

MEMBANGUN KARAKTER ANAK USIA DINI MELALUI POLA ASUH REFLEKTIF DAN CONSCIOUS PARENTING

Sri Wahyuni, Merlina, Bety Vitriana, Sri Purwanti, Elma Sapriyani

PG-PAUD, Fakultas Humaniora dan Kesehatan, Universitas Mulia
merlina@universitasmulia.ac.id

Abstract

This community service activity aims to empower parents in building the character of early childhood through a reflective and conscious parenting approach. The long-term goal of this activity is to create a more conscious, empathetic, and supportive parenting ecosystem that aligns with the emotional development needs of children. This approach positions the family, especially parents, as the main actors in the holistic character formation of children from an early age. This activity is in line with efforts to achieve Target 4.2 of the Sustainable Development Goals (SDGs), which is to ensure access to quality early childhood development and education. The specific targets of this activity include increasing parents' understanding of conscious parenting, facilitating reflective classes, and encouraging the transformation of parenting styles from reactive to responsive. The method used is a face-to-face parent class approach which includes needs identification, implementation of classes in three sessions (education, simulation practice, and reflection), as well as evaluation and follow-up. It is hoped that this activity can become a good practice model for family empowerment in early childhood character education.

Keywords: Parents, Reflective Parenting, Conscious Parenting, Early Childhood Character.

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan orang tua dalam membangun karakter anak usia dini melalui pendekatan pola asuh reflektif dan conscious parenting. Tujuan jangka panjang dari kegiatan ini adalah untuk menciptakan ekosistem pengasuhan yang lebih sadar, penuh empati, dan berpihak pada kebutuhan perkembangan emosional anak. Pendekatan ini menempatkan keluarga, khususnya orang tua, sebagai aktor utama dalam pembentukan karakter anak secara holistik sejak usia dini. Kegiatan ini selaras dengan upaya pencapaian Target 4.2 dalam Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs), yaitu menjamin akses terhadap perkembangan dan pendidikan anak usia dini yang berkualitas. Target khusus kegiatan ini meliputi peningkatan pemahaman orang tua tentang pengasuhan sadar, fasilitasi kelas reflektif, serta mendorong transformasi pola asuh dari reaktif menjadi responsif. Metode yang digunakan adalah pendekatan kelas orang tua secara tatap muka yang meliputi identifikasi kebutuhan, pelaksanaan kelas dalam tiga sesi (edukasi, praktik simulasi, dan refleksi), serta evaluasi dan tindak lanjut. Diharapkan kegiatan ini dapat menjadi model praktik baik pemberdayaan keluarga dalam pendidikan karakter anak usia dini.

Keywords: Orang Tua, Pola Asuh Reflektif, Conscious Parenting, Karakter Anak Usia Dini.

PENDAHULUAN

Karakter anak usia dini sebagian besar terbentuk melalui interaksi yang konsisten dan bermakna dalam lingkungan

keluarga, menjadikan peran orang tua sangat sentral (Vitriana et al., 2024; Yasin, 2019). Namun, banyak orang tua yang masih menerapkan pola asuh warisan yang tidak selalu relevan dengan kebutuhan

perkembangan anak saat ini (Ardiyana, 2022). Data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2022 menunjukkan bahwa lebih dari 56% anak mengalami kekerasan verbal atau emosional di rumah, yang seringkali disebabkan oleh ketidakmampuan orang tua dalam mengelola emosi (Kartikasari & Muthmainah, 2023; Vitriana et al., 2025).

Banyak orang tua yang mengasuh anak dalam mode "auto pilot", tanpa menyadari dampak jangka panjang dari tindakan mereka (Ngura et al., 2024). Survei UNICEF (2021) di Indonesia menemukan bahwa hanya 34% orang tua yang secara sadar meluangkan waktu khusus untuk mendengarkan anak setiap hari, dan 49% mengakui sering menggunakan bentakan sebagai metode disiplin (UNICEF, 2022). Kondisi ini mencerminkan rendahnya kesadaran emosional dalam praktik pengasuhan (Sirjon, 2021).

