

**PENGARUH PENERAPAN 7 KEBIASAAN ANAK INDONESIA HEBAT
TERHADAP PEMBENTUKAN KARAKTER DISIPLIN SISWA SEKOLAH DASAR
DI ERA DIGITAL**

Riswan¹, Nur Aisyah Zulkifli²

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 98,
kp. Melayu, kec. Sukajadi, Kota Pekanbaru, Riau 28122, Indonesia

e-mail : (¹22590112930@students.uin-suska.ac.id),

e-mail: ²nur'aisyah.zulkifli@uin-suska.ac.id

ABSTRACT

The objective of this study is to analyze the implementation of the 7 Habits of Great Indonesian Children in shaping the discipline character of elementary school students in the digital era. These seven habits encompass a range of practices, including early bedtime, early wake-up times, religious observances, physical exercise, consumption of nutritious foods, engagement in educational pursuits, and participation in social activities. This research employs a qualitative case study method conducted in two elementary schools with urban and suburban backgrounds. The data collection techniques employed in this study encompass in-depth interviews, participatory observations, and document analysis. These techniques entail the involvement of informants such as fourth- to sixth-grade students, teachers, and parents.

The findings indicate that the implementation of these seven habits contributes positively to fostering student discipline, particularly in aspects of time management, personal responsibility, and academic as well as social discipline. However, significant challenges emerge from the influence of the digital era, including excessive gadget use and distractions from social media, which may impede the efficacy of character-building efforts. The provision of teacher support and the active involvement of parents are identified as crucial factors in addressing these obstacles.

This study posits that the 7 Habits of Great Indonesian Children constitutes a pertinent and strategic character development framework to address character education challenges in the digital age, particularly in cultivating student discipline from an early age.

This text serves as a significant point of reference for other educational institutions that are endeavoring to establish comprehensive, effective, and sustainable character education systems.

Keywords: Discipline Character, Elementary Students, Positive Habits, Digital Era, Character Education

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini ialah untuk menganalisis penerapan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dalam membentuk karakter disiplin siswa sekolah dasar (SD) di era digital. Kebiasaan-kebiasaan tersebut berjumlah tujuh, meliputi: tidur cepat, bangun pagi, beribadah, berolahraga, makan sehat dan bergizi, gemar belajar, dan bermasyarakat. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan kualitatif, yang dilaksanakan di dua sekolah dasar berlatar urban dan suburban. Teknik pengumpulan data adalah wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan studi dokumentasi, dengan informan yang terdiri dari siswa kelas IV–VI, guru, dan orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontribusi penerapan ketujuh kebiasaan tersebut adalah positif dalam menumbuhkan kedisiplinan siswa, baik dalam aspek pengelolaan waktu, tanggung jawab personal, maupun kedisiplinan akademik dan sosial. Meski demikian, tantangan signifikan ditemukan dari pengaruh era digital, misalnya penggunaan *gadget* berlebihan dan gangguan dari media sosial, yang berpotensi melemahkan efektivitas pembentukan karakter disiplin. Dukungan guru dan keterlibatan aktif orang tua merupakan faktor penting dalam mengatasi hambatan tersebut. Penelitian ini menyimpulkan bahwa 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat merupakan instrumen pembinaan karakter yang relevan dan strategis untuk menjawab tantangan pendidikan karakter di era digital, terutama dalam membangun kedisiplinan siswa sejak dini.

