

**PENGARUH PROGRAM 7 KEBIASAAN ANAK INDONESIA HEBAT
TERHADAP PEMBENTUKAN KARAKTER SISWA
DI SMA NEGERI 1 KOTA GAJAH**

(SKRIPSI)

Oleh

**AMELIA IRWANA
NPM 2213032005**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2026**

ABSTRAK

PENGARUH PROGRAM 7 KEBIASAAN ANAK INDONESIA HEBAT TERHADAP PEMBENTUKAN KARAKTER SISWA DI SMA NEGERI 1 KOTA GAJAH

Oleh

AMELIA IRWANA

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terhadap pembentukan karakter siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah, yang merupakan kebijakan nasional yang menekankan pembiasaan perilaku positif sebagai upaya penguatan pendidikan karakter. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian berjumlah 133 siswa kelas XI dan XII, dengan sampel sebanyak 58 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dan teknik random sampling.

Pengumpulan data dilakukan melalui angket berskala Likert, sedangkan analisis data meliputi normalitas, linearitas, dan regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Program tersebut berpengaruh positif dan signifikan terhadap pembentukan karakter siswa dengan nilai kontribusi sebesar 44,9%. Pembentukan karakter yang diteliti meliputi karakter religius, mandiri, dan gotong royong.

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan Program secara konsisten mampu mendukung penguatan karakter siswa di lingkungan sekolah maupun dimasyarakat. Maka penerapan ini dapat dijadikan sebagai salah satu strategi efektif dalam mendukung pelaksanaan pendidikan karakter di tingkat sekolah menengah atas khususnya di sekolah menengah atas yang sudah ikut melaksanakan kegiatan tersebut.

Kata kunci: P7, Pembentukan, Karakter Siswa, Pendidikan Karakter

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF THE 7 HABITS OF GREAT INDONESIAN CHILDREN PROGRAM ON STUDENTS' CHARACTER FORMATION AT SMA NEGERI 1 KOTA GAJAH

By

AMELIA IRWANA

This study aimed to determine the effect of the 7 Habits of Great Indonesian Children Program on the character development of students at SMA Negeri 1 Kota Gajah. The program is a national policy that emphasizes the habituation of positive behaviors as an effort to strengthen character education. This study employed a descriptive method with a quantitative approach. The research population consisted of 133 eleventh- and twelfth-grade students, with a sample of 58 respondents selected using the Slovin formula and random sampling technique. Data were collected through a Likert-scale questionnaire, while data analysis included tests of normality, linearity, and simple linear regression. The results showed that the program had a positive and significant effect on students' character development, with a contribution value of 44.9%. The character aspects examined included religious, independent, and mutual cooperation values. The findings indicated that consistent implementation of the program was able to support the strengthening of students' character in both school and community environments. Therefore, this program can be considered an effective strategy to support the implementation of character education at the senior high school level, particularly in schools that have routinely implemented the program in daily activities.

Keywords: P7, Student Character, Character Education

**PENGARUH PROGRAM 7 KEBIASAAN ANAK INDONESIA HEBAT
TERHADAP PEMBENTUKAN KARAKTER SISWA
DI SMA NEGERI 1 KOTA GAJAH**

Oleh

AMELIA IRWANA

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Strudi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan
Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2026**

Judul Skripsi

**: PENGARUH PROGRAM 7 KEBIASAAN ANAK
INDONESIA HEBAT TERHADAP PEMBENTUKAN
KARAKTER SISWA DI SMA NEGERI 1 KOTA
GAJAH**

Nama Mahasiswa

: Amelia Irwana

NPM

: 2213032005

Program Studi

: Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan

Jurusan

: Pendidikan IPS

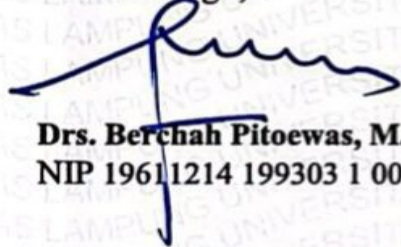
Fakultas

: Keguruan dan Ilmu Pendidikan

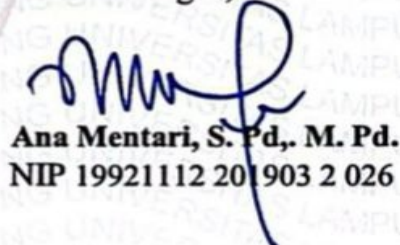


1. Komisi Pembimbing

Pembimbing I,

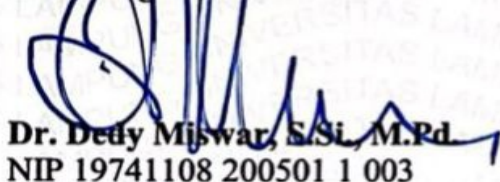

Drs. Berchah Pitoewas, M.H.
NIP 19611214 199303 1 001

Pembimbing II,

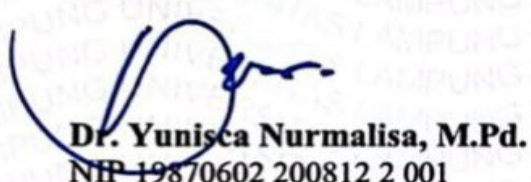

Ana Mentari, S. Pd., M. Pd.
NIP 19921112 201903 2 026

2. Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan
Ilmu Pengetahuan Sosial


Dr. Dedy Miswar, S.Si, M.Pd.
NIP 19741108 200501 1 003

Koordinator Program Studi
Pendidikan PKn


Dr. Yunisca Nurmalisa, M.Pd.
NIP 19870602 200812 2 001

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua

: Drs. Berchah Pitoewas, M.H.

Sekretaris

: Ana Mentari, S. Pd., M. Pd.

Penguji

Bukan Pembimbing

: Devi Sutrisno Putri, S. Pd., M. Pd.



[Three handwritten signatures in blue ink, each followed by a dotted line for a name.]

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



[Handwritten signature of Dr. Albet Maydiantoro]
Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd.

NIP 19870304 201404 1 001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 28 Januari 2026

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, adalah:

Nama : Amelia Irwana
NPM : 2213032005
Program Studi : Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan
Jurusan : Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Alamat : Buyut Ilir, Kec. Gunung Sugih, Kab. Lampung Tengah

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Bandar Lampung, 3 Februari 2026

Penulis



Amelia Irwana
2213032005

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Amelia Irwana, dilahirkan di Sriwaluyo, Pada tanggal 29 Juni 2004. Penulis merupakan anak tunggal sebagai buah cinta kasih dari pasangan Bapak Irwan dan Ibu Desi.

Penulis menyelesaikan Pendidikan Taman Kanak-Kanak di TK Pertiwi Kota Gajah yang di selesaikan pada tahun 2009, Pendidikan Sekolah Dasar (SD) diselesaikan di SDN 1 Bangun Rejo yang di selesaikan pada tahun 2016, Pendidikan Menengah Pertama (SMP) diselesaikan di SMP Negeri 2 Kota Gajah pada tahun 2019, dan Sekolah Menengah Atas (SMA) diselesaikan di SMA Negeri 1 Kota Gajah pada tahun 2022.

Pada tahun 2022 penulis di terima sebagai mahasiswa di Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung melalui jalur SNMPTN (Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri). Selama menjadi mahasiswa, penulis pernah menjadi anggota Forum Pendidikan Kewarganegaraan (FORDIKA). Penulis juga telah melaksanakan Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Paduan Rajawali, Meraksa Aji, Tulang Bawang dan melaksanakan Program Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) di SD Negeri 1 Paduan Rajawali pada tahun 2025.

MOTTO

“Tidak ada usaha yang sia-sia jika di lakukan dengan doa”

(Amelia Irwana)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan mengucapkan puji dan syukur atas rahmat dan karunia yang telah Allah SWT limpahkan sehingga penulis dapat mempersembahkan karya ini sebagai tanda bakti dan cinta kepada kedua orang tuaku, Bapak Irwan dan Ibu Desi yang sangat saya sayangi dan saya cintai. Semua ini bisa selesai atas dukungan semangat, jiwa dan raga serta kasih sayang yang besar kepada saya. Terima kasih atas setiap doa yang kalian panjatkan dalam diam dan atas segala pengorbanan yang kalian berikan demi masa depan saya, maka akan saya usahakan lagi untuk mengangkat derajat kalian. Namun jika saat ini saya belum bisa membalas semuanya maka saya memohon maaf dengan sepenuh hati, Doa saya senantiasa untuk kalian, semoga Allah SWT selalu melimpahkan kesehatan, umur yang panjang, serta kebahagiaan dalam setiap langkah hidup kalian. Bapak dan Ibu toga dan gelar yang saya dapat tidak akan ada jika tanpa jerih payah kalian.

Serta Almamaterku tercinta Universitas Lampung

SANWACANA

Puji dan syukur penulis haturkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya yang sangat berlimpah sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terhadap Pembentukan Karakter Siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah”. Skripsi ini dibuat sebagai syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Lampung.

Penulis sangat menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini terdapat banyak kekurangan. Pada kesempatan kali ini penulis hendak mengucapkan rasa terima kasih kepada Bapak Drs. Berchah Pitoewas, M.H selaku dosen Pembimbing I dan Ibu Ana Mentari, S.Pd., M.Pd. selaku dosen Pembimbing Akademik sekaligus dosen Pembimbing II, serta semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai. Penulis juga hendak menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Albet Maydiantoro, S. Pd., M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Bapak Dr. Riswandi, M.Pd. selaku Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kerjasama Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Bambang Riadi, S.Pd., M.Pd., selaku Wakil Dekan Bidang Umum dan Keuangan FKIP Universitas Lampung.
4. Bapak Hermi Yanzi, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Alumni Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
5. Bapak Dr. Dedy Miswar, S.Si., M.Pd. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.

6. Ibu Drs. Yunisca Nurmalisa, S.Pd., M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
7. Bapak Drs. Berchah Pitoewas, M.H. selaku dosen Pembimbing I. Terima kasih atas arahan, didikan, ilmu, tenaga maupun pikiran yang sudah diberikan dengan ikhlas untuk menuntunku dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Ibu Ana Mentari, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II. Terima kasih atas arahan, didikan, dukungan, semangat, ilmu, tenaga, nasehatnya maupun pikiran yang sudah diberikan dengan ikhlas.
9. Ibu Devi Sutrisno Putri, S.Pd., M.Pd. selaku dosen Pembahas I. Terima kasih atas saran dan masukannya dalam pembuatan skripsi ini.
10. Ibu Nurhayati, S.Pd., M.Pd. selaku pembahas II. Terima kasih atas saran dan masukannya dalam pembuatan skripsi ini.
11. Bapak Febra Anjar Kusuma, S.Pd., M.Pd. selaku pembahas. Terima kasih atas saran dan masukannya dalam pembuatan skripsi ini.
12. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Terima kasih atas segala ilmu yang telah diberikan, saran, motivasi, dan segala bantuan yang telah diberikan.
13. Staf Program Studi PPKn Universitas Lampung yang telah membantu penulis selama melaksanakan penelitian.
14. Kepala sekolah, Guru, dan Peserta didik SMA Negeri 1 Kota Gajah, Terima kasih telah memberikan kesempatan kepada Peneliti untuk melaksanakan penelitian, banyak-banyak terima kasih sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.
15. Teristimewa, untuk Ayah dan Mimi. Terima kasih telah menjadi orang tua yang senantiasa mengingatkan penulis pada segala hal yang baik, selalu memberikan motivasi, nasihat, serta kasih sayang yang tiada batas. Dukungan dan doa yang tak pernah putus menjadi kekuatan utama bagi penulis hingga mampu bertahan dan mencapai tahap ini.
16. Teristimewa untuk almarhumah Atu. Terima kasih telah merawat penulis sejak kecil dan menjadi sosok nenek yang penuh kasih sayang serta cinta

tanpa batas kepada cucunya ini. Doa dan kenangan tentang kelembutan, perhatian, serta pengorbanan Atu akan selalu hidup di hati penulis dan menjadi sumber kekuatan dalam setiap langkah kedepan.

