



Penerapan Disiplin Positif Berbasis Rutinitas Harian untuk Membentuk Kemandirian dan Prososial Anak Usia Dini

Ilmi Safira¹, Imam Faizin^{2*}

¹ Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Pemalang

¹Ilmisafira8@gmail.com, ^{2*}ifaizin@gmail.com

Article History:

Received Oct 19th, 2023

Revised Nov 06th, 2023

Accepted Nov 13th, 2023

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi disiplin positif berbasis rutinitas harian dalam membentuk kemandirian dan perilaku prososial anak usia dini di KB Nabila Padaharja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus dengan pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam dengan pendidik, serta dokumentasi aktivitas harian anak. Temuan penelitian menunjukkan bahwa penerapan disiplin positif melalui pembiasaan rutinitas harian yang konsisten berhasil memunculkan indikator kemandirian dan prososial, yang meliputi: kemandirian anak dalam meletakkan tas dan sepatu di tempatnya, kedisiplinan datang tepat waktu, kesadaran menjaga kebersihan dengan membuang sampah pada tempatnya, serta keterampilan sosial berupa budaya antri saat mencuci tangan dan kesabaran menunggu giliran saat menggunakan alat permainan. Analisis lebih lanjut menegaskan bahwa pendekatan tanpa hukuman fisik maupun verbal ini sukses menumbuhkan kesadaran internal (self-regulation) pada anak. Hasil penelitian ini memberikan kontribusi teoretis dan praktis bagi pengelolaan kelas PAUD berbasis habituasi positif yang humanis, demokratis, dan berpusat pada anak.

Kata Kunci : Disiplin Positif, Rutinitas Harian, Kemandirian, Perilaku Prososial, Anak Usia Dini.

Abstract

This study aims to describe the implementation of positive discipline based on daily routines in shaping the independence and prosocial behavior of early childhood children at KB Nabila Padaharja, Tegal Regency. Employing a descriptive qualitative approach with a case study method, data collection was conducted through participant observation, in-depth interviews with educators, and documentation of children's daily activities. The findings indicate that the implementation of positive discipline through consistent daily routine habituation successfully fosters indicators of independence and prosocial behavior, including: children's independence in placing bags and shoes in designated racks, punctuality in arrival, environmental awareness in disposing of trash properly, as well as social skills demonstrated through queue discipline during handwashing and patience in waiting for turns during play activities. Further analysis confirms that this non-punitive approach successfully nurtures internal awareness (self-regulation) in children. These findings provide theoretical and practical contributions to the management of early childhood education classrooms based on humanistic, democratic, and child-centered positive habituation.

Keyword : Positive Discipline, Daily Routines, Independence, Prosocial Behavior, Early Childhood.

PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memegang peranan yang sangat krusial dan strategis sebagai fondasi utama dalam pembentukan arsitektur otak, kepribadian, moral, integritas, serta karakter anak secara holistik. Periode emas (*golden age*) yang membentang sejak anak berada dalam kandungan hingga usia enam tahun merupakan fase perkembangan yang paling sensitif, plastis, dan responsif terhadap berbagai bentuk stimulus lingkungan, pola asuh, serta





interaksi sosial yang mereka terima dari orang dewasa di sekitarnya. Anak usia dini berada pada masa transisi perkembangan yang dinamis. Perkembangan sosial-emosional pada periode ini mencakup kemampuan anak untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial yang semakin luas, mengekspresikan emosi secara tepat, serta membangun hubungan interpersonal yang sehat (Rahmawati & Latifah, 2020). Pada masa ini, anak mulai bergerak dari ketergantungan penuh terhadap figur pengasuh menuju pengenalan diri sebagai individu yang lebih otonom (Khusniyah, 2018). Kemampuan regulasi diri (*self-regulation*) merupakan salah satu ciri khas perkembangan usia prasekolah yang berkembang pesat. Perkembangan sosial-emosional yang baik juga mencakup pemahaman anak terhadap eksistensi dan kebutuhan orang lain, yang tercermin dalam kemampuan berempati dan bersosialisasi (Ramadhini et al., 2023). Oleh karena itu, penanaman nilai-nilai karakter luhur, termasuk kedisiplinan diri, kemandirian dalam merawat diri, serta sikap prososial seperti empati dan kerja sama, harus ditanamkan sejak usia dini melalui pendekatan pedagogis yang mendidik, penuh kasih sayang, demokratis, dan selaras dengan tahapan perkembangan psikologis anak.

Namun demikian, apabila kita menoleh pada realitas empiris di lapangan, praktik penanaman disiplin di berbagai lembaga pendidikan anak usia dini maupun di lingkungan keluarga kerap kali masih terjebak pada metode konvensional yang bersifat koersif, reaktif, dan otoriter. Tidak sedikit pendidik atau orang tua yang masih mengandalkan pendekatan hukuman fisik, ancaman verbal, bentakan, atau pemaksaan kehendak ketika anak melakukan kesalahan prosedural atau belum mampu mematuhi aturan kelas secara instan. Di sisi lain, sebagai reaksi ekstrem terhadap pola asuh otoriter tersebut, muncul pula fenomena pola asuh permisif di mana anak dibiarkan bertindak tanpa batas, bebas tanpa arahan, atas nama kebebasan berekspresi dan kreativitas tanpa batas. Kedua bentuk ekstrem pola asuh ini terbukti membawa dampak destruktif bagi perkembangan psikologis anak jangka panjang. Pendekatan yang sarat dengan hukuman dan ancaman menumbuhkan rasa takut yang berlebihan, kecemasan kronis, hilangnya rasa percaya diri, serta memicu munculnya perilaku agresif defensif pada anak. Dalam kondisi seperti ini, anak patuh dan tertib bukan atas dasar kesadaran moral internal, melainkan semata-mata karena rasa takut terhadap figur otoritas guru atau orang tua. Sebaliknya, pola asuh permisif melahirkan anak-anak yang egois, memiliki kontrol diri yang sangat rendah, mengalami kesulitan adaptasi dengan norma sosial kelompok, serta mengalami hambatan serius dalam mengembangkan kemandirian fungsional dan keterampilan prososial mereka.

