

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat

2.1.1 Definisi

Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat merupakan inisiatif strategis dari Kemendikbudristek yang dirancang untuk memperkuat fondasi karakter siswa di tingkat sekolah dasar. Inti dari program ini adalah menginternalisasi perilaku positif ke dalam rutinitas harian peserta didik guna mencetak generasi yang unggul.

Kerangka program ini mencakup tujuh aspek pembiasaan utama, yakni :

1. Manajemen waktu melalui pola tidur dan bangun pagi yang teratur
2. Pemenuhan kewajiban ibadah
3. Aktivitas fisik atau olahraga
4. Konsumsi makanan sehat dan bergizi
5. Pengembangan gairah belajar
6. Budaya literasi atau gemar membaca
7. Kemampuan berinteraksi dalam kehidupan bermasyarakat

Menurut (Wulandari et al., 2025), rangkaian pembiasaan tersebut tidak hanya sekedar membangun kedisiplinan dan tanggung jawab secara lahiriah, tetapi juga efektif dalam menumbuhkan motivasi dari dalam diri (*motivasi intrinsic*) siswa saat mengikuti proses Pendidikan. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian dari khusna menegaskan bahwa penerapan ketujuh kebiasaan ini memberikan dampak nyata pada penguatan aspek religious serta karakter disiplin siswa di lingkungan sekolah.

2.1.2 Aspek-aspek

1. Bangun Pagi

Habit bangun pagi bukan sekedar rutinitas awal hari, melainkan bentuk konkret dari manajemen waktu yang menanamkan nilai disiplin pada anak sejak dini. Dengan terbiasa bangun lebih awal, peserta didik memiliki ruang waktu yang cukup untuk mempersiapkan aspek fisik maupun mentalnya sebelum memasuki lingkungan sekolah (Ana umul khairoh & Dien nurmarina malik 2025). Kesiapan ini berimplikasi langsung pada ketenangan diri anak, sehingga mereka terhindar dari kondisi terburu-buru yang dapat memicu stress ringan. Pada akhirnya, keteraturan pola hidup ini menciptakan kondisi psikologis yang stabil, yang sangat dibutuhkan siswa agar dapat menyerap materi pembelajaran dengan konsentrasi yang lebih optimal

2. Beribadah

Pembiasaan ibadah pada dasarnya merupakan fondasi utama dalam menginternalisasi nilai religious dan spiritual pada anak. Melalui rutinitas ini, peserta didik tidak hanya belajar tentang aspek keagamaan, tetapi juga mengasah kesadaran moral, tanggung jawab, dan kemampuan control diri yang kuat. Dalam konteks Pendidikan, nilai-nilai yang tumbuh dari kebiasaan beribadah seperti kejujuran, kesabaran, dan kedisiplinan yang memiliki dampak positif terhadap perilaku mereka di kelas. Siswa yang memiliki landasan karakter religious cenderung menunjukkan sikap belajar yang lebih suportif, memiliki etika yang baik, serta lebih patuh terhadap regulasi atau aturan yang berlaku di sekolah.

3. Berolahraga

Aktivitas fisik melalui olahraga rutin memiliki kontribusi krusial dalam menjaga keseimbangan kesehatan jasmani maupun mental anak. Secara biologis, stamina dan daya tahan tubuh yang terjaga melalui olahraga berbanding lurus dengan peningkatan konsentrasi siswa saat mengikuti pembelajaran di kelas. Kondisi fisik yang bugar menjadi fondasi utama bagi anak untuk memiliki kesiapan mental dan semangat belajar lebih stabil. Di sisi lain, olahragajuga menjadi sarana yang efektif untuk menginternalisasi nilai-nilai non-akademik, seperti jiwa sportivitas, kemampuan bekerja sama dalam tim, serta kedisiplinan diri yang nantinya akan tercermin dalam perilaku belajar mereka sehari-hari.

4. Makan Sehat dan Bergizi

Penerapan pola makan sehat dan bergizi merupakan langkah fundamental dalam memastikan pertumbuhan serta perkembangan anak berjalan secara optimal. Secara fisiologis, pemenuhan nutrisi yang seimbang memiliki korelasi langsung terhadap performa fungsi otak, tingkat konsentrasi, hingga kekuatan daya ingat siswa. Dengan asupan gizi yang memadai, anak akan memiliki cadangan energi yang stabil untuk menjalani seluruh rangkaian aktivitas akademik di sekolah. Hal ini sangat penting agar peserta didik tidak mudah merasa lelah atau kehilangan fokus, sehingga mereka mampu menyerap materi pembelajaran dengan jauh lebih efektif.

5. Gemar Belajar

Kebiasaan gemar belajar pada dasarnya bertujuan untuk memupuk rasa ingin tahu yang besar serta kecintaan terhadap ilmu pengetahuan sejak usia dini. Siswa yang telah memiliki karakter ini cenderung mengandalkan motivasi intrinsik yaitu dorongan dari dalam diri sendiri untuk mengeksplorasi wawasan baru, menuntaskan tugas secara totalitas, dan berpartisipasi aktif dalam dinamika kelas. Lebih dari sekedar rutinitas, kebiasaan ini menjadi fondasi utama bagi terbentuknya kemandirian belajar. Dengan kata lain, anak yang gemar belajar tidak lagi menganggap sekolah sebagai beban, melainkan sebagai ruang untuk mengembangkan potensi diri secara berkelanjutan.

