



PENINGKATAN DISIPLIN ANAK KELOMPOK B MELALUI KEGIATAN RUTIN CUCI TANGAN SEBELUM MAKAN DI TK DHARMA PRAJA DENPASAR

Kadek Mardewi Widia Sari¹, Marsono², Nyoman Wiraadi Tria Ariani³

Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar¹²³

e-mail: mardewiwdya@gmail.com

Diterima: 20/6/2026; Direvisi: 3/9/2026; Diterbitkan: 8/9/2026

ABSTRAK

Disiplin merupakan salah satu aspek penting dalam pembentukan karakter anak usia dini yang perlu dikembangkan melalui kegiatan pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari. Namun, masih terdapat anak yang belum mampu mematuhi aturan dan mengikuti kegiatan secara tertib di lingkungan sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan serta menganalisis dampaknya terhadap peningkatan disiplin anak kelompok B di TK Dharma Praja Denpasar. Penelitian menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) kolaboratif model Kemmis dan Taggart yang dilaksanakan dalam dua siklus melalui tahapan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah 18 anak kelompok B yang terdiri atas 8 anak laki-laki dan 10 anak perempuan. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan catatan lapangan, kemudian dianalisis menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan dapat dilaksanakan secara konsisten sebagai bentuk pembiasaan yang melatih anak mematuhi aturan, mengantre dengan tertib, menunggu giliran, serta mengikuti instruksi guru. Persentase anak yang mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dan Berkembang Sangat Baik (BSB) meningkat dari 27,8% pada pra-siklus menjadi 50,0% pada siklus I dan mencapai 77,8% pada siklus II. Dengan demikian, penerapan kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan efektif dalam meningkatkan disiplin anak kelompok B di TK Dharma Praja Denpasar. Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan cuci tangan sebelum makan tidak hanya mendukung pembiasaan hidup bersih dan sehat, tetapi juga berkontribusi terhadap pembentukan karakter disiplin anak usia dini.

Kata Kunci: *Disiplin Anak, Pendidikan Anak Usia Dini, Pembiasaan, Cuci Tangan Sebelum Makan, Penelitian Tindakan Kelas.*

ABSTRACT

Discipline is an important aspect of character development in early childhood that can be fostered through habituation activities in daily life. However, some children still experience difficulties in complying with rules and participating in school activities in an orderly manner. This study aimed to describe the implementation of a routine handwashing activity before meals and to analyze its impact on improving the discipline of Group B children at TK Dharma Praja Denpasar. The study employed a collaborative Classroom Action Research (CAR) design based on the Kemmis and Taggart model, conducted in two cycles consisting of planning, action, observation, and reflection stages. The participants were 18 Group B children, comprising 8 boys and 10 girls. Data were collected through observations, interviews, documentation, and field notes, and were analyzed using descriptive quantitative and qualitative techniques. The results showed that the routine handwashing activity before meals could be implemented



consistently as a habituation practice that trained children to follow rules, queue orderly, wait for their turn, and comply with teachers' instructions. The percentage of children achieving the categories of Developing as Expected and Developing Very Well increased from 27.8% in the pre-cycle to 50.0% in Cycle I and reached 77.8% in Cycle II. Therefore, the implementation of routine handwashing before meals was effective in improving the discipline of Group B children at TK Dharma Praja Denpasar. These findings indicate that handwashing before meals not only promotes clean and healthy living habits but also contributes to the development of discipline in early childhood.

Keywords: *child discipline, early childhood education, habituation, handwashing before meals, classroom action research.*

PENDAHULUAN

Menyadari bahwa usia dini merupakan periode emas (*golden age*) dalam tumbuh kembang anak yang sangat menentukan perkembangan pada tahap berikutnya (Jamaris, 2006), pemerintah menyelenggarakan program Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) sebagai upaya untuk mendukung dan mengoptimalkan perkembangan anak sejak dini. Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan jenjang pendidikan yang diperuntukkan bagi anak sejak lahir sampai usia enam tahun melalui pemberian rangsangan pendidikan yang sesuai dengan tahap perkembangannya (Sujiono, 2013). Berdasarkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 14, PAUD merupakan upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai usia enam tahun melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani maupun rohani agar anak memiliki kesiapan memasuki pendidikan lebih lanjut. Ketentuan tersebut menunjukkan komitmen pemerintah dalam mendukung perkembangan anak sejak usia dini.

