

Mengeksplor 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat Untuk Mendukung Indonesia Emas 2045

Fitri Rohmah*, Fathiyah Rahmah, Jessika Nacha Sari, Alia Amalia, Shahibah Yuliani

Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum,

Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

*Corresponding Author: fitrirohmah26@gmail.com

Article History

Received : June 17th, 2026

Revised : July 20th, 2026

Accepted : August 21th, 2026

Abstract: Generasi muda Indonesia saat ini menghadapi berbagai tantangan akibat arus globalisasi dan pesatnya perkembangan teknologi digital, seperti kemerosotan moral, hoaks, ketergantungan media sosial, gaya hidup konsumtif, hingga ancaman privasi. Menyikapi hal ini, Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah meluncurkan Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat untuk menanamkan tujuh kebiasaan positif sejak dini. Artikel ini bertujuan mengkaji kontribusi gerakan tersebut dalam membangun karakter anak menggunakan pendekatan kajian literatur. Hasil kajian menunjukkan bahwa tujuh kebiasaan anak Indonesia hebat, secara signifikan membentuk karakter anak yang sehat, disiplin, spiritual, dan tangguh. Namun, implementasi menghadapi kendala seperti minimnya peran orang tua, pengaruh digitalisasi, dan ketimpangan fasilitas. Meski begitu, kebiasaan ini tetap berkontribusi terhadap pencapaian SDG 2, 3, 4, 16, dan 17. Temuan juga menegaskan bahwa sinergi antar stakeholder, termasuk keluarga, sekolah, pemerintah, masyarakat, dan media menjadi kunci keberhasilan program ini.

Keywords: Pendidikan Karakter, 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat, Generasi Emas 2045

PENDAHULUAN

Tahun 2045 akan menjadi tonggak sejarah penting bagi bangsa Indonesia. Pada tahun tersebut, Indonesia genap berusia satu abad sejak merdeka. Momen ini bukan sekadar peringatan simbolik, melainkan visi besar yang tertuang dalam gagasan Indonesia Emas 2045, sebuah cita-cita menjadikan Indonesia sebagai negara maju, berdaulat, adil, makmur, serta termasuk dalam lima besar kekuatan ekonomi dunia (CNN, 2024). Untuk mewujudkan visi tersebut, Indonesia membutuhkan sumber daya manusia yang unggul, produktif, serta berkarakter kuat.

Bonus demografi yang diperkirakan berlangsung pada rentang tahun 2020 hingga 2040, di mana sekitar 70% penduduk Indonesia berada dalam usia produktif (15–64 tahun), menjadi momentum penting dalam mempercepat laju pembangunan di tingkat nasional (Kompas, 2024). Namun, potensi ini tidak akan optimal tanpa investasi besar dalam pembangunan manusia, khususnya pada generasi muda. Di tengah arus globalisasi dan pesatnya perkembangan teknologi digital, muncul berbagai dampak yang mengkhawatirkan, seperti kemerosotan moral, maraknya hoaks,

ketergantungan berlebihan pada media sosial, pergeseran gaya hidup konsumtif, hingga ancaman terhadap privasi yang berpotensi merusak integritas bangsa (Ulfah, 2020).

Pendidikan memegang peran krusial sebagai jalan utama membentuk generasi berdaya saing sekaligus bermartabat. Pendidikan karakter menjadi fondasi utama untuk membangun generasi yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga memiliki spiritualitas, kepedulian sosial, tanggung jawab lingkungan, dan semangat kebangsaan. Hal ini sejalan dengan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menekankan pentingnya pengembangan potensi peserta didik secara holistik baik aspek spiritual, moral, intelektual, maupun sosial (Yulianti, 2021).

Menjawab tantangan tersebut, Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah meluncurkan Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat, sebuah inisiatif strategis yang menanamkan tujuh kebiasaan positif sejak usia dini: bangun pagi, beribadah, berolahraga, makan sehat dan bergizi, gemar belajar, bermasyarakat, serta tidur tepat waktu. Gerakan ini bertujuan untuk membentuk fondasi karakter anak Indonesia secara konsisten dan aplikatif melalui pendekatan pembiasaan

yang berkesinambungan (Kemendikdasmen, 2024).

Untuk mencapai keberhasilan program, tentu perlu dukungan aktif seluruh pemangku kepentingan seperti keluarga, sekolah, pemerintah daerah, serta komunitas. Masih banyak tantangan yang harus dihadapi, mulai dari kesenjangan sosial-ekonomi, kurangnya pelatihan karakter bagi pendidik, hingga lemahnya sistem monitoring dan evaluasi program.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis 7 kebiasaan anak Indonesia hebat untuk mendukung indonesia emas 2045. Kajian ini juga akan menelaah kontribusi gerakan tersebut dalam membentuk karakter anak, keterkaitan gerakan tersebut dengan pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (*Sustainable Development Goals*), serta peran *stakeholder* dalam mendukung pelaksanaan program ini.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kajian literatur (*library research*) sebagai metode utama untuk mengumpulkan dan menganalisis data guna mengeksplorasi Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dalam mendukung visi Indonesia Emas 2045. Pendekatan ini dipilih untuk mengkaji secara mendalam kontribusi gerakan dalam pembentukan karakter anak, implementasinya terhadap Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs), dan dukungan *stakeholder* dalam mewujudkan program tersebut. Sumber data yang digunakan adalah sumber sekunder, mencakup jurnal ilmiah, buku, laporan resmi dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek), artikel berita dari media terpercaya, serta dokumen lain yang relevan dengan topik penelitian. Untuk memastikan aktualitas dan relevansi, prioritas diberikan pada sumber-sumber yang diterbitkan dalam lima tahun terakhir (2020–2025).

Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran sistematis pada basis data akademik seperti *Google Scholar* dan situs resmi pemerintah, menggunakan kata kunci seperti “pendidikan karakter,” “Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat,” “Indonesia Emas 2045,” dan “SDGs.” Teknik pengumpulan data melibatkan identifikasi literatur yang sesuai, seleksi berdasarkan relevansi dan kredibilitas, serta sintesis untuk mengelompokkan informasi sesuai dengan tiga subtema pembahasan, yaitu kontribusi gerakan, implementasi SDGs, dan

dukungan *stakeholder*. Analisis data dilakukan dengan metode analisis isi (*content analysis*) untuk mengidentifikasi tema-tema utama, menginterpretasikan hubungan antara gerakan ini dengan pembentukan karakter anak, serta menyusun temuan untuk menggambarkan bagaimana gerakan ini menjadi fondasi bagi generasi berkarakter yang mendukung pencapaian SDGs dan visi Indonesia Emas 2045.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Kontribusi Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dalam Membentuk Karakter Anak

Karakter seseorang dibentuk dari kebiasaan sejak usia dini di mana kebiasaan baik maupun buruk yang ditanamkan pada masa anak-anak cenderung bertahan hingga remaja hingga dewasa nanti. Peran orang tua menjadi sangat signifikan dalam membentuk kebiasaan ini. Menurut (Lickona, 2018) pikiran manusia menjadi pusat kendali, Perilaku terbentuk melalui pengalaman hidup yang menciptakan program dalam sistem kepercayaan seseorang. Ketika program tersebut selaras dengan prinsip seperti kebenaran dan keadilan. Perilaku yang dihasilkan akan membawa suatu ketenangan dan kebahagiaan dalam hidup, sebaliknya program yang bertentangan nilai kebenaran dapat mengarah pada perilaku destruktif yang memicu penderitaan bagi seseorang.

Dalam upaya membangun karakter sehat pemerintah Indonesia melalui kementerian pendidikan dasar dan menengah (KEMENDIKDASMEN) meluncurkan pada 27 Desember 2024 sebuah langkah strategis yang mengintegrasikan pola hidup sehat ke dalam kehidupan yaitu Gerakan Tujuh kebiasaan untuk anak di Indonesia Hebat. Menerapkan gaya hidup sehat seperti itu adalah kelebihan tidak hanya untuk kesehatan fisik, tetapi juga untuk metode mental dan sosial. Menurut (Hendrisab, 2023) kebiasaan adalah rutinitas yang dilakukan secara berulang sehingga menjadi bagian dari identitas seseorang. Peran tujuh kebiasaan anak indonesia hebat dalam membentuk karakter anak, antara lain.

1. Bangun Pagi

Bangun pagi merupakan suatu kebiasaan yang ideal dilakukan antara pukul 05.00 hingga 07.00 pagi, Waktu ini disesuaikan dengan kebutuhan tidur dan kondisi individu (Damanik &

Ediyono, 2024). Kebiasaan bangun pagi yang teratur dan berkualitas tidak hanya membentuk konsistensi dan persiapan diri, Namun juga menjadi pondasi bagi mendukung pola hidup sehat. Dengan bangun pagi anak-anak Indonesia menjadi generasi yang produktif dalam beraktivitas. Olahraga pagi juga menjadi bagian dari gerakan ini mendukung perkembangan fisik dan mental anak-anak yang menjadikan mereka lebih fokus bugar dan siap menghadapi tantangan pembelajaran serta aktivitas sehari-hari. Dalam peran pembangunan karakter anak Indonesia kebiasaan bangun pagi sejalan dengan semangat bangun pagi untuk membentuk pribadi yang sehat disiplin dan berakhlak mulia.

Namun demikian, salah satu tantangan terbesar dalam membangun kebiasaan bangun pagi adalah menjaga pola tidur yang sehat, yaitu tidur lebih awal agar bisa bangun lebih awal. Anak-anak saat ini banyak terpapar perangkat digital seperti ponsel dan televisi, yang menyebabkan keterlambatan waktu tidur sehingga mereka sulit bangun pagi dan menjalani hari dengan segar (Suara Muhammadiyah, 2025). Selain itu, kurangnya peran aktif orang tua dalam menciptakan rutinitas tidur yang sehat di rumah juga turut memengaruhi keberhasilan membangun kebiasaan ini (Kaprawiro, 2025).

2. Beribadah

Dalam upaya membentuk karakter sehat pada anak-anak Indonesia kementerian pendidikan dasar dan menengah meluncurkan program kebiasaan anak Indonesia hebat. Program ini bertujuan untuk membiasakan positif yang dapat membentuk karakter anak-anak Indonesia demi menjaga Generasi yang memiliki kesehatan baik, kecerdasan tinggi, dan karakter unggul. Salah satu kebiasaan yang ditekankan adalah beribadah. Dengan kebiasaan ibadah sejak dini diharapkan anak-anak dapat menginternalisasi nilai-nilai spiritual yang membentuk karakter mereka menjadi lebih baik.

Penerapan kebiasaan beribadah dalam kehidupan sehari-hari anak menjadi lebih banyak manfaat. Pertama, ibadah mendekatkan anak kepada sang pencipta sehingga menumbuhkan rasa cinta dan takut kepada Tuhan. Kedua, ibadah mengajarkan disiplin waktu seperti dalam agama Islam dengan shalat lima waktu memiliki jadwal tertentu. Ketiga, membentuk akhlak mulia karena dalam ibadah terkandung nilai-nilai kesabaran keikhlasan dan ketaqwaan. Keempat, ibadah dapat menjadi sarana intropeksi diri sehingga

anak memperbaiki kesalahan dan meningkatkan kualitas dirinya menjadi lebih baik. Dengan demikian 7 kebiasaan anak Indonesia yang salah satu perannya adalah beribadah sangat penting menjadi fondasi dan membentuk karakter anak hebat sehingga mencetak generasi unggul.