6. Bermasyarakat

Pembiasaan bermasyarakat merupakan sarana krusial untuk melatih anak dalam membangun interaksi sosial yang sehat dan positif. Melalui kebiasaan ini, peserta didik diajak untuk mengasah kepedulian, semangat gotong royong, rasa hormat terhadap sesama, serta kesadaran akan tanggung jawab sosialnya. Secara lebih dalam, habituasi ini berfungsi membentuk karakter empati dan toleransi, yang menjadi kunci terciptanya suasana kelas yang harmonis dan inklusif. Ketika lingkungan sosial di sekolah terasa suportif, anak akan merasa lebih nyaman dan aman, yang pada akhirnya berdampak langsung pada optimalisasi fokus serta antusiasme mereka dalam mengikuti proses pembelajaran.

7. Tidur Cepat

Tidur cepat merupakan kebiasaan individu untuk memulai waktu tidur lebih awal pada malam hari sesuai dengan kebutuhan biologis tubuh dan anjuran kesehatan, sehingga memungkinkan tercapainya durasi serta kualitas tidur yang optimal. Dalam konteks anak sekolah dasar, tidur cepat umumnya merujuk pada waktu tidur sekitar pukul 20.00–21.00 malam dengan durasi tidur yang cukup, yaitu sekitar 9–11 jam per malam, serta dilakukan secara konsisten setiap hari. Kebiasaan ini berkaitan erat dengan ritme sirkadian tubuh yang memengaruhi kondisi fisik dan mental anak. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kualitas dan durasi tidur yang baik berhubungan dengan peningkatan fungsi kognitif, konsentrasi, serta prestasi akademik siswa (Okano et al. 2019). Selain itu, kebiasaan tidur yang tidak teratur atau kurang dapat mengganggu proses belajar, memori, dan motivasi belajar anak di sekolah (Jalilolghadr, Hashemi, and Hashemi 2021). Dengan demikian, tidur cepat menjadi salah satu kebiasaan positif yang dapat mendukung kesiapan belajar dan meningkatkan motivasi belajar siswa di sekolah dasar.

2.1.3 Alat dan Cara Ukur 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat

Pengukuran variabel 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dalam penelitian ini menggunakan skala Likert untuk mengukur tingkat penerapan kebiasaan siswa (Ramadhani, Sofwan, and Jambi 2024). Menurut (Sugiyono 2019), skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang terhadap suatu fenomena sosial. Instrumen ini terdiri atas pernyataan favorable (+) dan unfavorable (-), yang diberi skor secara terbalik (reverse scoring), yaitu skor 1 untuk kategori tidak pernah, skor 2 untuk kategori kadang-kadang, skor 3 untuk kategori sering, dan skor 4 untuk kategori selalu,

sesuai kaidah penyekoran pernyataan pada skala sikap model Likert (Rafika Dewi Satriani 2015). Melalui pola skor tersebut, semakin sering siswa menerapkan kebiasaan positif maka semakin tinggi skor yang diperoleh, sehingga skor total yang tinggi menunjukkan tingkat penerapan kebiasaan yang semakin baik.

Selanjutnya, data yang diperoleh dari hasil pengukuran dikategorikan ke dalam tiga tingkat, yaitu kategori baik dengan rentang skor 106–140, kategori cukup dengan rentang skor 71–105, dan kategori kurang dengan rentang skor 35–70. Pengelompokan ini bertujuan untuk memudahkan interpretasi dan analisis data, sehingga hasil penelitian lebih mudah dipahami (Sijabat 2015).

Dengan cara diatas ini untuk memudahkan interprestasi data. Pengelompokan ini bertujuan agar hasil penelitian lebih mudah dipahami dan dianalisis.

2.1.4 Faktor yang mempengaruhi 7 kebiasaan anak Indonesia hebat

Pembentukan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat pada anak usia sekolah dasar berkaitan dengan berbagai aspek yang membentuk perilaku hidup sehari-hari anak. Kebiasaan tersebut pada dasarnya merupakan bagian dari perilaku hidup bersih dan sehat serta perilaku belajar yang terbentuk melalui proses interaksi antara individu dengan lingkungan sekitarnya. Berdasarkan hasil penelitian dalam jurnal tersebut, perilaku anak dipengaruhi oleh beberapa faktor penting, seperti pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, peran guru, serta ketersediaan sarana dan prasarana yang mendukung di lingkungan sekolah. Selain itu, lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat juga berperan dalam menumbuhkan kesadaran dan kemampuan anak untuk menerapkan perilaku hidup sehat sejak dini (Mulat et al. 2023).