Pendekatan *conscious parenting* mendorong orang tua untuk menyadari pengalaman masa lalu yang mungkin memengaruhi gaya pengasuhan mereka (Sirjon, 2021). Studi oleh Hartono (2023) menunjukkan bahwa 68% orang tua di perkotaan mengalami stres pengasuhan yang tidak disadari dan berdampak pada komunikasi mereka dengan anak. Hal ini menegaskan pentingnya ruang edukatif dan reflektif bagi orang tua, yang sayangnya masih sangat terbatas. Data Kemendikbudristek (2023) menunjukkan bahwa hanya 18% satuan PAUD yang aktif menyediakan program pelatihan parenting secara berkala (Herarti & Andina, 2020; Jamilah, 2021). Oleh karena itu, kegiatan ini dirancang untuk

memberikan pemahaman dan keterampilan kepada orang tua mengenai pentingnya pola asuh reflektif dan pengasuhan sadar untuk membangun karakter anak secara optimal (Erdaliameta et al., 2023).

METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode kelas orang tua yang dilaksanakan secara tatap muka dan partisipatif (Bustomi, 2024). Prosedur pelaksanaan kegiatan dirancang secara sistematis melalui tiga tahapan utama sebagai berikut:

1. **Persiapan dan Identifikasi Kebutuhan:** Tahap awal dimulai dengan koordinasi bersama mitra PAUD untuk menentukan jadwal, lokasi, dan peserta (Merlina et al., 2026). Selanjutnya, dilakukan penyebaran kuesioner singkat untuk memetakan pola asuh dominan, tingkat stres pengasuhan, dan pemahaman awal orang tua terkait *conscious parenting*. Berdasarkan hasil identifikasi kebutuhan, tim menyusun modul pelatihan yang relevan.

2. **Pelaksanaan Kelas Reflektif Orang Tua:** Kegiatan inti dilaksanakan dalam tiga sesi tatap muka yang berbasis pengalaman:

Sesi 1: Edukasi Konseptual, berfokus pada pengenalan konsep pola asuh reflektif dan *conscious parenting* melalui metode ceramah interaktif dan refleksi pribadi (B. Merlina et al., 2026).

Sesi 2: Praktik Emosi dan Simulasi, mengajak orang tua untuk merespons anak dengan kesadaran emosi melalui *role play*, studi kasus, dan latihan *journaling* reflektif (Laili et al., 2023).

Sesi 3: Refleksi Kolektif, berupa diskusi terbuka untuk berbagi pengalaman, tantangan, dan komitmen perubahan pola asuh, yang diakhiri dengan penyusunan Rencana Tindak Lanjut (RTL).

3. Evaluasi dan Tindak Lanjut: Evaluasi dilakukan untuk mengukur dampak kegiatan. Monitoring jangka pendek dilaksanakan dua minggu pasca-pelatihan melalui wawancara ringan. Selain itu, diadakan forum umpan balik untuk menampung masukan dari peserta demi keberlanjutan program. Hasil dari seluruh rangkaian kegiatan kemudian didokumentasikan, disusun menjadi laporan, dan disebarluaskan melalui publikasi ilmiah serta pendaftaran HKI untuk modul yang dikembangkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dirancang untuk memberikan dampak positif dan berkelanjutan bagi berbagai pihak yang terlibat, terutama orang tua, anak, dan lembaga PAUD. Luaran yang ditargetkan dari kegiatan ini tidak hanya bersifat teoretis, tetapi juga praktis dan aplikatif dalam kehidupan sehari-hari.

Peningkatan Pemahaman dan Keterampilan Orang Tua

Target utama dari kegiatan ini adalah memberikan pemahaman mendalam kepada orang tua mengenai pentingnya pengasuhan berbasis kesadaran (*conscious parenting*) dan pola asuh reflektif (Astuti & Rofi'ah, 2022). Melalui sesi edukatif dan simulasi, orang tua diajak untuk mengenali pola

pengasuhan otomatis yang mungkin selama ini mereka praktikkan dan menggantinya dengan pendekatan yang lebih sadar, empatik, dan selaras dengan kebutuhan emosional anak (Ananto & Vinayastri, 2021). Dengan demikian, orang tua tidak hanya mendapatkan pengetahuan baru, tetapi juga keterampilan praktis dalam mengelola emosi dan merespons anak secara *mindful*, bukan reaktif (Rosenstreich et al., 2021).

