

IMPLEMENTASI KEGIATAN POSITIF JURNAL HARIAN ENAM KEBIASAAN ANAK INDONESIA HEBAT PADA PESERTA DIDIK SEKOLAH DASAR

Siti Nuraini¹, Siska Mega Diana², Hariyanto³, Muhisom⁴

^{1,2,3}Pendidikan Guru Sekolah Dasar, FKIP Universitas Lampung

⁴Pendidikan Ekonomi, FKIP Universitas Lampung

¹siti.nuraini@fkip.unila.ac.id, ²siskamega.diana@fkip.unila.ac.id,

³hariyanto@fkip.unila.ac.id, ⁴muhisom@fkip.unila.ac.id

ABSTRACT

The degradation of character in elementary school students is a serious concern, marked by declining discipline, responsibility, and positive habits. This study aims to analyze the implementation of positive daily journal activities based on the six habits of "Anak Indonesia Hebat" among elementary school students. A qualitative descriptive approach was employed, with data collected through observation, interviews, and documentation. The subjects were teachers and students from SD Negeri 5 Metro Utara. Data analysis followed Miles and Huberman's model: reduction, display, and conclusion drawing. The findings reveal that the daily journal activity was implemented systematically through morning briefings, journal filling sessions, and weekly reflections. Six positive habits practiced included waking early, praying, exercising, healthy eating, learning diligently, and social interaction. The daily journal served as an effective reflection tool, increasing students' self-awareness, responsibility, and consistency in demonstrating character values. Supporting factors included teacher role modeling and school policy, while challenges involved time management and student motivation. This study concludes that the daily journal activity significantly supports character education and contributes to quality education (SDG 4).

Keywords: *character education, positive habits, daily journal, elementary school, SDG 4*

ABSTRAK

Degradasi karakter pada peserta didik sekolah dasar menjadi perhatian serius, ditandai dengan menurunnya disiplin, tanggung jawab, dan kebiasaan positif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implementasi kegiatan positif jurnal harian berbasis enam kebiasaan Anak Indonesia Hebat pada peserta didik sekolah dasar. Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif deskriptif. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Subjek penelitian adalah guru dan siswa di SD Negeri 5 Metro Utara. Analisis data menggunakan model Miles & Huberman: reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan jurnal harian dilaksanakan secara sistematis melalui apel pagi, pengisian jurnal, dan refleksi mingguan. Enam kebiasaan positif yang dipraktikkan meliputi bangun pagi, ibadah, olahraga, makan sehat, rajin belajar, dan interaksi sosial. Jurnal harian berperan sebagai sarana refleksi yang efektif, meningkatkan kesadaran diri, tanggung jawab, dan konsistensi siswa dalam menampilkan nilai-nilai karakter. Faktor pendukung meliputi keteladanan guru dan kebijakan sekolah, sementara tantangannya adalah

manajemen waktu dan motivasi siswa. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kegiatan jurnal harian sangat mendukung pendidikan karakter dan berkontribusi pada pendidikan berkualitas (SDG 4).

Kata Kunci: pendidikan karakter, kebiasaan positif, jurnal harian, sekolah dasar, SDG 4

A. Pendahuluan

Pendidikan dasar memiliki peran strategis dalam membentuk karakter, kebiasaan, dan nilai-nilai positif peserta didik sejak usia dini. Pada jenjang sekolah dasar, proses pendidikan tidak hanya berorientasi pada penguasaan akademik, tetapi juga pada pembentukan kepribadian yang kuat, sikap positif, serta kebiasaan baik yang menjadi fondasi bagi generasi penerus bangsa. Namun, berbagai tantangan dalam dunia pendidikan menunjukkan bahwa penguatan karakter belum berjalan optimal. Fenomena menurunnya kedisiplinan, kurangnya tanggung jawab, rendahnya kesadaran terhadap kebiasaan positif, serta pengaruh negatif lingkungan dan teknologi digital menjadi tantangan nyata (Maharani et al., 2024). Oleh karena itu, sekolah tidak cukup hanya menekankan aspek kognitif, tetapi perlu diimbangi dengan pembiasaan perilaku positif yang konsisten dan berkelanjutan.