Sebagai respons transformatif atas berbagai permasalahan tersebut, konsep disiplin positif hadir sebagai paradigma alternatif yang sangat relevan dan mendesak untuk diterapkan dalam kancah pendidikan anak usia dini modern. Disiplin positif bukanlah sebuah bentuk pembiaran, ketiadaan aturan, atau pemanjaan terhadap anak, melainkan sebuah pendekatan edukatif yang berakar pada prinsip respek timbal balik, penghargaan yang tinggi terhadap martabat kemanusiaan anak, komunikasi empatik, serta pengajaran keterampilan hidup (*life skills*) secara konstruktif. Pendekatan ini sejalan dengan ilmu perkembangan anak yang menunjukkan bahwa hubungan yang hangat sangat penting bagi tumbuh kembang mereka. Anak-anak belajar melalui interaksi sosial dan emosinya, sehingga karakter baik mereka tidak terbentuk hanya dari sekadar nasihat atau aturan, melainkan dari pengalaman nyata ketika mereka merasa dipedulikan, dihargai, dan diberi tanggung jawab bersama (Darling-Hammond et al., 2022).

Melalui kerangka disiplin positif, anak diajak untuk memahami esensi dasar dari sebuah aturan sosial, mengenali konsekuensi logis dari setiap tindakan yang mereka ambil, serta dilatih untuk memecahkan masalah secara mandiri tatkala menghadapi hambatan, tanpa harus merasa terintimidasi atau dipermalukan. Ketika pendekatan disiplin positif ini diintegrasikan secara sistematis, terencana, dan konsisten ke dalam struktur rutinitas harian di lembaga PAUD—mulai dari proses kedatangan di sekolah, penataan atribut pribadi di tempat penyimpanan, pembiasaan menjaga kebersihan diri, hingga dinamika interaksi bermain bersama teman sebaya—aktivitas harian tidak lagi dipandang sekadar sebagai rutinitas administratif yang mekanis, melainkan bertransformasi menjadi wahana pembentukan habitus positif yang menginternalisasi nilai-nilai kemandirian dan kepedulian sosial secara organik dan berkelanjutan.

Meskipun urgensi dan signifikansi teoretis dari penerapan disiplin positif telah banyak disuarakan dalam berbagai literatur pendidikan kontemporer, terdapat kesenjangan permasalahan (*gap*) yang nyata dan signifikan antara konsep teoretis yang ideal dengan implementasi praksis di lapangan, khususnya pada lembaga-lembaga PAUD akar rumput yang berada di wilayah pedesaan, seperti di Kabupaten Tegal. Berdasarkan observasi pendahuluan dan pemetaan masalah di berbagai lembaga PAUD, banyak pendidik yang secara konseptual memahami prinsip-prinsip disiplin positif secara normatif, namun mengalami kendala metodologis yang cukup besar dalam merancang skenario pembelajaran dan manajemen kelas harian yang secara sistematis mampu menjembatani pembentukan kemandirian fisik dan perilaku prososial anak secara bersamaan. Sebagian besar penelitian sebelumnya tentang pendidikan anak usia dini biasanya membahas kemandirian fisik (seperti merapikan barang sendiri) dan perilaku sosial (seperti mengantre atau berbagi) secara terpisah. Selain itu, disiplin positif sering kali hanya dianggap sebagai cara cepat untuk mengatasi anak yang nakal atau berbuat salah. Padahal, disiplin positif seharusnya dipandang sebagai strategi menyeluruh untuk mencegah masalah perilaku, yaitu dengan cara membiasakan rutinitas baik sehari-hari sejak awal.

Berangkat dari latar belakang permasalahan tersebut, penelitian ini mengambil titik pijak dan orisinalitas pada pengkajian yang mendalam mengenai pola implementasi disiplin positif yang dileburkan secara terpadu ke dalam ritme aktivitas harian di lembaga PAUD yang mencakup dimensi penataan atribut diri secara mandiri, kepatuhan terhadap waktu kedatangan, tanggung jawab ekologis terhadap kebersihan lingkungan, serta pengelolaan emosi diri dalam situasi



sosial seperti budaya antri dan menunggu giliran bermain. Seluruh indikator keseharian ini dikaji secara komprehensif sebagai instrumen simultan yang saling memperkuat dalam membangun kemandirian personal sekaligus perilaku prososial anak usia dini secara terpadu.

Berdasarkan kerangka pemikiran tersebut, tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan, menganalisis, dan mengevaluasi secara mendalam bentuk implementasi disiplin positif berbasis rutinitas harian dalam membentuk kemandirian dan perilaku prososial anak usia dini di KB Nabila Padaharja, Kecamatan Kramat, Kabupaten Tegal, serta merumuskan implikasinya secara teoretis maupun praktis bagi pengembangan model tata kelola pembelajaran PAUD yang humanis dan berpusat pada anak. Solusi konkret yang ditawarkan melalui penelitian ini adalah perumusan model praktis pembiasaan berbasis empati, komunikasi positif, dan penerapan konsekuensi logis yang dapat diadopsi, dimodifikasi, dan direplikasi oleh para pendidik PAUD di berbagai lembaga untuk menciptakan ekosistem sekolah yang aman, tertib, mandiri, penuh kepedulian sosial, serta bebas dari segala bentuk kekerasan fisik maupun psikologis.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan desain studi kasus untuk mengeksplorasi dan memahami secara mendalam fenomena natural terkait penerapan disiplin positif dalam membentuk kemandirian dan perilaku prososial anak tanpa adanya intervensi manipulatif. Penelitian ini dilaksanakan di KB Nabila Padaharja, Kecamatan Kramat, Kabupaten Tegal, dengan melibatkan kepala sekolah, pendidik kelas, serta peserta didik kelompok usia 4–6 tahun sebagai subjek penelitian. Pemilihan lokasi tersebut didasarkan pada karakteristik lembaga yang secara konsisten mengaplikasikan pembiasaan disiplin non-kekerasan dalam seluruh aktivitas harian siswanya.

