

Anak (1-3 tahun)
Article

Cara Membentuk Karakter Anak melalui Kebiasaan Sehari-hari

SEP 4, 2026

8 MINS

Cara membentuk karakter anak yang efektif dimulai dari kebiasaan sehari-hari di rumah. Orang tua bisa menanamkan kejujuran, tanggung jawab, dan empati melalui rutinitas sederhana seperti merapikan mainan, percakapan reflektif, serta konsekuensi logis saat anak melakukan kesalahan. Konsistensi dan teladan nyata dari orang tua adalah kunci utamanya.

Karena Setiap orang tua pasti menginginkan anaknya memiliki karakter yang baik. Karakter bukan suatu materi yang bisa dipelajari dalam semalam. Untuk membentuk karakter anak, Mam harus mulai sejak dini melalui kebiasaan sehari-hari secara konsisten.

Karakter anak tidak bisa lepas dari orang di sekitarnya, misalnya orang tua. Sejak usia dini, anak belajar mengenai nilai, sikap, dan perilaku melalui pengalaman sehari-hari bersama keluarga.

Anak melihat cara orang tua berbicara, menyelesaikan masalah, memperlakukan orang lain, dan bersikap akan menjadi contoh bagi Si Kecil.

Karena itu, Mam harus menciptakan kebiasaan yang baik di rumah untuk membentuk karakter anak.

Peran Orang Tua dalam Membentuk Karakter Anak

Karakter merupakan keyakinan dan nilai-nilai yang dimiliki seseorang yang membentuk kepribadiannya. Pengalaman hidup yang dijalani juga berperan dalam membentuk karakter serta mencerminkan kualitas, nilai moral, dan prinsip yang dimiliki seseorang.^[1]

Dalam proses pendidikan karakter anak, orang tua adalah guru pertama sekaligus teladan utama anak, karena orang tua adalah yang sehari-hari berinteraksi dengan anak.

Anak adalah peniru ulung, karena itu anak tidak hanya butuh nasihat tetapi juga contoh nyata dari orang tua. Oleh karena itu, peran keluarga dalam membentuk karakter anak sangat besar.

Berikut peran orang tua sebagai teladan anak:

1. Menanamkan kejujuran

Banyak yang berkata bahwa anak-anak pasti selalu jujur. Namun, apakah benar demikian? Pernahkah Mam melihat ada anak yang tidak jujur? Misalnya ketika anak melakukan kesalahan, lalu anak tidak berani mengatakan yang sebenarnya karena takut dimarahi.

Untuk membantu Si Kecil belajar jujur, Mam juga harus memberi contoh untuk selalu jujur kepada anak. Lalu, ciptakan suasana rumah yang nyaman dan penuh rasa aman untuk si kecil.

Buat Si Kecil merasa bahwa ia boleh bercerita apa adanya tanpa takut dimarahi atau dihakimi. Ajarkan bahwa berkata jujur adalah nilai penting dalam keluarga, berikan apresiasi ketika ia berani mengatakan yang sebenarnya, dan tunjukkan contoh lewat sikap Mam sehari-hari.^[2]

Jika Si Kecil mulai sering berbohong, coba cari tahu alasannya dengan tenang. Bisa jadi ia sedang merasa takut, khawatir, atau menghadapi sesuatu yang membuatnya tidak nyaman. Dengan memahami penyebabnya, Mam dapat membantu Si Kecil belajar menjadi anak yang lebih terbuka dan dapat dipercaya.

2. Mengajarkan tanggung jawab

Tanggung jawab adalah kemampuan untuk dapat dipercaya, membuat pilihan yang baik, serta berani bertanggung jawab atas tindakan yang dilakukan. Nilai ini membantu Si Kecil memahami bahwa setiap orang memiliki peran dalam menjaga kebaikan bersama dan membantu orang lain.^[3]

Pada anak-anak, tanggung jawab bisa dimulai dari hal-hal sederhana sesuai usianya. Misalnya, Si Kecil belajar menyiapkan perlengkapan sekolah sendiri, merapikan mainan setelah bermain, membantu pekerjaan rumah ringan, atau menawarkan bantuan kepada teman dan keluarga.

