

PARADIGMA BELAJAR DAN MENGAJAR YANG BERKESADARAN:

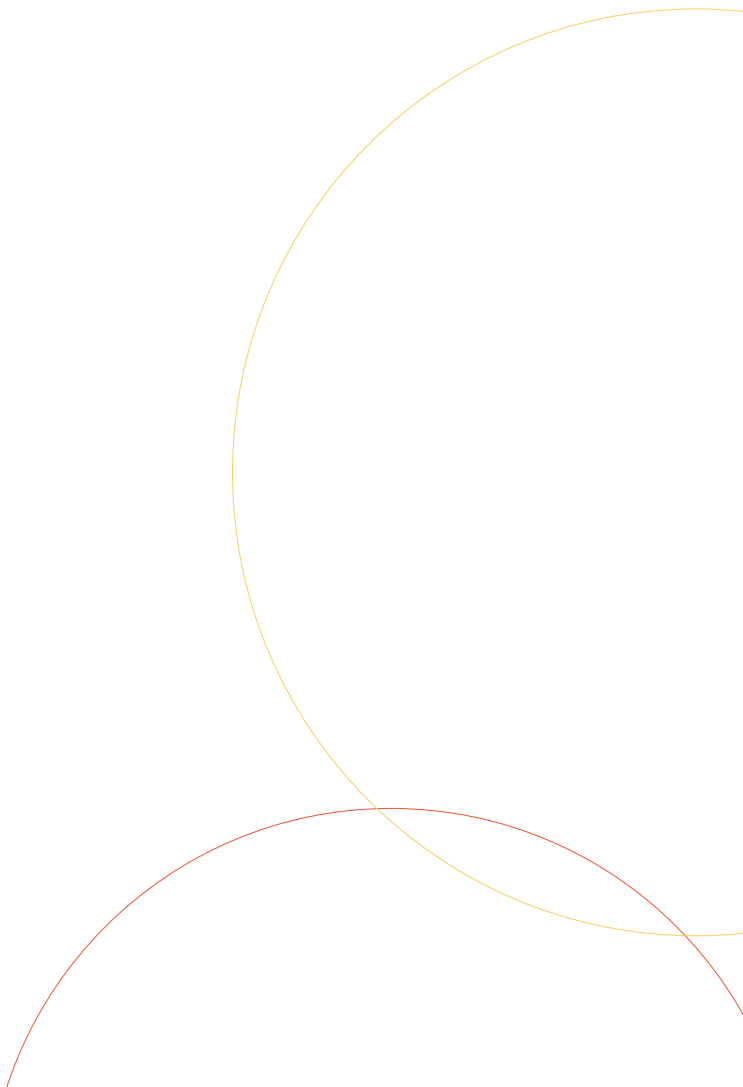
Kunci Kolaborasi Keluarga dengan Sekolah

Tanturi Nira, Fanny Mandik dan Tria Zulviana



DIREKTORAT SEKOLAH MENENGAH ATAS
DIREKTORAT JENDERAL PAUD
PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN





PARADIGMA BELAJAR DAN MENGAJAR YANG BERKESADARAN:

Kunci Kolaborasi Keluarga dengan Sekolah

Tanturi Nira, S.Pd., M. Hum.
Fanny Mandik, S.S., M.Hum.
Tria Zulviana, S.Pd., M.A.



PARADIGMA BELAJAR DAN MENGAJAR YANG BERKESADARAN:

Kunci Kolaborasi Keluarga dengan Sekolah

©2020 Direktorat SMA, Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Dasar dan Menengah, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

Pengarah:

Purwadi Sutanto (Direktur Sekolah Menengah Atas)

Penanggungjawab:

Winner Jihad Akbar (Koordinator Bidang Tata Kelola)

Kontributor:

Hastuti Mustikaningsih
Juandanilsyah
Danny Hamiddan Khoir
Ekawati

Tim Penulis:

Tanturi Nira
Fanny Mandik
Tria Zulviana

Editor:

Agus Salim
Wiwiet Heriyanto
Irfan Prasetya
Jim Bar Pen
Nurul Mahfudi
Uce Veriyanti
Vidy Binsar Ferdianto
Akhmad Supriyatna

Desainer:

Santy

Diterbitkan oleh Direktorat Sekolah Menengah Atas

Jl. RS Fatmawati Cipete Jakarta Selatan

Telp: 021-75911532

www.sma.kemdikbud.go.id



DIREKTORAT SEKOLAH MENENGAH ATAS
DIREKTORAT JENDERAL PAUD
PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN



Daftar Isi

IDENTITAS BUKU	I
KATA PENGANTAR	III
BAB 1. KONEKSI YANG PUTUS ANTARA RUMAH DAN SEKOLAH	
1. Tantangan yang Dihadapi Anak	2
2. Tantangan yang Dihadapi Orang Tua	2
3. Tantangan yang Dihadapi Guru	3
4. Tantangan dalam Mewujudkan Kolaborasi	4
5. Upaya Membangun Koneksi yang Putus	5
BAB 2. PARADIGMA BELAJAR YANG BERKESADARAN	
1. Konsep Dasar Belajar	9
2. Esensi Belajar	10
3. Proses Belajar	11
4. Tujuan Belajar	12
5. Paradigma Belajar yang Berkesadaran	13
BAB 3. PERKEMBANGAN ANAK SEBAGAI PUSAT PROSES BELAJAR	
1. Perkembangan Fisik dan Mental Anak Berdasarkan Perkembangan Otak	17
2. Peran Anak dalam Lingkungannya	25
BAB 4. ORANG TUA YANG BERKESADARAN	
1. Pola Asuh Orang Tua	29
2. Peran dan Tanggung Jawab Orang Tua	37
BAB 5. GURU YANG BERKESADARAN	
A. Tipe-tipe Kepercayaan dalam Mengajar (<i>Teaching Beliefs</i>)	42
1. Guru Tradisional	42
2. Guru Tradisional yang Termotivasi	43
3. Guru Transisional	43
4. Guru dengan Motivasi Eksternal	43
5. Guru Transformasional	44
B. Mengajar dengan Berkesadaran	44
1. Kedewasaan Emosi Guru	45
2. Menjalini Koneksi Positif	51
3. Manajemen Kelas	52
BAB 6. PERAN SEKOLAH SEBAGAI INISIATOR	
1. Sekolah Sebagai Pelantar Pendidikan	60
2. Sekolah Sebagai Pembuat Kebijakan dan Sistem	60
3. Sekolah Sebagai Penyedia dan Pengawas Pengembang Sumber Daya Guru	62
4. Sekolah Sebagai Penyedia Program Penyuluhan Orang Tua	63
BAB 7. STRATEGI MEWUJUDKAN KOLABORASI SEKOLAH DAN RUMAH	65
DAFTAR PUSTAKA	73



Kata Pengantar

Penyelarasan akan paradigma belajar dan mengajar yang berkesadaran akan membangun kolaborasi yang kuat antara keluarga dan sekolah. Paradigma ini sejalan dengan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No 20 Tahun 2003 bahwa belajar adalah usaha sadar dan terencana. Dalam rangka mewujudkan merdeka belajar, bukan hanya anak didik yang diharapkan menjalani proses belajar yang berkesadaran, melainkan orang tua murid dan guru diharapkan dapat menerapkan paradigma belajar dan mengajar yang berkesadaran. Pola asuh yang berkesadaran bagi orang tua dan pola mengajar yang berkesadaran bagi guru merupakan kesatuan yang tidak terpisahkan dari paradigma ini.

Pola asuh dan pola mengajar yang berkesadaran akan mengubah sudut pandang orang tua dan guru dalam memahami kebutuhan dan keunikan anak. Orang tua dan guru yang berkesadaran akan selalu memperbaharui pemahamannya akan proses pertumbuhan fisik dan mental anak sehingga mampu menerapkan pola komunikasi yang sehat dan membangun sesuai dengan karakteristik pertumbuhan anak, terutama dalam menghadapi anak usia remaja akhir yang memiliki pemikiran kritis.

Sekolah sebagai pelantar pendidikan bukan lagi sekedar tempat belajar melainkan inisiator atas keberhasilan kolaborasi ini. Sekolah yang semula dipandang sebagai tempat belajar bagi anak didik kini diharapkan menjadi pelantar pendidikan bagi seluruh elemen didalamnya, tidak terkecuali anak didik, guru, dan orang tua.


Jakarta, 16 November 2020

Purwadi Susanto

Direktur Sekolah Menengah Atas



Bab
**Koneksi yang Putus
antara Rumah dan
Sekolah**



Sebuah pepatah dari Afrika berkata,

“it takes a village to raise a child”

yang berarti membesarkan seorang anak membutuhkan peran seluruh komunitas di mana anak itu bertumbuh. Pepatah ini mengingatkan kita bahwa walaupun tanggung jawab utama membesarkan seorang anak ada di tangan orang tua sebagai pemegang mandat dari Tuhan, namun peran berbagai pihak yang berhubungan langsung dengan proses pertumbuhan anak juga sama pentingnya.

Anak tidak hanya besar di lingkungan rumah, tetapi juga di sekolah, dan masyarakat lebih luas.

Diperlukan sinergi yang sehat dan solid antar semua elemen komunitas di mana anak dibesarkan, khususnya di mana anak mendapatkan pendidikan - dalam hal ini di rumah dan sekolah. Sayangnya, selama ini banyak dari kita yang beranggapan bahwa rumah dan sekolah adalah dua area yang tidak ada koneksinya satu sama lain. Rumah hanya dianggap sebagai tempat tinggal bagi anak, sedangkan sekolah hanya dianggap sebagai tempat belajar bagi anak. Pada kenyataannya, di kedua tempat inilah anak mendapatkan pendidikan, kasih sayang, dan kehidupan sosialnya.

1. Tantangan yang dihadapi Anak

Tantangan terbesar yang dihadapi seorang anak dalam proses belajarnya adalah mendapatkan perlakuan yang tidak sesuai dengan tahap perkembangannya.

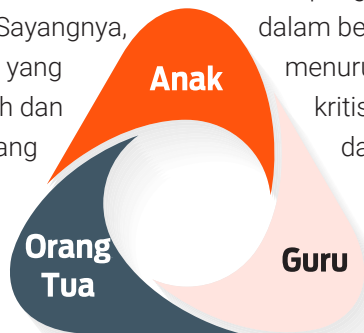
Perkembangan anak diukur dengan pengalaman orang tua dan guru semata, sesuai dengan budaya yang telah diterapkan oleh generasi-generasi sebelumnya. Latar belakang budaya

di mana anak dibesarkan sangat mempengaruhi sudut pandangnya dalam belajar. Anak yang dituntut untuk menurut secara pasif tanpa berpikir kritis tentu akan sulit melihat dan mengembangkan potensi dirinya. Akibatnya, anak tidak mendapatkan stimulasi dan bimbingan yang dibutuhkan sesuai keunikan mereka. Tidak mengherankan jika

banyak anak yang merasa tidak dipahami oleh orang tua maupun guru.

2. Tantangan yang dihadapi Orang Tua

Kurangnya pemahaman orang tua tentang perkembangan fisik dan mental anak. Tidak sedikit yang merasa cukup memahami perkembangan anak mereka hanya dengan mengikuti naluri mereka sebagai orang tua. Pada kenyataannya, banyak pengetahuan dan pemahaman yang perlu dipelajari dan



dimiliki oleh orang tua dalam membesarkan anak. **Tidak sedikit orang tua yang bahkan tidak memiliki pengetahuan dasar perkembangan fisik dan mental anak secara empiris, dan lebih mempercayai pengalaman pribadi mereka masing-masing.** Di sinilah letak permasalahannya, perkembangan anak diukur dengan pengalaman orang tua semata.

Permasalahan ini semakin terlihat secara signifikan di masa pandemi Covid-19 saat anak belajar daring dari rumah. Orang tua merasa sangat kesulitan saat berkomunikasi dengan anak dan guru. Banyak orang tua yang mengeluhkan kesulitan dalam mengikuti proses belajar anak karena selama ini mereka menyerahkan sepenuhnya proses belajar anak ke sekolah. Bahkan, orang tua kurang memahami secara detail perkembangan dan kemampuan anak selama proses belajar.