Secara operasional, prosedur pelaksanaan penelitian ini dibagi ke dalam tiga tahapan utama yang saling berkesinambungan. Tahap pertama adalah pra-lapangan, yang meliputi penyusunan desain dan instrumen penelitian. Tahap kedua adalah pekerjaan lapangan, di mana pengumpulan data primer dan sekunder dilakukan secara langsung melalui tiga teknik utama, yaitu observasi partisipatif untuk mengamati dinamika rutinitas harian anak seperti peletakan atribut, budaya antri, dan pembersihan alat main; wawancara mendalam dengan guru dan kepala sekolah guna menggali strategi serta filosofi penerapan disiplin; dan studi dokumentasi untuk menelaah portofolio serta catatan perkembangan siswa. Tahap terakhir adalah pasca-lapangan, yang mencakup analisis data menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldana (2014) melalui reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Seluruh rangkaian proses tersebut diuji keabsahannya melalui triangulasi sumber dan teknik guna memastikan kredibilitas temuan ilmiah yang dihasilkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Penelitian kualitatif yang dilaksanakan di KB Nabila Padaharja, Kecamatan Kramat, Kabupaten Tegal, mengungkapkan temuan empiris yang mendalam mengenai bagaimana penerapan disiplin positif berbasis rutinitas harian diintegrasikan ke dalam iklim pembelajaran anak usia dini. Pembiasaan di lembaga ini tidak dirancang sebagai bentuk pengkondisian mekanis yang otoriter, melainkan sebagai ekosistem belajar yang humanis, ramah anak, dan berlandaskan pada komunikasi positif serta kesepakatan bersama.

Pendidik di KB Nabila Padaharja secara konsisten menghindari bentuk-bentuk hukuman koersif, ancaman, maupun bentakan verbal tatkala anak mengalami hambatan dalam menjalankan aturan harian. Sebaliknya, guru berperan sebagai fasilitator dan pamong yang memberikan bimbingan fisik secara bertahap (*scaffolding*), pengarahan bahasa positif, serta apresiasi berbasis proses (*process-based praise*). Berdasarkan observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan analisis dokumentasi yang dilakukan selama proses penelitian, temuan penelitian dikelompokkan ke dalam enam indikator utama manifestasi perilaku anak sebagai wujud penanaman kemandirian dan prososial.

a. Pembiasaan Menaruh Tas dan Sepatu di Rak Sendiri

Pada aspek keteraturan dan kemandirian fisik, anak-anak di KB Nabila Padaharja menunjukkan kemajuan yang sangat signifikan. Setiap pagi saat tiba di sekolah, anak-anak disambut oleh pendidik di pintu gerbang utama. Setelah menyapa guru, anak secara mandiri menuju area penyimpanan barang pribadi. Anak-anak melepas sepatu mereka sendiri, merapikan letak sepatu di rak sesuai dengan label simbol/nama yang telah ditentukan, serta membawa tas mereka ke dalam kelas untuk digantungkan pada loker masing-masing.

Pengamatan lapangan memperlihatkan bahwa pendidik tidak lagi melakukan intervensi fisik langsung seperti membukakan sepatu atau membawakan tas anak. Jika terdapat anak usia 3–4 tahun yang masih mengalami kesulitan membuka tali atau melepas sepatu, guru memberikan *scaffolding* berupa petunjuk verbal yang hangat ("*Coba bagian tumitnya ditarik perlahan ya, Sayang*") atau memberikan dorongan moral tanpa mengambil alih pekerjaan tersebut. Pembiasaan yang konsisten ini membentuk keterampilan motorik halus, koordinasi bilateral, serta kesadaran ruang (*spatial awareness*) pada anak, di mana anak merasa memiliki tanggung jawab penuh terhadap benda-benda pribadi milik mereka.



Gambar 1. Anak menaruh tas di rak

b. Budaya Mengantri Saat Mencuci Tangan

Keterampilan prososial dan kontrol diri anak teramati secara jelas pada kegiatan pembiasaan cuci tangan sebelum dan sesudah kegiatan makan bersama atau setelah aktivitas bersentuhan dengan media bahan alam. Di area wastafel luar kelas, pendidik telah membuat pijakan berupa garis antrean berwarna-warni di lantai. Ketika bel atau instruksi cuci tangan disampaikan, anak-anak secara bertahap berdiri berbanjar di belakang garis antrean.

Temuan menarik di lapangan menunjukkan bahwa anak-anak mampu menahan diri untuk tidak saling dorong atau menyerobot barisan di depan mereka. Anak yang tiba lebih awal secara alami mengambil posisi paling depan, sementara anak yang datang kemudian langsung memposisikan diri di barisan belakang. Pendidik mengawasi dari jarak dekat sambil menyanyikan lagu "Langkah Cuci Tangan" untuk menciptakan suasana gembira. Ketika terdapat anak yang mencoba memotong antrean karena ketidaksabarannya, guru tidak memarahi atau memberikan sanksi, melainkan melakukan pendekatan dialogis singkat (*"Mas Alby, teman-teman yang lain sedang menunggu giliran di garis merah. Yuk, kita berdiri di belakang Mbak Caca agar semua dapat giliran dengan nyaman"*). Interaksi positif ini secara efektif membangun kontrol impuls (*impulse control*) dan pemahaman nilai keadilan sosial pada anak.



