



Kemendikdasmen

MPLS
Ramah



Rujukan Kegiatan

Masa Pengenalan Lingkungan
Sekolah (MPLS) Ramah 2026

Untuk **Sekolah Menengah Pertama**

**RUJUKAN KEGIATAN
MASA PENGENALAN LINGKUNGAN
SEKOLAH (MPLS) RAMAH 2026
UNTUK SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

Oleh
Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah

RUJUKAN KEGIATAN MASA PENGENALAN LINGKUNGAN SEKOLAH (MPLS) RAMAH 2026 UNTUK SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

Pembina

Abdul Mu'ti

Penasihat

Suharti

Pengarah

Rusprita Putri Utami

Maria Veronica Irene Herdjiono

Tim Konsultan

Biyanto

Mariman Darto

Rita Pranawati

Ma'ruf

Azaki Khoirudin

Penanggung Jawab

Agus Mohamad Solihin

Kosasih Ali Abu Bakar

Penelaah

Hendarman

Yulaika Ernawati

Shara Zakia Nissa

Surya Nilasari

Andreas Yoga Aditama

Abdul Rachman Pambudi

Penulis

Rika Hidayat

Piranti Alesti

Widiyanti

Indra Budi Setiawan

M. Aldi Berlian Daulay

Kontributor Naskah

Corolus Heru Isworo, SMPN 139 Jakarta
Dita Amalia, SMPN 139 Jakarta
Nina Lestari, SMPN 294 Jakarta
Sri Lalanawati Octaviani, Direktorat SMP

Penyunting Bahasa

Hardika Ajeng Hapsari

Penata Grafis

Muhammad Abdurrahman Aditama
Piranti Alesti
Prista Rediza
Ragil Norma Saputri
Sharah Sabina
Ari Krispiyanto

Tim Sekretariat

Gigih Anggana Yudha
Jufri Rahmanto
Dimas Eko Saputro
Erni Setyorini

Diterbitkan oleh:

Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah

Dikeluarkan oleh:

Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah

KATA PENGANTAR

As-salāmu ‘alaikum wa raḥmatullāhi wa barakātuh,
Salam sejahtera bagi kita semua,
Om swastiastu,
Namo Buddhaya,
Salam kebajikan,
Rahayu,

Puji syukur kita panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa. Atas rahmat dan karunia-Nya, telah terselesaikan dokumen Rujukan Kegiatan Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS) Ramah di satuan pendidikan pada jalur pendidikan formal pada pendidikan anak usia dini, jenjang pendidikan dasar, dan jenjang pendidikan menengah, dan jenjang pendidikan khusus dari setiap jenis pendidikan sebagai panduan praktis bagi sekolah untuk menyambut murid baru secara aman, nyaman, menggembirakan, bermakna, dan berorientasi pada pembentukan karakter positif serta mencegah terjadinya segala bentuk kekerasan.

MPLS Ramah adalah ikhtiar bersama untuk menciptakan ruang belajar yang penuh kasih sayang dan saling menghargai serta menumbuhkan rasa aman, nyaman, percaya diri, dan bahagia bagi setiap murid. Oleh karena itu, semangat dari MPLS Ramah tidak boleh berhenti pada kegiatan yang sifatnya formal dan seremonial, tetapi kegiatan-kegiatan yang interaktif, menyenangkan, dan memuliakan. Dengan demikian, sekolah dapat menjadi rumah kedua bagi murid. MPLS Ramah tidak sekadar menjadikan sekolah sebagai tempat *meeting point* (ruang pertemuan), tetapi juga *melting point* (ruang penyatuan) dengan penuh sukacita.

Selain itu, MPLS merupakan proses awal yang tujuannya tidak hanya mengenal warga sekolah dan lingkungan sekolah yang baru, tetapi juga mempersiapkan murid agar lebih siap secara mental, intelektual, dan sosial menuju jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Guna mendukung hal tersebut, MPLS Ramah tahun ini mengamanatkan perlunya pemetaan profil murid dan unjuk karya pada akhir pelaksanaan MPLS.

Dokumen rujukan ini juga merupakan bagian dari komunikasi publik dan upaya untuk meningkatkan layanan bagi pemangku kepentingan agar materi-materi, tahapan kegiatan, dan tujuan MPLS bisa dilaksanakan sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Dasar dan Menengah Nomor 12 Tahun 2026 tentang Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah dan Keputusan Menteri Pendidikan Dasar dan Menengah Nomor 198 Tahun 2026 tentang Uraian Materi Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah Ramah.

Saya menyampaikan apresiasi kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam penyusunan dokumen rujukan ini. Besar harapan kami jika dokumen rujukan ini bisa dipergunakan dengan sebaik-baiknya dan sesuai dengan situasi dan kondisi di masing-masing sekolah dengan tetap memastikan ketercapaian dari tujuan pelaksanaan MPLS Ramah ini.

Wassalāmu ‘alaikum wa raḥmatullāhi wa barakātuh

Jakarta, 19 Juni 2026

Menteri Pendidikan Dasar dan Menengah
Republik Indonesia,

Abdul Mu’ti

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	IV
DAFTAR ISI	VI
BAB I	
KETENTUAN UMUM	1
A. Tentang MPLS Ramah	1
B. Asas Penyelenggaraan MPLS Ramah	2
C. Ketentuan Penyelenggaraan MPLS Ramah	2
D. Ruang Lingkup dan Materi MPLS Ramah	3
E. Larangan Penyelenggaraan MPLS Ramah	7
BAB II	
SOSIALISASI MPLS RAMAH	9
A. Materi Sosialisasi MPLS Ramah	9
B. Penjelasan Teknis Sosialisasi MPLS Ramah	10
BAB III	
PELAKSANAAN MPLS RAMAH	14
A. Kegiatan Utama dan Pilihan MPLS Ramah di SMP	14
B. Rangkaian Rujukan Kegiatan Lima Hari MPLS Ramah SMP	15
C. Uraian Rujukan Kegiatan MPLS Ramah SMP	16
Hari Pertama	16
Hari Kedua	31
Hari Ketiga	52
Hari Keempat	72
Hari Kelima	86
BAB IV	
PASCA MPLS RAMAH	93
A. Evaluasi Pelaksanaan MPLS Ramah	93
B. Berbagi di Media Sosial	95
C. Skrining Murid Berkebutuhan Khusus	96
BAB V	
PENUTUP	98
Referensi Materi dan Daftar Unduh	99

BAB I

KETENTUAN UMUM

A. Tentang MPLS Ramah

Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah atau nama lainnya yang selanjutnya disebut MPLS adalah kegiatan pertama bagi murid baru yang dilakukan oleh sekolah untuk menumbuhkan dan memperkuat karakter serta profil lulusan. Pada tahun 2026, Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah menetapkan tema kegiatan MPLS Ramah.

Ramah adalah paradigma dalam melaksanakan MPLS. Dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (KBBI), ramah memiliki tiga arti, yaitu baik hati dan menarik budi bahasanya; manis tutur kata dan sikapnya; suka bergaul dan menyenangkan dalam pergaulan. Dalam bahasa Arab, kata ramah hampir sama dengan kata *rahmah* yang berarti perasaan lembut dan penuh kasih sayang.

MPLS Ramah adalah kegiatan pertama bagi murid baru yang dilakukan oleh sekolah untuk menumbuhkan dan memperkuat karakter serta profil lulusan dengan memuliakan dan menghormati hak anak melalui pemberian pengalaman belajar yang berkesadaran, bermakna, dan bergembira.

MPLS Ramah anti segala bentuk kekerasan, perundungan, intoleransi, dan penindasan terhadap murid. Adapun yang dimaksud MPLS Ramah adalah ramah anak, ramah lingkungan, dan ramah biaya. Dengan MPLS ramah, sekolah bisa menjadi rumah kedua, yaitu tempat semua murid mendapatkan rasa aman, nyaman, bahagia, tenang dan damai karena adanya ikatan kasih sayang, cinta, dan hubungan yang kuat sebagaimana ikatan keluarga.

MPLS Ramah diselenggarakan oleh sekolah pada jalur pendidikan formal pendidikan anak usia dini, jenjang pendidikan dasar, dan jenjang pendidikan menengah. Bentuk sekolah penyelenggara MPLS Ramah meliputi taman kanak-kanak, sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas, sekolah menengah kejuruan, dan sekolah luar biasa.

Penyelenggaraan MPLS Ramah bertujuan untuk membantu murid baru menggali dan mengenali potensi diri, mengenal warga sekolah, mengenali kurikulum, dan lingkungan sekolah sekaligus menjadi gerbang awal pembentukan budaya sekolah yang aman dan nyaman.

B. Asas Penyelenggaraan MPLS Ramah

Penyelenggaraan MPLS Ramah dilaksanakan berdasarkan asas-asas berikut.

1. Humanis

Pandangan yang menempatkan setiap individu sebagai manusia yang bermartabat, memiliki hak asasi, dan diperlakukan tanpa kekerasan serta penuh kasih sayang.

2. Komprehensif

Pendekatan yang menyeluruh dan terpadu dalam mendukung tumbuh kembang dan motivasi belajar murid melalui pelibatan aktif warga sekolah serta pemangku kepentingan.

3. Partisipatif

Pelibatan yang berkesadaran dan bermakna antara warga sekolah dan pemangku kepentingan dalam penyelenggaraan Budaya Sekolah Aman dan Nyaman.

4. Kepentingan Terbaik bagi Anak

Pengambilan keputusan dan tindakan yang senantiasa mengutamakan pemenuhan hak anak.

5. Nondiskriminatif

Perlakuan yang tidak membedakan suku, agama, golongan, etnis, budaya, bahasa, serta kondisi fisik, mental, dan intelektual.

6. Inklusif

Perlakuan yang mengakomodasi dan menjamin penyertaan penuh penyandang disabilitas dalam setiap aspek kehidupan negara dan masyarakat.

7. Keadilan dan Kesetaraan Gender

Relasi sejajar antara perempuan dan laki-laki untuk mendapatkan perlakuan adil dalam mengakses sumber daya, kontrol, partisipasi, dan manfaat pembangunan dan pendidikan.

8. Harmonis

Hubungan yang selaras, saling menghormati, dan berkeadaban antarwarga sekolah serta pemangku kepentingan.

9. Berkelanjutan

Penyelenggaraan Budaya Sekolah Aman dan Nyaman secara konsisten, berkesinambungan, dan menjadi bagian dari rutinitas dan kebiasaan warga sekolah.

C. Ketentuan Penyelenggaraan MPLS Ramah

1. Pelaksanaan MPLS Ramah terdiri atas materi utama dan materi pilihan. Untuk materi utama, uraian aktivitasnya ada pada kegiatan utama. Sementara itu, untuk materi pilihan, uraian aktivitasnya ada pada kegiatan pilihan. Kegiatan utama merupakan kegiatan yang harus dilaksanakan oleh

sekolah pada saat MPLS Ramah, sedangkan kegiatan pilihan merupakan kegiatan yang dapat dipilih sekolah sesuai dengan ciri khas dan kebutuhan sekolah serta materi lain yang dianggap penting.

2. MPLS Ramah dilaksanakan selama 5 hari pada minggu pertama awal tahun ajaran baru. Pelaksanaan MPLS Ramah selama 5 hari dapat dilakukan penyesuaian bagi: sekolah berasrama; sekolah luar biasa; dan sekolah yang menyelenggarakan pendidikan layanan khusus.
3. MPLS Ramah dilaksanakan di lingkungan sekolah. Namun, apabila kegiatan MPLS akan dilakukan di luar lingkungan sekolah, pelaksanaan MPLS harus mendapatkan persetujuan dari kementerian atau dinas pendidikan sesuai dengan kewenangannya.
4. Sekolah menentukan seragam dan atribut yang digunakan oleh murid baru dalam pelaksanaan MPLS Ramah dengan tidak boleh memberatkan murid atau orang tua/wali murid.
5. Panitia MPLS Ramah terdiri atas kepala sekolah, guru, dan tenaga kependidikan
6. Pelaksanaan MPLS Ramah dapat melibatkan pihak terkait yang relevan dengan materi kegiatan MPLS Ramah.
7. Dalam hal terdapat keterbatasan panitia MPLS Ramah, pelaksanaan MPLS Ramah pada SMP/SMPLB, dapat dibantu oleh murid yang tidak memiliki kecenderungan sifat buruk ataupun riwayat sebagai pelaku tindak kekerasan yang merupakan pengurus OSIS, anggota majelis perwakilan kelas, pengurus organisasi ekstrakurikuler, atau murid lain yang memiliki prestasi akademik maupun prestasi non-akademik dengan kemampuan interpersonal yang baik.

D. Ruang Lingkup dan Materi MPLS Ramah



Gambar 1.1 Alur Kegiatan MPLS Ramah

Gambar 1.1 menjelaskan bahwa MPLS Ramah dilakukan dalam tiga tahapan. Hal ini merujuk pada Peraturan Menteri Pendidikan Dasar dan Menengah Nomor 12 Tahun 2026 tentang Masa Perkenalan Lingkungan Sekolah, yaitu perencanaan (sosialisasi MPLS Ramah), pelaksanaan, dan pascapelaksanaan.

Materi dalam pelaksanaan MPLS Ramah terdiri atas materi utama dan materi pilihan sebagai berikut.

Tabel 1.1 Materi Utama dan Pilihan

Materi Utama	Materi Pilihan
1. Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat 2. Pagi Ceria 3. Sopan dan Santun Bermedia Sosial 4. Budaya Senyum, Salam, Sapa, Sopan, dan Santun 5. Gerakan Indonesia Aman, Sehat, Resik, Indah (ASRI) 6. Gerakan Rukun sama Teman	1. Ciri Khas Sekolah 2. Materi Lain yang Dibutuhkan oleh Sekolah

Penyelenggaraan MPLS Ramah tahun ini dirancang sebagai fondasi strategis dalam membentuk karakter dan kesiapan murid dengan memberikan materi-materi berikut.

1. Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat (G7KAIH)

Murid perlu mengamalkan tujuh kebiasaan harian yang akan menjadi disiplin diri, di antaranya sebagai berikut.

- a. Bangun Pagi: melatih kedisiplinan dan kesiapan memulai hari.
- b. Beribadah: bentuk nyata pemenuhan kebutuhan spiritual.
- c. Berolahraga: menjaga kebugaran sebagai modal dasar aktivitas belajar.
- d. Makan Sehat dan Bergizi: memastikan asupan nutrisi untuk pertumbuhan otak dan fisik.
- e. Gemar Belajar: menumbuhkan rasa ingin tahu yang berkelanjutan.
- f. Bermasyarakat: aktif bersosialisasi dan peduli terhadap lingkungan sekitar.
- g. Tidur Cepat: menjamin waktu istirahat yang cukup untuk pemulihan energi.

2. Pagi Ceria

Pagi Ceria merupakan program yang dirancang sebagai kegiatan pembuka sebelum memulai pembelajaran di sekolah. Program ini meliputi kegiatan senam pagi (Senam Anak Indonesia Hebat), menyanyikan lagu Indonesia Raya, dan berdoa bersama. Program ini bertujuan untuk

menciptakan suasana belajar yang positif dan merupakan bagian dari Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.

3. Sopan dan Santun Bermedia Sosial

Sopan dan santun bermedia sosial adalah sikap, perilaku, dan kebiasaan menggunakan media sosial secara beradab, bertanggung jawab, empatik, aman, dan bermanfaat dalam rangka menuju keadaban dan keamanan digital.

Sopan bermedia sosial berarti 'menggunakan bahasa, gambar, komentar, dan unggahan sesuai dengan norma kepatutan'. Orang yang sopan tidak menghina, tidak merendahkan, tidak menyebarkan kebencian, tidak memermalukan orang lain, dan tidak menggunakan media sosial untuk menyerang pribadi. Sementara itu, **santun** bermedia sosial berarti 'menggunakan hati, empati, dan kebijaksanaan sebelum berkomunikasi'.

Keadaban dan keamanan digital yang aman dan nyaman mencakup: penerapan dan pembiasaan adab dan etika dalam berinteraksi di ruang digital, penguatan literasi digital bagi warga sekolah untuk menangkal informasi bohong dan konten negatif serta ancaman kekerasan dan kejahatan siber, dan perlindungan data pribadi warga sekolah dalam proses pembelajaran.

4. Budaya Senyum, Salam, Sapa, Sopan, dan Santun

Budaya Senyum, Salam, Sapa, Sopan, dan Santun atau sering kali disebut dengan 5S merupakan bagian penting dari identitas budaya untuk memperkuat hubungan antar-individu dan masyarakat dalam rangka menciptakan lingkungan yang harmonis. Dengan menerapkan nilai-nilai ini dalam kehidupan kita sehari-hari, hal tersebut akan meningkatkan kualitas interaksi sosial di lingkungan menjadi lebih nyaman.

- a. Senyum: tindakan terkecil, tetapi bisa memberikan dampak yang besar. Senyum dapat meredakan ketegangan, menciptakan kenyamanan, dan menunjukkan rasa welas asih.
- b. Sapa: mengucapkan salam atau sapaan ringan seperti "halo" atau "selamat pagi" dapat membuat orang lain merasa dihargai.
- c. Salam: mengucapkan salam adalah bentuk sopan santun yang sudah seharusnya kita lakukan. Mengawali atau mengakhiri percakapan dengan salam termasuk tanda penghormatan kepada individu lain. Selain itu, salam juga dapat menggambarkan sikap terbuka dan ramah.
- d. Sopan santun: aktivitas ini merupakan kunci dalam menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Sopan santun tidak hanya tindakan,

tetapi juga sikap atau perilaku yang tercermin dalam setiap kata dan tindakan kita.

5. Gerakan Indonesia Aman, Sehat, Resik, dan Indah (ASRI)

Gerakan Indonesia ASRI (Aman, Sehat, Resik, dan Indah) untuk penguatan budaya sekolah yang aman dan nyaman meliputi empat aspek sebagai berikut.

- a. **Aspek aman:** melalui penerapan budaya sekolah yang melindungi seluruh warga sekolah yang mencakup pemenuhan kebutuhan spiritual, perlindungan fisik, kesejahteraan psikologis dan keamanan sosiokultural, serta keadaban dan keamanan digital.
- b. **Aspek sehat:** melalui pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) secara konsisten, antara lain
 - 1) pembiasaan mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun;
 - 2) pembiasaan mengonsumsi makanan sehat dan bergizi di lingkungan sekolah;
 - 3) penggunaan jamban yang bersih dan sehat;
 - 4) pelaksanaan aktivitas fisik atau olahraga secara teratur dan terukur;
 - 5) pencegahan dan pengendalian penyakit, antara lain melalui pemberantasan jentik nyamuk;
 - 6) penerapan dan penegakan Kawasan Tanpa Rokok di lingkungan sekolah; dan
 - 7) pemantauan kesehatan secara berkala, antara lain melalui penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan.
- c. **Aspek resik:** melalui pengelolaan kebersihan dan sampah secara tertib dan berkelanjutan, antara lain
 - 1) kegiatan piket kelas.
 - 2) kerja bakti secara berkala;
 - 3) pembiasaan membuang sampah pada tempatnya;
 - 4) penyediaan dan pemanfaatan tempat sampah terpilah; dan
 - 5) penerapan prinsip mengurangi (*reduce*), menggunakan kembali (*reuse*), dan mendaur ulang (*recycle*) melalui pengurangan jumlah sampah, pemanfaatan kembali barang yang masih layak pakai, dan pendauran ulang sampah sesuai dengan kondisi dan kapasitas masing-masing sekolah.
- d. **Aspek indah:** melalui penataan lingkungan sekolah yang rapi dan nyaman dengan melibatkan seluruh warga sekolah, antara lain
 - 1) kegiatan pelestarian lingkungan sekolah dengan menata taman dan pepohonan secara terencana, serta pemanfaatan ruang terbuka hijau;

- 2) menata ruang kelas, halaman, dan fasilitas umum sekolah dengan rapi;
- 3) menumbuhkan budaya antri, tertib, dan tidak merusak fasilitas sekolah; dan
- 4) melakukan edukasi tentang estetika, keindahan, kebersihan, dan keberlanjutan bagi seluruh warga sekolah.

6. Gerakan Rukun Sama Teman

Gerakan Rukun Sama Teman (GRST) adalah gerakan pembiasaan positif yang mendorong murid untuk membangun hubungan yang sehat, saling menghargai, dan peduli terhadap sesama dalam kehidupan sehari-hari di sekolah. GRST dilakukan melalui berbagai praktik sederhana yang dilakukan secara konsisten, GRST menumbuhkan nilai-nilai empati, kepedulian, gotong royong, dan komunikasi positif sebagai fondasi terciptanya lingkungan belajar yang aman, nyaman, inklusif, dan menggembirakan.

Tujuan dari GRST adalah mengembangkan kemampuan murid dalam: (i) memberikan dukungan psikologis awal kepada teman sebaya; (ii) menumbuhkan keterampilan komunikasi yang efektif dan positif; (iii) meningkatkan kesadaran dan kepedulian murid terhadap kesehatan mental, melalui pembiasaan refleksi diri, pengelolaan emosi, saling mendukung, serta penciptaan lingkungan pertemanan yang aman dan nyaman; (iv) menanamkan nilai keadilan, kesetaraan gender, dan inklusivitas dalam kehidupan sehari-hari di sekolah, sehingga murid terbiasa menghormati keberagaman, menolak diskriminasi, serta menciptakan ruang pergaulan yang terbuka dan ramah bagi semua; dan (v) membangun budaya pertemanan yang rukun, aman, dan saling menghargai, sebagai upaya pencegahan perundungan, diskriminasi, dan berbagai bentuk kekerasan di lingkungan satuan pendidikan.

7. Materi Pilihan

Materi pilihan yang terdiri atas ciri khas dan kebutuhan sekolah merupakan kegiatan yang dipilih dan ditetapkan oleh sekolah. Materi tersebut dapat berupa sebagai berikut.

- a. Ciri khas sekolah adalah materi yang terkait dengan nilai, tradisi, dan keunggulan sekolah.
- b. Materi lain yang dibutuhkan oleh sekolah, seperti seperti narkoba, psikotropika, dan zat adiktif lainnya (NAPZA), anti-korupsi, dsb.

E. Larangan Penyelenggaraan MPLS Ramah

1. Melakukan perpeloncoan atau bentuk kekerasan lainnya.
2. Melakukan pungutan biaya atau pungutan bentuk lainnya.

3. Memberikan aktivitas yang tidak relevan dengan kegiatan MPLS.
4. Menggunakan atribut yang tidak edukatif dan/atau tidak relevan dengan kegiatan MPLS.
5. Melibatkan alumni sebagai penyelenggara MPLS.
6. Melibatkan murid yang tidak memenuhi kriteria sesuai dengan aturan berlaku.

Sekolah yang melanggar ketentuan larangan tersebut akan diberhentikan pelaksanaan kegiatan MPLS-nya dan diberikan sanksi berupa: teguran tertulis; penundaan atau pengurangan hak; pembebasan tugas; dan/atau pemberhentian sementara/tetap dari jabatan oleh pejabat yang berwenang.

BAB II

SOSIALISASI MPLS RAMAH

Sebelum MPLS Ramah hari pertama dilaksanakan, sekolah melakukan sosialisasi program MPLS Ramah kepada orang tua/wali murid melalui surat resmi, pertemuan tatap muka, maupun media komunikasi lain yang efektif. Sosialisasi dilaksanakan paling lambat lima hari sebelum pelaksanaan MPLS.

A. Materi Sosialisasi MPLS Ramah

Dalam pelaksanaan sosialisasi MPLS Ramah, sekolah menyampaikan materi yang paling sedikit memuat hal-hal sebagai berikut.

1. Tujuan dan asas MPLS Ramah
2. Materi, jadwal, dan larangan MPLS Ramah
3. Peran serta tanggung jawab panitia MPLS Ramah
4. Peran serta tanggung jawab orang tua/wali murid
5. Mekanisme pelaporan atau pengaduan jika terjadi pelanggaran dalam MPLS Ramah
6. Kesepakatan tata tertib sekolah dengan orang tua/wali murid. Bisa melalui pakta integritas
7. Edukasi orang tua terkait pola pengasuhan anak. Referensi materi dapat dilihat pada tautan <https://s.id/edukasi-parenting> atau pematik menyatakannya dengan kondisi sekolah masing-masing.
8. Edukasi penguatan nilai-nilai karakter melalui makan sehat bergizi. Referensi materi dapat dilihat pada tautan <https://s.id/penguatankarakter-makansehatbergizi>
9. Pemberitahuan bahwa murid akan berpartisipasi dalam beberapa tes, antara lain
 - a. Identifikasi Massa Tubuh dan Tes Fleksibilitas;
 - b. Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid;
 - c. Asesmen Literasi Membaca dan Numerasi untuk MPLS; dan
 - d. Identifikasi Bakat dan Minat
10. Pendaftaran Cek Kesehatan Gratis (CKG)
11. Pengisian formulir deteksi dini, antara lain
 - a. instrumen data murid baru; dan
 - b. formulir survei pengenalan karakteristik dan kebutuhan perkembangan murid baru setelah pelaksanaan MPLS.
12. Evaluasi pelaksanaan MPLS setelah MPLS selesai dilaksanakan.

B. Penjelasan Teknis Sosialisasi MPLS Ramah

1. Identifikasi Massa Tubuh

Definisi

Identifikasi Massa Tubuh adalah ukuran yang diperoleh dari perbandingan berat badan dan tinggi badan murid.

Tujuan

- a. mengetahui status gizi dan komposisi tubuh murid;
- b. mengidentifikasi murid dengan risiko kesehatan terkait berat badan; serta
- c. memberikan data dasar untuk perencanaan program kesehatan dan kebugaran sekolah.

