

Implementasi Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat di SDN Cidahu

Zeni Firdaus¹, Ai Faridah², Santika Bela³, Dian Permana⁴, Arief Adhitia Hamzah⁵, Rega Esa Putra⁶

Pendidikan Jasmani, Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Purwakarta

Corresponding Author: Zeni Firdaus, email : zenifirdaus130401@gmail.com

Published: November, 2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat di SDN Cidahu, mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambatnya, serta menganalisis dampaknya terhadap pembentukan karakter dan aktivitas fisik siswa melalui pembelajaran pendidikan jasmani. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain deskriptif, yang memungkinkan peneliti untuk menggambarkan fenomena secara mendalam di lingkungan alamiah. Instrumen yang digunakan berupa pedoman wawancara dan dokumentasi, dengan teknik triangulasi data. Subjek penelitian terdiri atas kepala sekolah, guru/wali kelas 5, serta siswa-siswi kelas 5 SDN Cidahu, sedangkan objek penelitian adalah implementasi program 7 kebiasaan tersebut. Teknik analisis data dilakukan melalui model Miles dan Huberman, yang mencakup reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program diimplementasikan melalui pendekatan kreatif seperti nyanyian, gerakan, jurnal kebiasaan, dan forum diskusi, serta didukung oleh semua elemen sekolah dan orang tua. Hambatan yang ditemukan terutama berasal dari perbedaan latar belakang kebiasaan siswa. Meskipun demikian, program ini terbukti efektif dalam meningkatkan disiplin, tanggung jawab, dan semangat belajar siswa, serta membentuk karakter yang kuat melalui integrasi nilai-nilai positif dalam kegiatan sehari-hari. Kesimpulannya, implementasi program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat memberikan kontribusi positif terhadap penguatan pendidikan karakter di SDN Cidahu, khususnya dalam konteks pendidikan jasmani. Konsistensi, kolaborasi, dan pembiasaan menjadi kunci keberhasilan program ini.

Kata Kunci: Pendidikan Jasmani, Penguatan Karakter, 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat, Implementasi Program, Sekolah Dasar, SDN Cidahu, Pendekatan Kualitatif.

ABSTRACT

This study aims to describe the implementation of the 7 Habits of Great Indonesian Children program at SDN Cidahu, identify supporting and inhibiting factors, and analyze its impact on character building and students' physical activity through physical education learning. This study uses a qualitative method with a descriptive design, which allows researchers to describe phenomena in depth in a natural environment. The instruments used are interview guidelines and documentation, with data triangulation techniques. The research subjects consisted of the principal, teachers/guardians of grade 5, and grade 5 students of SDN Cidahu, while the object of the research is the implementation of the 7 habits program. Data analysis techniques were carried out through the Miles and Huberman model, which includes data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The research results show that the program was implemented through creative approaches such as singing, movement, habit journals, and discussion forums, and was supported by all school elements and parents. Obstacles encountered primarily stemmed from differences in student habits. Nevertheless, the program proved effective in improving student discipline, responsibility, and enthusiasm for learning, as well as fostering strong character through the integration of positive values into daily activities. In conclusion, the implementation of the 7 Habits of Great Indonesian Children program has made a positive contribution to strengthening character education at SDN Cidahu, particularly in the context of physical education. Consistency, collaboration, and habituation are key to the program's success.

Keywords: Physical Education, Character Strengthening, 7 Habits of Great Indonesian Children, Program Implementation, Elementary School, SDN Cidahu, Qualitative Approach.

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Pendidikan karakter menjadi prioritas nasional dalam membentuk generasi yang tangguh, berdaya saing, dan bermoral. Namun tantangan seperti rendahnya moralitas, penggunaan gawai berlebih, dan gaya hidup tidak sehat masih menghantui anak-anak Indonesia. Untuk menjawab tantangan tersebut, Kemendikdasmen pada tahun 2024 mencetuskan program “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” yang bertujuan menanamkan kebiasaan baik sejak dini. SDN Cidahu telah menjadi salah satu sekolah dasar yang menerapkan program ini, yang relevan dengan program "Tatanen di Bale Atikan (TdBA)" yang telah berjalan sebelumnya.

Penelitian ini bertujuan mengevaluasi pelaksanaan program tersebut di SDN Cidahu dengan fokus pada integrasinya dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan dampaknya terhadap pembentukan karakter siswa.