Gambar 2. Anak mengantri cuci tangan

c. Kemandirian dan Tanggung Jawab Membereskan Alat Main (*Recalling & Tidy-Up*)

Aktivitas transisi setelah sesi bermain bebas atau kegiatan di sudut area pembelajaran menjadi salah satu indikator paling kuat dalam mengukur kemandirian dan kesadaran lingkungan anak. Di KB Nabila Padaharja, kegiatan membereskan alat main dirancang sebagai bagian integral dari proses pembelajaran, bukan tugas tambahan yang memberatkan. Ketika waktu bermain selesai, guru memutar instrumen musik *tidy-up time* atau menyanyikan lagu pembiasaan merapikan mainan.

Anak-anak secara spontan menghentikan kegiatan bermainnya dan mulai memilah alat main seperti balok kayu, puzzle, alat main peran, serta media bahan alam (*loose parts*) untuk dikembalikan ke wadah penyimpanannya masing-masing. Anak-anak bekerja sama mengangkut wadah balok yang berat dan mengaturnya kembali di rak terbuka yang telah berlabel gambar. Kemandirian ini tampak dari inisiatif anak yang tidak perlu menunggu perintah personal dari guru satu per satu. Anak-anak merasa bahwa merapikan mainan adalah konsekuensi logis setelah mereka menikmati proses bermain.



Gambar 3. Anak membereskan alat main

d. Keterampilan Prososial Menunggu Giliran Bermain

Dalam penggunaan fasilitas alat permainan luar (APL) seperti ayunan, perosotan, dan mangkok putar yang jumlahnya terbatas, teramati proses dinamika sosial yang sangat positif. Anak-anak tidak berebut atau menangis saat alat main favorit mereka sedang digunakan oleh teman lain. Sebaliknya, anak-anak menerapkan strategi "hitung bersama" atau "antre giliran" yang telah disepakati sebelumnya.

Sebagai contoh, pada penggunaan ayunan, anak yang sedang menunggu giliran akan berdiri di area aman sambil berhitung 1 sampai 10 bersama teman-teman lainnya. Setelah hitungan ke-10 selesai, anak yang sedang berayun secara sukarela turun dan memberikan gilirannya kepada teman yang telah menunggu. Pendidik berperan memfasilitasi komunikasi emosional ini jika terjadi konflik kecil. Pengamatan membuktikan bahwa strategi disiplin positif berbasis kesepakatan kelompok ini berhasil mengikis sifat egosentris pada anak usia dini dan menggantikannya dengan sikap empati serta kepedulian prososial.



Gambar 4. Anak menunggu giliran main seluncuran

e. Kesadaran Ekologis Membuang Sampah pada Tempatnya

Tanggung jawab terhadap lingkungan sekitar ditunjukkan anak melalui pembiasaan membuang sampah mandiri. Setelah kegiatan makan siang, snack time, atau kegiatan seni yang menghasilkan sisa kertas dan bahan kerajinan, anak-anak di KB Nabila Padaharja secara otomatis mencari tempat sampah. Sekolah menyediakan tempat sampah pilah (organik dan anorganik) dengan ketinggian yang disesuaikan dengan tinggi badan anak.

Anak-anak tidak membiarkan sisa makanan atau bungkus plastik berserakan di atas meja belajar maupun di lantai. Jika ada kepingan kertas yang terjatuh di bawah meja teman, anak lain sering kali membantu mengambilnya dan membuangnya ke tempat sampah tanpa diminta oleh guru. Pendidik memberikan *social reinforcement* berupa ucapan terima kasih dan pujian spesifik ("*Terima kasih Mbak Naura sudah menjaga kelas kita tetap bersih dengan membuang sisa kertas ke tempat sampah*"), yang semakin memperkuat motivasi internal anak untuk menjaga kebersihan lingkungan.



Gambar 5. Anak membuang sampah pada tempatnya

6. Kedisiplinan Waktu dan Kepatuhan Kedatangan

Indikator terakhir dari disiplin positif ini adalah kedisiplinan kedatangan anak di sekolah. Berdasarkan catatan presensi harian dan observasi selama jam penyambutan (*morning greeting*), mayoritas anak tiba di KB Nabila Padaharja tepat waktu sebelum kegiatan lingkaran pagi (*circle time*) dimulai pada pukul 08.00 WIB.

Ketepatan waktu ini lahir dari pengkondisian rutinitas harian yang konsisten dan iklim sekolah yang menyenangkan, sehingga anak merasa rindu dan antusias untuk datang ke sekolah. Kedatangan yang tepat waktu memungkinkan anak mengikuti seluruh rangkaian kegiatan transisi pagi tanpa terburu-buru, yang berdampak positif pada kesiapan mental dan kestabilan emosi anak sepanjang hari.



Gambar 6. Anak datang tepat waktu

Untuk memperjelas gambaran data empiris di lapangan, seluruh temuan observasi disiplin positif berbasis rutinitas harian di KB Nabila Padaharja disajikan dalam bentuk matriks rekapitulasi pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Matriks Temuan Empiris Penerapan Disiplin Positif