Catatan Penting

1. Jadwal pengukuran tinggi badan dan berat badan disesuaikan oleh sekolah berdasarkan jumlah murid dan ketersediaan waktu pelaksanaan.
2. Jika hasil Identifikasi Massa Tubuh menunjukkan perlunya perhatian lebih lanjut, sekolah dapat mengarahkan murid dan orang tua untuk berkonsultasi dengan UKS, puskesmas, tenaga kesehatan, atau layanan kesehatan lain yang tersedia.
3. Orang tua/wali dapat menyesuaikan pola makan, aktivitas fisik, dan pendampingan kesehatan anak sesuai kategori Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk mendukung tumbuh kembang, menjaga kebugaran, serta mencegah risiko kesehatan.

Petugas, alat, dan bahan yang diperlukan dalam kegiatan ini adalah

- a. 1 orang pencatat data;
- b. 1–2 orang pengawas dan instruktur;
- c. timbangan badan (digital atau analog) yang sudah dikalibrasi;
- d. stadiometer atau alat ukur tinggi badan (microtoise); dan
- e. alat tulis dan kalkulator.

Alur Kegiatan

- a. Murid diminta melepas alas kaki, jaket, dan atribut berat lainnya.
- b. Murid berdiri tegak di atas timbangan dengan posisi tubuh seimbang. Catat berat badan dalam kilogram (kg) dengan ketelitian 0,1 kg.
- c. Murid berdiri tegak membelakangi stadiometer, dengan tumit, bokong, punggung, dan kepala bagian belakang menempel pada dinding. Pandangan lurus ke depan.
- d. Catat tinggi badan dalam sentimeter (cm) dengan ketelitian 0,1 cm, lalu konversi ke meter (m).
- e. Hitung IMT dengan rumus: $IMT = \text{Berat Badan (kg)} / [\text{Tinggi Badan (m)}]^2$.

- f. Catat hasil IMT dan informasikan kepada murid agar dapat diinput saat pelaksanaan rangkaian tes pada hari ketiga.
- g. Tabel rekomendasi hasil IMT untuk murid, sekolah, dan orang tua dapat dilihat pada laman

<https://cerdasberkarakter.kemendikdasmen.go.id/mplsramah/>

Hasil Penilaian

Hasil IMT dihitung dengan rumus berikut.

Hasil IMT dihitung dengan rumus

$$\text{IMT} = \text{Berat Badan (kg)} \div [\text{Tinggi Badan (m)}]^2$$

contoh: Jika berat badan 50 kg dan tinggi badan 1,60 m, maka $\text{IMT} = 50 / (1,60 \times 1,60) = 50 / 2,56 = 19,53 \text{ kg/m}^2$.

2. Pendaftaran Cek Kesehatan Gratis (CKG)

Pendaftaran Cek Kesehatan Gratis (CKG) bertujuan untuk memastikan murid tercatat sebagai peserta pemeriksaan kesehatan melalui pengisian data dan kuesioner kesehatan awal pada aplikasi SATUSEHAT Mobile. Melalui pendaftaran ini, sekolah dapat memantau keterlibatan orang tua/wali murid, mengidentifikasi jumlah murid yang telah didaftarkan, serta mengingatkan orang tua/wali yang belum melengkapi data.

CKG adalah pemeriksaan untuk mendeteksi secara dini kondisi kesehatan murid, meliputi aspek gizi, kesehatan indra, dan kesehatan umum. Kegiatan ini diharapkan dapat membantu mengidentifikasi faktor risiko kesehatan sejak dini sehingga sekolah, orang tua/wali murid, dan tenaga kesehatan dapat memberikan dukungan yang sesuai untuk mewujudkan generasi yang sehat secara fisik serta siap mengikuti proses pembelajaran.

Catatan Penting

Pada akhir pelaksanaan MPLS, sekolah wajib melaporkan jumlah murid yang telah didaftarkan oleh orang tua mengikuti CKG Tahun 2026 melalui instrumen Evaluasi Pelaksanaan MPLS Ramah. Pendaftaran CKG untuk jenjang SMP dilakukan oleh orang tua/wali murid.

Alat dan bahan

- a. laptop/gawai untuk melakukan pendaftaran dan
- b. panduan pendaftaran CKG pada SATUSEHAT Mobile.

Alur kegiatan

- a. Pihak sekolah berkoordinasi dengan puskesmas atau tenaga kesehatan terkait jadwal pelaksanaan Cek Kesehatan Gratis (CKG) di sekolah.

- b. Sekolah menyampaikan informasi kepada orang tua/wali mengenai pengisian kuesioner kesehatan di aplikasi SATUSEHAT Mobile (SSM) melalui surat edaran, grup komunikasi sekolah, ataupun pertemuan secara daring/luring.
- c. Orang tua/wali murid melakukan pendaftaran peserta Cek Kesehatan Gratis (CKG) Sekolah melalui aplikasi SATUSEHAT Mobile. Panduan pendaftaran CKG pada SATU SEHAT Mobile dapat dilihat pada tautan berikut: <https://s.id/PanduanCKG>.
- d. Murid yang telah mengikuti CKG pada tahun 2026 tidak perlu didaftarkan kembali sebagai peserta CKG. Namun, sekolah tetap perlu mendata murid tersebut sebagai bagian dari evaluasi.
- e. Sekolah mengkonfirmasi data orang tua/wali murid yang telah melakukan registrasi dan pengisian kuesioner. Orang tua/wali murid yang belum melengkapi data diberikan pengingat kembali.
- f. Pelaksanaan pemeriksaan kesehatan di sekolah dilakukan sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan dengan tenaga kesehatan setempat (puskesmas).
- g. Sekolah melakukan pendataan murid yang sudah didaftarkan untuk mengikuti CKG sampai dengan hari terakhir pelaksanaan MPLS.
- h. Kepala sekolah wajib melaporkan jumlah murid yang sudah mendaftar untuk mengikuti CKG tahun 2026 pada instrumen evaluasi implementasi MPLS Ramah yang diisi oleh kepala sekolah.

3. Deteksi Dini

Deteksi dini pada masa MPLS Ramah dilaksanakan untuk pengenalan karakteristik dan kebutuhan perkembangan murid yang mencakup

- a. karakteristik personal, seperti cenderung pendiam, mudah bergaul, dan suka menolong;
- b. latar belakang personal, seperti data demografis, identitas agama dan kepercayaan yang dianut, kondisi ekonomi, dan etnis;
- c. latar belakang kondisi keluarga dan penanggung jawab pengasuhan, seperti kondisi orang tua atau wali murid sebagai pengasuh utama, dan peran keluarga dekat (kakek, nenek, paman, tante, atau kakak);
- d. akademik, seperti gaya belajar, minat belajar, hambatan belajar, dan memerlukan pendampingan belajar;
- e. kesehatan, seperti alergi dan ciri khusus fisik; serta
- f. kondisi berkebutuhan khusus/non-berkebutuhan khusus, seperti fisik, intelektual, mental, sensorik yang dapat dialami secara tunggal, ganda, atau multi dalam jangka waktu lama yang ditetapkan oleh tenaga medis.

Proses pengumpulan informasi untuk deteksi dini tersebut dilakukan dengan melibatkan murid serta orang tua/wali murid. Keterlibatan orang tua/wali murid

menjadi penting untuk memastikan informasi yang diberikan lebih lengkap, akurat, dan sesuai dengan kondisi murid yang sebenarnya.

Beberapa instrumen yang dapat digunakan sekolah untuk mengenal karakteristik dan kebutuhan perkembangan murid adalah sebagai berikut.

a. Instrumen Biodata Murid

Instrumen biodata murid adalah formulir pengumpulan data dasar yang digunakan oleh sekolah untuk memperoleh informasi mengenai identitas murid, kondisi keluarga, latar belakang sosial ekonomi, serta data pendukung lainnya pada awal masa pendidikan. Instrumen ini diisi oleh orang tua/wali atau bersama murid sesuai kebutuhan agar data yang diberikan sesuai dengan dokumen kependudukan dan kondisi keluarga yang sebenarnya. Data yang diperoleh menjadi dasar bagi sekolah dalam memutakhirkan administrasi murid, menjalin komunikasi dengan orang tua/wali, dan memetakan kondisi keluarga.

b. Survei Pengenalan Karakteristik dan Kebutuhan Perkembangan Murid

Survei ini merupakan pengumpulan informasi mengenai kondisi, minat, pengalaman belajar, karakteristik personal, kondisi keluarga, kesehatan, serta kebutuhan dukungan melalui formulir yang diisi oleh murid. Survei ini digunakan untuk membantu sekolah memahami profil dan kebutuhan perkembangan murid secara menyeluruh sehingga sekolah dapat menyiapkan layanan pendidikan, pendampingan, dan pengembangan diri yang sesuai agar murid dapat mengikuti pembelajaran dengan aman, nyaman, dan optimal.

Hasil deteksi dini di atas dapat dimanfaatkan untuk menyiapkan layanan pendidikan, pendampingan, pembelajaran, dan dukungan yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing murid.

Untuk pelaksanaan lebih detail terkait Deteksi Dini dapat dilihat pada laman Cerdas Berkarakter yang dapat diakses melalui tautan <https://cerdasberkarakter.kemendikdasmen.go.id/deteksidini>

BAB III

PELAKSANAAN MPLS RAMAH

A. Kegiatan Utama dan Pilihan MPLS Ramah di SMP

Setiap kegiatan dari MPLS Ramah terbagi menjadi materi utama dan pilihan, juga mengacu kepada tujuan dari MPLS, yaitu (i) pengenalan potensi diri; (ii) pengenalan warga sekolah; (iii) pengenalan kurikulum; dan (iv) pengenalan lingkungan sekolah. Pada tabel Kegiatan MPLS Ramah menjelaskan aktivitas-aktivitas yang dilakukan.

Tabel 3.1 Kegiatan MPLS Ramah

Materi Utama	Kegiatan
Tujuan: Pengenalan Potensi Diri	
G7KAIH	1. Aku Anak Indonesia Hebat, Karakterku Kuat 2. Rangkaian Pagi Ceria dan Tes Fleksibilitas 3. Unjuk Karya 4. Refleksi, Doa, dan Penutup
Pagi Ceria	Pertemuan Pagi Ceria
Sopan dan Santun Bermedia Sosial	Literasi Digital
Gerakan Rukun Sama Teman	1. Pengenalan Diri 2. Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid, Asesmen Literasi, Asesmen Numerasi, dan Identifikasi Bakat dan Minat 3. Sahabat Hebat: Dengar, Peduli, dan Hargai
Materi Pilihan	Pencegahan NAPZA (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya)
Tujuan: Pengenalan Warga Sekolah	
Budaya Senyum, Salam, Sapa, Sopan, dan Santun	Salam Sapa Murid Baru

Materi Utama	Kegiatan
Gerakan Rukun Sama Teman	Ruang Perjumpaan Murid Baru
Tujuan: Pengenalan Lingkungan Sekolah	
G7KAIH	Upacara Bendera sesuai dengan SEB No.9/2026
Gerakan Indonesia Asri	1. Wawasan Wiyata Mandala 2. ASRI: Aku, Kamu, dan Lingkungan Kita Bersama 3. Aku dan Sekolahku 4. Aku dan Sekitarku 5. Siaga Bencana
Materi Pilihan	Budaya Sekolah Berbasis Kekhasan Sekolah
Tujuan: Pengenalan Kurikulum	
Pengenalan Kurikulum melalui Penumbuhan Motivasi, Semangat, dan Cara Belajar yang Efektif	

B. Rangkaian Rujukan Kegiatan Lima Hari MPLS Ramah SMP

Pada saat pelaksanaan hari pertama MPLS sangat disarankan agar murid baru diantar ke sekolah oleh Ayah dan Ibu atau wali murid.

Tabel 3.2 Rangkaian Rujukan Kegiatan Lima Hari MPLS SMP

Hari	Kegiatan
Pertama	1. Salam Sapa Murid Baru 2. Upacara Bendera sesuai dengan SEB No. 9/2026 3. Pengenalan Diri 4. Wawasan Wiyata Mandala 5. Aku dan Sekolahku 6. Aku dan Sekitarku 7. Aku Anak Indonesia Hebat, Karakterku Kuat 8. Refleksi dan Doa Penutup
Kedua	1. Salam Sapa Murid Baru 2. Pertemuan Pagi Ceria, Cek Denyut Jantung, dan Tes Fleksibilitas 3. Ruang Perjumpaan Murid Baru

Hari	Kegiatan
	4. Siaga Bencana 5. Refleksi dan Doa Penutup
Ketiga	1. Salam Sapa Murid Baru 2. Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid, Asesmen Literasi, Asesmen Numerasi, serta Identifikasi Bakat dan Minat 3. Literasi Digital 4. Pencegahan Isu NAPZA (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif) 5. Refleksi dan Doa Penutup
Keempat	1. Salam Sapa Murid Baru 2. Sahabat Hebat: Dengar, Peduli, dan Hargai 3. Ciri Khas Sekolah 4. Pengenalan Kurikulum melalui Penumbuhan Motivasi, Semangat, dan Cara Belajar yang Efektif 5. ASRI: Aku, Kamu, dan Lingkungan Kita Bersama 6. Refleksi dan Doa Penutup
Kelima	1. Salam Sapa Murid Baru 2. Pertemuan Pagi Ceria 3. Unjuk Karya 4. Penutupan MPLS dan Doa Penutup

Catatan:

Guru diharapkan untuk mengimbuu dan membiasakan murid agar memakan sehat dan bergizi setiap hari sebagai bagian dari pembentukan budaya hidup sehat di sekolah.

C. Uraian Rujukan Kegiatan MPLS Ramah SMP

Hari Pertama

Tabel 3.3 Rujukan Kegiatan MPLS Hari Pertama

No.	Jenis Materi	Kegiatan	Durasi
1.	Materi Utama	Salam Sapa Murid Baru	Sebelum kegiatan pembelajaran dimulai.

No.	Jenis Materi	Kegiatan	Durasi
2.	Materi Utama	Upacara Bendera sesuai dengan SEB No.9/2026	30 menit
3.	Materi Utama	Pengenalan Diri	20 menit
4.	Materi Utama	Wawasan Wiyata Mandala	40 menit
5.	Materi Utama	Aku dan Sekolahku	45 menit
6.	Materi Utama	Aku dan Sekitarku	30 menit
7.	Materi Utama	Aku Anak Indonesia Hebat, Karakterku Kuat	60 menit
8.	Materi Utama	Refleksi dan Doa Penutup	15 menit
Total Durasi			240 menit

DESKRIPSI KEGIATAN MPLS HARI PERTAMA

1. Salam Sapa Murid Baru

Tujuan Kegiatan:

Untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan inklusif dengan membangun kedekatan emosional antara guru dan murid baru.

Tabel 3.4 Uraian Kegiatan Salam Sapa Murid Baru

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Senyum, Salam, Sapa, Sopan, Santun	Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai)
Total Durasi		Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai)

Durasi: Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai).

Alat dan Bahan:

- Jinggel MPLS Ramah yang berjudul *Hari Baru* (Tautan: <https://s.id/laguharibaru>);
- Lagu *Rukun Sama Teman* (Tautan: <https://s.id/lagurukunsamatemam>); dan
- Seperangkat media dan alat pelantang/pengeras suara (jika ada).

Alur Kegiatan:

- a. Guru menyambut murid dan orang tua/wali di gerbang sekolah dengan (5S) senyum, salam, sapa, sopan, santun.
- b. Murid diarahkan untuk memasuki lingkungan sekolah dengan tertib dan penuh semangat.
- c. Guru piket memutarakan
 - 1) Jingle MPLS Ramah yang berjudul *Hari Baru* dan
 - 2) lagu *Rukun Sama Teman*.

2. Upacara Bendera sesuai dengan SEB No.9/2026

Tujuan Kegiatan:

Membangun jiwa nasionalisme dan rasa cinta tanah air.

Tabel 3.5 Uraian Kegiatan Upacara Bendera sesuai dengan SEB No.9/2026

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Upacara Bendera	30 menit
Total Durasi		30 menit

Durasi: 30 menit.

Alat dan Bahan:

- a. Bendera Merah Putih;
- b. lagu *Indonesia Raya* yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/laguindonesiaraya2026> dan lagu wajib nasional;
- c. Lagu *Rukun Sama Teman* yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/lagurukunsamateman>; serta
- d. pelantang/pengeras suara (jika ada).

Alur Kegiatan:

- a. Guru dan tenaga kependidikan menyiapkan lokasi upacara dengan tertib.
- b. Murid berkumpul, guru memutar jingle MPLS Ramah dan lagu *Rukun Sama Teman* yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/laguharibaru> dan <http://s.id/lagurukunsamateman>
- c. Murid melaksanakan upacara bendera sesuai dengan Surat Edaran Bersama (SEB) No. 9 Tahun 2026 Tentang Pelaksanaan Upacara Bendera di Sekolah. (<http://s.id/seupacarabendera>).
- d. Referensi susunan upacara dapat dilihat pada tautan berikut <http://s.id/seupacarabendera>.
- e. Setelah upacara bendera selesai, peserta upacara menyanyikan dan/atau mendengarkan lagu *Rukun Sama Teman* bersama-sama.

Catatan:

Dalam pelaksanaan upacara bendera, ikrar pelajar Indonesia dibacakan secara serentak dengan menggunakan *Teks Ikrar Pelajar Indonesia*. Sebagai bentuk penyeragaman, berikut *Teks Ikrar Pelajar Indonesia*.

Ikrar Pelajar Indonesia

Kami, Pelajar Indonesia, berikrar untuk

- 1. beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa;*
- 2. menghormati dan mencintai orang tua dan guru;*
- 3. belajar dengan baik dan sungguh-sungguh;*
- 4. rukun dengan teman; dan*
- 5. mencintai tanah air Indonesia.*

3. Pengenalan Diri**Tujuan Kegiatan:**

Membantu murid mengenal potensi diri dan warga sekolah.

Tabel 3.6 Uraian Kegiatan Pengenalan Diri

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Pengondisian	5 menit
2.	Eksplorasi Diri	15 menit
Total Durasi		20 menit

Durasi: 20 menit.

Alat dan Bahan:

- a. pelantang/pengeras suara (jika ada);
- b. proyektor/ Papan Digital Interaktif (jika ada);
- c. laptop (jika ada);
- d. bola; dan
- e. kertas.

Alur Kegiatan:

- a. Guru mencairkan suasana, membangun keakraban, rasa aman, saling kenal, dan gembira dengan pemecah kebekuan/*ice breaking*. Inspirasi pemecah kebekuan/*ice breaking* disertai dengan penjelasannya adalah
 - 1) pemecah kebekuan/*ice breaking* gerak dan lagu, contoh video: <http://s.id/ibgerakdanlagu>; dan
 - 2) pemecah kebekuan/*ice breaking* gerakan ringan: lawan Kata. Peserta harus melakukan gerakan atau mengatakan kata yang merupakan

lawan dari yang diberikan. Contoh video: <http://s.id/icebreakinglawankata>.

- b. Guru memberikan pertanyaan nama, asal sekolah, hobi, dan mata pelajaran kesukaannya pada seorang murid untuk memantik pengenalan sambil melempar bola. Murid menangkap bola dan menjawab pertanyaan tersebut.
- c. Murid yang sudah menjawab kemudian melempar bola kepada murid lainnya secara berantai sampai seluruh murid memperkenalkan diri.
- d. Guru menyampaikan pesan bahwa setiap individu memiliki keunikan dalam bakat, minat, dan potensinya untuk dikembangkan secara optimal, serta pentingnya saling menghargai, hidup rukun, dan mendukung satu sama lain dalam keberagaman.

4. Wawasan Wiyata Mandala

Tujuan Kegiatan:

Murid memahami wawasan wiyata mandala berupa visi, misi, program, kegiatan, tata tertib dan budaya sekolah.

Tabel 3.7 Uraian Kegiatan Wawasan Wiyata Mandala

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Pengenalan warga sekolah, visi, misi, sejarah, program, kegiatan, tata tertib, dan budaya sekolah.	30 menit
2.	Membuat kesepakatan kelas.	10 menit
Total Durasi		40 menit

a. Kegiatan 1

Kegiatan 1 berupa pengenalan warga sekolah, visi, misi, sejarah, program, kegiatan, tata tertib, dan budaya sekolah.

Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan ini adalah agar murid memahami Wawasan Wiyata Mandala berupa visi, misi, sejarah, program, dan budaya sekolah.

Durasi: 30 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) alat tulis;
- 2) laptop (jika ada);
- 3) proyektor (jika ada); dan
- 4) pelantang/pengeras suara (jika ada).

Alur Kegiatan:

- 1) Guru dan tenaga kependidikan menyambut murid baru dan orang tua dengan senyum dan sapaan hangat dan ramah.
- 2) Guru memperkenalkan kepala sekolah, guru, dan warga sekolah lainnya seperti petugas keamanan dan kebersihan kepada murid baru.
- 3) Guru menjelaskan tentang visi, misi, program, budaya, kegiatan dan tata tertib sekolah yang perlu dipahami dan diketahui oleh murid dan orang tua.

b. Kegiatan 2

Kegiatan 2 berupa penyusunan kesepakatan kelas.

Tujuan kegiatan

Membangun komitmen bersama antara guru dan murid agar pelaksanaan kegiatan MPLS berjalan tertib, aman, nyaman, saling menghargai, dan penuh tanggung jawab.

Durasi:10 menit.

Alat dan Bahan:

Alat dan bahan yang digunakan untuk melaksanakan kegiatan ini adalah

- 1) kertas plano/papan tulis;
- 2) *sticky notes* atau kertas kecil;
- 3) spidol; dan
- 4) selotip/perekat.

Alur Kegiatan:

- 1) Guru menjelaskan pentingnya membuat kesepakatan kelas agar kegiatan MPLS berjalan dengan nyaman dan menyenangkan bagi semua pihak.
- 2) Guru mengajak murid untuk menyampaikan hal-hal yang perlu disepakati selama MPLS, seperti disiplin waktu, saling menghargai, menjaga kebersihan, dan aktif berpartisipasi.
- 3) Guru menuliskan hasil diskusi dan merumuskan poin-poin kesepakatan kelas bersama murid.
- 4) Murid dan guru menyetujui kesepakatan yang telah dibuat sebagai bentuk komitmen bersama selama mengikuti MPLS.

5. Aku dan Sekolahku**Tujuan Kegiatan:**

Membantu murid baru mampu mengenal dan beradaptasi terhadap sarana prasarana yang tersedia di lingkungan sekolah. Terdapat dua mata kegiatan yang dapat dilakukan.

Tabel 3.8 Uraian Kegiatan Aku dan Sekolahku

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Tur Sekolah Interaktif	35 menit
2.	Mengisi Lembar Observasi Murid	10 menit
Total Durasi		45 menit

a. Kegiatan 1

Kegiatan 1 berupa tur sekolah interaktif.

Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk

- 1) Mengenalkan murid pada lokasi-lokasi yang ada di sekolah (ruang kelas, perpustakaan, ruang kepala sekolah, ruang guru, UKS, kantin, laboratorium, toilet, tempat ibadah, lapangan, jalur evakuasi, titik kumpul aman, dan fasilitas lainnya) serta
- 2) Memberikan pemahaman tentang fungsi setiap fasilitas dan bagaimana fasilitas tersebut mendukung kegiatan belajar mengajar.

Durasi: 35 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) Kertas
- 2) Pulpen/spidol.

Alur Kegiatan:

- 1) Murid dibagi menjadi kelompok kecil (7–10 orang) dapat disesuaikan dengan jumlah murid.
- 2) Untuk memudahkan pelaksanaan kegiatan, sekolah bisa menyediakan denah sekolah yang berisi lokasi fasilitas sekolah, lokasi Alat Pemadam Api Ringan (APAR), jalur evakuasi, dan titik kumpul aman.
- 3) Masing-masing kelompok dipandu/dibimbing oleh guru dan kakak OSIS/MPK untuk mengunjungi lokasi fasilitas sekolah dan memberikan penjelasan singkat tentang fungsi fasilitas tersebut.

b. Kegiatan 2

Kegiatan 2 berupa pengisian lembar observasi murid.

Tujuan Kegiatan:

Tujuan kegiatan ini adalah untuk membangun rasa kepemilikan dan tanggung jawab terhadap fasilitas sekolah.

Durasi: 10 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) Lembar observasi murid
- 2) Alat tulis.

Alur Kegiatan

- 1) Guru menjelaskan tujuan observasi.
- 2) Guru membagikan lembar observasi kepada masing-masing murid. Lembar observasi bisa berupa tabel sederhana yang berisi fasilitas sekolah (contoh ada pada Tabel 10).
- 3) Murid kemudian diminta untuk berbagi tentang hal baru dan menarik yang mereka dapatkan melalui kegiatan tur sekolah interaktif pada lembar observasi murid.

Tabel 3.9 Contoh Lembar Observasi Murid

No.	Nama Fasilitas	Hal Baru yang Dipelajari	Bagaimana Saya Akan Menjaganya?
1.	Perpustakaan	(misal: cara meminjam buku)	(misal: tidak mencoret-corek buku)
2.	Laboratorium		
3.	Ruang Kesenian		
4.	Lapangan Olahraga		
5.	Kantin		
6.	Toilet		
7.	UKS		
8.	Ruang Pramuka		
9.	Alat Pemadam Api Ringan (APAR)		
10.	Jalur Evakuasi		
11.	Titik Kumpul Aman		

No.	Nama Fasilitas	Hal Baru yang Dipelajari	Bagaimana Saya Akan Menjaganya?
12.	Ruang Guru		
13.	Ruang Tata Usaha		
14.	Ruang BK		
15.	Lainnya (disesuaikan dengan kondisi sekolah)		

*Sesuai dengan kondisi di sekolah

6. Aku dan Sekitarku

Tujuan Kegiatan:

Membantu murid baru mengenal dan beradaptasi terhadap kondisi lingkungan sekitar sekolah.