Namun demikian, meskipun mayoritas anak-anak memiliki latar belakang keagamaan yang kuat, masih ditemukan kesulitan dalam membentuk rutinitas ibadah yang konsisten. Hal ini terjadi karena kurangnya pemahaman anak terhadap makna ibadah dan minimnya keteladanan yang ditunjukkan oleh orang dewasa di sekitar mereka. Kaprawiro (2025) menegaskan bahwa idealisme pendidikan karakter melalui ibadah belum sejalan dengan realitas kehidupan keluarga modern, yang kerap kali disibukkan oleh pekerjaan dan aktivitas lain sehingga abai terhadap pendidikan spiritual anak.

3. Berolahraga

Olahraga dapat diartikan sebagai serangkaian aktivitas fisik yang melibatkan gerakan tubuh secara teratur, terencana, dan terkendali (Safitri et.al., 2024). Aktivitas ini bertujuan untuk mendorong, mengembangkan, serta membina potensi jasmani maupun rohani seseorang, baik sebagai individu maupun sebagai bagian dari masyarakat. Dengan olahraga memegang peran penting dalam meningkatkan kebugaran jasmani anak, meliputi kekuatan otot, fleksibilitas, serta daya tahan kardiovaskular. Selain itu, olahraga juga mendukung perkembangan motorik, koordinasi, dan keseimbangan tubuh anak. Secara mental, latihan fisik yang teratur dapat meningkatkan fungsi kognitif, termasuk pembelajaran dan memori, dengan merangsang produksi neurotransmitter seperti endorfin yang membantu meningkatkan mood dan mengurangi stres. Hal ini menjadikan anak lebih siap menghadapi tantangan belajar dan kehidupan sehari-hari.

Namun, tantangan dalam membiasakan anak untuk berolahraga juga cukup signifikan. Banyak anak-anak yang lebih memilih bermain *game* atau menonton *YouTube* daripada melakukan aktivitas fisik (Damayanti, 2022). Penelitian Herlina dan Palutturi (2023) menunjukkan bahwa rendahnya tingkat aktivitas fisik anak di Indonesia disebabkan oleh kurangnya ruang terbuka yang aman, minimnya sarana olahraga, serta kurangnya budaya aktif dalam keluarga. Hal ini berdampak pada

meningkatnya risiko obesitas dan penurunan kebugaran jasmani pada anak usia sekolah.

4. Makan Sehat dan Bergizi

Penerapan kebiasaan makan sehat dan bergizi merupakan salah satu aspek penting dalam program "Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat". Program ini bertujuan untuk menanamkan kebiasaan positif pada anak-anak Indonesia agar mereka dapat tumbuh menjadi generasi yang sehat, cerdas, dan berkarakter unggul. Konsumsi makanan yang halal dan baik (*thayyib*) sangat berperan dalam mendukung pertumbuhan serta perkembangan fisik dan psikologis anak. Pola makan yang sesuai akan membantu anak-anak mencapai potensi terbaik dalam berbagai aspek kehidupan.

Penerapan kebiasaan makan sehat dan bergizi dalam kehidupan sehari-hari anak memberikan banyak manfaat. Asupan nutrisi yang seimbang mendukung pertumbuhan fisik yang optimal, termasuk perkembangan otot dan tulang yang kuat. Selain itu, pola makan yang tepat berperan penting dalam perkembangan otak, yang mempengaruhi kemampuan belajar dan konsentrasi anak. Pola makan sehat juga memperkuat sistem kekebalan tubuh, membantu anak lebih tahan terhadap penyakit, serta membentuk dasar perilaku makan yang baik hingga dewasa untuk mencegah masalah kesehatan seperti obesitas dan penyakit kronis.

Dalam upaya menerapkan kebiasaan makan sehat ini, orang tua, pendidik, pemerintah memiliki peran yang sangat krusial. Mereka dapat menyediakan beragam jenis makanan bergizi, seperti sayuran, buah-buahan, biji-bijian, dan protein sehat, sehingga mendukung kesehatan fisik, mental, dan emosional anak secara menyeluruh. Membiasakan pola makan yang teratur dan seimbang membantu anak-anak memahami pentingnya membuat pilihan yang baik untuk kesehatan mereka sebagai bagian dari tanggung jawab pribadi. Kebiasaan ini juga melatih disiplin terkait waktu makan serta porsi yang tepat. Dengan menanamkan kebiasaan ini sejak dini, diharapkan anak-anak Indonesia tumbuh menjadi generasi yang tidak hanya unggul secara intelektual, tetapi juga memiliki kesehatan fisik yang optimal dan karakter yang tangguh.

Dalam implementasinya, meski kampanye gizi sudah gencar dilakukan, anak-anak Indonesia masih rentan terhadap pola makan tidak sehat, seperti konsumsi makanan cepat saji, minuman

manis, dan camilan tinggi kalori. Menurut Mahmudiono et al. (2022), salah satu kendala utama dalam menciptakan lingkungan makanan sehat di sekolah adalah keterbatasan anggaran, kurangnya komitmen dari pengelola sekolah, serta pengaruh iklan makanan yang masif di media sosial. UNICEF (2021) juga mencatat bahwa strategi perubahan perilaku makan anak membutuhkan pendekatan terpadu antara sekolah, orang tua, dan pemerintah agar edukasi gizi dapat dijalankan secara konsisten.

Kenyataannya tidak semua anak Indonesia memiliki akses terhadap asupan gizi yang layak. Menurut Afriansyah (2025), di wilayah Papua Barat dan Papua, ditemukan bahwa sebagian besar anak tidak sarapan sebelum berangkat ke sekolah. Fenomena ini disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah keterbatasan ekonomi keluarga. Situasi serupa juga sering dijumpai pada anak-anak dari kelompok marjinal di wilayah perkotaan. Bahkan, terdapat guru yang mengaku sesekali memberikan uang saku kepada peserta didik agar mereka dapat membeli makanan bergizi sebelum mengikuti pembelajaran.