17. Terima kasih kepada keluarga besar PPKn 2022, terima kasih atas perjalanan Panjang yang telah dilalui, baik dalam keadaan duka maupun suka. Banyak hal yang mungkin tidak bisa tertuangkan melalui tulisan maupun kata-kata untuk mewakili banyaknya rasa bersyukur atas bertemunya dengan kalian, banyak pengalaman dan juga proses yang pastinya sangat terekam jelas diingatan penulis selama bersama kalian. Senang bisa belajar bersama kalian.
18. Terima kasih kepada kakak Muammar Khadafi yang sudah memberikan waktunya untuk membantu penulis dalam pembuatan skripsi, menjadi tempat penulis bertanya, berbagi pemikiran, serta senantiasa memberikan dukungan, arahan, kesabaran dan semangat.
19. Terima kasih kepada Sahabat penulis Dinda Ayu Kencana yang telah menemani, mendengarkan cerita, dan menguatkan penulis di saat penulis sangat terpuruk, serta senantiasa memberikan motivasi dan semangat.
20. Terima kasih teman kost Anisa 1 Lantai 3 Gita, Raya, Deta, Rizka, Diah, Herifa, Riski, Intan. Senang dapat berkenalan dan menghabiskan waktu bersama kalian yang telah menemani penulis dalam berbagai momen, berbagi cerita, tangis, dan tawa. Kebersamaan dan dukungan yang diberikan menjadi kenangan berharga selama masa studi.
20. Terima kasih teman satu perjuangan Feby, Wulan, Susi, Meta, Aenie, Seli. Senang berkenalan dengan kalian, dalam berbagi pengalaman, canda, suka dan duka. Semoga silaturahmi kita tetap terjaga meski waktu dan jarak memisahkan.
21. Terima kasih teman-teman keluarga KKN Paduan Rajawali sekaligus PLP SDN 01 Paduan Rajawali Kecamatan Meraksa Aji Tahun 2025. Senang berkenalan dengan kalian.
22. Terima kasih kepada pihak-pihak yang sudah banyak membantu yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

23. Terakhir, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri, karena telah bertahan sejauh ini, sudah sekuat dan sesabar menghadapi semua episode dan kehidupan selama proses penyusunan karya ini. Di tengah rasa lelah, tekanan, dan berbagai keterbatasan, penulis tetap memilih untuk melangkah, bangkit saat jatuh, dan tidak menyerah pada keadaan. Semoga semua usaha, air mata, dan pengorbanan yang telah dilalui menjadi bukti bahwa penulis mampu melewati setiap tantangan dengan penuh ketulusan dan harapan.

Bandar Lampung, 3 Februari 2026
Penulis

Amelia Irwana
2213032005

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas melimpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terhadap Pembentukan Karakter Siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah” sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari kata sempurna. Untuk itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan karya ini. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan keberkahan dalam setiap langkah kita, melimpahkan kesuksesan di masa mendatang, serta semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua.

Bandar Lampung, 3 Februari 2026
Penulis

Amelia Irwana
2213032005

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
RIWAYAT HIDUP	ixiii
MOTTO	ix
PERSEMBAHAN.....	x
SANWACANA	xi
KATA PENGANTAR.....	xvi
DAFTAR ISI.....	xvi
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR.....	xix

I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Pembatasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.6 Kegunaan Secara Teoritis.....	5
1.7 Ruang Lingkup Penelitian	6
1.7.1 Ruang Lingkup Ilmu	6
1.7.2 Ruang Lingkup Subjek Penelitian.....	7
1.7.3 Ruang Lingkup Objek Penelitian	7
1.7.4 Ruang Lingkup Tempat Penelitian.....	7
1.7.5 Ruang Lingkup Waktu Penelitian	7
II. TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Deskripsi Teoritis	8
2.1.1 Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.....	8
2.1.2 Pembentukan Karakter	16
2.2 Kajian Penelitian Relevan	22
2.3 Kerangka Berpikir	25
2.4 Hipotesis Penelitian	25

III. METODE PENELITIAN	26
3.1 Jenis Penelitian	26
3.2 Populasi Dan Sampel Penelitian.....	27
3.2.1 Populasi.....	27
3.2.2 Sampel.....	28
3.3 Variabel Penelitian	30
3.3.1 Variabel Bebas	30
3.3.2 Variabel Terikat	30
3.4 Definisi konseptual dan definisi opeasional	31
3.4.1 Definisi konseptual	31
3.4.2 Definisi operasional	32
3.5 Teknik Pengumpulan Data	34
3.5.1 Teknik Pokok	34
3.5.2 Teknik Penunjang.....	36
3.6 Uji Validitas Dan Uji Reliabilitas	37
3.7 Teknik Analisis Data	39
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 45
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	45
4.2 Deskripsi Data Uji Coba Instrument	49
4.3 Deskripsi Data Penelitian	54
4.4 Analisis Data	75
4.5 Pembahasan Hasil Penelitian.....	79
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	 103
5.1 Kesimpulan.....	103
5.2 Saran	104
 DAFTAR PUSTAKA	 105
LAMPIRAN.....	110

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi peserta didik kelas XII dan XI SMA Negeri 1 Kota Gajah tahun ajaran 2025/2026.....	27
2. Jumlah Sampel Penelitian	30
3. Definisi Operasional	34
4. Skor Skala Likert	35
5. Sarana Dan Prasarana SMA Negeri 1 Kota Gajah.....	48
6. Hasil Uji Coba Angket (Variabel X) Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat	50
7. Hasil Uji Coba Angket (Variabel Y) Pembentukan Karakter Siswa.....	51
8. Hasil Uji Reliabilitas (Variabel X)	53
9. Hasil Uji Reliabilitas (Variabel Y)	53
10. Distribusi Frekuensi Indikator Bangun Pagi	56
11. Distribusi Frekuensi Indikator Beribadah	58
12. Distribusi Frekuensi Indikator Berolahraga	59
13. Distribusi Frekuensi Indikator Makan Sehat Dan Bergizi	61
14. Distribusi Frekuensi Indikator Gemar Belajar	63
15. Distribusi Frekuensi Indikator Bermasyarakat	64
16. Distribusi Frekuensi Indikator Tidur Cepat	66
17. Distribusi Frekuensi Variabel 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat (X)	68
18. Distribusi Frekuensi Indikator Religius	69
19. Distribusi Frekuensi Indikator Mandiri	71
20. Distribusi Frekuensi Indikator Gotong Royong.....	73
21. Distribusi Frekuensi Variabel Pembentukan Karakter Siswa (Y)	75
22. Hasil Uji Normalitas Data Penelitian Menggunakan SPSS Versi 22	75
23. Hasil Uji Linearitas Data Penelitian Menggunakan SPSS Versi 22	76
24. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana Data Penelitian Menggunakan SPSS Versi 22.....	77
25. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana Data Penelitian Menggunakan SPSS Versi 22	78
26. Hasil Perhitungan R Kuadrat Menggunakan SPSS Versi 22.....	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar Kerangka Berfikir.....	25
Gambar Keterkaitan Antara Variabel X Dan Y	31
Gambar Gedung Sekolah SMA Negeri 1 Kota Gajah	45
Gambar Wawancara Kebiasaan Bangun Pagi	81
Gambar Kebiasaan Bangun Pagi.....	82
Gambar Kegiatan Beribadah	84
Gambar Kegiatan Senam Anak Indonesia Hebat.....	86
Gambar Aktivitas Makan Bersama Anak-Anak Dengan Menu MBG.....	88
Gambar Kegiatan Siswa Belajar Di Perpustakaan	90
Gambar Kegiatan Bermasyarakat	92
Gambar Wawancara Kebiasaan Tidur Cepat	94

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan di sekolah tidak sekadar bertujuan menyampaikan ilmu pengetahuan, tetapi juga membentuk kepribadian serta karakter peserta didik secara menyeluruh (Azra, 2002). Penguatan Pendidikan Karakter (PPK) di Indonesia dilaksanakan melalui penerapan nilai-nilai Pancasila dalam proses pendidikan. Nilai-nilai yang dikembangkan mencakup sikap religius, kejujuran, toleransi, disiplin, kerja keras, kreativitas, ke.mandirian, demokratis, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, cinta tanah air, penghargaan terhadap prestasi, komunikatif, cinta damai, gemar membaca, peduli lingkungan, peduli sosial, dan tanggung jawab. Keseluruhan nilai tersebut kemudian disarikan menjadi lima nilai utama karakter, yakni religius, nasionalis, mandiri, integritas, dan gotong royong (Kemendikbud, 2019). Selaras dengan pernyataan Lickona yang dikutip wahyuni, 2021 bahwa pendidikan karakter merupakan sebuah upaya yang disengaja secara sistematis untuk mengembangkan kebaikan yang berdampak positif baik bagi individu maupun lingkungan sosial, dan prosesnya tidak instan, melainkan melalui usaha yang terus menerus (pembiasaan).

Proses pembentukan karakter pada peserta didik menuntut keterlibatan kurikulum di dalamnya dengan mengembangkan karakter peserta didik menjadi fokus utama di dalam Kurikulum Merdeka, di mana setiap kegiatan pembelajaran diarahkan untuk membentuk siswa yang beriman, mandiri, kreatif, serta mampu bekerja sama secara efektif.(Kemendikbudristek, 2022)."Meskipun pendidikan karakter telah diintegrasikan secara formal ke dalam kurikulum, pelaksanaannya di

lapangan masih menunjukkan ketidak seimbangan dan belum optimal, terutama pada data, turunya pembentukan karakter dapat dilihat dari hasil pengamatan evaluasi guru pada siswa dari tahun ke tahun. Tidak hanya itu, pengamatan peneliti di SMA Negeri 1 Kota Gajah menunjukkan peningkatan perilaku menyimpang, seperti bolos sekolah, kenakalan di kelas, dan kasus-kasus yang sering berujung pada pemanggilan ke ruang BK atau orang tua siswa. Fenomena ini sejalan dengan data Renstra BPMP Provinsi Lampung 2020-2024, di mana capaian SNP jenjang SMA di wilayah Lampung (termasuk Lampung Tengah) mengalami fluktuasi dengan penurunan indeks efektivitas pada 2018 (IKK 1.6), meskipun ada peningkatan keseluruhan hingga 5,32 pada 2019, menandakan ketidakstabilan pembentukan karakter siswa akibat kurangnya pemantauan berkelanjutan. Hasil wawancara dengan waka kesiswaan SMA Negeri 1 Kota Gajah, bahwa bertambah tahun, anak-anak semakin kurang karakternya, banyak yang malas belajar dan lebih suka main gadget daripada mengikuti kegiatan positif sekolah, sehingga memperburuk kualitas pembentukan karakter secara keseluruhan.

Secara spesifik, data dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan menunjukkan adanya disparitas signifikan dalam implementasi pendidikan karakter di berbagai jenjang pendidikan. Sebagai langkah konkret untuk mengatasi permasalahan tersebut. (Kemendikbudristek, 2024) Menegaskan kembali pentingnya pendidikan karakter sebagai fondasi utama dalam pengembangan peserta didik di semua jenjang pendidikan. Hal ini sejalan dengan pernyataan Nadiem Makarim (2022) bahwa pendidikan karakter sudah dan akan terus menjadi salah satu prioritas Merdeka Belajar. Maka dari permasalahan tersebut Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah melalui Surat Edaran Sekretaris Jenderal Nomor 6 Tahun 2025 menegaskan bahwa Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat wajib diterapkan di seluruh satuan pendidikan, menggantikan program Profil Pelajar Pancasila (P5) yang sebelumnya berjalan (Kemendikdasmen, 2025).

Dalam siaran pers Nomor 150/Sipers/A6/IV/2025, Mendikdasmen Abdul Mu'ti menyatakan, “Ini adalah bagian dari kebijakan Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah yang kita harapkan dapat membentuk anak Indonesia menjadi anak-anak yang hebat, cerdas, sehat, berkarakter, berakhlak mulia, terampil, dan memiliki dedikasi kepada bangsa dan negara” (Mu'ti, 2025). Aturan ini mulai berlaku sejak tahun ajaran 2025/2026 dan diharapkan menjadi budaya yang ditanamkan melalui sekolah, keluarga, masyarakat, dan media (bgpsultra.kemdikbud.go.id, 2025). Dengan demikian, program P5 dinyatakan tidak lagi menjadi prioritas dan secara resmi diganti oleh 7 Kebiasaan sebagai strategi pendidikan karakter nasional.

Maka dengan itu Terbitlah Surat Edaran Bersama Menteri Pendidikan Dasar dan Menengah, Menteri Dalam Negeri, dan Menteri Agama Nomor 1 Tahun 2025, Nomor 800.2.1/225/SJ, dan Nomor 1 Tahun 2025 tentang *Penguatan Pendidikan Karakter melalui Pembiasaan di Satuan Pendidikan* menjadi titik transisi penting dalam kebijakan pendidikan karakter di Indonesia. Dengan adanya surat edaran tersebut maka isi di dalamnya yang menjelaskan kebiasaan-kebiasaan yang akan tertanam di peserta didik meliputi bangun pagi, beribadah, berolahraga, makan sehat dan bergizi, gemar belajar, bermasyarakat dan tidur cepat, yang dirancang untuk menjadi rutinitas pembentukan karakter di sekolah. Karena program ini masih baru dalam penerapannya, guru sebagai ujung tombak pelaksanaan di lapangan diharapkan dapat beradaptasi dan memanfaatkan fleksibilitas kebijakan untuk mengintegrasikan 7 kebiasaan anak Indonesia hebat ke dalam kegiatan pembelajaran dan budaya sekolah secara bertahap.