Tabel 3.10 Uraian Kegiatan Aku dan Sekitarku

No.	Uraian Kegiatan/Materi	Durasi
1.	Pengenalan Lingkungan Sekitar Sekolah	10 menit
2.	Pengisian Lembar Penjelajahan Fasilitas Umum	20 menit
Total Durasi		30 menit

a. Kegiatan 1

Kegiatan 1 berupa pengenalan lingkungan sekitar sekolah.

Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengenalkan murid pada kondisi dan fasilitas umum di sekitar sekolah.

Durasi: 10 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) laptop (jika ada);
- 2) proyektor (jika ada);
- 3) denah/ peta lingkungan sekitar sekolah;
- 4) papan tulis.

Alur Kegiatan:

- 1) Guru menjelaskan pentingnya murid memahami lingkungan di sekitar sekolah.
- 2) Guru mengenalkan kondisi dan fasilitas umum yang berada di sekitar sekolah kepada murid baru (jika memungkinkan dilakukan dengan pemutaran video, denah/peta, dan gambar).

b. Kegiatan 2

Kegiatan 2 berupa pengisian lembar penjelajahan fasilitas umum.

Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk

- 1) Melatih keterampilan murid untuk mencatat dan mengamati secara sistematis melalui lembar observasi lingkungan sekolah serta
- 2) Memahami peran dan manfaat fasilitas umum di sekitar sekolah dalam mendukung akses dan akomodasi pembelajaran.

Durasi: 20 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) Lembar observasi lingkungan sekolah
- 2) Alat tulis.

Alur Kegiatan

- 1) Murid diminta untuk menuliskan atau membuat peta sederhana perjalanan dari rumah ke sekolah, apa saja fasilitas umum yang mereka lewati, dan bagaimana kondisi lingkungan sekitar sekolah yang mereka lihat.
- 2) Guru meminta membandingkan peta yang sudah dibuat dengan penjelasan sebelumnya dengan mengisi lembar observasi sederhana (contoh pada Tabel 12).
- 3) Guru meminta perwakilan murid menyampaikan hasil identifikasinya dan berdiskusi serta tanya jawab dilanjutkan dengan memberikan refleksi.

Tabel 3.11 Contoh Lembar Observasi Lingkungan Sekolah

No.	Kondisi dan Fasilitas yang Telah Disampaikan Sekolah	Peta Sederhana Murid	Sama/Berbeda	Potensi Bahaya dan Pencegahan yang Dapat Dilakukan
1.	Lapangan		Sama (sudah melihat)	
2.	Pemadam Kebakaran		Berbeda (belum melihat)	
3.	Fasilitas Pelayanan Kesehatan (seperti Rumah Sakit, Puskesmas, Puskesmas Pembantu, Klinik)			
4.	Sungai			
5.	Papan Informasi (Rambu Lalu Lintas, Rambu Evakuasi di jalan, Papan Informasi Bahaya)			
6.	Zona Selamat Sekolah (ZoSS)			
7.	Pos Polisi			
8.	Tebing/Jurang			

No.	Kondisi dan Fasilitas yang Telah Disampaikan Sekolah	Peta Sederhana Murid	Sama/Berbeda	Potensi Bahaya dan Pencegahan yang Dapat Dilakukan
9.	Jembatan			
10.	Lubang Galian			
11.	Satwa Liar			

*Disesuaikan dengan kondisi masing-masing sekolah

7. Aku Anak Indonesia Hebat, Karakterku Kuat

Tujuan Kegiatan:

Menumbuhkan dan menguatkan karakter serta dimensi profil lulusan murid baru.

Tabel 3.12 Uraian Kegiatan Aku Anak Indonesia Hebat, Karakterku Kuat

No.	Uraian Kegiatan	Menit
1.	Diseminasi Materi Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat (G7KAIH)	20 menit
2.	Simulasi Pengisian Catatan Harian Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat (G7KAIH)	10 menit
3.	Kegiatan Interaktif G7KAIH: Bernyanyi, Beraksi, dan Berkarakter!	30 menit
	Total Durasi	60 menit

a. Kegiatan 1

Kegiatan 1 berupa Diseminasi Materi Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.

Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk

- 1) Memberikan penjelasan mengenai Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat serta
- 2) Memberikan pemahaman mengenai manfaat penerapan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.

Durasi: 20 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) Laptop (jika ada);
- 2) Proyektor (jika ada).

Alur Kegiatan:

- 1) Guru memulai sesi dengan pemecah kebekuan/*ice breaking* berupa yel-yel Anak Indonesia Hebat (Sehat, Cerdas, Berkarakter) yang dapat diakses melalui tautan <http://bit.ly/yelyelAIH>.
- 2) Sebelum memaparkan materi, guru memberikan pertanyaan pemantik kepada murid, misalnya "Apa saja kebiasaan kecil yang kamu lakukan setiap hari secara rutin?".
- 3) Guru memaparkan materi singkat terkait Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat yang dapat diunduh melalui tautan bit.ly/mps7KAIH.
- 4) Guru memberikan kesempatan kepada murid untuk melakukan sesi tanya jawab singkat.

b. Kegiatan 2

Kegiatan 2 berupa Simulasi Catatan Harian Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.

Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk merekapitulasi penerapan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dalam kehidupan sehari-hari.

Durasi: 10 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) laptop (jika ada)
- 2) proyektor (jika ada);
- 3) papan Interaktif Pintar (Jika ada);
- 4) alat tulis; serta
- 5) lembar catatan harian dan refleksi murid.

Alur Kegiatan:

- 1) Guru memaparkan secara singkat definisi catatan harian melalui paparan yang dapat diunduh melalui tautan bit.ly/mps7KAIH.
- 2) Guru memberikan contoh pengisian lembar catatan harian dan refleksi kepada murid.
- 3) Guru memberikan kesempatan kepada murid untuk melakukan sesi tanya jawab.

c. Kegiatan 3

Kegiatan 3 adalah Kegiatan Interaktif G7KAIH: Bernyanyi, Beraksi, dan Berkarakter!

Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk memahami nilai-nilai karakter Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dengan cara yang menyenangkan.

Durasi: 30 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) laptop/komputer (jika ada);
- 2) proyektor dan layar (jika ada);
- 3) pengeras/ pelantang suara (jika ada);
- 4) kertas plano;
- 5) sticky notes atau kertas HVS yang dipotong menjadi 4 atau 8 bagian;
- 6) alat tulis; serta
- 7) Album Lagu Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/album7kaih>.

Alur Kegiatan:

Bernyanyi dan Beraksi

- 1) Guru menginstruksikan murid untuk duduk nyaman dan siap berinteraksi setelah sesi paparan.
- 2) Guru menjelaskan sesi kegiatan ini sebagai media belajar untuk memahami 7KAIH dengan cara yang seru dan menyenangkan melalui lagu-lagu pada Album Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.
- 3) Guru memilih 3 video klip yang akan diputar dari Album Lagu Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/album7kaih> (jika durasi lebih panjang, disarankan untuk memutar kedelapan lagu).
- 4) Guru memutar 3 video klip yang dipilih. Selama lagu diputar, guru mengajak murid untuk ikut bernyanyi dan melakukan aksi/gerakan sederhana sesuai lirik atau pesan lagu.

Contoh dapat dilihat pada daftar berikut.

- a. Bangun Pagi: gerakan meregangkan tubuh.
 - b. Ayo Olahraga: gerakan melompat sambil membuka kaki dan mengangkat tangan ke atas secara bersamaan, menyerupai bintang saat dilihat dari atas.
 - c. Beda tapi Satu: gerakan saling merangkul teman.
- 5) Setelah sesi bernyanyi bersama, guru memberikan pertanyaan pemantik singkat, misalnya "Satu kata tentang pesan lagu ini!"

Catatan:

sesi ini bisa dilakukan untuk semua lagu pada Album Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat jika waktu memungkinkan dan sesi ini juga bisa dikombinasikan sebagai pemecah kebekuan/*ice breaking* untuk penyemangat di sela kegiatan lainnya.

Beraksi dan Berkarakter

- 1) Guru membagikan *sticky note* atau kertas HVS yang telah dipotong kepada masing-masing murid.
- 2) Guru meminta murid untuk membuat kelompok (setiap kelompok terdiri atas 3–5 orang murid yang dapat disesuaikan dengan jumlah murid).
- 3) Guru meminta murid untuk mengisi hal-hal berikut
 - a. kebiasaan baik dari Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat yang sudah dilakukan selama ini;
 - b. cara mempraktikkannya;
 - c. manfaat yang dirasakan; dan
 - d. tantangannya.
- 4) Murid menuliskan jawabannya di *sticky note* atau kertas HVS dan menempelkannya di kertas plano atau papan tulis (1 kertas plano untuk masing-masing kelompok).
- 5) Guru meminta perwakilan kelompok untuk mempresentasikan hasil diskusinya.
- 6) Guru memberikan umpan balik dan refleksi terhadap apa yang disampaikan oleh masing-masing kelompok.

Contoh dapat dilihat pada daftar berikut.

- a. Dari diskusi kelompok tadi, kebiasaan baik apa dari Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat yang menurutmu paling sering kamu lakukan dan paling mudah untuk dipertahankan? Mengapa?
- b. Kebiasaan mana yang menurutmu paling sulit untuk kamu praktikkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari? Apa alasannya?
- c. Setelah mendengar presentasi teman-teman, adakah cara baru yang kamu temukan untuk mempraktikkan kebiasaan baik yang belum pernah terpikirkan sebelumnya?

Komitmen: Aku Anak Indonesia Hebat

- 1) Setelah diskusi dan refleksi, guru memutar video klip lagu Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.
- 2) Guru mengajak murid bernyanyi/melakukan gerakan bersama untuk menguatkan semangat.

- 3) Setelah lagu diputar, guru mengajak murid menuliskan komitmen di kertas/sticky note untuk selalu mempraktikkan Tujuh kebiasaan Anak Indonesia Hebat di kehidupan sehari-hari.
- 4) Murid menempelkan komitmennya di kertas plano/papan tulis.
- 5) Guru menutup kegiatan dengan pemecah kebekuan/*ice breaking* berupa yel-yel Anak Indonesia Hebat (Sehat, Cerdas, Berkarakter) yang dapat diakses melalui tautan bit.ly/yelyelAIH.

8. Refleksi dan Doa Penutup

Tujuan Kegiatan:

Mengajak murid merefleksikan pengalaman hari pertama, menumbuhkan motivasi untuk hari berikutnya, serta menutup kegiatan dengan semangat kebersamaan.

Durasi: 15 menit.

Alat dan Bahan:

- a. pengeras suara (jika ada);
- b. kartu ekspresi/perasaan (bergambar senyum, sedih, semangat, dan lainnya.);
- c. lagu penutup yang mudah diikuti dan bernuansa positif;
- d. referensi lagu yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/album7kaih> <https://s.id/lagurukunsamatemam>; serta
- e. referensi lagu jeda ceria yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/jedaceriav1> atau <https://s.id/jedaceriav2-SMP-SMA>.

Alur Kegiatan:

- a. Pembukaan Refleksi
- b. Guru mengajak murid duduk melingkar atau tetap di tempat dengan suasana santai.
- c. Tanya Jawab Ringan
- d. Guru menanyakan secara singkat: "Apa kegiatan favoritmu hari ini?", "Bagaimana perasaanmu?", "Apa hal baru yang kamu temukan hari ini?", atau bisa menunjuk beberapa murid untuk berbagi.
- e. Motivasi
- f. Guru menyampaikan gambaran singkat kegiatan esok hari dan mengajak murid untuk tetap semangat dan antusias. Selain itu, guru juga memotivasi murid untuk mengikuti kegiatan hari selanjutnya. Contoh: "Besok kita akan belajar mengenal teman lebih dekat lewat berbagai kegiatan yang seru. Jadi, jangan lupa datang dengan semangat, ya!"
- g. Bernyanyi
- h. Guru dan murid menyanyikan lagu-lagu yang ceria sebagai penutup kegiatan hari ini. Pilih lagu yang mudah, positif, dan menyenangkan. Opsi

lagu dari Album *Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat* yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/album7kaih>; atau lagu *Rukun Sama Teman* yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/lagurukunsamateman>.

Hari Kedua

Tabel 3.13 Rujukan Kegiatan MPLS Hari Kedua

No.	Jenis Materi	Kegiatan	Durasi
1.	Materi Utama	Salam Sapa Murid Baru	Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai)
2.	Materi Utama	Pertemuan Pagi Ceria, Cek Denyut Jantung, dan Tes Fleksibilitas	90 menit
3.	Materi Utama	Ruang Perjumpaan Murid Baru	90 menit
4.	Materi Utama	Siaga Bencana	45 menit
5.	Materi Utama	Refleksi dan Doa Penutup	15 menit
Total Durasi			240 menit

DESKRIPSI KEGIATAN MPLS HARI KEDUA

1. Salam Sapa Murid Baru

Tujuan Kegiatan:

Menciptakan lingkungan sekolah yang aman, nyaman dan inklusif dengan membangun kedekatan emosional antara guru dan murid baru.

Tabel 3.14 Uraian Kegiatan Salam Sapa Murid Baru

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Senyum, Salam, Sapa, Sopan, Santun	Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai)
	Total Durasi	Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai)

Durasi: Disesuaikan dengan kondisi masing-masing sekolah (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai).

Alat dan bahan:

- Jinggel MPLS Ramah yang berjudul *Hari Baru* yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/laguharibaru>;
- Lagu *Rukun Sama Teman* yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/lagurukunsamateman>; serta
- Seperangkat media dan alat pelantang/pengeras suara (jika ada).

Alur Kegiatan:

- Guru menyambut murid dan orang tua/wali di gerbang sekolah dengan (5S) senyum, salam, sapa, sopan, santun.
- Murid diarahkan untuk memasuki lingkungan sekolah dengan tertib dan penuh semangat.
- Guru piket memutarakan
 - jinggel MPLS Ramah yang berjudul *Hari Baru* dan
 - lagu *Rukun Sama Teman*.

2. Pertemuan Pagi Ceria, Cek Denyut Jantung, dan Tes Fleksibilitas

Tujuan Kegiatan:

- menumbuhkan semangat, kebersamaan, dan rasa cinta tanah air melalui senam pagi yang menyehatkan, menyanyikan lagu Indonesia Raya dengan penuh hormat, serta berdoa bersama untuk membentuk sikap disiplin, religius, dan nasionalis pada murid;
- mengetahui kondisi kerja jantung murid secara sederhana sebelum dan setelah melakukan aktivitas fisik sehingga dapat membantu mengidentifikasi kemungkinan perlunya pemeriksaan lanjutan; serta
- mengukur kelenturan tubuh bagian bawah terutama fleksibilitas otot paha belakang dan punggung bawah.

Tabel 3.15 Uraian Kegiatan Pertemuan Pagi Ceria, Cek Denyut Jantung, dan Tes Fleksibilitas

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Persiapan dan Pengarah	5 menit
2.	Pengukuran Denyut Jantung sebelum melakukan Pertemuan Pagi Ceria	10 menit
3.	Pertemuan Pagi Ceria	30 menit
4.	Pengukuran Denyut Jantung setelah melakukan Pertemuan Pagi Ceria	10 menit
5.	Pengarahan Tes Fleksibilitas	5 menit
6.	Tes Fleksibilitas	30 menit
Total Durasi		90 menit

Alat dan Bahan:

- a. video atau musik senam *Anak Indonesia Hebat* yang dapat diakses melalui tautan https://s.id/senam_SAIH;
- b. jinggel MPLS Ramah yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/laguharibaru> ;
- c. *sound system* dan pengeras suara (kondisional);
- d. lagu *Indonesia Raya* yang dapat diakses melalui tautan <https://s.id/laguindonesiaraya2026>);
- e. *stopwatch*/jam tangan;
- f. penggaris dengan panjang minimal 30 cm yang skalanya harus jelas terbaca dan tidak rusak;
- g. plester perekat/selotip/kapur tulis yang akan digunakan untuk membuat garis dasar sepanjang 45 cm di lantai;
- h. lantai datar dan rata dengan ketentuan bersih dan tidak licin (dapat ditambahkan matras tipis jika lantai keras atau kasar);
- i. lembar pencatatan data tes fleksibilitas yang memuat kolom: nomor, NPSN, Nama Siswa, NISN, tanggal lahir, raihan 1, raihan 2, raihan 3, raihan terbaik) yang dapat diunduh melalui tautan <https://s.id/hasiltesfleksibilitas> (opsional); dan
- j. alat tulis.

Alur Kegiatan:**a. Pengukuran Denyut Jantung Sebelum Pertemuan Pagi Ceria**

- 1) Guru memutar jinggel MPLS Ramah (<https://s.id/laguharibaru>) dan Lagu *Rukun Sama Teman* (<https://s.id/lagurukunsamateman>) selama menunggu murid berkumpul.
- 2) Guru menyiapkan *stopwatch*/jam tangan dan lembar pencatatan.
- 3) Guru menyiapkan murid untuk berdiri sesuai dengan barisannya.
- 4) Guru mengarahkan murid untuk meletakkan tangan telunjuk dan jari tengah pada pergelangan tangan bagian dalam atau pada leher.
- 5) Guru memberikan pengarahannya kepada murid untuk menekan lembut hingga denyutan terasa.
- 6) Guru meminta murid mulai menghitung ketika *stopwatch* ditekan sampai detik ke 15 atau tanda berhenti.
- 7) Murid mengingat dan menyampaikan hasil hitungan selama 15 detik kepada guru.
- 8) Guru mencatat dan merekap hasil hitungan denyut jantung murid.
- 9) Guru menyarankan murid untuk tidak mengikuti Senam Anak Indonesia Hebat ketika ada murid yang menyentuh denyut jantung 30 kali dalam 15 detik.

b. Pelaksanaan Pagi Ceria

- 1) Guru memulai sesi dengan pemecah kebekuan/*ice breaking* yel-yel Anak Indonesia Hebat: Sehat, Cerdas, Berkarakter (<https://s.id/yelyelAIH>).
- 2) Guru mengatur posisi senam.
- 3) Murid dan guru bersama-sama melaksanakan Senam Anak Indonesia Hebat (https://s.id/senam_SAIH).
- 4) Murid dan guru bersama-sama menyanyikan lagu Kebangsaan Indonesia Raya.
- 5) Murid dan guru berdoa bersama sebelum memulai kegiatan belajar.

c. Pengukuran Denyut Jantung Sesudah Pertemuan Pagi Ceria

- 1) Guru menyiapkan kembali *stopwatch*/jam tangan dan lembar pencatatan.
- 2) Guru mengarahkan murid untuk meletakkan tangan telunjuk dan jari tengah pada pergelangan tangan bagian dalam atau pada leher.
- 3) Memberikan pengarahan kepada murid untuk menekan lembut hingga denyutan terasa.
- 4) Guru meminta murid mulai menghitung ketika *stopwatch* ditekan sampai detik ke 15 atau tanda berhenti.
- 5) Murid mengingat dan menyampaikan hasil hitungan selama 15 detik kepada guru.
- 6) Guru mencatat dan merekap hasil hitungan denyut jantung murid.

d. Persiapan Area Tes Fleksibilitas

- 1) Pilih area yang memiliki permukaan lantai datar, keras, bersih, dan cukup luas untuk menampung murid serta petugas.
- 2) Tempelkan plester perekat atau gambarkan dengan kapur tulis sebuah garis lurus sepanjang 45 cm di lantai sebagai garis dasar.
- 3) Letakkan penggaris seperti pada gambar 1, titik 0 (nol) berada di garis dasar yang sejajar dengan titik penggaris di 10 cm, bagian penggaris ke arah murid bernilai negatif (-) (kurang dari 10 cm), dan menjauhi murid bernilai positif (+) (lebih dari 10 cm).



Gambar 3.1 Ilustrasi Penempatan Alat Ukur

- 4) Pastikan skala pengukuran dapat dibaca dengan jelas dari posisi berdiri petugas pencatat.
- 5) Siapkan lembar pencatatan data, alat tulis, dan air minum di area tes.

e. Persiapan Murid

- 1) Konfirmasi bahwa seluruh murid dalam kondisi sehat dan tidak memiliki kontraindikasi medis terhadap tes ini.
- 2) Berikan penjelasan prosedur tes secara lengkap dan lakukan demonstrasi langsung di hadapan murid sebelum tes dimulai.
- 3) Murid menggunakan pakaian olahraga.
- 4) Laksanakan pemanasan (*warming up*) selama 3--5 menit.
- 5) Murid dilarang mengonsumsi makanan berat dalam rentang minimal 1 jam sebelum tes dilaksanakan.

f. Pelaksanaan Tes Fleksibilitas

- 1) Murid duduk di lantai dengan kedua kaki lurus ke depan membentuk sudut V.
- 2) Kedua tumit diletakkan tepat di atas perekat dengan jarak antartumit 45 cm.
- 3) Kedua tungkai harus dalam kondisi lurus penuh (ekstensi maksimal) dan lutut tidak boleh ditekuk dalam keadaan apapun selama pelaksanaan gerakan. Telapak kaki dalam posisi tegak dan jari-jari kaki menghadap ke atas.
- 4) Kedua tangan ditumpuk satu di atas yang lain (telapak tangan menghadap ke bawah) dengan jari tengah kedua tangan sejajar dan lurus. Ujung jari diletakkan di atas penggaris sebagai titik pengukuran.
- 5) Murid membungkukkan badan ke depan secara perlahan kemudian mendorong ujung jari tangan sejauh mungkin di sepanjang penggaris. Gerakan dilakukan secara lambat, mulus, dan terkendali.

- 6) Posisi jangkauan terjauh dipertahankan selama 3 detik tanpa melepaskan tekanan ujung jari agar petugas dapat membaca hasil capaian dengan akurat.
- 7) Tes dilaksanakan sebanyak 3 kali percobaan. Jeda istirahat antarpercobaan adalah 10–20 detik. Murid diperbolehkan untuk duduk rileks, tetapi tidak berdiri atau berpindah posisi.
- 8) Setelah selesai aktivitas, guru mengajak murid kembali ke kelas untuk melanjutkan kegiatan selanjutnya.



Gambar 3.2 Ilustrasi Gerakan V Sit and Reach

g. Tindak Lanjut Setelah Pengukuran Denyut Jantung

- 1) Hasil denyut jantung masing-masing murid dikalikan 4.
- 2) Guru menjelaskan interpretasi sesuai tabel.
- 3) Guru mengidentifikasi murid yang mempunyai denyut jantung >120 dan menyarankan untuk beristirahat dan tidak mengikuti Senam Anak Indonesia Hebat ataupun aktivitas fisik berat lainnya sampai denyut jantung berada dalam kategori normal.

Tabel 3.16 Tabel Pengukuran Denyut Jantung

Denyut jantung (setelah dikali 4)	Kategori	Interpretasi	Tindak Lanjut
< 60	Bradikardia	Di bawah normal	Konsultasi kepada guru
60–100	Normal	Kondisi sehat dan prima	Lanjutkan aktivitas fisik
100–120	Takikardia ringan	Perlu pemantauan lanjut	Istirahat dan amati 10 menit
>120	Takikardia	Di atas batas aman	Hentikan aktivitas

h. Tindak Lanjut Setelah Fleksibilitas

- 1) Guru mencatat hasil tes fleksibilitas murid pada lembar hasil tes yang telah disediakan (<https://s.id/hasiltesfleksibilitas>).
- 2) Guru mengunggah lembar hasil tes pada sistem informasi MPLS melalui tautan: [karakter.data.kemendikdasmen.go.id](https://s.id/karakter.data.kemendikdasmen.go.id).
- 3) Masukkan “Kode Unggah Berkas Tes Fleksibilitas” untuk mengunggah berkas hasil fleksibilitas. Kode dapat diakses oleh Kepala sekolah atau operator menggunakan SSO Pengelola Data Pusdatin. (Silakan baca bagian Mendapatkan Kode Akses Instrumen pada kegiatan hari ketiga untuk cara mengakses kode).
- 4) Laman akan mengarah ke formulir *google*. Silakan lengkapi dan unggah laporan tes fleksibilitas MPLS Ramah 2026.
- 5) Tekan submit/selesai jika semua data sudah terisi secara lengkap.
- 6) Hasil tes fleksibilitas dapat diperoleh sekolah setelah mengisi evaluasi kegiatan MPLS mulai tanggal 31 Juli 2026.
- 7) Hasil tes digunakan sebagai dasar rekomendasi umum untuk pendampingan, edukasi kesehatan, pembinaan aktivitas fisik, dan komunikasi dengan orang tua jika diperlukan.
- 8) Sekolah/guru dapat memberikan pembinaan aktivitas fisik sesuai tingkat fleksibilitas murid, mulai dari pengembangan potensi olahraga/seni, pelibatan dalam aktivitas gerak, hingga pendampingan khusus untuk mencegah cedera dan meningkatkan mobilitas tubuh.

- 9) Orang tua dapat mendukung aktivitas fisik dan kebiasaan gerak murid sesuai tingkat fleksibilitasnya, mulai dari pengembangan minat olahraga hingga pendampingan untuk mencegah kekakuan otot dan risiko cedera.
- 10) Tabel Rekomendasi Tes Fleksibilitas untuk murid, sekolah, dan orang tua dapat dilihat pada laman cerdasberkarakter.kemendikdasmen.go.id/mplsramah

Catatan Penting!