5. Gemar Belajar

Gemar belajar mencerminkan kecintaan terhadap pembelajaran yang tumbuh berkat lingkungan mendukung, motivasi intrinsik, dan apresiasi terhadap usaha anak. Dalam program "7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat," kebiasaan ini bertujuan membentuk generasi muda berkarakter unggul, berprestasi, dan berdaya saing global. Membiasakan anak gemar belajar memberikan manfaat besar untuk karakter dan kesehatan mental mereka. Proses belajar yang aktif meningkatkan efisiensi kerja otak, kemampuan berpikir kritis dan kreatif, serta membentuk disiplin dan tanggung jawab. Belajar tidak hanya di lingkungan sekolah, tetapi juga di lingkungan keluarga dan masyarakat bahkan negara, dengan orang tua dan pendidik sebagai fasilitator. Kebiasaan ini mendorong pola pikir terbuka dan adaptif, membentuk anak menjadi karakter yang cerdas secara intelektual, emosional, dan spiritual.

Namun demikian, kebiasaan gemar belajar juga dihadapkan pada tantangan metode pembelajaran yang kurang menarik dan terlalu fokus pada hasil akademik semata. Anak-anak menjadi kurang antusias karena pembelajaran bersifat satu arah dan minim interaksi aktif. Adam (2025) menyebutkan bahwa minat baca anak di Indonesia tergolong rendah, salah satunya karena kurangnya akses terhadap bahan bacaan yang

variatif dan lingkungan belajar yang kurang mendukung. Selain itu, tekanan akademik yang tinggi sering kali membuat anak merasa jenuh dan stres, yang justru menurunkan minat belajar mereka.

6. Bermasyarakat

Bermasyarakat merupakan sikap pembiasaan dengan kemampuan manusia untuk hidup berdampingan dan bekerja sama dengan sesama. Dalam pembentukan karakter sehat, program "7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat" berperan penting dalam menanamkan nilai-nilai positif, seperti saling menghormati dan menghargai, yang mendorong penghormatan terhadap keberagaman serta kepedulian terhadap sesama.

Peran orang tua dan pendidik sangat penting dalam membentuk karakter anak sejak dini dengan menanamkan nilai-nilai positif melalui teladan dan pembiasaan. Keterlibatan anak dalam komunitas atau organisasi sosial dapat melatih empati, tanggung jawab, dan kepemimpinan. Di era digital, kemampuan bersosialisasi yang baik juga perlu diterapkan di dunia maya, dengan nilai saling menghormati sebagai panduan utama. Program "7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat" berperan strategis dalam membangun generasi tangguh, berkarakter kuat, serta memiliki semangat kebangsaan yang tinggi untuk menciptakan lingkungan yang lebih harmonis dan toleran.

Namun, kebiasaan bermasyarakat atau berinteraksi sosial juga mengalami kemunduran akibat dominasi dunia digital. Anak-anak cenderung lebih nyaman berkomunikasi melalui media sosial atau permainan daring daripada melakukan interaksi langsung. Menurut Herlina dan Palutturi (2023), kebiasaan ini mengakibatkan lemahnya kemampuan komunikasi, rendahnya empati, dan menurunnya kesadaran kolektif dalam kehidupan sosial anak-anak. Lingkungan yang individualistik dan minimnya aktivitas sosial berbasis komunitas juga memperparah hal ini.

7. Tidur Cepat

Tidur cepat adalah kebiasaan penting yang mendukung kesehatan fisik, mental, dan emosional. Tidur berkualitas berperan sebagai proses biologis esensial yang membantu tubuh mengatur fungsi vital, memperkuat ingatan, serta memulihkan energi. Dengan tidur yang cukup, otak dan tubuh memiliki kesempatan untuk

memperbaiki diri setelah seharian beraktivitas. Tidur yang cukup dan tepat waktu membantu anak memaksimalkan potensi belajar, memperbaiki hubungan sosial, serta mendukung kesehatan mental dan fisik. Orang tua dapat membiasakan tidur cepat dengan rutinitas seperti membaca buku, mengurangi paparan layar, dan menciptakan lingkungan tidur nyaman. Kebiasaan ini juga mengajarkan disiplin, tanggung jawab, serta kemampuan mengelola waktu. Dalam program "7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat," tidur cepat menjadi dasar pembentukan karakter anak yang produktif dan sehat, baik secara fisik maupun mental.

B. Implementasi Gerakan 7 Kebiasaan anak Indonesia Hebat dalam Mendukung SDGs

Pembangunan sumber daya manusia adalah elemen penting dalam meraih visi Indonesia Emas 2045. Salah satu langkah strategis yang dicetuskan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia yaitu program "Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat". Program ini fokus pada pembentukan karakter dan pola hidup sehat yang selaras dengan tujuan Pembangunan Berkelanjutan atau *Sustainable Development Goals* (SDGs). Kebiasaan yang dimaksud mencakup bangun pagi, berdoa, berolahraga, makan sehat dan bergizi, gemar belajar, bermasyarakat, serta istirahat cepat. Ketujuh kebiasaan ini tidak hanya penting untuk pengembangan individu, tetapi juga memberikan kontribusi langsung terhadap pencapaian beberapa target SDGs.

Pertama kebiasaan untuk bangun pagi hari dan yang ketujuh adalah tidur yang cukup dalam Gerakan 7 kebiasaan anak Indonesia hebat menjadi dasar untuk menciptakan gaya hidup yang sehat. Kualitas tidur yang baik memiliki kaitan erat dengan fungsi kognitif dan kesehatan mental anak. Menurut penelitian oleh Becker et al. (2018), menunjukkan hubungan signifikan antara kualitas dan konsistensi tidur dengan pencapaian akademik, anak dan remaja yang memiliki waktu tidur teratur menunjukkan hasil yang lebih baik dalam matematika, membaca, dan tes standar lainnya. Kebiasaan ini mendukung pencapaian SDGs 3, yaitu "Kehidupan Sehat dan Sejahtera", menekankan betapa pentingnya kesehatan mental dan fisik mulai dari usia muda.