Kata Kunci: Karakter Disiplin, Siswa SD, Kebiasaan Positif, Era Digital, Pendidikan Karakter

A. Pendahuluan

Era digital saat ini telah membawa perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk di dunia pendidikan. Transformasi teknologi yang pesat telah menciptakan tantangan baru dalam mendidik generasi muda, terutama dalam pembentukan karakter dan sikap disiplin. Pembentukan karakter peserta didik adalah salah satu elemen kunci dalam

sistem pendidikan. Kedisiplinan, sebagai bagian dari karakter, berperan sebagai dasar fundamental dalam membangun sikap dan tindakan siswa, yang nantinya dapat berdampak signifikan terhadap pencapaian mereka, baik dalam bidang akademik maupun kehidupan sosial. (Shelvia Amanda, Syahira Nabila Zulkim, Adrias Adrias, and Nur Azmi Alwi, Jul. 2024)

Pembentukan karakter pada anak menjadi salah satu tujuan utama dalam pendidikan dasar. Pembinaan kedisiplinan pada siswa SD merupakan hal yang krusial, mengingat masa ini adalah periode kritis dalam pembentukan kebiasaan dan cara berpikir. Dasar yang dibangun di tahap ini akan sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan mereka di kemudian hari. (H. Eka Putri, W. Defriwanti, A. Adrias, N. Azmi Alwi, F Jurnal Inovasi Global, vol. 2, no. 7, 2024). Dalam hal ini, kolaborasi antara tenaga pendidik dan keluarga diperlukan untuk memberikan bimbingan yang efektif guna menumbuhkan sikap disiplin pada anak.

Untuk memperkuat pengembangan sikap disiplin, berbagai inisiatif pendidikan telah diimplementasikan guna menciptakan generasi yang unggul tidak hanya dalam kemampuan kognitif tetapi juga memiliki ketahanan dalam menyikapi persoalan nilai dan norma. Salah satu metode yang efektif adalah mengintegrasikan prinsip-prinsip dari "7 Kebiasaan Unggul Anak Indonesia", sebuah kerangka kerja yang dikembangkan khusus untuk

menumbuhkan sifat-sifat konstruktif pada generasi muda. Serangkaian kebiasaan ini, termasuk sikap inisiatif, optimisme, manajemen waktu, dan kolaborasi, dirancang sebagai landasan fundamental dalam membangun kedisiplinan peserta didik di tingkat sekolah dasar. (A. Adrias, I. A. Sayfullooh, R. Arfiyanti, and N. Latifah : 2024), 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat merupakan konsep yang dikembangkan untuk membimbing anak-anak agar memiliki kebiasaan baik yang akan mendukung perkembangan mereka dalam kehidupan sehari-hari. Kebiasaan ini diharapkan dapat menciptakan perilaku yang positif, khususnya dalam hal kedisiplinan, yang merupakan elemen penting dalam keberhasilan pendidikan di era digital. Dengan adanya akses informasi yang sangat luas melalui internet dan media sosial, siswa SD seringkali menghadapi distraksi yang dapat mengganggu proses belajar dan pembentukan karakter mereka. Oleh karena itu, penting untuk menanamkan kebiasaan yang dapat membantu mereka tetap fokus dan disiplin dalam menjalani kehidupan digital mereka.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat pada siswa SD dalam pembentukan karakter disiplin di era digital. Penelitian ini akan menggali bagaimana penerapan kebiasaan-kebiasaan tersebut dapat mempengaruhi kedisiplinan siswa dalam berbagai aspek kehidupan mereka, baik di sekolah maupun di rumah. Penelitian ini juga mengkaji problematika aktual dalam menerapkan kebiasaan-kebiasaan tersebut, terutama terkait dengan pesatnya kemajuan teknologi digital dan pengaruh dominan media sosial terhadap pola perilaku siswa. Dengan adanya pemahaman yang mendalam mengenai penerapan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat, diharapkan dapat ditemukan solusi yang efektif untuk mendukung pembentukan karakter disiplin pada siswa SD. Pengembangan kedisiplinan yang kokoh akan memberikan kontribusi signifikan terhadap pertumbuhan kepribadian peserta didik sekaligus mempersiapkan mereka secara lebih optimal dalam menyikapi kompleksitas era digital (O. Adeoye-Olatunde and N. Olenik).