Dalam penerapan Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat, peran guru dan orang tua sangat penting dalam membentuk kebiasaan positif anak di rumah. Sebagai pendidik pertama dan utama, orang tua memiliki tanggung jawab besar dalam membentuk karakter anak. Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam pembentukan karakter anak sejak dini (Indah,

2022). Anak akan memiliki karakter dan kepribadian yang baik apabila orang tua mengajarkan dan mencontohkan hal-hal baik kepada anak mereka. Guru tidak hanya sebagai penyampai materi, melainkan fasilitator yang menanamkan kebiasaan positif melalui pembelajaran dan aktivitas kelas. Sinergi yang baik antara guru dan orang tua menjadi kunci keberhasilan proses ini, sehingga nilai-nilai positif yang diperkenalkan di sekolah dapat terus diperkuat di lingkungan keluarga (ningsih & sari, 2020).

Guru sebagai pelaksana program tersebut di berikan buku panduan sebagai upaya penguatan karakter juga didukung dengan penyediaan *Panduan Penerapan Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat untuk Guru dan Satuan Pendidikan pada Sekolah Menengah Atas/Kejuruan* yang diterbitkan oleh Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah (Kemdikbud, 2025). Panduan ini penting untuk memahami bagaimana guru memaknai Program 7 kebiasaan anak Indonesia hebat. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui bagaimana implementasi program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat sebagai bagian dari proses pengembangan karakter pada siswa melalui kegiatan positif tersebut. Atas dasar pemikiran tersebut, penelitian ini mengangkat judul “*Pengaruh Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terhadap Pembentukan Karakter Siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah*” dengan tujuan untuk memperoleh pengaruh kebiasaan anak untuk membentuk karakter mereka melalui program 7 kebiasaan anak Indonesia hebat ini.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, fokus penelitian ini adalah pada pengaruh Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terhadap pembentukan karakter siswa. Maka identifikasi masalahnya adalah pembentukan karakter siswa melalui pembiasaan perilaku dalam Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terhadap pembentukan karakter siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah dan pebatasan masalah yang telah dipaparkan maka batasan masalah pada penelitian ini adalah”Bagaimana Pengaruh program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terhadap pembentukan karakter siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah.?”

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan di atas, maka dapat disusun tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terhadap pembentukan karakter siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah.

1.6 Kegunaan Secara Teoritis

1. Secara teoritis, penelitian ini berguna sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya yang berminat mengkaji tentang program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. Penelitian ini dapat memperdalam pemahaman tentang bagaimana pembentukan karakter dapat diimplementasikan di lingkungan sekolah menengah atas (SMA), melalui program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.
2. Kegunaan secara praktis
Secara praktis, penelitian ini diharapkan menjawab permasalahan implementasi program 7 Kebiasaan di SMA Negeri 1 Kota Gajah. Hasil penelitian memberikan pengaruh program dalam membentuk karakter siswa dengan itu Informasi ini berguna bagi evaluasi program dan peningkatan kualitas pendidikan karakter.

a. Bagi siswa

Penelitian ini mampu memberikan masukan dan mengetahui bahwa pembentukan karakter yang berfokus pada kebiasaan seperti mandiri, religius dan gotong royong dapat memberikan manfaat yang mendalam bagi peserta didik dalam jangka pendek dan jangka panjang, dan membantu membentuk individu yang lebih baik.

b. Bagi peneliti

Penelitian ini menjadi referensi dan landasan teoritis untuk penelitian selanjutnya mengenai pendidikan karakter, khususnya yang berkaitan dengan program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat atau program sejenis.

c. Bagi pendidik

Penelitian ini memberikan wawasan tentang tentang program 7 Kebiasaan, membantu mereka memahami peran dan kontribusi mereka dalam implementasi program, serta mengidentifikasi strategi pengajaran yang lebih efektif untuk menanamkan nilai-nilai karakter pada siswa.

1.7 Ruang Lingkup Penelitian

1.7.1 Ruang Lingkup Ilmu

Ruang lingkup penelitian ini termasuk dalam kajian Pendidikan Nilai dan Moral Pancasila. Penelitian ini memfokuskan kajian pada penanaman dan penginternalisasian nilai-nilai Pancasila dalam kehidupan peserta didik melalui kebiasaan sikap dan perilaku sehari-hari di lingkungan sekolah. Analisis diarahkan pada bagaimana nilai religius, kemandirian, dan gotong royong diwujudkan dalam perilaku siswa sebagai bentuk implementasi nilai moral Pancasila, sehingga mendukung terbentuknya karakter warga negara yang berlandaskan nilai-nilai Pancasila.

1.7.2 Ruang Lingkup Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah peserta didik di SMA Negeri 1 Kota Gajahpada tahun ajaran 2024/2025. Peserta didik dipilih karena terlibat langsung dalam melaksanakan Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat di SMA Negeri 1 Kota Gajah.

1.7.3 Ruang Lingkup Objek Penelitian

Objek penelitian ini adalah siswa yang menjalankan program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terhadap membentuk karakter siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah.

1.7.4 Ruang Lingkup Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Kota Gajah, yang menjadi lokasi implementasi program 7 *Kebiasaan Anak Indonesia Hebat*.

1.7.5 Ruang Lingkup Waktu Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dimulai sejak dikeluarkannya surat izin penelitian oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung pada 26 Mei 2025 dengan Nomor: 4290/UN26.13/PN.01.00/2025.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Deskripsi Teoritis

2.1.1 Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat

Pembentukan karakter anak Indonesia yang hebat dapat dilakukan melalui pembiasaan tujuh kebiasaan baik sejak usia dini. Pemerintah Indonesia melalui Surat Edaran Bersama Menteri Pendidikan, Menteri Dalam Negeri, dan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2025, Nomor 800.2.1/225/SJ, dan Nomor 1 Tahun 2025 mengusung tema “Penguatan Pendidikan Karakter Melalui Pembiasaan di Satuan Pendidikan.” Salah satu inisiatif utamanya adalah penanaman 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat sebuah gerakan yang dirancang untuk membangun karakter unggul dan membentuk budaya belajar yang berorientasi pada nilai-nilai luhur bangsa (Kemendikbud, 2025). Yang meliputi kebiasaan bangun pagi, beribadah, berolahraga, makan sehat dan bergizi, gemar belajar, bermasyarakat, dan tidur cepat.

Pelaksanaan gerakan ini dilakukan melalui pendekatan pembiasaan yang penuh kesadaran, bermakna, dan menggembirakan, serta didukung kegiatan Pagi Ceria seperti senam minimal dua kali seminggu, menyanyikan lagu Indonesia Raya, dan doa bersama untuk membangun semangat nasionalisme, spiritualitas, serta energi positif peserta didik. Selain itu, pembentukan karakter diperkuat melalui kegiatan ekstrakurikuler seperti pramuka, latihan kepemimpinan, karya ilmiah, pengembangan bakat seni dan olahraga, serta kegiatan keagamaan yang

bertujuan menumbuhkan peserta didik yang religius, bermoral, disiplin, mandiri, dan memiliki kecakapan hidup sebagai kader bangsa.

Sejalan dengan itu Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbud, 2025) telah menerbitkan Buku Panduan Penerapan Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat sebagai acuan bagi guru SMA dalam membimbing dan membentuk karakter siswa melalui pembiasaan perilaku positif yang terstruktur dan berkesinambungan. Panduan ini dirancang untuk membantu guru dan satuan pendidikan dalam mengimplementasikan tujuh kebiasaan secara terstruktur. Pertama, guru diharapkan mempelajari ketujuh kebiasaan tersebut beserta urgensi penerapannya setiap hari secara berkesinambungan. Selanjutnya, guru dan pihak sekolah juga perlu memahami manfaat kebiasaan ini terhadap perkembangan anak, mulai dari kesehatan fisik, mental, hingga pembentukan karakter. Panduan ini memberikan arahan praktis mengenai cara penerapan di sekolah dan rumah, peran guru sebagai teladan, pembimbing, motivator, serta evaluator, hingga peran satuan pendidikan dalam menetapkan kebijakan, mengedukasi, dan menciptakan lingkungan yang mendukung. Selain itu, panduan ini menekankan pentingnya pemantauan dan evaluasi secara rutin untuk memastikan kebiasaan tersebut terinternalisasi pada diri siswa (Kemendikbud, 2025).

Kebiasaan menjadi elemen kunci yang harus dibentuk secara terencana karena berperan penting dalam membentuk pola hidup, nilai, dan identitas seseorang. Aktivitas yang dilakukan secara berulang dapat melahirkan karakter positif apabila diarahkan dengan baik melalui pembiasaan yang konsisten. Dari perspektif psikologi, kebiasaan terbentuk melalui siklus pemicu, rutinitas, dan penghargaan (*habit loop*), yang jika diterapkan terus-menerus akan memperkuat jalur saraf di otak hingga menjadi perilaku otomatis. James Clear dalam *Atomic Habits* memperkuat konsep ini dengan prinsip *1% rule*, yaitu perubahan kecil yang konsisten dapat membawa dampak besar dalam jangka panjang. Sementara itu, perspektif sosiologi menekankan bahwa kebiasaan individu sangat dipengaruhi oleh

lingkungan sosial (habitus) dan nilai-nilai yang berlaku di masyarakat. Hal ini menunjukkan bahwa membentuk kebiasaan baik bukan hanya sekadar rutinitas, tetapi juga sebuah upaya strategis dalam penguatan karakter untuk mempersiapkan generasi unggul menuju Indonesia Emas 2045 (Kemendikbud, 2025).

Sebagai upaya strategis dalam mewujudkan generasi emas Indonesia 2045, Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah pada 27 Desember 2024 meluncurkan Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat yang mencakup sesuai dengan buku panduan dan SE tersebut sebagai berikut:

1. Bangun pagi

Bangun pagi adalah aktivitas terjaga pada rentang waktu pukul 04.00 hingga 06.00 yang penting untuk dibiasakan oleh peserta didik. Memulai hari lebih awal memberi kesempatan kepada siswa untuk mempersiapkan diri dengan baik, baik secara fisik, mental, maupun spiritual. Rutinitas ini juga membantu meningkatkan fokus dan konsentrasi sehingga siswa lebih siap menjalani aktivitas harian. Dengan waktu yang lebih panjang di pagi hari, mereka dapat melakukan kegiatan produktif seperti ibadah, sarapan bergizi, belajar, hingga berolahraga ringan. Kebiasaan bangun pagi juga berperan dalam menjaga kesehatan mental dan fisik, mengurangi risiko stres atau kecemasan, serta menumbuhkan disiplin diri dan rasa tanggung jawab. Lebih jauh, rutinitas ini mendukung pembentukan pola tidur-bangun yang teratur, sehingga ritme biologis anak menjadi stabil dan sehat.

Manfaat lain yang diperoleh dari bangun pagi antara lain meningkatkan kemampuan manajemen waktu, melatih pengendalian diri untuk melawan rasa malas, serta menjaga keseimbangan antara tubuh dan pikiran melalui aktivitas menyegarkan di pagi hari. Penerapan kebiasaan ini di sekolah dapat dilakukan dengan berbagai strategi, seperti mengadakan senam pagi, sesi membaca, atau diskusi manfaat

bangun pagi. Guru diharapkan memberi teladan dengan hadir lebih awal dan memulai aktivitas kelas dengan penuh semangat. Lingkungan kelas yang nyaman serta penghargaan sederhana kepada siswa yang konsisten hadir tepat waktu juga dapat memotivasi mereka. Dukungan orang tua melalui komunikasi rutin, surat edaran, atau seminar turut memperkuat pembiasaan ini di rumah. Peran guru sebagai panutan, pembimbing, motivator, dan evaluator serta dukungan sekolah melalui kebijakan dan sosialisasi menjadi kunci keberhasilan internalisasi kebiasaan bangun pagi dalam diri siswa (Kemendikbud, 2025).

2. Beribadah

Beribadah merupakan wujud pengabdian, penghormatan, dan ketaatan kepada Tuhan yang dilaksanakan sesuai ajaran agama atau kepercayaan yang dianut. Kebiasaan ini penting ditanamkan kepada siswa karena dapat memperkuat nilai-nilai spiritual dan moral, sekaligus menenangkan hati serta menjaga kesehatan mental. Melalui kegiatan ibadah, siswa diajak untuk menyadari tujuan hidup yang lebih bermakna, membangun rasa syukur, dan menumbuhkan kepedulian terhadap sesama. Ibadah yang dilakukan secara konsisten juga membantu pembentukan karakter yang baik, menjadikan mereka pribadi yang disiplin, penuh empati, serta mampu berinteraksi positif dengan lingkungan sosialnya.

Penerapan kebiasaan beribadah di sekolah dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan. Guru dapat menjadi teladan dengan konsisten menjalankan ibadah dan mengaitkan nilai agama ke dalam kegiatan belajar mengajar. Mereka juga dapat membimbing siswa dalam praktik ibadah yang benar, memberikan motivasi melalui kisah inspiratif tokoh-tokoh agama, serta memberi apresiasi kepada siswa yang menunjukkan komitmen tinggi. Satuan pendidikan mendukung dengan menyediakan fasilitas ibadah yang memadai, menetapkan kebijakan doa bersama sebelum dan sesudah pelajaran, serta mengadakan kegiatan keagamaan seperti ceramah, lomba religi, atau ekstrakurikuler keagamaan. Kerja

sama dengan orang tua dan tokoh agama juga diperlukan agar siswa terbiasa beribadah tidak hanya di sekolah tetapi juga di lingkungan rumah (Kemendikbud, 2025).