PAUD memiliki peran penting dalam membentuk dasar kepribadian dan karakter anak (Wiyani, 2013). Mulyasa (2017) menyatakan bahwa PAUD menjadi fondasi awal bagi perkembangan anak pada tahap berikutnya. Oleh karena itu, pendidikan karakter perlu ditanamkan sejak dini karena merupakan proses pembentukan nilai dan perilaku positif yang akan menjadi pedoman anak dalam kehidupan bermasyarakat (Muslich, 2011). Pendidikan karakter pada usia dini menjadi penting karena anak memiliki kecenderungan meniru perilaku orang dewasa maupun lingkungan di sekitarnya serta berada pada masa pembentukan nilai moral dan karakter dasar (Fanhas, 2017). Melalui pembiasaan yang dilakukan secara konsisten, anak dapat memahami, menghayati, dan menerapkan nilai-nilai karakter dalam kehidupan sehari-hari (Hidayat, 2016).

Salah satu karakter yang penting untuk dikembangkan pada anak usia dini adalah disiplin. Disiplin merupakan perilaku yang mencerminkan kepatuhan terhadap aturan, tata tertib, serta norma yang berlaku dan perlu dibiasakan sejak usia dini melalui kegiatan yang terarah (Harjanty & Mujtahidin, 2022). Menurut Utami (2021) menjelaskan bahwa disiplin mencerminkan sikap taat, tertib, dan bertanggung jawab terhadap berbagai ketentuan yang telah ditetapkan. Disiplin berperan penting dalam membentuk kualitas diri seseorang dan menjadi salah satu faktor yang mendukung keberhasilan di masa depan. Menurut Kurniati (2018), disiplin merupakan upaya pendidikan yang bertujuan membentuk kebiasaan, perilaku, dan karakter tertentu sehingga individu mampu mengembangkan kemampuan berpikir serta bertindak secara tepat. Oleh karena itu, disiplin perlu ditanamkan sejak usia dini sebagai bekal bagi perkembangan anak pada tahap berikutnya.

Namun demikian, berdasarkan hasil observasi awal di TK Dharma Praja Denpasar ditemukan bahwa tingkat disiplin anak kelompok B masih tergolong rendah. Anak masih sering



menunjukkan perilaku kurang disiplin, seperti tidak mau mengantre, saling berebut alat permainan, kurang konsisten dalam menjalankan aturan, serta hanya melaksanakan kegiatan setelah mendapat arahan dari guru. Anak cenderung bertindak sesuai keinginannya sendiri tanpa memperhatikan aturan yang telah disepakati bersama. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perilaku disiplin belum terbentuk secara optimal sehingga diperlukan upaya yang dapat membantu anak memahami dan membiasakan diri untuk mematuhi aturan.

Rendahnya disiplin pada anak usia dini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kurangnya keteladanan, inkonsistensi penerapan aturan, serta minimnya pembiasaan dalam kegiatan sehari-hari. Dalam hal ini, peran guru dan orang tua sangat penting dalam memberikan contoh, arahan, serta pendampingan agar anak terbiasa menaati aturan secara sukarela dan penuh kesadaran (Hidayat, 2016). Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk membentuk perilaku disiplin adalah melalui kegiatan pembiasaan yang dilaksanakan secara rutin dan berulang.

Kegiatan rutin merupakan aktivitas yang dilakukan secara konsisten dan berkesinambungan sehingga dapat membentuk kebiasaan dalam diri anak. Salah satu bentuk kegiatan rutin yang diterapkan di lingkungan sekolah adalah kegiatan cuci tangan sebelum makan. Selain bertujuan menjaga kebersihan dan kesehatan, kegiatan ini juga dapat menjadi sarana pembentukan karakter disiplin. Melalui kegiatan tersebut, anak dibiasakan mengikuti aturan yang telah ditetapkan, menunggu giliran, mengantre dengan tertib, serta melaksanakan prosedur yang telah ditentukan sebelum makan. Pembiasaan yang dilakukan secara terus-menerus akan membantu anak memahami pentingnya menaati aturan dan melaksanakan kewajiban dengan penuh tanggung jawab (Magfiroh et al., 2019).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kegiatan pembiasaan memiliki kontribusi positif terhadap pembentukan disiplin anak usia dini. Penelitian Cecep et al. (2023) menunjukkan bahwa kegiatan antre cuci tangan menggunakan kartu antrean mampu meningkatkan disiplin anak usia 5–6 tahun. Selanjutnya, Casini et al. (2025) menemukan bahwa pembiasaan cuci tangan yang dilakukan secara rutin dapat membentuk karakter disiplin, tanggung jawab, dan kemandirian pada anak usia dini. Penelitian Widiyawati dan Aina (2025) juga menunjukkan bahwa metode pembiasaan merupakan pendekatan yang efektif dalam mengembangkan karakter disiplin anak usia dini. Sementara itu, penelitian Rahmah dan Zirmansyah (2019) membuktikan bahwa perilaku disiplin anak dapat ditingkatkan melalui kegiatan yang dirancang dan dilakukan secara berulang. Hasil-hasil penelitian tersebut memperlihatkan bahwa pembiasaan yang dilakukan secara konsisten memiliki peran penting dalam pembentukan karakter disiplin anak.