1. Kegiatan ini bersifat identifikasi awal, bukan diagnosis medis dan bukan penilaian untuk memberi label kepada murid.
2. Guru tidak boleh menggunakan istilah yang berpotensi memberikan stigma negatif seperti *terlalu gemuk*, *terlalu kurus*, *tidak lentur* atau sebutan lain yang dapat menurunkan kepercayaan diri murid.
3. Hasil pengukuran fleksibilitas bersifat pribadi. Pengukuran dan pencatatan perlu dilakukan dengan menjaga kenyamanan serta privasi murid.
4. Untuk murid dengan cedera, nyeri punggung, nyeri lutut, gangguan muskuloskeletal, atau kondisi kesehatan tertentu, tes fleksibilitas dapat ditunda atau disesuaikan.
5. Pada tes fleksibilitas, murid tidak boleh dipaksa menjangkau terlalu jauh. Gerakan dilakukan perlahan, tanpa hentakan, dan dihentikan apabila murid terasa nyeri.

3. Ruang Perjumpaan Murid Baru

Tujuan Kegiatan:

Membantu murid baru mengenal, beradaptasi, dan berinteraksi positif dengan warga sekolah.

Tabel 3.17 Uraian Kegiatan Ruang Perjumpaan Murid Baru

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Menjalin Interaksi yang Lebih Akrab melalui Kegiatan yang Menyenangkan	15 menit
2.	Ruang Cerita	30 menit
3.	Identifikasi Harapan dan Kekhawatiran	15 menit
4.	Diskusi dan Solusi	30 menit
Total Durasi		90 menit

a. Kegiatan 1

Menjalin Interaksi yang Lebih Akrab melalui Kegiatan yang Menyenangkan.

Tujuan Kegiatan:

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk menciptakan rasa aman, saling kenal, dan gembira.

Durasi:15 menit.

Alat dan Bahan:

Alat dan bahan untuk melaksanakan kegiatan adalah pengeras suara (jika ada).

Alur Kegiatan:

- 1) Guru membagi murid ke dalam kelompok. Masing- masing kelompok berjumlah 10 murid (d disesuaikan dengan jumlah murid di kelas). Kemudian guru perlu mempertimbangkan keterlibatan aktif setiap anggota kelompok dan memperhatikan keragaman anggota kelompok seperti asal sekolah, kedekatan rumah, agama, suku, dsb.
- 2) Guru memulai kegiatan dengan mencairkan suasana, membangun keakraban, rasa aman, saling kenal, dan gembira dengan pemecah kebekuan/*ice breaking*.
- 3) Alternatif kegiatan pemecah kebekuan/*ice breaking* yang bisa dilakukan adalah melakukan permainan *Sambung Kata*.
 - a) Setiap kelompok diminta maju secara bergantian.
 - b) Guru memberikan satu kata pemantik.
 - c) Masing-masing anggota kelompok menyambung kata dari guru dengan menyebutkan satu kata agar terbentuk satu kalimat utuh dan bermakna dengan tema toleransi/ keragaman.
 - d) Kelompok yang lain menyimak dan memberikan apresiasi dengan bertepuk tangan.

Refleksi Kegiatan

Guru memberikan pertanyaan pemantik refleksi kegiatan, misalnya "Bagaimana kegiatan pemecah kebekuan/*ice breaking* ini membantumu untuk lebih mengenal teman-teman baru?" atau "Adakah hal baru dan berbeda setelah melakukan pemecah kebekuan/*ice breaking* ini?" untuk mendapatkan refleksi dari murid, misalnya "Saya sudah merasa tidak canggung dengan teman barumu."

b. Kegiatan 2

Kegiatan 2 berupa Ruang Cerita.

Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan ini adalah agar murid berani berbagi cerita atau harapan dan kekhawatiran tentang pertemanan, pengalaman tidak enak, atau perbedaan.

Durasi: 30 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) *sticky note*/potongan kertas;
- 2) kertas plano/karton manila;
- 3) alat tulis (pulpen, spidol besar, dan kecil); serta
- 4) kotak dari kardus bekas sebanyak jumlah kelompok.

Alur Kegiatan:

- 1) Murid berkumpul dalam kelompoknya.
- 2) Setiap anggota kelompok harus membuat kesepakatan bersama sebelum berdiskusi. Kesepakatan yang perlu disampaikan, seperti mendengar aktif; menghargai (bila terdapat murid dengan kebutuhan khusus bisa didorong untuk saling menghargai dan mengakomodasi kebutuhan mereka agar dapat berpartisipasi aktif); menjaga kerahasiaan; kenyamanan dalam berpendapat; dan tidak merendahkan orang lain.
- 3) Guru membagikan potongan kertas/*sticky note* kepada murid (masing-masing murid mendapat 2 potong).
- 4) Murid menuliskan harapan mereka di salah satu kertas, dan menuliskan kekhawatiran mereka di kertas yang lain. Murid menuliskan minimal satu harapan dan satu kekhawatiran (boleh menuliskan lebih dari satu harapan dan kekhawatiran dalam satu kertas). Dalam kertas tersebut, murid tidak perlu menuliskan identitas diri.
- 5) Guru dapat memberikan contoh harapan dan kekhawatiran untuk memantik murid. Misalnya:
 - **Harapanku**
"Aku berharap bisa menjadi ketua OSIS dan memiliki teman baik di sekolah baru."
 - **Kekhawatiranku**
"Aku takut kalau aku tidak bisa mengikuti pelajaran dengan baik dan kurang bergaul di sekolah baru."
- 6) Kertas-kertas yang sudah diisi dikumpulkan dalam satu wadah yang telah disiapkan di setiap kelompok.
- 7) Wadah berisi kertas diedarkan pada murid, tiap murid mengambil 2 kertas secara acak dan membacakan isinya di dalam kelompok masing-masing.

- 8) Guru mengingatkan murid untuk memberikan apresiasi dengan tepuk tangan dan menghimbau untuk tidak merendahkan setiap harapan atau kekhawatiran temannya. Perlu diingatkan bahwa ruang cerita adalah ruang aman bagi murid untuk saling berbagi harapan dan kekhawatiran.

Refleksi Kegiatan

Guru memberikan pertanyaan-pertanyaan pemantik refleksi kegiatan, misalnya "Sebutkan 3 hal baru yang kamu pahami atau rasakan setelah mendengar harapan dan kekhawatiran teman temanmu!", "Sebutkan 2 pengalaman menarik dari kegiatan ini!", atau "Sebutkan 1 hal baik yang akan kamu lakukan!"

c. Kegiatan 3

Kegiatan 3 berupa Identifikasi Harapan dan Kekhawatiran.

Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan ini adalah agar murid dapat menyepakati dan mengambil keputusan bersama melalui diskusi kelompok.

Durasi: 15 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) *sticky notes*/potongan kertas;
- 2) kertas plano/karton manila; serta
- 3) alat tulis (pulpen, spidol besar, dan kecil).

Alur Kegiatan:

- 1) Dari beberapa harapan dan kekhawatiran yang telah dibacakan di kegiatan Ruang Cerita, murid bersama-sama menyepakati satu harapan yang menjadi harapan bersama dan satu kekhawatiran yang akan dicarikan solusinya.
- 2) Metode pemilihan bisa menggunakan voting.

Refleksi Kegiatan

Guru memberikan pertanyaan-pertanyaan pemantik refleksi kegiatan, misalnya "Apakah kegiatan ini menyenangkan, menantang, atau membingungkan?" atau "Hal baru apa yang kamu rasakan setelah berdiskusi mengidentifikasi harapan dan kekhawatiran?" untuk mendapatkan refleksi dari murid, misalnya "Aku belajar menghargai pendapat teman".

d. Kegiatan 4

Kegiatan 4 berupa Diskusi Solusi.

Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan ini adalah agar murid dapat menemukan potensi dukungan untuk mewujudkan harapan yang telah disepakati sebelumnya dan menyusun beberapa ide solusi untuk mengatasi kekhawatiran.

Durasi: 30 menit.

Alat dan Bahan:

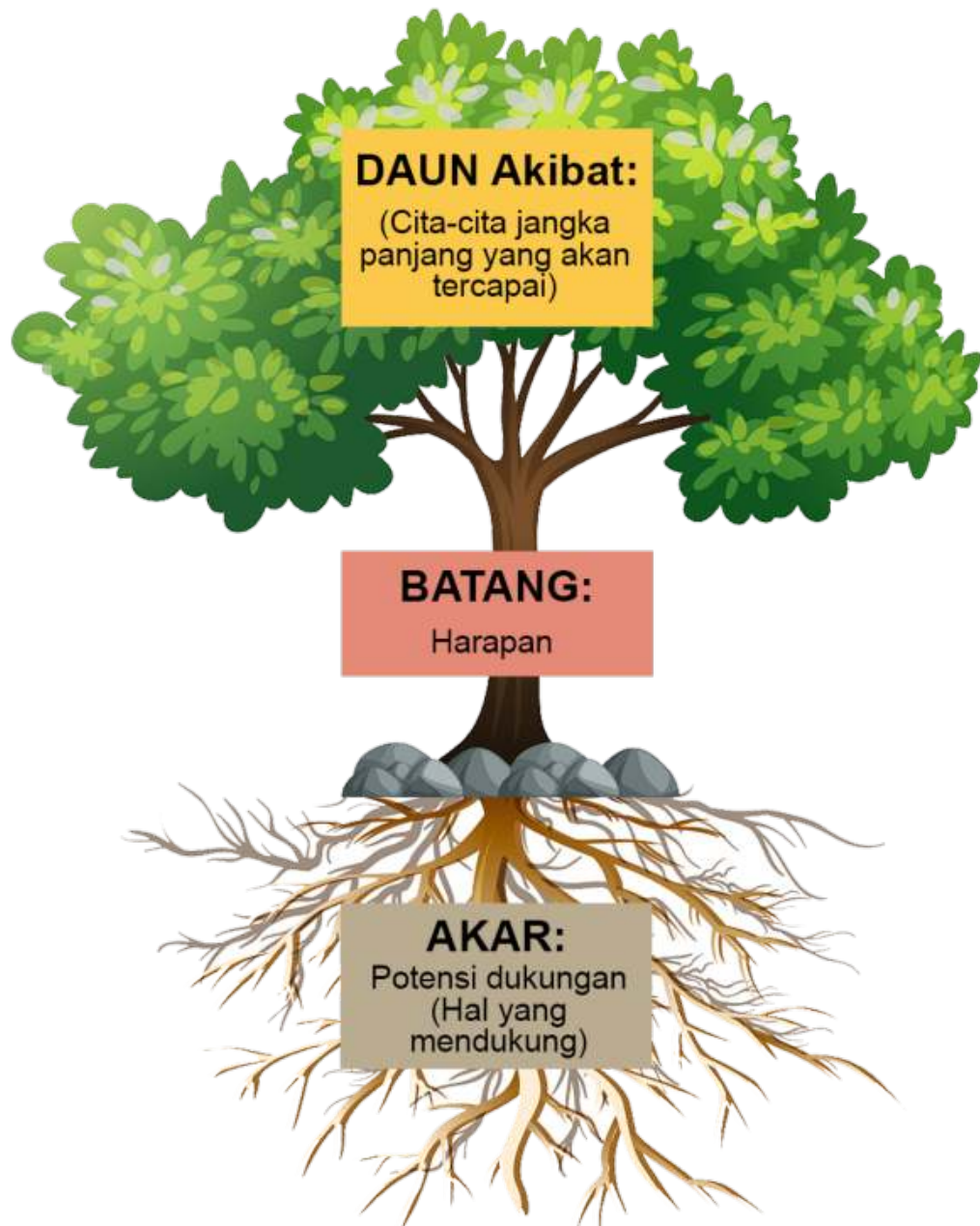
- 1) *sticky notes*/potongan kertas;
- 2) kertas plano/karton manila; serta
- 3) alat tulis (pulpen, spidol besar, dan kecil).

Alur Kegiatan:

- 1) Murid mendiskusikan potensi/*support system* untuk mewujudkan harapan menggunakan ilustrasi "Pohon Harapan".

Pohon Harapan

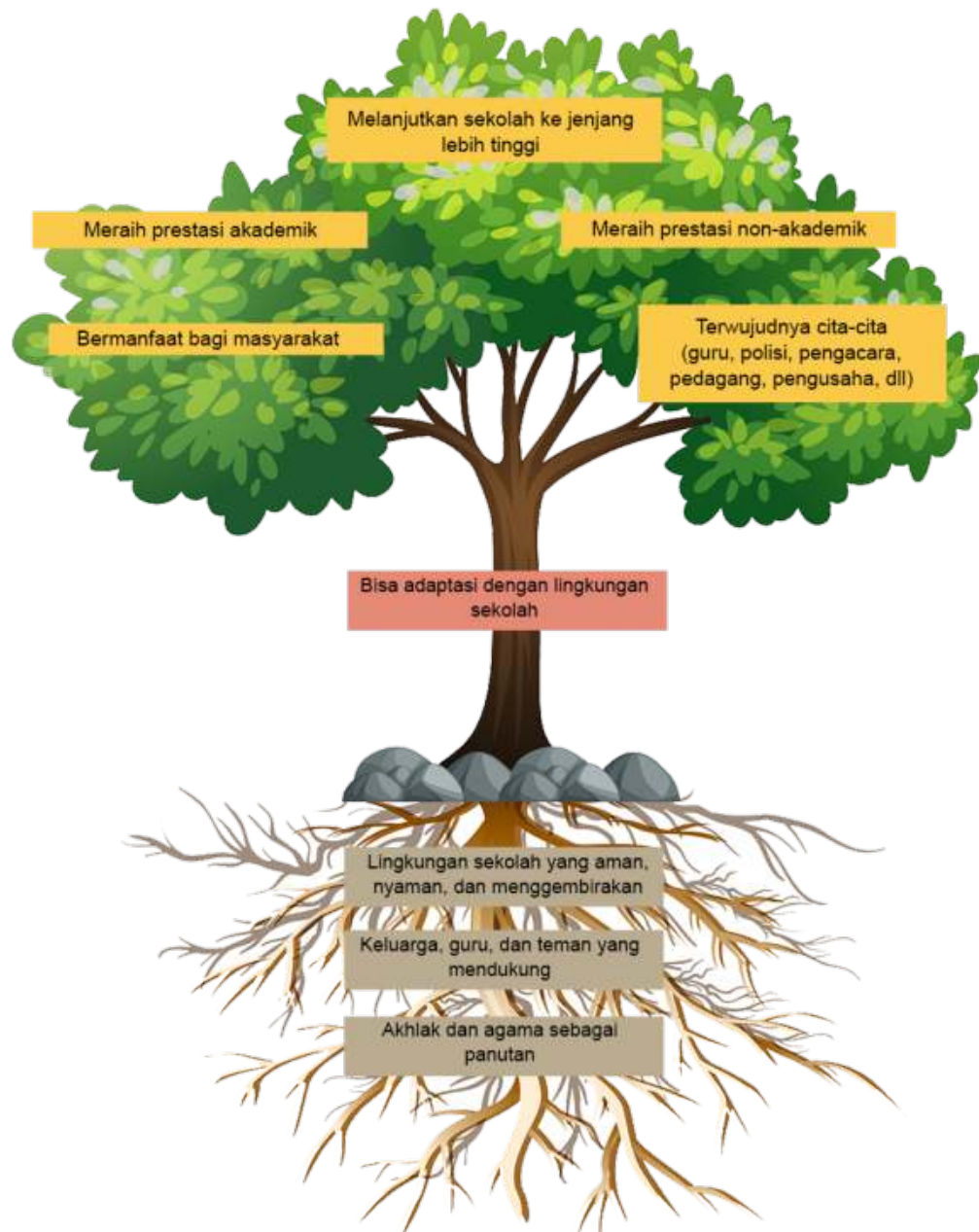
Diskusikan dengan teman sekelompok tentang harapan kalian di sekolah, kemudian identifikasi potensi/ *support system* yang mendukung dan akibat yang muncul jika potensi/ *support system*



Gambar 3.3 Ilustrasi Pohon Harapan

Pohon Harapan

Diskusikan dengan teman sekelompok tentang harapan kalian di sekolah, kemudian identifikasi potensi/ *support system* yang mendukung dan akibat yang muncul jika potensi/ *support system* tersebut mendukung harapanmu dengan menggunakan Pohon Harapan di bawah ini!

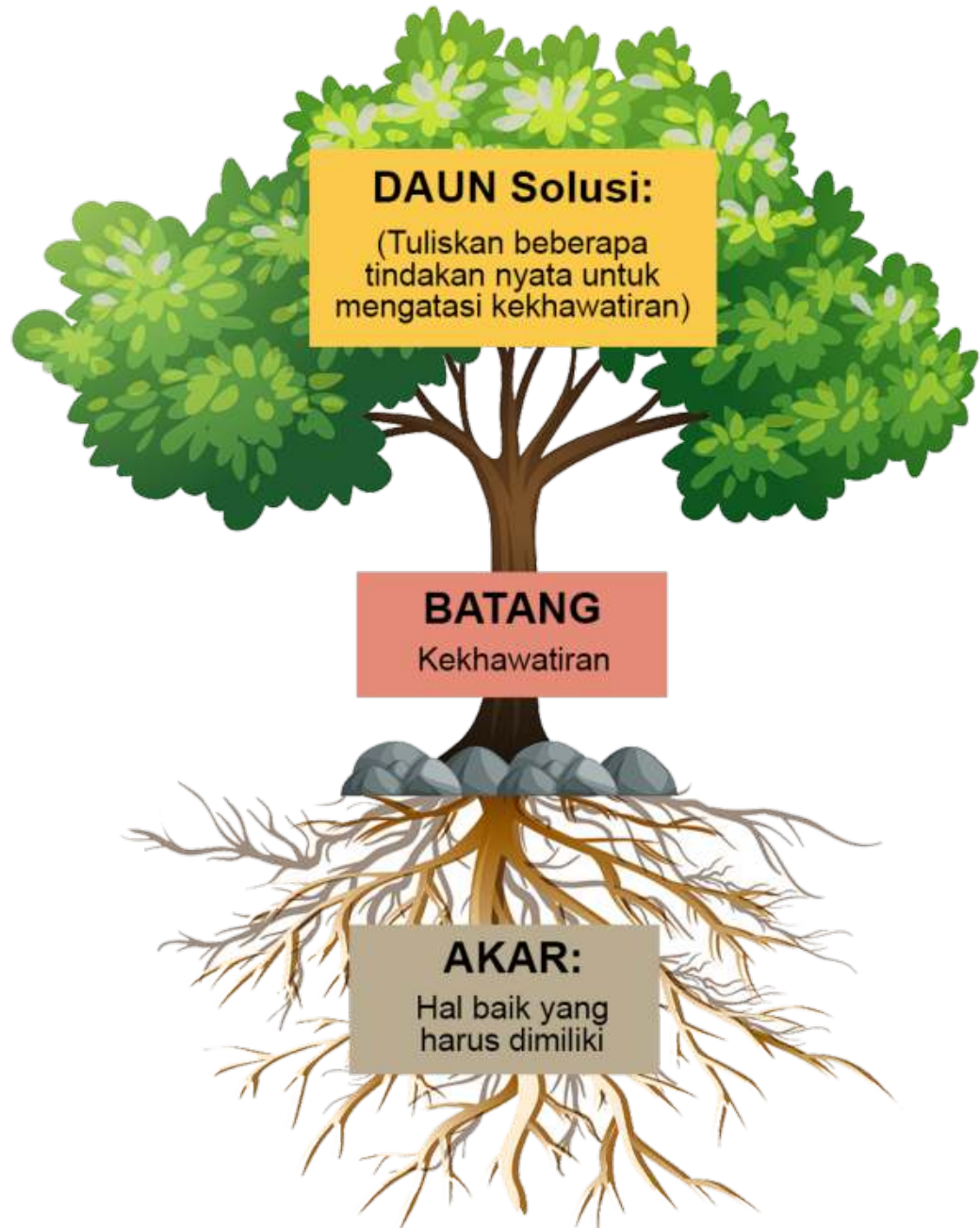


Gambar 3.4 Pohon Harapan: Bisa Adaptasi dengan Lingkungan Sekolah

- 2) Murid berdiskusi menentukan solusi untuk mencegah dan mengatasi kekhawatiran dengan "Pohon Solusi".

Pohon Solusi

Diskusikan dengan teman sekelompok tentang hal baik yang harus dimiliki dan dilakukan untuk mencegah dan mengatasi kekhawatiran dengan Pohon Solusi di bawah ini!

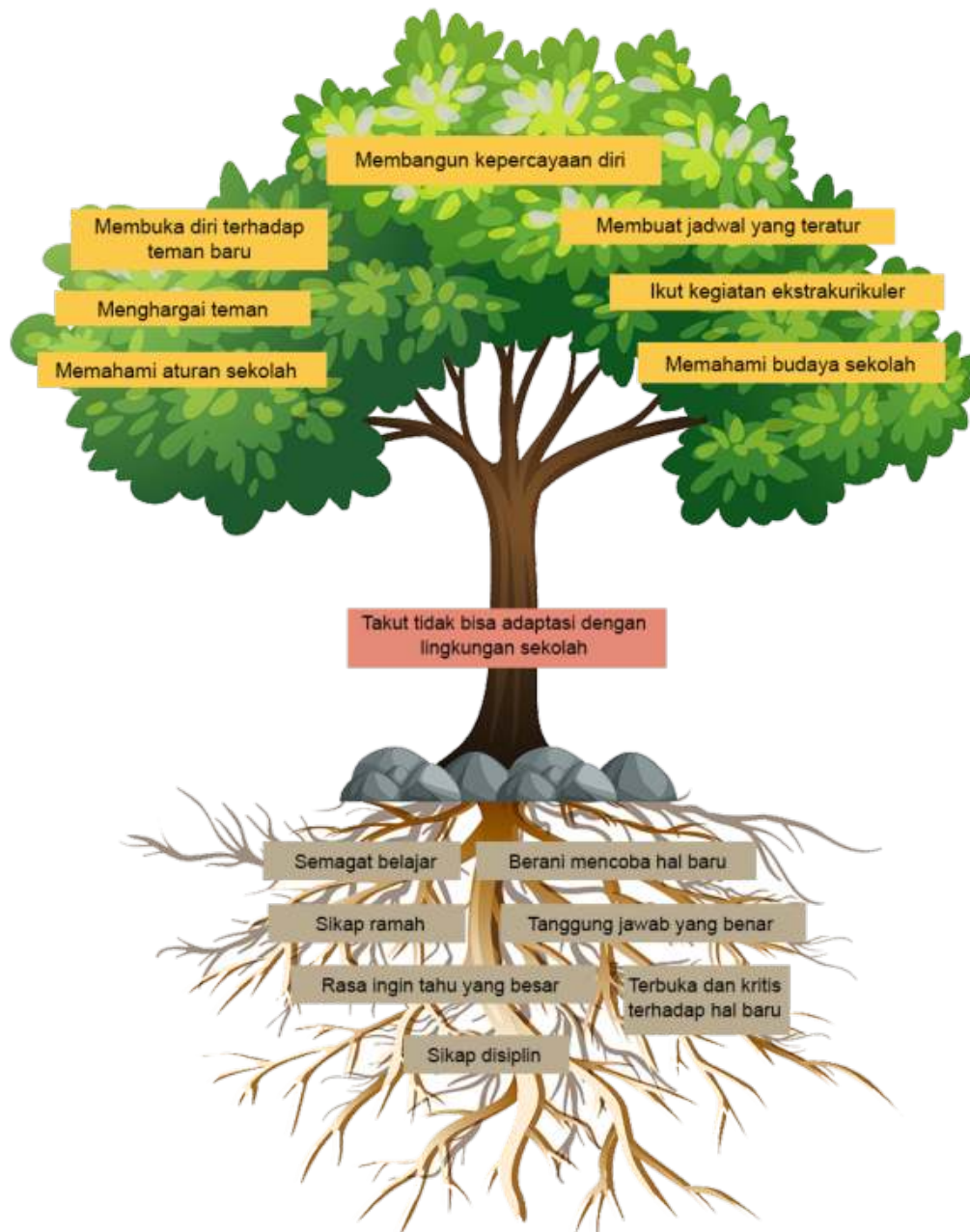


Gambar 3.5 Pohon Solusi

Berikut contoh pohon solusi untuk kekhawatiran **“takut tidak bisa adaptasi dengan lingkungan sekolah”**

Pohon Solusi

Diskusikan dengan teman sekelompok tentang hal baik yang harus dimiliki dan dilakukan untuk mencegah dan mengatasi kekhawatiran dengan pohon solusi



Gambar 3.6 Pohon Solusi "Takut Tidak Bisa Adaptasi dengan Lingkungan dengan Lingkungan Sekolah"

- 3) Guru membimbing murid untuk membuat peta pikiran (*mind map*) sebagai kesimpulan diskusi "Pohon Harapan" dan "Pohon Solusi".

- 4) Jika waktu memungkinkan, peta pikiran tersebut dapat dipresentasikan di depan kelompok yang lain.
- 5) Jika waktu tidak memungkinkan, murid dapat menempelkan peta pikiran di kelas untuk dapat dibaca bersama di jam istirahat.



Gambar 3.7 Contoh Peta Pikiran

Refleksi kegiatan

Guru memberikan pertanyaan pemantik refleksi, misalnya "Hal apa yang kamu pelajari dari seluruh rangkaian kegiatan ini?" untuk mendapatkan refleksi dari murid, misalnya "Saya menjadi lebih akrab dengan teman baru", "Saya lebih menghargai pendapat dan kehadiran orang lain ketika berdiskusi", dsb.