Aktivitas fisik melalui kebiasaan berolahraga dalam Gerakan 7 kebiasaan anak Indonesia hebat berada pada urutan ketiga

menjadi strategi esensial dalam menurunkan risiko penyakit tidak menular. Penelitian yang dilakukan oleh Janssen & LeBlanc (2010) menunjukkan bahwa Aktivitas fisik secara konsisten berhubungan dengan pengurangan risiko obesitas, peningkatan kekuatan otot, dan perbaikan kesehatan jantung. Aktivitas fisik juga mendukung perkembangan fungsi kognitif, terutama fungsi eksekutif seperti memori kerja dan kontrol atensi. Selain itu, ditemukan hubungan antara aktivitas fisik dengan pengurangan gejala depresi dan kecemasan pada anak dan remaja. Hal ini mendukung SDGs 3, serta berkontribusi terhadap SDGs 17, khususnya dalam aspek kolaborasi multisektor untuk promosi kesehatan masyarakat. Gemar belajar urutan ke lima dalam Gerakan 7 kebiasaan anak Indonesia hebat adalah pilar utama dalam mendukung SDGs 4 tentang “Pendidikan Berkualitas”. Anak yang memiliki motivasi intrinsik untuk belajar akan lebih mudah menyerap ilmu dan menunjukkan daya juang tinggi dalam menyelesaikan tantangan akademik. Ryan & Deci (2000). Menyebutkan bahwa penguatan motivasi belajar sejak dini mampu meningkatkan capaian akademik dan kompetensi sosial emosional anak. Strategi yang bisa diterapkan termasuk menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dan memberikan penghargaan pada proses belajar, bukan hanya pada hasil akhirnya.

Kebiasaan makan sehat dan bergizi dalam Gerakan 7 kebiasaan anak Indonesia hebat urutan keempat mendukung pencapaian SDGs 2 yaitu “Tanpa Kelaparan”. Anak-anak perlu dikenalkan pada pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang sejak dini. Sebuah studi oleh Birch et al. (2009) menyoroti bahwa anak-anak perlu diperkenalkan pada makanan sehat sejak usia dini karena preferensi makanan terbentuk pada masa kanak-kanak. Edukasi makanan dari orangtua dan sekolah membantu mencegah obesitas dan kekurangan gizi, serta memperkuat kebiasaan makan sehat di masa depan. Oleh karena itu, strategi pendidikan gizi perlu diintegrasikan dalam pembelajaran sekolah maupun di lingkungan rumah. Kebiasaan berdoa yang ke dua dan bermasyarakat ke enam dalam Gerakan 7 kebiasaan anak Indonesia Hebat relevan dengan SDGs 16 tentang “Perdamaian, Keadilan dan Institusi yang Kuat”. Berdoa dapat menanamkan nilai spiritualitas dan tanggung jawab moral. Sedangkan kebiasaan bermasyarakat mengajarkan nilai sosial seperti gotong royong,

empati, dan toleransi. Penelitian oleh Arthur, J et al. (2017) menekankan pentingnya pendidikan karakter di sekolah harus diarahkan pada pembentukan keutamaan moral dan sipil yang menjadikan. Peserta didik tidak hanya cerdas dalam hal akademis, tetapi juga memiliki komitmen terhadap prinsip-prinsip kebaikan dan keadilan sosial.

Integrasi dari ketujuh kebiasaan ini memberikan sinergi yang kuat dalam menciptakan generasi emas yang sehat jasmani, kuat spiritual, cerdas intelektual, dan tangguh secara sosial. Dalam konteks nasional, program ini juga memperkuat pilar-pilar pembangunan manusia dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020–2024. “Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” bukan hanya sebuah program pengembangan karakter, tetapi juga merupakan strategi komprehensif yang secara nyata mendukung implementasi SDGs di Indonesia. Dengan kebiasaan ini, anak-anak di Indonesia dibentuk menjadi pribadi yang sehat, berbudi pekerti, dan memiliki gairah belajar yang kuat, sehingga mereka siap untuk berperan dalam pembangunan yang berkelanjutan.

C. Dukungan *Stakeholder* dalam Mewujudkan Program Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat Generasi Emas

Program “Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” yang diperkenalkan oleh Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah (Kemendikdasmen) pada tanggal 27 Desember 2024 merupakan upaya penting dalam membentuk generasi masa depan yang sehat secara fisik, cerdas secara intelektual, serta kuat secara karakter, sebagai bagian dari visi Indonesia Emas 2045. Inisiatif ini dirancang untuk menciptakan generasi yang bukan sekadar unggul dalam aspek akademik, namun juga mempunyai nilai-nilai kepribadian yang kuat sebagai fondasi utama kemajuan bangsa di masa depan (Agustina et al., 2025). Program ini mengedepankan pembiasaan tujuh perilaku positif. Keberhasilan implementasi program ini bergantung pada dukungan dan kolaborasi dari berbagai pihak atau *stakeholder*, yaitu keluarga, sekolah, masyarakat, pemerintah, dan media. Setiap *stakeholder* memiliki peran yang saling melengkapi untuk memastikan internalisasi kebiasaan ini pada anak-anak Indonesia, sekaligus mendukung pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs). Dukungan tersebut diantaranya;

1. Keluarga (Orang Tua)

Keluarga merupakan pusat pendidikan pertama dan awal dalam membentuk kebiasaan anak. Menurut (Abdullah, 2003), pendidikan keluarga adalah proses pembiasaan dan pengembangan yang dilakukan oleh orang tua guna membantu anak tumbuh secara pribadi. Dalam hal ini, orang tua memiliki peran penting, yaitu sebagai teladan, pembimbing, dan motivator dalam menanamkan tujuh kebiasaan positif di lingkungan rumah. Misalnya, orang tua dapat menetapkan rutinitas tidur yang konsisten untuk mendukung kebiasaan bangun pagi dan tidur lebih awal, memberikan contoh pola makan sehat dengan mengonsumsi buah dan sayuran, serta menciptakan suasana ibadah yang menyenangkan di rumah. Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah (Kemendikdasmen) juga telah menyediakan Buku Panduan Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat sebagai panduan bagi orang tua dalam mengintegrasikan kebiasaan positif tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Melalui keteladanan, orang tua membantu anak menginternalisasi nilai-nilai kedisiplinan, kesehatan, dan spiritualitas yang menjadi inti dari program tersebut. Peran keluarga ini juga selaras dengan pendekatan Catur Pusat Pendidikan menurut K. H. Ahmad Dahlan, yang menempatkan keluarga sebagai pilar utama dalam pembentukan karakter (Akhmad, 2020).