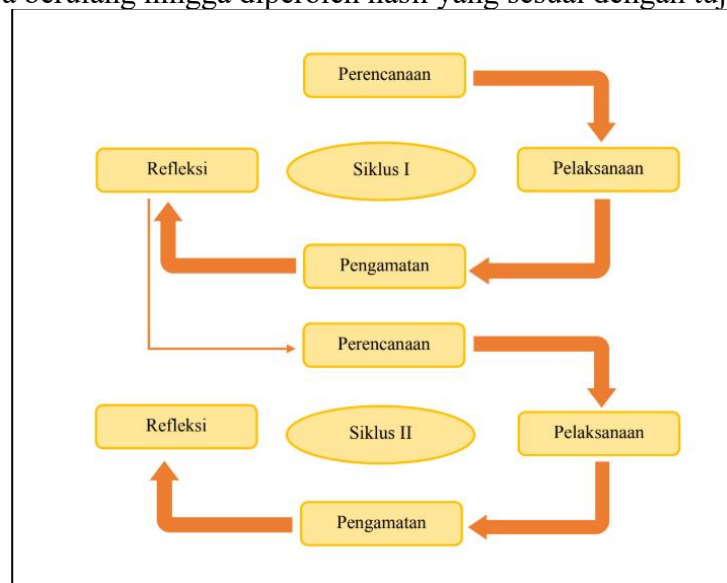
Meskipun demikian, penelitian mengenai peningkatan disiplin anak kelompok B melalui kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan di TK Dharma Praja Denpasar belum pernah dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji lebih lanjut efektivitas kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan sebagai upaya meningkatkan disiplin anak kelompok B di TK Dharma Praja Denpasar. Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, rendahnya disiplin anak kelompok B di TK Dharma Praja Denpasar menjadi permasalahan yang perlu mendapatkan perhatian karena disiplin merupakan salah satu karakter penting yang harus ditanamkan sejak usia dini. Upaya yang dipilih untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah melalui penerapan kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan sebagai bentuk pembiasaan yang dilakukan secara konsisten dan berkelanjutan. Kegiatan ini diharapkan dapat melatih anak untuk mematuhi aturan, mengantre dengan tertib, menunggu giliran, serta bertanggung jawab terhadap kegiatan yang dilakukan.

Kerangka berpikir penelitian ini berangkat dari kondisi awal berupa rendahnya tingkat disiplin anak kelompok B yang ditunjukkan melalui perilaku tidak mau mengantre, saling berebut alat permainan, dan kurang mematuhi aturan yang berlaku. Permasalahan tersebut kemudian diberikan tindakan berupa kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan yang dilaksanakan secara berulang dan konsisten sebagai proses pembiasaan. Melalui proses tersebut diharapkan terjadi peningkatan disiplin anak sehingga tercapai kondisi akhir berupa berkembangnya perilaku disiplin yang ditandai dengan kepatuhan terhadap aturan, kemampuan mengantre dengan tertib, serta tanggung jawab dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari.

Berdasarkan kerangka berpikir tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan serta menganalisis dampaknya terhadap peningkatan disiplin anak kelompok B di TK Dharma Praja Denpasar. Dengan mengacu pada teori pembiasaan, teori perilaku, dan hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa kegiatan rutin mampu membentuk karakter disiplin anak usia dini, maka diduga bahwa penerapan kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan dapat meningkatkan disiplin anak kelompok B di TK Dharma Praja Denpasar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) kolaboratif. Penelitian tindakan kelas merupakan penelitian yang dilakukan oleh guru di kelasnya sendiri melalui proses perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi dengan tujuan memperbaiki atau meningkatkan kualitas proses pembelajaran (Arikunto, 2009). Model kolaboratif dipilih karena penelitian ini melibatkan kerja sama antara peneliti dan guru dalam melaksanakan tindakan serta melakukan observasi selama proses pembelajaran berlangsung. Penelitian ini mengacu pada model Kemmis dan Taggart yang dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu perencanaan (planning), pelaksanaan tindakan (acting), pengamatan (observing), dan refleksi (reflecting). Keempat tahapan tersebut berlangsung secara berulang hingga diperoleh hasil yang sesuai dengan tujuan penelitian.



Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan Kelas

Sumber : (Arikunto, 2009)

Pada tahap perencanaan, peneliti menyusun rancangan tindakan, menentukan fokus pengamatan, serta menyiapkan instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data



selama pelaksanaan tindakan. Tahap pelaksanaan tindakan dilakukan dengan menerapkan kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan sesuai dengan rancangan yang telah disusun. Selanjutnya, tahap pengamatan dilakukan untuk mengamati perilaku disiplin anak selama kegiatan berlangsung. Tahap refleksi dilakukan dengan menelaah hasil tindakan yang telah diberikan untuk mengetahui keberhasilan tindakan serta menentukan perbaikan yang diperlukan pada siklus berikutnya.

Penelitian dilaksanakan di TK Dharma Praja Denpasar pada semester genap tahun ajaran 2025/2026 selama kurang lebih tiga bulan, yaitu dari bulan Maret sampai Mei 2026. Subjek penelitian adalah anak kelompok B yang berjumlah 18 anak, terdiri atas 8 anak laki-laki dan 10 anak perempuan. Keberhasilan penelitian ditentukan berdasarkan peningkatan disiplin anak dalam kegiatan cuci tangan sebelum makan. Indikator yang digunakan meliputi kemampuan mengikuti prosedur cuci tangan dengan benar, melaksanakan cuci tangan tepat waktu setelah diarahkan, serta melaksanakan kegiatan dengan tertib dan teratur. Penelitian dinyatakan berhasil apabila minimal 75% anak mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dan Berkembang Sangat Baik (BSB).

Data penelitian dikumpulkan melalui observasi, dokumentasi, wawancara, dan catatan lapangan. Observasi digunakan untuk mengamati perilaku disiplin anak selama kegiatan cuci tangan sebelum makan berlangsung. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa foto dan catatan kegiatan yang berkaitan dengan pelaksanaan tindakan. Wawancara yang digunakan adalah wawancara tidak terstruktur yang berpedoman pada garis besar permasalahan penelitian untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam. Selain itu, catatan lapangan digunakan untuk mencatat berbagai peristiwa, temuan, serta refleksi yang muncul selama proses penelitian berlangsung.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dan deskriptif kualitatif. Analisis kuantitatif digunakan untuk menghitung tingkat ketercapaian indikator disiplin anak pada setiap siklus, sedangkan analisis kualitatif digunakan untuk mendeskripsikan perubahan perilaku disiplin anak berdasarkan hasil observasi, catatan lapangan, dan dokumentasi. Data yang dianalisis berupa skor hasil observasi disiplin anak pada tahap pra-siklus, siklus I, dan siklus II.

Rata-rata tingkat disiplin anak dihitung menggunakan rumus:

$$\text{Rata - rata} = \frac{\text{Jumlah data}}{\text{Banyaknya data}}$$

Selanjutnya, persentase ketuntasan disiplin anak dihitung menggunakan rumus:

$$\text{Persentase ketuntasan} = \frac{\text{Jumlah anak yang tuntas}}{\text{Jumlah seluruh anak}} \times 100$$

Hasil analisis data digunakan untuk mengetahui efektivitas penerapan kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan dalam meningkatkan disiplin anak kelompok B di TK Dharma Praja Denpasar. Apabila persentase ketuntasan telah mencapai kriteria keberhasilan yang ditetapkan, maka tindakan dinyatakan berhasil dan penelitian dihentikan pada siklus yang bersangkutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di TK Dharma Praja Denpasar yang berlokasi di Jalan Jayakarta I, Dauh Puri Kaja, Kecamatan Denpasar Utara, Kota Denpasar, Bali. Sekolah swasta



terakreditasi A di bawah naungan Yayasan Dharma Praja ini berdiri sejak 19 Juni 2000 berdasarkan SK Operasional Nomor 12/I.19.F/DS/99 tanggal 6 Januari 1999 (NPSN: 50105201; e-mail kontak: tkdharmapraja@gmail.com). TK Dharma Praja mengusung visi mewujudkan anak yang sehat, cerdas, ceria, berbudaya, dan berkarakter mulia melalui berbagai misi pembentukan karakter dan wawasan kebangsaan. Pada tahun ajaran 2025/2026, sekolah mendidik 52 siswa yang terbagi menjadi Kelompok A (16 anak: 10 L/6 P), Kelompok B1 (18 anak: 8 L/10 P), dan Kelompok B2 (18 anak: 8 L/10 P). Kegiatan pembelajaran didukung oleh sarana prasarana yang memadai, meliputi 3 ruang kelas ber-AC, ruang kepala sekolah, UKS, 2 toilet, tempat bermain, 2 pojok baca, Padmasana, 4 titik fasilitas cuci tangan, serta perangkat teknologi pendukung seperti laptop, proyektor LCD, papan interaktif digital, dan *speaker* aktif.