3. Tantangan yang dihadapi Guru

Selain pengalaman pribadi dalam proses belajar, hal lain yang sangat mempengaruhi prinsip belajar, mengajar, dan mengasuh adalah latar belakang budaya. Justru latar belakang ini memiliki pengaruh yang paling kuat karena ditanamkan baik secara sadar maupun tidak sadar sejak kita lahir. Budaya yang berbeda akan mempengaruhi dan

menghasilkan kepercayaan yang berbeda pula tentang prinsip belajar, mengajar dan mengasuh. Salah satu sifat yang sangat kuat dan terkenal dari budaya ketimuran kita adalah sifat penurut dalam mengikuti petunjuk atau instruksi.



**Apakah
Kamu
Mengerti?**

Sifat ini sangat terkenal membuat kita sebagai bangsa yang berbudi luhur, menghormati orang tua dan guru. Secara umum, sifat penurut bukanlah hal yang lemah. Namun dalam proses mengajar dan mengasuh, kepercayaan ini membentuk pola komunikasi satu arah, di mana anak dituntut untuk hanya menurut secara pasif tanpa berpikir kritis.

Inilah yang banyak dipercayai sebagai proses yang benar saat mengajar dan mengasuh di antara para guru, orang tua, dan anak, sehingga anak menjadi pasif dalam proses belajarnya. Sementara itu, proses merdeka belajar hanya akan terwujud apabila ada komunikasi dua arah dengan pola pikir yang kritis, tanpa menghilangkan atau melupakan budi luhur budaya kita.

4. Tantangan dalam Mewujudkan Kolaborasi

Permasalahan yang umumnya terjadi adalah perbedaan pendapat antara orang tua dan guru dalam memahami karakter dan kemampuan anak. Sering didapati perbedaan antara hasil observasi guru di sekolah dengan bagaimana orang tua mengenal pribadi anaknya. Perbedaan ini dapat disebabkan oleh perbedaan tanggung jawab dan kondisi sosial yang anak dapatkan di rumah dan di sekolah.



Perbedaan Tanggung Jawab dan Kondisi Sosial Yang Anak Dapatkan di Rumah dan di Sekolah

Keadaan sosial di rumah tentunya sangat berbeda dengan keadaan sosial di sekolah. Tidak jarang, anak mendapatkan kemudahan di rumah yang tidak bisa didapatkan di sekolah. Salah satu contohnya adalah saat orang tua cenderung untuk langsung membantu anak di saat anak kesulitan tanpa memberikan anak kesempatan dan bimbingan untuk menyelesaikan masalahnya sendiri. Contoh lain adalah ketersediaan





asisten rumah tangga yang disiapkan oleh orang tua untuk menyiapkan kebutuhan dasar anaknya. Karena itu anak cenderung menjadi tergantung pada bantuan orang lain untuk menyelesaikan tanggung jawabnya. Kemandirian anak tentunya sulit untuk terbentuk secara matang dalam kondisi yang membuat dirinya menjadi serba tergantung pada orang lain.

Sementara itu, di sekolah anak dikondisikan untuk lebih mandiri, baik itu secara tanggung jawab maupun secara berkehidupan sosial. Proses belajar di sekolah mengkondisikan anak untuk dapat mengerjakan tanggung jawabnya sebagai peserta didik, menghadapi masalah yang muncul, serta mencari jalan keluarnya secara mandiri - walaupun dengan bimbingan guru. Ditambah lagi, secara sosial, anak dikondisikan untuk menjadi pribadi yang lebih mandiri setara dengan teman-temannya.

Pemahaman pemimpin sekolah tentang paradigma belajar tentu akan mempengaruhi tercipta atau tidaknya kolaborasi rumah dan sekolah. Sekolah sebagai pembuat kebijakan perlu mewadahi dan membangun koneksi antara rumah dan sekolah dalam menyelenggarakan program-program kerjasama yang jelas dan tepat bagi perkembangan pendidikan anak. Peranan sekolah sebagai pelantar pendidikan menentukan keberhasilan dari kolaborasi ini.

5. Upaya Membangun Koneksi yang Terputus

Buku ini dapat bermanfaat bagi orang tua dan guru untuk membantu terciptanya proses belajar yang merdeka bagi anak. **Pihak sekolah dapat menggunakan buku ini untuk menyusun strategi yang terencana untuk melibatkan keluarga dalam mewujudkan merdeka belajar bagi anak baik di rumah maupun di sekolah.** Sedangkan pihak keluarga dapat memahami dimensi peran-peran esensial orang tua dalam proses belajar anak, yang bukan hanya terjadi di sekolah, tetapi juga di rumah. Dengan demikian, anak dalam perannya sebagai anggota keluarga dan sebagai peserta didik di sekolah menjadi pribadi yang mandiri sesuai dengan fase pertumbuhan fisik dan mentalnya.

Secara umum, buku ini bisa bermanfaat bagi semua pihak yang mendukung terselenggaranya pendidikan bagi anak untuk memiliki pemahaman dasar tentang konsep dan tujuan belajar. Metode akan mengikuti kebutuhan sesuai karakteristik anak serta kondisi pendukung. Bagaimana sekolah dan rumah dapat sejalan dalam mendidik anak untuk menjadi anak yang merdeka belajar dengan memahami perkembangan fisik dan mental serta peran anak adalah inti dari buku ini.

Diperlukan sinergi yang sehat dan solid antar semua elemen komunitas di mana anak dibesarkan, khususnya di mana anak mendapatkan pendidikan, dalam hal ini di rumah dan sekolah.

Bab
Paradigma
Belajar

2



“Pendidikan bukanlah proses mengisi wadah yang kosong. Pendidikan adalah proses menyalakan api pikiran.”

W.B. Yeats

Perlu disadari bahwa setiap orang memiliki pandangan sendiri yang unik dan berbeda mengenai konsep belajar, dalam hal ini belajar di sekolah.

Pandangan ini umumnya terbentuk dari pengalaman pribadi setiap individu dalam menjalani proses belajar sejak kecil hingga dewasa.



Pengalaman bersekolah masing-masing individu tentunya meninggalkan kesan tersendiri yang mendalam hingga dewasa. Lebih dari itu, pengalaman belajar pribadi juga sangat berpengaruh pada cara seseorang mengajar anak atau muridnya. Dari sini dapat terlihat

bagaimana beragamnya cara pandang seseorang tentang proses belajar dan proses mengajar di sekolah serta proses mengasuh di rumah.

1. Konsep Dasar Belajar

Secara sederhana, belajar adalah sebuah proses dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak bisa menjadi bisa, dan dari biadab menjadi beradab (Musanna, 2017).

Dengan kata lain, belajar adalah sebuah proses untuk mendapatkan, memahami, dan menginterpretasikan pengetahuan, kecakapan, dan budi pekerti untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.



gagasan Ki Hajar Dewantara menyatakan bahwa ayah dan ibu merupakan pendidik anak yang paling utama. Anak sejatinya belajar cara pikir, budi pekerti, dan etika melalui orang tua dan keluarganya, sedangkan pemahaman numerasi dan literasi didapatkan di sekolah.

Pada awalnya makna sekolah adalah “waktu luang” atau “waktu senggang” di mana seorang anak akan bersekolah untuk mengisi waktu senggangnya

(Wiryopranoto et al., 2017). Namun,

dalam perkembangannya, di dunia pendidikan modern terdapat pergeseran makna sekolah.

Anak menghabiskan sebagian besar harinya di sekolah dan di lingkaran pergaulannya dengan sedikit waktu bersama orang tua di rumah. Guru dan sekolah dengan demikian memiliki peran yang semakin signifikan dalam proses belajar anak.

Kolaborasi adalah kerjasama secara khusus untuk tujuan intelektual

Proses tersebut akan dilalui setiap individu dan membutuhkan sistem pendukung yang sadar dan terarah. Sistem pendukung yang paling utama dalam belajar adalah keluarga dan sekolah karena kedua elemen inilah yang paling dekat dengan pendidikan anak.

Rumah adalah tempat pertama di mana anak mengecap pendidikan. Rumah diartikan sebagai keluarga inti di mana anak dilahirkan dan dibesarkan. Salah satu

Kini sekolah memiliki peran yang sama besarnya dengan keluarga dalam pendidikan anak, karena itu dibutuhkan kolaborasi yang baik antara keduanya

untuk pendidikan dan pengajaran anak. Pergeseran makna sekolah dan peran guru membuat kolaborasi antara keluarga dan sekolah terhadap pendidikan anak menjadi kunci utama keberhasilan belajar. Kamus Merriam-Webster mengartikan kata kolaborasi sebagai kerjasama, secara khusus untuk tujuan intelektual.

Hal ini sejalan dengan prinsip merdeka belajar yang dicetuskan oleh pemerintah di mana pendidikan harus dilakukan dengan sadar dan terencana secara kolaboratif antara keluarga dan sekolah.

2. Esensi Belajar

Hal paling substansial yang perlu disadari semua pihak dalam proses belajar anak ialah bahwa setiap anak diciptakan dengan keunikan masing-masing. **Perbedaan gaya belajar, potensi, kemampuan, dan kesukaan anak adalah bentuk perbedaan yang paling signifikan dari masing-masing individu yang tidak dapat dikesampingkan dalam proses belajar. Suara dan pilihan anak sebagai tokoh utama dalam skenario belajar memainkan peranan yang krusial.**



Untuk menciptakan proses belajar efektif bagi perkembangan anak, dibutuhkan dukungan yang konstruktif dari pihak yang terlibat langsung dalam proses belajar anak, yaitu guru dan orang tua. Kedua pihak ini diharapkan mampu menyiapkan lingkungan yang dapat mendukung proses belajar anak sehingga kesadaran dan kemandirian anak dapat dibentuk di sekolah dan di rumah. Kesadaran anak akan masalah yang terjadi di sekitar, kesadaran akan cara yang akan digunakan sebagai solusi, dan kesadaran akan keputusan yang dibuat untuk memecahkan masalah, adalah aspek yang dapat dibangun secara terencana oleh guru dan orang tua.

Proses belajar aktif merupakan salah satu pendekatan yang dapat membangun kesadaran belajar anak. Pembelajaran berbasis masalah (*problem-based learning*) memberikan peluang anak untuk mengalami secara langsung bagaimana konsep, prinsip, dan teknik dari berbagai ilmu dapat digunakan secara terintegrasi dalam mengembangkan produk, proses, dan sistem yang dapat digunakan untuk menyelesaikan berbagai masalah dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Kegiatan belajar aktif bagi anak dapat dilaksanakan dengan melakukan penelitian baik secara individu maupun kelompok. Anak dapat bersinggungan dengan hal baru dalam proses meneliti yang memantik berbagai pertanyaan-pertanyaan kritis, bahkan sebelum mencapai hasil akhir. Di sinilah pentingnya peran guru dan orang tua

untuk memberi ruang kebebasan bagi anak untuk terus mengeluarkan pertanyaan dan pendapat mereka. Saat anak tergerak untuk bertanya dan mencari hal-hal baru tersebut, orang tua dan guru dapat berperan sebagai fasilitator dan pembimbing tanpa perlu memadamkan semangat keingintahuan anak. Justru dengan demikian anak sedang dibiasakan untuk mengeksplorasi dan memahami konsep atau realita yang terjadi di dunia nyata sesuai dengan minat dan bakat mereka. Dengan demikian kemerdekaan belajar bagi anak dapat terwujud.

4. Tujuan belajar

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menegaskan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Republik Indonesia, 2003).

Tujuan belajar dari perspektif merdeka belajar adalah menciptakan kualitas sumber daya manusia yang unggul dan mumpuni. Tujuan tersebut dapat diwujudkan apabila semua unsur-unsur yang ada dalam proses belajar mengambil bagian sebagai inisiator yang bersinergi atau bekerja sama untuk mencapai satu tujuan yaitu menyediakan lingkungan

yang efektif untuk anak belajar. Kolaborasi keluarga dan sekolah, dengan demikian, memiliki peranan utama dalam mencapai tujuan tersebut.