B. Metode Penelitian

Penelitian ini dirancang sebagai studi kualitatif berbasis studi kasus, dengan pertimbangan utama pendekatan ini memiliki kemampuan dalam mengungkap kompleksitas fenomena pendidikan di era digital. Fokus penelitian terletak pada analisis implementasi 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat sebagai strategi pembentukan karakter disiplin siswa SD, dimana aspek-aspek kualitatif seperti proses adaptasi, interpretasi nilai, dan interaksi sehari-hari dengan teknologi memerlukan pendekatan interpretatif yang holistik. (S. Mahmudah and M. B. E. Siswanto :2024).

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus untuk mengkaji secara mendalam penerapan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dalam rangka memperkuat karakter disiplin pada peserta didik sekolah dasar di berbagai konteks geografis (perkotaan–pinggiran kota). Pemilihan metode ini didasari oleh kemampuannya memberikan gambaran kontekstual yang komprehensif melalui data kualitatif yang mendalam terkait permasalahan yang muncul di lapangan, proses penanaman nilai, serta hasil yang

tampak dalam pembentukan perilaku disiplin siswa.

Subjek dalam penelitian ini terdiri atas peserta didik kelas VI sekolah dasar. Teknik purposive sampling digunakan dengan mempertimbangkan keterlibatan aktif siswa dalam pelaksanaan program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat sebagai syarat utama. Untuk memperkuat keabsahan data melalui triangulasi, guru serta orang tua/wali peserta didik turut dijadikan sumber informasi guna mengidentifikasi dampak program, baik dalam ranah akademik maupun dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan keluarga.

Penelitian ini dilaksanakan pada dua sekolah dasar yang berada di lingkungan berbeda, yakni Sekolah Islam Terpadu Kota Pekanbaru. Pemilihan kedua lokasi tersebut dimaksudkan untuk memperoleh gambaran yang lebih representatif mengenai penerapan kebiasaan pada peserta didik dengan latar belakang serta kondisi lingkungan yang bervariasi.

Data pada penelitian ini dihimpun melalui beberapa prosedur berikut:

a. Wawancara mendalam diterapkan sebagai instrumen utama untuk menelusuri secara menyeluruh pemahaman para pemangku kepentingan (triangulasi sumber) mengenai efektivitas program 7 Kebiasaan dalam membentuk karakter disiplin, dengan menitikberatkan pada sudut pandang beragam pihak yang terlibat langsung dalam proses Pendidikan, Model wawancara semi-terstruktur digunakan untuk memberikan keleluasaan dalam menggali pandangan tiap informan secara lebih mendalam.

b. Observasi langsung dengan keterlibatan aktif peneliti dilaksanakan dalam kegiatan pembelajaran yang menerapkan program 7 Kebiasaan. Pendekatan ini bertujuan mencatat secara sistematis praktik nyata proses internalisasi nilai serta hubungannya dengan perubahan perilaku disiplin peserta didik.

Instrumen yang dimanfaatkan dalam penelitian ini meliputi:

a. *Instrumen wawancara semi-terstruktur* yang dirancang khusus bagi tiga kelompok informan peserta didik, guru, dan orang tua

dengan tujuan menggali pemahaman mereka mengenai pelaksanaan program serta tingkat efektivitasnya dalam membentuk karakter disiplin pada siswa.

- b. Lembar Observasi, yaitu perangkat pencatatan yang digunakan untuk memonitor perilaku disiplin peserta didik selama kegiatan pembelajaran yang mengintegrasikan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.

Data dianalisis menggunakan pendekatan tematik untuk membangun pemaknaan dari berbagai sumber informasi. Pola-pola tema yang muncul dari kesesuaian antar data kemudian ditafsirkan melalui pendekatan abduktif guna memperoleh pemahaman komprehensif mengenai bagaimana nilai-nilai kebiasaan tersebut bertransformasi menjadi karakter disiplin yang tertanam pada diri peserta didik.

Untuk menjamin kredibilitas hasil penelitian, digunakan strategi *triangulasi sumber* dengan membandingkan keselarasan informasi dari beragam pihak yang terlibat (peserta didik, guru, orang

tua, serta dokumen pendukung).