Indikator Perilaku Harian	Strategi & Respon Pendidik (Disiplin Positif)	Perilaku Teramati pada Anak	Kategori Perkembangan Utama
Menaruh Tas & Sepatu	Menyediakan tempat berlabel, memberikan instruksi verbal bertahap, menghindari bantuan fisik berlebih.	Anak melepas sepatu mandiri, menata di rak sesuai simbol, dan menggantung tas pada loker pribadi.	Kemandirian Fisik & Keteraturan Motorik
Mengantri Cuci Tangan	Membuat penanda garis antrean, memandu dengan lagu, mengingatkan aturan giliran secara empati.	Anak berbaris tertib di belakang garis penanda, menunggu antrean tanpa dorong-mendorong.	Perilaku Prososial & Regulasi Emosi
Membereskan Alat Main	Menggunakan lagu transisi <i>tidy-up</i> , mengajak kolaborasi, memberikan apresiasi pada usaha kelompok.	Anak memilah dan mengembalikan balok/puzzle ke wadah semula secara gotong royong tanpa disuruh berulang kali.	Kemandirian & Tanggung Jawab Lingkungan
Menunggu Giliran Main	Memfasilitasi teknik berhitung bersama, membuat kesepakatan giliran yang jelas dan adil.	Anak mau bergantian menggunakan ayunan/perosotan, berhitung 1-10 secara sukarela untuk teman lain.	Keterampilan Sosial & Empati Prososial
Membuang Sampah	Menyediakan tempat sampah ramah anak, memberikan pujian spesifik berbasis proses (<i>process praise</i>).	Anak mengambil dan membuang sisa makanan/kertas kerajinan ke tempat sampah secara spontan.	Kesadaran Ekologis & Kesadaran Diri
Kedatangan Tepat Waktu	Menyambut hangat di gerbang, merancang <i>morning greeting</i> yang menyenangkan dan tanpa tekanan.	Anak tiba sebelum jam 08.00 WIB, melakukan presensi mandiri, dan antusias mengikuti <i>circle time</i> .	Manajemen Waktu & Orientasi Aturan

2. Pembahasan

a. Pembentukan Kemandirian Melalui Rutinitas Harian Terstruktur

Temuan penelitian yang menunjukkan kemampuan anak dalam menaruh tas dan sepatu di rak sendiri, membereskan mainan, serta membuang sampah pada tempatnya secara mandiri memperkuat teori perkembangan sosio-kultural yang digagas oleh Lev Vygotsky. Menurut Vygotsky, anak-anak belajar dan mengembangkan kemampuan berpikirnya melalui interaksi dengan orang lain. Proses belajar ini terjadi paling baik saat anak mendapat bantuan atau bimbingan yang tepat (*scaffolding*) sesuai dengan tingkat kemampuan yang sedang mereka kembangkan (*Zone of Proximal Development*) (Hariana, 2021; Yohanes, 2010). Di KB Nabila Padaharja, rutinitas harian bertindak sebagai kerangka kerja *scaffolding* eksternal yang secara bertahap dilepas seiring bertambahnya kemahiran fisik dan kematangan kognitif anak.



Ketika pendidik menyediakan lingkungan fisik yang berlabel gambar dan memfasilitasi waktu transisi tanpa terburu-buru, anak-anak diberikan kesempatan untuk melatih rasa efikasi diri (*self-efficacy*). Sebagaimana dijelaskan dalam teori belajar sosial Albert Bandura (1997) tentang efikasi diri (*self-efficacy*). Efikasi diri didefinisikan sebagai keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk mengorganisasi dan menyelesaikan tugas yang diperlukan guna mencapai tujuan tertentu (Abidah & Arif, 2023; Syahrudin, 2019). Salah satu fondasi utama pembentukan efikasi diri adalah pengalaman keberhasilan langsung, yakni pengalaman pribadi secara nyata dalam menyelesaikan tugas (Prahara & Budiyan, 2018; Suminarni et al., 2022).

Pengalaman keberhasilan langsung merupakan sumber informasi efikasi diri yang paling kuat dan berpengaruh (Prahara & Budiyan, 2018; Widarnandana & Simarmata, 2015). Ketika anak berhasil menyelesaikan tugas-tugas praktis harian secara langsung, pengalaman tersebut terekam dalam memori dan meningkatkan keyakinan mereka terhadap kemampuan diri (Widarnandana & Simarmata, 2015; Cahyadi, 2022). Sebaliknya, kegagalan berulang cenderung menurunkan efikasi diri (Sari & Rahayu, 2022; Nisa et al., 2022). Bandura menegaskan bahwa keberhasilan yang diperoleh melalui usaha dan hambatan nyata memberikan dampak lebih besar terhadap peningkatan efikasi diri dibandingkan keberhasilan yang diperoleh karena faktor eksternal (Eliyani, 2018). Dengan demikian, semakin sering anak merasakan keberhasilan langsung dalam tugas-tugas harian, semakin kokoh efikasi diri yang terbentuk (Sari & Rahayu, 2022; Basito et al., 2018). Praktik yang diterapkan di KB Nabila Padaharja membuktikan bahwa kemandirian tidak hadir secara spontan, melainkan hasil dari pengkondisian rutinitas harian yang dirancang secara sengaja (*by design*) dan dilaksanakan secara berkelanjutan tanpa adanya tekanan fisik maupun emosional.

b. Internalisasi Aturan: Transisi dari Kepatuhan Eksternal ke Regulasi Diri (*Self-Regulation*)

Salah satu temuan mendasar dalam penelitian ini adalah perubahan alasan di balik kedisiplinan anak. Anak-anak di KB Nabila Padaharja datang tepat waktu, membuang sampah pada tempatnya, dan merapikan mainan bukan karena takut dihukum atau diancam sanksi oleh guru, melainkan karena aturan tersebut telah terinternalisasi menjadi pembiasaan harian. Fenomena ini dapat dijelaskan secara komprehensif melalui *Self-Determination Theory* yang dikembangkan oleh Deci dan Ryan (2017). Menurut *Self-Determination Theory*, internalisasi nilai terjadi ketika tiga kebutuhan psikologis dasar anak terpenuhi, yaitu kebutuhan akan otonomi, kompetensi dan keterhubungan sosial.