Tujuan belajar dari perspektif anak lebih menitikberatkan pada relevansi proses belajar dengan kehidupan yang akan dihadapi anak di masa depan, dan proses ini akan terus berlangsung seumur hidup. Dengan memahami relevansi tersebut, motivasi intrinsik anak untuk belajar dapat bertumbuh. Kemandirian dan kesadaran untuk belajar akan terbentuk seiring dengan motivasi intrinsik yang meningkat. Pada akhirnya, anak akan menjadi pribadi yang unggul dan mumpuni saat mereka memasuki dunia kerja. Dengan demikian tujuan merdeka belajar dapat tercapai.

Tujuan belajar secara hakiki adalah membuat anak memiliki keterampilan atau keterampilan hidup yang berwujud tingkah laku yang menghormati dan dihormati sesama (Wiryopranoto et al., 2017). Anak diharapkan dapat membedakan apa yang pantas dan tidak, lalu bagaimana mengambil pilihan dan keputusan yang benar dalam hidupnya. Adanya perbedaan pengembangan sikap di rumah dengan di sekolah seharusnya tidak menjadi hambatan bagi anak dalam proses

belajar. Justru memperlengkapi anak dengan kecakapan atau keterampilan hidup untuk melihat perbedaan dan mengarahkannya dengan benar, akan sangat membantu mereka untuk berhasil menghadapi berbagai tantangan di luar sekolah.

Tujuan belajar dari perspektif merdeka belajar adalah menciptakan kualitas sumber daya manusia yang unggul dan mumpuni



5. Paradigma Belajar yang Berkesadaran

Belajar yang berkesadaran adalah sebuah paradigma yang mengedepankan proses belajar yang dilakukan secara sadar dengan suasana yang sehat secara fisik dan mental melalui pola komunikasi yang terstruktur sehingga dapat menjawab kebutuhan anak berdasarkan keunikannya.

Paradigma ini merupakan sesuatu yang masih belum dikenal, apalagi diterapkan oleh banyak pendidik. Namun paradigma ini sejalan dengan prinsip Merdeka Belajar yang dicanangkan oleh pemerintah dan sesuai dengan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional nomor 20 tahun 2003. Oleh karena itu, paradigma belajar yang berkesadaran ini menjadi landasan serta tujuan dari seluruh pembahasan dalam buku ini.

Belajar yang berkesadaran adalah sebuah paradigma yang mengedepankan proses belajar yang dilakukan secara sadar dengan suasana yang sehat secara fisik dan mental melalui pola komunikasi yang terstruktur sehingga dapat menjawab kebutuhan anak berdasarkan keunikannya.

Bab
Perkembangan Anak
Sebagai Pusat Proses
Belajar

3



“Anak-anak hidup dan tumbuh sesuai kodratnya sendiri. Pendidik hanya dapat merawat dan menuntun tumbuhnya kodrat itu.”

Ki Hajar Dewantara

Kebutuhan menurut keunikan setiap anak pada bab ini akan dibahas dari perspektif perkembangan fungsi otak, khususnya fungsi eksekutif. **Kemajuan sains dan penelitian terkini tentang fungsi otak telah banyak mempengaruhi dunia pendidikan modern sehingga memunculkan beberapa pendekatan baru dalam mendidik anak.**

Salah satu pendekatan yang sangat dipengaruhi oleh hasil penelitian terkini tentang fungsi otak tersebut adalah pendekatan pola komunikasi berkesadaran. Pendekatan ini dapat diterapkan pada segala usia dan kalangan - baik untuk anak usia dini, remaja, maupun dewasa; baik itu antar sesama rekan kerja, maupun antara atasan dan bawahan

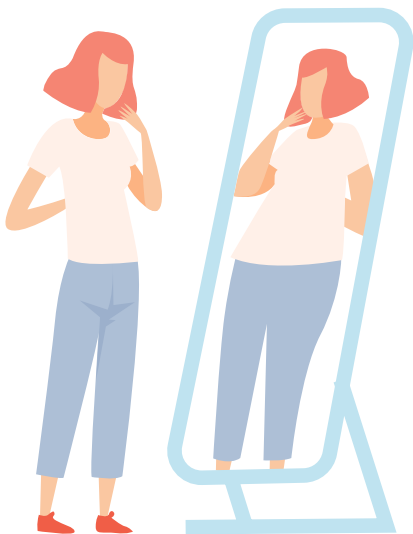
Anak sebagai pusat dari proses belajar perlu mendapatkan sorotan sebagai pemeran utama dalam rangkaian pendidikannya. Terbentuknya kemampuan kognitif dan karakter pribadi seorang anak tentunya sangat erat dengan bagaimana cara sebuah keluarga dan lingkungan

sekolah membesarkan anak (Junge, 2019). Orang tua dan guru yang mampu menyesuaikan respon dan memberikan bimbingan yang sesuai dengan keunikan dan kebutuhan anak akan melibatkan anak untuk turut serta dalam setiap proses belajar dan proses pengambilan keputusan. Proses pembentukan kognitif dan karakter kemudian diharapkan dapat terjadi dalam diri anak karena keterlibatannya secara sadar dalam proses pembentukan ini.

Sudut pandang anak adalah cara anak melihat suatu kejadian yang dipengaruhi oleh perkembangan fisik, mental, dan pengalaman belajarnya. Tentunya pertumbuhan yang berbeda antara fisik luar, hormon, dan perkembangan otak anak memiliki peranan yang vital dalam mempengaruhi cara pandang anak terhadap suatu kejadian. Anak usia remaja akhir secara fisik mungkin saja sudah terlihat dewasa, namun belum tentu demikian halnya dengan perkembangan otak dan internal tubuhnya. **Cukup banyak ditemui, orang tua dan guru tidak**

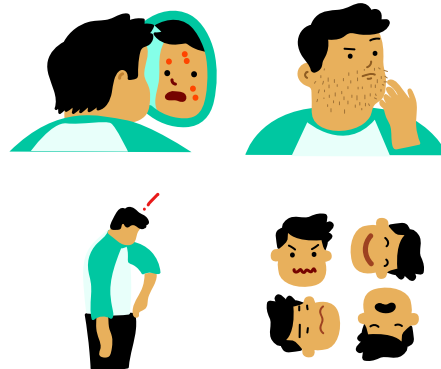
mengerti akan hal ini karena mereka tidak memiliki pengetahuan yang benar dan cukup tentang proses pertumbuhan anak, baik secara fisik maupun secara mental. Sementara itu tidak sedikit hasil penelitian yang membuktikan bahwa perkembangan fisik yang tidak terlihat di luar, seperti perubahan hormon dan perkembangan otak dan fungsinya, justru yang berperan cukup besar dalam mempengaruhi perkembangan mental anak. Ketidaktahuan orang tua dan guru inilah yang menyebabkan anak dikondisikan untuk menjadi dewasa tidak sesuai dengan tahap perkembangan yang sebenarnya. Dengan kata lain, menjadi dewasa sebelum waktunya.

Dengan alasan itulah, penting bagi orang tua dan guru untuk memahami tahap-tahap perkembangan anak secara fisik dan psikis atau mental. Kedua hal yang disebut belakangan inilah yang akan dibahas dalam bab ini.



1. PERKEMBANGAN FISIK DAN MENTAL ANAK BERDASARKAN PERKEMBANGAN OTAK

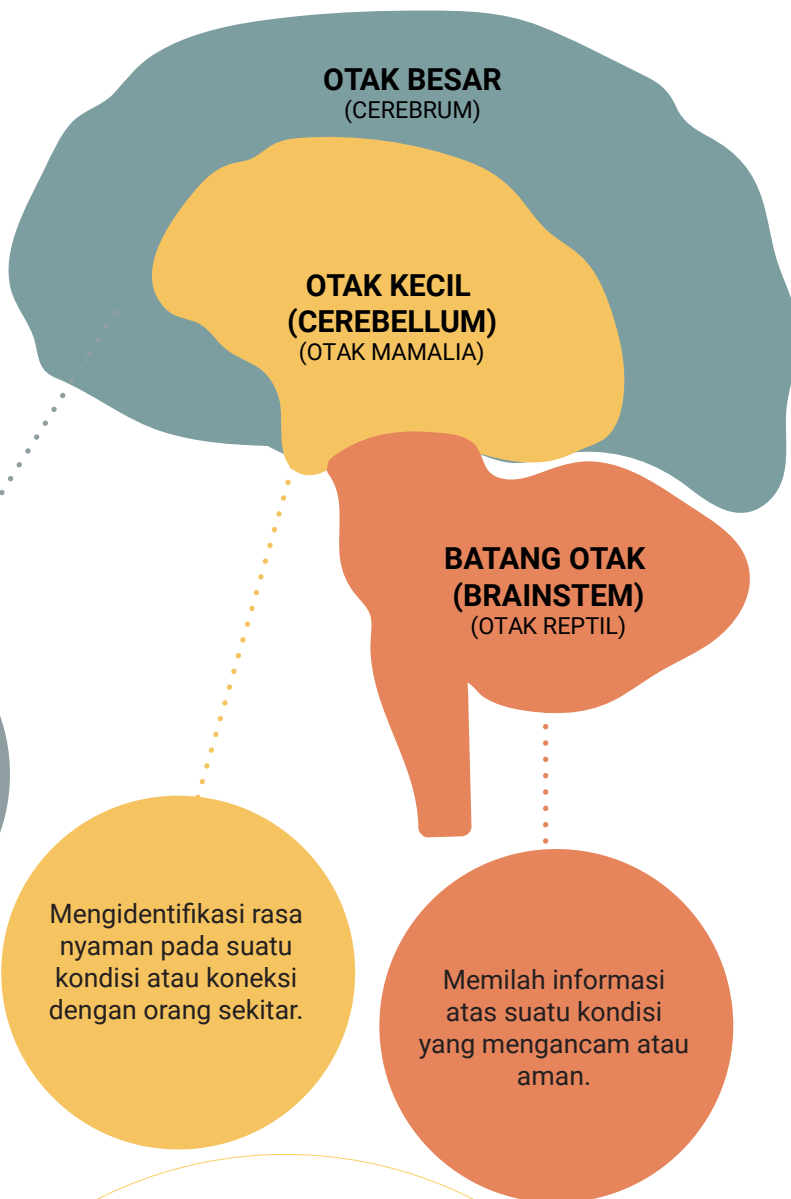
Bagian pembahasan ini akan fokus pada pemahaman tentang fungsi eksekutif pada otak bagian depan anak sebagai salah satu perkembangan fisik yang sangat mempengaruhi perkembangan mental anak. Perubahan fisik yang tampak di luar seperti munculnya jerawat, bau badan, serta pertumbuhan rambut pada bagian-bagian tertentu, merupakan sebagian dari bentuk perubahan fisik karena tumbuh kembang anak. Namun ada perkembangan fisik yang juga terjadi di dalam tubuh anak yang tidak terlihat kasat mata, seperti perubahan hormon dan perkembangan otak anak secara fisik yang berkenaan dengan perkembangan fungsi otak. Perubahan hormonal seringkali dianggap sebagai penyebab utama dari naik-turunnya emosi anak yang bermanifestasi dalam bentuk sikap yang tidak sesuai dengan harapan orang tua atau guru. Pada kenyataannya, perkembangan otak anak dan fungsinya memiliki peranan yang lebih besar dalam menentukan sikap mereka dalam menghadapi segala situasi dibandingkan dengan hormon.



Otak Memiliki 3 Bagian Utama yaitu Batang Otak, Otak Kecil, dan Otak Besar.