2. Sekolah (Guru dan Tenaga Kependidikan)

Sekolah, sebagai pusat pendidikan formal, memainkan peran penting dalam memperkuat karakter anak melalui pembelajaran dan pembiasaan harian, sekaligus mempersiapkan mereka sebagai generasi emas yang kompeten dan berakhlak mulia. Program ini mulai diterapkan pada awal tahun 2025 di seluruh jenjang pendidikan, dari PAUD hingga SMA/SMK, yang didukung oleh guru dan tenaga kependidikan melalui berbagai pendekatan. Pertama, mengintegrasikan tujuh kebiasaan ke dalam kurikulum, misalnya dengan mewujudkan kebiasaan gemar belajar melalui proyek kolaboratif yang merangsang kreativitas dan inovasi, serta mengembangkan pojok literasi (*reading corner*) untuk menumbuhkan minat baca dan semangat belajar. Kebiasaan bermasyarakat diperkuat melalui kegiatan kelompok yang mendorong kerja sama, empati, dan tanggung jawab sosial, sementara pelajaran olahraga digunakan untuk mempromosikan kebiasaan berolahraga (Kemendikdasmen, 2024).

Kedua, sekolah menerapkan kegiatan pembiasaan harian, seperti yang dilakukan di SMP PGII 1 Bandung, yang menyelenggarakan ibadah pagi atau tadarus serta sesi refleksi kebiasaan di kelas (SMP PGII 1, 2024). Ketiga, sekolah memanfaatkan inisiatif kreatif seperti “Senam Anak Indonesia Hebat” yang dirancang oleh Kemendikdasmen untuk memperkuat kebiasaan berolahraga, serta menerapkan budaya 5S (Senyum, Salam, Sapa, Sopan, Santun) untuk membentuk sikap positif. Tujuh kebiasaan tersebut sudah diterapkan rutin di SMP Negeri 41 Jakarta meliputi pembiasaan budaya 5S di sekolah, upacara setiap hari Senin, ibadah pagi pada hari Selasa dan Kamis, dan kegiatan Pagi Ceria pada hari Rabu. Melalui pendekatan ini, sekolah tidak hanya mendukung internalisasi tujuh kebiasaan, tetapi juga berkontribusi dalam mewujudkan generasi emas 2045.

3. Pemerintah

Pemerintah, melalui Kemendikdasmen, memainkan peran sentral sebagai penggagas, koordinator, dan fasilitator utama program Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. Berikut adalah dukungan utama pemerintah:

a. Peluncuran Program

Pemerintah meluncurkan program “Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” pada 27 Desember 2024. Kemendikdasmen juga menetapkan kerangka kebijakan untuk mengintegrasikan tujuh kebiasaan ke dalam sistem pendidikan nasional, yang mulai diterapkan pada awal tahun 2025 di seluruh jenjang pendidikan, dari PAUD hingga SMA/SMK. Kebijakan ini memastikan bahwa satuan pendidikan di seluruh Indonesia memiliki pedoman yang jelas untuk menerapkan kebiasaan-kebiasaan tersebut.

b. Penyediaan Sumber Daya

Pemerintah menyediakan berbagai sumber daya untuk mendukung implementasi, termasuk panduan penerapan untuk semua jenjang pendidikan, yang tersedia di laman cerdasberkarakter.kemendikdasmen.go.id/gerakan7kebiasaan. Panduan juga tersedia untuk orang tua, memungkinkan mereka untuk mendukung pembiasaan di lingkungan rumah. Selain itu, pemerintah melalui kementerian Indonesia mengembangkan inisiatif kreatif seperti “Gerakan Senam Indonesia Hebat,” sebuah kegiatan pra-pembelajaran berdurasi 10 menit yang mencakup kegiatan senam di pagi hari, menyanyikan lagu nasional Indonesia Raya, dan berdoa bersama.

Pemerintah juga merilis album lagu bertema tujuh kebiasaan, seperti lagu Bangun Pagi dan Ayo Olahraga!, yang diunggah di kanal *YouTube* resmi Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah (Kemendikdasmen). Sumber daya ini dirancang untuk memastikan konsistensi dan daya tarik dalam implementasi program.

c. Kolaborasi Antar Instansi

Pemerintah memfasilitasi kolaborasi antar kementerian untuk memperluas dampak program, contohnya pemerintah mengintegrasikan program makan bergizi gratis, untuk mendukung kebiasaan makan sehat dan bergizi. Program ini dilaksanakan melalui kolaborasi lintas sektor khususnya kerja sama Kementerian Kesehatan dan pemerintah daerah, memastikan anak-anak menerima asupan gizi yang memadai, sehingga memperkuat fondasi kesehatan fisik dan mental yang diperlukan untuk internalisasi kebiasaan lainnya. Kolaborasi ini tidak hanya memperluas jangkauan program, tetapi juga mendukung pencapaian SDGs.

Selain itu, Kemendikdasmen bekerja sama dengan SERUNI (Serikat Pendidikan Nasional Indonesia) untuk mensosialisasikan Gerakan tersebut dalam mewujudkan visi generasi emas 2045. Di tingkat daerah, Pemerintah Kota Pekalongan melalui Dinas Pendidikan setempat menggelar sosialisasi Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat yang digabungkan dengan senam massal. Acara ini melibatkan partisipasi ribuan guru PAUD yang berasal dari seluruh wilayah Kota Pekalongan, sebuah upaya peningkatan kualitas PAUD melalui kebiasaan positif yang dapat membentuk karakter anak sejak dini (Siaran Pers Kemendikdasmen, 2025).

