

Pengabdian Masyarakat melalui Penerapan Habit Tracker sebagai Media Pengenalan Pembiasaan Ibadah, Kemandirian, dan Akhlak Santri TPQ Ar-Ridlo

Alivia Wardah ¹, Muhamad Sidiq Asyhari ²

Sekolah Tinggi Agama Islam Muhammadiyah Tulungagung, Tulungagung, Indonesia ^{1,2}

Corresponding Author: *aliviawardah67@gmail.com ¹, *sidiqasyhari@gmail.com ²

Info Artikel

Submitted: 29 Juli 2026

Revised : 19 Agustus 2026

Accepted: 30 Agustus 2026

Published: 02 September 2026

Keywords: habit tracker; self-monitoring; habituation of worship; independence; santri

Kata Kunci: habit tracker; self-monitoring; pembiasaan ibadah; kemandirian; santri

Abstract

Positive habit formation among santri (Islamic boarding students) often loses continuity when learning activities are not directly supervised, particularly during periods with reduced attendance such as national holiday seasons. This community service program was carried out at TPQ Ar-Ridlo, Bareng, Jombang, targeting 20 santri aged 9-14 years in the evening Al-Qur'an class. This program aimed to introduce a printed Habit Tracker as a self-monitoring tool to support the continuity of worship discipline, independence, and good character at home. The method consisted of initial observation through interviews with the TPQ caregivers, preparation of the Habit Tracker instrument, socialization and distribution of the booklet accompanied by a pre-test, independent filling by santri for one week, and collection accompanied by a post-test. Preliminary findings from the initial observation indicated that inconsistent attendance was the main obstacle in maintaining habits instilled at the TPQ. The Habit Tracker was designed with five indicators across three domains-worship, digital literacy, and independence-completed with parental involvement columns. This activity is expected to serve as an initial step in introducing simple, sustainable, and family-involved habit-monitoring practices among santri.

Abstrak

Pembiasaan kebiasaan baik pada santri kerap kehilangan kesinambungan ketika kegiatan belajar mengaji tidak didampingi secara langsung, terutama pada masa-masa tertentu seperti musim perayaan Agustusan yang menyebabkan tingkat kehadiran menurun. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di TPQ Ar-Ridlo, Bareng, Jombang, dengan sasaran 20 santri berusia 9-14 tahun pada kelompok mengaji ba'da Maghrib. Program ini bertujuan mengenalkan Habit Tracker cetak sebagai alat pemantauan mandiri untuk mendukung keberlangsungan disiplin ibadah, kemandirian, dan akhlak baik di rumah. Metode pelaksanaan meliputi observasi awal melalui wawancara dengan pengasuh TPQ, penyusunan instrumen Habit Tracker, sosialisasi dan pembagian booklet disertai pre-test, pengisian mandiri oleh santri selama satu pekan, serta pengumpulan yang disertai post-test. Temuan awal dari observasi menunjukkan bahwa ketidakhadiran yang tidak menentu menjadi kendala utama dalam menjaga kebiasaan yang telah ditanamkan di TPQ. Habit Tracker dirancang dengan lima indikator dalam tiga domain, yaitu ibadah, literasi digital, dan kemandirian, dilengkapi kolom keterlibatan orang tua. Kegiatan ini diharapkan menjadi langkah awal pengenalan praktik pemantauan kebiasaan yang sederhana, berkelanjutan, dan melibatkan keluarga bagi santri.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Publisher: Lembaga Penerbit Penelitian Nusantara

Pendahuluan

Pembentukan karakter dan kebiasaan baik pada anak merupakan salah satu tujuan utama pendidikan, baik yang berlangsung di lingkungan keluarga, sekolah, maupun lembaga pendidikan non-formal seperti Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPQ). Di antara berbagai kebiasaan yang menjadi perhatian, disiplin ibadah, kemandirian, dan akhlak baik menempati posisi penting karena menjadi fondasi bagi perkembangan karakter anak secara menyeluruh. Namun demikian, pembentukan kebiasaan tersebut tidak selalu berjalan mulus, terutama ketika anak tidak berada dalam pengawasan langsung dari lingkungan pendidikan tempat kebiasaan itu pertama kali ditanamkan.

Kebiasaan baik pada usia anak dan remaja umumnya tumbuh melalui proses pengulangan yang konsisten dan pengawasan dari lingkungan terdekat, baik keluarga maupun lembaga pendidikan non-formal seperti Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPQ). Rutinitas ibadah, mengaji, dan kedisiplinan yang telah ditanamkan di TPQ sering kali terputus ketika santri tidak hadir mengikuti kegiatan, sebagaimana banyak dijumpai pada periode-periode tertentu seperti musim liburan sekolah maupun perayaan hari besar nasional. Pada kondisi tersebut, tidak ada instrumen yang membantu santri untuk tetap menjaga keberlangsungan kebiasaan baik yang telah dipelajari, sehingga risiko putusnya pembiasaan menjadi lebih besar.

