatih kerja sama. Orang tua diajak membuat jadwal tidur anak yang konsisten.

Hasil observasi menunjukkan peningkatan signifikan: skor rata-rata internalisasi karakter anak menjadi 82,4 (skala 0–100). Hampir seluruh anak mampu mengikuti tujuh kebiasaan secara rutin, menunjukkan perilaku mandiri (membereskan perlengkapan sekolah, mengatur waktu), menunjukkan empati dan kerja sama saat bermain, lebih disiplin dalam jam tidur.

Ringkasan Data Skor Internalisasi Karakter Anak

Indikator 7 Kebiasaan	Pra-Siklus	Siklus I	Siklus II
Bangun pagi	50,2	70,1	85,3
Beribadah	52,0	71,4	87,5
Berolahraga	47,8	68,7	83,6
Makan sehat & bergizi	46,1	65,2	81,0
Gemar belajar	45,4	60,6	80,7
Bermasyarakat	48,9	62,1	81,5
Tidur tepat waktu	49,0	59,8	78,6
Rata-rata total	48,6	66,2	82,4

Hasil Wawancara Guru dan Orang Tua, menilai anak lebih disiplin, antusias mengikuti pembelajaran, dan mampu mengingat kebiasaan positif.

Orang tua melaporkan perubahan perilaku di rumah seperti bangun lebih pagi, membantu pekerjaan kecil, dan meminta makanan sehat.

Perbedaan tingkat dukungan orang tua dan keterbatasan waktu di sekolah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi program “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” efektif meningkatkan internalisasi karakter anak usia dini. Peningkatan skor rata-rata dari 48,6 menjadi 82,4 mencerminkan keberhasilan pembiasaan yang konsisten. Temuan ini sejalan dengan teori pembentukan kebiasaan (habit formation) yang menekankan pengulangan perilaku positif hingga menjadi otomatis.

Metode pembiasaan yang dipadukan dengan permainan, lagu, dan cerita mampu meningkatkan keterlibatan anak. Pendekatan ini sesuai dengan teori Vygotsky (1978) bahwa pembelajaran efektif terjadi melalui interaksi sosial yang bermakna. Anak lebih mudah menginternalisasi nilai ketika guru menjadi teladan, memberikan penguatan positif, dan melibatkan orang tua.

Keterlibatan orang tua menjadi faktor kunci keberhasilan program. Panduan sederhana yang diberikan sekolah memudahkan orang tua mendampingi anak di rumah. Hal ini menunjukkan pentingnya sinergi sekolah–keluarga dalam menanamkan karakter sejak dini.

Faktor Pendukung dan Hambatan diantaranya, pelatihan guru, media menarik, komunikasi intensif dengan orang tua, variasi dukungan orang tua, waktu pembelajaran terbatas, adaptasi anak yang berbeda-beda.

Relevansi dengan Profil Pelajar Pancasila, Program “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” terbukti mendukung penguatan dimensi Profil Pelajar Pancasila pada anak usia dini, khususnya aspek religiusitas, kemandirian, gotong royong, dan kesadaran hidup sehat.

CONCLUSION

Implementasi program “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” terbukti efektif meningkatkan internalisasi nilai karakter pada anak usia dini di TK Sejahtera Kecamatan Cisaga. Rata-rata skor perilaku anak meningkat dari 48,6 (pra-siklus) menjadi 82,4 (pasca-siklus). Kebiasaan yang paling cepat terinternalisasi adalah

bangun pagi, beribadah, berolahraga, dan makan sehat; sedangkan gemar belajar, bermasyarakat, dan tidur tepat waktu menunjukkan peningkatan signifikan setelah siklus kedua. Metode pembiasaan yang dipadukan dengan permainan, cerita, lagu, media visual, dan teladan guru efektif menarik minat anak. Konsistensi guru dan keterlibatan orang tua menjadi faktor kunci keberhasilan program. Faktor pendukung utama meliputi pelatihan guru, media pembelajaran menarik, komunikasi intensif dengan orang tua, dan integrasi kegiatan berbasis rutinitas. Kendala utama mencakup variasi dukungan orang tua dan keterbatasan alokasi waktu pembelajaran. Program ini sejalan dengan Profil Pelajar Pancasila dan kebijakan Penguatan Pendidikan Karakter (PPK), sehingga layak dijadikan model pembelajaran karakter di satuan pendidikan anak usia dini lainnya.

REFERENCES

- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini. Jakarta: Kemendikbud.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2016). Penguatan Pendidikan Karakter (PPK). Jakarta: Kemendikbud.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2021). Profil Pelajar Pancasila. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Gardner, H. (2011). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. New York: Basic Books.
- Koesoema, D. (2010). *Pendidikan Karakter: Strategi Mendidik Anak di Zaman Global*. Jakarta: Grasindo.
- Muslich, M. (2011). *Pendidikan Karakter: Menjawab Tantangan Krisis Multidimensional*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Skinner, B. F. (1974). *About Behaviorism*. New York: Alfred A. Knopf.
- Suryana, D., & Puspitasari, H. (2021). "Implementasi Pembiasaan Religius pada Anak Usia Dini." *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(2), 145–158.
- Setiawati, N. (2020). "Pembiasaan Hidup Sehat pada Anak Usia Dini Melalui Program Sekolah." *Jurnal Ilmiah PAUD*, 5(1), 1–10.

Rahmawati, F. (2022). "Peran Orang Tua dalam Membentuk Karakter Anak Usia Dini." *Jurnal Golden Age*, 6(1), 35–44.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

.