2.2 Konsep Motivasi Belajar

2.2.1 Definisi

Motivasi belajar pada siswa sekolah dasar dapat diartikan sebagai kekuatan yang berasal dari dalam diri maupun dari luar individu yang mendorong keterlibatan aktif dalam kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam konteks pendidikan dasar, motivasi memiliki peran strategis sebagai faktor utama yang memengaruhi arah, intensitas, serta keberlanjutan aktivitas belajar siswa. Tanpa adanya motivasi yang memadai, proses pembelajaran berpotensi berlangsung kurang efektif sehingga pencapaian tujuan pendidikan tidak dapat diraih secara optimal. (Zainal 2022)

Secara khusus motivasi belajar pada siswa sekolah dasar dapat dimaknai sebagai dorongan yang bersumber dari dalam diri individu maupun dari faktor eksternal yang memengaruhi keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran. Motivasi tersebut berperan sebagai penggerak yang mendorong terjadinya perubahan perilaku belajar, sehingga siswa mampu menunjukkan usaha yang optimal, ketekunan, serta semangat dalam mencapai hasil belajar yang diharapkan. Dalam konteks pendidikan dasar, motivasi memiliki kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan prestasi belajar serta menunjang keberhasilan akademik siswa. Selain itu, motivasi yang baik juga dapat membentuk sikap positif terhadap kegiatan belajar, seperti rasa percaya diri, kemandirian, dan tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas-tugas pembelajaran. (Audria Putri Arsalna 2025)

Motivasi belajar pada siswa sekolah dasar dapat dipandang sebagai aspek psikologis yang berperan dalam menentukan tingkat kesiapan serta antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Siswa yang memiliki tingkat motivasi yang tinggi umumnya menunjukkan keaktifan yang lebih besar, rasa ingin tahu yang tinggi, serta kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi dan mengatasi berbagai kesulitan belajar.

Hal tersebut mengindikasikan bahwa motivasi belajar memiliki keterkaitan yang erat dengan pencapaian hasil belajar siswa. Oleh karena itu, motivasi belajar menjadi komponen penting yang perlu dikembangkan secara optimal dalam pendidikan dasar. Upaya peningkatan motivasi ini dapat dilakukan melalui peran guru, lingkungan sekolah yang kondusif, serta dukungan dari keluarga agar proses pembelajaran berlangsung secara efektif dan berkelanjutan. (Fimala and Firman 2021)

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar pada siswa sekolah dasar merupakan dorongan yang berasal dari faktor internal maupun eksternal yang berperan penting dalam menggerakkan, mengarahkan, dan mempertahankan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Motivasi tidak hanya memengaruhi intensitas dan keberlangsungan aktivitas belajar, tetapi juga berkontribusi dalam membentuk perilaku belajar yang positif, seperti ketekunan, semangat, rasa ingin tahu, serta tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas. Selain itu, motivasi belajar memiliki hubungan yang erat dengan pencapaian hasil belajar dan keberhasilan akademik siswa. Oleh karena itu, pengembangan motivasi belajar menjadi aspek yang sangat penting dalam pendidikan dasar melalui dukungan dari guru, lingkungan sekolah yang kondusif, serta peran keluarga guna mencapai hasil belajar yang optimal.

2.2.2 Jenis-jenis Motivasi Belajar

Secara garis besar, motivasi belajar dapat di klasifikasikan ke dalam dua kategori utama berdasarkan sumber dorongannya, (Ryan and Deci 2000) yaitu:

a. Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik merupakan dorongan belajar yang lahir murni dari dalam diri siswa secara mandiri tanpa memerlukan tekanan atau pemicu

dari luar. Dorongan ini biasanya muncul karena adanya kesadaran pribadi tentang urgensi menuntut ilmu dan rasa haus akan pengetahuan baru. Siswa yang memiliki motivasi ini umumnya menunjukkan karakteristik seperti:

1. Inisiatif belajar yang muncul dari keinginan pribadi.
2. Adanya perasaan senang dan antusias saat mendalami materi.
3. Rasa ingin tahu yang besar terhadap hal-hal baru.
4. Daya juang yang kuat dan tidak mudah putus asa saat menghadapi tantangan akademik.

b. Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah jenis motivasi yang dipicu oleh faktor-faktor eksternal atau rangsangan dari lingkungan sekitar. Dalam hal ini tujuan utama siswa adalah mencapai sesuatu di luar aktivitas belajar itu sendiri, seperti apresiasi atau imbalan. Beberapa manifestasi dari motivasi ekstrinsik meliputi:

1. Ambisi mengejar nilai akademik yang tinggi sebagai target utama.
2. Keinginan untuk mendapatkan validasi atau pujian dari guru.
3. Adanya harapan untuk memperoleh hadiah tertentu sebagai bentuk reward.
4. Upaya belajar yang dilakukan demi menghindari sanksi atau hukuman.