Dampak bagi Anak dan Lingkungan Keluarga

Dengan meningkatnya kapasitas orang tua dalam memahami dan merespons kebutuhan emosional anak, diharapkan akan tercipta lingkungan rumah yang lebih sehat secara psikologis (Gustina et al., 2024). Suasana rumah yang hangat, suportif, dan penuh cinta akan memberikan fondasi yang kuat bagi perkembangan anak (Gustina et al., 2024). Anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan seperti ini cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih baik, rasa aman yang kuat, serta kemampuan sosial-emosional yang matang, yang merupakan pilar utama dalam pembentukan karakter yang kokoh (Merlina et al., 2025).

Penguatan Kemitraan dengan Lembaga PAUD

Keterlibatan orang tua secara aktif dalam kegiatan ini juga memberikan keuntungan bagi lembaga PAUD mitra. Program ini memperkuat peran PAUD sebagai pusat layanan pendidikan keluarga, tidak hanya bagi anak tetapi juga bagi orang tua⁴⁰. Sinergi antara lembaga pendidikan dan keluarga ini akan menciptakan ekosistem pendidikan

yang holistik dan mendukung tumbuh kembang anak secara menyeluruh .

Kontribusi bagi Perguruan Tinggi dan Masyarakat Luas

Bagi perguruan tinggi, kegiatan ini merupakan wujud nyata dari implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya dalam bidang pengabdian kepada masyarakat⁴². Selain itu, luaran kegiatan berupa publikasi artikel di jurnal nasional terakreditasi (SINTA 6) dan pendaftaran Hak Kekayaan Intelektual (HKI) untuk modul parenting akan menjadi kontribusi akademis yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat luas.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema "Membangun Karakter Anak Usia Dini Melalui Pola Asuh Reflektif dan Conscious Parenting" menawarkan solusi praktis dan mendalam bagi tantangan pengasuhan modern. Melalui metode kelas orang tua yang interaktif dan reflektif, program ini berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan orang tua dalam menerapkan pengasuhan yang sadar dan empatik. Dampak positif tidak hanya dirasakan oleh orang tua, tetapi juga berpotensi menciptakan lingkungan keluarga yang lebih sehat secara emosional bagi anak-anak, serta memperkuat sinergi antara keluarga dan lembaga PAUD. Keberhasilan program ini menunjukkan bahwa pemberdayaan orang tua merupakan kunci strategis dalam upaya membangun generasi masa depan yang berkarakter kuat dan tangguh.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Universitas Mulia atas dukungan pendanaan melalui Program Hibah Internal Pengabdian kepada Masyarakat sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh mitra pengabdian, peserta kegiatan, serta semua pihak yang telah memberikan dukungan, kerja sama, dan partisipasi selama pelaksanaan kegiatan hingga penyusunan manuskrip ini. Semoga hasil pengabdian ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat serta menjadi kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan praktik pengabdian kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananto, M. C., & Vinayastri, A. (2021). Pengembangan Instrumen Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 6(2), 87–98. <https://doi.org/10.14421/jga.2021.62-04>
- Ardiyana, D. P. (2022). Konseling Islam Dalam Pendidikan Keluarga. *PENDALAS: Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 53–60. <https://doi.org/10.47006/pendalas.v2i1.96>
- Astuti, R., & Rofi'ah. (2022). Implikasi Pola Asuh Orangtua Terhadap Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini Di Tk Pgri 1 Camplong Sampang. *Islamic*