4. Siaga Bencana

Tujuan Kegiatan:

Membangun budaya aman, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mitigasi, serta mengurangi risiko cedera maupun korban jiwa saat bencana.

Tabel 3.18 Uraian Kegiatan Siaga Bencana

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Pengenalan Ancaman, Kerentanan, dan Informasi Peringatan Dini Berbagai Jenis Bencana	10 menit
2.	Penyampaian Tindakan Kesiapsiagaan dalam Menghadapi Berbagai Jenis Ancaman Bencana	10 menit
3.	Praktik Kesiapsiagaan Bencana di Sekolah	25 menit
	Total Durasi	45 menit

a. Kegiatan 1

Kegiatan 1 berupa pengenalan ancaman, kerentanan, dan informasi peringatan dini berbagai jenis bencana.

Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan ini adalah mengenalkan tentang ancaman, kerentanan, dan informasi peringatan dini bencana.

Durasi: 10 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) laptop (jika ada);
- 2) proyektor (jika ada); dan
- 3) papan tulis.

Alur Kegiatan:

- 1) Rujukan materi dapat diakses melalui tautan <https://s.id/spabmplsramah>.
- 2) Guru menjelaskan berbagai jenis informasi peringatan dini yang dikeluarkan oleh pemerintah dan kanal yang tersedia untuk mengakses informasi tersebut, seperti beberapa aplikasi berikut.
 - a) Info BMKG untuk mengetahui prakiraan cuaca, peringatan dini bencana (banjir, longsor, gelombang tinggi, tsunami), informasi iklim, informasi kejadian gempa bumi, informasi kualitas udara, informasi prediksi musim, informasi guncangan tanah dan informasi cuaca maritim dan bandara.
 - b) MAGMA Indonesia dari Kementerian Energi dan Sumber Daya Mineral untuk memantau status gunung api dan bencana geologi.
 - c) ISPUNet yang dikelola kementerian lingkungan hidup untuk melihat informasi kualitas udara, dan lain sebagainya.
- 3) Guru dapat menyampaikan jenis-jenis rambu tanda bahaya dan rambu jalur evakuasi baik dalam gedung/ruangan maupun rambu evakuasi di jalan.

b. Kegiatan 2

Kegiatan 2 berupa penyampaian tindakan kesiapsiagaan dalam menghadapi berbagai jenis ancaman bencana.

Tujuan Kegiatan:

Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pemahaman murid tentang langkah-langkah yang dilakukan untuk mengantisipasi bencana atau risiko yang lebih besar dan langkah-langkah yang dilakukan ketika ada tanda-tanda kejadian bencana.

Durasi: 10 menit.

Alat dan Bahan:

Alat dan bahan untuk melaksanakan kegiatan

- 1) laptop (jika ada);
- 2) proyektor (jika ada);
- 3) poster atau lembar balik; dan
- 4) papan tulis.

Alur Kegiatan:

- 1) Rujukan materi dapat diakses melalui tautan <https://s.id/kiespab>.
- 2) Guru menyampaikan pesan kunci keselamatan untuk beberapa jenis bencana, yaitu kebakaran, gempa bumi, banjir, wabah penyakit, dan beberapa jenis bencana lain yang sering terjadi di daerah tersebut.
- 3) Selain kejadian bencana, guru juga dapat mengeksplorasi pencegahan dari bahaya sehari-hari seperti kecelakaan kendaraan, kecelakaan di tempat bermain, jatuh, terpeleset, terseret arus, tenggelam, dan lain sebagainya yang membahayakan keselamatan.
- 4) Guru menyampaikan pentingnya menyiapkan tas siaga bencana untuk berjaga-jaga dalam keadaan darurat serta pentingnya mengetahui nomor-nomor darurat.

c. Kegiatan 3

Kegiatan 3 berupa praktik kesiapsiagaan bencana di sekolah.

Tujuan Kegiatan:

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk menyampaikan Prosedur Operasi Standar (POS) Penyelamatan dan Evakuasi Keadaan Darurat dan/atau mempraktikkan pesan kunci keselamatan dari berbagai jenis bencana.

Durasi: 25 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) laptop (jika ada);
- 2) proyektor (jika ada); dan
- 3) papan tulis.

Alur Kegiatan:

- 1) Apabila sekolah sudah memiliki POS penyelamatan dan evakuasi keadaan darurat, misalnya POS Penyelamatan dan Evakuasi Gempa Bumi, POS Penyelamatan dan Evakuasi kebakaran, POS Penyelamatan dan Evakuasi Banjir, atau POS Penyelamatan dan Evakuasi Gunung Api, guru dapat menyampaikan isi POS tersebut kepada murid

kemudian bersama mempraktekan isi dalam POS tersebut disertai dengan simulasi penyelamatan dan evakuasi.

- 2) Apabila sekolah belum memiliki POS kedaruratan, guru dapat mempraktikkan salah satu pesan kunci penyelamatan, misalnya pesan kunci keselamatan gempa bumi dengan 3B (berlutut, berlindung, bertahan), bisa sambil menyanyikan lagu.

Berlutut, Berlindung, Bertahan
(Irama lagu becak-becak)

Bumi bentuknya bulat
Lempeng di kulit bumi
Jika lempeng bertumbuk
Terjadi gempa bumi
Sekolahku bergoyang
Aku langsung berlutut
Berlindung, bertahan, sambil berpegangan

- 3) Guru menjelaskan jalur evakuasi sampai ke titik kumpul yang ada di sekolah dan menyampaikan pesan kunci saat evakuasi, yaitu jangan berisik, jangan berlari, jangan mendorong, dan jangan kembali. Murid diajak untuk mengingat pesan kunci evakuasi sambil bernyanyi dan memperagakan lagu *Jangan Berlari, Berisik, Mendorong, Kembali* (BBMK).

Jangan BBMK
(Irama lagu Potong Bebek Angsa)

Kalau ada gempa lindungi kepala
Kalau ada gempa ingat BBMK
Jangan berlari
Jangan berisik
Jangan mendorong
Dan jangan kembali

- 4) Guru mengajak murid untuk mempraktikkan penyelamatan diri dan evakuasi menggunakan jalur evakuasi sesuai dengan arah rambu evakuasi yang sudah ditentukan menuju titik kumpul aman dengan menerapkan pesan kunci keselamatan.
- 5) Praktik kesiapsiagaan dapat disesuaikan dengan risiko yang dihadapi sekolah.

5. Refleksi dan Doa Penutup

Tujuan Kegiatan:

Mengajak murid merefleksikan pengalaman hari kedua, menumbuhkan motivasi untuk hari berikutnya, serta menutup kegiatan dengan semangat kebersamaan.

Durasi kegiatan: 15 menit.

Alat dan bahan:

- a. pengeras suara (jika ada);
- b. kartu ekspresi/perasaan (bergambar senyum, sedih, semangat, dan lainnya.);
- c. lagu penutup yang mudah diikuti dan bernuansa positif; serta
- d. referensi lagu (<https://s.id/album7kaih> atau <https://s.id/lagurukunsamateman>), referensi lagu jeda ceria <https://s.id/jedaceriav1>, atau <https://s.id/jedaceriav2-SMP-SMA>.

Alur Kegiatan:

- a. Pembukaan Refleksi
Guru mengajak murid duduk melingkar atau tetap di tempat dengan suasana santai.
- b. Tanya Jawab Ringan
Guru menanyakan secara singkat: "Apa kegiatan favoritmu hari ini?", "Bagaimana perasaanmu?", atau "Apa hal baru yang kamu temukan hari ini?". Guru bisa juga menunjuk beberapa murid untuk berbagi.
- c. Motivasi
Guru menyampaikan gambaran singkat mengenai kegiatan esok hari dan mengajak murid untuk tetap semangat dan antusias. Selain itu, guru juga memotivasi murid untuk mengikuti kegiatan hari selanjutnya.
Contoh: "Besok kita akan belajar mengenal teman lebih dekat lewat berbagai kegiatan yang seru. Jadi, jangan lupa datang dengan semangat, ya!".
- d. Bernyanyi
Guru dan murid menyanyikan lagu-lagu yang ceria sebagai penutup kegiatan hari ini. Pilih lagu yang mudah, positif, dan menyenangkan. Opsi lagu dari Album *Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat* (<https://s.id/album7kaih>) atau lagu *Rukun Sama Teman* (<https://s.id/lagurukunsamateman>).

Hari Ketiga

Tabel 3.19 Rujukan Kegiatan MPLS Hari Ketiga

No.	Jenis Materi	Kegiatan	Durasi
1.	Materi Utama	Salam Sapa Murid Baru	Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai)
2.	Materi Utama	Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid, Asesmen Literasi, Asesmen Numerasi, dan Identifikasi Bakat dan Minat	115 menit
3.	Materi Utama	Literasi Digital	60 menit
4.	Materi Pilihan	Pencegahan Isu NAPZA (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif)	50 menit
5.	Materi Utama	Refleksi dan Doa Penutup	15 menit
		Total Durasi	240 menit

DESKRIPSI KEGIATAN HARI KETIGA

1. Salam Sapa Murid Baru

Tujuan Kegiatan

Menciptakan lingkungan sekolah yang aman, nyaman dan inklusif dengan membangun kedekatan emosional antara guru dan murid baru.

Tabel 3.20 Uraian Kegiatan Salam Sapa Murid Baru

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Senyum, Salam, Sapa, Sopan, Santun	Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai)
Total Durasi		Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai)

Durasi: Disesuaikan dengan situasi dan kondisi sekolah (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai).

Alat dan Bahan:

- Jinggel MPLS Ramah yang berjudul *Hari Baru* (<https://s.id/laguharibaru>);
- Lagu Rukun Sama Teman (<https://s.id/lagurukunsamateman>); serta
- Seperangkat media dan alat pelantang/pengeras suara (jika ada).

Alur Kegiatan:

- Guru menyambut murid dan orang tua/wali di gerbang sekolah dengan (5S) senyum, salam, sapa, sopan, santun.
- Murid diarahkan memasuki lingkungan sekolah dengan tertib dan penuh semangat.
- Guru piket memutarakan
 - Jinggel MPLS Ramah yang berjudul *Hari Baru* dan
 - Lagu *Rukun Sama Teman*.

2. Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid, Asesmen Literasi, Asesmen Numerasi, serta Identifikasi Bakat dan Minat

Tabel 3.21 Uraian Kegiatan Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid, Asesmen Literasi, Asesmen Numerasi, serta Identifikasi Bakat dan Minat

No.	Kegiatan	Durasi
1.	Persiapan Teknis	10 menit
2.	Penjelasan Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid	5 menit
3.	Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid	10 menit
4.	Penjelasan Asesmen Literasi Numerasi	5 menit

No.	Kegiatan	Durasi
5.	Asesmen Literasi Membaca	30 menit
6.	Asesmen Numerasi	30 Menit
7.	Penjelasan Identifikasi Bakat dan Minat dan Input Data TB, BB, dan Fleksibilitas	5 menit
8	Identifikasi Bakat Minat dan Input Data TB, BB, dan Fleksibilitas	20 menit
Total Durasi		115 menit

Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid

Identifikasi awal kondisi sosial-emosional dan konsentrasi belajar murid adalah instrumen berisi 17 pernyataan yang digunakan untuk membantu sekolah dan orang tua/wali mengenali lebih awal sikap murid di rumah, sekolah, serta komunikasi murid dengan teman dan keluarga. Sasaran kegiatan adalah murid jenjang SMP.

Tujuan identifikasi ini adalah untuk membantu sekolah dan orang tua/wali melakukan deteksi awal sikap anak di rumah, sekolah, dengan teman dan keluarga. Hasil dari identifikasi awal memberikan gambaran apabila terdapat masalah yang membutuhkan pendampingan dari orang tua, guru, maupun profesional.

Instrumen ini bukan alat untuk mendiagnosis kondisi spesifik apapun, tidak digunakan untuk memberi label, atau untuk menilai baik-buruk murid. Instrumen ini hanya untuk memberikan informasi awal terkait adanya masalah-masalah yang membutuhkan pendampingan dari orang tua, guru, maupun profesional.

Luaran kegiatan ini adalah tabel hasil dan rekomendasi Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid.

Asesmen Literasi Membaca dan Numerasi untuk MPLS

Literasi membaca dan numerasi merupakan kompetensi mendasar yang diperlukan murid untuk belajar sepanjang hayat, memahami informasi, mengambil keputusan, menyelesaikan permasalahan sehari-hari, dan berkontribusi dalam kehidupan bermasyarakat dengan sasaran jenjang SMP.

Dalam kegiatan MPLS, pengukuran literasi membaca dan numerasi dilakukan untuk memperoleh kemampuan murid dalam memahami, menggunakan, mengevaluasi, dan merefleksikan berbagai jenis teks untuk menyelesaikan

permasalahan sehari-hari. Selain itu, kemampuan ini juga digunakan untuk memahami dan mengolah bacaan, menafsirkan informasi, serta menggunakan konsep matematika dasar dalam berbagai konteks yang relevan.

Hasil asesmen ini digunakan sebagai bahan awal bagi sekolah untuk merancang pembelajaran, memberikan penguatan, dan melakukan diferensiasi pembelajaran sesuai kebutuhan murid.

Luaran kegiatan ini adalah tabel hasil asesmen dan saran aktivitas Pembelajaran Literasi Membaca dan Numerasi.

Identifikasi Bakat dan Minat

Identifikasi bakat dan minat adalah proses untuk mengenali kecenderungan potensi/kemampuan serta ketertarikan murid dalam berbagai bidang atau aktivitas.

Melalui kegiatan ini, sekolah memperoleh gambaran awal mengenai bidang-bidang yang cenderung menjadi potensi/kemampuan serta ketertarikan pada bidang aktivitas yang sesuai dengan tahap perkembangannya. Hasil tersebut dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi sekolah, guru, dan orang tua/wali dalam merancang layanan pembinaan, pendampingan, serta pengembangan diri yang lebih tepat sasaran sesuai karakteristik murid.

Kegiatan ini menjadi dasar awal bagi sekolah, guru, dan orang tua/wali dalam memberikan pendampingan, pembinaan, serta pengembangan diri murid secara lebih tepat. Hasil identifikasi ini tidak digunakan untuk memberi label, membatasi pilihan murid, atau menentukan masa depan murid secara mutlak.

Luaran kegiatan ini adalah tabel hasil dan rekomendasi Identifikasi Bakat dan Minat.

Jadwal Pelaksanaan Tes

1. Sekolah yang melaksanakan MPLS sebelum 13 Juli dapat melaksanakan rangkaian tes setelah MPLS, yaitu pada rentang tanggal 13–24 Juli.
2. Sekolah yang melaksanakan MPLS setelah 24 Juli dapat memajukan pelaksanaan rangkaian tes agar tetap berada pada rentang tanggal 13–24 Juli.
3. Sekolah yang sudah menjadwalkan MPLS pada tanggal 13–24 Juli dapat tetap melaksanakan rangkaian tes pada hari ketiga MPLS.

Catatan Penting!

Umum

1. Guru hanya membantu aspek teknis, misalnya membuka tautan, memastikan jaringan berjalan, atau menjelaskan cara pengisian. Guru tidak boleh mengarahkan jawaban.
2. Laporan tes tidak boleh diumumkan di kelas, dibagikan di grup, atau diperlihatkan kepada pihak yang tidak berkepentingan.

Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid

1. Instrumen Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid digunakan hanya untuk deteksi awal, bukan untuk menentukan diagnosis.
2. Hasil identifikasi dengan skor ≥ 15 menunjukkan bahwa murid kemungkinan memerlukan perhatian dan pendampingan lebih lanjut, tetapi tidak serta-merta menunjukkan adanya gangguan tertentu. Untuk memperoleh pemahaman kondisi murid secara lebih komprehensif, orang tua/wali disarankan melakukan konsultasi atau pemeriksaan lanjutan dengan tenaga profesional yang berwenang.
3. Diagnosis hanya dapat dilakukan oleh profesional, seperti psikolog, psikiater, dokter, atau tenaga kesehatan terkait.
4. Murid perlu menjawab seluruh pernyataan. Tidak boleh ada butir pernyataan yang kosong.
5. Instrumen *wajib* dikerjakan maksimal selama 10 menit.
6. Untuk murid penyandang disabilitas, pengisian dapat didampingi oleh orang tua/wali atau guru pendamping. Pendamping membantu akses dan pemahaman instruksi, bukan mengarahkan jawaban.
7. Tabel hasil dan rekomendasi Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid bersifat *rahasia* dan hanya boleh diberikan kepada orang tua/wali murid yang bersangkutan dan pihak sekolah yang bertanggung jawab untuk tindak lanjut, yaitu wali kelas, wakil kepala sekolah bidang kesiswaan, dan guru BK.
8. Hasil identifikasi dapat dipadukan dengan hasil pemeriksaan kesehatan jiwa pada program Cek Kesehatan Gratis (CKG) dalam aplikasi SATUSEHAT Mobile, serta dapat dilengkapi dengan Daftar Cek Masalah (DCM) atau Alat Ungkap Masalah (AUM) untuk mendapatkan hasil yang lebih menyeluruh.

Asesmen Literasi Membaca dan Numerasi untuk MPLS

1. Hasil Asesmen Literasi Membaca dan Numerasi untuk MPLS tidak berupa skor, angka atau peringkat murid. Oleh karena itu, hasil tidak boleh digunakan untuk menyimpulkan kompetensi literasi murid secara utuh.
2. Hasil asesmen digunakan sebagai bahan bagi guru untuk menyiapkan pembelajaran, memetakan kebutuhan belajar, serta merancang penguatan literasi dan numerasi.
3. Murid perlu mengerjakan asesmen secara jujur, mandiri, serius, dan sesuai dengan kemampuan sebenarnya.
4. Sekolah tidak diperbolehkan untuk memberikan latihan khusus, membocorkan soal, memberikan kunci jawaban, atau mengarahkan murid untuk memperoleh hasil tertentu.
5. Sekolah tidak diperbolehkan menjadikan hasil asesmen sebagai ajang kompetisi antar murid, kelas, atau sekolah.
6. Guru perlu memastikan asesmen berlangsung tertib, mandiri, dan tidak menimbulkan tekanan bagi murid.
7. Asesmen literasi membaca dilaksanakan maksimal selama 30 menit dan asesmen numerasi dilaksanakan selama 30 menit. Murid tidak diperkenankan untuk menggunakan waktu asesmen lainnya untuk menjawab soal Asesmen Literasi dan Numerasi.
8. Untuk pendidikan khusus atau murid penyandang disabilitas, sekolah dapat menyesuaikan pelaksanaan asesmen ini dengan kondisi murid. Pendampingan dapat diberikan untuk membantu akses, membaca instruksi, atau mengatasi kendala teknis, tetapi tidak boleh membantu menjawab soal. Murid dengan hambatan intelektual tidak disarankan mengikuti asesmen ini.
9. Tabel hasil asesmen dan saran aktivitas pembelajaran Literasi Membaca dan Numerasi bersifat pribadi dan perlu digunakan secara bijak. Hasil tidak boleh diumumkan di kelas atau dibandingkan antar murid.

Identifikasi Bakat dan Minat

1. Instrumen ini berfungsi sebagai identifikasi awal. Orang tua/wali dan sekolah dapat memperkaya hasil identifikasi ini melalui tes psikologi terstandar, observasi langsung, penilaian unjuk kerja, penelaahan portofolio akademik dan nonakademik, serta wawancara dengan anak agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

2. Hasil identifikasi menunjukkan kecenderungan dominan apabila skor pada bidang tertentu relatif tinggi.
3. Skor rendah tidak boleh dimaknai sebagai kelemahan atau ketidakmampuan murid. Skor tersebut lebih tepat dipahami sebagai area yang belum tampak dominan dan masih perlu distimulasi.
4. Seluruh bakat dan minat murid dapat berkembang apabila diberikan pengalaman, latihan, kesempatan, dan lingkungan yang mendukung.
5. Hasil identifikasi digunakan untuk membantu sekolah menyusun layanan pengembangan murid, seperti rekomendasi kegiatan ekstrakurikuler, pembinaan prestasi, pendampingan belajar, atau kegiatan pengembangan diri lainnya.
6. Untuk murid penyandang disabilitas, pengisian instrumen dapat didampingi oleh orang tua/wali, guru pendamping, atau tenaga pendamping lain. Pendamping membantu memahami instruksi dan proses pengisian, bukan mengarahkan jawaban.
7. Tabel hasil dan rekomendasi Identifikasi Bakat dan Minat bersifat pribadi dan perlu digunakan secara bijak. Hasil tidak boleh diumumkan di kelas atau dibandingkan antarmurid.

Alat dan Bahan:

- a. Kepala sekolah atau operator yang mempunyai akses masuk/login ke <https://karakter.data.kemendikdasmen.go.id/> menggunakan SSO Pengelola Data Pusdatin.
- b. Komputer, laptop, atau gawai yang dapat digunakan oleh murid dengan jaringan listrik dan jaringan internet yang memadai. Perangkat yang diprioritaskan untuk digunakan adalah komputer atau laptop. Gawai boleh digunakan dengan pengawasan jika komputer atau laptop tidak tersedia.
- c. Ruang yang terang, tenang, tertib, dan nyaman.
- d. Daftar hadir murid.
- e. Meja dan kursi sesuai jumlah peserta murid baru.
- f. Jika perangkat tidak tersedia sebanyak jumlah peserta, alternatifnya adalah sebagai berikut.
 - 1) kegiatan dapat dilaksanakan dengan menggunakan gawai dengan pengawasan untuk setiap ruangan (penggunaan komputer diprioritaskan untuk murid yang tidak memiliki gawai).
 - 2) Jika kondisi dan ketersediaan perangkat belum memadai, sementara sekolah tetap ingin memperoleh hasil tes seluruh murid baru, sekolah dapat menjadwalkan kembali pelaksanaan rangkaian tes pada waktu lain yang lebih memungkinkan dengan tetap memperhatikan kesiapan sekolah, murid, dan perangkat pendukung.

Catatan: pelaksanaan tes susulan dapat dilakukan pada 13 s.d. 24 Juli 2026 dan kegiatan tes harus dilakukan sebagai aktivitas pertama di pagi hari.

Alur Kegiatan:

a. Untuk mendapatkan kode akses instrumen, kepala sekolah dan/atau operator sekolah mempersiapkan hal-hal berikut.

- 1) Operator membuka laman Tes dan Survei MPLS Ramah tahun 2026 pada tautan <https://karakter.data.kemendikdasmen.go.id/>.
- 2) Operator masuk menggunakan menggunakan akun SSO Pengelola Data Pusdatin, memasukkan email dan password, kemudian klik tombol Login. Setelah itu, operator memasukkan OTP dari aplikasi Authenticator seperti Google Authenticator atau Microsoft Authenticator.
- 3) Operator mencatat kode tes untuk diberikan kepada murid. Kode tes untuk jenjang SMP dapat diakses mulai tanggal 13 Juli 2026.
- 4) Operator menginformasikan kepada kepada guru atau tenaga kependidikan yang bertugas mendampingi pelaksanaan rangkaian tes terkait tautan <https://karakter.data.kemendikdasmen.go.id/> dan kode tes.

b. Persiapan dan Pengarahan Awal (15 menit)

Sebelum memulai tes, guru atau tenaga kependidikan melakukan langkah-langkah, seperti

- 1) memastikan seluruh murid baru sudah berada di ruangan/area yang telah ditentukan;
- 2) memastikan perangkat yang digunakan murid sudah siap, baik komputer, laptop, maupun gawai pribadi dengan pengawasan sekolah;
- 3) memastikan jaringan internet dapat digunakan dengan baik;
- 4) menjelaskan tujuan tes secara singkat kepada murid;
- 5) memberikan data di bawah ini kepada murid
 - a) kode tes untuk mengakses instrumen;
 - b) tinggi dan berat badan 1 bulan terakhir (jika ada); serta
 - c) hasil tes fleksibilitas (hasil terbaik murid) jika sekolah melaksanakan tes fleksibilitas pada hari kedua.
- 6) menginformasikan kepada murid untuk membuka laman tes pada tautan <https://karakter.data.kemendikdasmen.go.id/>; serta
- 7) mengarahkan murid untuk memilih tombol menu *Kerjakan Tes*.
- 8) Murid memasukkan kode tes seperti MPLS-XYZ67 dan menekan tombol *Lanjutkan* untuk ke menu selanjutnya.

- 9) Pada laman berikutnya, arahkan murid untuk memasukkan Nomor Induk Siswa Nasional (NISN) pada kotak yang tersedia. Jika murid belum memiliki NISN, silakan masukkan angka 1234567890.
- 10) Laman dengan notifikasi NISN yang kamu masukkan VALID akan terbuka. Pastikan nama sudah sesuai. Tekan tombol Kerjakan Tes dan peramban/browser akan mengarah ke laman Google Form.
- 11) Jika nama yang muncul bukan nama murid baru yang bersangkutan, silakan masukkan ulang NISN dengan menekan tombol "Masukkan NISN". Jika nama yang muncul tetap tidak sesuai, silakan masukkan angka "1234567890".
- 12) Jika terbuka laman dengan notifikasi "NISN yang kamu masukkan tidak VALID" murid dapat menekan "Masukkan NISN" untuk mencoba kembali memasukkan NISN yang sesuai. Jika tetap tidak valid silakan langsung memilih tombol "Kerjakan Tes".
- 13) Jika tombol "Kerjakan Tes" tidak menampilkan formulir tes, silakan coba memilih tombol "Alternatif 1 Kerjakan Tes" atau "Alternatif 2 Kerjakan Tes".
- 14) Memastikan semua perangkat yang digunakan murid telah menampilkan Google Form pada peramban/browser sebelum mulai lanjut ke tahap pengisian instrumen.

c. Pengisian Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid

Pada saat pengisian instrumen Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid, guru atau tenaga kependidikan melakukan langkah berikut.