2.2.3 Fungsi Motivasi dalam Belajar

Dalam proses Pendidikan motivasi tidak hanya sekedar dorongan, tetapi memiliki fungsi strategis yang sangat menentukan efektivitas belajar siswa. Secara spesifik motivasi menjalankan tiga peran utama, (Julita, Neviyarni, and Nirwana 2025) yaitu:

1. Sebagai Katalisator Energi (Pendorong): Motivasi berfungsi sebagai mesin penggerak yang memberikan pasokan energi psikologis bagi siswa. Dengan adanya motivasi siswa memiliki kemauan yang kuat untuk memulaidan menjalankan aktivitas belajar secara aktif.
2. Sebagai Kompas Perilaku (Pengarah): Motivasi berperan dalam memandu setiap tindakan belajar agar tetap fokus pada target atau tujuan akademik yang ingin diraih. Hal ini memastikan bahwa energi yang dikeluarkan siswa tidak terbuang sia-sia, melainkan tertuju pada pencapaian hasil yang maksimal.
3. Sebagai Pemelihara Konsistensi (Penguat): Motivasi berfungsi untuk memperkuat ketahanan belajar siswa. Melalui peran ini siswa tidak akan mudah merasa jenuh atau menyerah saat menghadapi kendala, sehingga kesinambungan aktivitas belajar tetap terjaga dalam jangka panjang.

Dengan demikian, motivasi merupakan elemen krusial yang memastikan proses belajar berjalan secara dinamis, terarah, dan berkelanjutan.

2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar

Munculnya motivasi belajar pada siswa tidak terjadi secara spontan, melainkan di pengaruhi oleh interaksi berbagai elemen yang saling berkaitan (Dewi Ratna Swari, Abdurrohman 2026). Faktor-faktor tersebut dapat dipetakan menjadi dua dimensi utama, yaitu:

1. Dimensi Internal (Faktor dari Dalam Diri) Dimensi ini mencakup segala aspek yang berasal dari kondisi pribadi siswa, antara lain:

- a. Minat dan bakat: Adanya kecocokan antara materi pelajaran dengan ketertarikan serta potensi alami siswa.
- b. Kondisi jasmani dan rohani: Kesehatan fisik serta stabilitas mental yang mendukung kesiapan untuk belajar.
- c. Efikasi diri: Tingkat kepercayaan diri siswa terhadap kemampuannya dalam menuntaskan tugas-tugas akademik.
- d. Orientasi masa depan: Adanya cita-cita atau target hidup yang menjadi alasan kuat mengapa mereka harus belajar.

2. Dimensi Eksternal (Faktor dari Lingkungan) Dimensi ini berkaitan dengan rangsangan dari luar diri siswa yang turut membentuk semangat luar biasa, seperti:

- a. Lingkungan keluarga: Dukungan moral dan pola asuh orang tua di rumah.
- b. Lingkungan sekolah: Kondisi lingkungan Pendidikan yang aman dan nyaman.
- c. Interaksi teman sebaya: Pengaruh pergaulan yang memberikan dampak positif terhadap gairah belajar.
- d. Kreativitas guru: Penggunaan metode pembelajaran yang menarik dan tidak membosankan

- e. Sarana prasarana: Ketersediaan fasilitas belajar yang memadai untuk mendukung proses eksplorasi ilmu.

2.2.5 Pentingnya Motivasi Belajar Bagi Siswa Sekolah Dasar

Keberadaan motivasi belajar memegang peranan vital dalam mengakselerasi perkembangan akademik sekaligus membentuk karakter siswa di jenjang sekolah dasar. Secara empiris, peserta didik yang memiliki dorongan belajar yang kuat biasanya akan mengembangkan habituasi belajar yang lebih teratur, yang pada gilirannya berimplikasi pada pencapaian prestasi yang lebih unggul serta terbentuknya sudut pandang positif terhadap lingkungan sekolah. (Halawa, Rosdianto, and Oktavia 2025)

Mengingat anak usia sekolah dasar berada dalam fase pembentukan, motivasi belajar perlu dikonstruksi melalui serangkaian pembiasaan perilaku positif yang didukung penuh oleh sinergi antara guru dan orang tua. Selain itu, penciptaan atmosfer belajar yang nyaman dan kondusif menjadi faktor pendukung yang tidak kalah penting. Dengan fondasi motivasi yang kokoh, siswa tidak hanya sekadar mengikuti pelajaran, tetapi juga mampu mengeksplorasi dan mengoptimalkan seluruh potensi diri yang mereka miliki. (Esti Lestari 2025).

2.2.6 Indikator Pengukuran

Indikator motivasi belajar pada umumnya dilakukan melalui pendekatan kuantitatif dengan menerapkan desain penelitian survei maupun koresional. Pendekatan kuantitatif digunakan karena mampu menghasilkan data yang objektif, terukur, serta memungkinkan untuk dianalisis secara statistik. Desain survei dipilih apabila bertujuan untuk menggambarkan secara umum tingkat motivasi belajar siswa berdasarkan indikator yang telah ditetapkan. Melalui metode ini, peneliti dapat menghimpun data dari sejumlah

responden dalam waktu relative efisien, sehingga diperoleh gambaran yang representative mengenai kondisi motivasi belajar siswa secara menyeluruh. (Ningsih et al. 2025)