Hasil Pra Siklus

Berdasarkan hasil observasi awal pada kelompok B TK Dharma Praja Denpasar, tingkat disiplin anak masih tergolong rendah. Anak masih menunjukkan perilaku seperti enggan mengantre, belum konsisten menjalankan aturan, serta hanya melaksanakan kegiatan apabila diingatkan oleh guru. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar anak belum mampu menunjukkan perilaku disiplin secara mandiri. Hasil observasi pra siklus disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Tingkat Disiplin Anak pada Pra Siklus

Kriteria	Jumlah Anak	Persentase (%)
Belum Berkembang (BB)	5	27,8%
Mulai Berkembang (MB)	8	44,4%
Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	4	22,2%
Berkembang Sangat Baik (BSB)	1	5,6%
Total	18	100%

Berdasarkan Tabel 1, dari 18 anak yang menjadi subjek penelitian terdapat 5 anak (27,8%) pada kategori Belum Berkembang (BB), 8 anak (44,4%) pada kategori Mulai Berkembang (MB), 4 anak (22,2%) pada kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), dan 1 anak (5,6%) pada kategori Berkembang Sangat Baik (BSB). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat disiplin anak masih rendah sehingga diperlukan tindakan perbaikan.

Hasil Siklus I

Siklus I dilaksanakan dalam dua kali pertemuan melalui penerapan kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan. Guru memberikan penjelasan mengenai pentingnya mencuci tangan, memperagakan langkah-langkah mencuci tangan yang benar, serta membimbing anak melaksanakan kegiatan tersebut secara rutin sebelum makan. Pada indikator mengikuti prosedur cuci tangan dengan benar, sebanyak 9 anak (50%) telah mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dan Berkembang Sangat Baik (BSB). Hasil yang sama juga diperoleh pada indikator mencuci tangan tepat waktu setelah diarahkan serta melaksanakan kegiatan dengan tertib dan teratur. Rekapitulasi hasil siklus I disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Tingkat Disiplin Anak pada Siklus I

Kriteria	Jumlah Anak	Persentase (%)
Belum Berkembang (BB)	3	16,7%
Mulai Berkembang (MB)	6	33,3%
Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	6	33,3%
Berkembang Sangat Baik (BSB)	3	16,7%
Total	18	100%



Berdasarkan Tabel 2, terdapat 3 anak (16,7%) pada kategori Belum Berkembang (BB), 6 anak (33,3%) pada kategori Mulai Berkembang (MB), 6 anak (33,3%) pada kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), dan 3 anak (16,7%) pada kategori Berkembang Sangat Baik (BSB). Secara keseluruhan, tingkat keberhasilan pada siklus I mencapai 50%, meningkat dibandingkan pra siklus, namun belum mencapai indikator keberhasilan penelitian sebesar 75%.

Hasil Siklus II

Siklus II dilaksanakan berdasarkan hasil refleksi pada siklus I. Perbaikan yang dilakukan meliputi penggunaan lagu dan gerakan cuci tangan, pemberian *reward* kepada anak yang menunjukkan perilaku disiplin, serta peningkatan pembiasaan dan pengawasan selama kegiatan berlangsung. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pada seluruh indikator disiplin. Pada indikator mengikuti prosedur cuci tangan dengan benar, sebanyak 14 anak (77,8%) telah mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dan Berkembang Sangat Baik (BSB). Hasil yang sama juga diperoleh pada indikator mencuci tangan tepat waktu serta melaksanakan kegiatan dengan tertib dan teratur. Rekapitulasi hasil siklus II disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Tingkat Disiplin Anak pada Siklus II

Kriteria	Jumlah Anak	Persentase (%)
Belum Berkembang (BB)	1	5,5%
Mulai Berkembang (MB)	3	16,7%
Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	9	50%
Berkembang Sangat Baik (BSB)	5	27,8%
Total	18	100%

Berdasarkan Tabel 3, terdapat 1 anak (5,5%) pada kategori Belum Berkembang (BB), 3 anak (16,7%) pada kategori Mulai Berkembang (MB), 9 anak (50%) pada kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), dan 5 anak (27,8%) pada kategori Berkembang Sangat Baik (BSB). Hasil ini menunjukkan bahwa indikator keberhasilan penelitian telah tercapai. Perbandingan hasil pra siklus, siklus I, dan siklus II disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Rekapitulasi Persentase Keberhasilan Disiplin Anak