Penerapan disiplin positif di KB Nabila Padaharja secara optimal memenuhi ketiga kebutuhan mendasar tersebut. *Pertama*, kebutuhan otonomi dipenuhi dengan memberikan anak pilihan terbatas dan kesempatan menyelesaikan tugas harian secara mandiri (misalnya memilih mainan yang ingin dibereskan terlebih dahulu). *Kedua*, kebutuhan kompetensi dipenuhi melalui apresiasi verbal yang spesifik atas usaha anak, bukan sekadar pujian kosong. *Ketiga*, kebutuhan keterhubungan sosial dibangun melalui komunikasi hangat antara guru dan anak selama rutinitas harian.

Hasil penelitian ini selaras dengan hasil penelitian bahwa pendekatan disiplin berbasis hukuman otoriter hanya menghasilkan kepatuhan semu. Cara mendidik yang keras dan serba menghukum (otoriter) hanya membuat anak patuh di luar saja, bukan karena mereka benar-benar paham atau sadar akan nilai kebaikan. Orang tua dan guru yang otoriter biasanya menuntut anak menurut tanpa alasan, suka memaksa, dan jarang menjelaskan alasan di balik suatu aturan (Averett & Lacy, 2021). Gaya mendidik yang terlalu mengekang dan penuh hukuman seperti ini memang membuat anak terlihat menurut di depan orang tua atau guru. Namun di belakang, hal itu justru memicu anak untuk diam-diam memberontak, menghindar, dan melanggar aturan secara sembunyi-sembunyi (Burke & Kuczynski, 2018; Sobhy, 2023).

Ketika figur penghukum tidak berada di tempat, anak-anak yang terbiasa dihukum cenderung kembali melanggar aturan atau melakukan tindakan regresif. Sebaliknya, sebagaimana ditemukan di KB Nabila Padaharja, pendekatan disiplin positif tanpa hukuman menumbuhkan regulasi diri (*self-regulation*) jangka panjang. Regulasi diri ini menjadi variabel prediktor utama bagi keberhasilan akademik dan penyesuaian sosial anak di jenjang pendidikan dasar berikutnya.

3. Pengembangan Perilaku Prososial: Budaya Antre dan Berbagi Giliran

Temuan mengenai budaya antre saat mencuci tangan dan kesabaran menunggu giliran bermain merupakan representasi nyata dari perkembangan perilaku prososial. Menurut teori perkembangan kognitif Jean Piaget, anak berada pada tahap pra-operasional yang ditandai oleh sifat egosentrisme yang kuat. Tahap ini ditandai oleh pembentukan konsep yang stabil, munculnya penalaran mental, serta egosentrisme yang mulai kuat dan kemudian melemah (Khaeriyah et al., 2018; Wijaya & Syafii, 2020; Nurrahmawati, 2018). Anak cenderung memahami sesuatu hanya dari sudut pandang mereka sendiri, sehingga mengalami kesulitan memahami kebutuhan atau perasaan orang lain (Muzdhalifah et al., 2021; Maningtyas & Aisyah, 2021). Oleh karena itu, kemampuan mengantri dan berbagi giliran bermain yang ditunjukkan oleh anak-anak di KB Nabila Padaharja menunjukkan pencapaian perkembangan sosial-emosional yang sangat melampaui fase egosentris dasarnya.

Keberhasilan pembentukan perilaku prososial ini tidak lepas dari teknik *konsekuensi logis* dan *reframing* komunikasi yang digunakan oleh para pendidik. Ketika terjadi ketegangan antar-anak di area permainan luar, guru tidak memberi stempel buruk pada anak ("*Kamu nakal ya berebutan*"), melainkan memfasilitasi komunikasi empati ("*Lihat, temanmu masih ingin bermain ayunan sebentar lagi. Bagaimana kalau kita berhitung sampai sepuluh bersama-sama?*"). Pendekatan ini mengajarkan keterampilan resolusi konflik dan perspektif (*theory of mind*) kepada anak.



Temuan ini sangat konsisten dengan temuan penelitian bahwa menunjukkan bahwa ibu yang tidak otoriter dan tidak menghukum memiliki anak dengan tingkat empati afektif, kognitif, dan perilaku prososial yang lebih tinggi (Richaud et al., 2012). Sebaliknya, pola asuh otoriter dengan hukuman fisik dan kontrol ketat cenderung menghambat kompetensi sosial anak dan memunculkan kecemasan serta perilaku bermasalah (Thalib, 2015). Di KB Nabila Padaharja, dorongan untuk membantu teman membereskan mainan atau memberi giliran antrean lahir dari rasa empati dan kebersamaan kelompok yang dipupuk melalui rutinitas harian.

4. Dampak Pembiasaan Ekologis dan Kedisiplinan Waktu terhadap Karakter Anak

Kebiasaan membuang sampah pada tempatnya dan datang ke sekolah tepat waktu menunjukkan bahwa disiplin positif tidak hanya bermanfaat bagi diri sendiri, tetapi juga bagi orang lain dan lingkungan sekitar. Mengajari anak membuang sampah sendiri adalah cara mengenalkan rasa kepedulian terhadap lingkungan sejak dini. Dari hal sederhana ini, anak belajar bahwa perbuatan mereka berpengaruh langsung terhadap kenyamanan dan kebersihan bersama di dalam kelas.

Pembiasaan perilaku sederhana seperti membuang sampah pada tempatnya dan merapikan peralatan kelas merupakan strategi fundamental dalam pembentukan karakter anak. Kebiasaan yang tertanam sejak dini bersifat otomatis dan berlangsung tanpa direncanakan, sehingga sulit untuk diubah di kemudian hari (Ratnawatiningsih & Hastuti, 2022). Pendidikan karakter pada hakikatnya adalah usaha menanamkan kebiasaan-kebiasaan baik (*habituation*) agar peserta didik mampu bersikap dan bertindak berdasarkan nilai-nilai yang telah menjadi kepribadiannya (Marlinawati et al., 2022). Pembiasaan ini berpengaruh terhadap anak untuk menciptakan kebiasaan yang positif, tepat, serta selaras dengan nilai norma yang ada (Intishar et al., 2020).