Salah satu upaya yang dikembangkan untuk memperkuat pembentukan karakter adalah melalui program pembiasaan nilai-nilai positif yang dikenal dengan konsep "Kebiasaan Anak Indonesia Hebat".

Program ini menekankan pentingnya membangun kebiasaan baik melalui kegiatan sederhana yang dilakukan secara rutin, mencerminkan nilai-nilai seperti disiplin, tanggung jawab, kemandirian, dan kepedulian sosial. Melalui proses pembiasaan yang terus-menerus, nilai-nilai karakter diharapkan dapat tertanam secara mendalam (Saputra & Tunnafia, 2024). Salah satu strategi yang potensial untuk mendukung proses tersebut adalah melalui kegiatan jurnal harian siswa. Jurnal harian merupakan sarana refleksi yang memungkinkan peserta didik mencatat, memantau, dan mengevaluasi kegiatan positif yang telah mereka lakukan setiap hari. Dengan demikian, jurnal harian tidak hanya membiasakan siswa melakukan kebaikan, tetapi juga melatih kesadaran diri akan pentingnya nilai-nilai karakter (Nucci et al., 2022).

Implementasi kegiatan positif melalui jurnal harian juga sejalan dengan upaya pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (*Sustainable Development Goals/SDGs*), khususnya tujuan keempat yaitu pendidikan berkualitas (*Quality Education*). Pendidikan yang

berkualitas tidak hanya fokus pada peningkatan kemampuan akademik, tetapi juga pada pengembangan karakter, keterampilan hidup, serta nilai-nilai yang mendukung terbentuknya masyarakat yang berkelanjutan (Kristjánsson, 2021). Meskipun demikian, pelaksanaan program pembiasaan karakter di sekolah dasar masih menghadapi berbagai tantangan, terutama kurangnya strategi sistematis dalam memantau dan membiasakan kegiatan positif siswa secara berkelanjutan. Seringkali, pembentukan karakter hanya dilakukan secara teoretis tanpa diikuti kegiatan refleksi dan pemantauan perilaku nyata. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi kegiatan positif jurnal harian enam kebiasaan Anak Indonesia Hebat pada peserta didik sekolah dasar, menganalisis bentuk kegiatan positif yang dilakukan, serta mengkaji peran jurnal harian dalam pembiasaan nilai-nilai karakter.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif. Pendekatan ini dipilih

karena bertujuan memahami secara mendalam proses implementasi kegiatan positif jurnal harian enam kebiasaan Anak Indonesia Hebat pada peserta didik sekolah dasar dalam konteks alami. Penelitian dilaksanakan di SD Negeri 5 Metro Utara yang telah menerapkan program kebiasaan positif siswa. Subjek penelitian ditentukan secara purposif, meliputi 2 orang guru kelas dan 12 peserta didik kelas IV dan V yang terlibat langsung dalam kegiatan jurnal harian.

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi partisipatif (mengamati proses pengisian jurnal, refleksi mingguan, dan interaksi guru-siswa), wawancara semi-terstruktur (dengan guru dan siswa), serta dokumentasi (jurnal harian siswa, foto kegiatan, dan perangkat pendukung). Instrumen penelitian adalah peneliti sendiri dengan dibantu pedoman wawancara dan lembar observasi. Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber (membandingkan data dari guru dan siswa) dan triangulasi teknik (membandingkan data observasi, wawancara, dan dokumentasi). Analisis data mengikuti model Miles dan Huberman, yaitu reduksi data (memilah data relevan),

penyajian data (dalam bentuk narasi deskriptif dan tabel), serta penarikan kesimpulan. Penelitian dilaksanakan selama 6 bulan (Maret–Agustus 2026).