Penelitian ini juga menjadi salah satu dari sedikit studi lapangan yang secara langsung mengevaluasi implementasi program 7 kebiasaan anak Indonesia hebat yang sedikit menyangkut konteks pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar di wilayah kabupaten Purwakarta khususnya di SDN Cidahu yang mana sekolah ini juga sudah menerapkan proram (TdBA) tatanen di bale atikan yang secara garis besar programnya mempunyai kesamaan di bidang penguatan karakter anak Indonesia untuk itu adanya program 7 kebiasaan anak Indonesia hebat secara tidak langsung telah menjadi penguat program penguatan karakter di SDN Cidahu khususnya. Maka sesuai data yang telah dibahas di atas penulis tertarik untuk meneliti bagaimana **IMPLEMENTASI PROGRAM 7 KEBIASAAN ANAK INDONESIA HEBAT DI SDN CIDAHU** juga untuk memenuhi persyaratan menyandang gelar S1 pendidikan Jasmani di STKIP Purwakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Subjek penelitian terdiri dari 6 responden yang mencakup kepala sekolah, guru, dan siswa kelas 5 SDN Cidahu. Pengambilan data dilakukan selama satu bulan pada tahun ajaran 2025.

Teknik analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Adapun instrumen wawancara yang peneliti gunakan yaitu sebagai berikut :

Untuk Kepala Sekolah/Wakakurikulum		
No	Permasalahan	Intrumen
1	Implementasi 7 kebiasaan anak indonesia hebat di SDN Cidahu.	1. Apa yang dimaksud dengan 7 kebiasaan anak indonesia hebat? 2. Bagaimana pelaksanaan program 7 kebiasaan anak indonesia hebat di sekolah ini?

		3. Bagaimana upaya bapak dalam mengimplementasikan program 7 kebiasaan anak indonesia hebat pada guru-guru? 4. Apa faktor-faktor pendukung dan penghambat tentang implementasi program 7 kebiasaan anak indonesia hebat di sekolah ini? 5. Bagaimana respon guru-guru dengan adanya program 7 kebiasaan anak indonesia hebat?
Untuk guru		
	Permasalahan	Instrumen
2.	Respon guru SDN Cidahu Dalam Implementasi program 7 kebiasaan anak indonesia hebat?	1. Bagaimana respon ibu dalam merencanakan pembelajaran setelah adanya program 7 kebiasaan anak indonesia hebat? 2. Bagaimana respon ibu dalam pelaksanaan pembelajaran sesuai dengan program 7 kebiasaan anak indonesia hebat? 3. Bagaimana cara ibu mengevaluasi pembelajaran sesuai dengan program 7 kebiasaan anak indonesia hebat? 4. Bagaimana perencanaan ibu sesuai dengan pelaksanaan dalam program 7 kebiasaan anak indonesia hebat? 5. Bagaimana ibu di beri pembekalan sarana-prasarana tepat tentang program 7 kebiasaan anak indonesia hebat?
Untuk siswa-siswi kelas 5		
3.	Permasalahan	Instrumen
	Respon siswa-siswi SDN Cidahu Dalam Implementasi program 7 kebiasaan anak indonesia hebat?	1. Apakah kamu tahu tentang program "7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat" yang dibuat pemerintah? Jika tahu, apa saja kebiasaan itu menurut kamu? 2. Menurut kamu, kenapa ada program ini? 3. Dari tujuh kebiasaan ini (bangun pagi, beribadah, berolahraga, makan sehat dan bergizi, gemar belajar, bermasyarakat, tidur cepat), mana yang paling sering kamu lakukan? Berikan contohnya! 4. Adakah kebiasaan yang sulit untuk kamu lakukan? Mengapa? 5. Apakah kamu pikir program ini membantu kamu menjadi lebih baik atau lebih sehat? Dalam hal apa? 6. Menurut kamu, apa yang bisa dilakukan supaya teman-teman kamu di sekolah atau di rumah juga mau melakukan kebiasaan-kebiasaan baik ini? 7. Menurut kamu apa yang harus dilakukan agar program ini lebih baik lagi?