3. Berolahraga

Berolahraga merupakan salah satu kebiasaan penting dalam Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat yang bertujuan menjaga kesehatan fisik, mendukung kesehatan mental, dan meningkatkan kualitas hidup. Kebiasaan ini membantu anak mengurangi stres, meningkatkan kebugaran tubuh, serta menanamkan nilai sportivitas seperti kejujuran, kerja sama, dan tanggung jawab. Dengan rutin berolahraga, anak-anak juga dapat mengembangkan potensi diri baik secara fisik, mental, maupun sosial.

Penerapan kebiasaan berolahraga di sekolah dilakukan melalui kegiatan seperti senam pagi, jalan sehat, dan turnamen olahraga. Guru berperan sebagai teladan, pembimbing, motivator, dan evaluator dalam membiasakan siswa untuk aktif bergerak. Sementara itu, satuan pendidikan mendukung melalui penyediaan fasilitas olahraga, edukasi manfaat olahraga, serta sistem penghargaan bagi siswa yang konsisten. Kolaborasi antara guru, orang tua, dan sekolah sangat diperlukan agar kebiasaan ini menjadi bagian dari karakter positif peserta didik (Kemendikbud, 2025).

4. Makan Sehat dan Bergizi

Makan sehat dan bergizi adalah kebiasaan penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh, menjaga kesehatan fisik dan mental, serta mendukung pertumbuhan optimal peserta didik. Asupan gizi yang seimbang membantu meningkatkan energi, konsentrasi, dan daya tahan tubuh sehingga anak lebih produktif dalam belajar dan beraktivitas. Selain itu, kebiasaan ini membentuk kesadaran diri dalam memilih makanan sehat, menghindari pola makan yang merugikan kesehatan, serta menumbuhkan kemandirian dalam mengelola gaya hidup sehat.

Penerapannya dilakukan melalui edukasi gizi di sekolah, program “7 Hari Sarapan Sehat”, ajakan membawa bekal sehat, kerja sama dengan kantin untuk menyediakan menu bergizi, serta penghargaan bagi siswa yang konsisten. Guru berperan sebagai teladan dengan konsumsi makanan sehat, membimbing tentang manfaat gizi, memotivasi siswa, dan bekerja sama dengan orang tua untuk pemantauan di rumah. Satuan pendidikan mendukung dengan menyediakan fasilitas kantin sehat, media edukasi, dan program kampanye gizi untuk membudayakan kebiasaan makan sehat di lingkungan sekolah (Kemendikbud, 2025).

5. Gemar belajar

Gemar belajar merupakan kebiasaan yang mendorong peserta didik untuk terus menambah pengetahuan, keterampilan, dan wawasan dengan sikap antusias dan rasa ingin tahu yang tinggi. Kebiasaan ini penting untuk mendukung pengembangan diri, meningkatkan kreativitas, berpikir kritis, tanggung jawab, serta membentuk karakter cerdas dan berakhlak. Melalui kebiasaan ini, anak diajak untuk berpikir terbuka, menemukan solusi kreatif, dan memahami berbagai perspektif sehingga tumbuh empati dan kerendahan hati.

Penerapannya di sekolah meliputi pembuatan jadwal belajar yang teratur, penggunaan metode belajar menyenangkan seperti diskusi, eksperimen, dan teknologi interaktif, serta mendorong keterlibatan dalam komunitas belajar. Guru berperan sebagai teladan, pembimbing, motivator, dan evaluator dengan memberikan inspirasi, mengenali minat siswa, serta memfasilitasi lingkungan belajar yang nyaman dan kreatif. Satuan pendidikan mendukung melalui penyediaan fasilitas seperti perpustakaan, laboratorium, serta kegiatan ekstrakurikuler yang memupuk semangat belajar dan penghargaan bagi siswa yang aktif (Kemendikbud, 2025).

6. Bermasyarakat

Bermasyarakat adalah kebiasaan yang melatih peserta didik untuk berinteraksi sosial, bekerja sama, dan berperan aktif dalam kegiatan sosial, budaya, maupun lingkungan sekitar. Kebiasaan ini penting untuk mengembangkan keterampilan sosial, kepemimpinan, rasa empati, solidaritas, serta menanamkan nilai gotong royong dan kepedulian terhadap sesama. Melalui keterlibatan dalam kegiatan sosial, anak belajar menghargai keberagaman, membangun hubungan yang harmonis, dan menjadi bagian dari solusi di lingkungannya.

Penerapan kebiasaan ini di sekolah dilakukan melalui kegiatan bakti sosial, gotong royong, permainan tradisional, serta program yang melibatkan interaksi dengan masyarakat. Guru berperan sebagai teladan dengan ikut serta dalam kegiatan sosial, membimbing siswa dalam diskusi dan kerja bakti, serta memotivasi mereka untuk membangun pertemanan yang sehat. Satuan pendidikan mendukung dengan menetapkan kebijakan, menyediakan fasilitas, mengadakan lomba sosial, serta bekerja sama dengan orang tua untuk memastikan kebiasaan bermasyarakat juga diterapkan di rumah dan lingkungan sekitar (Kemendikbud, 2025).

7. Tidur cepat

Tidur cepat adalah kebiasaan yang mendorong peserta didik untuk tidur pada waktu yang tepat di malam hari agar mendapatkan waktu istirahat yang cukup dan berkualitas. Kebiasaan ini penting untuk menjaga kesehatan fisik, mental, dan mendukung kinerja otak dalam proses belajar. Tidur yang teratur membantu anak memulihkan energi, meningkatkan konsentrasi, memperkuat daya ingat, serta menurunkan risiko stres dan gangguan kesehatan lainnya. Selain itu, pola tidur yang baik juga membentuk disiplin diri dalam mengatur waktu sehari-hari.

Penerapan kebiasaan tidur cepat dilakukan melalui edukasi tentang pentingnya istirahat, penetapan jadwal tidur, serta pengingat waktu

istirahat di lingkungan sekolah. Guru berperan dengan memberikan contoh pola tidur sehat, membimbing siswa agar memahami dampak positif tidur cukup, dan bekerja sama dengan orang tua untuk mendukung kebiasaan ini di rumah. Satuan pendidikan mendukung dengan menyebarkan informasi melalui poster atau media sosial, menyelenggarakan seminar, serta memberikan apresiasi kepada siswa yang konsisten menjaga pola tidur sehat (Kemendikbud, 2025).

Ketujuh kebiasaan ini memiliki manfaat besar penerapan tujuh kebiasaan ini perlu disesuaikan dengan jenjang pendidikan anak, mulai dari PAUD hingga SMA. Di tingkat PAUD, implementasi dilakukan melalui kegiatan bermain, bernyanyi, dan pembiasaan sederhana. Pada jenjang SD dan SMP, kebiasaan ini diintegrasikan dalam proses belajar mengajar, senam pagi, kegiatan “Pagi Ceria”, doa bersama, hingga kegiatan ekstrakurikuler seperti pramuka dan seni budaya (cerdasberkarakter.kemdikbud.go.id, 2024). Sementara di SMA, siswa didorong untuk memahami dan menginternalisasi kebiasaan tersebut secara sadar sebagai bagian dari gaya hidup yang mandiri dan bertanggung jawab. Panduan praktis dari Kemendikbud menyebutkan bahwa kebiasaan ini harus dilakukan secara berkelanjutan, setiap hari, agar menjadi budaya dan karakter bawaan peserta didik.

Implementasi ketujuh kebiasaan ini membutuhkan keterlibatan aktif dari seluruh komponen masyarakat. Orang tua memiliki peran sebagai teladan utama yang memperkuat kebiasaan baik di rumah. Sebagaimana Mandela (2013) menegaskan, *“Education is the most powerful weapon which you can use to change the world.”* Guru bertindak sebagai fasilitator dan motivator dalam membiasakan perilaku positif di sekolah. Lingkungan masyarakat juga harus mendukung terciptanya ruang sosial yang kondusif bagi pengembangan karakter anak. Media turut berperan dalam menyampaikan pesan-pesan inspiratif dan membangun kesadaran kolektif mengenai pentingnya pembiasaan kebiasaan baik sejak dini

Sejalan dari itu maka di buku panduan juga menjelaskan pemantauan dan evaluasi tujuh kebiasaan anak Indonesia hebat dilakukan melalui mekanisme catatan harian yang diisi murid setiap hari, termasuk akhir pekan. Guru mencetak dan membagikan catatan harian setiap awal bulan, sementara orang tua/wali bersama guru bertindak sebagai evaluator dan pembimbing dengan memantau penerapan kebiasaan di rumah maupun di sekolah. Murid memberi tanda pada kebiasaan yang dilakukan, lalu orang tua/wali dan guru memberikan validasi berupa paraf atau simbol menarik melalui metode gamifikasi seperti stiker atau cap untuk meningkatkan motivasi anak. Setiap akhir bulan, guru dan orang tua/wali melakukan refleksi bersama untuk mengevaluasi hambatan dan menentukan tindak lanjut. Anak yang sudah konsisten dihargai melalui apresiasi baik di rumah maupun di sekolah, misalnya dengan berbagi praktik baik di kelas. Rekapitulasi hasil pembiasaan dilakukan guru setiap bulan untuk menentukan kategori “sudah terbiasa” jika kebiasaan diterapkan minimal 2/3 hari dalam sebulan, lalu disimpan di sekolah dan dapat dilaporkan ke dinas pendidikan jika diperlukan sesuai arahan SEB tentang Penguatan Pendidikan Karakter (Kemendikbud, 2025).

2.1.2 Pembentukan Karakter

Pembentukan dapat dipahami sebagai suatu usaha atau rangkaian kegiatan yang dilakukan untuk mencapai kondisi yang lebih baik atau sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Proses ini berlangsung melalui berbagai tahapan atau cara hingga hasil yang diinginkan dapat tercapai. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), pembentukan diartikan sebagai proses, cara, atau perbuatan membentuk, yang menunjukkan adanya upaya sadar dalam menghasilkan suatu bentuk tertentu. Menurut John Dewey dalam Masnur Muslich (2011), pendidikan adalah proses pembentukan kecakapan fundamental secara intelektual dan emosional ke arah alam dan sesama manusia. Proses pembentukan juga melibatkan berbagai faktor, seperti lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat (Ridwan, 2014).

Untuk membentuk karakter siswa secara utuh, diperlukan penerapan berbagai nilai karakter seperti religius, kejujuran, toleransi, disiplin, kerja keras, kreativitas, kemandirian, demokratis, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, cinta tanah air, penghargaan terhadap prestasi, komunikatif, cinta damai, gemar membaca, peduli lingkungan, peduli sosial, dan tanggung jawab. Nilai-nilai ini tidak hanya menjadi pedoman perilaku dalam kehidupan sehari-hari, tetapi juga menjadi fondasi penting dalam membangun kepribadian yang kuat, berakhlak mulia, dan bermanfaat bagi masyarakat. Sejalan dengan hal tersebut, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan menegaskan bahwa pendidikan karakter dilaksanakan dengan menerapkan nilai-nilai Pancasila yang kemudian disarikan ke dalam lima nilai utama, yaitu religius, nasionalis, mandiri, integritas, dan gotong royong (Kemendikbud, 2019).

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil tiga nilai utama karakter yang diharapkan dalam program *7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat*, yaitu religius, mandiri, dan gotong royong. Nilai religius dipilih karena menjadi landasan penting dalam membentuk akhlak dan perilaku siswa yang beriman serta berakhlak mulia sesuai ajaran agama. Nilai mandiri dipandang relevan untuk menumbuhkan kemandirian siswa dalam berpikir, bertindak, serta bertanggung jawab atas tugas dan kewajibannya, sehingga mereka tidak selalu bergantung pada orang lain. Sementara itu, nilai gotong royong diambil karena mencerminkan semangat kebersamaan, kepedulian, dan kerja sama yang menjadi ciri khas budaya bangsa Indonesia. Maka dari itu ketiga nilai yang sesuai untuk mengetahui seberapa pengaruhnya karakter anak melakukan kebiasaan di sekolah maupun di rumah di lihat dari sebagai berikut:

1. Religius

Religius merujuk pada dimensi spiritual yang mencakup keyakinan mendalam terhadap kekuatan transenden, praktik ibadah rutin, dan penerapan nilai-nilai suci dalam kehidupan sehari-hari, yang melampaui batas agama tertentu dengan menekankan hubungan

vertikal antara individu dan Tuhan serta hubungan horizontal antarmanusia berbasis moralitas universal. Pendekatan ini penting dalam pendidikan karena berfungsi sebagai benteng moral di tengah disrupsi digital yang rentan menimbulkan degradasi nilai, sebagaimana ditegaskan oleh Nizar et al. (2025) bahwa pendidikan karakter menjadi urgen untuk menanamkan etika dalam penggunaan teknologi. Religiusitas krusial bagi pembentukan karakter siswa karena membangun fondasi spiritual yang mendorong disiplin, tanggung jawab, dan empati, di mana pembiasaan kegiatan seperti pembacaan kitab suci, doa bersama sebelum dan sesudah belajar, serta shalat atau meditasi pagi secara berjamaah terintegrasi dalam rutinitas harian untuk menginternalisasi sikap religius yang tercermin dalam perilaku nyata.