Fenomena serupa banyak ditemukan pada lembaga pendidikan berbasis pesantren maupun TPQ, di mana keterbatasan waktu tatap muka menjadi tantangan tersendiri dalam menjaga kesinambungan pembiasaan ibadah dan karakter santri. Tantangan ini semakin terasa pada periode-periode tertentu sepanjang tahun, seperti musim liburan sekolah, perayaan hari besar nasional, maupun kegiatan kemasyarakatan lain yang menyita waktu anak-anak di lingkungan tempat tinggalnya. Pada momen-momen tersebut, tingkat kehadiran santri di TPQ cenderung menurun, sementara pengawasan terhadap keberlangsungan ibadah dan kebiasaan baik lainnya di rumah masih sangat bergantung pada inisiatif masing-masing keluarga. Muslimah dan Subando (2025) menemukan bahwa penggunaan Habit Tracker berbasis cetak dapat membantu santriwati membangun kedisiplinan, mengelola waktu, dan meningkatkan kesadaran spiritual secara konsisten dan mandiri, tanpa bergantung sepenuhnya pada pengawasan langsung dari pengajar. Media pemantauan sederhana semacam ini memungkinkan santri untuk tetap terhubung dengan rutinitas kebaikan meskipun berada di luar lingkungan TPQ. Praktik pembiasaan ibadah semacam ini juga banyak diterapkan pada jenjang pendidikan anak usia dini, sebagaimana ditunjukkan Widat dkk. (2022) bahwa pembiasaan praktik keagamaan seperti shalat, mengaji, berdoa, dan asmaul husna secara rutin efektif meningkatkan pendidikan moral anak, meskipun pelaksanaannya memerlukan pendampingan intensif dari pengajar pada tahap-tahap awal. Normilah dkk. (2023) serta Hapsari dan Iftayani (2015) turut menegaskan bahwa metode pembiasaan berbasis nilai-nilai keislaman

merupakan pendekatan yang efektif dalam menanamkan nilai agama dan moral pada anak sejak usia dini, sekaligus membentuk fondasi karakter yang akan terus berkembang hingga usia sekolah dasar dan menengah. Sejalan dengan itu, Puspita dan Harfiani (2024) menunjukkan bahwa pembiasaan positif yang dilakukan secara konsisten dalam kegiatan sehari-hari efektif meningkatkan karakter anak, sekalipun diterapkan melalui kegiatan sederhana seperti menyimpan barang pada tempatnya atau menjaga kebersihan diri.

Secara teoretis, penguatan kebiasaan yang dilakukan secara berulang dan konsisten dalam konteks yang sama terbukti dapat membentuk otomatisitas perilaku dari waktu ke waktu, sebagaimana dijelaskan dalam kajian Lally dkk. (2010) mengenai proses pembentukan kebiasaan pada kehidupan sehari-hari. Pengulangan yang disertai dengan penanda visual, seperti pencatatan atau centang harian, memberikan umpan balik langsung kepada individu mengenai konsistensi perilakunya, sehingga memperkuat motivasi untuk mempertahankan perilaku tersebut. Prinsip ini sejalan dengan temuan Dwindita dan Hildayani (2019) bahwa teknik self-monitoring efektif meningkatkan perilaku on-task pada anak, karena anak dilatih untuk mengenali dan mencatat perilakunya sendiri secara mandiri.

Selain aspek ibadah, kemandirian anak dalam mengelola aktivitas harian juga menjadi perhatian penting pada usia sekolah dasar hingga menengah pertama. Khotimah dan Zulkarnaen (2023) serta Aprilia dkk. (2024) menegaskan bahwa peran orang tua sangat menentukan dalam membentuk kemandirian anak, baik sebagai pembimbing, motivator, maupun fasilitator dalam aktivitas sehari-hari. Dukungan tersebut sejalan dengan konsep pembiasaan yang dikemukakan Pabundu dan Ramadhana (2023), yang menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga turut memengaruhi terbentuknya kemandirian anak. Dari perspektif regulasi diri, Purwaningsih dan Herwin (2020) menemukan bahwa regulasi diri dan kedisiplinan berkontribusi signifikan terhadap kemandirian belajar siswa sekolah dasar, yang mengindikasikan bahwa kemampuan anak dalam mengelola dirinya sendiri erat kaitannya dengan konsistensi dalam menjalankan rutinitas harian. Dengan demikian, keterlibatan orang tua menjadi unsur yang tidak dapat dipisahkan dari upaya pembiasaan kebiasaan baik pada anak, termasuk dalam konteks pendampingan di rumah melalui instrumen sederhana seperti Habit Tracker.

Isu lain yang turut menjadi perhatian dalam pembiasaan anak saat ini adalah penggunaan ponsel yang cenderung tidak terkontrol. Ketidadaan kesepakatan waktu penggunaan ponsel antara orang tua dan anak berpotensi mengganggu pembentukan kebiasaan baik lain, termasuk kedisiplinan waktu ibadah dan belajar. Oleh karena itu, instrumen pembiasaan yang komprehensif idealnya turut memuat indikator terkait pengelolaan waktu layar, sejalan dengan kebutuhan literasi digital yang bijak sejak usia dini.