Masing-masing bagian tersebut memiliki peran dan fungsi yang sama pentingnya, tidak ada yang lebih penting satu dengan yang lainnya, karena setiap bagian memiliki peran yang berbeda bagi tubuh manusia. Oleh karena itu, sangat penting bagi setiap orang untuk mengembangkan ketiga bagian otak tersebut secara berimbang sesuai dengan fungsinya masing-masing. Perkembangan ketiga bagian otak ini sangat dipengaruhi

oleh suasana dan bagaimana cara anak dibesarkan dalam lingkungannya, baik di rumah maupun di sekolah. Penjelasan ringkas tentang fungsi ketiga bagian otak tersebut dalam perkembangan anak akan dibahas pada bagian ini.



Fungsi Batang Otak (*Brainstem*) Atau Otak Reptil

Bagian ini berfungsi sebagai pengirim dan penerima pesan antara otak dengan bagian tubuh lainnya. Batang otak berfungsi untuk mengatur refleks fisiologis seperti mengatur napas, denyut jantung, suhu tubuh, tekanan darah, dan kegiatan lain yang tidak disadari. Tiga bagian yang terdapat dalam Batang Otak adalah Otak Tengah yang mengatur gerakan otot mata, Pons yang mengkoordinasi gerakan mata, otot wajah, pendengaran dan keseimbangan, serta Medula Oblongata sebagai pusat pengaturan paru-paru (proses pernapasan), denyut jantung, pelebaran dan penyempitan pembuluh darah, serta gerak refleks. Karena fungsinya tersebut, bagian otak ini dianalogikan sebagai gerbang awal seseorang dalam memproses informasi yang didapat. Di sinilah otak akan memilah apakah informasi yang di terima adalah sesuatu yang mengancam atau tidak. Bagian otak inilah yang mengatur sistem refleks pertahanan tubuh manusia yang akan bereaksi saat seseorang merasa sedang berada dalam kondisi tidak aman. Secara umum, kondisi 'tidak aman' ini memang mengacu pada kondisi di mana seseorang merasa terancam atau terintimidasi. Dalam konteks bab ini, kondisi tersebut dimulai dari yang paling sederhana, seperti

DON'T

saat anak lebih sering mendengar kata "jangan" atau "no" karena orang tua atau guru selalu melarang (baik itu hal yang baik atau yang buruk)

dibanding mendengar

DO

respon berupa kata-kata yang menunjukkan apa yang mereka harus lakukan dengan benar.

Terlebih lagi jika anak menghadapi situasi yang mengancam keselamatan psikis, fisik maupun nyawanya. Jika suasana belajar anak selalu, atau sering berada dalam kondisi tidak aman tersebut, maka fungsi Batang Otak atau Otak Reptilnya akan menjadi yang terdepan dalam proses belajarnya. Di sinilah letak permasalahan yang tidak disadari banyak orang, baik itu anak maupun orang tua dan guru. Fungsi Otak Reptil ini bukanlah fungsi yang terbaik untuk belajar atau menyerap sesuatu. Maka tidak heran jika anak tidak dapat memiliki atau menunjukkan kemampuan dan hasil belajar yang maksimal dalam suasana belajar yang tidak aman atau terlalu mengintimidasi baginya.

Respon yang diberikan oleh Otak Reptil dalam situasi tidak aman adalah menyelamatkan diri dengan cara mematumng (*freeze*), melarikan diri (*flight*), atau melawan (*fight*).



Tidak heran jika orang tua maupun guru akan mendapatkan salah satu dari ketiga respon tersebut saat anak belajar atau berinteraksi dalam ketakutan. Ada anak yang akan diam atau tidak bisa memberi jawaban, bukan karena tidak tahu tapi karena merasa takut atau terintimidasi. Ada juga anak yang akan melarikan diri

dari tanggung jawabnya saat merasa terintimidasi atau terancam. Dan tidak jarang orang tua dan guru mendapati sikap melawan sebagai respon anak. Ketiga bentuk respon ini sudah umum menjadi kriteria kegagalan anak dalam proses belajar, dan dalam pencapaian hasil belajar.

Fungsi Otak Kecil (*Cerebellum*) atau Otak Mamalia

Otak Kecil berfungsi sebagai pusat keseimbangan tubuh dan mengkoordinasikan kerja otot-otot saat bergerak. Apabila Otak Reptil dianalogikan sebagai gerbang awal dalam memproses suatu informasi, maka Otak Kecil dapat dianalogikan sebagai gerbang kedua masuknya proses belajar. Otak Kecil dikenal juga sebagai Sistem Limbik atau Otak Mamalia, dan pengaturan emosi terjadi pada bagian otak ini (*Daulay, 2017*).

Di dalam Otak Kecil, terdapat Sistem Limbik yang bertanggung jawab atas respons perilaku dan emosional. Bagian-bagian dari Sistem Limbik tersebut mengatur rasa takut (*Amygdala*), menciptakan rasa bahagia (*Korteks Limbik*), respon marah (*Hipotalamus*), dan respon jatuh cinta.

Pada saat bagian Batang Otak anak mengidentifikasi bahwa kondisi yang dihadapi adalah kondisi yang aman, maka berikutnya tugas Otak Kecil anak adalah mengidentifikasi rasa nyaman.

Dalam hal ini, rasa nyaman yang dimaksud adalah koneksi atau keterikatan antara anak dengan orang yang berinteraksi dengannya.

DO

Hubungan emosi yang sehat, yang ditandai dengan saling mempercayai kedua belah pihak, dapat membuka gerbang kedua di otak anak untuk memasuki suatu proses belajar.

Dalam kondisi yang terdeteksi sebagai kondisi nyaman bagi anak, maka dapat dikatakan anak berada dalam kondisi siap untuk belajar. Kondisi ini kemudian dapat membuka gerbang terakhir untuk belajar, yaitu Otak Besar.

DON'T

Sebaliknya, gerbang ketiga ini akan tertutup apabila hubungan emosi yang ada tidak terjalin dengan baik. Bila anak tidak mendapatkan rasa nyaman dan tidak mempercayai atau merasa tidak dipercaya oleh pihak yang berinteraksi dengannya, maka dapat dikatakan ia tidak berada dalam kondisi siap untuk belajar.

Bukan hanya itu, lebih parah lagi bahkan respon yang diberikan pun bisa berupa respon negatif seperti kemarahan dan kepahitan anak terhadap orang tua atau guru. Kondisi demikian tentu saja tidak akan membawa anak pada kondisi ideal untuk belajar secara maksimal.

Fungsi Otak Besar (*Cerebrum*)

Otak Besar memiliki porsi 70% dari keseluruhan bagian otak manusia dan berfungsi sebagai pusat pengendalian gerakan tubuh yang disadari seperti melihat, mendengar, berbicara, berpikir, dan sebagainya. Otak Besar secara umum dikenal dengan pembagiannya sebagai Otak Kanan dan Otak Kiri, beserta keunikan perbedaan kemampuan di antara keduanya. Otak Kanan berfungsi dalam kemampuan artistik, seni, dan literasi; sementara Otak Kiri berfungsi dalam kemampuan matematika, sains, dan kemampuan numerik lainnya. Pemahaman mengenai Otak Kanan dan Otak Kiri cukup populer di masa lalu karena kecenderungan sudut pandang pendidikan yang melihat kemampuan anak sebatas kemampuan faktual.

Selain pembagian kanan dan kiri, Otak Besar juga terbagi atas empat bagian yang tidak kalah penting, yakni, Lobus Frontal (depan), Lobus Parietal (atas), Lobus Oksipital (belakang), dan Lobus Temporal (bawah). Lobus Frontal berfungsi untuk mengendalikan gerak otot, emosi, berpikir, bernalar, dan mengambil keputusan. Lobus Parietal merupakan pengatur

perubahan rangsang pada kulit, baik itu melalui sentuhan, tekanan, nyeri, maupun suhu. Bagian ini pun yang mengendalikan pemahaman arah, ukuran, serta bentuk. Lobus Oksipital berperan sebagai pusat pengendali penglihatan. Sedangkan Lobus Temporal adalah pusat pengendali pendengaran, penciuman, dan pengecap.

Penelitian Neurosains terkini lebih terfokus pada cara mengembangkan fungsi bagian depan Otak Besar anak. Oleh karena itu fokus utama pembahasan pada subbab ini adalah otak bagian depan atau Lobus Frontal ini, yang memiliki fungsi utama sebagai pengatur kemampuan eksekutif anak. Kemampuan eksekutif dapat diartikan sebagai kemampuan anak dalam membuat perencanaan, mengambil keputusan, dan menyelesaikan masalah. Kemampuan eksekutif adalah proses berpikir tingkat tinggi karena membutuhkan kesiapan emosi dan mental.

Kemampuan eksekutif (dan regulasi diri) adalah proses mental yang memungkinkan seseorang untuk membuat perencanaan, memfokuskan perhatian, mengingat instruksi, dan menangani beraneka tugas dengan berhasil. Otak memerlukan kelengkapan kemampuan ini untuk menyaring gangguan, menyusun prioritas, menetapkan dan mencapai tujuan, serta mengendalikan berbagai impuls (Center of Developing Child Harvard University, 2020).

Otak Besar bagian depan (Lobus Frontal) anak dapat bertumbuh dengan baik secara fisik, namun perkembangan fungsi eksekutif dari Lobus Frontal tersebut tidak

berbanding lurus dengan pertumbuhan otak secara fisik. Pada kenyataannya, perkembangan fungsi eksekutif pada otak seseorang baru akan matang pada usia 25 tahun (Walis, 2013). **Seperti disebutkan di atas, anak-anak tidak terlahir dengan kemampuan ini, namun dengan potensi untuk mengembangkannya. Dibutuhkan lingkungan yang dapat mempromosikan pertumbuhan yang menjadi tempat anak melatih kemampuan itu sebelum menerapkannya sendiri saat dewasa (Center of Developing Child Harvard University, 2020).** Memiliki kemampuan eksekutif membutuhkan kesiapan emosi dan mental yang cukup dewasa, oleh karena itu dibutuhkan contoh, suasana yang aman dan nyaman, waktu, serta pengalaman lebih banyak untuk seorang anak dapat menyelesaikan masalah, mengambil keputusan, serta menyusun perencanaan. Jelas betapa pentingnya peran orang tua dan guru dalam melatih dan menyiapkan anak untuk mengembangkan fungsi eksekutif ini. Namun demikian, perkembangan tingkat kematangan fungsi eksekutif inipun bergantung pada tingkat kematangan fungsi eksekutif otak orang tua. **Hanya orang tua dengan fungsi eksekutif otak yang matang yang mampu membangun koneksi emosional yang sehat dengan menyediakan rasa aman pada anak dalam proses belajarnya.**

Cara yang cukup efektif dalam menstimulasi dan melatih pengembangan fungsi eksekutif otak ini adalah dengan membiasakan anak untuk memiliki pilihan dan suara (*choice and voice*). Jika sejak dini anak terbiasa

DO

diberikan pilihan dan suara saat menghadapi masalah atau hendak mengambil keputusan dan perencanaan melalui hal-hal kecil dan sederhana, maka ia pun terbiasa untuk menggunakan fungsi eksekutif otaknya dalam suasana yang aman karena dukungan orang tua.

Mengapa yang perlu diberikan adalah pilihan dan suara? Bukankah dua hal ini cukup beresiko jika diberikan kepada anak sebelum dewasa? Di sinilah peran guru dan orang tua dibutuhkan sebagai mentor yang membimbing anak dengan

DO

memberikan respon yang logis serta mendampingi dengan kondisi emosi yang stabil.

Tentunya orang tua dapat mengambil alih suatu keputusan apabila pilihan anak berakibat fatal. Anak yang bertumbuh dewasa dengan demikian dapat melihat pendampingan orang tua yang tutwurihandayani.