Pembentukan karakter religius melalui pembiasaan tidak hanya menciptakan rutinitas spiritual tetapi juga menghasilkan perubahan perilaku positif, seperti peningkatan kedisiplinan dan kesadaran moral, dengan lebih dari 80% siswa mampu mengaplikasikan nilai-nilai tersebut di luar lingkungan sekolah. Hakim et al. (2020) menegaskan bahwa pembiasaan nilai religius secara rutin memperkuat karakter, meningkatkan harmoni sosial, dan mendukung pembelajaran efektif. Program ini, yang mencakup tausiyah singkat tentang akhlak mulia serta rotasi kepemimpinan dalam ibadah untuk melatih tanggung jawab, terbukti efektif karena melibatkan seluruh elemen pendidikan secara konsisten, sehingga menjadikan religiusitas sebagai strategi utama membentuk generasi berintegritas spiritual dan moral di era modern.

2. Mandiri

Karakter mandiri merupakan nilai fundamental yang diperlukan individu dalam menghadapi dinamika sosial masyarakat modern, di mana seseorang mampu mengelola diri, bertanggung jawab, serta membuat keputusan secara bijak tanpa ketergantungan berlebih pada

orang lain. Penjelasan ini semakin diperkuat karena "pendidikan idealnya menghasilkan generasi yang tidak hanya cerdas, namun juga memiliki keterampilan hidup (lifeskill) serta karakter yang kokoh" (Melati dkk., 2021). Pentingnya mandiri terletak pada perannya sebagai modal utama pembangunan nasional, karena individu mandiri cenderung disiplin dalam belajar, mengatur waktu dengan baik, dan memiliki motivasi intrinsik kuat yang mendukung daya saing serta kemampuan problem solving di berbagai sektor kehidupan.

Mandiri berperan krusial terhadap pembentukan karakter karena menjadi fondasi kepribadian utuh yang adaptif dan tangguh, di mana pembentukannya memerlukan proses panjang melalui pelatihan serta pengalaman hidup berkesinambungan, sehingga anak belajar bertanggung jawab atas tugasnya sendiri. "Pembentukan karakter, termasuk kemandirian, harus melalui proses panjang yang mencakup pelatihan, pengalaman hidup, dan pembelajaran yang berkesinambungan" (Leslie Retno, 2016). Pembiasaan mandiri dilakukan secara bertahap melalui strategi seperti penugasan individu, pengarahan motivasi, pelatihan keterampilan hidup, dan keteladanan guru dalam pembelajaran sehari-hari, yang terintegrasi dari tahap perencanaan hingga penilaian untuk mengatasi ketergantungan dan rendahnya inisiatif siswa.

3. Gotong Royong

Gotong royong merupakan bentuk kerja sama sosial yang lahir dari kesadaran individu untuk saling membantu dalam mencapai tujuan bersama. Nilai ini berkembang sebagai identitas sosial yang mencerminkan solidaritas, kepedulian, dan rasa tanggung jawab antarsesama tanpa memandang perbedaan agama, budaya, maupun latar belakang sosial. Gotong royong memiliki peran penting terhadap kehidupan bermasyarakat karena mampu mempererat hubungan sosial dan menciptakan keharmonisan dalam lingkungan yang majemuk. Suryani (2021) menyatakan bahwa "gotong royong menjadi

kekuatan sosial yang menjaga persatuan dan memperkuat rasa kebersamaan dalam masyarakat plural”. Pentingnya gotong royong juga terlihat dari kemampuannya menumbuhkan sikap saling menghargai, kepedulian, dan kesediaan untuk berkontribusi demi kepentingan bersama, sehingga kehidupan sosial berjalan lebih seimbang dan berkelanjutan.

Gotong royong berperan terhadap pembentukan karakter individu melalui pengalaman langsung bekerja sama dengan orang lain. Keterlibatan dalam kegiatan gotong royong menanamkan nilai empati, disiplin, tanggung jawab, toleransi, serta kemampuan berinteraksi secara positif dalam kelompok. Pembiasaan gotong royong yang dilakukan secara konsisten membantu individu menginternalisasi nilai kebersamaan dalam kehidupan sehari-hari. Pratama dan Lestari (2022) mengungkapkan bahwa “pembiasaan gotong royong mampu membentuk karakter sosial yang peduli, kooperatif, dan berorientasi pada kepentingan bersama”. Proses pembiasaan ini menjadikan gotong royong tidak hanya sebagai konsep sosial, tetapi sebagai sikap hidup yang tercermin dalam perilaku nyata di berbagai lingkungan kehidupan.

Dengan menekankan ketiga nilai ini, program diharapkan mampu membentuk karakter siswa yang seimbang antara dimensi spiritual, kemandirian pribadi, dan kepedulian sosial dalam kehidupan sehari-hari, sejalan dengan pendapat (Pierre Bourdieu, 1977) menjelaskan bahwa pembentukan karakter sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial, budaya, dan kebiasaan yang terus-menerus dilakukan. Habitus menjadi dasar bagaimana individu bertindak, berpikir, dan bersikap dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan karakter perlu diarahkan pada penciptaan lingkungan belajar yang mampu menanamkan kebiasaan positif, sehingga peserta didik secara gradual menginternalisasi nilai-nilai tersebut menjadi pola pikir, sikap, dan perilaku yang konsisten dalam kehidupannya.

Pembentukan karakter erat kaitannya dengan kebiasaan yang dilakukan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. (James Clear, 2018) menyatakan bahwa *“All big things come from small beginnings. The seed of every habit is a single, tiny decision. But as that decision is repeated, a habit sprouts and grows stronger”* (Atomic Habits, 22), yang menegaskan bahwa kebiasaan besar sesungguhnya berawal dari keputusan kecil yang dilakukan berulang kali hingga mengakar kuat dalam diri seseorang. Sejalan dengan itu, (Gardner, 2024) mendefinisikan kebiasaan sebagai *“a cognitive process whereby a contextual cue automatically triggers an impulse to act, based on a cue-behaviour association learnt through consistent repetition in the presence of the cue”*. Kedua pandangan ini menunjukkan bahwa kebiasaan tidak hanya dibentuk melalui pengulangan tindakan kecil, tetapi juga melalui mekanisme kognitif yang membuat respons tersebut menjadi otomatis, sehingga berkontribusi signifikan terhadap pembentukan karakter individu.

Pembentukan karakter pada peserta didik tidak dapat terjadi secara alami, melainkan membutuhkan pendidikan karakter yang terarah dan berkesinambungan. Menurut Saptono (2011: 23) pendidikan karakter adalah upaya yang dilakukan dengan sengaja untuk mengembangkan karakter yang baik (*good character*) berlandaskan kebaikan-kebaikan inti (*core virtues*) yang secara objektif baik bagi individu maupun masyarakat. Hal ini sejalan dengan pendapat (Kemendikbudristek, 2017) yang menegaskan bahwa pendidikan karakter merupakan inti dari proses pendidikan nasional karena bertujuan membentuk manusia Indonesia yang beriman, berakhlak mulia, cerdas, serta bertanggung jawab. Senada dengan itu, menurut Lickona (1991), pendidikan karakter diperlukan untuk membentuk pribadi yang baik melalui penanaman nilai moral, kebiasaan positif, dan teladan dalam kehidupan sehari-hari.

Pendidikan karakter memainkan peranan penting terhadap membentuk kepribadian anak sejak usia dini. Selaras dengan itu pendidikan karakter adalah pendidikan yang menanamkan dan mengembangkan karakter-

karakter luhur kepada peserta didik, sehingga mereka memiliki karakter luhur itu, menerapkan dan mempraktikkan dalam kehidupannya, entah dalam keluarga, sebagai anggota masyarakat, dan warga Negara (Agus Wibowo, 2012: 36). Proses pembelajaran tidak hanya berorientasi pada akademik, tetapi juga harus terintegrasi dengan pembinaan karakter siswa. Peran guru sangat menentukan karena mereka menjadi contoh nyata dalam perilaku dan sikap bagi anak-anak.

Pendidikan pada dasarnya memiliki peran yang lebih luas daripada sekadar mengajarkan pengetahuan, yakni juga mengembangkan potensi anak agar tumbuh menjadi manusia yang berkarakter dan bermanfaat bagi lingkungannya. Selaras dengan Ki Hajar Dewantara yang menegaskan bahwa tujuan pendidikan sejatinya adalah menuntun segala kekuatan kodrat anak agar mereka sebagai manusia dan anggota masyarakat dapat mencapai keselamatan dan kebahagiaan yang setinggi-tingginya. Hal itu diungkapkan oleh Nurhadi (2018), pendidikan karakter harus menjadi inti dalam seluruh proses pembelajaran dan bukan sekadar tambahan.

2.2 Kajian Penelitian Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani Aditia Tri Hadmaza pada tahun 2024 dengan judul “Pengaruh Kegiatan P5 terhadap Peningkatan Perilaku Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 22 Bandar Lampung” menunjukkan bahwa kegiatan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) berpengaruh signifikan terhadap peningkatan perilaku peserta didik. Pengaruh tersebut terlihat melalui penerapan enam dimensi Profil Pelajar Pancasila, yaitu beriman dan bertakwa kepada Tuhan YME, mandiri, gotong royong, bernalar kritis, berkebinekaan global, dan kreatif, yang diimplementasikan dalam kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler. Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan adanya pengaruh kegiatan P5 terhadap perilaku peserta didik. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada variabel X, di mana Ramadhani menitikberatkan pada kegiatan P5, sedangkan penelitian penulis berfokus pada

Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. Kesamaan kedua penelitian terletak pada pendekatan kuantitatif yang digunakan serta pada variabel Y, yaitu perilaku atau karakter peserta didik, yang sama-sama menekankan pentingnya pembentukan karakter melalui program pendidikan di sekolah.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Riana Sagita pada tahun 2025 berjudul “Pengaruh Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) terhadap Civic Disposition Peserta Didik MTs N 2 Pringsewu” menunjukkan bahwa P5 berpengaruh signifikan terhadap civic disposition peserta didik. Pelaksanaan P5, khususnya melalui tema “*Bangunlah Jiwa dan Raganya*”, mampu meningkatkan tanggung jawab, disiplin diri, kerja sama, kesopanan, dan toleransi peserta didik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data angket, wawancara, dan dokumentasi. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada variabel Y, yaitu civic disposition, sedangkan penelitian penulis menitikberatkan pada pembentukan karakter siswa secara umum. Kesamaan penelitian terdapat pada tujuan yang sama, yaitu mengkaji pengaruh program sekolah terhadap pembentukan sikap dan karakter peserta didik melalui pendekatan kuantitatif.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Cantika Ananda pada tahun 2024 dengan judul "Pembentukan Nilai-Nilai Karakter Siswa SMA Melalui Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila Pada Sekolah Penggerak di Kota Makassar" menunjukkan bahwa proyek penguatan profil pelajar Pancasila dapat membentuk karakter siswa berdasarkan enam dimensi profil pelajar Pancasila. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan fokus pada proses pembentukan karakter siswa di sekolah penggerak. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada fokus program, di mana penelitian Cantika menitikberatkan pada proyek penguatan profil pelajar Pancasila, sedangkan penelitian penulis meneliti pengaruh program 7 Kebiasaan

Anak Indonesia Hebat dalam pembentukan karakter siswa. Adapun kesamaan terletak pada variabel Y, yaitu pembentukan karakter siswa. Namun, pendekatan metode yang digunakan berbeda, di mana Cantika menggunakan pendekatan kualitatif sedangkan penelitian penulis menggunakan metode kuantitatif deskriptif.

2.3 Kerangka Berpikir

Setelah dilakukan penguraian terhadap beberapa pengertian dan konsep yang membatasi penelitian ini, maka kerangka pikir merupakan instrumen yang memberikan penjelasan bagaimana upaya penulis memahami pokok masalah. Penulis mengambil beberapa faktor yang menjadi indikator pembentukan karakter yaitu dari nilai karakter religius, mandiri, dan gotong royong sesuai harapan program 7 kebiasaan anak Indonesia hebat. Maka dari itu peneliti ingin mengetahui pengaruh program 7 kebiasaan anak Indonesia hebat terhadap pembentukan karakter siswa di SMA NEGERI 1 Kota Gajah.



Gambar 1.1 Kerangka Berfikir

2.4 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan latar belakang, tinjauan pustaka, dan kerangka pikir dari permasalahan di atas, maka dapat ditentukan hipotesis dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

- a. H_0 = Tidak Pengaruh Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terhadap Pembentukan Karakter Siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah.
- b. H_1 = Ada Pengaruh Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terhadap Pembentukan Karakter Siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah.

III. METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif, karena penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan keadaan yang terjadi pada saat sekarang secara sistematis dan faktual. Penelitian ini berfokus pada bagaimana pengaruh program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terhadap pembentukan karakter siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah.

Menurut Sugiyono (2016:13), yang dimaksud dengan penelitian kuantitatif adalah, Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Sedangkan menurut Whitney (dalam Nazir, 2003:54-55) menyatakan bahwa, Metode deskriptif adalah pencarian fakta dengan interpretasi yang tepat. Penelitian deskriptif mempelajari masalah-masalah dalam masyarakat, serta tata cara yang berlaku dalam masyarakat serta situasi tertentu, termasuk tentang hubungan, kegiatan-kegiatan, sikap-sikap, pandangan-pandangan serta proses-proses yang sedang berlangsung dan pengaruh-pengaruh dari suatu fenomena.

Sejalan dengan definisi di atas, maka penggunaan metode ini sangat sesuai dalam penelitian ini, karena sasaran dalam penelitian deskriptif kuantitatif ini adalah untuk mengungkap dan menggambarkan secara objektif pengaruh program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui sejauh mana program tersebut berdampak pada pembentukan nilai karakter religius, mandiri, dan gotong royong di lingkungan sekolah.

3.2 Populasi Dan Sampel Penelitian

3.2.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2017:215) "Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi bukan hanya manusia tetapi juga objek dan benda-benda alam yang lain."

Menurut Nawawi, (2001:141)"Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang dapat terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai test atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian"

Berdasarkan definisi tersebut yang menjadi populasi penelitian ini adalah peserta didik SMA Negeri 1 Kota Gajah. Namun, dalam hal ini yang menjadi subjek penelitian adalah peserta didik kelas XII dan XI SMA Negeri 1 Kota Gajah.

Tabel 3.1 Populasi Peserta Didik Kelas Xii Dan Xi Sma Negeri 1 Kota Gajah Tahun Ajaran 2025/2026

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik
1.	12.1	26
2.	12.2	37
3.	11.1	35
4.	11.2	35
5.	Total	133

Sumber Data: Analisis oleh peneliti, 2026

3.2.2 Sampel

Sampel penelitian merupakan bagian dari populasi yang dipilih melalui prosedur tertentu untuk mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan. Menurut Sugiyono (2019), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, sehingga sampel harus benar-benar dapat merepresentasikan populasi.

Penggunaan sampel dilakukan agar penelitian lebih efisien dari segi waktu, tenaga, maupun biaya, tanpa mengurangi validitas data yang diperoleh. Dalam penelitian kuantitatif, penentuan ukuran sampel sangat penting untuk memastikan keterwakilan data sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan. Salah satu pendekatan yang banyak digunakan dalam menentukan jumlah sampel adalah rumus Slovin, yang mempertimbangkan besar populasi dan tingkat kesalahan (margin of error) yang ditetapkan peneliti.

Rumus Slovin untuk menentukan ukuran sampel dengan tingkat kesalahan (margin of error) 10% adalah:

$$n = \frac{N}{1 + N \times e^2}$$

Keterangan:

- n = ukuran sampel yang diperlukan
- N = jumlah populasi
- e = margin of error (10%)

$$n = \frac{133}{1 + 133 \cdot (0,10)^2}$$

$$n = \frac{133}{1 + 133 \cdot 0,01}$$

$$n = \frac{133}{1 + 1,33}$$

$$n = \frac{133}{2,33} \approx 57,08$$

Maka dari perhitungan menggunakan rumus Slovin tersebut menunjukkan bahwa dari jumlah populasi 133 orang dengan tingkat kesalahan (margin of error) 10%, maka jumlah sampel di bulatkan yang representatif adalah sekitar 58 responden. Hal ini berarti jumlah tersebut sudah memadai untuk menggambarkan populasi secara keseluruhan sehingga data yang diperoleh dapat diandalkan dan digeneralisasikan. Penentuan jumlah sampel ini sejalan dengan pendapat Arikunto (2010) yang menjelaskan bahwa apabila jumlah subjek kurang dari 100 lebih baik diambil semua, sedangkan jika jumlahnya besar dapat diambil antara 10–25% sebagai sampel, atau disesuaikan dengan perhitungan rumus yang berlaku.

Kemudian ditentukan jumlah masing-masing sampel yang berada di kelas XII dan XI secara random sampling dengan rumus sebagai berikut:

$$n_i = \frac{N_i}{N} \cdot n$$

Keterangan:

n_i = Jumlah sampel menurut jumlah kelas

N = Jumlah sampel seluruhnya

N_i = Jumlah populasi menurut jumlah kelas

N = Jumlah populasi seluruhnya

Berdasarkan rumus di atas, maka diperoleh jumlah sampel menurut jumlah masing-masing kelas sebagai berikut:

Data populasi:

Kelas XII.1 = 26 siswa

Kelas XII.2 = 37 siswa

Kelas XI.1 = 35 siswa

Kelas XI.2 = 35 siswa

Jumlah populasi seluruhnya (N) = 26 + 37 + 35 + 35 = 133 siswa.

Jumlah sampel (n) = 58 responden.

Perhitungan jumlah sampel per kelas

$$\begin{aligned}\text{Kelas XII.1} &: \frac{26}{133} \times 58 = 11,35 \approx 11 \text{ responden} \\ \text{Kelas XII.2} &: \frac{37}{133} \times 58 = 16,14 \approx 16 \text{ responden} \\ \text{Kelas XI.1} &: \frac{35}{133} \times 58 = 15,26 \approx 15 \text{ responden} \\ \text{Kelas XI.2} &: \frac{35}{133} \times 58 = 15,25 \approx 15 \text{ responden}\end{aligned}$$

Tabel 3.2 Jumlah Sampel Penelitian

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik	Sampel
1.	XII.1	26	11
2.	XII.2	37	16
3.	XI.1	35	15
4.	XI.2	35	15
Jumlah		133	58

Sumber Data: Analisis oleh peneliti, 2026

3.3 Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2017:38), "Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya." Dalam penelitian ini terdapat dua jenis variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

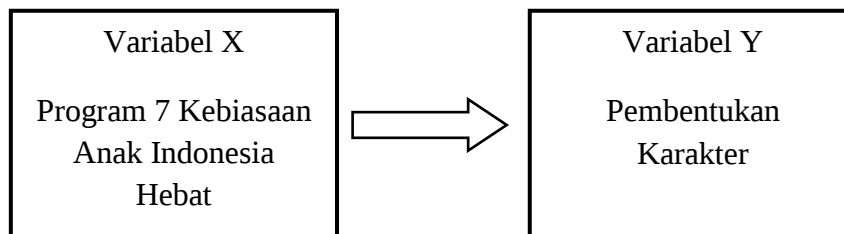
3.3.1 Variabel Bebas

Menurut Kerlinger (2006:50), "Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi penyebab perubahan atau timbulnya variabel terikat." Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah pengaruh program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.

3.3.2 Variabel Terikat

Menurut Uma Sekaran (2011:133), "Variabel terikat adalah variabel yang menjadi perhatian utama peneliti. Variabel ini dipengaruhi atau dijelaskan oleh variabel bebas." Dalam penelitian ini, variabel terikatnya adalah pembentukan karakter siswa.

3.3 Gambar Keterkaitan Antara Variabel X dan Y



3.4 Definisi konseptual dan definisi operasional

3.4.1 Definisi konseptual

Definisi konseptual variabel adalah penjelasan mengenai konsep-konsep utama yang menjadi fokus dalam penelitian, yang bertujuan untuk memberikan pemahaman teoritis terhadap topik yang diteliti, tanpa menguraikan indikator atau teknik pengukurannya. Definisi ini penting untuk memperjelas landasan berpikir serta batasan istilah yang digunakan dalam penelitian. Dalam penelitian ini membahas:

1. Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat

Salah satu inisiatif utama dalam pembentukan karakter siswa adalah penanaman 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat, yakni sebuah gerakan yang dirancang untuk membangun karakter unggul sekaligus membentuk budaya belajar yang berorientasi pada nilai-nilai luhur bangsa (Kemendikbud, 2025). Program ini menekankan pembiasaan sikap dan perilaku positif yang diharapkan dapat menjadi bagian dari habitus siswa dalam kehidupan sehari-hari. Tujuh kebiasaan yang dimaksud meliputi bangun pagi, beribadah, berolahraga, makan sehat dan bergizi, gemar belajar, bermasyarakat, serta tidur cepat. Keseluruhan kebiasaan tersebut bukan hanya ditujukan untuk membentuk kedisiplinan individu, melainkan juga untuk menumbuhkan nilai religiusitas, kesehatan jasmani dan rohani, semangat belajar, kepedulian sosial, serta

keseimbangan hidup yang sejalan dengan visi pendidikan karakter nasional.

2. Pembentukan Karakter Siswa

Pembentukan karakter siswa merupakan proses terarah untuk membangun kepribadian yang kuat, berakhlak mulia, dan bermanfaat bagi masyarakat melalui internalisasi berbagai nilai karakter utama seperti religius, nasionalis, mandiri, integritas, dan gotong royong. Nilai-nilai tersebut menjadi pedoman perilaku yang membentuk fondasi kepribadian siswa. Sejalan dengan itu, Bourdieu (1977) menjelaskan bahwa pembentukan karakter sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial, budaya, dan kebiasaan yang terus-menerus dilakukan, di mana *habitus* berperan sebagai dasar individu dalam bertindak, berpikir, dan bersikap dalam kehidupan sehari-hari. Dari kelima nilai karakter utama maka nilai religius, mandiri dan gotong royong selaras dengan tujuan yang ingin dicapai dalam Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat, yang berfokus pada pembentukan sikap dan perilaku positif anak, sesuai dengan nilai-nilai kehidupan yang diharapkan.

3.4.2 Definisi operasional

Definisi operasional merupakan sebuah bentuk definisi dari variabel-variabel yang akan diteliti secara operasional dalam kaitannya dengan proses pengukuran variabel-variabel tersebut (Sarwono, 2017). Definisi operasional berguna untuk memastikan bahwa variabel dapat diamati dan diukur secara sistematis sesuai dengan tujuan penelitian. Definisi operasional yang dimaksud adalah sebagai berikut:

1. Program 7 kebiasaan anak Indonesia hebat

Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat merupakan sebuah gerakan nasional yang dirancang oleh Kementerian Pendidikan untuk menanamkan nilai-nilai karakter bangsa melalui pembiasaan perilaku positif pada peserta didik. Program ini tidak hanya menjadi

rutinitas, tetapi juga instrumen penguatan pendidikan karakter yang dapat diukur melalui indikator perilaku nyata peserta didik. Definisi operasional dari setiap kebiasaan dijabarkan sebagai berikut:

1. Bangun Pagi → dioperasionalkan melalui indikator peserta didik membiasakan diri bangun sebelum pukul 06.00 pagi, merapikan tempat tidur, serta mempersiapkan diri dengan tertib.
2. Beribadah Tepat Waktu → dioperasionalkan dengan pelaksanaan ibadah sesuai agama dan keyakinan masing-masing secara rutin, tepat waktu, dan tertib (misalnya shalat lima waktu bagi yang beragama Islam).
3. Berolahraga → dioperasionalkan dengan kegiatan fisik minimal 15–30 menit setiap hari, seperti senam, berlari, atau olahraga sederhana yang menyehatkan.
4. Makan Sehat dan Bergizi → dioperasionalkan dengan memilih makanan sehat, membatasi jajanan tidak sehat, dan mengonsumsi buah serta sayur setiap hari.
5. Gemar Belajar → dioperasionalkan melalui kebiasaan membaca, mengerjakan tugas tepat waktu, serta memiliki jadwal belajar yang konsisten di rumah maupun sekolah.
6. Bermasyarakat → dioperasionalkan melalui interaksi positif dengan teman sebaya, guru, keluarga, serta keterlibatan dalam kegiatan kelompok atau organisasi sekolah.
7. Tidur Cepat → dioperasionalkan dengan pembiasaan tidur maksimal pukul 21.00–22.00 malam untuk menjaga kesehatan fisik dan konsentrasi belajar.

2. Pembentukan karakter

Pembentukan karakter adalah suatu proses sistematis, terencana, dan berkesinambungan untuk menanamkan, menginternalisasikan, serta mengaktualisasikan nilai-nilai luhur dalam diri individu sehingga tercermin dalam sikap, perilaku, dan tindakan nyata dalam kehidupan sehari-hari. Lima nilai pendidikan karakter ini yang jadi prioritas

pengembangan gerakan PPK yaitu religius, nasionalisme, integritas, kemandirian dan kegotongroyongan. Indikator dalam pelaksanaan penelitian yaitu dengan nilai karakter yang dikembangkan meliputi:

1. Religius
2. Kemandirian
3. Gotong royong

Tabel 3.3 Definisi operasional

Variabel	Dimensi	Indikator	Skala Pengukuran
Pengaruh Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat	Religius	Melaksanakan ibadah	Likert
		Berdoa sebelum/ sesudah kegiatan	
		Toleransi beragama	
	Mandiri	Mengerjakan tugas sendiri	Likert
		Inisiatif menyelesaikan masalah	
		Mengatur waktu	
	Gotong Royong	Ikut kerja sama	Likert
		Membantu teman	
		Mengutamakan kepentingan bersama	

Sumber Data: Analisis oleh peneliti, 2026

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Salah satu cara untuk memperoleh data yang diperlukan dalam menunjang keberhasilan penelitian ini adalah melalui teknik pengumpulan data.