- EduKids*, 4(2), 88–98.
<https://doi.org/10.20414/iek.v4i2.5738>
- Bustomi, A. A. (2024). Penerapan Model Komunikasi Partisipatif dalam Pengembangan Program Pendidikan Anak Usia Dini Berbasis Pesantren. *Jurnal Penelitian Tindakan Kelas*, 2(2), 121–138.
<https://doi.org/10.61650/jptk.v2i2.267>
- Erdaliameta, A., Khurotunisa, R., Nana, N., & Tohani, E. (2023). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4521–4530.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4029>
- Gustina, L. H., Vitriana, B. V, Purwanti, S., & ... (2024). Optimalisasi Peran Orangtua Dalam Melejitkan Prestasi Anak Melalui Pengasuhan Di Rumah. ... *Islam Anak Usia*
<https://ejournal.iaimbima.ac.id/index.php/pelanggi/article/view/3143>
- Hartono, N. D. (2023). Implementasi Metode Montessori Dalam Menstimulasi Kemampuan Membaca Permulaan Anak Usia Dini Di Lovely Bee Montessori School Malang. *Jurnal Penelitian Anak Usia Dini*, 2(1), 11–31.
<https://doi.org/10.18860/jpai.v2i1.13951>
- Herarti, F., & Andina, S. (2020). Responsive Protective Parenting (RPP) In Indonesia Mapping Analysis on Curriculum Parenting Program for Early Childhood Development. *Proceedings of the 1st International Conference on Early Childhood Care Education and Parenting (ICECCEP 2019)*.
<https://doi.org/10.2991/assehr.k.201205.078>
- Jamilah. (2021). Workshop Parenting: Sinergitas Orang Tua Dan Guru Paud Dalam Mengenali Potensi Anak Di Tk Syaichona Kholil Balikpapan. *PENDALAS: Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 121–136.
<https://doi.org/10.47006/pendalas.v1i2.75>
- Kartikasari, D., & Muthmainah, M. (2023). Pengaruh Pelatihan Keterampilan Koping Orang Tua terhadap Kecerdasan Emosi & Keterampilan Sosial Anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(5), 5506–5522.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5100>
- Laili, L. M., Afendi, A. R., Asiyani, G., Merlina, M., & Dahliana, H. (2023). Implementasi Metode Gerak Dan Lagu Dalam Mengenalkan Asmaul Husna Bagi Anak Usia Dini Di Tkit Bunga Harapan Samarinda. *JURNAL PAUD AGAPEDIA*, 7(1), 97–102.
<https://doi.org/10.17509/JPA.V7I1.59923>
- Merlina, B., Honest, G., Purwanti, S., Vitriana, B., Norlaila, S., Wahyuni, S., Harfiyani, C., Maurellia, S., & Rijal, I. (2026). Implementasi Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila Melalui Eco Print Dalam Rangka Kebangkitan Nasional Di Sekolah Bersinar,

- Kampung Toraja. *Martabe: Jurnal Pengabdian* 9(3). <https://doi.org/10.31604/jpm.v9i3.1290-1301>
- Merlina, M., Gunarto, B. H., Vitriana, B., Purwanti, S., Sapriyani, E., & Fitriany, S. A. (2025). Permainan "Honey Hunt" Berbasis Kearifan Lokal: Inovasi Pembelajaran Kognitif Dan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Yaa Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(2), 208-225. <https://doi.org/10.24853/YB.Y9.2.208-225>
- Ngura, E. T., Qondias, D., & Ombong, A. M. (2024). Peran Komunikasi Orang Tua dalam Meningkatkan Kecerdasan Bahasa Anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(4), 676-686. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i4.5933>
- Rosenstreich, E., Shoval, E., & Sharir, T. (2021). The Effects of Mindful Movement Intervention on Academic and Cognitive Abilities Among Kindergarten Children. *Early Childhood Education Journal*, 50(2), 249-258. <https://doi.org/10.1007/s10643-020-01150-5>
- Sirjon, S. (2021). Peran Pengasuhan Ayah Dalam Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun. *MURANGKALIH: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2). <https://doi.org/10.35706/murangkalih.v2i02.5806>
- UNICEF. (2022). *Laporan Tahunan 2022 UNICEF Indonesia / UNICEF Indonesia*. <https://www.unicef.org/indonesia/id/laporan/laporan-tahunan-2022>
- Vitriana, B., Purwanti, S., Honest, B., Ramadhani, D., Mulia Balikpapan, U., & Timur, K. (2024). Kesiapan Sekolah dalam Melaksanakan Pendidikan Inklusi di PAUD. *PAUDIA*, 13(2), 303-314. <https://doi.org/10.26877/PAUDIA.V13I2.574>
- Vitriana, B., Purwanti, S., Maurellia, C., & ... (2025). Pemberdayaan Orangtua Dalam Mendukung Perkembangan Anak Berkebutuhan Khusus Di Lingkungan Paud. *Martabe: Jurnal* <https://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/martabe/article/view/21584>
- Yasin, M. (2019). Pendidikan Anak Dalam Keluarga Perspektif Islam. *Jurnal Muftadiin*. <http://journal.an-nur.ac.id/index.php/mubtadiin/article/view/7>