Pilihan dan suara merupakan hakikat sebuah kemerdekaan yang lebih merupakan sebuah proses perjuangan dalam menentukan nasib sendiri daripada sebuah keadaan yang bebas dari segala masalah. Dengan memberikan anak ruang untuk berpikir dan bereksplorasi dalam lingkungan yang aman dan mendukung, anak berkesempatan untuk mengembangkan kemampuan berpikir logis. Kemampuan ini kemudian yang akan membuatnya dapat menyelesaikan masalah, menyusun perencanaan, dan mengambil keputusan. Tentu saja kemerdekaan bereksplorasi ini tidak berarti orang tua maupun guru membiarkan anak begitu saja, tetapi tetap mendampingi, membimbing, dan mengambil alih bilamana diperlukan. **Orang tua maupun guru dapat memfasilitasi perkembangan kemampuan eksekutif anak dengan membangun rutinitas, menjadi model dalam tingkah laku sosial, serta menciptakan dan memelihara hubungan yang suportif dan dapat dipercaya (*Center of Developing Child Harvard University, 2020*).**



Konteks kemerdekaan di sini berbicara tentang memberikan anak ruang untuk berkembang.

Kematangan fungsi eksekutif anak, di sisi lain, akan memperlengkapi anak dengan kemampuan berpikir yang lebih dari sekedar mengingat kemampuan faktual. **Perencanaan yang terorganisir, penyelesaian masalah, dan pengambilan keputusan yang bijak adalah contoh kemampuan anak yang memiliki kematangan fungsi eksekutif.**

Perencanaan yang terorganisir

Penyelesaian Masalah

Pengambilan Keputusan (SOLUSI)

Kemampuan inilah yang tidak dimiliki oleh mesin atau kecerdasan buatan. Memaksimalkan fungsi eksekutif pada otak besar bagian depan anak dengan demikian dapat menjawab tantangan masa kini. Saat ini, kemampuan faktual saja tidak lagi mencukupi untuk memperlengkapi anak dalam menghadapi tantangan industri 4.0 di mana otomasi dan kecerdasan artifisial mulai merambah dunia kerja. Anak sangat perlu memiliki kemampuan yang lebih dari sekedar faktual. Kemampuan eksekutif terbentuk dari interelasi tiga jenis fungsi otak: daya ingat - yang mengendalikan kemampuan untuk memilah berbagai informasi dalam jangka waktu yang pendek, fleksibilitas mental - yang menolong seseorang untuk mempertahankan atau menggeser perhatian dalam menghadapi situasi yang berbeda atau menerapkan aturan-aturan dalam situasi yang berbeda, dan pengendalian diri - yang memampukan seseorang mengatur prioritas dan menolak respon impulsif.



Dari penjelasan di atas sangat jelas terlihat betapa eratny hubungan antara perkembangan fisik anak dengan perkembangan mentalnya. Perkembangan mental dapat didefinisikan sebagai

perubahan progresif pada proses mental yang disebabkan oleh pendewasaan, pembelajaran, dan pengalaman (*American Psychological Association, 2020*).

AKTIVITAS ANAK REMAJA DAN FUNGSI EKSEKUTIF

- Membuat tujuan, perencanaan, dan monitoring
- Arahkan anak untuk mengidentifikasi pencapaian yang mereka inginkan secara spesifik.
- Bantu anak mengembangkan perencanaan dan langkah-langkah konkrit untuk mewujudkan pencapaiannya.
- Ingatkan anak untuk memonitor arah dari proses yang dilakukan agar sejalan dengan tujuan awal.

PERKAKAS MONITORING ANAK REMAJA

- Ucapkan nilai diri yang positif pada anak dengan tulus,
- Ajak anak untuk mengatakan hal yang baik pada diri sendiri (*self-talk*),
- Belajar menentukan prioritas berdasarkan waktu dan urgensi,
- Memahami perspektif orang lain dengan merefleksikan posisi orang lain,
- Menulis jurnal sebagai bahan refleksi.

2. PERAN ANAK DALAM LINGKUNGANNYA

Anak adalah pemilik potensi yang perlu dikembangkan dalam proses belajar. Orang tua, anak, dan guru perlu menyadari bahwa inti dari seluruh proses belajar adalah anak sebagai pemilik potensi yang perlu dikembangkan. Dengan kesadaran tersebut, anak diharapkan dapat mengembangkan potensinya secara maksimal sebagai buah dari kolaborasi keluarga dan sekolah dalam seluruh proses belajar. Di sinilah peran aktif anak sebagai bagian utama proses belajar sangat dibutuhkan. Jika anak tidak menyadari dan

menjalankan perannya sebagai pemilik potensi, maka guru dan orang tua akan kesulitan dalam mendukung proses belajar anak. Karena itulah motivasi intrinsik anak perlu dibangun.

Salah satu cara untuk menumbuhkan motivasi belajar anak adalah dengan memberikan suara atas pilihan anak.

DO

Kebebasan dalam mengemukakan gagasan dan pendapat, mendapatkan respon yang tepat dari orang tua dan guru

merupakan sebuah bentuk komunikasi demokratis. Pola komunikasi yang aman dan membangun menstimulasi keingintahuan anak dalam mempelajari hal-hal baru. **Tentunya dibutuhkan kedewasaan dan keleluasaan berpikir bagi orang tua dan guru dalam menghadapi pertanyaan-pertanyaan kritis anak tanpa memadamkan semangat dan motivasi intrinsiknya.**

Dalam kehidupan sosialnya, anak memiliki peran sebagai bagian dari keluarga, masyarakat, dan sebagai peserta didik di sekolah. Selama ini peran-peran itu dijalani anak pada tempatnya: di rumah mereka berperan sebagai anggota keluarga, di sekolah mereka berperan sebagai peserta didik, dan di tengah masyarakat mereka berperan sebagai bagian dari masyarakat pada umumnya. Peran-peran itu akan menjadi sangat jelas bagi mereka di tempat mereka berada.

Masalah yang dihadapi di masa pandemi ini adalah, semua peran itu harus mereka jalani di tempat yang sama, yaitu di rumah. Saat pembelajaran daring, batasan peran tersebut menjadi kabur karena mereka selalu berada di rumah, meskipun saat

belajar. Anak dipaksa untuk menjalankan peran sebagai peserta didik di rumah, yang biasanya hanya mereka jalani di sekolah. Ternyata hal ini cukup membingungkan bagi mereka karena anak kesulitan menarik batas antara dua peran itu di rumah. Hal ini menjadi distraksi bagi pola hidup mereka sehari-hari, terutama bagi anak yang belum cukup mandiri dalam melakukan pemisahan peran yang terwujud dalam bentuk manajemen waktu dan diri. Namun, tantangan ini dapat diminimalisir oleh keluarga yang memiliki kematangan fungsi eksekutif dan pola komunikasi yang sehat.

Anak adalah pemilik potensi yang perlu dikembangkan dalam proses belajar.

Bab
**Orang Tua
Berkesadaran**

4



“Raise your words, not your voice. It is rain that grows flowers, not thunder.”

Rumi

Tugas orang tua dalam mendidik anak di setiap fase usia mereka selalu menghadirkan beragam tantangan, termasuk pada saat remaja. Terlebih lagi dengan adanya banyak pergeseran nilai, cara berpikir dan kebiasaan sebagai eksis dari perubahan zaman yang berhubungan dengan perkembangan teknologi. Banyaknya perubahan dan pergeseran nilai dan kebiasaan ini tentunya tidak bisa dianggap sebagai hal yang buruk begitu saja. Perlu kesabaran dan kesadaran yang tinggi untuk menelaah dan memahaminya sehingga orang tua dapat memahami anaknya.

Cara orang tua membesarkan anak sangat terbentuk dari bagaimana orang tua mereka sendiri membesarkan mereka. Pola asuh orang tua ini pada umumnya tanpa disadari menurun pada generasi berikutnya yang kemudian menjadi orang tua juga (Yeh et al., 2010). Bisa dimaklumi bahwa kebanyakan orang tua pada generasi yang lebih tua sangat terbatas dalam mengakses informasi maupun pendidikan tentang pola asuh yang baik.

DON'T

Karena itu, hal yang paling wajar dilakukan mereka saat membesarkan anak ialah dengan mencontoh apa yang dilakukan orang tua mereka sebelumnya, yaitu dengan memberikan respon dan melakukan tindakan yang mereka pernah dapatkan.

Pola asuh bisa dikatakan sebagai resiko laten yang dapat membangun atau meruntuhkan kehidupan anak di masa dewasanya. **Bagaimana anak diasuh dan dibesarkan sangat mempengaruhi cara pandangnya terhadap diri sendiri.** Jika anak dibesarkan dalam pola asuh yang sehat maka ia akan memiliki kepercayaan diri yang menghasilkan kemandirian. Sementara itu, jika anak dibesarkan dalam pola asuh yang kurang sehat, maka ia akan bertumbuh menjadi pribadi yang minder atau pahit terhadap kehidupan. Betapa besar dampak pola asuh terhadap kehidupan dan masa depan seorang anak. Atas dasar inilah sangat penting bagi

orang tua untuk terus belajar tentang pola asuh yang baik dan benar sesuai dengan perkembangan anak.

DON'T

Banyak orang tua yang beranggapan bahwa menjadi orang tua itu dengan sendirinya akan membuat mereka tahu apa yang harus dilakukan untuk membesarkan anaknya.

Pada kenyataannya, pola asuh bukanlah sesuatu yang muncul atau didapat secara alami oleh semua orang tua, melainkan sesuatu yang harus dipelajari dan dipraktikkan selama membesarkan anak. Memiliki seorang anak tidak dengan sendirinya membuat orang tua mumpuni membesarkannya dengan baik dan benar.

Lebih jauh lagi, banyak yang tidak menyadari bahwa pola asuh sangat mempengaruhi kemajuan sebuah bangsa.

“Bagaimana satu generasi dibesarkan akan menentukan kualitas kehidupan dari bangsa tersebut.”

Jika kebanyakan dari orang tua tidak menganggap pola asuh sebagai sesuatu yang substansial, maka generasi yang sedang dibesarkan ini akan menjadi generasi yang kehilangan arah dalam menjalani kehidupannya. Karena kehilangan arah, maka generasi ini tidak dapat mengembangkan potensi mereka secara maksimal, yang berujung pada rendahnya kualitas hidup dan kemajuan bangsa.

1. POLA ASUH ORANG TUA

Walaupun budaya sebuah bangsa secara spesifik sangat mempengaruhi cara pandang dan pola berpikir orang tua dalam membesarkan anaknya, namun penelitian menemukan pola asuh yang secara universal telah diadopsi banyak orang tua (Yeh *et al.*, 2010). Menurut Townsend dan Cloud (1996), ada **lima tipe** orang tua berdasarkan gaya pola asuhnya yang banyak ditemui selama ini.

Orang Tua Bayangan

Orang tua bayangan adalah tipe orang tua yang jarang hadir secara emosional dalam kehidupan anak. Sekalipun mereka tidak melakukan hal yang buruk atau menyakitkan bagi anak, namun mereka seringkali absen secara emosional bagi anak.



Tipe ini umumnya muncul akibat kesibukan dalam pekerjaan atau berbagai kegiatan sosial orang tua. Orang tua bayangan ini pun bisa jadi orang tua yang secara fisik ada di rumah, namun tidak membangun hubungan yang dekat dengan anak. Hal ini mengakibatkan defisit dalam tangki emosi anak. Anak mendapat rasa aman dari kedekatan dengan orang tua. Jika anak tidak memiliki rasa aman, maka ia akan memandang dunia sebagai tempat yang tidak aman dan orang lain pun tidak.

Dampak dari pola asuh orang tua bayangan ini biasanya berupa ketidakdekatan hubungan anak bukan hanya dengan orang tua, tetapi juga dengan orang lain. Anak akan sulit membangun hubungan dekat dengan orang lain karena mudah curiga terhadap orang dan berlebihan dalam menilai orang. Akibat dari ketidakhadiran orang tua baik secara fisik, maupun

emosional adalah sikap anak yang lebih suka menyendiri, agresif, suka bermusuhan, sehingga menjadi pribadi yang mempunyai hubungan yang negatif dengan orang lain. Anak penuh dengan perasaan hampa sehingga akan menuntut orang untuk memenuhi kekosongan itu. Selain itu, anak juga akan tumbuh menjadi pribadi yang menghindari resiko, dan sulit menerima kritik.

