

INSTRUMEN SURVEI
PELAKSANAAN GERAKAN 7 KEBIASAAN ANAK INDONESIA HEBAT (G7KIH)
Bagi Murid SMPIT Al Kamil

A. Identitas Responden

Nama Murid : Kelas :
 Jenis kelamin : Hari/Tanggal Pengisian :

B. Petunjuk Pengisian

- Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan saksama.
- Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai dengan kebiasaan Ananda sehari-hari, dengan keterangan sebagai berikut:
SL = Selalu SR = Sering KD = Kadang-kadang TP = Tidak Pernah
- Isilah dengan jujur sesuai keadaan yang sebenarnya. Jawaban tidak akan memengaruhi nilai pelajaran Ananda.

C. Pernyataan Pelaksanaan 7 Kebiasaan

No	Pernyataan	SL	SR	KD	TP
1. Bangun Pagi					
1	Saya bangun pagi sebelum waktu Subuh.	☐	☐	☐	☐
2	Saya bangun pagi tanpa harus dibangunkan berkali-kali oleh orang tua.	☐	☐	☐	☐
3	Saya merapikan tempat tidur setelah bangun pagi.	☐	☐	☐	☐
2. Beribadah					
4	Saya melaksanakan salat lima waktu tepat waktu.	☐	☐	☐	☐
5	Saya tilawah Al-Qur'an setiap hari.	☐	☐	☐	☐
6	Saya berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan.	☐	☐	☐	☐
3. Berolahraga					
7	Saya berolahraga setiap pekan selain mengikuti olahraga di sekolah	☐	☐	☐	☐
8	Saya mengikuti kegiatan olahraga di sekolah dengan aktif dan bersemangat.	☐	☐	☐	☐
4. Makan Sehat dan Bergizi					
9	Saya sarapan sebelum berangkat ke sekolah.	☐	☐	☐	☐
10	Saya mengonsumsi sayur dan buah setiap hari.	☐	☐	☐	☐
11	Saya membawa bekal makanan sehat dari rumah.	☐	☐	☐	☐
5. Gemar Belajar					
12	Saya membaca buku atau materi pelajaran di luar jam sekolah.	☐	☐	☐	☐
13	Saya mengerjakan tugas sekolah tepat waktu.	☐	☐	☐	☐

No	Pernyataan	SL	SR	KD	TP
14	Saya bertanya kepada guru/orang tua saat mengalami kesulitan belajar.	☐	☐	☐	☐
6. Bermasyarakat					
15	Saya membantu pekerjaan orang tua di rumah.	☐	☐	☐	☐
16	Saya ikut serta dalam kegiatan sosial atau kebersihan lingkungan.	☐	☐	☐	☐
17	Saya bersikap sopan dan menghormati orang lain di lingkungan sekitar.	☐	☐	☐	☐
7. Tidur Cepat					
18	Saya tidur malam sebelum pukul 22.00 WIB.	☐	☐	☐	☐
19	Saya tidak bermain gawai (HP) menjelang waktu tidur.	☐	☐	☐	☐

D. Refleksi Tambahan

1. Kebiasaan mana yang menurut Anda paling sulit dilakukan secara konsisten? Mengapa?

.....

.....

2. Apa dukungan yang Anda butuhkan dari sekolah/orang tua agar kebiasaan tersebut dapat terlaksana lebih baik?

.....

.....

3. Saran atau masukan untuk pelaksanaan program G7KIH di SMPIT Al Kamil:

.....

.....

Depok, 2026

Responden,

(.....)