Tahap	Persentase (%)
Pra Siklus	27,8%
Siklus I	50%
Siklus II	77,8%

Berdasarkan Tabel 4, tingkat keberhasilan meningkat dari 27,8% pada pra siklus menjadi 50% pada siklus I dan meningkat kembali menjadi 77,8% pada siklus II.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan mampu meningkatkan disiplin anak kelompok B di TK Dharma Praja Denpasar. Peningkatan tersebut terlihat dari kemampuan anak dalam mengikuti prosedur cuci tangan dengan benar, melaksanakan kegiatan tepat waktu setelah diarahkan, serta menunjukkan perilaku tertib dan teratur selama kegiatan berlangsung. Peningkatan disiplin terjadi karena kegiatan cuci tangan dilakukan secara berulang dan konsisten sehingga membentuk kebiasaan positif pada diri anak. Pembiasaan yang diterapkan secara terus-menerus merupakan salah satu strategi pembelajaran yang efektif dalam pendidikan anak usia dini (Mulyasa, 2017). Selain pembiasaan tersebut, integrasi metode keteladanan dan kolaborasi aktif dengan orang tua juga berperan krusial dalam memperkuat konsistensi karakter disiplin anak di lingkungan rumah (Hasanah et al., 2024;



Istiana & Pamungkas, 2023; Kusumastuti, 2020; Saumi & Febrianti, 2025; Syaikhoni et al., 2021).

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori pembiasaan yang menyatakan bahwa perilaku yang dilakukan secara terus-menerus akan berkembang menjadi kebiasaan yang melekat dalam diri individu. Melalui pembiasaan yang konsisten, anak belajar memahami aturan dan menerapkannya dalam aktivitas sehari-hari. Hal ini sesuai dengan pendapat Hidayat (2016) yang menyatakan bahwa pendidikan karakter pada anak usia dini dapat dikembangkan melalui pembiasaan yang dilakukan secara berkelanjutan. Selain itu, penerapan pembiasaan dalam kegiatan rutin, seperti merapikan mainan dan mengantre, terbukti mampu meningkatkan indikator tanggung jawab dan kemandirian anak secara signifikan (Asmy & Rahimah, 2025; Faqihatuddiniah et al., 2025).

Hasil penelitian juga mendukung pendapat Kurniati (2018) yang menjelaskan bahwa disiplin merupakan proses pembentukan kebiasaan yang bertujuan menumbuhkan perilaku tertib, taat aturan, dan bertanggung jawab. Dalam penelitian ini, kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan menjadi sarana bagi anak untuk belajar mengantre, menunggu giliran, dan mematuhi aturan yang berlaku sebelum memasuki waktu makan. Integrasi praktik ini tidak hanya mendukung aspek kebersihan diri untuk mencegah transmisi penyakit, tetapi juga berfungsi sebagai stimulus dalam membangun kemandirian anak dalam mengelola kebutuhan dasarnya secara mandiri (Agustiani & Nurvinanda, 2024; Anhusadar & Islamiyah, 2020; Kurniati et al., 2020; Nurdahlia et al., 2020; Tungka et al., 2025).

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Cecep et al. (2023) yang menunjukkan bahwa kegiatan antre cuci tangan dapat meningkatkan disiplin anak usia 5–6 tahun. Selain itu, hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Casini et al. (2025) yang menemukan bahwa pembiasaan cuci tangan mampu membentuk karakter disiplin, tanggung jawab, dan kemandirian pada anak usia dini. Penelitian Widiyawati dan Aina (2025) juga menunjukkan bahwa metode pembiasaan merupakan pendekatan yang efektif dalam mengembangkan karakter disiplin anak. Demikian pula, Rahmah dan Zirmansyah (2019) menyimpulkan bahwa perilaku disiplin dapat ditingkatkan melalui kegiatan yang dilakukan secara berulang dan terencana. Lebih lanjut, sinergi antara lingkungan sekolah dan keluarga dalam menanamkan nilai ketaatan dan keteraturan menjadi fondasi krusial bagi keberhasilan pembentukan peradaban anak sejak dini (Purandina & Winaya, 2020; Rahmatia et al., 2023).

Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan sebagai upaya meningkatkan disiplin anak kelompok B di TK Dharma Praja Denpasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan sederhana yang dilaksanakan secara konsisten dapat menjadi sarana efektif dalam membentuk perilaku disiplin anak usia dini. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa proses pembelajaran pada anak usia dini perlu dilakukan melalui pengalaman langsung dan pembiasaan yang terintegrasi dalam kegiatan sehari-hari (Sujiono, 2013). Dengan demikian, kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan dan kebersihan anak, tetapi juga berkontribusi dalam pengembangan karakter disiplin sejak usia dini.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan dapat dilaksanakan secara konsisten sebagai bentuk pembiasaan di TK Dharma Praja Denpasar dan efektif dalam meningkatkan disiplin anak kelompok B. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan persentase anak yang mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dan Berkembang



Sangat Baik (BSB) dari 27,8% pada pra siklus menjadi 50% pada siklus I dan meningkat menjadi 77,8% pada siklus II. Melalui kegiatan tersebut, anak terbiasa mematuhi aturan, mengantre dengan tertib, menunggu giliran, mengikuti instruksi, serta melaksanakan kegiatan secara bertanggung jawab. Temuan ini memberikan kontribusi bahwa kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan tidak hanya mendukung pembiasaan hidup bersih dan sehat, tetapi juga merupakan strategi yang efektif untuk membentuk karakter disiplin pada anak usia dini melalui pembiasaan yang dilakukan secara berkelanjutan.

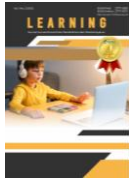
Berdasarkan hasil penelitian, guru PAUD disarankan untuk menerapkan kegiatan rutin cuci tangan sebelum makan secara konsisten dan mengintegrasikannya dengan metode yang menarik, seperti lagu, gerakan, dan pemberian penguatan positif untuk meningkatkan partisipasi anak. Pihak sekolah perlu mendukung pelaksanaan kegiatan pembiasaan dengan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai serta mengembangkan program pembentukan karakter disiplin melalui berbagai kegiatan rutin lainnya. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian pada jumlah subjek yang lebih luas atau pada konteks sekolah yang berbeda, serta mengkaji pengaruh kegiatan rutin cuci tangan terhadap aspek karakter lainnya, seperti tanggung jawab, kemandirian, kepedulian terhadap kebersihan, dan kemampuan sosial anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, S., & Nurvinanda, R. (2024). PHBS anak usia dini dalam mencegah penularan penyakit melalui cuci tangan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Citra Delima*, 1(1), 15–20. <https://doi.org/10.33862/jp.v1i1.371>
- Anhusadar, L., & Islamiyah, I. (2020). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia dini di tengah pandemi Covid 19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 463–475. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.555>
- Arikunto, S. (2009). *Penelitian tindakan kelas*. Bumi Aksara.
- Asmy, P. N., & Rahimah, R. (2025). Character building anak usia dini melalui pembiasaan kegiatan rutin: Studi pada PAUD Janji Bunda Marbau. *Fatih Journal of Contemporary Research*, 2(2), 883–893. <https://doi.org/10.61253/q8n0bc37>
- Casini, C., Fajriyah, F. L., & Kurniawati, K. (2025). Implementasi pembiasaan cuci tangan sebagai upaya menanamkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini di TK An-Nur. *PEMA: Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 576–582. <https://doi.org/10.56832/pema.v5i3.2171>
- Cecep, C., Ismail Fahmi, A., & Purwaningsih, H. (2023). Meningkatkan disiplin anak melalui kegiatan antri cuci tangan menggunakan kartu antrian. *Jurnal Tahsinia*, 4(1), 93–104. <https://doi.org/10.57171/jt.v4i1.349>
- Fanhas, E. (2017). Pendidikan karakter anak usia dini menurut QS Lukman: 13–19. *Jurnal Anak Usia Dini dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(3), 42–51. <http://journal.unsub.ac.id/index.php/jurnal-paud/article/view/154>
- Faqihatuddiniyah, Nurdin, E. S., Mariani, N., & Kosasih, A. (2025). Strategi pembentukan karakter disiplin anak usia dini di Banjarmasin. *Jurnal Manajemen Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 6(1), 793–799. <https://doi.org/10.38035/jmpis.v6i1.3900>
- Harjanty, R., & Muhtahidin, S. (2022). Menanamkan disiplin pada anak usia dini. *NUSRA: Jurnal Penelitian dan Ilmu Pendidikan*, 3(1), 271–286. <https://doi.org/10.55681/nusra.v3i1.157>