Orang Tua Sensitif

Orang tua yang sensitif di sini adalah tipe orang tua yang sering menghadapi kesulitan dalam mengatur emosinya saat menghadapi permasalahan Sensitif yang dimaksud berbeda dengan sikap peka. Peka adalah sikap peduli dan perhatian dalam merespon kondisi yang ada, sebaliknya sensitif adalah sikap yang mudah membangkitkan emosi sebagai bentuk respon atas suatu kejadian. Seringkali orang tua yang sensitif mengalami perasaan panik, cemas, sedih, marah, dan ketakutan yang berlebih. Akibatnya, respon yang orang tua ini berikan adalah respon cenderung lebih emosional ketimbang respon logis dan membangun. Anak yang dibesarkan oleh orang tua yang sensitif cenderung membentuk pola pikir dan karakter yang serupa, yaitu sensitif dan emosional. Tidak semua orang memiliki skill untuk mengelola emosinya karena itu mereka akan menjadi bingung jika menghadapi kondisi emosi yang naik turun, apalagi jika menghadapi kondisi emosi anak.



Orang Tua Otoriter

Tipe orang tua ini lebih banyak mengendalikan anak dan selalu mengambil keputusan untuk anak. Tidak heran, biasanya orang tua seperti ini memiliki sangat banyak aturan yang mengekang anak, bahkan cenderung memaksakan kehendak mereka pada anak bahkan sampai kepada hal-hal sepele seperti pemilihan baju hingga bagaimana posisi duduknya. Hasilnya adalah anak yang tidak memiliki inisiatif dan sulit menentukan pilihan dan mengambil keputusan. Selain itu, anak pun jadi bergantung pada orang lain dan tidak dapat mengelola diri dan



mengambil tanggung jawab, yang berujung pada ketidakmandirian. Pola asuh inipun mengakibatkan anak untuk menjadi pribadi yang sulit berkata tidak kepada orang lain dan cenderung membentuknya menjadi pribadi yang tidak bisa menjadi dirinya sendiri. Karena ketergantungannya pada orang lain dalam mengambil keputusan, maka anak sulit menemukan identitas diri maupun bakat dan kemampuannya. Tidak

sedikit yang bahkan merasa tidak memiliki kemampuan apa-apa dan merasa tidak berguna karena tidak bisa menemukan keunikan dirinya.

Orang Tua Piala

Piala adalah simbol kemenangan dan prestasi. Orang tua piala cenderung berlebihan dalam membanggakan hasil dan prestasi yang dicapai oleh anaknya. Orang tua piala juga menganggap anaknya sebagai refleksi atas keberhasilannya sebagai orang tua. Perhatian dan pujian dari orang tua piala adalah hadiah yang akan didapatkan oleh anak saat anak tersebut berhasil. Sebaliknya, perhatian dan pujian tidak akan diberikan saat anak gagal dalam mencapai keberhasilannya. Tidak jarang, orang tua piala akan menghukum anaknya saat anaknya dianggap gagal dalam melakukan sesuatu.

Hasil dianggap sebagai hal yang terpenting bagi orang tua piala.



Anak yang dibesarkan oleh orang tua piala akan membentuk pola pikir bahwa hasil adalah segalanya. Proses yang seharusnya menjadi pengalaman dan masa-masa pembentukan pribadi anak, luput dan kehilangan makna. Perasaan takut gagal, takut salah, dan ingin selalu dilihat sempurna akan selalu menghantui anak dari orang tua piala. Perasaan tersebut akan selalu muncul karena anak merasa takut kehilangan kasih sayang saat ia tidak dapat memenuhi keinginan orang tuanya. Anak mempelajari bahwa ia harus berhasil untuk mendapatkan kasih orang tua, di mana kasih orang tua seharusnya tidak bersyarat dan selalu ada dalam kondisi apapun.

Orang Tua Lengket

Ini adalah tipe orang tua yang terlalu melekat pada anak, bahkan hingga anak beranjak dewasa. Kerekatan di sini bukanlah kerekatan yang sehat karena orang tua selalu mengambil alih peran untuk menyediakan semua kebutuhan anaknya. Tidak hanya itu, orang tua tipe ini pun memiliki kecenderungan untuk melindungi anak secara berlebihan, walaupun dengan maksud agar anaknya tidak mengalami masalah. Akibat dari pola asuh ini adalah anak yang sulit menjadi dewasa, khususnya bagi pria, karena pada saat sudah menikah pun anak masih akan bergantung pada orang tuanya, sehingga sulit membangun rumah tangga sendiri. Dari kelima model orang tua di atas dapat kita simpulkan tidak adanya ruang bagi anak untuk mengalami merdeka belajar dalam masa pertumbuhannya.

Banyak orang tua yang secara sadar menerapkan pola asuh di atas dan menganggap hal itu baik dan benar dalam pandangan mereka. Namun ternyata pola-pola tersebut berdampak negatif kepada perkembangan anak.

2. POLA ASUH BERKESADARAN

Dibutuhkan prinsip mengasuh berkesadaran untuk menciptakan merdeka belajar dari rumah, karena anak perlu rasa aman untuk dapat maksimal dalam belajar. Pola asuh yang berkesadaran di sini mengacu pada empat hal, yaitu:

1. Sadar akan emosi yang dirasakan oleh orang tua itu sendiri
2. Sadar akan penyebab emosi tersebut
3. Sadar akan respon yang akan diberikan kepada anak, bukan hanya berdasarkan emosi
4. Sadar akan dampak atas respon yang diberikan kepada anak

DO

Sebelum menghadapi anak dengan segala kondisi emosinya, penting bagi orang tua untuk terlebih dulu sadar akan kondisi emosinya (*Alexander & Sandahl, 2016*).

Pola pikir ini akan sangat membantu orang tua dalam memberi respon yang sehat terhadap anak serta menolong anak mengatasi kondisi emosinya. Dari pola inilah anak akan mendapatkan contoh

yang benar dan belajar untuk menerapkan hal yang sama pada dirinya sendiri. Dengan demikian, orang tua tidak hanya menolong dan mendidik anak, tetapi juga menolong dirinya sendiri sehingga dapat menyelesaikan konflik dengan sehat.

Ada lima dimensi yang membentuk prinsip mengasuh berkesadaran (Kiong, 2015). Dalam menerapkan prinsip ini orang tua perlu memulainya dari diri mereka sendiri, sehingga prinsip ini berlaku bagi kedua belah pihak yaitu orang tua dan anak sekaligus.



Menyimak dengan Penuh Perhatian Serta Berbicara dengan Empati

Awal masalah yang seringkali tidak disadari banyak orang tua adalah menganggap kegiatan mendengarkan anak sebagai sesuatu yang sepele. Karena pandangan inilah orang tua cenderung mendengarkan anak sambil melakukan hal lain, sehingga tidak memperhatikan wajah anak dan tidak menyimak dengan seksama.

Sementara itu, yang tidak disadari orang tua, bahwa ada pesan-pesan yang tidak tersampaikan secara verbal saat anak berbicara. Nada suara, ekspresi wajah, dan bahasa tubuh yang ditampilkan anak dapat menunjukkan pesan tersirat. **Pengamatan langsung yang dilakukan orang tua dengan cara memusatkan perhatian kepada anak saat anak berbicara tanpa melakukan hal lain (Faber & Mazlish, 2018), dapat memberikan informasi yang lebih akurat tentang kondisi emosi yang sedang dialami.**

orang tua memberikan respon atas apa yang disampaikan oleh anak juga akan memberikan dampak yang besar terhadap keberhasilan proses komunikasi antara anak dan orang tua. Empati adalah syarat utama dalam memberikan respon yang benar. Tanpa empati, orang tua cenderung mengikuti emosi sesaat, sehingga respon yang keluar adalah respon yang negatif dan menyakiti anaknya. **Penting sekali bagi orang tua untuk dapat mengidentifikasi emosi yang dialaminya sebelum memberikan respon terhadap anak. Maka, kesadaran emosi akan membuat orang tua lebih mudah untuk menerapkan empati saat memberikan respon kepada anak.**

Dengan demikian, orang tua tidak akan mengeluarkan kata-kata kasar, sindiran, ancaman, intimidasi, dan cemooh kepada anak.



Pemahaman dan Penerimaan Untuk Tidak Menghakimi

Saat pola komunikasi yang sehat terjadi, maka anak akan merasa didengarkan, diterima, dihargai, dan merasa bahwa dirinya adalah pribadi yang penting bagi orang tuanya. Penerimaan kondisi emosi anak ini akan membuatnya merasa aman, sehingga ia akan memiliki keberanian untuk mengemukakan perasaan dan pendapatnya tanpa dihakimi atau dicemooh. Hal ini penting untuk menumbuhkan rasa percaya diri anak agar dapat merdeka dalam belajar. Jika orang tua dapat menerapkan pola ini dengan konsisten, maka komunikasi dua arah yang sehat dapat tumbuh di dalam keluarga. Konflik antara anak dan orang tua yang disebabkan oleh gagal komunikasi pun dapat dicegah dengan menyimak anak secara keseluruhan dan responsif dalam memberikan tanggapan.

Dengan pemahaman yang menyeluruh tentang kondisi, pendapat, dan apa yang dirasakan atau dipikirkan anak, orang tua akan dapat melihat dari sudut pandang anak. Hal ini penting agar orang tua dapat memberi penerimaan terhadap apa yang disampaikan anak. Anak usia remaja umumnya sudah memiliki keinginannya sendiri yang terkadang berbeda dari harapan orang tua. **Orang tua harus siap menerima perbedaan tersebut dengan catatan anak dapat mengerti dasar berpikir yang logis dan kemungkinan atas konsekuensi yang akan dihadapinya.** Disinilah bimbingan orang tua sebagai mentor anak remaja dalam proses berpikir

logis dan mengambil keputusan sangat berperan penting.

Pengaturan Emosi atau Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional secara sederhana dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengenali dan mengelola emosinya. Dibutuhkan kesadaran diri yang besar untuk dapat memiliki kecerdasan emosional ini. **Bentuk awal dari kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk berhenti sejenak dan mengidentifikasi penyebab emosi yang saat itu sedang dirasakan sebelum mengeluarkan respon atau tindakan yang menyakiti diri sendiri atau orang lain (Alexander & Sandahl, 2016).** Langkah berikutnya saat berhenti sejenak adalah memikirkan secara logis cara yang konstruktif dan komunikatif untuk mengungkapkan emosi atau perasaan. **Pembahasan lebih lanjut mengenai kecerdasan emosi dibahas lebih mendalam di bab berikutnya pada bagian Kedewasaan Emosi Guru yang juga dapat dipraktikkan oleh orang tua.**

Anak diharapkan dapat menjadi orang dewasa yang memiliki kecerdasan emosi seperti ini dengan cara mencontoh dari orang tua dan guru mereka sebagai orang dewasa yang dijadikan panutan. Bagaimana orang tua mengidentifikasi dan mengendalikan emosinya ternyata meninggalkan dampak yang sangat signifikan bagi tumbuh kembang anak, khususnya remaja. Orang tua yang tidak bisa mengendalikan dan mengelola

emosinya akan membesarkan anak yang tidak bisa mengendalikan emosi juga. Demikian pula sebaliknya, orang tua yang biasa mengendalikan dan mengelola emosi akan memberi teladan demikian kepada anaknya sehingga mereka tumbuh menjadi anak yang dapat mengendalikan dan mengelola emosinya.