Dalam penerapannya, pengumpulan data motivasi belajar dilakukan menggunakan instrumen berupa angket atau kuesioner yang disusun dalam bentuk skala Likert. Instrumen ini memungkinkan peneliti mengukur berbagai aspek motivasi belajar secara kuantitatif, seperti minat terhadap kegiatan akademik, antusiasme dalam mengikuti pembelajaran, ketekunan dalam menyelesaikan tugas, kemandirian belajar, daya juang dalam menghadapi kesulitan, partisipasi aktif dalam kegiatan kelas, serta kedisiplinan dalam aktivitas akademik. Skala Likert dipandang efektif karena mampu menangkap sikap, persepsi, dan tingkat persetujuan responden terhadap pernyataan yang berkaitan dengan motivasi belajar. (Ainirrohmah, Makrom, and Arridho 2026)

Desain penelitian korelasional digunakan apabila penelitian diarahkan untuk mengidentifikasi hubungan antara motivasi belajar dengan variabel lain, seperti konsep anak, kebiasaan belajar, maupun hasil belajar siswa. Data yang diperoleh melalui angket kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik, seperti uji korelasi Pearson atau Spearman, untuk mengetahui tingkat kekuatan dan arah hubungan antar variabel. Melalui penerapan pendekatan kuantitatif dengan desain survei dan korelasional tersebut, peneliti dapat memperoleh gambaran yang sistematis, terukur, dan objektif mengenai kondisi motivasi belajar siswa serta keterkaitannya dengan faktor-faktor yang memengaruhi proses pembelajaran. (Misbah et al. 2025)

2.2.7 Alat dan Cara Pengukuran Motivasi Belajar

Kuesioner Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ) merupakan instrumen yang digunakan untuk mengukur motivasi belajar dan strategi belajar siswa,

sehingga relevan digunakan dalam penelitian mengenai hubungan “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” dengan motivasi belajar di SDN Primpen. MSLQ mengukur berbagai dimensi motivasi seperti *motivasi intrinsik*, *motivasi ekstrinsik*, *task value*, *Control of learning belief*, *self-efficacy*, serta *test anxiety*, yang termasuk dalam konsep *self-regulated learning*. Instrumen ini juga mencakup strategi belajar kognitif dan metakognitif yang berperan penting dalam keberhasilan belajar siswa (Araujo et al. 2023).

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa MSLQ (Motivated Strategies for Learning Questionnaire) merupakan instrumen yang valid dan reliabel untuk mengukur motivasi belajar karena terdiri dari berbagai skala yang mencakup aspek motivasi dan strategi belajar, sehingga mampu menggambarkan *self-regulated learning* secara menyeluruh. Instrumen ini berbasis skala Likert, memiliki reliabilitas tinggi, dan dapat digunakan dalam berbagai konteks pendidikan. Dalam penelitian di SDN Primpen, MSLQ dapat digunakan untuk mengukur motivasi belajar siswa yang kemudian dikaitkan dengan “7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” seperti proaktif, tanggung jawab, kerja sama, dan pengembangan diri, karena kebiasaan tersebut berkaitan dengan *self-regulated learning* sehingga siswa dengan kebiasaan positif cenderung memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi.

2.1 Konsep Anak Usia Sekolah

Definisi

Anak adalah individu yang berada dalam fase perkembangan sejak lahir hingga memasuki remaja awal, yang ditandai oleh berlangsungnya proses pertumbuhan fisik serta perkembangan kognitif, sosial, dan emosional secara bertahap. Dalam perspektif pendidikan anak usia dini, anak dipandang sebagai individu yang sedang mengalami proses perkembangan yang memerlukan arahan dan stimulasi yang tepat agar seluruh potensi yang

dimilikinya dapat berkembang secara optimal. Pada tahap ini anak mulai membangun interaksi dengan lingkungan sekitar sekaligus mengembangkan berbagai keterampilan dasar yang berperan sebagai landasan bagi perkembangan pada tahap berikutnya. (Nurrita 2021).

Secara lebih spesifik, anak dipahami sebagai individu yang berada pada fase *golden age* atau masa keemasan, yaitu tahap penting dalam perkembangan awal kehidupan yang ditandai dengan pesatnya pertumbuhan pada berbagai aspek perkembangan. Pada tahap ini, otak anak menunjukkan tingkat plastisitas yang tinggi sehingga sangat responsif terhadap berbagai stimulasi di lingkungan. Hal tersebut memungkinkan anak untuk menyerap pengalaman belajar secara optimal yang berkontribusi terhadap perkembangan aspek kognitif, sosial, emosional, serta pembentukan karakter. Oleh karena itu, pemberian stimulasi yang tepat, berkesinambungan, dan sesuai dengan tahapan perkembangan menjadi elemen penting dalam mendukung optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh. (Sania & Sirozi, 2025).