- Hasanah, U., Istifadah, S. Y., & R, Y. R. (2024). Menanamkan karakter disiplin anak usia 4-5 tahun melalui metode pembiasaan di TK Al Irsyad Al Islamiyyah Besuki. *Consilium: Education and Counseling Journal*, 4(2), 667–675. <https://doi.org/10.36841/consilium.v4i2.6228>
- Hidayat, A. (2016). *Pendidikan karakter anak usia dini*. Alfabeta.
- Istiana, A., & Pamungkas, J. (2023). Implementasi nilai karakter disiplin pada kegiatan ekstrakurikuler drumband. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(5), 5863–5871. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5213>
- Jamaris, M. (2006). *Perkembangan dan pengembangan anak usia taman kanak-kanak*. Grasindo.
- Kurniati, E., Alfaeni, D. K. N., & Andriani, F. (2020). Analisis peran orang tua dalam mendampingi anak di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 241–256. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.541>
- Kurniati, R. (2018). Meningkatkan disiplin anak usia dini melalui kegiatan parenting di Kelompok Bermain Al Aqwa Kecamatan Pameungpeuk. *Comm-Edu (Community Education Journal)*, 1(3), 54–59. <https://doi.org/10.22460/comm-edu.v1i3.2108>
- Kusumastuti, N. (2020). Implementasi pilar-pilar karakter anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 4(2), 246–257. <https://doi.org/10.29408/jga.v4i02.2525>
- Magfiroh, L., Desyanty, E. S., & Rahma, R. A. (2019). Pembentukan karakter disiplin anak usia dini melalui metode pembiasaan di TK Aisyiyah Bustanul Athfal 33 Kota Malang. *Jurnal Pendidikan Nonformal*, 14(1), 54–66. <https://doi.org/10.17977/um041v14i1p54-67>
- Mulyasa, E. (2017). *Strategi pembelajaran PAUD*. Remaja Rosdakarya.
- Muslich, M. (2011). *Pendidikan karakter: Menjawab tantangan krisis multidimensial*. Bumi Aksara.
- Nurdahlia, D. U., Soraya, S. Z., & Mas'ul, R. N. (2020). Menumbuhkan kesadaran anak terhadap pentingnya penerapan protokol kesehatan di masa kenormalan baru. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 2(2), 61–68. <https://doi.org/10.26555/jptp.v2i2.17930>
- Purandina, I. P. Y., & Winaya, I. M. A. (2020). Pendidikan karakter di lingkungan keluarga selama pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi COVID-19. *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(2), 270–290. <https://doi.org/10.37329/cetta.v3i2.454>
- Rahmah, S., & Zirmansyah. (2019). Meningkatkan disiplin anak kelompok B melalui permainan tradisional umpet batu. *Jurnal AUDHI*, 1(2), 116–125. <https://doi.org/10.36722/jaudhi.v1i2.574>
- Rahmatia, R., Nurhayati, N., & Awalunisah, S. (2023). Identifikasi pola asuh penanaman nilai keagamaan dan etika pada masa golden age. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(5), 5993–6004. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5259>
- Saumi, N. N., & Febrianti, S. D. (2025). Penanaman nilai-nilai karakter anak usia dini melalui pembiasaan dan keteladanan. *Al-Abqary: Jurnal Pemikiran Mahasiswa Pendidikan Islam*, 1(2), 112–121. <https://doi.org/10.63018/jpmppi.v1i02.133>
- Sujiono, Y. N. (2013). *Konsep dasar pendidikan anak usia dini*. Indeks.
- Syaikhoni, Y., Subandi, S., Fadillah, K., & Pratiwi, W. (2021). The implementation of student discipline character through school and parents' collaboration. *Bulletin of Pedagogical Research*, 1(2), 174–185. <https://doi.org/10.51278/bpr.v1i2.195>



- Tungka, E. X., David, D., Suriyani, S., Pakpahan, A. N., Castellano, J. M., & Sisca, S. (2025). Penyuluhan dan pelatihan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS): Mengajarkan anak TK hidup sehat dan bersih sejak dini. *Jurnal Dharma Bhakti Ekuitas*, 10(1), 24–34. <https://doi.org/10.52250/dbe.v10i1.1011>
- Utami, F. (2021). Pengasuhan keluarga terhadap perkembangan karakter disiplin anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1777–1786. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.985>
- Widiyawati, J., & Aina, N. (2025). Penerapan metode pembiasaan dalam mengembangkan karakter disiplin anak usia dini di TK Al-Azhar II Tebo. *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, 2(12), 792–804. <https://doi.org/10.71282/jurmie.v2i12.1366>
- Wiyani, N. A. (2013). *Bina karakter anak usia dini*. Ar-Ruzz Media.