Instrumen wawancara ini sudah mendapat validasi dari ahli bahasa yang sangat memungkinkan instrumen ini dapat di gunakan sesuai kalangan yang tertera pada kolom keterangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil wawancara bersama waka kurikulum SDN Cidahu menerangkan bahawa

Nama : Kiki Haelani S.Pd

Jabatan : Waka Kurikulum

Tanggal : 11 juni 2025

Untuk Wakakurikulum			
No	Permasalahan	Intrumen	jawaban
1.	Implementasi 7 kebiasaan anak indonesia hebat di SDN Cidahu.	6. Apa yang dimaksud dengan 7 kebiasaan anak indonesia hebat?	1. 7 kebiasaan anak indonesia itu diantaranya bangun pagi, beribadah, berolahraga, makan sehat dan bergizi, gemar belajar, bermasyarakat, tidur cepat, program ini sudah di selenggarakan setelah bergantinya mentri pendidikan yang sekarang yaitu pak abdul mu'ti yang mewajibkan seluruh instansi pendidikan harus mengimplementasikan program ini, walaupun pelaksanaan nya masih bertahap karena program ini masih baru.
		7. Bagaimana pelaksanaan program 7 kebiasaan anak indonesia hebat di sekolah ini?	2. Salahsatu pelaksanaannya yaitu guru menyediakan memberikan angket tentang 7 kebiasaan anak indonesia hebat yang dalam satu bulan angket tersebut harus diisi sesuai kegiatan yang sudah mereka lakukan dengan cara di ceklis pada kolom yang sudah di sediakan dan ini berlaku untuk seluruh siswa-siswi SDN Cidahu dari kelas satu sampai kelas enam, di ketahui oleh orang tua, di tanda tangani oleh orang tua lalu di tandatangani oleh wali kelas.
		8. Bagaimana upaya bapak dalam mengimplementasikan program 7 kebiasaan anak indonesia hebat pada guru-guru?	3. Agar anak-anak tau dan hafal tentang 7 kebiasaan anak indonesia hebat, kami selaku guru menyediakan forum sharing dengan nyanyian ataupun dengan gerakan dan tidak henti-henti untuk selalu membiasakan untuk mengingatkan akan poin-poin yang terkandung dalam program 7 kebiasaan anak indonesia hebat ini misalnya hari ini kalian beribadah tidak atau berolahraga tidak mungkin itu.
		9. Apa faktor-faktor pendukung dan penghambat tentang implementasi	4. Semua lapisan juga mendukung ya mulai dari kepala sekolah sampai penjaga sekolah juga

		program 7 kebiasaan anak indonesia hebat di sekolah ini?	karena program ini juga tujuan nya baik agar anak indonesia itu cerdas dan berkarakter namun tidak hanya guru saja yang melakukan nya orang tua nya murid juga harus terlibat dalam program ini tentunya akan lebih bersinergi, dan juga mungkin guru itu harus bisa mensosialisasikan terhadap orang tua bahwasanya orang tua itu harus jadi teladan bagi anak-anak nya. Untuk poin penghambatnya yaitu kembali lagi ke kebiasaan anak nya yang tentunya berbeda beda ada yang memang di sudah sering melakukan nya ada juga yang masih berjalan ditempat, tapi jika sudah lama kelamaan dan sering melakukan kegiatan ini akan menjadi terbiasa lalu akan menjadi terbiasa yaa perlahan lahan sambil di ingatkan.
		10. Bagaimana respon guru-guru dengan adanya program 7 kebiasaan anak indonesia hebat?	5. Respon nya baik tentunya karena untuk kebaikan bersama - sama juga, sebenarnya di kabupaten purwakarta itu sebelum adanya program 7 kebiasaan anak indonesia hebat sudah ada program yang mirip sekali dengan program ini misalnya masuk sekolah jam 6 pagi yang mengharuskan anak-anak bangun lebih awal, lalu diharuskan anak-anak jalan kaki dari rumah ke sekolah yang jarak nya tidak melebihi 1 km. dan juga sebenarnya ketika ada program ini tidak terlalu kaget karena kami sudah menerapkan kegiatan ini sebelumnya namun untuk sekarang karena adanya program ini maka kami akan lebih menggiatkan akan program tersebut.

Dari pendapat Waka Kurikulum, dapat disimpulkan bahwa implementasi program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat di SDN Cidahu telah dilakukan secara:

1. Terencana (dengan angket dan jurnal)
2. Inklusif (melibatkan guru, siswa, dan orang tua)
3. Kreatif (dengan nyanyian, gerakan, dan forum sharing)
4. Konsisten (pembiasaan harian dan evaluasi rutin)

Pendekatan ini sejalan dengan teori pendidikan karakter, teori penguatan melalui pendidikan jasmani, serta kebijakan nasional seperti Perpres No. 87 Tahun 2017. SDN Cidahu menunjukkan praktik yang ideal dalam mewujudkan visi membentuk generasi yang berkarakter, sehat, dan produktif.

Adapun hasil wawancara bersama wali kelas 5 di SDN Cidahu sebagai berikut :

Nama : Lupiya Saniawati S.Pd. Gr.