- 1) Menjelaskan instruksi umum mengenai tata cara pengerjaan soal (maksimal 5 menit).
 - a) Instrumen terdiri dari 17 butir pernyataan.
 - b) Durasi waktu maksimal pengerjaan adalah 10 menit.
 - c) Murid tidak diperbolehkan bekerja sama atau menggunakan bantuan dari luar.
 - d) Tidak boleh ada pernyataan yang dikosongkan.
 - e) Jika semua murid sudah menyelesaikan section sebelum 10 menit, guru dapat langsung memberikan penjelasan untuk Asesmen Literasi Membaca dan Numerasi.
 - f) Menekankan bahwa identifikasi ini bukan untuk menilai atau mendiagnosis, melainkan untuk melakukan deteksi awal bagaimana anak bersikap di rumah, sekolah, dengan teman dan keluarga.
 - g) Mengingatkan murid agar menjawab dengan jujur sesuai dengan kondisi dirinya.

- 2) Mengawasi jalannya tes untuk memastikan ketertiban dan kemandirian murid dalam mengerjakan instrumen. Petugas diharapkan dapat membantu murid jika mengalami kesulitan selama pengerjaan instrumen.
- 3) Mengingatkan sisa waktu apabila diperlukan, terutama ketika mendekati batas waktu pengisian.
- 4) Memastikan murid telah selesai mengisi semua butir pernyataan.
- 5) Memastikan semua murid sudah selesai mengisi Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid dan menekan tombol "Selanjutnya/Next" untuk mengerjakan tes selanjutnya.

d. Pengisian Asesmen Literasi dan Numerasi untuk MPLS (60 menit)

Pada saat pelaksanaan asesmen literasi membaca, guru atau tenaga kependidikan melakukan langkah berikut.

- 1) Memastikan murid sudah selesai mengisi Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid dan telah berpindah section ke asesmen literasi membaca.
- 2) Memberikan instruksi umum mengenai tata cara pengerjaan soal.
 - a) Jumlah soal 24 butir terdiri dari 12 soal literasi membaca dan 12 soal numerasi.
 - b) Durasi waktu pengerjaan adalah 30 menit untuk asesmen literasi dan 30 menit untuk asesmen numerasi.
 - c) Formulir tidak mengunci semua jawaban harus terisi. Jika ada jawaban jawaban kosong, murid dianggap tidak mengetahui jawabannya.
 - d) Murid tidak diperbolehkan bekerja sama, menggunakan alat bantu, mencari jawaban di internet, atau meminta bantuan orang lain.
 - e) Soal asesmen literasi dan numerasi tidak wajib dikerjakan secara berurutan sehingga murid dapat mengerjakan soal yang dianggap mudah terlebih dahulu.
 - f) Menekankan bahwa asesmen ini bukan penilaian melainkan digunakan untuk membantu guru memahami kebutuhan belajar murid.
 - g) Mengingatkan murid untuk membaca soal dengan teliti dan menjawab sesuai dengan kemampuan masing-masing.
- 3) Mengawasi pelaksanaan asesmen agar murid mengerjakan secara tertib dan mandiri. Guru juga dapat membantu apabila terdapat kendala teknis.
- 4) Mengingatkan sisa waktu apabila diperlukan.
- 5) Setelah 30 menit, petugas menginformasikan kepada semua murid jika waktu pengerjaan asesmen literasi membaca sudah selesai. Guru

mengarahkan murid untuk melanjutkan pengerjaan asesmen numerasi dengan menekan tombol *Selanjutnya/Next*.

- 6) Guru berkeliling untuk memastikan semua murid sudah berpindah ke section asesmen numerasi.
- 7) Lakukan langkah yang sama untuk sesi asesmen numerasi. Setelah 30 menit, petugas memastikan semua murid sudah selesai mengisi asesmen numerasi dan menekan tombol *Selanjutnya/Next* untuk mengerjakan tes selanjutnya.

e. Pengisian Identifikasi Bakat dan Minat (20 menit)

Pada saat pengisian instrumen, guru melakukan langkah berikut.

- 1) Memastikan murid sudah selesai mengisi asesmen numerasi dan telah berpindah section ke Identifikasi Bakat dan Minat.
- 2) Menjelaskan instruksi umum mengenai tata cara pengerjaan soal.
 - a) Instrumen terdiri atas 32 butir pertanyaan terkait bakat dan 32 butir pertanyaan terkait minat.
 - b) Durasi maksimal pengerjaan kedua paket soal adalah 20 menit.
 - c) Tidak boleh ada pernyataan yang tidak dijawab/dikosongkan.
 - d) Menekankan bahwa kegiatan ini bukan untuk penilaian dan tidak memiliki jawaban benar atau salah.
 - e) Mengingatkan murid agar menjawab sesuai dengan kondisi, minat, kebiasaan, dan pengalaman dirinya sendiri.
 - f) Pada bagian akhir formulir, terdapat pertanyaan terkait tinggi badan, berat badan, dan hasil tes fleksibilitas. Jika data tersedia, silakan diisi sesuai dengan kondisi murid. Jika data tidak tersedia, murid dapat memilih jawaban *tidak tahu*.
- 3) Mengawasi jalannya identifikasi untuk memastikan ketertiban dan kemandirian murid dalam mengerjakan instrumen. Guru diharapkan dapat membantu murid jika mereka mengalami kesulitan selama pengerjaan instrumen.
- 4) Mengingatkan sisa waktu apabila diperlukan.
- 5) Setelah waktu pengerjaan selesai, petugas memastikan seluruh murid telah menjawab dan menekan tombol Submit.
- 6) Menyediakan daftar hadir untuk diisi oleh murid sebagai bukti murid telah mengikuti rangkaian kegiatan tes.

f. Pengunduhan Laporan Hasil

- 1) Laporan hasil akan tersedia dalam bentuk
 - a) Laporan setiap murid
 - b) Laporan setiap sekolah
- 2) Laporan hasil, tersedia mulai dari tanggal 31 Juli 2026.

- 3) Laporan hanya bisa diakses oleh kepala dan/atau operator sekolah melalui laman karakter.data.kemendikdasmen.go.id.
- 4) Laporan murid dapat diunduh dalam 2 set.
 - a) Set 1 berisi
 - (1) tabel hasil tes dan saran aktivitas pembelajaran Literasi Membaca dan Numerasi untuk MPLS;
 - (2) tabel hasil dan rekomendasi Identifikasi Bakat dan Minat;
 - (3) Identifikasi Massa Tubuh; dan
 - (4) tabel hasil tes fleksibilitas.
 - b) Set 2 yang bersifat rahasia diunduh terpisah berisi
 - (1) tabel hasil dan rekomendasi Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid.
- 5) Berkas semua murid di Set 1 dapat diberikan kepada guru BK, guru kelas masing-masing, dan guru lain yang terkait.
- 6) Berkas semua murid di Set 2 hanya boleh diberikan kepada guru BK. Hanya guru BK yang diperbolehkan menyampaikan kepada orang tua bagi murid yang membutuhkan pendampingan profesional. Jika tidak tersedia guru BK di sekolah, tugas ini dapat dilakukan oleh Wakil Kepala Sekolah Kesiswaan atau Guru Wali yang sudah mendapatkan pelatihan.

g. Tindak Lanjut Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid

- 1) Apabila terdapat murid yang memerlukan perhatian lanjutan, sekolah melalui guru BK dapat berkomunikasi dengan orang tua/wali untuk mendiskusikan pendampingan lebih lanjut di sekolah dan di rumah. Selain itu, orang tua dapat memastikan kondisi murid ke layanan profesional yang tersedia (dokter, psikolog, psikiater) jika diperlukan.
- 2) Sekolah dan orang tua/wali dapat memadukan hasil identifikasi ini dengan hasil CKG 2026, DCM, dan/atau AUM untuk memperoleh gambaran yang lebih menyeluruh.

h. Tindak Lanjut Asesmen Literasi Membaca dan Numerasi

- 1) Sekolah dapat menggunakan hasil asesmen untuk memetakan kemampuan awal literasi membaca dan numerasi murid.
- 2) Hasil asesmen juga dapat digunakan untuk merancang penguatan pembelajaran, menyusun strategi diferensiasi pembelajaran, menentukan kebutuhan pendampingan belajar, dan merancang program pembiasaan literasi dan numerasi di sekolah.
- 3) Apabila ditemukan murid yang membutuhkan penguatan lebih lanjut, guru dapat melakukan pendampingan melalui kegiatan pembelajaran, bimbingan belajar, pengayaan, remedial, atau strategi lain yang sesuai.

i. Tindak Lanjut Identifikasi Bakat dan Minat

- 1) Hasil identifikasi bakat dan minat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam pemetaan minat murid, rekomendasi kegiatan ekstrakurikuler, pembinaan prestasi, pendampingan belajar, pengembangan diri, dan komunikasi dengan orang tua/wali.
- 2) Apabila ditemukan murid dengan potensi bakat dan minat tertentu yang kuat, sekolah dapat memberikan kesempatan pengembangan melalui kegiatan yang sesuai.
- 3) Apabila terdapat bidang yang belum tampak dominan, sekolah dapat memberikan stimulasi melalui pengalaman belajar yang lebih beragam.
- 4) Hasil identifikasi dapat didiskusikan secara terbatas dengan wali kelas, guru BK, pembina ekstrakurikuler, atau orang tua/wali sesuai kebutuhan.
- 5) Hasil identifikasi tidak boleh diumumkan secara terbuka, dibandingkan antarmurid atau digunakan untuk membatasi kesempatan murid mengikuti kegiatan tertentu.
- 6) Sekolah dapat menindaklanjuti hasil identifikasi dengan observasi lanjutan, wawancara singkat, penelaahan portofolio, atau kegiatan praktik sesuai bidang minat dan potensi murid.

Hal yang Perlu Dihindari oleh Guru

1. Memberi pelabelan kepada murid berdasarkan hasil tes yang dapat memengaruhi kepercayaan diri dan perkembangan murid.
2. Menjadikan hasil instrumen sebagai kesimpulan akhir tentang kondisi, kemampuan, bakat, minat, atau potensi murid. Hasil ini hanya merupakan gambaran awal yang perlu diperkaya dengan observasi, pendampingan, komunikasi dengan orang tua, serta penilaian lain yang relevan.
3. Menggunakan hasil instrumen untuk mendiagnosis murid terutama pada Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid. Sekolah tidak boleh menyimpulkan bahwa murid mengalami gangguan mental tertentu karena diagnosis hanya dapat dilakukan oleh tenaga profesional yang berwenang.
4. Mengumumkan atau membahas hasil individu murid di depan kelas, upacara, atau bentuk pertemuan lainnya, baik hasil Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid, asesmen literasi dan numerasi, maupun identifikasi minat dan bakat.
5. Membandingkan hasil antar murid, baik secara langsung maupun tidak langsung, karena setiap murid memiliki kondisi, kemampuan, minat,

dan tahap perkembangan yang berbeda.

6. Menyebarkan hasil kepada pihak yang tidak berkepentingan, termasuk melalui grup komunikasi, forum kelas, media sosial, atau dokumen yang dapat diakses secara terbuka.
7. Memberikan tekanan kepada murid agar memperoleh hasil tertentu.
8. Mengarahkan jawaban murid saat pengisian instrumen.

3. Literasi Digital:

Tujuan Kegiatan:

Mengenalkan murid tentang keadaban dan keamanan digital serta kecerdasan finansial era digital. Topik kegiatan yang dapat dimasukkan dalam kegiatan adalah

- a. Pencegahan Isu Judi *Online* dan
- b. Keadaban Digital.

Tabel 3.22 Kegiatan Literasi Digital

No.	Uraian Kegiatan/ Materi	Durasi
1.	Nonton Bersama Film Pencegahan Judi <i>Online</i>	25 menit
2.	Diskusi dan Refleksi Film Pencegahan Judi <i>Online</i>	5 menit
3.	Kampanye 3S: <i>Screen Time, Screen Zone, Screen Break</i>	30 menit
	Total Durasi	60 menit

a. Kegiatan 1

Kegiatan 1 adalah Nonton Bersama Film Pencegahan Judi *Online*.

Durasi: 25 menit.

Tujuan Kegiatan:

Tujuan kegiatan ini adalah agar murid

- 1) dapat mengidentifikasi ciri-ciri dan modus judi *online*;
- 2) memahami dampak negatif judi *online* pada keuangan, keluarga, pertemanan, mental, dan masa depan; serta
- 3) mengetahui cara menghindari praktik judi *online*.

Alat dan Bahan:

Alat dan bahan untuk melaksanakan kegiatan adalah

- 1) laptop (jika ada);
- 2) proyektor (jika ada);
- 3) pengeras/pelantang suara (jika ada); serta
- 4) tautan film pendek *Kemenangan Sejati* (<https://s.id/antijudol>).

Alur Kegiatan:

- 1) Guru memberikan pengantar untuk membuka sesi. Contoh pengantar yang dapat diberikan, misalnya “Di era digital ini, banyak sekali tawaran yang terlihat menggiurkan di internet, seperti janji *uang instan* atau *pinjaman mudah tanpa syarat*. Namun, kita perlu sangat berhati-hati, karena hal tersebut merupakan jebakan berbahaya.”
- 2) Guru memberikan pertanyaan pemantik kepada murid, misalnya “Siapa yang pernah dengar kata judi *online*? Menurut kalian, apa sih itu? Mengapa orang tertarik sama judi *online*?” atau “Apakah kamu pernah mendengar atau membaca berita mengenai individu yang terjerat judi *online*? Menurut pandangan kamu, apa saja potensi bahaya dari hal tersebut?”; guru memberikan kesempatan kepada beberapa murid untuk menjawab pertanyaan.
- 3) Guru memberikan penguatan mengenai bahaya judi *online* melalui kegiatan menonton film pendek pencegahan judi *online* berjudul *Kemenangan Sejati* (<https://s.id/antijudol>).
- 4) Murid menyaksikan film dari awal hingga akhir.

b. Kegiatan 2

Kegiatan 2 adalah Diskusi dan Refleksi Film Pencegahan Judi *Online*.

Durasi: 5 menit.

Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk

- 1) memfasilitasi refleksi mendalam murid setelah menonton film;
- 2) mengidentifikasi faktor pemicu dan dampak negatif judi online secara komprehensif; serta
- 3) mendorong murid untuk mengetahui cara menghindari judi online dan berani mencari bantuan.

Alat dan Bahan

- 1) Kertas
- 2) Alat tulis.

Alur Kegiatan:

- 1) Setelah menyaksikan film, murid diajak untuk berdiskusi secara terbuka dengan beberapa pertanyaan, misalnya
 - a) Apa pelajaran paling berharga yang kamu peroleh dari film *Kemenangan Sejati*?
 - b) Mengapa tokoh utama dalam film dapat terjerumus ke dalam judi *online*?
 - c) Faktor-faktor apa saja yang mungkin mempengaruhinya? (Guru dapat memancing jawaban, seperti keinginan mendapatkan

- uang instan, tekanan teman sebaya, kurangnya pengetahuan, rasa ingin mencoba, atau masalah ekonomi pribadi).*
- d) *Apa saja dampak negatif yang terlihat dalam film Akibat Judi Online dan Pinjaman Online Ilegal? (kerugian finansial, masalah psikologis, kerusakan hubungan dengan keluarga, stres, ketakutan, atau terhambatnya masa depan).*
 - e) *Apabila kamu atau teman kamu berada dalam situasi serupa dengan tokoh di film, tindakan apa yang akan kamu lakukan?*
 - f) *Siapa yang harus kamu mintai bantuan atau nasihat? (arahkan jawaban untuk meminta bantuan/nasihat ke orang tua/wali, guru, wali kelas, konselor sekolah, atau pihak berwenang)*
- 2) Guru memberikan respon terhadap jawaban murid dan memberikan pesan kunci.

c. Kegiatan 3

Kegiatan 3 adalah Kampanye 3S: *Screen Time, Screen Zone, Screen Break*.

Durasi: 30 menit.

Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk

- 1) mengaktifkan pengetahuan dan pengalaman murid terkait keadaban digital serta
- 2) membangun keterlibatan dan rasa ingin tahu terhadap topik.

Alat dan Bahan:

- 1) materi prinsip 3S (*screen time, screen zone, screen break*) dari tautan <https://s.id/MateriPrinsip3S>;
- 2) alat tulis (kertas karton, pensil warna, spidol, crayon); serta
- 3) selotip/ perekat kertas.

Alur Kegiatan:

- 1) Guru menyampaikan beberapa pernyataan. Murid mengangkat tangan jika pernah melakukannya.
 - a) Main gawai sampai lupa waktu!
 - b) Tidur sambil membawa gawai!
 - c) Makan sambil menonton video atau televisi!
 - d) Belajar sambil membuka banyak aktivasi!
- 2) Guru mengenalkan prinsip 3S (*screen time, screen zone, screen break*) dengan referensi materi melalui tautan: <https://s.id/MateriPrinsip3S>.
- 3) Guru membagi murid menjadi 3 kelompok.

- a) Kelompok *Screen Time*
- b) Kelompok *Screen Zone*
- c) Kelompok *Screen Break*
- 4) Murid membuat poster sesuai kelompoknya.
 - a) Kelompok *Screen Time* membuat poster tentang waktu untuk menatap layar gawai, menonton TV, atau bermain gim.
 - b) Kelompok *Screen Zone* membuat poster tentang aturan tempat di sekolah mana saja yang boleh atau tidak boleh untuk bermain gawai atau menatap layar.
 - c) Kelompok *Screen Break* membuat kegiatan bermakna yang dapat dilakukan selain menatap layar.
- 5) Masing-masing kelompok mempresentasikan poster yang telah dibuat.

4. Pencegahan Isu NAPZA (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif)

Tujuan kegiatan

Menumbuhkan kesadaran murid untuk menjauhi NAPZA (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif) dengan memahami dampak negatif bagi kesehatan, masa depan, dan lingkungan sosial.

Tabel 3.23 Kegiatan Pencegahan Isu NAPZA

No.	Uraian Kegiatan/ Materi	Durasi
1.	Pengenalan NAPZA: Kenali, Pahami, Jauhi	20 menit
2.	Menonton Film Pendek Bahaya NAPZA	15 menit
3.	Refleksi dan Komitmen	15 Menit
	Total Durasi	50 menit

a. Kegiatan 1

Kegiatan 1 adalah Pengenalan NAPZA: Kenali, Pahami, Jauhi.

Durasi: 20 menit.

Tujuan Kegiatan:

- 1) memberikan pemahaman dasar tentang jenis-jenis NAPZA, dampaknya bagi tubuh dan masa depan, serta mitos dan fakta seputar NAPZA serta
- 2) meningkatkan kewaspadaan terhadap bahaya yang mengintai.

Alat dan Bahan:

- 1) laptop (jika ada);
- 2) proyektor (jika ada);

- 3) papan tulis;
- 4) sticky notes atau kertas yang dipotong kecil;serta
- 5) alat tulis.

Alur Kegiatan:

- 1) Guru memulai dengan pertanyaan pemantik, misalnya: “Apa yang kalian ketahui tentang NAPZA?” atau “Mengapa ada orang yang memakai NAPZA?”.
- 2) Kegiatan dilanjut dengan permainan ringan, misalnya Mitos atau Fakta?.
- 3) Guru membacakan beberapa pertanyaan tentang NAPZA, lalu murid diminta menjawab *mitos* atau *fakta*.



Gambar 3.8 Mitos dan Fakta tentang Narkoba

- 4) Setelah itu, guru memberikan penjelasan singkat bahwa banyak informasi keliru yang beredar soal NAPZA serta menjelaskan jenis, dampak, dan bahaya penyalahgunaan NAPZA yang sebenarnya.

Contoh soal pernyataan Mitos atau Fakta

- 1) NAPZA hanya berbahaya jika digunakan dalam jumlah besar.
Jawaban yang benar:
Mitos → bahkan dalam jumlah kecil, NAPZA bisa menyebabkan kerusakan otak dan kecanduan.
- 2) Merokok dan minum alkohol bisa menjadi pintu awal penyalahgunaan NAPZA.

Jawaban yang benar:

Fakta → rokok dan alkohol sering disebut sebagai pintu awal penyalahgunaan NAPZA.

- 3) NAPZA hanya digunakan oleh orang dewasa saja.

Jawaban yang benar:

Mitos → banyak penyalahgunaan justru dimulai sejak remaja.

- 4) Orang yang pernah pakai NAPZA tidak bisa pulih lagi.

Jawaban yang benar:

Mitos → dengan dukungan dan rehabilitasi, mereka bisa pulih dan kembali ke masyarakat.

- 5) Menolak ajakan teman untuk mencoba NAPZA menunjukkan kamu gak keren.

Jawaban yang benar: Mitos → menolak NAPZA justru menunjukkan keberanian dan keteguhan diri.

b. Kegiatan 2

Kegiatan 2 adalah Menonton Film Pendek Bahaya NAPZA.

Durasi: 15 menit.

Tujuan Kegiatan:

Tujuan kegiatan ini adalah untuk

- 1) memberikan pemahaman yang lebih nyata dan emosional tentang penyalahgunaan NAPZA; serta
- 2) menguatkan sikap dan komitmen murid untuk menjaga diri serta lingkungan sekolah bebas dari NAPZA.

Alat dan Bahan:

- 1) laptop (jika ada);
- 2) proyektor (jika ada);serta
- 3) papan tulis.

Alur Kegiatan:

- 1) Guru menyampaikan maksud dan tujuan menonton film, bukan sekedar hiburan tetapi juga pembelajaran.
- 2) Pemutaran film bahaya NAPZA berdurasi pendek (5-7 menit).
- 3) Tautan film pendek tentang Milenial Anti Narkoba dari BNN
<https://s.id/milenialantinarkoba>.

Referensi video lainnya adalah sebagai berikut.

- https://s.id/antinarkoba_1
- https://s.id/antinarkoba_2
- https://s.id/antinarkoba_3
- https://s.id/antinarkoba_4

c. Kegiatan 3

Kegiatan 2 adalah Refleksi dan Komitmen

Durasi: 15 menit.

Tujuan kegiatan

- 1) memberikan ruang bagi murid untuk mengekspresikan perasaan dan pemikiran mereka serta
- 2) menguatkan pemahaman murid tentang bahaya NAPZA.

Alat dan Bahan:

- 1) kertas HVS/Plano;
- 2) alat tulis (pulpen/spidol); serta
- 3) pohon komitmen yang digambar guru di papan tulis atau di dinding.

Alur Kegiatan

- 1) Guru membagikan *sticky note* atau kertas yang dipotong kecil kepada setiap murid.
- 2) Murid diminta menuliskan pesan penolakan NAPZA pada sticky notes yang telah dibagikan (aku sayang diriku, hidup sehat tanpa NAPZA).
- 3) Murid diminta menempel tulisan tersebut di Pohon Komitmen Bersama yang telah dibuat oleh guru (atau bisa ditempel di dinding kelas, disesuaikan dengan sekolah masing-masing)

5. Refleksi dan Doa Penutup

Tujuan kegiatan:

Mengajak murid merefleksikan pengalaman hari ketiga, menumbuhkan motivasi untuk hari berikutnya, serta menutup kegiatan dengan semangat kebersamaan.

Durasi Kegiatan: 15 menit.

Alat dan Bahan:

- a. pengeras suara (jika ada);
- b. kartu ekspresi/perasaan (bergambar senyum, sedih, semangat, dan lainnya.); serta
- c. lagu penutup yang mudah diikuti dan bernuansa positif (referensi lagu: <https://s.id/album7kaih> <https://s.id/lagurukunsamateman> dan referensi lagu jeda ceria <https://s.id/jedaceriav1> atau <https://s.id/jedaceriav2-SMP-SMA>).

Alur Kegiatan:

- a. Pembukaan Refleksi
Guru mengajak murid duduk melingkar atau tetap di tempat dengan suasana santai.
- b. Tanya Jawab Ringan
Guru menanyakan secara singkat: "Apa kegiatan favoritmu hari ini?" "Bagaimana perasaanmu?", "Apa hal baru yang kamu temukan hari ini?" atau bisa dengan menunjuk beberapa murid untuk berbagi.
- c. Motivasi
Guru menyampaikan gambaran singkat kegiatan esok hari dan mengajak murid untuk tetap semangat dan antusias. Selain itu, guru juga memotivasi murid untuk mengikuti kegiatan hari selanjutnya. Contoh: "Besok kita akan belajar mengenal teman lebih dekat lewat berbagai kegiatan yang seru. Jadi, jangan lupa datang dengan semangat, ya!".
- d. Bernyanyi
Guru dan murid menyanyikan lagu-lagu yang ceria sebagai penutup kegiatan hari ini. Pilih lagu yang mudah, positif, dan menyenangkan. Opsi lagu dari Album *Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat* (<https://s.id/album7kaih>) atau lagu *Rukun Sama Teman* (<https://s.id/lagurukunsamateman>).