Persoalan pengelolaan waktu layar pada anak turut menjadi perhatian dalam kajian pendidikan keluarga berbasis nilai keagamaan. Kasmila dkk. (2025) menemukan bahwa penggunaan media digital yang terarah, bersanding dengan komunikasi positif dalam keluarga, justru dapat memperkuat motivasi spiritual anak, bukan sebaliknya melemahkannya. Temuan ini menegaskan bahwa persoalan ponsel pada anak bukan semata soal pembatasan, melainkan soal kesepakatan dan pendampingan yang konsisten antara orang tua dan anak. Asmawati (2021) turut menekankan bahwa peran orang tua dalam mendampingi pemanfaatan teknologi digital pada anak menjadi faktor penentu apakah penggunaan ponsel memberikan dampak positif atau justru mengganggu tumbuh kembang anak. Sejalan dengan itu, Kucirkova dkk. (2023) mengingatkan bahwa kebijakan pembatasan waktu layar yang tidak disertai kesepakatan konkret dan terukur cenderung sulit diterapkan secara konsisten dalam keseharian keluarga. Dengan demikian, indikator pengelolaan waktu layar yang disertai kolom kesepakatan orang tua menjadi bagian yang relevan untuk dimasukkan ke dalam instrumen pembiasaan yang menyeluruh, alih-alih hanya berfokus pada aspek ibadah semata.

Program Pengabdian kepada Masyarakat (PPM) yang diselenggarakan oleh Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Muhammadiyah Tulungagung merupakan salah satu wujud pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi yang mewajibkan mahasiswa untuk terjun langsung ke tengah masyarakat dan menghasilkan solusi atas persoalan riil yang dihadapi mitra kegiatan. Pemilihan TPQ Ar-Ridlo sebagai lokasi kegiatan didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan adanya kebutuhan nyata akan instrumen pendampingan pembiasaan di luar jam belajar TPQ, mengingat keterbatasan waktu tatap muka antara pengajar dan santri yang hanya berlangsung pada jam mengaji. Kolaborasi antara mahasiswa pelaksana dan dosen pembimbing lapangan dalam kegiatan ini juga dimaksudkan untuk memastikan bahwa program yang dirancang memiliki landasan konseptual yang memadai sekaligus aplikatif bagi kebutuhan mitra di lapangan. Keterlibatan dosen pembimbing lapangan turut berfungsi memastikan kesesuaian program dengan kaidah keilmuan dan etika pelaksanaan pengabdian, termasuk dalam penyusunan instrumen serta pendekatan komunikasi kepada mitra dan sasaran kegiatan.

Skema pengabdian berbasis mahasiswa semacam ini sejalan dengan praktik service-learning yang telah banyak diterapkan di perguruan tinggi, baik di dalam maupun luar negeri. Aláez dkk. (2022) melalui tinjauan sistematis menemukan bahwa keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan pengabdian yang terstruktur memberikan dampak positif tidak hanya bagi masyarakat mitra, tetapi juga bagi perkembangan kompetensi sosial dan tanggung jawab mahasiswa itu sendiri. Sejalan dengan itu, Filges dkk. (2022) dalam kajian sistematis terhadap program service-learning pada jenjang pendidikan dasar hingga menengah menunjukkan bahwa pendekatan berbasis pengalaman langsung turut berkontribusi terhadap keberhasilan akademik peserta didik yang menjadi sasaran

program. Dalam konteks Indonesia, Hidayat dan Balakrishnan (2024) menegaskan bahwa praktik service-learning di perguruan tinggi juga berperan penting dalam penguatan pendidikan moral dan keterlibatan sipil mahasiswa, sebuah nilai yang relevan dengan semangat pengabdian berbasis nilai keagamaan sebagaimana dilaksanakan pada kegiatan ini.

Berdasarkan uraian di atas, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di TPQ Ar-Ridlo, Bareng, Jombang, dengan mengembangkan dan mengenalkan Habit Tracker cetak sebagai media pendampingan sederhana bagi santri di rumah. Kegiatan ini secara khusus menyasar kelompok santri usia kelas 4 sekolah dasar hingga kelas 2 sekolah menengah pertama yang mengikuti kegiatan mengaji ba'da Maghrib, mengingat kelompok usia tersebut telah memiliki kemampuan membaca dan menulis yang memadai untuk mengisi instrumen secara mandiri. Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengenalkan konsep pemantauan mandiri kebiasaan baik kepada santri, sekaligus melibatkan orang tua sebagai mitra pendamping di rumah, sebagai langkah awal menuju pembiasaan ibadah, kemandirian, dan akhlak yang lebih konsisten. Secara lebih rinci, kegiatan ini diarahkan untuk mencapai tiga hal: pertama, memperkenalkan konsep dan cara penggunaan Habit Tracker kepada santri; kedua, mendorong keterlibatan aktif orang tua dalam proses pendampingan di rumah; dan ketiga, memperoleh gambaran awal mengenai kondisi kebiasaan santri sebelum dan sesudah penggunaan instrumen sebagai bahan evaluasi program.