Pada usia dini, otak anak dapat dengan cepat menyerap informasi, sehingga pembentukan karakter peduli lingkungan perlu ditanamkan sejak dini agar dapat mengelola sumber daya alam secara bijaksana serta menumbuhkan rasa tanggung jawab (Intishar et al., 2020). Habituaasi membuang sampah pada tempatnya pada anak usia dini dapat membentuk karakter moral yang kuat dan positif melalui pengalaman langsung, observasi, dan imitasi (Irayanti & Sundawa, 2023). Memberikan tugas atau tanggung jawab yang sesuai dengan usia anak, seperti merapikan alat main atau membuang sampah pada tempatnya, dapat membantu anak membangun rasa tanggung jawab dan kemandirian. Karakter kemandirian yang diunggulkan sejak dini juga mencakup karakter tanggung jawab atas apa yang dilakukan anak (Zulela & Novalia, 2020). Kedisiplinan waktu yang dibangun melalui rutinitas penyambutan pagi di KB Nabila Padaharja juga mengurangi tingkat stres transisi pada anak. Anak yang tiba tepat waktu memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan atmosfer kelas secara bertahap, sehingga mereka lebih siap secara emosional untuk terlibat dalam aktivitas pembelajaran yang lebih kompleks.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mendalam mengenai penerapan disiplin positif berbasis rutinitas harian di KB Nabila Padaharja dapat disimpulkan bahwa implementasi disiplin positif yang diintegrasikan secara terencana dan konsisten dalam ritme aktivitas harian terbukti efektif membentuk kemandirian dan perilaku prososial anak usia dini secara signifikan.

Berbagai bentuk penerapan yang dilaksanakan tanpa menggunakan sanksi, bentakan, maupun hukuman fisik berhasil memunculkan manifestasi perilaku anak berupa kemandirian fisik dalam merapikan tas dan sepatu, keteraturan melalui budaya mengantri saat mencuci tangan, tanggung jawab kelas dalam membereskan alat main secara gotong royong, keterampilan sosial berupa kesabaran menunggu giliran bermain, kesadaran ekologis dengan membuang sampah pada tempatnya, serta kedisiplinan manajemen waktu melalui kepatuhan jam kedatangan. Proses penanaman disiplin ini terbukti mampu mengubah orientasi kepatuhan anak dari yang semula didasari rasa takut menjadi kesadaran internal (*self-regulation*), sekaligus mentransformasi sifat egosentris menuju perilaku prososial yang penuh empati dan kepedulian terhadap lingkungan sosialnya.

Menindaklanjuti temuan tersebut, disarankan agar pengelola dan pendidik PAUD menyusun Standar Operasional Prosedur (SOP) harian berbasis disiplin positif secara tertulis serta memperkuat kemitraan dengan orang tua melalui program *parenting* agar konsistensi pembiasaan perilaku antara sekolah dan rumah dapat terjaga dengan baik. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya, prospek pengembangan penelitian ini dapat diarahkan pada penggunaan desain kuantitatif eksperimental atau penelitian tindakan kelas guna mengukur secara lebih komprehensif peningkatan variabel perkembangan sosial-emosional anak pada cakupan subjek yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidah, N., & Arif, A. (2023). Pengaruh Teaching Skills, Kompetensi Profesional dan Efikasi Diri Terhadap Keberhasilan PLP Mahasiswa Program Studi Pendidikan Akuntansi Universitas Negeri Surabaya. *Edunomia Jurnal Ilmiah Pendidikan Ekonomi*, 4(1), 56–69. <https://doi.org/10.24127/edunomia.v4i1.4874>
- Averett, K. H., & Lacy, G. (2021). Ownership Versus Partnership Parenting: Parenting Styles Within the Homeschooling Movement. *Journal of Family Issues*, 44(4), 930–953. <https://doi.org/10.1177/0192513x211055125>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman and Company.