Selain itu, prosedur *member check* dilakukan dengan meminta konfirmasi kembali kepada informan utama agar interpretasi peneliti benar-benar sesuai dengan perspektif dan pengalaman partisipan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa penerapan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat memberikan kontribusi positif yang signifikan dalam menumbuhkan karakter disiplin pada peserta didik sekolah dasar. Temuan tersebut, yang diperkuat oleh data empiris dari berbagai sumber, juga menekankan perlunya strategi penyesuaian khusus untuk menghadapi tantangan yang muncul di era digital.

Wawancara dilakukan dengan siswa, guru, dan orang tua untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai proses implementasi kebiasaan-kebiasaan tersebut serta pengaruhnya terhadap pembentukan disiplin. Temuan menunjukkan bahwa program telah diterapkan secara konsisten, meskipun terdapat beberapa kendala yang terutama

berkaitan dengan eksposur teknologi serta media sosial.

a. Bangun Pagi

Para siswa mengemukakan bahwa rutinitas bangun pagi membantu mereka menjadi lebih teratur dan siap menjalani aktivitas sekolah. Mayoritas siswa yang konsisten menjalankan kebiasaan ini merasa lebih mampu mengatur waktu dan memiliki kesiapan yang lebih baik dalam pembelajaran. Kendati demikian, beberapa siswa mengalami hambatan, khususnya ketika kurang tidur akibat penggunaan gawai atau beban tugas yang menumpuk pada malam sebelumnya.

b. Beribadah

Dari wawancara dengan orang tua, diketahui bahwa kebiasaan beribadah di rumah memperoleh dukungan penuh. Anak-anak merasakan ketenangan serta peningkatan fokus setelah beribadah. Namun demikian, sebagian siswa masih sering terdistraksi oleh aktivitas media sosial sehingga menyebabkan keterlambatan dalam pelaksanaan ibadah.

c. Berolahraga

Guru mengamati bahwa rutinitas olahraga berperan dalam membentuk

kedisiplinan fisik dan mental. Siswa yang aktif berolahraga cenderung memiliki energi lebih stabil dan kemampuan konsentrasi lebih baik. Walaupun demikian, tidak semua siswa menunjukkan minat yang sama, yang diduga terkait dengan preferensi pribadi atau kurangnya motivasi eksternal dari sekolah.

HASIL OBSERVASI PARTISIPATIF

Observasi selama kegiatan

pembelajaran yang

mengintegrasikan 7 Kebiasaan

menunjukkan bahwa praktik

implementasi berjalan dengan baik

dan berdampak signifikan pada

perkembangan disiplin siswa.

Adapun temuan spesifiknya sebagai berikut:

a. Makan Sehat dan Bergizi

Siswa yang menjalankan kebiasaan makan sehat lebih cenderung memilih makanan bernutrisi sehingga membantu mempertahankan fokus selama proses belajar. Sebaliknya, siswa yang kurang mengontrol asupan makan mengalami fluktuasi energi, yang kemudian berpengaruh pada konsentrasi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun edukasi nutrisi telah diberikan, promosi makanan cepat saji di media sosial tetap menjadi hambatan.

b. Gemar Belajar

Siswa yang memiliki minat baca dan belajar tinggi menunjukkan kedisiplinan lebih stabil dalam menyelesaikan tugas maupun mengikuti proses pembelajaran. Mereka juga terlihat aktif dalam diskusi kelas. Meski demikian, beberapa siswa terdistraksi oleh penggunaan gadget yang berdampak pada penurunan fokus belajar.

c. Bermasyarakat

Kebiasaan ini tercermin dalam kegiatan seperti gotong royong serta kerja kelompok. Siswa yang aktif dalam aktivitas sosial menunjukkan kedisiplinan tinggi dalam bekerja sama dan menyelesaikan tugas secara kolektif. Akan tetapi, minimnya dukungan orang tua terhadap aktivitas sosial di rumah masih tampil sebagai kendala.

d. Tidur Cepat

Siswa yang memiliki waktu tidur cukup cenderung lebih berenergi dan siap berpartisipasi dalam pembelajaran pagi hari. Namun, penggunaan gadget pada malam hari—baik untuk media sosial maupun permainan daring—sering kali mengganggu pola tidur sehingga berdampak pada kesulitan bangun pagi.