Teknik ini digunakan untuk mengumpulkan informasi yang relevan dan akurat guna menjawab permasalahan penelitian secara objektif.

3.5.1 Teknik Pokok

A. Angket

Penelitian ini menggunakan angket dimana, teknik angket digunakan sebagai teknik pokok dalam pengumpulan data. Menurut Arikunto (2019:194), “Angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang

digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui.” Teknik ini dipilih karena dianggap paling sesuai untuk mengetahui pengaruh program secara sistematis, objektif, dan dalam jumlah responden yang cukup besar

Sasaran angket adalah siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah, yang menerapkan langsung Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. Responden diminta untuk memilih jawaban dari beberapa alternatif yang telah disediakan, sesuai dengan tingkat kesesuaian terhadap pernyataan-pernyataan yang diajukan. Masing-masing pilihan jawaban diberi skor bobot yang bervariasi sebagai berikut:

Tabel 3.4 Skor skala likert

No	Jawaban	Skor
1.	Sering (S)	3
2.	Kadang-Kadang (KD)	2
3.	Tidak Pernah (TP)	1

Menurut Sugiyono (2019: 135), “*Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok tentang fenomena sosial.*” Dalam penerapannya, variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator-indikator. Indikator tersebut kemudian dijadikan dasar untuk menyusun item instrumen berupa pernyataan atau pertanyaan, yang dijawab responden dengan menggunakan skala Likert.

Berdasarkan hal tersebut, penyusunan instrumen dalam penelitian ini tidak hanya mengikuti indikator teoritis, tetapi juga diuji melalui proses validitas dan reliabilitas. Uji validitas dilakukan dengan korelasi item-total menggunakan rumus Pearson Product Moment, untuk mengetahui apakah setiap item benar-benar mengukur konstruk yang dimaksud. Sementara uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan rumus

Cronbach's Alpha ,untuk mengukur konsistensi internal antar butir pernyataan.

3.5.2 Teknik Penunjang

A. Wawancara

Penelitian ini juga menggunakan teknik penunjang, salah satunya adalah wawancara. Dalam konteks penelitian kuantitatif, wawancara menjadi metode pengumpulan data yang dapat memperkaya dan mendukung data dari angket. Menurut Lexy J. Moleong (2017:186), “Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai (interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan tersebut.”

Dalam hal ini, peneliti melakukan wawancara secara langsung kepada beberapa siswa SMA Negeri 1 Kota Gajah yang terlibat terhadap pelaksanaan Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. Tujuan wawancara ini adalah untuk menggali lebih dalam mengenai kegiatan dan kebiasaan mereka dalam menjalankan program yang dapat merubah sikap mereka atau kebiasaan mereka. Informasi dari wawancara ini melengkapi data kuantitatif dari angket dan memberikan gambaran lebih komprehensif terhadap peserta didik dalam konteks nyata di lapangan.

B. Dokumentasi

Penelitian ini juga menggunakan teknik dokumentasi sebagai bagian dari upaya untuk mendapatkan data yang lebih lengkap dan mendalam. Teknik dokumentasi mendukung dan memperkuat data utama yang diperoleh melalui angket, terutama memberikan gambaran faktual tentang konteks dan prosedur pelaksanaan penelitian di lapangan. Profil sekolah, struktur organisasinya, surat izin penelitian, dan foto kegiatan responden adalah semua contoh dokumentasi yang dikumpulkan.

Sugiyono (2018:240) mengatakan bahwa dokumentasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan melihat benda tertulis seperti buku, arsip, dokumen, gambar, atau karya monumental lainnya yang terkait dengan subjek penelitian. Dokumentasi dalam penelitian ini berfungsi sebagai pelengkap dan memvalidasi data kuantitatif yang dikumpulkan melalui instrumen angket.

Teknik dokumentasi meningkatkan kredibilitas dan keabsahan penelitian karena data tertulis dan visual yang diperoleh dapat menggambarkan keadaan sebenarnya di lapangan. Selain itu, dokumentasi digunakan sebagai lampiran dalam laporan penelitian untuk menunjukkan bahwa penelitian telah dilakukan secara sistematis dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

3.6 Uji Validitas Dan Uji Reliabilitas

3. Uji validitas

Validitas merujuk pada sejauh mana suatu alat ukur dapat mengukur apa yang hendak diukur secara tepat. Menurut Arikunto (2019:110), “validitas adalah ukuran yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur mampu mengukur data sesuai dengan yang dimaksudkan oleh peneliti”. Dengan kata lain, instrumen dinyatakan valid apabila mampu mengungkapkan data dari variabel yang sedang dikaji secara akurat. Dalam penelitian ini, angket yang digunakan dirancang untuk mengukur pengaruh Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat melalui tiga indikator utama, yaitu Religius, Mandiri dan Gotong Royong. Instrumen dikatakan valid apabila butir-butir pertanyaan di dalamnya mampu merepresentasikan secara akurat program tersebut terhadap pembentukan karakter.

Untuk memastikan validitas, setiap item dalam angket diuji menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*, yaitu dengan mengukur hubungan antara skor tiap item dengan skor total. Rumus korelasi *Pearson Product Moment* adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2][n \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

R_{xy} = Koefisien korelasi antara item dan skor total

X = Skor item

Y = Skor total

N = Jumlah responden

Jika nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel pada taraf signifikansi tertentu (misalnya 5%), maka butir pertanyaan tersebut dinyatakan valid. Uji ini penting dilakukan agar setiap item dalam angket benar-benar tepat sasaran dalam mengungkap pengaruh program, sehingga data yang diperoleh dapat dianalisis secara valid dan mendukung kesimpulan penelitian secara ilmiah.

2. Uji reliabilitas

Reliabilitas adalah tingkat konsistensi atau kestabilan suatu instrumen dalam mengukur konsep yang sama pada waktu yang berbeda (Sugiyono, 2018:220). Instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang konsisten jika diujikan kembali dalam kondisi serupa. Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan menggunakan rumus Cronbach's Alpha. Metode ini digunakan untuk mengukur konsistensi internal, yaitu sejauh mana item-item dalam instrumen saling berkorelasi dan mengukur konsep yang sama. Rumus Cronbach's Alpha dinyatakan sebagai berikut:

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum_{i=1}^k \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

α = Koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha

k = Jumlah item (butir pertanyaan) dalam instrumen

σ_i^2 = Varians skor pada item ke-i

σ^2 = Varians total skor dari seluruh item

Rumus tersebut menghitung proporsi varians total (σ^2) yang berasal dari varians item individu ($\Sigma\sigma_i^2$). Jika item-item saling berkorelasi tinggi (homogen), maka varians total akan lebih besar daripada jumlah varians item individu, sehingga nilai α mendekati 1 yang menunjukkan reliabilitas tinggi.

Menurut Sugiyono (2018:220), kriteria interpretasi nilai Cronbach's Alpha adalah:

Nilai α	: Interpretasi
$\alpha \geq 0,80$	: Reliabilitas sangat tinggi
$0,60 \leq \alpha < 0,80$	: Reliabilitas cukup/baik
$\alpha < 0,60$	: Reliabilitas rendah/tidak reliable

Selain itu, Hair et al. (2010:125) menyebutkan bahwa nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,70$ sudah dianggap memadai untuk penelitian eksploratori atau skala yang baru dikembangkan. Namun, untuk penelitian awal atau skala dengan jumlah item sedikit, nilai 0,60–0,70 masih dapat diterima.

Dalam penelitian ini, instrumen berupa angket pengaruh Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat terdiri atas 10 instrumen pertanyaan dengan skala Likert 3 tingkat. Uji reliabilitas dilakukan pada 58 responden.

3.7 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan langkah penting untuk mengolah data yang telah terkumpul agar dapat memberikan makna dan jawaban terhadap rumusan masalah penelitian. Menurut Sugiyono (2017:147), “analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-

unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.” Analisis data tidak hanya berfungsi untuk mengolah angka atau kata, tetapi juga untuk menemukan pola, makna, serta hubungan antar-variabel sehingga menghasilkan kesimpulan yang valid dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Teknik analisis data yang di gunakan dalma penelitian ini adalah:

1. Analisis Statistik Deskriptif

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif, yaitu dengan menggambarkan temuan di lapangan secara objektif melalui tabel distribusi frekuensi yang kemudian diinterpretasikan dalam bentuk kalimat atau pertanyaan yang mudah dipahami. Analisis data pada variabel X dilakukan dengan teknik persentase yang meliputi perhitungan mean, median, modus, standar deviasi, rentang, nilai minimum, dan maksimum. Selanjutnya, hasil analisis dikategorikan ke dalam tiga tingkatan, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Untuk mengetahui persentase digunakan rumus:

$$P \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan:

P = Besarnya persentase

F = Jumlah skor yang diperoleh dari seluruh item

N = Jumlah perkalian seluruh item dengan responden

Pengolahan dan analisis data pada variabel Y menggunakan rumus interval:

$$I = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan:

I = Interval

NT = Nilai Tertinggi

NR - Nilai Terendah

K = Kategori

Penentuan tingkat presentasi digunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan:

P- Besarnya Presentasi

F Jumlah Skor yang diperoleh

N = Jumlah Berkalian Seluruh Item dengan Responden.

Menurut Arikunto (2010:96) mengatakan bahwa "banyaknya presentasi yang diperoleh digunakan kriteria sebagai berikut:

76%-100% Baik

56%-75% Kurang Baik

40%-55% Tidak Baik

2. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data penelitian memiliki distribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS 22 guna memperoleh nilai signifikansi. Teknik yang digunakan adalah uji Kolmogorov-Smirnov dengan rumus sebagai berikut:

$$D = \max |F_s(x) - F_t(x)|$$

Keterangan:

$F_s(x)$ = Distribusi frekuensi kumulatif sampel

$F_t(x)$ = Distribusi frekuensi kumulatif teoritis

Dasar pengambilan keputusan pada uji normalitas adalah:

- Jika nilai signifikansi (Sig.) $> 0,05$ maka data berdistribusi normal.
- Jika nilai signifikansi (Sig.) $< 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal.

Adapun langkah uji normalitas dengan SPSS 22 adalah:

- Klik menu Analyze, pilih Descriptive Statistics, lalu Explore.
- Pada jendela Explore, pindahkan variabel yang diuji ke kolom Dependent List.
- Pilih opsi Both pada Display, kemudian centang Descriptive dan isi Confidence Interval for Mean sesuai kebutuhan.
- Klik Continue.
- Selanjutnya klik Plots, centang Normality plots with tests, lalu klik Continue dan OK.

b. Uji Linearitas

Menurut Sugiyono (2015), uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linear secara signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat. Dalam penelitian ini, uji linearitas bertujuan untuk melihat apakah Efikasi Diri (X) dan Pengembangan Self-reliance (Y) benar-benar memiliki hubungan yang linear. Pengujian dilakukan dengan bantuan SPSS 22 untuk memperoleh nilai signifikansi. Dasar pengambilan keputusan adalah sebagai berikut:

- a) Jika nilai Sig. $> 0,05$ maka variabel X dan Y memiliki hubungan linear yang signifikan.
- b) Jika nilai Sig. $< 0,05$ maka variabel X dan Y tidak memiliki hubungan linear yang signifikan.

Pengujian Linearitas dilakukan dengan bantuan SPSS versi 22 melalui langkah-langkah berikut:

- a. Klik menu Analyze $\rightarrow$ Compare Means $\rightarrow$ pilih One-Way ANOVA.
- b. Masukkan variabel dependen (Y) ke kolom Dependent List, lalu masukkan variabel independen (X) ke kolom Factor.

- c. Klik tombol Options, kemudian centang pilihan Test for Linearity.
- d. Klik Continue, lalu tekan OK.
- e. Hasil uji linearitas akan muncul pada tabel ANOVA, khususnya pada bagian Linearity.

3. Analisis Data

a. Uji Regresi Linier Sederhana

Penelitian ini menggunakan analisis regresi linier sederhana yang berfungsi untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Dalam penelitian ini, analisis regresi digunakan untuk menguji apakah Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat (X) berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap Pembentukan Karakter Siswa (Y) di SMA Negeri 1 Kota Gajah. Taraf signifikansi yang digunakan adalah 5% (0,05). Apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima.