Selain itu, anak dapat didefinisikan sebagai individu yang tingkat kesejahteraannya dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk lingkungan keluarga, pendidikan, dan kondisi sosial. Kesejahteraan tersebut mencakup dimensi fisik, mental, emosional, serta sosial yang saling terintegrasi dalam menunjang proses tumbuh kembang secara menyeluruh. Oleh karena itu, anak tidak hanya dilihat sebagai individu yang sedang mengalami perkembangan, tetapi juga sebagai subjek yang memerlukan perlindungan, perhatian, dan dukungan dari berbagai pihak guna mencapai perkembangan yang optimal. (Mil Nurillah & Latifah, 2025)

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa anak merupakan individu yang berada pada tahap perkembangan sejak lahir hingga remaja awal, dengan karakteristik pertumbuhan fisik serta perkembangan kognitif, sosial, dan emosional yang berlangsung secara bertahap. Pada fase ini, anak termasuk dalam periode *golden age* yang ditandai dengan tingginya plastisitas otak sehingga sangat responsif terhadap berbagai stimulasi lingkungan, yang berperan penting dalam mengoptimalkan proses pembelajaran dan pembentukan karakter. Selain itu, perkembangan anak juga dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti lingkungan keluarga, pendidikan, dan kondisi sosial yang saling berkaitan dalam menentukan kesejahteraan anak secara menyeluruh. Oleh karena itu, anak tidak hanya dipandang sebagai individu yang sedang berkembang, tetapi juga sebagai subjek yang memerlukan stimulasi yang tepat, serta dukungan, perlindungan, dan perhatian dari berbagai pihak agar dapat mencapai perkembangan yang optimal.

Aspek-aspek Perkembangan Anak

Perkembangan anak diklasifikasikan ke dalam beberapa ranah utama yang saling berinteraksi secara simultan dan menjadi determinan bagi kesiapan serta keterlibatan peserta didik dalam proses instruksional:

1. Perkembangan Fisik dan Motorik

Perkembangan fisik dan motorik mencakup pertumbuhan tubuh serta keterampilan motorik kasar dan halus. Pada usia sekolah dasar, anak mengalami peningkatan kontrol motorik yang berimplikasi pada kemampuan menulis, menggambar, serta aktivitas bermain dan belajar yang membutuhkan koordinasi tubuh.

2. Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif berkaitan dengan kemampuan berpikir, pemecahan masalah, serta penggunaan Bahasa dalam konteks belajar. Anak usia dasar mulai mampu berpikir logis terhadap objek konkret, memahami hubungan sebab-akibat, memperluas kosakata, serta meningkatkan kemampuan membaca dan berhitung.

3. Perkembangan Bahasa

Perkembangan bahasa pada anak meliputi peningkatan kemampuan dalam aspek menyimak, berbicara, membaca, dan menulis yang berlangsung secara bertahap menuju tingkat yang lebih kompleks. Kemampuan bahasa tersebut memungkinkan anak untuk mengungkapkan gagasan, kebutuhan, serta perasaan secara lebih jelas, sekaligus mendukung proses komunikasi dengan guru maupun teman sebaya di lingkungan sekolah. Selain itu, penguasaan bahasa juga menjadi landasan penting bagi partisipasi aktif anak dalam berbagai kegiatan pembelajaran dan interaksi akademik di kelas.

4. Perkembangan Sosial-Emosional

Perkembangan sosial-emosional merupakan proses perubahan yang berkaitan dengan kemampuan anak dalam mengenali serta mengelola emosinya, membangun hubungan interpersonal yang positif, dan menyesuaikan diri dengan norma atau aturan yang berlaku di lingkungan keluarga maupun sekolah. Anak yang memiliki perkembangan sosial-emosional yang baik umumnya mampu menjalin kerja sama dengan teman sebaya, membangun hubungan pertemanan, mengendalikan dorongan perilaku, serta menunjukkan sikap empati dan kepedulian terhadap orang lain.