Metode Penelitian

Kegiatan pengabdian ini menggunakan metode pendampingan langsung. Kegiatan dilaksanakan di TPQ Ar-Ridlo, Dusun Bareng, Kabupaten Jombang, Jawa Timur, dimulai pada 10 Agustus 2026 hingga akhir Agustus 2026. TPQ Ar-Ridlo memiliki total 80 santri yang terbagi dalam dua kelompok waktu belajar, yaitu kelompok ba'da Ashar untuk santri jilid 1 sampai 3 dengan rentang usia lebih muda, dan kelompok ba'da Maghrib hingga Isya untuk santri marhalah dengan rentang usia kelas 4 sekolah dasar sampai kelas 2 sekolah menengah pertama. Sasaran kegiatan ini adalah 20 santri pada kelompok ba'da Maghrib, dengan pertimbangan bahwa kelompok usia tersebut telah memiliki kemampuan membaca-menulis yang memadai untuk mengisi instrumen Habit Tracker secara mandiri.

Prosedur pelaksanaan kegiatan terdiri atas beberapa tahap. Pertama, observasi awal dilakukan pada 10 Agustus 2026 melalui wawancara dengan pengasuh sekaligus pengajar TPQ Ar-Ridlo, yaitu Ust. M. Tohari, S.Sos. dan Ustadhah Choiru Ummah, S.Pd.I. Wawancara ini bertujuan menggali kondisi riil santri, termasuk pola kehadiran dan tantangan yang dihadapi dalam menjaga konsistensi pembiasaan ibadah di rumah. Kedua, tim pelaksana melakukan sowan atau silaturahmi resmi kepada pengasuh TPQ pada 11 Agustus 2026 untuk memohon izin sekaligus mengoordinasikan

waktu dan teknis pelaksanaan kegiatan. Ketiga, disusun instrumen Habit Tracker berupa booklet cetak berukuran A5 yang memuat lima indikator kebiasaan dalam tiga domain, yaitu disiplin ibadah (shalat lima waktu dan mengaji), literasi digital (pengelolaan waktu layar sesuai kesepakatan orang tua), serta kemandirian dan akhlakul karimah (merapikan perlengkapan dan menjaga tutur kata). Booklet ini turut dilengkapi lembar kuesioner awal (pre-test) dan kuesioner akhir (post-test) dengan skala tiga poin (Ya, Kadang, Belum), surat kemitraan untuk orang tua, serta kolom kesepakatan waktu penggunaan ponsel.

Keempat, sosialisasi dan pembagian booklet dilakukan kepada santri sasaran, disertai penjelasan lisan mengenai cara pengisian dan pengisian kuesioner awal sebagai data dasar (baseline). Kelima, santri mengisi Habit Tracker secara mandiri di rumah selama satu pekan dengan pendampingan orang tua, sementara tim pelaksana melakukan pemantauan berkala melalui komunikasi dengan pengasuh TPQ. Keenam, pada akhir masa kegiatan, booklet dikumpulkan kembali disertai pengisian kuesioner akhir untuk mengetahui perubahan kondisi dibandingkan data awal. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi partisipatif, dokumentasi kegiatan, serta instrumen kuesioner sebelum dan sesudah penggunaan Habit Tracker. Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan proses pelaksanaan kegiatan dan kecenderungan perubahan kebiasaan santri.

Instrumen Habit Tracker disusun dengan memperhatikan tiga prinsip utama, yaitu kesederhanaan, keterukuran, dan keterlibatan keluarga. Prinsip kesederhanaan diwujudkan melalui format centang harian yang mudah dipahami tanpa memerlukan penjelasan berulang, sehingga santri usia sekolah dasar hingga menengah pertama dapat mengisinya secara mandiri. Prinsip keterukuran diwujudkan dengan mencantumkan definisi operasional singkat pada setiap indikator, misalnya batas waktu maksimal 30 menit setelah azan untuk indikator shalat tepat waktu, agar penilaian yang dilakukan santri terhadap dirinya sendiri tidak bersifat terlalu subjektif. Prinsip keterlibatan keluarga diwujudkan melalui kolom paraf dan pesan penyemangat dari orang tua di akhir pekan, sebagai sarana penguatan sosial atas capaian yang telah ditunjukkan santri. Sebelum digunakan, rancangan instrumen ini turut dikonsultasikan secara informal kepada pengasuh TPQ untuk memastikan kesesuaiannya dengan kondisi dan kebutuhan santri di lapangan.

Cakupan indikator dalam Habit Tracker meliputi lima aspek yang terbagi dalam tiga domain utama, sebagaimana disajikan pada Tabel 1. Pembagian domain ini didasarkan pada hasil observasi awal yang mengidentifikasi tiga kebutuhan utama santri, yaitu menjaga kedisiplinan ibadah, mengelola penggunaan ponsel secara bijak, serta menumbuhkan kemandirian dan akhlak baik dalam kehidupan sehari-hari di rumah.