Jabatan : Guru wali kelas 5

Tanggal : 12 Juni 2025

Untuk guru-guru			
	Permasalahan	Instrumen	Jawaban
1.	Respon Guru-guru SDN Cidahu Dalam Implementasi program 7 kebiasaan anak indonesia hebat?	6. Bagaimana respon bapak/ibu dalam merencanakan pembelajaran setelah adanya program 7 kebiasaan anak indonesia hebat	1. Responya positif sangat tertarik dengan adanya program tersebut, jadi memberikan semangat baru.
		2. Bagaimana respon bapak/ibu dalam pelaksanaan pembelajaran sesuai dengan program 7 kebiasaan anak indonesia hebat?	7. Respon nya sama dengan adanya program 7 kebiasaan tersebut menjadikan anak-anak belajarnya lebih disiplin dari mulai mereka bangun pagi sampai mereka tidur kembali, menjadikan waktu mereka lebih tertata.
		8. Bagaimana bapak/ibu mengevaluasi pembelajaran sesuai dengan program 7 kebiasaan anak indonesia hebat?	3. Saya membuat jurnal untuk anak-anak untuk mereka isi dari 7 kebiasaan anak indonesia itu jadi setiap akhir bulan di evaluasi mana yang sudah terbiasa dan mana yang masih belum terbiasa dan juga penguatan ke anak-anak khususnya di program gemar belajar jadi anak-anak menjadi lebih termotivasi walaupun masih ada juga yang belum terbiasa.
		4. Bagaimana perencanaan bapak/ibu sesuai dengan pelaksanaan dalam program 7 kebiasaan anak indonesia hebat	9. Perencanaan yang pertama seperti yang sudah dipaparkan yaitu membuat membuat jurnal kemudian juga ada kegiatan senam 2 kali dalam seminggu, dan juga kami selaku guru selalu mengingatkan kepada anak-anak tentang 7 kebiasaan ini, lalu disitu juga ada kebiasaan tidur cepat jadi saat pembelajaran dikelas anak-anak menjadi semakin bersemangat mengingat sebelum adanya 7 program ini anak-anak selalu kedatangan ada yang mengantuk, dan dari segi pembelajaran nya pun anak-anak menjadi lebih semangat dan giat dan tertata.

2.		5. Bagaimana bapak/ibu di beri pembekalan sarana-prasarana tepat tentang program 7 kebiasaan anak indonesia hebat?	6. Yang pertama ada semacam webinar tentang 7 kebiasaan anak indonesia hebat, juga adanya informasi dari KKG pengawas guru-guru juga sering memberikan informasi terkait program ini, lalu juga kami mencari tau lewat media sosial yang banyak menyediakan referensi-referensi terkait program ini. 10. Lalu sarana dan prasarana yang sudah ada di sdn ini juga ada dengan adanya alat-alat elektronik seperti soundsystem untuk melaksanakan program berolahraga, lalu dengan adanya guru olahraga, dan juga program makan sehat bergizi, disini sebelum adanya program 7 kebiasaan ini sudah menerapkan makan sehat dan bergizi dengan cara anak-anak diharuskan membawa bekal makan ke sekolah sehingga kesehatan nya pun lebih terjamin, lalu dengan adanya program ini kami hanya tinggal melanjutkan saja.
----	--	--	---

Pembahasan

1. Implementasi program 7 kebiasaan anak indonesia hebat d SDN Cidahu

Implementasi program berjalan melalui pembiasaan harian siswa. Guru PJOK dan wali kelas menjadi fasilitator dalam menerapkan nilai-nilai karakter seperti kedisiplinan, tanggung jawab, dan kerja sama. Siswa menunjukkan antusiasme tinggi terhadap aktivitas fisik dan mulai menunjukkan peningkatan dalam kebiasaan makan sehat, bangun pagi, dan gemar belajar.

Namun demikian, tantangan utama yang ditemukan adalah kurangnya konsistensi dalam kebiasaan tidur cepat dan penggunaan gawai yang masih tinggi. Dukungan keluarga sangat berpengaruh terhadap keberhasilan program.