Pola Asuh yang Bijaksana dan Tidak Berlebihan

Sering ditemukan paradigma binari orang tua dalam mendidik anak. Pola asuh binari ini terbagi menjadi dua bagian ekstrim dalam mendidik anak, otoriter atau permisif (Kuppens & Ceulemans, 2019). Didikan otoriter dianggap dapat menghasilkan anak yang kuat tanpa menunjukkan emosi dan bertujuan pada hasil akhir. Di sisi lain, pola asuh permisif memberikan anak kebebasan untuk menjalani kehidupannya tanpa diberikan batasan yang jelas, baik secara emosi maupun logika, dalam mempertimbangkan suatu keputusan. Hukuman dan pujian menjadi gol terakhir dari sikap yang ditunjukkan oleh anak. Terkadang orang tua terlalu berlebihan dalam memberi hukuman atau pujian atas tindakan anaknya. Bahkan ada yang cenderung tidak dapat menerima kenyataan atas kekurangan anaknya sehingga sangat berlebihan dalam memberikan pujian. Pujian yang tidak realistis mengakibatkan anak sulit untuk membedakan kenyataan dan harapan, serta sulit untuk mengukur kemampuan dirinya. Akibatnya, kemampuan anak dalam merefleksikan dan mengevaluasi diri tidak terbentuk.

Pola asuh yang berkesadaran berfokus pada kesadaran atas setiap elemen dari pola asuh itu sendiri, seperti manajemen emosi dan komunikasi. **Tujuan akhir dari pola asuh yang berkesadaran adalah membesarkan anak yang sadar akan setiap keputusan yang diambilnya. Hukuman dan pujian diperlakukan sebagai bagian dari konsekuensi atas keputusan yang diambil oleh anak. Respon yang diberikan kepada anak dalam pola asuh ini adalah respon yang konstruktif, yaitu respon orang tua yang spesifik, konkrit dan terukur.**



Untuk dapat memberikan respon yang konstruktif ini, yang perlu dilakukan oleh orang tua adalah apa yang telah dijelaskan dalam poin-poin 1-3 di atas. Buah dari pola asuh ini adalah anak yang mampu merefleksikan kesalahan, mampu mengukur dan menghargai

keberhasilannya dengan realistis, dan mampu merencanakan langkah evaluasi untuk memperbaiki diri sendiri. Dengan demikian, anak menjadi anak yang merdeka dan mandiri atas pilihan hidupnya dengan bimbingan dari orang tua yang berwibawa (Kuppens & Ceulemans, 2019).

Welas Asih

Welas asih adalah kemampuan seseorang untuk turut merasakan apa yang dirasakan oleh orang yang berinteraksi dengannya. Berbeda dengan empati yang mencoba memahami tanpa ikut merasakan perasaan orang lain, welas asih melibatkan perasaan kedua belah pihak dalam menghadapi suatu kejadian. **Welas asih merupakan salah satu bentuk nyata dari pola asuh berkesadaran karena orang tua perlu secara sadar memahami dan turut merasakan perasaan yang sedang dialami oleh anak dalam menghadapi segala sesuatu.**

Umumnya welas asih dapat terlihat dengan mudah saat anak maupun orang tua sedang mengalami hal-hal yang baik seperti keberhasilan mencapai sesuatu. Di saat-saat sulit dan menantang, welas asih dapat menjadi pertolongan pertama baik bagi orang tua maupun anak (Alexander & Sandahl, 2016). Ketika menghadapi kegagalan, tidak jarang orang tua menyalahkan diri sendiri karena merasa dan menganggap dirinya gagal. Justru welas asih ini juga perlu diterapkan

pada diri sendiri terlebih dahulu agar orang tua menjadi pribadi yang aman dan berkesadaran saat mereka menolong anak dalam menghadapi situasi sulit. Dengan demikian, orang tua tidak akan menyalahkan anak atas kegagalan mereka. Tidak sedikit orang tua yang menyalahartikan welas asih sebagai sikap permisif. Welas asih tidak sama dengan sikap permisif. Welas asih merupakan penerimaan keluarga atas kegagalan dengan berfokus pada solusi, bukan membiarkan kesalahan tanpa melakukan refleksi dan evaluasi. Justru welas asihlah yang memungkinkan keluarga untuk berpikir jernih dan lurus untuk menghadapi permasalahan yang ada.

Welas asih merupakan salah satu bentuk nyata dari pola asuh berkesadaran karena orang tua perlu secara sadar memahami dan turut merasakan perasaan yang sedang dialami oleh anak dalam menghadapi segala sesuatu.

3. PERAN DAN TANGGUNG JAWAB ORANG TUA

Untuk menciptakan merdeka belajar pada anak, orang tua memiliki peran dan tanggung jawab yang krusial. Umum didapati bahwa orang tua hanya menganggap tanggung jawab orang tua hanyalah memenuhi kebutuhan fisik anak, seperti sandang pangan dan papan. Mereka beranggapan bahwa dengan terpenuhinya semua kebutuhan tersebut akan membuat anak bahagia dan sejahtera. Yang kurang disadari adalah peran dan tanggung jawab dalam bentuk pemenuhan kebutuhan psikologis anak seperti dukungan emosional yang memberikan

rasa aman pada anak. **Kebutuhan dasar psikologis anak meliputi pola pikir, emosi, dan keinginan anak. Adalah peran dan tanggung jawab orang tua untuk menyediakan ruang bagi anak untuk mendapatkan ketiga hal itu secara sehat di rumah.**

Banyak asumsi yang dipercayai orang tua yang mengarah kepada kesalahan pola asuh. Misalnya, orang tua berasumsi bahwa anaknya akan secara otomatis mengetahui apa yang harus dikerjakan seiring pertambahan usia mereka. Padahal, justru di sinilah peran krusial orang tua sangat diperlukan. Orang tua perlu membimbing dan mengajari anak tentang berbagai keterampilan hidup yang akan membawa anak kepada berbagai pemahaman akan nilai-nilai kehidupan. Pada umumnya orang tua lebih sering menasehati tentang nilai-nilai tanpa menunjukkan tindakan nyatanya melalui berbagai keterampilan hidup. Biar bagaimanapun nilai-nilai adalah bentuk abstrak yang tidak mudah dipahami oleh anak. **Untuk dapat memahami hal yang abstrak**

tersebut, maka anak perlu melihat dan mengalami contoh tindakan nyata dari orang tua untuk kemudian diteladani. Misalnya, jika orang tua hendak mengajarkan nilai menghormati, maka orang tua harus terlebih dahulu memperlakukan anak dengan cara **terhormat**. Sehingga anak tidak hanya memahami konsep nilai tersebut, namun juga merasakan dampak yang ditimbulkan dari nilai tersebut.

Pada dasarnya inti dari peran orang tua adalah memberi teladan dalam hidup anak sehingga anak memiliki tujuan hidup yang jelas dan dibangun di atas nilai-nilai yang diajarkan orang tua.

Untuk menghasilkan kemerdekaan belajar yang sejati, sangat mendasar untuk menanamkan nilai-nilai yang benar dan tujuan hidup yang jelas pada anak. Nilai-nilai hidup sangat penting untuk menjadi pilar bagi anak



untuk membangun hidup yang mandiri dan merdeka. Namun, nilai-nilai ini tidak muncul begitu saja dalam setiap keluarga. Nilai-nilai yang ditanamkan dalam masing-masing keluarga sebetulnya menunjukkan tujuan dari masing-masing keluarga itu. Perbedaan atas tujuan dari setiap keluarga adalah hal yang lumrah karena masing-masing keluarga terbentuk dari berbagai latar belakang budaya, sosial, dan ekonomi yang berbeda. Yang terpenting, kelima dimensi dari pola asuh berkesadaran tetap diterapkan untuk memenuhi kebutuhan dasar emosional anak.

Orang tua perlu mengkomunikasikan dengan anak tentang tujuan dari keluarga yang mereka bangun. Hal ini dapat dimulai dari mengkomunikasikan tujuan-tujuan dalam berbagai hal kecil atau sederhana, misalnya dalam menjelaskan tujuan kepemilikan gawai saat orang tua membelikan gawai untuk anaknya. **Dengan mendiskusikan tujuan kepemilikan gawai, orang tua bukan hanya sedang mengajarkan tentang tanggung jawab pemeliharannya, tapi juga menstimulasi fungsi eksekutif otak anak dalam hal perencanaan.** Anak dan orang tua harus membicarakan secara gamblang perencanaan atas penggunaan gawai tersebut, sehingga anak dapat belajar memiliki visi yang sama dengan orang tuanya. Di saat yang bersamaan, anak juga dilatih untuk bertanggung jawab mengatur penggunaan gawai sesuai dengan perencanaan yang disepakati. Dalam penerapannya, orang

tua dapat menggunakan kesempatan ini sebagai sarana untuk melatih anak mengimplementasikan perencanaannya secara bertanggung jawab.

Di sinilah peran orang tua sebagai mentor untuk membimbing anak apabila anak keluar dari jalur perencanaannya. Alih-alih memarahi anak, akan jauh lebih membangun jika orang tua membimbing dengan cara merujuk pada kesepakatan yang telah dibuat dalam perencanaan (*Faber & Mazlish, 2018*). Pola komunikasi seperti ini merupakan contoh bagaimana orang tua dapat menerapkan pembentukan fungsi eksekutif otak anak melalui hal-hal sederhana dalam kehidupan sehari-hari.



Seperti yang telah dibahas dalam bab tiga, fungsi eksekutif otak anak akan muncul hanya pada saat anak telah mendapatkan perasaan aman dan nyaman dari orang tuanya. Keterlibatan dan kedekatan orang tua dapat dibangun melalui waktu berkualitas yang disediakan orang tua bagi anak. Namun, seringkali orang tua berpikir bahwa waktu berkualitas terbatas hanya pada momen-momen serius, seperti saat orang tua menasehati anak. Dalam situasi orang tua menasehati anak, yang sedang terjadi adalah komunikasi satu arah di mana anak tidak memiliki suara dan pilihan. Sedangkan kedekatan hanya akan terjalin justru pada saat anak dan orang tua menikmati kebersamaan yang muncul dari komunikasi dua arah. Komunikasi dua arah akan membuat anak merasa didengar dan dihargai sehingga ia akan lebih terbuka terhadap orang tua. Pada saat anak sudah terbuka inilah akan jauh lebih mudah bagi orang tua untuk menanamkan nilai-nilai yang ingin diajarkan. Dengan demikian,

waktu berkualitas tidaklah terbatas hanya pada momen-momen serius, melainkan juga pada momen-momen santai keluarga seperti saat bercanda dan berbagi rasa.

Saat anak telah mendapat rasa aman dan nyaman seperti dibahas di atas, maka motivasi intrinsiknya akan muncul. Anak akan lebih termotivasi untuk belajar sehingga merdeka belajar mulai terjadi. Intinya tidaklah sulit menjadi orang tua yang dapat memahami perkembangan anak. Banyak hal sederhana yang dapat dilakukan orang tua dengan atau terhadap anaknya. Pada dasarnya, untuk membesarkan seorang anak yang sehat fisik dan mental, bahagia, dan matang dibutuhkan orang tua yang terlebih dulu sehat fisik dan mental, bahagia, dan matang secara emosi.



Bab
**Guru Yang
Berkesadaran** 5



“The role of the teacher in any society is a sacred one, requiring much devotion.”

Paul Parmarozza

Guru memiliki peran yang serupa dengan orang tua bagi anak di lingkungan sekolah, yang bertugas memberikan bimbingan dan dukungan dalam membentuk mental belajar anak. Guru pun diharapkan memiliki kemampuan pola asuh berkesadaran dalam mendidik anak di sekolah. Dengan demikian ada sinkronisasi pola didik antara rumah dengan sekolah yang akan memaksimalkan pengembangan diri anak, sehingga anak mendapatkan pola yang terprediksi dan dapat membentuk rasa aman dalam bertindak. Kesamaan pola didik inipun akan mempermudah kolaborasi antara guru dan orang tua dalam mendidik dan mengasuh anak.

A. TIPE-TIPE KEPERCAYAAN DALAM MENGAJAR (TEACHING BELIEFS)

Sama halnya dengan orang tua yang memiliki kepercayaan tersendiri dalam membesarkan anaknya, setiap guru pun memiliki prinsip mengajar yang dipercayainya.

Prinsip mengajar ini umumnya terbentuk dari pengalaman belajar guru sejak kecil serta latar belakang budaya di mana guru dibesarkan.