Domain	Indikator	Definisi Operasional
Disiplin Ibadah	Shalat 5 waktu tepat waktu	Melaksanakan shalat maksimal 30 menit setelah azan
	Mengaji/muroja'ah Al-Qur'an	Membaca atau mengulang bacaan minimal satu halaman per hari
Literasi Digital	Penggunaan ponsel sesuai kesepakatan	Menggunakan ponsel sesuai rentang waktu yang disepakati bersama orang tua
Kemandirian & Akhlak	Merapikan perlengkapan dan kamar	Merapikan barang pribadi tanpa diingatkan lebih dari dua kali
	Menjaga tutur kata dan sikap sopan	Berbicara dan bersikap santun tanpa membentak atau berkata kasar

Tabel 1. Indikator Kebiasaan dalam Instrumen Habit Tracker

Teknik analisis data dalam kegiatan ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data hasil wawancara dengan pengasuh TPQ direduksi untuk mengidentifikasi tema-tema utama terkait tantangan pembiasaan santri, kemudian disajikan dalam bentuk narasi yang menggambarkan proses pelaksanaan kegiatan secara kronologis. Data dari kuesioner awal dan akhir direkapitulasi secara sederhana untuk melihat kecenderungan perubahan pada masing-masing indikator, tanpa dimaksudkan untuk melakukan generalisasi secara statistik mengingat jumlah sasaran yang terbatas dan sifat kegiatan yang deskriptif. Dokumentasi kegiatan berupa foto turut digunakan sebagai data pendukung untuk memperkuat gambaran proses pelaksanaan yang telah berlangsung.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan diawali dengan observasi awal pada 10 Agustus 2026 melalui wawancara bersama pengasuh TPQ Ar-Ridlo. Hasil wawancara menunjukkan bahwa kendala utama yang dihadapi adalah tingkat kehadiran santri yang tidak selalu stabil, terutama pada periode tertentu seperti musim perayaan Agustusan, ketika banyak santri berhalangan hadir mengaji karena mengikuti kegiatan lain di lingkungan masing-masing. Kondisi ini menyebabkan kebiasaan baik yang telah ditanamkan di TPQ, seperti tadarus dan shalat tepat waktu, berisiko tidak terjaga secara konsisten ketika santri tidak berada dalam pengawasan langsung pengajar.

Selain persoalan kehadiran, wawancara awal juga mengungkap bahwa belum terdapat kesepakatan tertulis antara orang tua dan santri terkait waktu penggunaan posel di rumah. Pengasuh TPQ menyampaikan bahwa penggunaan ponsel yang tidak terjadwal kerap menjadi salah satu faktor yang mengganggu waktu belajar dan ibadah santri di rumah, meskipun hal ini belum pernah ditangani secara sistematis melalui program khusus. Temuan-temuan awal inilah yang kemudian menjadi dasar

Pengabdian Masyarakat melalui Penerapan Habit Tracker sebagai Media Pengenalan Pembiasaan Ibadah, Kemandirian, dan Akhlak Santri TPQ Ar-Ridlo

Alivia Wardah ¹, Muhamad Sidiq Asyhari ²

penyusunan indikator pada Habit Tracker, khususnya pada domain literasi digital yang secara eksplisit memuat kolom kesepakatan waktu penggunaan ponsel antara orang tua dan santri.

Berdasarkan temuan tersebut, tim pelaksana melanjutkan kegiatan dengan sowan kepada pengasuh TPQ pada 11 Agustus 2026 untuk memohon izin sekaligus berkoordinasi mengenai teknis pelaksanaan program. Setelah instrumen Habit Tracker selesai disusun, kegiatan sosialisasi dilaksanakan kepada 20 santri sasaran pada kelompok ba'da Maghrib. Pada sesi ini, santri diperkenalkan pada konsep pemantauan mandiri melalui booklet cetak, dijelaskan cara pengisiannya, dan mengisi kuesioner awal (pre-test) sebagai data dasar kondisi kebiasaan sebelum program berjalan.



Gambar 1. Suasana sosialisasi dan pengisian awal Habit Tracker bersama santri TPQ Ar-Ridlo pada kelompok mengaji ba'da Maghrib



Gambar 2. Tim pelaksana menjelaskan konsep dan cara pengisian Habit Tracker kepada santri di ruang belajar TPQ Ar-Ridlo

Antusiasme santri pada sesi sosialisasi terlihat cukup baik, ditandai dengan keaktifan santri bertanya mengenai cara pengisian kolom bintang harian serta ketertarikan terhadap ilustrasi pada booklet yang dirancang dengan gaya visual ramah anak. Sebagian santri turut menyampaikan bahwa mereka sudah memiliki kebiasaan mengaji dan shalat secara rutin, namun belum pernah mencatatnya secara tertulis, sehingga instrumen ini dipandang sebagai hal baru yang menarik untuk dicoba. Kondisi ini mengindikasikan bahwa tantangan yang dihadapi santri bukan semata pada ketiadaan kebiasaan baik, melainkan pada ketiadaan media yang membantu mereka menyadari dan mempertahankan konsistensi kebiasaan tersebut secara mandiri.

Selama satu pekan berikutnya, santri mengisi Habit Tracker secara mandiri di rumah dengan pendampingan orang tua, mencakup pencatatan harian untuk lima indikator kebiasaan pada tiga domain, yaitu disiplin ibadah, literasi digital berupa pengelolaan waktu layar, serta kemandirian dan akhlakul karimah. Booklet turut dilengkapi kolom refleksi mingguan dan ruang apresiasi dari orang tua, sebagai sarana penguat komunikasi antara santri dan keluarga selama proses pembiasaan berlangsung. Pemantauan berkala dilakukan tim pelaksana melalui komunikasi dengan pengasuh TPQ untuk memastikan proses pengisian berjalan sebagaimana yang direncanakan.