Hari Keempat

Tabel 3.24 Rujukan Kegiatan MPLS Hari Keempat

No.	Jenis Kegiatan	Kegiatan	Durasi
1.	Materi Utama	Salam Sapa Murid Baru	Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai)
2.	Materi Utama	Sahabat Hebat: Dengar, Peduli, dan Hargai	70 menit
3.	Materi Pilihan	Budaya Sekolah Berbasis Kekhasan Sekolah	30 menit
4.	Materi Utama	Pengenalan Kurikulum Melalui Penumbuhan Motivasi, Semangat, dan Cara Belajar yang Efektif	45 menit

No.	Jenis Kegiatan	Kegiatan	Durasi
5.	Materi Utama	ASRI: Aku, Kamu, dan Lingkungan Kita Bersama	80 menit
7.	Materi Utama	Refleksi dan Doa Penutup	15 menit
		Total Durasi	240 menit

DESKRIPSI KEGIATAN MPLS HARI KEEMPAT

1. Salam Sapa Murid Baru

Tujuan kegiatan:

Menciptakan lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan inklusif dengan membangun kedekatan emosional antara guru dan murid baru.

Tabel 3.25 Uraian Kegiatan Salam Sapa Murid Baru

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Senyum, Salam, Sapa, Sopan, Santun	Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai)
	Total Durasi	Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai)

Durasi: disesuaikan dengan situasi dan kondisi sekolah (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai).

Alat dan Bahan:

- jinggel MPLS Ramah yang berjudul *Hari Baru* (<https://s.id/laguharibaru>);
- lagu *Rukun Sama Teman* (<https://s.id/lagurukunsamateman>); serta
- seperangkat media dan alat pelantang/pengeras suara (jika ada).

Alur Kegiatan:

- Guru menyambut murid dan orang tua/wali di gerbang sekolah dengan (5S) senyum, salam, sapa, sopan, santun.
- Murid diarahkan memasuki lingkungan sekolah dengan tertib dan penuh semangat.
- Guru piket memutarakan
 - jinggel MPLS Ramah yang berjudul *Hari Baru* dan
 - lagu *Rukun Sama Teman*.

2. Sahabat Hebat: Dengar, Peduli, dan Hargai

Catatan Penting!

Pada kegiatan Sahabat Hebat, guru memperhatikan kenyamanan dan kondisi emosional murid selama kegiatan berlangsung. Guru menghindari pertanyaan atau pembahasan yang terlalu mendalam mengenai pengalaman pribadi yang berpotensi memicu ketidaknyamanan (*trigger warning*). Murid diberikan kebebasan untuk tidak menjawab, tidak bercerita, atau menenangkan diri sejenak apabila merasa kurang nyaman selama kegiatan berlangsung.

Tujuan kegiatan:

- menunjukkan empati dan dukungan psikologis awal (*Look, Listen, Link*) serta
- menjaga kesehatan mental diri dan teman.

Tabel 3.26 Uraian Kegiatan Sahabat Hebat: Dengar, Peduli dan Hargai

No.	Uraian Kegiatan	Menit
1.	Mengenali Tanda Teman Tidak Baik-Baik Saja	15 menit
2.	Mendengarkan dengan Empati	30 menit
3.	Kapan Harus Meminta Bantuan?	15 menit
4.	Komitmen Sahabat Hebat	10 menit
	Total Durasi	70 menit

a. Kegiatan 1

Kegiatan 1 adalah mengenali apakah teman tidak baik-baik saja.

Tujuan Kegiatan:

Tujuan kegiatan ini adalah agar murid mampu mengenali tanda-tanda teman yang sedang mengalami kesulitan serta menunjukkan sikap peduli dan empati tanpa menghakimi.

Durasi: 15 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) Alat tulis
- 2) Kertas plano.

Alur Kegiatan:

- 1) Guru membagi murid kedalam dua kelompok besar.
- 2) Setiap kelompok diberikan kertas plano.
 - a) Kelompok 1 mendiskusikan mengenai tekanan atau masalah apa saja yang sering dialami oleh remaja saat ini.
 - b) Kelompok 2 mendiskusikan mengenai tanda-tanda yang menunjukkan bahwa seorang teman sedang tidak baik-baik saja.
- 3) Guru meminta murid menuliskan jawaban setiap kelompok pada kertas plano.
- 4) Setelah waktu diskusi selesai, masing-masing perwakilan kelompok membacakan beberapa jawaban yang telah dituliskan.
- 5) Guru merangkum jawaban dan menekankan bahwa tanda-tanda sinyal adalah untuk peduli, bukan untuk menghakimi dan menyebarkan informasi yang belum tentu benar.
- 6) Tanyakan kepada murid, "Jika melihat tanda-tanda bahwa teman sedang tidak baik-baik saja, kalimat apa yang dapat kita ucapkan untuk menunjukkan kepedulian?". Setelah murid menjawab dan memberikan contoh kalimat, fasilitator dapat mengelaborasi dan memberikan contoh kalimat lainnya.
 - a) Hai, kamu terlihat agak berbeda hari ini. Apa kabar?
 - b) Kamu lagi ada yang mau diceritain? Aku mau dengerin ya.
 - c) Ada yang bisa aku bantu? Jangan sungkan untuk kasih tahu aku ya.
 - d) Kalau kamu butuh teman ngobrol, aku ada di sini ya.

Bahan edukasi untuk guru

Dukungan psikologis awal (DPA) adalah cara sederhana menenangkan dan membantu seseorang yang sedang mengalami masalah, merasa sedih, tertekan, takut, atau terganggu.

DPA dilakukan dengan tiga langkah, yakni *look* (melihat kondisi teman), *listen* (mendengarkan tanpa menghakimi), dan *link* (membantu menghubungkan ke orang dewasa yang bisa membantu).

Sahabat hebat tidak harus menyelesaikan masalah teman, cukup memastikan bahwa dia tidak menghadapinya sendirian. Kegiatan ini bertujuan untuk mengurangi rasa takut dan cemas dan memberikan dukungan awal sebelum mendapatkan bantuan dari orang dewasa yang terpercaya.

b. Kegiatan 2

Kegiatan 2 adalah Mendengarkan dengan Empati.

Tujuan Kegiatan:

Tujuan kegiatan ini adalah agar murid mampu memberikan respon terbaiknya.

Durasi: 30 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) Alat tulis
- 2) *Sticky notes* atau kertas yang dipotong kecil.

Alur Kegiatan:

- 1) Guru mengenalkan pada murid tentang respons verbal maupun nonverbal.
- 2) Guru mengenalkan akronim **HADAP** sebagai respons nonverbal.

H - Hadapkan badan ke arah teman.
A - Arahkan kontak mata yang nyaman.
D - Dengarkan teman tanpa menyela .
A - Anggukkan kepala sebagai tanda memahami.
P - Ponsel disimpan.

- 3) Guru menginstruksikan murid untuk berdiri dan guru akan membacakan beberapa contoh respons.

Contoh respons:

1. "Ah, biasa aja itu, aku pernah gitu juga, malah lebih parah."
2. "Sudah engga papa gausah dipikirin ya, sabar aja."

- a) Jika menurut murid kalimat responnya *tepat*, *murid lompat ke kanan* dan jika menurut murid kalimat responnya *tidak tepat*, *murid lompat ke kiri*.
- b) Setelah murid melompat, tanyakan kepada murid apa alasan dan apa yang membuat kalimat itu tepat atau tidak tepat.
- c) Guru memberikan penguatan tentang respons bias dan respons empatik.

Respons bias adalah respons yang membuat orang merasa tidak didengar, diremehkan, disalahkan, dibandingkan, atau diberi solusi cepat tanpa

memahami. Respons bias dapat menyebabkan seseorang merasa tidak aman, makin tertekan, atau menarik diri karena perasaannya diabaikan. Respons empatik adalah respons yang memberikan ruang dan rasa aman, mendengarkan tanpa menghakimi, mengakui perasaan lawan bicara, menanyakan kebutuhan, dan memberi dukungan tanpa memaksa. Respons empatik akan membuat seseorang merasa diterima, dihargai, dan lebih tenang.

c. Kegiatan 3

Kegiatan 3 adalah kapan murid harus meminta bantuan.

Tujuan Kegiatan:

Tujuan kegiatan ini adalah agar murid mampu membedakan situasi yang dapat didukung oleh teman sebaya dan situasi yang memerlukan bantuan orang dewasa yang dapat dipercaya.

Durasi: 15 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) Alat tulis;
- 2) *Sticky notes* atau kertas yang dipotong kecil; serta
- 3) Kartu berwarna merah dan biru (<https://s.id/kartubirudanmerah>).

Alur Kegiatan:

- 1) Guru membagikan satu kartu merah dan satu kartu biru untuk setiap murid. Tuliskan kata *MERAH* pada kartu merah dan *BIRU* pada kartu biru untuk memudahkan murid mengenali kartu yang digunakan.
- 2) Guru menjelaskan bahwa kartu merah menunjukkan situasi yang perlu diwaspadai dan perlu bantuan orang dewasa yang dapat dipercaya.
- 3) Guru menjelaskan bahwa kartu biru menunjukkan situasi yang masih dapat dibantu melalui dukungan teman, seperti mendengarkan dan menemani.
- 4) Selanjutnya bacakan beberapa situasi dan minta murid untuk mengangkat kartu yang menurut mereka paling sesuai.

Contoh Situasi

Teman sedih karena nilai ujian jelek.

Teman mengatakan dirinya mengalami rasa sedih berlarut tanpa mengetahui penyebabnya.

Teman bercerita sedang bertengkar dengan sahabatnya.

Teman sering diejek dengan julukan yang membuatnya sedih.

Teman mengatakan merasa sangat tidak berharga dan sering menyalahkan dirinya sendiri.

Catatan: jika menambahkan situasi lain, guru dimohon untuk mempertimbangkan dan memperhatikan kondisi murid.

- 5) Guru tidak perlu menyebutkan benar atau salah, tetapi menanyakan alasan dan indikator apa yang membuat situasi tersebut perlu diwaspadai.
- 6) Berikan penjelasan bahwa tidak semua masalah dapat diselesaikan oleh teman sebaya. Pada situasi tertentu yang mengarah pada risiko bahaya, seperti keinginan menyakiti diri sendiri atau pengalaman kekerasan, keselamatan harus menjadi prioritas utama sehingga bantuan dari orang dewasa sangat diperlukan.
- 7) Ajak murid untuk mengidentifikasi siapa saja yang dapat menjadi kontak darurat atau sumber bantuan, misalnya guru BK, guru wali, wali kelas, guru pembimbing, orang tua, orang dewasa yang dapat dipercaya. Kemudian minta murid untuk menuliskannya pada buku masing-masing.
- 8) Tanyakan kepada murid kalimat apa yang dapat diucapkan ketika ingin membantu teman terhubung dengan orang dewasa. *Tekankan bahwa kalimat yang disampaikan sebaiknya tetap menunjukkan kepedulian serta meminta persetujuan teman.*

d. Kegiatan 4

Kegiatan 3 adalah Komitmen Sahabat Hebat.

Tujuan Kegiatan:

Tujuan kegiatan ini adalah agar murid mampu membangun komitmen untuk menciptakan Budaya Sekolah Aman dan Nyaman.

Durasi: 10 menit.

Alat dan Bahan:

- 1) Kertas/lembar komitmen;
- 2) Pulpen/spidol;
- 3) Papan tulis/media tempel; serta
- 4) Perekat/ selotip.

Alur Kegiatan

- 1) Guru menyampaikan instruksi kepada murid untuk menuliskan kalimat komitmen dengan format
"Mulai hari ini, saya akan menjadi teman yang".

- 2) Murid menuliskan komitmen masing-masing pada lembar komitmen yang telah dibagikan.
- 3) Setelah selesai, murid diberikan kesempatan untuk membacakan komitmennya secara sukarela di depan kelas.
- 4) Guru dapat mengajak murid lain memberikan respon positif (misalnya tepuk tangan atau apresiasi sederhana).
- 5) Kertas komitmen dapat ditempel di papan sebagai pengingat bersama.
- 6) Guru memberikan penguatan bahwa komitmen kecil yang dilakukan secara konsisten dapat membentuk lingkungan pertemanan yang aman, nyaman, dan saling mendukung.

3. Budaya Sekolah Berbasis Kekhasan Sekolah (Kegiatan Pilihan)

Tujuan Kegiatan:

Menumbuhkan kesadaran murid untuk mengenal, menghargai, dan menerapkan nilai-nilai kearifan lokal dalam kehidupan sehari-hari sebagai bagian dari pembentukan karakter.

Tabel 3.27 Uraian Kegiatan Budaya Sekolah Berbasis Kekhasan Sekolah

No.	Uraian Kegiatan	Menit
1.	Pengondisian	10 menit
2.	Eksplorasi Budaya Sekolah Berbasis Kekhasan Sekolah (Mengenalkan ciri khas sekolah masing - masing.)	20 menit
	Total Durasi	30 menit

Durasi: 30 menit.

Alat dan Bahan:

disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing.

Alur Kegiatan:

- a. Guru menyampaikan tujuan kegiatan.
- b. Guru memberikan pemahaman singkat tentang kekhasan sekolah (kegiatan ini disesuaikan dengan kekhasan sekolah masing masing.)

4. Pengenalan Kurikulum melalui Penumbuhan Motivasi, Semangat, dan Cara Belajar yang Efektif

Tujuan kegiatan:

Membantu murid baru mengenal kurikulum sekolah.

Tabel 3.28 Uraian Kegiatan Pengenalan Kurikulum melalui Penumbuhan Motivasi, Semangat, dan Cara Belajar yang Efektif

No.	Uraian Kegiatan/ Materi	Durasi
1.	Mengenal Mata Pelajaran Wajib, Pilihan, dan Kokurikuler	10 menit
2.	Mengenal Diri dan Membangkitkan Motivasi Murid	10 menit
3.	Teknik dan Strategi Belajar Efektif	15 menit
4.	Mengatasi Tantangan Belajar	10 menit
	Total Durasi	45 menit

a. Kegiatan 1

Kegiatan 1 adalah Mengenal Mata Pelajaran Wajib dan Kokurikuler.

Tujuan Kegiatan :

Tujuan kegiatan ini adalah untuk membantu murid baru memahami struktur kurikulum sekolah (mata pelajaran wajib, pilihan, dan kokurikuler) agar mereka bisa merencanakan pembelajaran yang sesuai dengan minat dan potensi.

Durasi: 10 menit.

Alat dan Bahan

- 1) papan tulis atau proyektor (menampilkan poin-poin penting, daftar mata pelajaran, dan contoh kegiatan);
- 2) spidol/alat tulis atau laptop/komputer: (menulis atau menampilkan materi); serta
- 3) brosur/lembar informasi kurikulum (opsional).

Alur Kegiatan

- 1) Guru menyambut murid dan menjelaskan bahwa sesi ini akan membantu mereka memahami *peta belajar* di sekolah ini.
- 2) Guru menjelaskan bahwa kurikulum di sekolah ini terdiri atas tiga bagian utama, yaitu
 - a) mata pelajaran wajib,
 - b) mata pelajaran pilihan (jika ada di jenjang tersebut), serta
 - c) kegiatan kokurikuler/ekstrakurikuler;
- 3) Guru menjelaskan mata pelajaran wajib (Bahasa Indonesia, Matematika, IPA, IPS, Pendidikan Agama, PJOK, Seni Budaya) dan guru bisa menampilkan daftarnya.

- 4) Guru menjelaskan kegiatan kokurikuler dan ekstrakurikuler (OSIS, Pramuka/Kepanduan, KIR, klub olahraga, klub olimpiade, seni, debat, dll). Tekankan bahwa ini penting untuk mengembangkan diri di luar pelajaran.
- 5) Guru membuka sesi singkat untuk tanya jawab terkait mata pelajaran atau kegiatan kokurikuler.
- 6) Guru memberikan pesan penutup bahwa pemahaman ini akan membantu murid merencanakan jalur belajar.

b. Kegiatan 2

Kegiatan 2 adalah Mengenal Diri dan Membangkitkan Motivasi Internal.

Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk

- 1) mengidentifikasi dan memahami faktor-faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi motivasi dan semangat belajar serta
- 2) menemukan dan merumuskan tujuan belajar pribadi yang jelas dan realistis.

Durasi: 10 menit.

Alat dan Bahan

- 1) Kertas HVS
- 2) Alat tulis.

Alur Kegiatan

- 1) Guru akan membawa murid untuk menggali lebih dalam tentang kekuatan pendorong atau motivasi internal dari dalam diri masing-masing.
- 2) Kegiatan diawali dengan guru mengajak murid untuk bersama-sama memahami perbedaan yang mendasar antara motivasi intrinsik (dari dalam diri sendiri) dan ekstrinsik (dari luar diri sendiri) serta bagaimana murid dapat lebih banyak bergantung pada motivasi dalam diri.
- 3) Kemudian guru bisa memilih 2 hingga 3 murid untuk memberikan contoh motivasi intrinsik dan ekstrinsik untuk menguji pemahaman murid.
- 4) Contoh motivasi intrinsik adalah sebagai berikut.
 - a) Belajar bahasa baru karena sangat tertarik dengan budaya dan film dari negara tersebut.
 - b) Membaca buku karena menikmati alur cerita dan ingin tahu kelanjutannya, bukan karena tugas sekolah.

- c) Menulis jurnal atau blog karena suka mengekspresikan diri dan mengasah kemampuan menulis.
- 5) Contoh motivasi ekstrinsik adalah sebagai berikut.
 - a) Belajar keras untuk ujian agar mendapatkan hasil yang baik dan pujian dari orang tua atau guru.
 - b) Mengikuti lomba karena ingin memenangkan hadiah atau piala.
- 6) Kegiatan diakhiri dengan guru memberikan motivasi dan pemahaman untuk memiliki pola pikir yang berkembang serta dapat mengubah cara pandang murid dalam melihat tantangan, kegagalan, dan kesuksesan dalam belajar.

c. Kegiatan 3

Kegiatan 3 adalah Teknik dan Strategi Belajar Efektif

Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk menerapkan teknik-teknik belajar yang sesuai dengan gaya belajar pribadi dan materi pelajaran.

Durasi: 15 menit.

Alat dan Bahan

- 1) Kertas HVS
- 2) Alat tulis.

Alur Kegiatan

- 1) Guru mengajak murid mengisi pertanyaan singkat untuk mengenali gaya belajar masing-masing, misalnya gaya belajar yang mengandalkan penglihatan (visual), mengandalkan pendengarannya (auditori), atau mengandalkan gerakan atau praktik (kinestetik).

Tabel 3.29 Daftar Pertanyaan dan Pilihan Jawaban

Pertanyaan	Pilihan Jawaban
Saat kamu mempelajari sesuatu yang baru, apa yang paling membantu kamu memahaminya?	a) Mendengar penjelasan dari guru atau teman. b) Melihat materi dalam bentuk gambar, diagram, video, atau membaca teks. c) Mencoba langsung, melakukan eksperimen, atau berpartisipasi aktif.
Saat membaca buku atau materi, apa	a) Membaca dengan suara pelan

Pertanyaan	Pilihan Jawaban
yang kamu lakukan untuk memahami isinya?	atau bergumam. b) Melihat poin-poin penting atau melihat ilustrasi. c) Membuat catatan dengan tangan atau menandai buku.
Bagaimana kamu biasanya mempelajari arah atau rute baru?	a) Mendengar instruksi lisan dari seseorang. b) Melihat peta atau petunjuk arah tertulis. c) Berjalan langsung melalui rute tersebut.

Jawaban:

- a) Jika jawaban mayoritas A, masuk ke gaya belajar dengan auditori.
- b) Jika jawaban mayoritas B, masuk ke gaya belajar dengan visual.
- c) Jika jawaban mayoritas C, masuk ke gaya belajar dengan bergerak/kinestetik.

Catatan!

Jawaban di atas tidak dapat menjadi acuan pengelompokan gaya belajar seseorang. Guru, orang tua/wali, dan murid perlu mengidentifikasi lebih lanjut gaya belajar yang paling sesuai dengan dirinya.

d. Kegiatan 4

Kegiatan 4 adalah Mengatasi Tantangan Belajar dan Refleksi.

Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk

- 1) menggunakan keterampilan berpikir kritis dan pemecahan masalah dalam proses belajar serta
- 2) menumbuhkan sikap mandiri, tanggung jawab, dan resiliensi/ketangguhan dalam menghadapi tantangan belajar.

Durasi: 10 menit.

Alat dan Bahan

- 1) Kertas HVS
- 2) Alat tulis.

Alur Kegiatan

- 1) Guru memotivasi dan memberikan cara-cara efektif untuk mengatasi kesulitan belajar yang spesifik dan cara menghadapi rasa takut akan

kegagalan yang terkadang bisa menghambat langkah murid dalam mewujudkan cita-citanya.

- 2) Kemudian murid bisa disarankan untuk melakukan evaluasi diri secara jujur guna mengidentifikasi area yang perlu diperbaiki dengan menggunakan jurnal belajar untuk mencatat apa yang dipelajari, cara belajarnya, apa hasilnya, dan apa rencana selanjutnya (penjelasan singkat, tidak harus mengisi jurnal saat itu).
- 3) Selanjutnya murid akan diajak untuk melakukan refleksi mendalam atas seluruh pengalaman belajar selama beberapa hari mengikuti kegiatan MPLS Ramah dengan memberikan beberapa pertanyaan refleksi dan menjawabnya pada kertas HVS yang telah dibagikan.
Contoh pertanyaan:
 - a) Apa yang sudah saya pelajari?
 - b) Apa yang saya pahami dengan baik?
 - c) Apa yang masih membingungkan atau belum saya kuasai?
 - d) Bagian mana yang paling menarik atau paling sulit?
- 4) Guru mengakhiri sesi dengan pesan penutup yang menguatkan, mendorong murid untuk terus belajar mandiri, dan menggunakan pemahaman kegiatan ini untuk menghadapi tantangan belajar.

5. ASRI: Aku, Kamu, dan Lingkungan Kita Bersama

Tujuan Kegiatan:

Membantu murid baru mengenal dan beradaptasi terhadap kondisi lingkungan sekitar sekolah.

Tabel 3.30 Uraian Kegiatan ASRI: Aku, Kamu, dan Lingkungan Kita Bersama

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Pengondisian	5 menit
2.	Aksi Nyata Membersihkan Lingkungan Sekolah	75 menit
	Total Durasi	80 menit

Catatan:

Kegiatan ini bersifat fleksibel sehingga dapat diganti dengan kegiatan belajar bermasyarakat lainnya yang mendukung gerakan *ASRI* (*Aman, Sehat, Resik, Indah*).

Referensi kegiatan lain, misalnya memilah sampah, menanam pohon bersama, kegiatan daur ulang sampah, membersihkan sekolah, dan lain-lain.

Tujuan kegiatan ini adalah untuk menanamkan disiplin dan kesadaran murid dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah

Durasi: 80 menit.

Alat dan bahan:

Peralatan kerja bakti yang telah dibawa oleh masing-masing murid dari rumah.

Alur Kegiatan:

- a. Satu hari sebelum kegiatan, guru memberikan pengumuman kepada murid untuk membawa peralatan kerja bakti dari rumah. Contoh; sapu, kain lap, gunting taman, kantong sampah, dll.
- b. Guru memulai sesi dengan pemecah kebekuan/*ice breaking* yel-yel *Anak Indonesia Hebat: Sehat, Cerdas, Berkarakter* (<https://s.id/yelyelAIH>) kemudian melakukan presensi.
- c. Guru mengarahkan murid untuk berkumpul di lapangan kemudian membagi menjadi beberapa kelompok zona kerja bakti.
Referensi pembagian zona kerja bakti: ruang kelas, taman sekolah, musala, lingkungan sekitar sekolah, dan pada setiap zona tersebut akan ada anggota OSIS/MPK yang turut mendampingi.
- d. Setelah melakukan kerja bakti di zona masing-masing, murid memilih dan memilah sampah.
- e. Untuk membuat suasana menjadi lebih hidup dan bersemangat, guru dapat memutar lagu melalui pengeras suara. Referensi lagu dapat diakses melalui tautan <https://s.id/album7kaih>.

6. Refleksi dan Doa Penutup

Tujuan Kegiatan:

Mengajak murid merefleksikan pengalaman hari keempat, menumbuhkan motivasi untuk hari berikutnya, serta menutup kegiatan dengan semangat kebersamaan.

Durasi : 15 menit.

Alat dan bahan:

- a. pengeras suara (jika ada);
- b. kartu ekspresi/perasaan (bergambar senyum, sedih, semangat, dsb.);
- c. lagu penutup yang mudah diikuti dan bernuansa positif (referensi lagu: <https://s.id/album7kaih> <https://s.id/lagurukunsamateman>, <https://s.id/jedaceriav1> atau <https://s.id/jedaceriav2-SMP-SMA>).

Alur Kegiatan:

- a. Pembukaan Refleksi
Guru mengajak murid duduk melingkar atau tetap di tempat dengan suasana santai.
- b. Tanya Jawab Ringan
Guru menanyakan secara singkat, misalnya "Apa kegiatan favoritmu hari ini?", "Bagaimana perasaanmu?", atau "Apa hal baru yang kamu temukan hari ini?". Guru juga bisa menunjuk beberapa murid untuk berbagi.
- c. Motivasi
Guru menyampaikan gambaran singkat kegiatan esok hari dan mengajak murid untuk tetap semangat dan antusias. Selain itu, guru juga memotivasi murid untuk mengikuti kegiatan hari selanjutnya. Contoh: "Besok kita akan belajar mengenal teman lebih dekat lewat berbagai kegiatan yang seru. Jadi, jangan lupa datang dengan semangat, ya!".
- d. Bernyanyi
Guru dan murid menyanyikan lagu-lagu yang ceria sebagai penutup kegiatan hari ini. Pilih lagu yang mudah, positif, dan menyenangkan. Opsi lagu dari Album *Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat* (<https://s.id/album7kaih>) atau lagu *Rukun Sama Teman* (<https://s.id/lagurukunsamateman>).