- Basito, M. D., Arthur, R., & Daryati, D. (2018). Hubungan Efikasi Diri Terhadap Kemampuan Berpikir Tingkat Tinggi Siswa SMK Program Keahlian Teknik Bangunan Pada Mata Pelajaran Mekanika Teknik. *Jurnal Pensil*, 7(1), 21–34. <https://doi.org/10.21009/pensil.7.1.3>
- Burke, T., & Kuczynski, L. (2018). Jamaican Mothers' Perceptions of Children's Strategies for Resisting Parental Rules and Requests. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01786>
- Cahyadi, S. (2022). Peran Efikasi Diri dalam Motivasi Belajar Bahasa Mandarin Mahasiswa Program Studi Bahasa Mandarin Universitas Kristen Petra. *Century Journal of Chinese Language Literature and Culture*, 10(2), 38–51. <https://doi.org/10.9744/century.10.2.38-51>
- Darling-Hammond, L., Flook, L., Schachner, A., Wojcikiewicz, S. K., Cantor, P., & Osher, D. (2022). Educator Learning to Enact the Science of Learning and Development. <https://doi.org/10.54300/859.776>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.
- Eliyani, C. (2018). Peran Efikasi Diri Sebagai Variable Moderating Dari Pengaruh Pengalaman Praktik Kerja Industri Terhadap Kesiapan Kerja. *Jurnal Mandiri Ilmu Pengetahuan Seni Dan Teknologi*, 2(1), 23–41. <https://doi.org/10.33753/mandiri.v2i1.30>
- Hariana, K. (2021). Vygotsky's Sociocultural Theory Constructivism in Art Education. *EJ: Education Journal*, 2(1), 48–59.
- Intishar, S., Azzahro, F. Z., Aris, I. H., Syukrotus, S., Isnawati, Z., & Hidayatullah, A. F. (2020). Implementation of Environmental Care Education from Early Age. *Sej (Science Education Journal)*, 4(1), 19–25. <https://doi.org/10.21070/sej.v4i1.668>
- Irayanti, I., & Sundawa, D. (2023). Children See, Children Do: Pendidikan Karakter Berbasis Nilai Moral Pancasila. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 3057–3066. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4362>
- Khaeriyah, E., Saripudin, A., & Kartiyawati, R. (2018). Penerapan Metode Eksperimen Dalam Pembelajaran Sains Untuk Meningkatkan Kemampuan Kognitif Anak Usia Dini. *Awlady: Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 102. <https://doi.org/10.24235/awlady.v4i2.3155>
- Khusniyah, N. L. (2018). Peran Orang Tua sebagai Pembentuk Emosional Sosial Anak. *Qawwam*, 12(1), 87–101. <https://doi.org/10.20414/qawwam.v12i1.782>
- Maningtyas, R. D. T., & Aisyah, E. N. (2021). Strategi Guru dalam Mengembangkan Resolusi Konflik Pada Anak Usia Dini dalam Rangka Menyongsong Masyarakat 5.0. *Awlady: Jurnal Pendidikan Anak*, 7(1), 1–14. <https://doi.org/10.24235/awlady.v7i1.7474>
- Marlinawati, H., Narimo, S., Fathoni, A., Minsih, M., & Fuadi, D. (2022). Penguatan Karakter Kedisiplinan Melalui Pembiasaan BUDTRI di Tingkat Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(5), 8506–8516. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i5.3647>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Muzdhalifah, M., Majdi, M., & Rahimah, R. (2021). Manfaat Media Televisi Sebagai Sarana Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini. *Waniambey Journal of Islamic Education*, 2(1), 23–39. <https://doi.org/10.53837/waniambey.v2i1.54>
- Nisa, K., Rasyid, M., & Suhesty, A. (2022). Penyesuaian Akademik Pada Pembelajaran Daring Ditinjau dari Efikasi Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 632. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i4.8738>
- Nurrahmawati, E. (2018). Peranan Guru Dalam Mengembangkan Kognitif Anak Usia Dini. *Al-Athfaal: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 83–99. <https://doi.org/10.24042/ajipaud.v1i1.3380>
- Prahara, S. A., & Budiyan, K. (2018). Pelatihan Efikasi Diri Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Terhadap Kemampuan Berwirausaha Anak Down Syndrome Pada Orangtua. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(1), 1. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i1.629>
- Rahmawati, M., & Latifah, M. (2020). Penggunaan Gawai, Interaksi Ibu-Anak, Dan Perkembangan Sosial-Emosional Anak Prasekolah. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 13(1), 75–86. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.1.75>
- Ramadhini, A. A., Siregar, M., Nurjanah, T., Reida, A. S., Amanda, Y. N. A., & Rezki, S. S. (2023). Persepsi Guru Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Teknologi*, 2(2), 316–320. <https://doi.org/10.47233/jpst.v2i2.842>
- Ratnawatiningsih, E., & Hastuti, A. P. (2022). Penanaman Karakter Anak Usia Dini Melalui Program Pembiasaan Pola Hidup Bersih dan Sehat di RA Miftahul Falah Gondosuli. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sains Islam Interdisipliner*, 44–52. <https://doi.org/10.59944/jipsi.v1i1.14>
- Richaud, M. C., Mesurado, B., & Lemos, V. (2012). Links Between Perception of Parental Actions and Prosocial Behavior in Early Adolescence. *Journal of Child and Family Studies*, 22(5), 637–646. <https://doi.org/10.1007/s10826-012-9617-x>
- Sari, D. A. M., & Rahayu, D. D. (2022). Peran Efikasi Diri Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 741. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i4.8722>



- Sobhy, H. (2023). Gendered Noncompliance and the Breakdown of Discipline. Dalam *Gendered Noncompliance* (hlm. 107–130). <https://doi.org/10.1017/9781108956031.005>
- Suminarni, N., Wijaya, W., & Sugandra, E. (2022). Efikasi Diri Mahasiswa STAB Kertarajasa dalam Dhammadesanā menggunakan Bahasa Pāli. *Jurnal Nyanadassana: Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Dan Keagamaan*, 1(2), 131–136. <https://doi.org/10.59291/jnd.v1i2.18>
- Syahrudin, S. (2019). Pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap prestasi belajar. *Cognicia*, 7(4), 507–526. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v7i4.10294>
- Thalib, S. B. (2015). Pendidikan Karakter Islami Dan Pemberdayaan Kearifan Lokal Dalam Paud. *Jurnal Psikologi Talenta*, 1(1), 75. <https://doi.org/10.26858/talenta.v1i1.5234>
- Widarnandana, I. G. D., & Simarmata, N. (2015). Pengaruh Outbound Terhadap Efikasi Diri Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2). <https://doi.org/10.24843/jpu.2015.v02.i02.p04>
- Wijaya, C., & Syafii, M. L. (2020). Analisis Homogenitas Kemampuan Berpikir Dan Perilaku Siswa (Studi Kasus Pada Pelajaran Agama Islam). *Potensia: Jurnal Kependidikan Islam*, 6(1), 104. <https://doi.org/10.24014/potensia.v6i1.9067>
- Yohanes, R. S. (2010). Teori Vygotsky dan implikasinya terhadap pembelajaran matematika. *Widya Warta*, 34(2), 127–135.
- Zulela, Z., & Novalia, R. (2020). Manajemen Sekolah Berbayar Sampah dalam Pembentukan Karakter Kemandirian dan Parenting di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 6(2). <https://doi.org/10.36312/jime.v6i2.1185>