Adapun persamaan regresi linier sederhana dituliskan sebagai berikut:

$$Y=a+bX$$

Keterangan:

Y = Variabel dependen (Pembentukan Karakter Siswa)

X = Variabel independen (Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat)

a = Konstanta (nilai Y ketika X = 0)

b = Koefisien regresi, menunjukkan besarnya perubahan Y akibat perubahan X

(Sugiyono, 2019).

b. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan setelah data penelitian dianalisis dan memenuhi uji prasyarat analisis. Pada penelitian ini, pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan bantuan program SPSS versi 22. Analisis regresi linier sederhana dipakai untuk

memprediksi pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Dalam hal ini, untuk mengetahui apakah Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat (X) berpengaruh terhadap Pembentukan Karakter Siswa (Y) di SMA Negeri 1 Kota Gajah.

Untuk menguji signifikansi pengaruh variabel X terhadap variabel Y, digunakan uji t (uji parsial) dengan rumus sebagai berikut:

$$t = \frac{b}{S_{\beta}}$$

Keterangan:

t = nilai uji t

b = koefisien regresi

S_{β} = standar error dari koefisien regresi

Dasar pengambilan keputusan hasil uji hipotesis adalah sebagai berikut:

- a) Jika nilai signifikansi (Sig.) lebih kecil dari 0,05, maka terdapat pengaruh Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat (X) terhadap Pembentukan Karakter Siswa (Y).
- b) Jika nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05, maka tidak terdapat pengaruh Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat (X) terhadap Pembentukan Karakter Siswa (Y).

Dalam pengujian hipotesis, terdapat beberapa kriteria yang digunakan, yaitu:

- a) Apabila nilai t hitung > t tabel dengan dk = n-2 dan $\alpha = 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima.
- b) Apabila nilai probabilitas (Sig.) < 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan Program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat berpengaruh signifikan terhadap pembentukan karakter siswa di SMA Negeri 1 Kota Gajah. Program ini bekerja melalui mekanisme pembiasaan perilaku positif yang dilakukan secara terstruktur dan berkelanjutan, sehingga mampu menanamkan nilai disiplin, tanggung jawab, kesadaran diri, dan kepedulian sosial. Temuan ini sejalan dengan pandangan Lickona (1991) yang menegaskan bahwa pendidikan karakter efektif apabila nilai-nilai moral diinternalisasikan melalui praktik nyata dalam kehidupan sehari-hari, bukan sekadar pemahaman kognitif.

Hasil analisis statistik menunjukkan hubungan yang kuat antara pelaksanaan program dan pembentukan karakter siswa, dengan koefisien korelasi sebesar 0,670 dan kontribusi pengaruh sebesar 44,9%. Temuan ini menguatkan teori habitus Bourdieu (1977) yang menyatakan bahwa kebiasaan yang dibangun secara konsisten dalam suatu lingkungan sosial akan membentuk pola pikir dan perilaku individu secara berkelanjutan. Dengan demikian, sekolah memiliki peran strategis sebagai ruang sosial yang mampu membentuk karakter peserta didik melalui budaya dan rutinitas yang bernilai edukatif. Secara substantif, program ini berkontribusi pada penguatan karakter religius, mandiri, dan gotong royong siswa melalui pembiasaan ibadah, pengelolaan diri, serta interaksi sosial yang positif. Nilai-nilai tersebut selaras dengan arah kebijakan Penguatan Pendidikan Karakter dan Profil Pelajar Pancasila yang menempatkan religiusitas, kemandirian, dan gotong royong sebagai nilai inti pendidikan nasional (Kemendikdasmen, 2024). Dengan demikian, program

ini relevan sebagai strategi penguatan pendidikan karakter di SMA Negeri 1 Kota Gajah dan perlu didukung melalui konsistensi pelaksanaan serta lingkungan sekolah yang kondusif.

B. Saran

1) Bagi Peserta Didik

Peserta didik diharapkan menerapkan tujuh kebiasaan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari di sekolah, keluarga, dan masyarakat sebagai bagian dari gaya hidup positif. Pembiasaan ini diharapkan dapat menumbuhkan kedisiplinan, kemandirian, dan tanggung jawab, serta memperkuat karakter religius, mandiri, dan gotong royong sebagai bekal menghadapi kehidupan akademik dan sosial.

2) Bagi Guru

Guru diharapkan berperan aktif sebagai teladan dan pembimbing dengan mengintegrasikan nilai-nilai tujuh kebiasaan dalam proses pembelajaran dan interaksi sehari-hari. Guru juga perlu melakukan pemantauan dan penguatan secara berkelanjutan agar nilai-nilai tersebut dapat terinternalisasi secara konsisten pada diri peserta didik.

3) Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan mendukung pelaksanaan tujuh kebiasaan melalui kebijakan yang berkelanjutan dan penciptaan budaya sekolah yang kondusif. Kerja sama antara sekolah, guru, orang tua, dan masyarakat perlu diperkuat agar pembiasaan karakter dapat berjalan secara sinergis dan berkesinambungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adha, M. M., Putri, D. S., & Mentari, A. 2023. Pentingnya pendidikan karakter dalam meningkatkan kedisiplinan dan tanggung jawab siswa. Prosiding Seminar Nasional Ilmu Pendidikan, 2(1).
- Adha, M. M., & Ulpa, E. P. 2022. Peran orang tua dan guru dalam mengembangkan karakter anak/peserta didik di era modern. Jurnal Global Citizen, 10(2), 90–100.
- Arikunto, S. 2019. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi V)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Akidah, S. 2022. Implementasi pendidikan karakter di sekolah. *Al-Riwayah: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 4(1), 1-15.
- Badan Penelitian dan Pengembangan dan Perbukuan, Pusat Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Agama dan Keagamaan (Puslitbang PAK), Kementerian Agama RI. 2023. *Laporan Indeks Karakter Siswa Nasional Tahun 2023*. Jakarta: Kementerian Agama RI.
- Berkowitz, M. W. 2014. *The science of character education. Journal of Character Education*, 10(1), 1-10.
- Balitbangdiklat Kementerian Agama. 2024. Memperkuat karakter siswa madrasah aliyah melalui pemantauan indeks karakter.
- Dewantara, K.H. 1936. *Pendidikan*. Yogyakarta: Taman Siswa.
- Erfani, A. F., & Ulum, M. 2025. Analisis pembentukan karakter religius siswa melalui program pembiasaan sekolah. *J-Simbol: Jurnal Magister Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 13(1), 468-480.
- Fullan, M. 2013. *Stratosphere: Integrating technology, pedagogy, and change knowledge*. Pearson.
- Feranina, T. M. 2022. Sinergitas peran orang tua dan guru dalam pendidikan karakter siswa. Jurnal Perspektif, 163. (Sesuai Ningsih Sari, 2020).
- Gumara, G., Yanzi, H., & Mentari, A. 2024. Peran guru PPKn terhadap

pembentukan kompetensi warga negara. *PKn Progresif: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Kewarganegaraan*, 19(2), 101–118.

- Halim, A., Pitoewas, B., Mentari, A., & Yanzi, H. 2019. Urgensi mata kuliah umum pendidikan Pancasila dalam menanamkan nilai moral budaya bangsa pada mahasiswa memasuki era revolusi industri 4.0. Dalam *Seminar Nasional Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan 2019*.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. 2010. *Multivariate Data Analysis* (7th ed.). Pearson.
- Hidayat, R. 2023. *Penguatan Nilai-Nilai Pancasila pada Siswa SMA di Era Globalisasi*. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 13(2), 145-158.
- Hakim, N., Hidayati, N., & Sulton, M. Z. 2020. Pendidikan karakter melalui pembiasaan rutin untuk menanamkan nilai-nilai pendidikan Islam pada siswa SD/MI. *PREMIERE: Journal of Islamic Elementary Education*, 2(2).
- James Clear. 2018. *Atomic Habits: An Easy & Proven Way to Build Good Habits & Break Bad Ones*. Avery.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI).2016. *Persepsi*. Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa.
- Kemendikbud.2025. *Buku Panduan Penerapan Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Kemendikbudristek.2025. *Panduan penerapan Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat untuk guru dan satuan pendidikan pada jenjang SMA/SMK*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2020. *Penguatan Pendidikan Karakter dalam Kurikulum*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2023. *Laporan Implementasi Pendidikan Karakter di Satuan Pendidikan*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah. 2025. *Panduan Penerapan Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat untuk Guru dan Satuan Pendidikan pada Sekolah Menengah Atas/Kejuruan*. Jakarta: Kemendikbud.

- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. 2024. *Kebijakan Proporsi Pendidikan Karakter dan Pengetahuan Umum di Satuan Pendidikan*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. 2025. *Surat Edaran Bersama Nomor 1 Tahun 2025, Nomor 800.2.1/225/SJ, dan Nomor 1 Tahun 2025 tentang Penguatan Pendidikan Karakter Melalui Pembiasaan di Satuan Pendidikan*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Kerlinger, F. N. 2006. *Foundations of Behavioral Research* (4th ed.). New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Leslie Retno. 2016. *Pembentukan karakter, termasuk kemandirian, harus melalui proses panjang yang mencakup pelatihan, pengalaman hidup, dan pembelajaran yang berkesinambungan*. Dalam SHEs: Conference Series, 8(3).
- Lickona, T., & Davidson, M. 2016. *Smart & good high schools: Integrating excellence and ethics for success in school, work, and beyond*. Character Education Partnership.
- Lupyan, G. 2017. Perception as a multisensory and interpretative process. *Cognitive Science Journal*, 41(3).
- Makarim, N. 2021. *Profil Pelajar Pancasila sebagai Kompas Pendidikan Indonesia*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Makarim, N. 2022. *Prioritas Pendidikan Karakter dalam Merdeka Belajar*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Mandela, N. 2013. *Education is the most powerful weapon which you can use to change the world*.
- Marliani, R. 2010. *Persepsi dan Pemahaman*. Dalam Khairani (2019), *Studi Persepsi*. *Jurnal Psikologi*.
- Melati dkk. 2021. Pendidikan idealnya menghasilkan generasi yang tidak hanya cerdas, namun juga memiliki keterampilan hidup (lifeskill) serta karakter yang kokoh. Dalam SHEs: Conference Series, 8(3), hlm. 3063.
- Moleong, L. J. 2017. *Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Muliyani, D., dkk. 2024. *Implementasi Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) dalam Kurikulum Merdeka di Sekolah Menengah*. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 8(1), 34-49.
- Mary Ibn Zakaria. 2025, 06 10. Badai media sosial dan dampak nyata pada

anak. Kompasiana.

Muslich, M. 2011. *Pendidikan karakter: 18 nilai utama pendidikan karakter*. Bumi Aksara

Nazir, M. 2003. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.

Nurhadi, D. 2017. *Belajar sebagai proses perubahan perilaku*. *Jurnal Pendidikan*.

Nurhadi, D. 2018. *Integrasi Pendidikan Karakter dalam Pembelajaran*. *Jurnal Pendidikan Karakter*.

Perdana, D. R., Adha, M. M., Rapani, & Habibi, R. K. (2021). Pembelajaran pendidikan kewarganegaraan sekolah dasar. *Graha Ilmu*.

Prasetyo, A. 2017. *Pengaruh karakteristik pribadi terhadap persepsi individu*. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.

Prasetyo, A. 2017. *Pengaruh Karakteristik Pribadi terhadap Persepsi*. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.

Rahman, Sari, D., & Putra, M. 2019. *Pengaruh lingkungan kerja terhadap persepsi karyawan*. *Jurnal Manajemen*.

Republik Indonesia. 2005. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen. Pasal 1 ayat (1) dan Pasal 2 ayat (1)*. Jakarta: Lembaran Negara Republik Indonesia.

Sari, D., & Prasetyo, A. 2020. *Pendidikan Inklusif dan Peran Guru*. *Jurnal Pendidikan Inklusif*.

Sugihartono, S. 2020. *Persepsi sebagai proses indera*. *Jurnal Psikologi*, 77-85.

Sugiyono. 2014. *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. 2015. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sugiyono. 2018. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2020. *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2021. *Pembiasaan Disiplin dan Kepedulian pada Siswa Sekolah Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Uma Sekaran. 2011. *Research Methods for Business: A Skill-Building Approach* (5th ed.). Wiley.
- Wahyuni, A. 2021. *Pendidikan karakter*. Repository UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Walgito, Bimo. 1999. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Whitney, D. dalam Nazir, 2003. *Metode Deskriptif: Pencarian Fakta dan Interpretasi*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Khodijah. 2014. Faktor pembentukan karakter anak. Dalam *Pembentukan karakter siswa sekolah dasar*. STITU Wujud Jombang.
- Khodijah. 2014. Faktor pembentukan karakter anak. Dalam *Pembentukan karakter siswa sekolah dasar*. STITU Wujud Jombang.
- Tumangger et al. 2022. Peran keluarga dalam pembentukan nilai karakter anak usia dini. *Inovasi: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 10(2), 1-12.
- Tumangger et al. 2022. Peran keluarga dalam pembentukan nilai karakter anak usia dini. *Inovasi: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 10(2), 1-12.