Hari kelima

Tabel 3.31 Rujukan Kegiatan MPLS Hari Kelima

No.	Jenis Materi	Kegiatan	Durasi
1.	Materi Utama	Salam Sapa Murid Baru	Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai).
2.	Materi Utama	Pertemuan Pagi Ceria	30 menit
3.	Materi Utama	Unjuk Karya	180 menit
4.	Materi Utama	Penutupan MPLS dan Doa	30 menit
Total durasi			240 menit

DESKRIPSI KEGIATAN MPLS HARI KELIMA

1. Salam Sapa Murid Baru

Tujuan kegiatan:

Menciptakan lingkungan sekolah yang aman, nyaman dan inklusif dengan membangun kedekatan emosional antara guru dan murid baru.

Tabel 3.32 Uraian Kegiatan Salam Sapa Murid Baru

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Senyum, Salam, Sapa, Sopan, Santun	Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai).
	Total Durasi	Disesuaikan (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai).

Durasi: disesuaikan dengan situasi dan kondisi sekolah (sebelum kegiatan pembelajaran dimulai).

Alat dan bahan:

- a. jinggel MPLS Ramah yang berjudul *Hari Baru* (<https://s.id/laguharibaru>);
- b. lagu *Rukun Sama Teman* (<https://s.id/lagurukunsamateman>); serta
- c. seperangkat media dan alat pelantang/pengeras suara (jika ada).

Alur Kegiatan:

- a. Guru menyambut murid dan orang tua/wali di gerbang sekolah dengan (5S) senyum, salam, sapa, sopan, santun.
- b. Murid diarahkan untuk memasuki lingkungan sekolah dengan tertib dan penuh semangat.
- c. Guru piket memutarakan
 - 1) jinggel MPLS Ramah yang berjudul *Hari Baru* dan
 - 2) lagu *Rukun Sama Teman*.

2. Pertemuan Pagi Ceria

Tujuan kegiatan:

Membantu murid mengenal lingkungan positif, menyenangkan sebelum kegiatan belajar mengajar.

Tabel 3.33 Pertemuan Pagi Ceria

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Pengondisian	15 menit
2.	Kegiatan Senam Anak Indonesia Hebat	8 menit

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
3.	Menyanyikan Lagu Indonesia Raya	2 menit
4.	Berdoa Bersama	5 menit
	Total Durasi	30 menit

Durasi: 30 menit.

Alat dan bahan:

- audio Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH);
- jinggel MPLS, lagu *Rukun Sama Teman* (<https://s.id/laguharibaru>);
- lagu *Indonesia Raya* (<https://s.id/laguindonesiaraya2026>); serta
- pengeras/pelantang suara (jika ada).

Alur Kegiatan:

- Selama menunggu murid berkumpul, guru memutar jinggel MPLS Ramah (<https://s.id/laguharibaru>) dan Lagu *Rukun Sama Teman* (<https://s.id/lagurukunsamateman>).
- Guru memulai sesi dengan pemecah kebekuan/ice breaking yel-yel *Anak Indonesia Hebat: Sehat, Cerdas, Berkarakter* (<https://s.id/yelyelAIH>).
- Guru meminta murid untuk berkumpul di lapangan dan mengatur posisi senam.
- Murid dan guru bersama-sama melaksanakan Senam Anak Indonesia Hebat (https://s.id/senam_SAIH).
- Murid dan guru bersama-sama menyanyikan lagu *Indonesia Raya* (<https://s.id/laguindonesiaraya2026>).
- Guru dan murid berdoa bersama sebelum memulai kegiatan belajar.

3. Unjuk Karya

Tujuan kegiatan:

Memberi wadah bagi murid agar dapat menampilkan dan mengembangkan potensi diri dalam berbagai bidang, baik akademik maupun non akademik.

Tabel 3.34 Uraian Kegiatan Unjuk Karya

No.	Uraian Kegiatan	Durasi
1.	Pembukaan dan Pendaftaran	30 menit
2.	Pentas Unjuk Karya	120 menit
3.	Apresiasi dan Komitmen Pengembangan Diri	30 menit
	Total Durasi	180 menit

Durasi: 180 menit.

Alat dan bahan:

- a. sistem suara (mikrofon, *speaker*);
- b. formulir pendaftaran singkat untuk murid yang akan unjuk bakat bisa individu atau kelompok (bisa disiapkan guru atau panitia OSIS sebelumnya);
- c. *sticky notes* atau kertas yang dipotong kecil;
- d. alat tulis; serta
- e. papan tulis sebagai papan apresiasi.

Alur Kegiatan:

- a. Pembukaan dan Pendaftaran (30 Menit)
 - 1) Guru menyambut murid dengan antusias.
 - 2) Guru menjelaskan tujuan kegiatan bahwa ini adalah kesempatan murid untuk menunjukkan bakat dan minat mereka.
 - 3) Guru menekankan bahwa semua bakat itu hebat serta pentingnya saling mendukung dan menghargai keberagaman minat dan bakat teman lainnya.
 - 4) Guru menjelaskan bahwa kegiatan ini adalah panggung bebas, siapa pun yang ingin menampilkan bakatnya (menyanyi, puisi, menari, *stand-up comedy*, sulap, bermain alat musik, olahraga, dsb.) bisa mendaftar secara individu atau kelompok ke panitia (guru atau kakak OSIS).
 - 5) Guru dengan sigap mencatat nama dan jenis bakat dan menekankan durasi setiap penampilan maksimal 5 menit.

Catatan: pendaftaran bisa dimulai dari hari pertama MPLS hingga satu hari sebelumnya.

- b. Pentas Bakat (120 menit)
 - 1) Guru membagikan *sticky notes* atau kertas kecil dan alat tulis kepada murid yang menyaksikan unjuk karya.
 - 2) Guru memanggil peserta yang sudah mendaftar secara bergantian.
 - 3) Setiap penampilan murid, murid lainnya diminta untuk menuliskan di *sticky notes* atau kertas kecil tentang satu kata positif atau satu hal yang mereka kagumi dari penampilan yang baru saja selesai. *Sticky notes* bisa ditempel di papan apresiasi yang telah disediakan. Hal ini melatih apresiasi dan empati murid.
 - 4) Jika ada waktu, salah satu guru/perwakilan OSIS (yang memiliki bakat tersembunyi) bisa memberikan penampilan singkat sebagai selingan

untuk menginspirasi murid dan mengurangi ketegangan.

c. Apresiasi dan Komitmen Pengembangan Diri (30 menit)

- 1) Guru mengucapkan terima kasih dan mengapresiasi semua murid yang telah berani menampilkan unjuk bakat dan berpartisipasi aktif.
- 2) Guru meminta murid untuk menulis di *sticky notes* dan menempelkannya ke papan tulis.
 - a) Satu bakat atau minat yang ingin mereka tekuni atau kembangkan lebih jauh di sekolah ini.
 - b) Satu langkah kecil yang akan mereka lakukan untuk memulai pengembangan bakat/minat tersebut ("Saya akan bertanya tentang ekskul musik.", "Saya akan mencoba menggambar setiap hari.", atau "Saya akan mencari buku tentang pemrograman (*coding*).").
- 3) Minta beberapa murid untuk berbagi komitmen mereka secara singkat.
- 4) Guru mengulang kembali bahwa sekolah adalah tempat yang aman untuk menggali dan mengembangkan potensi.
- 5) Guru memberikan semangat untuk tahun ajaran baru dan mendorong mereka bergabung dengan kegiatan sekolah yang sesuai minat.
- 6) Foto bersama sebagai penutup sesi.

Catatan:

1. Fleksibilitas: Sesuaikan durasi dan jenis kegiatan jika ada bakat yang membutuhkan persiapan lebih atau jika respons murid sangat tinggi.
2. Dukungan Positif: Pastikan suasana selalu mendukung, tidak menghakimi, dan penuh apresiasi.
3. Dokumentasi Ambil foto/video selama sesi untuk kenang-kenangan dan promosi positif di media sosial sekolah.

4. Penutupan MPLS dan Doa

Tujuan kegiatan:

Memberikan penguatan dan semangat untuk mengikuti pembelajaran di SMP.

Tabel 3.35 Kegiatan Unjuk Karya

No.	Uraian Kegiatan/ Materi	Durasi
1.	Penutupan MPLS	25 menit
2.	Doa	5 menit
	Total Durasi	30 menit

a. Kegiatan 1

Kegiatan 1 adalah Penutupan MPLS.

Tujuan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan penguatan dan semangat kepada murid untuk mengikuti pembelajaran di kelas setelah rangkaian kegiatan MPLS berakhir.

Durasi: 25 menit.

Alat dan Bahan

Pengeras/ pelantang suara.

Alur Kegiatan

- 1) Guru mengondisikan murid menuju lokasi penutupan kegiatan MPLS.
- 2) Guru dapat memilih beberapa murid untuk menyampaikan kesan dan pesan selama kegiatan MPLS berlangsung.
- 3) Laporan ketua panitia MPLS/ kepala sekolah.
- 4) Ikrar Pelajar Indonesia.
- 5) Prosesi penutupan MPLS.

b. Kegiatan 2

Kegiatan 2 adalah Doa Penutup

Tujuan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk menumbuhkan sikap spiritual, kebersamaan, disiplin, dan ketertiban murid melalui doa bersama, apresiasi, pengingat positif, serta pulang dengan rapi dan tertib

Durasi: 5 menit.

Alur Kegiatan

- 1) Doa Bersama
- 2) Guru memimpin doa sesuai dengan keyakinan masing-masing murid dan dilakukan dengan khidmat.
- 3) Ucapan Terima Kasih dan Pengingat
Guru menyampaikan apresiasi atas partisipasi murid dan mengingatkan untuk datang tepat waktu.
- 4) Pulang tertib.

BAB IV

PASCA MPLS RAMAH

A. Evaluasi Pelaksanaan MPLS Ramah

1. Evaluasi Pelaksanaan MPLS oleh Sekolah kepada Orang Tua/Wali Murid

Setelah MPLS Ramah hari kelima selesai, sekolah melakukan evaluasi minimal meliputi ketercapaian tujuan MPLS, identifikasi keberhasilan dan tantangan pelaksanaan MPLS. Penyampaian evaluasi disampaikan kepada orang tua/wali murid paling lambat 30 hari kerja setelah pelaksanaan MPLS.

2. Evaluasi Pelaksanaan MPLS oleh Sekolah kepada Kementerian atau Dinas Pendidikan

Selain orang tua/wali, kepala sekolah juga menyampaikan laporan penyelenggaraan MPLS kepada kementerian atau dinas pendidikan sesuai dengan kewenangannya. Penyampaian laporan disampaikan paling lambat 30 hari kerja setelah pelaksanaan MPLS. Laporan tersebut paling sedikit memuat rincian pelaksanaan MPLS dan hasil evaluasi.

3. Evaluasi Pelaksanaan MPLS oleh Kementerian

Selain evaluasi yang dilaksanakan oleh sekolah, Kemendikdasmen juga melaksanakan evaluasi pelaksanaan MPLS Ramah yang diisi oleh sekolah melalui instrumen yang disiapkan oleh Kemendikdasmen. Pengisian evaluasi ini juga menjadi syarat sekolah mendapatkan laporan hasil Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid, Asesmen Literasi, Asesmen Numerasi, Identifikasi Bakat dan Minat, serta Identifikasi Massa Tubuh dan Tes Fleksibilitas. Evaluasi akan dibuka pada hari kelima pelaksanaan MPLS hingga 31 Juli 2026.

Evaluasi pelaksanaan MPLS Ramah dilakukan untuk memperoleh gambaran yang lebih utuh mengenai pelaksanaan program di satuan pendidikan. Oleh karena itu, evaluasi melibatkan responden kepala sekolah serta murid.

a. Evaluasi Kepala Sekolah

Evaluasi kepala sekolah bertujuan untuk memperoleh gambaran terhadap pelaksanaan MPLS Ramah di sekolah guna memastikan kegiatan berjalan sesuai dengan ketentuan Kepmendikdasmen dan panduan pelaksanaan MPLS. Evaluasi ini juga mencakup penilaian terhadap kemudahan dan kebermanfaatan panduan MPLS yang dirasakan oleh kepala sekolah dan murid. Hasil evaluasi menjadi dasar bagi sekolah dalam membangun kesepakatan bersama dengan orang

tua/wali murid dan murid terkait tata tertib, pelaksanaan program, serta komitmen bersama dalam mewujudkan budaya sekolah yang aman dan nyaman.

Kepala sekolah wajib mengisi formulir evaluasi daring dengan memasukkan kode evaluasi kepala sekolah di menu "Kerjakan Tes" pada tautan

<https://karakter.data.kemendikdasmen.go.id/>.



b. Evaluasi Murid

Evaluasi murid bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai pengalaman murid selama mengikuti MPLS Ramah, terutama terkait rasa aman dan nyaman secara fisik maupun emosional. Evaluasi ini melihat sejauh mana murid menunjukkan antusiasme dalam mengikuti kegiatan, mampu berinteraksi secara positif, serta berasimilasi secara sosial dengan warga dan lingkungan sekolah.

Evaluasi ini juga mencakup kemampuan murid dalam beradaptasi dengan lingkungan sekolah, seperti mengenal guru dan tenaga kependidikan, memahami aturan dan tata tertib, serta mengenali fasilitas yang tersedia di sekolah. Selain itu, evaluasi digunakan untuk mengetahui dampak pelaksanaan MPLS Ramah yang dirasakan, khususnya dalam membangun budaya sekolah yang aman dan nyaman yang mendukung proses adaptasi murid baru.

Sekolah yang mampu memfasilitasi pelaksanaan evaluasi daring murid dapat memilih secara acak 30 s.d. 45 murid untuk mengisi evaluasi dengan memasukkan kode tes yang digunakan murid saat mengisi asesmen.

MASUKKAN KODE UNIK
Silakan masukkan kode unik yang diberikan oleh sekolah Anda untuk mengisi survei.

contoh: ABC123

Lanjutkan

Kemudian masukkan NISN murid yang dipilih oleh kepala sekolah

MASUKKAN NISN
Silakan masukkan Nomor Induk Siswa Nasional, silakan bertanya kepada guru bila belum tahu. Bila belum memiliki NISN, silakan mengisi angka 1234567890

contoh: ABC123

Lanjutkan

4. Laporan Hasil Tes

Mulai tahun 2026, laporan hasil tes Identifikasi Awal Kondisi Sosial-Emosional dan Konsentrasi Belajar Murid, Asesmen Literasi, Asesmen Numerasi, Identifikasi Bakat dan Minat serta hasil Identifikasi Massa Tubuh dan Tes Fleksibilitas yang dilakukan selama MPLS Ramah oleh murid dapat dilihat dan diunduh oleh sekolah. Laporan hasil tes ini merupakan bagian dari ketercapaian MPLS Ramah dan dapat digunakan oleh guru untuk menyesuaikan pembelajaran berdasarkan karakteristik dan kebutuhan perkembangan murid, sedangkan orang tua/wali murid dapat memberikan perhatian pada kekuatan dan kelemahan murid.

Laporan hasil tes tersedia dalam bentuk 1) laporan setiap murid dan 2) laporan rekapitulasi di tingkat sekolah. Laporan ini dapat diakses melalui sistem MPLS Ramah 2026 dengan ketentuan sebagai berikut.

- Murid berpartisipasi dalam tes (lihat di BAB III) sesuai dengan jadwal yang ditentukan.
- Kepala sekolah dan perwakilan orang tua/wali murid mengisi evaluasi pelaksanaan sebelum 31 Juli 2026.

B. Berbagi di Media Sosial

Kegiatan Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS) dapat dibagikan melalui media sosial Instagram, TikTok, atau media sosial lainnya.

Jangan lupa gunakan tagar **#MPLSRamah2026** **#AmanNyamandiSekolah** dan tandai (*tag*) serta ikuti Instagram @kemendikdasmen, @cerdasberkarakter.kemendikdasmen, @ditsmp.kemendikdasmen, dan TikTok @cerdasberkarakter, ya.

Kunjungi laman <https://cerdasberkarakter.kemendikdasmen.go.id/> untuk berbagai informasi dan materi tentang penguatan karakter.

C. Skrining Murid Berkebutuhan Khusus

Skrining murid berkebutuhan khusus bertujuan untuk mengidentifikasi kondisi dasar fungsi sensorik, fisik, komunikasi, kognitif, dan mental/emosional. Skrining ini bukan merupakan alat diagnosis medis, psikologis, maupun penetapan status disabilitas murid. Hasil skrining ini adalah dasar untuk merujuk murid agar mendapatkan layanan profesional sembari digunakan guru untuk menyiapkan kebutuhan dukungan murid seperti kebutuhan alat bantu, pendampingan, dan penyesuaian pembelajaran.

Skrining ini dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai kemungkinan hambatan atau kesulitan yang dialami murid, seperti gangguan penglihatan, pendengaran, intelektual, fisik motorik, mental (emosi dan perilaku), komunikasi, interaksi dan perilaku (autisme), gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD), kesulitan belajar spesifik, sindrom Down (*Down syndrome*), hambatan intelektual kategori lamban belajar (*Slow learner*), serta cerdas istimewa bakat istimewa (CIBI). Cakupan skrining ini lebih luas dari disabilitas karena mencakup kesulitan belajar spesifik dan CIBI.

Jika sejak MPLS murid telah menampakkan potensi berkebutuhan khusus, guru dapat mendorong orang tua untuk merujuk layanan bantuan (dengan urutan sesuai prioritas) sebagai berikut.

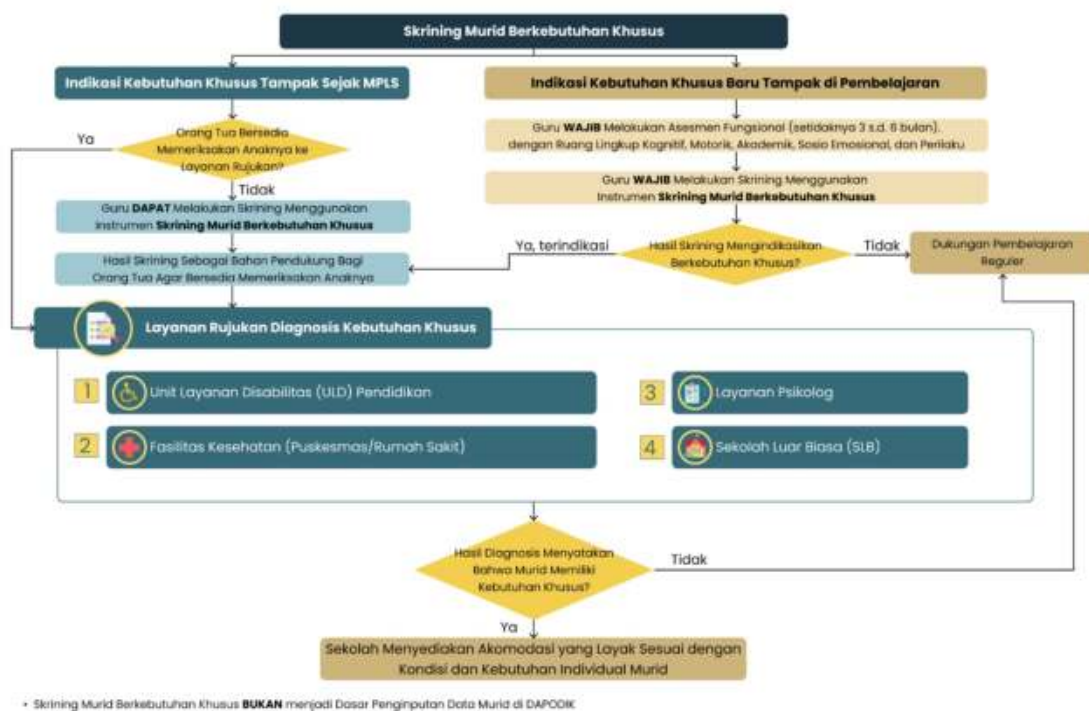
1. Layanan profesional utama yang dianjurkan, antara lain
 - a. unit layanan disabilitas (ULD) dinas pendidikan;
 - b. fasilitas kesehatan (faskes): puskesmas/rumah sakit; dan
 - c. layanan psikolog.
2. Jika layanan di poin 1 tidak tersedia di daerah sekitar sekolah, identifikasi bisa dilakukan dengan bantuan sekolah luar biasa (SLB) terdekat.
3. Jika layanan di poin 1 dan 2 tidak tersedia/sulit untuk diakses, sekolah dapat menggunakan Instrumen Skrining Murid Berkebutuhan Khusus.

Jika potensi berkebutuhan khusus baru tampak selama proses pembelajaran, guru wajib melakukan asesmen fungsional terlebih dulu. Asesmen fungsional bertujuan untuk mengetahui kemampuan, kekuatan/potensi, dan hambatan

yang dialami murid dalam kehidupan sehari-hari dengan ruang lingkup kognitif, motorik, akademik, sosioemosional, dan perilaku. Terkait akademik (potensi belajar) dapat mengacu hasil tes MPLS Ramah, capaian belajar/KKTP, dan hasil pengamatan. Asesmen fungsional dilakukan setidaknya 3 bulan. Jika hasil asesmen mengindikasikan adanya kebutuhan khusus, guru dapat merujuk layanan bantuan sesuai urutan.

Instrumen Skrining Murid Berkebutuhan Khusus dapat digunakan oleh guru jenjang PAUD, SD, SMP, dan SMA/SMK dengan penyesuaian bahasa, pendampingan, dan teknis pengisian sesuai dengan usia murid.

Beberapa aspek dalam Skrining Murid Berkebutuhan Khusus memerlukan waktu pengamatan kurang lebih 3 bulan. Oleh karena itu, sekolah dapat menyesuaikan waktu pengisian survei sesuai dengan kondisi, kesiapan, dan kebutuhan masing-masing.



Gambar 4.1 Alur Skrining Murid Berkebutuhan Khusus

Alur pelaksanaan Skrining Murid Berkebutuhan Khusus lebih detail dapat dilihat pada laman Cerdas Berkarakter melalui tautan:

<https://cerdasberkarakter.kemendikdasmen.go.id/deteksidini>

BAB V

PENUTUP

MPLS Ramah merupakan gerbang awal bagi murid baru untuk memasuki kehidupan sekolah secara lebih bermakna. Melalui MPLS Ramah, murid tidak hanya diperkenalkan pada lingkungan fisik sekolah, warga sekolah, kurikulum, tata tertib, dan berbagai kegiatan pembelajaran, tetapi juga diajak untuk merasakan bahwa sekolah adalah ruang yang aman, nyaman, inklusif, menggembirakan, dan mendukung tumbuh kembang mereka secara utuh.

Buku rujukan ini disusun untuk memberikan arah pelaksanaan MPLS Ramah jenjang PAUD, SD, SMP, SMA, SMK, dan SLB pada jalur pendidikan formal agar sekolah memiliki panduan yang jelas, terstruktur, dan mudah diimplementasikan. Seluruh rangkaian kegiatan di dalam buku ini dirancang untuk membantu murid baru mengenali potensi diri, membangun relasi positif dengan sesama murid dan warga sekolah, memahami budaya sekolah, menumbuhkan kedisiplinan, serta memperkuat karakter sebagai bagian dari profil lulusan yang diharapkan.

Semoga buku rujukan ini dapat menjadi panduan yang bermanfaat bagi satuan pendidikan jenjang PAUD, SD, SMP, SMA dan SMK pada jalur pendidikan formal dalam menyelenggarakan MPLS Ramah secara efektif, kreatif, dan bertanggung jawab. Lebih dari itu, semoga MPLS Ramah menjadi momentum bersama untuk menyambut setiap murid baru dengan penuh penghormatan, kasih sayang, dan optimisme sehingga mereka merasa diterima, dihargai, dan siap tumbuh menjadi generasi Indonesia yang sehat, cerdas, berkarakter, serta berkontribusi bagi kemajuan bangsa.

Referensi Materi dan Daftar Unduh

1. Poster Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat, unduh poster sesuai jenjang sekolah pada laman:
<https://cerdasberkarakter.kemendikdasmen.go.id/gerakan7kebiasaan>
2. Poster Budaya Sekolah Aman dan Nyaman pada laman:
<https://cerdasberkarakter.kemendikdasmen.go.id/budayasekolahamannyaman>
3. Inspirasi dan Panduan Pemecah Kebekuan/Ice Breaking selama MPLS Ramah: https://bit.ly/mplsramah_icebreaking, Tautan Jeda Ceria v.1: <https://s.id/jedaceriav1> dan Jeda Ceria v.2: <https://s.id/jedaceriav2-SMP-SMA>
4. Buku Kumpulan Aktivitas Kreatif Bersama Cintai Keragaman melalui tautan: cerdasberkarakter.kemendikdasmen.go.id/jenjang-sma/
5. Album Lagu Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat melalui tautan: <https://bit.ly/album7kaih>
6. Buku Kiat Jitu Implementasi Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat untuk Guru melalui tautan: <https://s.id/kiatjitu7KAIH-guru>
7. Buku Kiat Jitu Implementasi Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat untuk Orang Tua melalui tautan: <https://s.id/kiatjitu7KAIH-ortu>
8. Modul Penguatan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat dalam Kegiatan Kepramukaan melalui tautan: <https://s.id/penguatankarakter-Pramuka>
9. Pedoman Pendidikan Karakter dalam Makanan Bergizi Gratis melalui tautan: <https://s.id/penguatankarakter-makansehatbergizi>

Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah
Republik Indonesia

2026



www.kemendikdasmen.go.id