Dari komunikasi berkala dengan pengasuh TPQ selama masa pengisian, diperoleh gambaran bahwa sebagian orang tua turut aktif mengingatkan anaknya untuk mengisi Habit Tracker pada malam hari, sebagaimana instruksi yang tercantum pada booklet. Beberapa orang tua juga menyampaikan apresiasi terhadap adanya kolom kesepakatan waktu penggunaan ponsel, karena selama ini belum terdapat kesepakatan tertulis serupa di rumah. Respons tersebut menunjukkan bahwa Habit Tracker tidak hanya berfungsi sebagai alat pencatatan bagi santri, tetapi juga membuka ruang komunikasi baru antara orang tua dan anak terkait pengelolaan waktu sehari-hari.

Pada akhir masa kegiatan, booklet dikumpulkan kembali dari seluruh santri sasaran, disertai pengisian kuesioner akhir (post-test) dengan indikator yang sama seperti pre-test. Secara umum, proses pengumpulan data menunjukkan bahwa seluruh santri sasaran berhasil menyelesaikan pengisian booklet hingga akhir periode kegiatan, meskipun tingkat kelengkapan pengisian harian bervariasi antar santri. Perbandingan menyeluruh antara data pre-test dan post-test, termasuk analisis peningkatan pada masing-masing indikator, akan disajikan lebih lanjut dalam laporan akhir kegiatan pengabdian sebagai bagian dari evaluasi program secara utuh.

Temuan pada tahap observasi awal memperkuat argumen Muslimah dan Subando (2025) bahwa media pemantauan cetak sederhana dapat menjadi solusi atas keterbatasan pengawasan langsung di lingkungan pesantren maupun TPQ. Ketidakhadiran santri yang tidak menentu,

sebagaimana ditemukan dalam observasi ini, menegaskan perlunya instrumen yang memungkinkan pembiasaan tetap berjalan meskipun santri berada di luar jangkauan pengawasan pengajar secara langsung. Habit Tracker dalam konteks ini berfungsi sebagai jembatan antara pembiasaan yang telah dibangun di TPQ dengan keberlangsungannya di lingkungan rumah.

Desain booklet yang melibatkan kolom keterlibatan orang tua sejalan dengan temuan Khotimah dan Zulkarnaen (2023) serta Aprilia dkk. (2024) bahwa peran orang tua sebagai pembimbing dan motivator sangat menentukan keberhasilan pembentukan kemandirian anak. Kolom refleksi dan apresiasi pada booklet dirancang bukan sebagai instrumen evaluatif yang menghakimi, melainkan sebagai sarana dialog hangat antara orang tua dan anak, sebagaimana ditekankan Pabundu dan Ramadhana (2023) mengenai pentingnya pola komunikasi keluarga yang suportif dalam pembentukan kemandirian anak. Hal ini turut memperkuat temuan Soemantri dkk. (2020) bahwa percakapan yang hangat dan penuh perhatian antara orang tua dan anak, sekalipun dalam bentuk sederhana, memberikan kontribusi nyata terhadap pembentukan karakter positif anak.

Dari perspektif pendidikan Islam, pembiasaan (ta'wid) merupakan salah satu metode klasik yang telah lama digunakan dalam menanamkan nilai-nilai agama kepada anak, sebagaimana tercermin dalam praktik pembiasaan shalat dan mengaji di lingkungan TPQ maupun pesantren. Hal ini sejalan dengan temuan Sulyandari dan Qonitatillah (2026) bahwa program pembiasaan ibadah yang dipadukan dengan keteladanan dari pendidik terbukti efektif meningkatkan karakter religius anak secara berkelanjutan. Kehadiran Habit Tracker sebagai media pendukung metode pembiasaan tersebut menunjukkan bahwa pendekatan klasik dalam pendidikan Islam tetap relevan untuk dipadukan dengan media kontemporer yang sederhana, tanpa harus bergantung pada teknologi digital yang kompleks. Pemilihan format cetak, alih-alih aplikasi digital, juga mempertimbangkan kesenjangan akses teknologi pada sebagian keluarga santri, sekaligus menghindari potensi kontradiksi antara upaya membangun kedisiplinan ibadah dengan penggunaan ponsel yang justru ingin dikendalikan melalui program ini.

Penerapan pencatatan harian pada Habit Tracker juga selaras dengan prinsip pembentukan kebiasaan yang dikemukakan Lally dkk. (2010), yaitu bahwa pengulangan konsisten disertai umpan balik visual dapat mempercepat terbentuknya otomatisasi perilaku. Penambahan indikator literasi digital berupa pengelolaan waktu layar turut menjawab kebutuhan pembiasaan yang lebih komprehensif, mengingat penggunaan ponsel yang tidak terkendali berpotensi mengganggu konsistensi kebiasaan baik lain pada anak.