HASIL STUDI DOKUMENTASI

Dokumen sekolah menunjukkan bahwa kebiasaan-kebiasaan tersebut telah dilebur ke dalam kurikulum dan aktivitas ekstra-kurikuler. Sekolah menyediakan modul yang mengarahkan siswa untuk menyusun jadwal harian yang mencakup seluruh kebiasaan positif tersebut. Meski demikian, dokumentasi juga mengungkap bahwa pengaruh teknologi, khususnya terhadap pola tidur dan konsentrasi, tetap menjadi tantangan dominan.

Tantangan dalam Penerapan Kebiasaan

Analisis data dari wawancara, observasi, dan dokumentasi menunjukkan bahwa hambatan terbesar dalam pelaksanaan 7 Kebiasaan adalah tingginya paparan media sosial dan penggunaan gadget secara berlebihan. Siswa sering kehilangan waktu tidur dan mengalami penurunan perhatian akibat gawai. Kondisi ini mengindikasikan bahwa walaupun kebiasaan-kebiasaan tersebut efektif dalam membangun disiplin, faktor eksternal seperti teknologi harus dikelola dengan lebih bijak untuk menjaga keberlanjutan perilaku disiplin.

Hasil Analisis Tematik

Analisis tematik terhadap keseluruhan data menghasilkan beberapa tema pokok sebagai berikut:

a) Kedisiplinan Waktu

Siswa yang menjalankan kebiasaan bangun pagi, tidur cukup, serta pola makan sehat menunjukkan kontrol waktu yang lebih baik dan mampu mengatur jadwal belajar maupun istirahat secara lebih terstruktur.

b) Kedisiplinan Sosial

Kebiasaan seperti beribadah dan berpartisipasi dalam kegiatan sosial membentuk perilaku disiplin dalam berinteraksi dan bekerja sama dengan teman sebaya.

c) Kedisiplinan Akademik

Kebiasaan gemar belajar berdampak langsung pada peningkatan disiplin akademik, tercermin dari partisipasi aktif dalam pembelajaran serta penyelesaian tugas secara tepat waktu.

KESIMPULAN

Penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus komparatif pada dua konteks geografis (wilayah kota dan kawasan pinggiran) menunjukkan bahwa penerapan program 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat secara nyata berkontribusi terhadap pembentukan karakter disiplin peserta didik sekolah dasar di era digital. Hasil analisis tematik terhadap data dari triangulasi sumber (wawancara, observasi, serta dokumen) menegaskan

bahwa rutinitas seperti pengelolaan waktu bangun, praktik keagamaan, aktivitas fisik teratur, kebiasaan makan bergizi, minat belajar, keterlibatan sosial, serta pengaturan waktu istirahat mampu membentuk pola perilaku yang lebih terstruktur. Hal ini tercermin dalam:

1. Meningkatnya kemampuan manajemen waktu siswa,
2. Bertambahnya tanggung jawab personal,
3. Optimalnya interaksi sosial-emosional, dan
4. Meningkatnya motivasi intrinsik dalam kegiatan akademik.