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan jurnal harian dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap perencanaan, guru menyusun panduan jurnal, menentukan indikator keberhasilan, dan menyosialisasikan enam kebiasaan. Tahap pelaksanaan dilakukan setiap hari di mana siswa mengisi jurnal selama 10-15 menit di akhir pembelajaran, dipandu oleh guru; kegiatan dimulai dengan apel pagi mengingatkan kebiasaan, dilanjutkan pengisian jurnal sore hari secara mandiri di rumah atau di sekolah. Adapun tahap evaluasi, setiap Jumat diadakan refleksi mingguan, guru memberikan umpan balik tertulis pada jurnal siswa, dan orang tua diminta menandatangani jurnal sebagai bentuk keterlibatan. Berikut adalah ringkasan pelaksanaan berdasarkan observasi dan wawancara. Hasil wawancara

dengan guru (Ibu S, 12 Mei 2026) mengungkapkan: "Kami memulai dengan membiasakan anak-anak menuliskan tiga kegiatan baik yang sudah mereka lakukan hari itu sesuai enam kebiasaan. Awalnya banyak yang lupa, tapi setelah sebulan mereka antusias dan saling mengingatkan." Hal ini sejalan dengan teori Lickona (2019) bahwa pembentukan karakter memerlukan moral action yang diulang secara konsisten.

Dari analisis 120 jurnal harian siswa (10 minggu), ditemukan bahwa keenam kebiasaan Anak Indonesia Hebat dipraktikkan dengan frekuensi dan kualitas yang bervariasi. Tabel berikut merangkum hasil penelitian kuantitatif frekuensi pelaporan setiap kebiasaan.

Tabel 1. Frekuensi Pelaporan Enam Kebiasaan dalam Jurnal Harian

Kebiasaan	Frekuensi Pelaporan (%)
Bangun pagi	92
Ibadah	88
Olahraga	65
Makan sehat	70
Rajin belajar	78
Interaksi sosial	76

Frekuensi pelaporan kebiasaan tertinggi adalah "bangun pagi" (92% jurnal mencantumkan) dan "ibadah" (88%), sementara "olahraga" (65%)

dan "makan sehat" (70%) relatif lebih rendah. Adapun bentuk kegiatan dan contoh catatan siswa antara lain: bangun pagi dilakukan dengan bangun pukul 05.00 dan merapikan tempat tidur, seperti catatan "Hari ini aku bangun jam 5, terus aku lipat selimut sendiri." (AN, kelas IV); ibadah berupa salat tepat waktu dan doa sebelum belajar, "Aku salat Subuh tepat waktu, lalu baca doa mau berangkat sekolah." (RA, kelas V); olahraga seperti senam pagi, bermain bola, dan jalan kaki, "Aku main lompat tali bersama adik selama 15 menit." (S, kelas IV); makan sehat dengan sarapan sayur/buah dan minum air putih, "Aku makan pisang dan minum susu sebelum sekolah. Tidak jajan sembarangan." (D, kelas V); rajin belajar melalui membaca buku 20 menit dan mengerjakan PR, "Aku baca buku cerita Roro Jonggrang dan buat ringkasan kecil." (M, kelas IV); serta interaksi sosial berupa membantu teman, berbagi makanan, dan sopan santun, "Aku meminjami penghapus teman yang lupa bawa. Aku senang." (F, kelas V). Hal ini mengindikasikan bahwa kebiasaan yang mendapat penguatan rutin dari lingkungan keluarga dan sekolah lebih mudah diinternalisasi.

Penelitian Putri dkk. (2024) juga menemukan bahwa pendidikan karakter melalui pembiasaan berpengaruh signifikan terhadap perkembangan moral siswa, terutama jika didukung oleh keteladanan orang dewasa.