4. Media

Media memainkan peran penting dalam mensukseskan "Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat" dengan memperluas jangkauan informasi kepada masyarakat. Melalui berbagai platform seperti televisi, media cetak, dan digital, media menyebarkan pesan-pesan positif mengenai tujuh kebiasaan tersebut. Media juga berperan dalam mempromosikan inisiatif kreatif, seperti lagu-lagu yang ditujukan untuk mendidik dan memberi inspirasi kepada generasi muda dengan cara yang seru dan menyenangkan. Konten edukatif yang disajikan secara menarik memudahkan anak-anak dan orang tua dalam menginternalisasi kebiasaan positif. Selain itu, program "Kreasi Cipta Lagu Anak Nusantara (KELANA)" yang melibatkan 1.936 peserta

menunjukkan bagaimana media dapat digunakan untuk mempromosikan nilai-nilai nasional melalui konten kreatif (Kemendikdasmen, 2024). Penghargaan yang diberikan selama peluncuran program ini semakin memperkuat peran media dalam mendukung kreativitas anak-anak Indonesia. Dengan demikian, media tidak hanya menyebarkan pesan, tetapi juga memperkuat internalisasi kebiasaan baik, menjadikannya alat penting dalam mewujudkan generasi emas Indonesia 2045.

KESIMPULAN

Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat merupakan strategi pembentukan karakter yang relevan dan menyeluruh dalam mempersiapkan generasi muda menuju Indonesia Emas 2045. Ketujuh kebiasaan positif yaitu bangun pagi, beribadah, berolahraga, makan sehat dan bergizi, gemar belajar, bermasyarakat, dan tidur tepat waktu terbukti memberikan dampak positif dalam membentuk karakter anak yang sehat secara jasmani, kuat secara spiritual, tangguh secara sosial, dan cerdas secara intelektual. Meskipun demikian, implementasi program ini masih menghadapi berbagai tantangan seperti kesenjangan sosial ekonomi, pengaruh negatif dari perkembangan teknologi digital, dan keterbatasan sarana serta prasarana pendukung. Meski begitu, gerakan ini memiliki keterkaitan erat dengan pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan, terutama terutama SDG 2 tentang tanpa kelaparan, SDG 3 tentang kehidupan sehat dan sejahtera, SDG 4 tentang pendidikan berkualitas, SDG 16 tentang perdamaian, keadilan, dan institusi yang tangguh, dan SDG 17 tentang kemitraan untuk mencapai tujuan. Temuan juga menegaskan bahwa, diperlukan kerja sama yang kuat antara keluarga, sekolah, pemerintah, masyarakat, dan media untuk memastikan gerakan ini dapat dijalankan secara efektif dan berkelanjutan. Dengan kolaborasi yang optimal, diharapkan lahir generasi yang berkarakter unggul dan siap menghadapi tantangan masa depan dalam kerangka pembangunan nasional yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusunan artikel ini tentunya tidak terlepas dari dukungan, arahan, dan bimbingan dari berbagai pihak, baik dalam bentuk moril

maupun materiil. Oleh karena itu, kami selaku tim penulis menyampaikan apresiasi dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada dosen pengampu mata kuliah Kajian Pembangunan Berkelanjutan, serta semua pihak lain yang telah memberikan kontribusi, dukungan, dan motivasi selama proses penulisan artikel ini.

REFERENSI

- Adam. (2025). Sosialisasi 7 kebiasaan anak Indonesia hebat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 130–135. <https://jurnal.spada.ipts.ac.id/index.php/adam/article/download/2883/833/6243>
- Afriansya, A. (2025). Tantangan internalisasi kebiasaan anak Indonesia hebat. *MediaIndonesia*. <https://mediaindonesia.com/opini/733884/tantangan-internalisasi-kebiasaan-anak-indonesia-hebat>
- Agustina, A., & Ismanto, D. (2025). Penguatan Pendidikan Karakter Siswa Melalui Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat di SMK Negeri 3 Pekanbaru. *urnal Pendidikan Dirgantara*, 2(1), 38–45. https://ejournal.aripi.or.id/index.php/jupen_dir/article/view/196
- Akhmad, F. (2020). Implementasi pendidikan karakter dalam konsep pendidikan Muhammadiyah. *Al-Misbah (Jurnal Islamic Studies)*, 8(2), 79–85. <https://scholar.archive.org/work/hn7nxxok5bmpc4upcbjd4sbvu/access/wayback/http://journal2.uad.ac.id/index.php/almisbah/article/download/1991/pdf>
- Arthur, J., Kristjánsson, K., Harrison, T., Sanderse, W., & Wright, D. (2017) *Teaching Character and Virtue in Schools: Routledge* <https://doi.org/10.4324/9781315692910>
- BBPMP Jatim. (2025). Sosialisasi Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat Bersama SERUNI. Website. <https://bbpmpjatim.kemdikbud.go.id/site/detailpost/sosialisasi-gerakan-7-kebiasaan-anak-indonesia-hebat-bersama-seruni>
- Becker, S. P., et al. (2018). *Sleep and academic performance in children and adolescents: A meta-analytic review*. *Sleep Health*, 4(3), 223–234. <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2018.02.004>
- Birch, L. L., & Ventura, A. K. (2009). Preventing childhood obesity: what works?. *International journal of obesity*, 33(1), S74–S81. <https://doi.org/10.1038/ijo.2009.22>
- CNN Indonesia. (2025). *Apa maksud Indonesia Emas 2045? Ini penjelasan dan visinya*. <https://www.cnnindonesia.com/edukasi/20241114150523-569-1166629/apa-maksud-indonesia-emas-2045-ini-penjelasan-dan-visinya>
- Damanik, E. D. T., & Ediyono, S. (2024). *Pengaruh kebiasaan bangun pagi terhadap kesehatan mental mahasiswa di indonesia*. Researchgate.Net.
- Damayanti, E. R. (2022). Hubungan pola makan, aktivitas fisik, dan citra tubuh dengan status gizi lebih pada remaja putri di SMA Negeri 3 Tambun Selatan. *Indonesian Journal of Health Development*, 4(1), 35–45.
- Dialeksis. (2025). Peran Orang Tua dan Guru dalam Menginternalisasikan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. Website. https://dialeksis.com/opini/peran-orang-tua-dan-guru-dalam-menginternalisasikan-7-kebiasaan-anak-indonesia-hebat/#google_vignette
- Direktorat Jendral Pendiidkan Vokasi (2025). *Mendikdasmen Luncurkan Buku Panduan Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat: Wujudkan Generasi Berkarakter Menuju Indonesia Emas 2025*. [Mendikdasmen Luncurkan Buku Panduan Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat: Wujudkan Generasi Berkarakter Menuju Indonesia Emas 2045 | Direktorat Jenderal Pendidikan Vokasi Kemendikbudristek](https://mendikdasmen.luncurkanbukupanduangerakan7kebiasaananakindonesiacheat.wujudkangenerasiBERKARAKTERMenujuIndonesiaEmas2045|DirektoratJenderalPendidikanVokasiKemendikbudristek). Di akses pada 11 April 2025.
- Dwijaja. M. P. (2025). 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat: Langkah Menuju Generasi Emas 2045. Website. <https://bintangjuara.sch.id/kebiasaan-anak-indonesia-hebat/>
- Hendrisab. (2023). Kebiasaan Kecil Berdampak Positif Terhadap Pembentukan Akhlak. *Jurnal El-Rusyd*, 7(2), 12–24.
- Herlina, M., & Palutturi, S. (2023). Challenges enhancing healthy lifestyle behaviors in community settings in Indonesia: The role of social literacy, religious involvement, and technology-equipped systems. *Journal of Community Positive Practices*, 23(4), 76–94. <https://www.researchgate.net/publication/377976146>