Kebiasaan kecil yang dilakukan secara rutin akan membantu anak tumbuh menjadi pribadi yang mandiri, peduli, dan dapat diandalkan.

Biarkan Si Kecil menyelesaikan tugasnya sendiri terlebih dahulu. Jika mengalami

kesulitan, dampingi tanpa langsung mengambil alih. Rasa tanggung jawab anak akan tumbuh dengan melihat anggota keluarga bertanggung jawab terhadap tugas masing-masing.

3. Menumbuhkan empati

Empati adalah kemampuan yang dapat dilatih dan dikembangkan melalui kebiasaan sehari-hari. Empati membantu Si Kecil memahami apa yang mungkin dipikirkan atau dirasakan orang lain, kemudian meresponsnya dengan sikap peduli.

Seiring bertambahnya usia, anak mulai memahami bahwa setiap orang memiliki perasaan, pikiran, dan pengalaman yang berbeda. Misalnya, anak mulai menyadari ketika temannya sedih, kecewa, atau membutuhkan bantuan, lalu belajar memberikan respons yang sesuai.^[4]

Empati pada anak juga tumbuh dengan adanya teladan dari orang terdekat. Bagaimana Mam merespon perasaan Si Kecil, menghibur Si Kecil ketika sedih atau kecewa, serta memberi bantuan untuk orang lain akan membantu Si Kecil belajar tentang empati.

Membangun Karakter Anak melalui Rutinitas, Aturan, Konsekuensi Logis, dan Percakapan Reflektif

pembentukan karakter anak usia dini dapat dimulai dari kebiasaan sederhana yang dilakukan secara konsisten setiap hari. Tips ini relevan untuk anak usia prasekolah (3-6 tahun) maupun usia sekolah dasar, karena meski pendekatannya serupa, kompleksitas tugas dan percakapan dapat disesuaikan dengan tahap perkembangan Si Kecil. Berikut beberapa cara yang bisa Mam terapkan untuk pendidikan karakter anak:

1. Bangun rutinitas positif sejak dini

Rutinitas membantu Si Kecil merasa lebih aman karena ia mengetahui apa yang diharapkan dalam kesehariannya. Kebiasaan yang dilakukan berulang juga dapat membantu anak belajar disiplin dan tanggung jawab.

Contoh rutinitas sederhana untuk Si Kecil:

- Merapikan mainan setelah bermain
- Menyiapkan perlengkapan sekolah
- Mencuci tangan sebelum makan
- Membaca buku bersama sebelum tidur
- Membantu tugas rumah sesuai kemampuan^[5]

Bangun rutinitas Si kecil sesuai dengan usianya. Ketika dilakukan secara konsisten, rutinitas kecil ini dapat menjadi kebiasaan baik yang mendukung pembentukan karakter anak.

2. Terapkan aturan yang jelas dan mudah dipahami

Aturan keluarga membantu menciptakan lingkungan yang teratur dan membuat Si Kecil memahami perilaku apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan. Aturan yang baik sebaiknya dibuat secara sederhana, jelas, dan sesuai dengan usia anak agar mudah dipahami serta diingat.

Mam tidak perlu membuat terlalu banyak aturan sekaligus. Anak usia dini biasanya hanya mampu memahami dan mengingat beberapa aturan dalam satu waktu.

Mulailah dari aturan dasar yang paling penting, seperti merapikan mainan setelah bermain, berbicara dengan sopan, atau mencuci tangan sebelum makan. Setelah Si Kecil mulai terbiasa menjalankannya, Mam dapat menambahkan aturan baru secara bertahap.