Pembelajaran PJOK menjadi sarana strategis dalam menerapkan nilai-nilai 7 kebiasaan, terutama pada aspek berolahraga, sportivitas, dan kerja sama. Program ini berkontribusi nyata dalam membentuk karakter sehat, tangguh, dan bertanggung jawab.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai implementasi program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat di SDN Cidahu, maka peneliti dapat menyimpulkan hal-hal berikut:

1. Implementasi program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat di SDN Cidahu telah berjalan secara efektif dan terstruktur. Program ini diterapkan melalui angket bulanan, jurnal siswa, pendekatan kreatif

- di kelas, dan melibatkan peran aktif orang tua. Kegiatan ini telah mengarahkan siswa untuk memiliki rutinitas yang sehat, disiplin, dan berkarakter.
2. Waka Kurikulum memandang program ini sebagai bagian integral dari penguatan karakter siswa. Beliau menekankan pentingnya keterlibatan semua pihak dan menyadari bahwa pembiasaan nilai-nilai positif membutuhkan waktu dan konsistensi, terutama karena latar belakang kebiasaan siswa yang berbeda-beda.
 3. Guru memberikan respon yang sangat positif dengan menerapkan evaluasi rutin dan pembelajaran berbasis pembiasaan. Penggunaan jurnal pribadi siswa menjadi alat evaluasi yang efektif untuk memantau perkembangan karakter. Selain itu, guru memanfaatkan pendekatan jasmani dan kegiatan kreatif untuk menyampaikan nilai-nilai 7 kebiasaan.
 4. Siswa menunjukkan pemahaman yang baik terhadap program dan merasakan dampak positif dalam kehidupan sehari-hari. Namun, masih terdapat tantangan dalam menerapkan kebiasaan tertentu, khususnya berolahraga di rumah, yang dipengaruhi oleh kurangnya teman dan dukungan lingkungan.
 5. Faktor pendukung utama adalah budaya sekolah yang terbuka dan mendukung karakter, keterlibatan orang tua, dan fasilitas yang memadai. Sedangkan faktor penghambat berasal dari ketidakkonsistenan lingkungan rumah, kurangnya motivasi sosial di luar sekolah, dan keterbatasan pengawasan.

DAFTAR PUSTAKA

- ADI, Sapto. Landasan pengembangan sekolah olahraga. 2019.
- Apriani, A.-N., Chomariyah, W. I., & Sukaris, A. (2021). Living Values Education Program Dalam Pembelajaran Daring Sekolah Dasar. *Taman Cendekia: Jurnal Pendidikan Ke-SD-An*, 5(1), 540–547. <https://doi.org/10.30738/tc.v5i1.9677>
- Aprianto, R., & Kumalasari, D. (2023). Pengaruh Tokoh Pahlawan Nasional Dalam Pembelajaran Sejarah Terhadap Pembentukan Pendidikan Karakter Anak. *SOCIAL PEDAGOGY: Journal of Social Science Education*, 4(2), 131–144. <https://doi.org/10.32332/social-pedagogy.v4i2.7716>
- Fazari, B. S., Komariyah, L., Rahmat, A., & Carsiwan, C. (2023). Efektivitas Penggunaan Permainan Olahraga Bocce dalam Pembelajaran Penjas pada Siswa Tunagrahita: Systematic Literature Review. *Gelanggan Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 7(1), 135–144. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v7i1.8085>
- Gunawan. (2015). *Pendidikan Karakter Konsep dan Implementasi* (A. Saepulrohimi (ed.); 5th ed.). Alfabeta.
- Inanna. (2018). Jurnal Ekonomi dan Pendidikan. *Jurnal Ekonomi Dan Pendidikan*, 1(1), 27–33.
- Purnama, L. (2023). Penguatan Pendidikan Karakter Anak Usia Dini Melalui Pendidikan Jasmani. *JPJO Jurnal Pendidikan dan Kepelatihan Olahraga*, 1.
- Setiardi, D. (2017). Keluarga Sebagai Sumber Pendidikan Karakter Bagi Anak. *Jurnal Tarbawi*, 14, 135–146.

- Sumarsono, A., Anisah, A., & Iswahyuni, I. (2019). Media interaktif sebagai optimalisasi pemahaman materi permainan bola tangan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 1–11. <https://doi.org/10.21831/jpji.v15i1.24051>
- Winarni, S. (2011). Pengembangan Karakter Dalam Olahraga Dan Pendidikan Jasmani. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 2, 124–139. <https://doi.org/10.21831/cp.v0i2.1460>
- Depdiknas. 2006, Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan. Jakarta: Depdiknas.
- Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah. (2024). Mendikdasmen Perkenalkan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. [Www.Kemdikbud.Go.Id. https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2024/12/mendikdasmen-perkenalkan-7-kebiasaan-anak-indonesia-hebat](https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2024/12/mendikdasmen-perkenalkan-7-kebiasaan-anak-indonesia-hebat)