- Janssen, I., & LeBlanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 7, 1-16. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-7-40>
- Kaprawiro, A. (2025). *Tantangan dalam menerapkan 7 kebiasaan anak Indonesia hebat: Antara idealisme dan realitas*. Kompasiana. <https://www.kompasiana.com/andykaprawiro2082/6772982934777c74e81db702>
- Kemendikdasmen. (2024). Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat: Membentuk Generasi Berkarakter. Website. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2024/12/gerakan-7-kebiasaan-anak-indonesia-hebat-membentuk-generasi-berkarakter>
- Kompas.com. (2024). *Apa yang dimaksud dengan generasi emas 2045?*. <https://www.kompas.com/tren/read/2024/08/19/140000365/apa-yang-dimaksud-dengan-generasi-emas-2045>
- Lickona, T. (2018). *How to Raise Kind Kids: And Get Respect, Gratitude, and a Happier Family in the Bargain*. Teacher Perigee.
- Mahmudiono, T., Vidianingar, M. A., Elkarima, E., Lioni, E., & Talib, C. A. (2022). Best practices and challenges in implementing healthy food environment at school setting toward prevention of obesity in Indonesia and Malaysia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(E), 1–7. <https://oamjms.eu/index.php/mjms/article/download/8998/7748/96076>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary educational psychology*, 25(1), 54-67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Safitri, Salma Irdhillah, Mila Deskia, Moch Fitran Naufaldy, Restu Rahayu, Nazwa Kusumawicitra, Selvi Triwanvi, Agus Mulyana, & Agus Mulyana. (2024). Pembelajaran Penjasorkes Di Sekolah Dasar: Manfaat Olahraga Untuk Kesehatan Tubuh. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 44–56. <https://doi.org/10.58192/sidu.v3i2.2108>
- Siaran Pers Kemendikdasmen (2025). Sosialisasi Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat Bersama SERUNI Era Kabinet Merah Putih. Website. <https://bpmpkaltim.kemdikbud.go.id/2025/01/sosialisasi-gerakan-7-kebiasaan-anak-indonesia-hebat-bersama-seruni-era-kabinet-merah-putih/>
- Sinulingga, N. N. (2025). Membangun Karakter Sehat dan Berakhlak Mulia melalui 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. *Tarbiyatuna Kajian Pendidikan Islam*, 9(1), 109-131.
- SMP PGII 1. (2024). Penerapan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat di SMP PGII 1 Bandung sebagai Sekolah Islam. Website. <https://smppgii1.sch.id/penerapan-tujuh-kebiasaan-anak-indonesia-hebat-di-smp-pgii-1-bandung-sebagai-sekolah-islam/>
- Suara Muhammadiyah. (2025). *Implementasi 7 tujuh kebiasaan anak Indonesia hebat*. <https://www.suaramuhammadiyah.id/read/implementasi-7-tujuh-kebiasaan-anak-indonesia-hebat>
- Suprati, Endang (2025). Strategi Mewujudkan Generasi Emas Indonesia, Melalui Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. [Strategi Mewujudkan Generasi Emas Indonesia, Melalui Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat - PIJARNews.ID](https://www.pijarnews.id/Strategi-Mewujudkan-Generasi-Emas-Indonesia-Melalui-Tujuh-Kebiasaan-Anak-Indonesia-Hebat-PIJARNews.ID). Di akses pada 12 Februari 2025
- Ulfah, M. (2020). DIGITAL PARENTING: Bagaimana Orang Tua Melindungi Anak-anak dari Bahaya Digital? . Tasikmalaya: Edu Publisher.
- UNICEF Indonesia. (2021). *Social and behaviour change communication strategy: Improving adolescent nutrition in Indonesia*. <https://www.unicef.org/indonesia/media/9201/file/Social%20behavioural%20change%20communication%20strategy.pdf>
- Yulianti, Y. (2021). Pentingnya pendidikan karakter untuk membangun generasi emas Indonesia. *CERMIN: Jurnal Penelitian*, 5(1), 28–35.