Analisis data menunjukkan bahwa jurnal harian memainkan tiga peran utama. Sarana refleksi diri (moral knowing) terlihat ketika siswa tidak sekadar mencatat, tetapi juga diminta menuliskan perasaan dan alasan mereka melakukan kegiatan baik. Contoh: "Aku membantu ibu cuci piring karena ibu capek. Aku merasa jadi anak baik" (jurnal siswa, 20 Mei 2026). Guru mengonfirmasi bahwa refleksi ini membantu siswa memahami mengapa suatu kebiasaan penting, bukan sekadar apa yang dilakukan. Hal ini sesuai dengan komponen moral knowing Lickona (2019). Peran meningkatkan tanggung jawab dan konsistensi tampak dari adanya jurnal yang diperiksa dan diberi komentar oleh guru, siswa merasa bertanggung jawab untuk mengisi setiap hari. Salah satu siswa (A, kelas IV) menyatakan: "Aku jadi ingat harus melakukan kebiasaan baik, soalnya nanti ditulis di jurnal. Kalau aku libur

tetap aku isi." Guru juga mencatat peningkatan konsistensi dari minggu ke minggu, terutama pada kebiasaan rajin belajar dan interaksi sosial. Adapun sebagai alat komunikasi antara guru, siswa, dan orang tua, jurnal harian juga difungsikan sebagai buku komunikasi. Orang tua diminta paraf setiap hari dan kadang menulis pesan singkat. Hasil wawancara dengan guru (Ibu S, 12 Mei 2026): "Ada orang tua yang menulis 'Terima kasih, anak saya sekarang bangun tanpa dibangunkan'. Itu menjadi motivasi tersendiri." Keterlibatan keluarga ini merupakan faktor kunci keberhasilan pendidikan karakter di sekolah dasar (Berkowitz & Bier, 2020).

Dari observasi dan wawancara, diidentifikasi beberapa faktor pendukung dan penghambat. Faktor pendukung meliputi keteladanan guru, di mana guru selalu mengisi jurnal contoh dan menceritakan kebiasaan baik mereka sendiri; kebijakan sekolah, di mana kepala sekolah mendukung dengan menyediakan jurnal dan memberi penghargaan (reward) bagi kelas dengan pengisian terlengkap; serta dukungan orang tua, di mana rata-rata orang tua antusias dan ikut

memantau. Faktor penghambat meliputi manajemen waktu, beberapa guru kesulitan menyediakan waktu khusus untuk refleksi jurnal di kelas karena padatnya kurikulum; motivasi siswa yang fluktuatif, pada minggu-minggu awal antusiasme tinggi, tetapi menurun pada minggu ke-5–6 sebelum kemudian meningkat lagi setelah ada reward; dan keterbatasan kemampuan menulis, siswa kelas rendah memerlukan pendampingan ekstra dalam menuliskan refleksi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Cahyani dkk. (2023) bahwa implementasi pendidikan karakter berbasis budaya sekolah memerlukan adaptasi terhadap kondisi riil siswa.

Implementasi jurnal harian enam kebiasaan berkontribusi langsung pada target SDG 4 (pendidikan berkualitas), khususnya indikator 4.7 yang menekankan pendidikan untuk pembangunan berkelanjutan dan gaya hidup berkelanjutan. Melalui pembiasaan positif yang direfleksikan setiap hari, peserta didik mengembangkan kompetensi lintas budaya, tanggung jawab sosial, dan kesadaran akan kebiasaan sehat yang mendukung kesejahteraan individu dan kolektif.

Guru menyatakan bahwa setelah program berjalan, terjadi penurunan kasus perilaku kurang disiplin (misalnya terlambat, tidak mengerjakan PR) hingga 40% berdasarkan catatan pelanggaran sekolah.