3. Gunakan konsekuensi logis sebagai kesempatan belajar

Saat anak melakukan kesalahan, fokuslah pada proses belajar, bukan hanya sekadar memberikan hukuman. Salah satu cara yang dapat Mam terapkan adalah konsekuensi logis, yaitu konsekuensi yang berhubungan langsung dengan perilaku anak sehingga ia dapat memahami hubungan antara tindakan dan akibatnya.^[6]

Contohnya:

- Jika Si Kecil menumpahkan minuman, ajak ia membantu membersihkannya.
- Jika lupa membawa barang penting, bantu anak memikirkan cara agar lebih siap lain kali.
- Jika kakak dan adik berebut mainan, mainan tersebut dapat disimpan sebentar sampai mereka siap bermain bersama dengan lebih baik.

Konsekuensi logis sebaiknya diberikan secara singkat, masuk akal, dan sesuai dengan usia anak. Dengan begitu, Si Kecil memiliki kesempatan untuk mencoba kembali perilaku yang lebih baik, lalu mendapatkan apresiasi ketika berhasil melakukannya.

4. Lakukan percakapan reflektif bersama anak

Ketika berbicara dengan Si Kecil, berikan perhatian penuh. Kebiasaan ini membantu membangun komunikasi yang lebih baik dan membuat anak merasa bahwa cerita serta perasaannya dihargai.

Saat mendengarkan, Mam dapat berada sejajar dengan anak, melakukan kontak

mata, mengulang kembali inti ceritanya, atau membantu memberi nama pada emosi yang sedang dirasakan.

Misalnya, “Kamu terlihat sedih karena mainanmu rusak, ya?” Dengan cara ini, Si Kecil belajar bahwa perasaannya boleh diungkapkan dan ia dapat memahami emosinya dengan lebih baik.

Kebiasaan mendengarkan dengan penuh perhatian dan merefleksikan perasaan anak juga membuat anak lebih nyaman untuk berbagi cerita maupun masalahnya kepada orang tua.^[7]

Baca juga: [Macam-macam Karakter Anak dan Cara Mengasah Kelebihannya](#)

Aktivitas untuk Membentuk Karakter Anak

Karakter anak dapat berkembang melalui aktivitas sederhana bersama keluarga. Kegiatan sehari-hari membantu Si Kecil belajar bekerja sama, peduli terhadap orang lain, pantang menyerah, dan mengelola emosi. Berikut beberapa contoh aktivitas untuk membangun karakter anak:

- Melatih kerja sama melalui kegiatan seperti memasak bersama, merapikan rumah, atau bermain puzzle agar anak belajar berbagi tugas dan berkomunikasi.
- Menumbuhkan kepedulian dengan mengajak Si Kecil membantu keluarga, berbagi, atau merawat tanaman dan hewan peliharaan.
- Membangun ketekunan dengan memberi kesempatan anak mencoba kembali saat menghadapi kesulitan serta menghargai proses usahanya.
- Melatih pengendalian diri melalui permainan yang mengajarkan aturan, bergiliran, dan mengikuti instruksi.

Konsistensi Menjadi Kunci

Hal terpenting dalam pendidikan karakter anak adalah konsistensi. Anak akan lebih mudah memahami nilai yang diajarkan ketika melihat orang tua menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, bukan hanya dari kata-kata petuah.

Jika Mam ingin Si Kecil tumbuh bertanggung jawab, maka Mam juga harus menunjukkan perilaku yang bertanggung jawab. Jika ingin Si Kecil menjadi anak yang bertutur kata baik, maka Mam juga harus berkata yang baik dan tidak membentak.

Sebaliknya, jika orang tua meminta anak disiplin tetapi diri sendiri sering mengabaikan aturan, maka Si Kecil akan bingung, bahkan mengikuti contoh yang tidak baik tersebut.

Tidak ada orang tua yang sempurna. Namun, jika Mam melakukan kesalahan, jangan ragu untuk mengakuinya dan meminta maaf kepada Si Kecil. Sikap ini justru mengajarkan bahwa setiap orang dapat belajar, bertanggung jawab, dan terus memperbaiki diri.