Temuan tersebut didukung oleh keterlibatan aktif guru dan orang tua dalam memberikan arahan serta contoh konkret kepada siswa. Meskipun demikian, penelitian ini juga mengidentifikasi hambatan cukup berarti, terutama terkait tingginya paparan teknologi digital dan media sosial. Gangguan dari perangkat digital berdampak pada kualitas tidur,

ketepatan waktu dalam beribadah, serta konsentrasi belajar. Dengan demikian, diperlukan strategi kolaboratif antara sekolah dan keluarga untuk mengendalikan penggunaan teknologi serta memperkuat internalisasi kebiasaan positif secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Shelvia Amanda, Syahira Nabila Zulkim, Adrias Adrias, and Nur Azmi Alwi, "Pengembangan Media Pembelajaran IPAS Berbasis Wordwall untuk Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik," *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra dan Budaya*, vol. 2, no. 4, pp. 304–313, Jul. 2024, doi: 10.61132/morfologi.v2i4.842.
- H. Eka Putri, W. Defriwanti, A. Adrias, N. Azmi Alwi, F. Ilmu Pendidikan, and U. Negeri Padang, "PENERAPAN MODEL PROBLEM BASED LEARNING DALAM PEMBELAJARAN IPS UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK DI SD," *Jurnal Inovasi Global*, vol. 2, no. 7, 2024, doi: 10.58344/jig.v2i6.
- A. Adrias, I. A. Sayfullooh, R. Arfiyanti, and N. Latifah, "RESEARCH URGENCY: BASED ON LITERATURE REVIEW OF BASIC CONCEPTS OF SCIENCE AND SOURCES OF KNOWLEDGE," 2024.
- O. Adeoye-Olatunde and N. Olenik, "Research and scholarly methods: Semi-structured interviews," *Journal of the American College of Clinical Pharmacy*, vol. 4, pp. 1358–1367, 2021, doi: 10.1002/jac5.1441.
- S. Mahmudah and M. B. E. Siswanto, "Analysis of The TPDS in Improving Student's Discipline at SDIT Ar-Ruhul Jadid Jombang," *Indonesian Journal of Primary Science Education*, 2024, doi: 10.33752/ijpse.v4i2.4202.
- E. Maubila, "Peranan Orang Tua dan Guru Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di SMA Negeri Silaipui," 2024, doi: 10.59098/pensos.v2i2.1797.
- M. Becheva, A. Kirkova-Bogdanova, K. M. Kazakova, and S. A. Ivanova, "The benefits of sports for the physical and mental health of adolescents," *Pharmacia*, 2023, doi: 10.3897/pharmacia.70.e111888.
- D. Bonner and S. N. Davis, "Nourishing Educational Success: Evaluating the Relationship Between Healthy Eating Habits and Educational Outcome," *Sociol Inq*, 2024, doi: 10.1111/soin.12631.

- A. A. PUTRI and M. Arham, "The Influence of Gadgets on EFL Student's Desire to Learn: Transcending the Digital Realm," *Research and Innovation in Applied Linguistics*, vol. 2, no. 2, p. 124, 2024, doi: 10.31963/rial.v2i2.4655.
- W. Manik, M. Y. S. Sagala, D. A. Tampubolon, and D. Nababan, "Peran Penting Sikap Disiplin Pada Anak," *Deleted Journal*, vol. 2, no. 2, pp. 157–166, 2024, doi: 10.62383/wissen.v2i2.107.
- M. Diaz *et al.*, "Integrating habit science and learning theory to promote maintenance of behavior change: does adding text messages to a habit-based sleep health intervention (HABITs) improve outcomes for eveningness chronotype young adults? Study protocol for a randomized controlled trial," *Trials*, vol. 25, no. 1, 2024, doi: 10.1186/s13063-024-08599-4.
- K. Muller, A. G. Dionisio, S. Park, Nahar, and C. Purwianti, "Glance Into the Online World of Children: A study to Examine the Online Activities of Children in Indonesia," *Asean Social Work Journal/ASEAN Social Work Journal*, vol. 12, no. 1, 2024, doi: 10.58671/aswj.v12i1.77.
- K. Khudriyah and A. Najahah, "The behavior of ma miftahul ulum cermenan ngoro jombang correlation," vol. 9, no. 1, pp. 24–47, 2020, doi: 10.54437/URWATULWUTSQO.V9I1.182.
- S. De, "Study habit and academic achievement of students: a systematic review," 2024, pp. 109–124. doi: 10.58532/v3bbso3p2ch4.
-