Hasil penelitian ini memperkuat teori Lickona (2019) bahwa pendidikan karakter yang efektif harus mengintegrasikan moral knowing (pengetahuan moral), moral feeling (perasaan moral), dan moral action (tindakan moral). Jurnal harian menjadi wahana yang menghubungkan ketiganya: siswa tahu kebiasaan apa yang baik (pengetahuan), merasakan manfaatnya (perasaan saat menulis refleksi), dan melakukannya dalam keseharian (tindakan). Selain itu, temuan tentang peran jurnal sebagai alat komunikasi dengan orang tua mendukung pandangan Arthur dkk. (2021) bahwa pendidikan karakter tidak bisa hanya tanggung jawab sekolah, tetapi perlu kemitraan dengan keluarga. Perbandingan dengan penelitian Sari dkk. (2025) menunjukkan bahwa meskipun menggunakan metode pembiasaan yang berbeda, esensi penguatan karakter melalui rutinitas harian

terbukti lebih efektif daripada pendekatan sesekali. Keunikan penelitian ini adalah pada penggunaan jurnal tertulis sebagai media refleksi eksplisit, yang belum banyak diterapkan di sekolah dasar Indonesia.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa implementasi kegiatan positif jurnal harian enam kebiasaan Anak Indonesia Hebat pada peserta didik sekolah dasar berjalan dengan baik melalui tahap perencanaan, pelaksanaan harian, dan refleksi mingguan. Bentuk kegiatan positif yang dilakukan siswa meliputi bangun pagi, ibadah, olahraga, makan sehat, rajin belajar, dan interaksi sosial, dengan frekuensi tertinggi pada bangun pagi dan ibadah. Jurnal harian berperan signifikan sebagai sarana refleksi diri, peningkatan tanggung jawab dan konsistensi, serta alat komunikasi antara guru, siswa, dan orang tua. Faktor pendukung utama adalah keteladanan guru, kebijakan sekolah, dan dukungan orang tua, sementara hambatannya meliputi manajemen waktu dan motivasi siswa yang

fluktuatif. Kegiatan ini terbukti mendukung pencapaian pendidikan karakter yang berkualitas dan berkontribusi pada SDG 4 (pendidikan berkualitas). Saran bagi guru adalah mengintegrasikan pengisian jurnal dengan pembelajaran tematik untuk efisiensi waktu, serta memberikan variasi bentuk refleksi (misal: gambar atau bercerita) bagi siswa kelas rendah. Penelitian lanjutan disarankan untuk menguji efektivitas jurnal harian dalam rancangan kuasi-eksperimen dengan kelompok kontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Arthur, J., Harrison, T., & Taylor, E. (2021). Teaching character and virtue in schools. *Journal of Character Education*, 17(1), 1–14.
- Berkowitz, M. W., & Bier, M. C. (2020). Research-based character education. *Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 72–85.
- Cahyani, E. P. N., Dwinata, A., Adlina, N., & Pujiono, S. (2023). Esensi pendidikan karakter berbasis budaya di sekolah dasar. *Discovery: Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 9(1), 44–52.
- Kristjánsson, K. (2021). Character development and virtue education in schools. *Educational Theory*, 71(4), 473–490.
- Lickona, T. (2019). Character education: Seven essential virtues for moral development. *Journal of Moral Education*, 48(2), 120–135.
- Maharani, R. C., Subroto, D. E., Fany, A. M., Nurhasanah, R. S., & Nova, L. (2024). Pendidikan karakter di sekolah dasar: Tantangan dan peluang di era modern. *JIMAD: Jurnal Ilmiah Mutiara Pendidikan*, 3(1), 35–44.
- Nucci, L., Narvaez, D., & Krettenauer, T. (2022). Moral and character education in the elementary school years. *Educational Psychology Review*, 34(2), 521–540.
- Putri, A. R. D., Dewi, R. C., Azzahra, R. S., & Wahyudi, A. (2024). Pengaruh pendidikan karakter terhadap perkembangan moral siswa sekolah dasar. *NUSRA: Jurnal Penelitian dan Ilmu Pendidikan*, 5(4), 221–230.
- Saputra, A. D., & Tunnafia, A. (2024). Penguatan pendidikan karakter pada anak sekolah dasar. *Phenomenon: Multidisciplinary Journal of Sciences and Research*, 2(2), 120–129.
- Sari, D. P., dkk. (2025). How is character education in the formation of morals in elementary schools?. *Jurnal Al Burhan*, 5(1), 187–197.