Setiap anak memiliki kepribadian yang berbeda-beda. Ada yang mudah beradaptasi, aktif dan senang berinteraksi, ada pula yang lebih tenang atau membutuhkan waktu lebih lama untuk merasa nyaman. Perbedaan jenis karakter anak ini merupakan hal yang wajar.

Mam tidak perlu membandingkan karakter Si Kecil dengan anak lain. Yang terpenting adalah membantu anak mengembangkan nilai-nilai positif agar tumbuh menjadi anak yang memiliki karakter yang kuat.

Selain dukungan dan teladan dari orang tua, Si Kecil juga memerlukan asupan gizi seimbang untuk mendukung perkembangan otak dan kemampuan belajarnya.

Nutrisi seperti protein, DHA, kolin, zat besi, omega-3, vitamin, dan mineral berperan dalam mendukung fungsi kognitif, konsentrasi, serta perkembangan sosial-emosional anak.

S-26 Ultima menghadirkan inovasi A2 Protein bersama DHA, AA, dan Kolin untuk dukung perkembangan otak, pencernaan yang nyaman, dan daya tahan tubuh si Kecil setiap hari.

Baca juga: 6 Cara Mengenali Karakter Anak: Pahami Si Kecil Lebih Dalam!

Pertanyaan Seputar Membangun Karakter Anak

- **Apakah karakter anak lebih dipengaruhi oleh keturunan atau lingkungan?**

Karakter anak dipengaruhi oleh kombinasi faktor keturunan dan lingkungan. Namun, pola asuh, kebiasaan sehari-hari, dan pengalaman hidup sangat berperan dalam membentuk karakter yang berkembang seiring waktu.

- **Bagaimana cara mengajarkan karakter tanpa memaksa atau mengekang anak?**

Ajarkan karakter melalui contoh nyata, komunikasi yang hangat, dan kebiasaan positif yang dilakukan secara konsisten. Berikan arahan dengan penuh empati agar anak memahami alasan di balik setiap nilai yang diajarkan.

- **Apakah kebiasaan sehari-hari di rumah berpengaruh besar pada karakter anak?**

Ya, kebiasaan sehari-hari di rumah memiliki pengaruh besar karena anak belajar dari apa yang mereka lihat dan alami setiap hari. Rutinitas sederhana seperti saling menghargai, disiplin, dan bertanggung jawab dapat membentuk karakter positif sejak dini.

Referensi

1. Verywell Mind. (2023). How are character and personality different? Verywell Mind.
<https://www.verywellmind.com/how-are-character-and-personality-different-7644534> diakses pada 27/07/2026
2. University of Michigan Human Resources. (2024). Caring kids: Encouraging honesty in children from toddlers to teens. University of Michigan.
<https://hr.umich.edu/about-uhr/uhr-news/caring-kids-encouraging-honesty-children-toddlers-teens> diakses pada 27/07/2026
3. PBS Parents. (n.d.). Responsibility. PBS Parents.
<https://www.pbs.org/parents/learn-grow/age-6/character/responsibility> diakses pada 27/07/2026
4. PBS Parents. (n.d.). Empathy. PBS Parents.
<https://www.pbs.org/parents/learn-grow/age-7/social-skills/empathy> diakses pada 27/07/2026
5. Centers for Disease Control and Prevention. (2024). Structure and rules. CDC.
<https://www.cdc.gov/parenting-toddlers/structure-rules/> diakses pada 27/07/2026
6. Raising Children Network. (2024). Consequences: Preschoolers & discipline. Raising Children Network.
<https://raisingchildren.net.au/preschoolers/behaviour/rules-consequences/consequences> diakses pada 27/07/2026
7. Centers for Disease Control and Prevention. (2024). Communication. CDC.
<https://www.cdc.gov/parenting-toddlers/communication/index.htm> diakses pada 27/07/2026