Keterlibatan orang tua dalam mengingatkan pengisian booklet, sebagaimana ditemukan pada tahap pelaksanaan, memperkuat gagasan Kadiyono (2019) bahwa pembiasaan perilaku pada anak usia sekolah akan lebih efektif apabila didukung oleh lingkungan terdekat secara konsisten, bukan

hanya mengandalkan instruksi dari lembaga pendidikan semata. Respons positif orang tua terhadap kolom kesepakatan waktu ponsel turut menunjukkan adanya kebutuhan riil di lapangan terhadap panduan praktis dalam mengelola penggunaan teknologi pada anak, yang selama ini belum banyak difasilitasi secara terstruktur oleh lembaga pendidikan non-formal seperti TPQ.

Temuan bahwa sebagian santri telah memiliki kebiasaan baik namun belum terbiasa mencatatnya secara tertulis turut memberikan implikasi penting bagi pengembangan program serupa di masa mendatang. Kondisi ini menunjukkan bahwa fungsi utama Habit Tracker bukan semata membentuk kebiasaan baru dari nol, melainkan menjadikan kebiasaan baik yang sudah ada lebih disadari, lebih konsisten, dan lebih mudah dievaluasi, baik oleh santri sendiri maupun oleh orang tua dan pengasuh TPQ.

Meskipun demikian, kegiatan ini memiliki keterbatasan yang perlu dikemukakan secara jujur. Durasi pelaksanaan yang berlangsung selama satu pekan tergolong singkat untuk mengukur pembiasaan yang sesungguhnya, sehingga hasil yang diperoleh lebih tepat dimaknai sebagai tahap pengenalan awal terhadap konsep pemantauan mandiri, bukan sebagai bukti terbentuknya kebiasaan yang menetap. Keterbatasan lain terletak pada cakupan sasaran yang hanya menjangkau satu dari dua kelompok belajar di TPQ Ar-Ridlo, sehingga belum menggambarkan kondisi santri pada kelompok usia yang lebih muda. Evaluasi menyeluruh terhadap efektivitas Habit Tracker dalam jangka waktu yang lebih panjang, serta perluasan sasaran ke kelompok usia lain, perlu dilakukan pada kegiatan lanjutan agar dapat menggambarkan dampak yang lebih representatif.

Simpulan

Kegiatan pengabdian ini berhasil mengenalkan Habit Tracker sebagai media pemantauan mandiri kepada 20 santri TPQ Ar-Ridlo, Bareng, Jombang, sebagai upaya menjaga keberlangsungan kebiasaan ibadah, kemandirian, dan akhlak baik di rumah. Rangkaian kegiatan yang meliputi observasi awal, sowan kepada pengasuh TPQ, penyusunan instrumen, sosialisasi, pendampingan pengisian mandiri, hingga pengumpulan disertai evaluasi awal-akhir menunjukkan bahwa instrumen sederhana berbasis cetak dapat diterima dan dijalankan oleh santri dengan dukungan orang tua sebagai mitra pendamping. Observasi awal mengungkap bahwa ketidakhadiran santri yang tidak menentu menjadi tantangan utama dalam menjaga konsistensi pembiasaan, sehingga keberadaan Habit Tracker menjadi relevan sebagai jembatan antara pembiasaan di TPQ dan keberlangsungannya di lingkungan rumah.

Mengingat durasi pelaksanaan yang terbatas pada satu pekan, kegiatan ini perlu dimaknai sebagai langkah awal pengenalan, bukan capaian akhir pembiasaan yang menetap. Temuan di lapangan turut menunjukkan bahwa sebagian santri sesungguhnya telah memiliki kebiasaan baik,

namun belum terbiasa mencatatnya secara tertulis, sehingga peran utama Habit Tracker dalam kegiatan ini adalah menjadikan kebiasaan tersebut lebih disadari dan konsisten, bukan semata membangun kebiasaan baru dari nol.

Untuk itu, disarankan agar kegiatan serupa dilanjutkan dengan durasi yang lebih panjang serta melibatkan evaluasi berkala guna memperoleh gambaran dampak yang lebih representatif terhadap perubahan kebiasaan santri secara berkelanjutan. Perluasan sasaran kepada kelompok santri usia lebih muda pada kelompok ba'da Ashar juga dapat dipertimbangkan pada kegiatan lanjutan, dengan penyesuaian format instrumen yang lebih sederhana dan disertai pendampingan pengisian yang lebih intensif mengingat keterbatasan kemampuan baca-tulis pada kelompok usia tersebut. Kolaborasi berkelanjutan antara mahasiswa pelaksana, dosen pembimbing lapangan, dan pengasuh TPQ diharapkan dapat terus dijaga agar program pembiasaan ini memberikan manfaat yang berkesinambungan bagi santri TPQ Ar-Ridlo. Lebih jauh, pengalaman pelaksanaan kegiatan ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi mahasiswa PPM lain yang hendak mengembangkan instrumen pendampingan serupa di lembaga pendidikan non-formal berbasis keagamaan, khususnya dalam merancang media yang sederhana, aplikatif, dan melibatkan peran aktif keluarga sebagai mitra utama dalam proses pembiasaan anak.