2.4 Penelitian Terdahulu

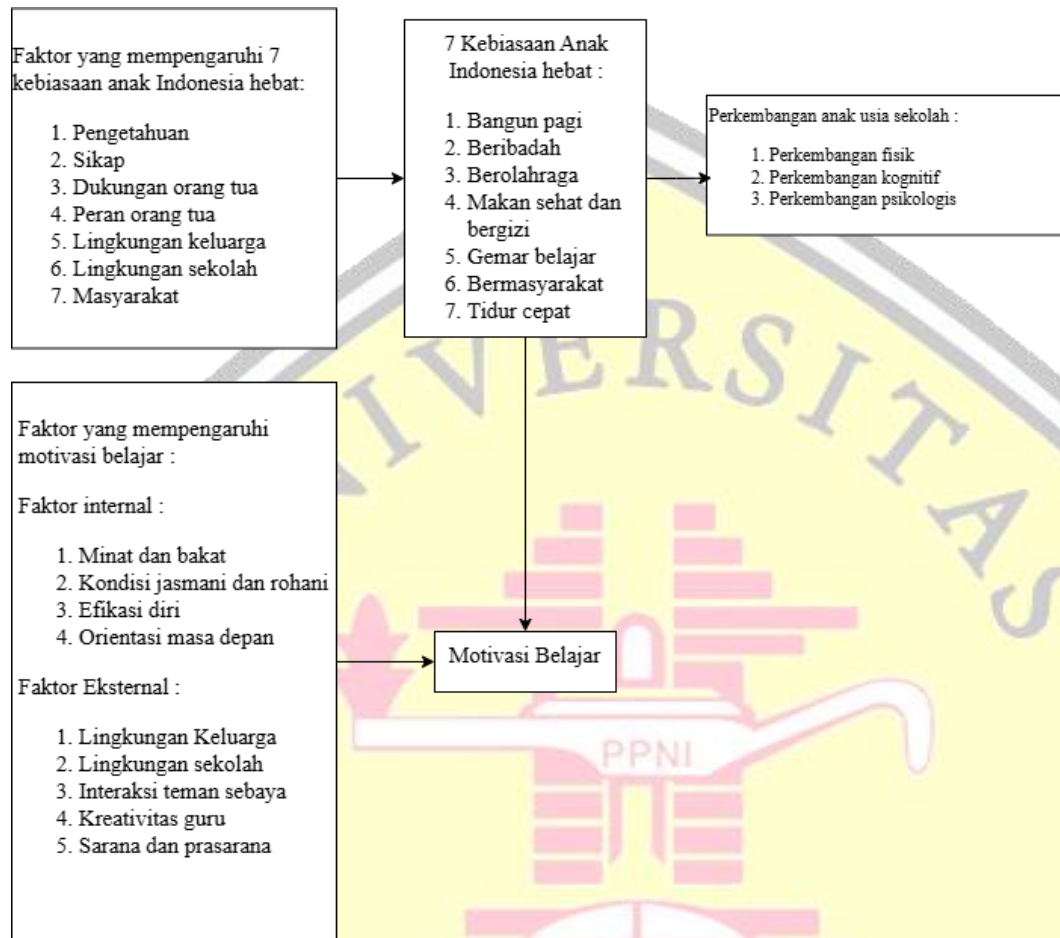
Adapun penelitian terdahulu yang relevan dan mendukung penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu

No	Nama	Judul dan Tahun	Hasil Penelitian	Metode	Persamaan	Perbedaan
1	Nafia Wafiqni, Safa Amalia, Iva Sarifah, Nurjannah	Hubungan Lingkungan Belajar dengan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar (2023)	Terdapat hubungan positif antara lingkungan belajar dengan motivasi belajar siswa dengan nilai korelasi 0,689 kategori sedang. Kontribusi lingkungan belajar terhadap motivasi belajar sebesar 47,47%.	Kuantitatif korelasional dengan teknik angket dan analisis Product Moment.	Sama-sama meneliti hubungan variabel dengan motivasi belajar siswa SD menggunakan metode kuantitatif korelasional.	Penelitian ini menggunakan variabel lingkungan belajar, sedangkan penelitianmu menggunakan variabel 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.
2	Bahrudi Efendi Damanik	Pengaruh Fasilitas dan Lingkungan Belajar terhadap Motivasi Belajar (2019)	Hasil penelitian menunjukkan bahwa fasilitas belajar dan lingkungan belajar berpengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi belajar mahasiswa dengan nilai pengaruh sebesar 50,20%.	Metode kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda, uji t, uji F, dan koefisien determinasi.	Sama-sama membahas motivasi belajar sebagai variabel terikat.	Sama-sama membahas motivasi belajar sebagai variabel terikat.
3	Rika Handayani & Mohamad	Pengaruh Lingkungan Belajar terhadap Motivasi Belajar Siswa di	Hasil penelitian menunjukkan bahwa lingkungan belajar memiliki	Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain	Sama-sama meneliti motivasi belajar siswa sekolah dasar	Sama-sama meneliti motivasi belajar siswa sekolah dasar menggunakan

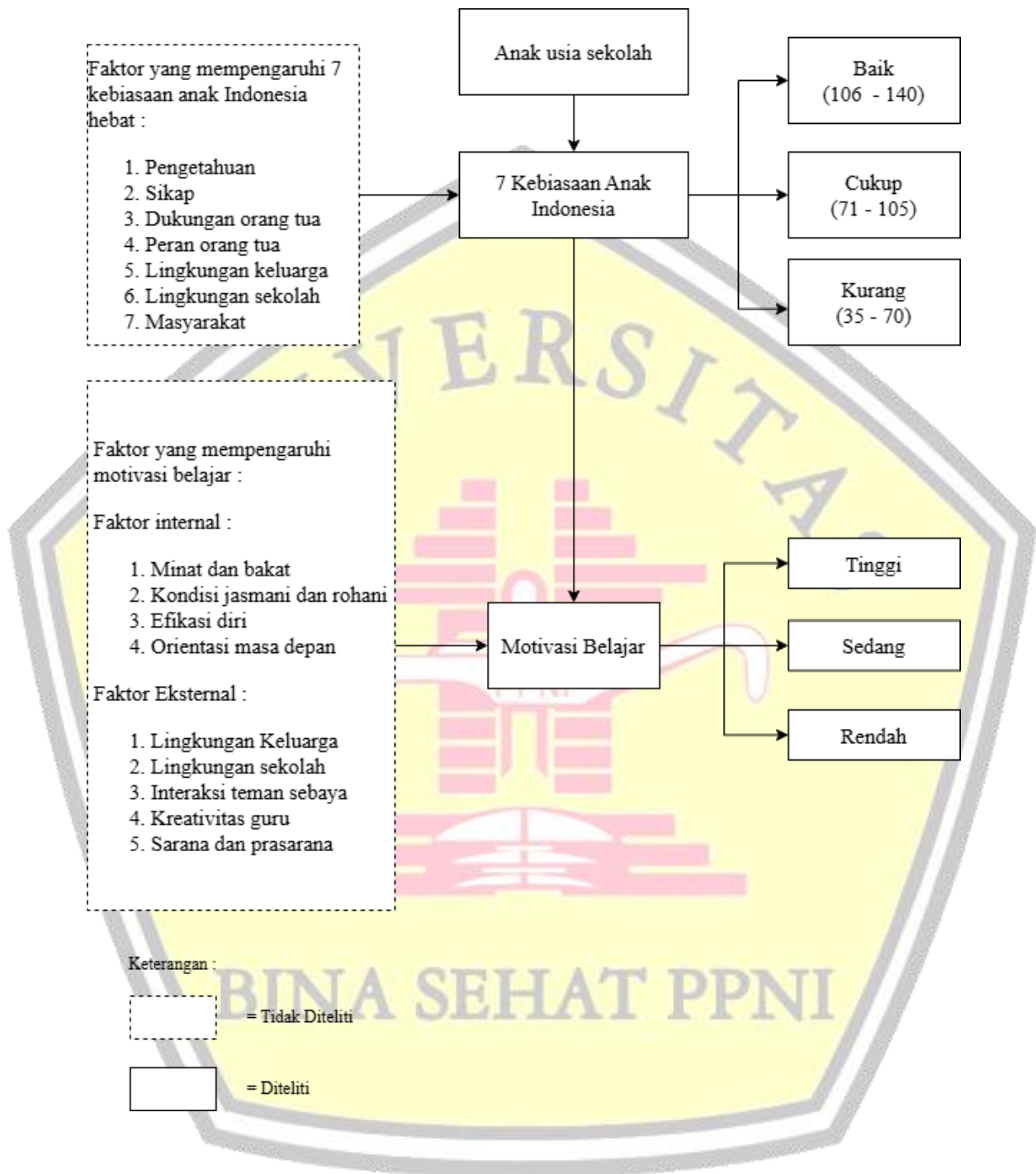
	Fajar Farid Amrulloh	SD Negeri Kota Baru (2025)	pengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa dengan nilai korelasi $r = 0,628$ dan signifikansi $p < 0,05$. Semakin baik lingkungan belajar siswa, maka semakin tinggi motivasi belajarnya.	deskriptif korelasional, teknik survei, angket skala Likert, dan analisis Pearson Product Moment.	menggunakan metode kuantitatif korelasional.	metode kuantitatif korelasional.
4	Mukmin Saipul Daulay dkk.	Pengaruh Pendidikan Karakter terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas III SD Negeri 0503 Parsombaan (2025)	Pendidikan karakter memberikan kontribusi sebesar 45,6% terhadap motivasi belajar siswa.	Kuantitatif	Sama-sama membahas pengaruh pendidikan karakter terhadap motivasi belajar siswa SD.	Sama-sama membahas pengaruh pendidikan karakter terhadap motivasi belajar siswa SD.
5	Sumiaty, Kamasiah, dan Karim	Pengaruh Lingkungan Belajar dan Motivasi Siswa terhadap Pendidikan Karakter di Sekolah Dasar (2022)	Lingkungan belajar dan motivasi belajar siswa berpengaruh terhadap pendidikan karakter, baik secara parsial maupun simultan.	Kuantitatif dengan pendekatan ex-post facto, menggunakan analisis regresi. Sampel penelitian 21 siswa SD Satap VII Mengkendek Tana Toraja.	Sama-sama meneliti pengaruh lingkungan belajar dan motivasi terhadap pembentukan karakter atau hasil belajar siswa. Menggunakan pendekatan kuantitatif.	Penelitian ini fokus pada pendidikan karakter siswa sekolah dasar, sedangkan penelitian lain dapat berfokus pada hasil belajar, disiplin, atau jenjang pendidikan berbeda. Lokasi penelitian dilakukan di SD Satap VII Mengkendek Tana Toraja.

2.5 Kerangka Teori



Gambar 2. 1 Kerangka Teori Hubungan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dengan Motivasi Belajar di SDN Primpin

2.6 Kerangka Konseptual



Gambar 2. 2 Kerangka Konseptual Hubungan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dengan Motivasi Belajar di SDN Primpen

2.2 Hipotesis

Berdasarkan latar belakang, tinjauan pustaka, dan kerangka teori dari permasalahan di atas, maka dapat ditentukan hipotesis dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut (Ramli and Jafar 2021):

H₁ = Ada hubungan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dengan motivasi belajar siswa sekolah dasar (SDN Primpen Lamongan).