Daftar Pustaka

- Aláez, M., Vitoria, J. R., & Antón, A. (2022). Service-learning in higher education: A systematic review of its effects on students. *Frontiers in Education*, 7, 841482. <https://doi.org/10.3389/educ.2022.841482>
- Aprilia, C. W., Elan, E., & Rizqi, A. M. (2024). Peran orang tua dalam mendorong kemandirian anak usia 4-5 tahun. *Indonesian Research Journal on Education*, 4(2), 61-70. <https://doi.org/10.31004/irje.v4i2.487>
- Asmawati, L. (2021). Peran orang tua dalam pemanfaatan teknologi digital pada anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 82-96. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1170>
- Dwindita, M., & Hildayani, R. (2019). Penerapan teknik self-monitoring untuk meningkatkan perilaku on-task pada anak underachiever: Sebuah studi kasus. *SEURUNE: Jurnal Psikologi UNSYIAH*, 2(2), 68-84. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v2i2.14208>
- Filges, T., Dietrichson, J., Viinholt, B. C. A., & Dalgaard, N. T. (2022). Service learning for improving academic success in students in grade K to 12: A systematic review. *Campbell Systematic Reviews*, 18(1), e1210. <https://doi.org/10.1002/cl2.1210>

- Hapsari, W., & Iftayani, I. (2015). Model pendidikan karakter pada anak usia dini melalui program Islamic habituation. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1). <https://doi.org/10.23917/indigenous.v1i1.4456>
- Hidayat, D. N., & Balakrishnan, K. (2024). Service-learning and moral education: An analysis of civic engagement practices in Indonesian higher education. *Asian Journal of University Education*, 20(2), 45-58. <https://doi.org/10.24191/ajue.v20i2.27006>
- Kadiyono, A. L. (2019). Peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) berwawasan lingkungan pada siswa SD Desa Cipacing dan Cilayung-Jatinangor. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat*, 8(4), 244-248. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v8i4.20909>
- Kasmila, A., Rizqi, D. I., Erlina, Ghazi, F., & Kholid, M. I. (2025). Habituation of fasting and mosque prayers: Family educational efforts to cultivate worship independence in early childhood. *Ahlussunnah: Journal of Islamic Education*, 4(3), 331-340. <https://doi.org/10.58485/jie.v4i3.418>
- Khotimah, K., & Zulkarnaen, Z. (2023). Peran orang tua dalam membentuk kemandirian anak usia 4-5 tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 587-599. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3832>
- Kucirkova, N. I., Livingstone, S., & Radesky, J. S. (2023). Faulty screen time measures hamper national policies: Here is a way to address it. *Frontiers in Psychology*, 14, 1243396. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1243396>
- Lally, P., van Jaarsveld, C. H. M., Potts, H. W. W., & Wardle, J. (2010). How are habits formed: Modelling habit formation in the real world. *European Journal of Social Psychology*, 40(6), 998-1009. <https://doi.org/10.1002/ejsp.674>
- Muslimah, F. W., & Subando, J. (2025). Habit tracker sebagai media cetak untuk membiasakan aktivitas produktif santriwati di pondok pesantren. *INOVASI: Jurnal Ilmiah Pengembangan Pendidikan*, 4(1), 38-44. <https://doi.org/10.65946/atx95r22>
- Normilah, N., Mahmud, M. Y., & Musli, M. (2023). The penerapan metode pembiasaan pada pembelajaran agama Islam dalam mengembangkan nilai-nilai agama dan moral pada anak usia dini. *Ta'rim: Jurnal Pendidikan dan Anak Usia Dini*, 4(1), 11-22. <https://doi.org/10.59059/tarim.v4i1.63>
- Pabundu, D. D., & Ramadhana, M. R. (2023). Pola komunikasi keluarga dengan pembentukan kemandirian anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4624-4646. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.5223>

- Purwaningsih, A. Y., & Herwin, H. (2020). Pengaruh regulasi diri dan kedisiplinan terhadap kemandirian belajar siswa di sekolah dasar. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 13(1), 22-30. <https://doi.org/10.21831/jpipfip.v13i1.29662>
- Puspita, A., & Harfiani, R. (2024). Penerapan pembiasaan positif dalam upaya meningkatkan karakter anak. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 25-38. <https://doi.org/10.37985/murhum.v5i1.425>
- Soemantri, Y. S., Krisnawati, E., & Koeshandoyo, E. W. (2020). Pelatihan percakapan antara ibu dan anak dalam bahasa lokal: Berkontribusi pada pembentukan karakter positif anak. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat*, 9(4), 216-224. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v9i4.26050>
- Sulyandari, A. K., & Qonitatillah, A. S. (2026). Peningkatan karakter religius anak usia dini melalui program pembiasaan ibadah dan keteladanan. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 7(2), 565-574. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v7i2.22577>
- Widat, F., Rozi, F., & Lestari, P. (2022). Pembiasaan praktek keagamaan sholat, mengaji, doa, asmaul husna (SMDH) dalam meningkatkan pendidikan moral anak. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(3), 4766-4775. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i3.2886>