Secara umum terdapat lima tipe prinsip mengajar yang berbeda-beda yang dianut oleh guru (*Brinkmann, 2016, 170*).

1. Guru Tradisional

Guru tradisional biasanya adalah guru-guru usia lanjut yang memiliki kepercayaan rendah terhadap prinsip merdeka belajar. Hal ini terlihat dari rendahnya motivasi mengajar, rendahnya komitmen terhadap profesi, rendahnya keinginan untuk berkembang, dan rendahnya evaluasi diri. Akibatnya, praktik pembelajaran di kelas yang dilakukan oleh guru tradisional berpusat pada buku pegangan, bukan pada anak didik.

Pengetahuan tentang merdeka belajar guru-guru ini cenderung sempit, terlihat dari bagaimana guru-guru ini menganggap perkembangan metode belajar sebagai beban. Hal ini

menyebabkan guru-guru tradisional menjadi resisten terhadap perubahan. Guru-guru tradisional biasanya berada pada iklim sekolah yang tidak mendukung seperti, beban jumlah murid yang terlalu banyak dalam satu kelas, infrastruktur yang buruk, sumber daya yang terbatas, banyaknya tugas-tugas sekolah yang diluar mengajar, dan birokrasi yang kaku.

2. Guru Tradisional yang Termotivasi

Guru tradisional yang termotivasi biasanya adalah guru-guru dengan usia lebih muda daripada guru tradisional. Guru ini memiliki latar belakang pendidikan yang lebih tinggi dan membuat mereka menjadi lebih terekspos terhadap ide-ide kemajuan yang membentuk kepercayaan dan komitmen mereka terhadap profesi mengajar. Motivasi yang dimiliki lebih tinggi, lebih reflektif, dan ingin memperbaiki cara mengajar mereka. Namun, mereka masih memiliki kompetensi yang masih rendah, terlihat dari keterampilan mengajar yang masih rendah. Akhirnya cara mengajar mereka tetap berpusat pada guru.

3. Guru Transisional

Guru-guru transisional adalah guru yang pada awalnya datang dari latar belakang yang bukan pendidikan, namun cukup memiliki motivasi, komitmen terhadap profesi, dan keinginan untuk maju yang tinggi sebagai guru karena mereka memiliki mentor. Umumnya lingkungan

sekolah mereka cukup kondusif terhadap merdeka belajar. Guru ini tidak menghadapi banyak tantangan dalam mengajar, namun pemahaman mereka masih terbatas mengenai merdeka belajar. Salah satu penyebabnya adalah ketiadaan bimbingan dari kepala sekolah untuk pengembangan kompetensi mengajar mereka.

Kebanyakan guru transisional sangat memprioritaskan hal-hal seperti pergerakan sosial ekonomi sebagai tujuan utama dalam mencari nafkah. Guru-guru ini melihat perkembangan baru sebagai hal yang wajar dan mau memadukan antara pengetahuan yang mereka tahu dengan pengetahuan terbaru. Namun demikian, guru-guru ini tidak dengan sendirinya membuat mereka memiliki keinginan untuk maju ke arah merdeka belajar. Hal ini disebabkan oleh fokus mereka yang hanya tertuju pada pendapatan atau gaji, bukan berfokus pada profesionalisme mengajar.

4. Guru dengan Motivasi Eksternal

Guru ini melakukan sistem belajar yang berpusat pada siswa namun tidak memahami secara mendasar mengenai paradigma belajar. Mereka memiliki motivasi mengajar yang tinggi, menikmati mengajar, dan mendapat kepuasan dari keberhasilan murid mereka. Guru-guru ini mengabdikan dirinya pada pekerjaan dan memiliki identitas profesional yang berkembang

secara kuat sebagai seorang guru. Dengan memiliki konteks diri yang positif, mereka mampu menerapkan elemen-elemen pedagogi merdeka belajar di kelas mereka. Namun, pemahaman mendasar mereka akan merdeka belajar belum terlalu kuat, sehingga sering terjadi inkonsistensi terhadap penerapan elemen-elemen pedagogi merdeka belajar di kelas mereka.

5. Guru Transformasional

Menunjukkan pentingnya konteks, kepercayaan, dan kompetensi dalam menerapkan merdeka belajar. Prinsip merdeka belajar mereka umumnya dibentuk oleh konteks pribadi dan pendidikan yang positif: keluarga yang bahagia yang memberikan

kebebasan dan dukungan, pembimbing yang menginspirasi, serta training dan kurikulum yang kuat dalam menjalankan merdeka belajar. Berjejak dalam prinsip merdeka belajar, guru-guru ini mengembangkan sikap yang positif terhadap merdeka belajar: komitmen profesi yang kuat, serta sikap reflektif dalam mengajar. Hal ini diiringi oleh pengertian yang kuat tentang merdeka belajar sebagai sebuah proses untuk memampukan murid untuk berpikir bagi dirinya sendiri, membentuk pengetahuan, dan membagikan ide mereka sendiri. Akhirnya, lingkungan sekolah yang mendukung dengan berbagai sumber daya yang tersedia, budaya kolaboratif, serta kepala sekolah yang dinamis yang memungkinkan mereka untuk menerapkan praktek dari kepercayaan serta kompetensi merdeka belajar.

B. MENGAJAR DENGAN BERKESADARAN (CONSCIOUS TEACHING)

Seorang guru yang mengajar dengan berkesadaran adalah guru yang mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya, memahami kebutuhan anak didiknya, dan melakukan pembelajarannya sesuai dengan karakter lingkungannya secara terencana. Seorang guru tidak lepas dari dua hal esensial yang



mempengaruhi kesadarannya dalam mengajar: Siapa mereka dan apa yang mereka kerjakan. Siapa diri mereka merujuk pada bagaimana guru mempercayai dan membawa dirinya, serta berhadapan dengan anak didik (*Smith, 2016, 6-7*). Ada guru yang kaku, ada yang santai dalam membawakan diri dan berhadapan dengan anak didik. Ada guru yang lebih mementingkan performa dalam mengajar, ada pula yang lebih mementingkan kebutuhan anak didik. **Secara umum siapa mereka dapat dikatakan sebagai faktor internal guru dalam mengajar - bisa dalam bentuk kepercayaan dalam mengajar (*teaching belief*) serta kesadaran diri dalam mengajar (*conscious teaching*).** Sementara itu apa yang mereka kerjakan merujuk pada hal-hal yang bersifat teknis seperti strategi perencanaan pembelajaran dan penyelenggaraan kelas serta interaksi dengan anak didik dan segala urusan akademik maupun administrasi. Hal ini secara umum dapat dikatakan sebagai faktor eksternal dalam mengajar.

Kombinasi dari kedua hal tersebut, yaitu faktor internal dan eksternal dalam mengajar inilah yang membentuk manajemen atau pengelolaan kelas yang efektif. Memiliki pengelolaan kelas yang efektif sangatlah substansial bagi seorang guru, karena apapun mata pelajaran yang diajarkan dan metode pengajaran yang diterapkan, semuanya akan kembali kepada kenyataan bahwa yang diajar adalah manusia yang memiliki kebutuhan yang berbeda-beda dengan beragam latar belakang yang jauh lebih rumit atau kompleks dibandingkan dengan materi atau bahan ajar yang telah disiapkan. Rasa aman dan struktur adalah dua pilar kokoh dalam pengelolaan kelas yang efektif dan kondusif (*Smith, 2016, 14*). Dan kedua pilar tersebut hanya dapat terbentuk dari seorang guru yang mengajar dengan berkesadaran.



1. Kedewasaan Emosi Guru

Guru yang mengajar dengan berkesadaran adalah guru yang mampu memahami, mengelola, dan mengekspresikan dirinya secara sehat sehingga dia dapat berinteraksi dengan anak didiknya dengan sehat pula. Guru yang berkesadaran dapat menciptakan atmosfer belajar yang aman dan sehat bagi anak didiknya. Kesadaran guru ini terlihat dari kekayaan emosi yang dimiliki dan dapat diekspresikan oleh guru tersebut. Kekayaan emosi adalah referensi emosi yang dikenali dan dimiliki oleh seseorang saat menghadapi atau mengalami suatu kondisi emosi.

Sebaliknya, guru yang tidak memiliki kekayaan emosi akan menciptakan kondisi belajar yang tidak sehat, bahkan dapat menimbulkan rasa tidak aman pada anak didiknya. Dampak dari miskinnya referensi emosi seseorang adalah ketidakmampuan seseorang dalam mengelola dan mengekspresikan emosinya secara sehat, seperti

- memendam emosi dan berusaha mengabaikannya,
- memasukkan emosi ke lubuk hati dan terus memikirkannya,
- menyalahkan orang lain maupun keadaan,
- membentengi diri sendiri dari orang lain,
- menghindari masalah,
- menyangkal perasaan,
- meledak-ledak dalam berekspresi saat bahagia ataupun marah,
- segala macam kecanduan,

- ekses fisik seperti sakit kepala, asam lambung yang timbul akibat suatu masalah.

Guru yang kurang mampu mengelola emosinya dengan benar seperti disebutkan di atas, tanpa disadari akan menciptakan suasana belajar yang kurang aman bagi anak didiknya, di mana otak kecil anak menjadi tegang dan merasa dalam bahaya. Kondisi seperti ini tentunya bukanlah kondisi yang ideal untuk belajar. Tidak heran jika banyak anak didik yang pada akhirnya menunjukkan kemampuan dan hasil belajar yang tidak maksimal. Salah satu peran guru adalah mewujudkan suasana belajar yang aman dan terstruktur, sehingga setiap bagian dari otak anak dapat berfungsi sebagaimana mestinya dalam proses belajar.



Seorang guru, layaknya manusia lain, adalah individu yang memiliki dunianya sendiri, di mana terdapat kehidupan pribadi, keluarga, pergumulan, impian dan pekerjaan mereka di kelas. Tantangan terbesar bagi seorang guru ialah bagaimana membagi atau menyeimbangkan hidup mereka dengan hidup belasan hingga puluhan anak dengan berbagai kebutuhan. Banyak guru sebetulnya juga tidak terlalu memahami kenyataan ini.

Banyak guru yang mengajar dalam kondisi emosi yang tidak stabil karena tidak memiliki kesadaran akan kondisi emosi mereka sendiri. Adalah sebuah kebutuhan

mendasar bagi setiap guru untuk mengenali kondisi emosi mereka sebelum mereka mengajar atau berinteraksi dengan kelas. Kebutuhan mendasar ini seringkali diabaikan karena tidak terlihat dan tidak pernah dianggap sebagai fondasi dari proses mengajar. Padahal, proses memahami dan menyeimbangkan emosi guru sebelum mengajar dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap proses belajar anak.

► **Berikut ini adalah 5 tahap pengelolaan emosi yang dapat dilakukan seorang guru untuk dapat mengajar dengan berkesadaran:**

ASAL EMOSI	PENYEBAB EMOSI	PEMANTIK EMOSI	REAKSI
Pengalaman masa lalu , contohnya, sering mendapatkan pertanyaan dari orang tua atau guru yang merupakan sindiran.	Kondisi fisik (Sedang sakit, lapar, mengantuk, kurang olahraga)	Pertanyaan orang lain yang dianggap sebagai sindiran.	Melontarkan sindiran yang tidak menjawab pertanyaan dari orang yang bertanya.
Trauma masa kecil , misalnya, sering disalahkan oleh orang tua atau keluarga saat menangis atau saat menunjukkan ketidaksukaan.	Sedang memiliki masalah lain meskipun tidak berkaitan dengan permasalahan yang menyebabkan suatu emosi.	Tangisan anak yang masih kecil, kemarahan remaja yang belum memahami cara mengekspresikan emosi	Memarahi anak atau remaja yang mengakibatkan rusaknya komunikasi dengan anak.
Pola pikir yang salah , misalnya, semua orang yang setuju adalah kawan, sebaliknya yang tidak setuju adalah lawan.	Minim kecakapan hidup , seperti, kurang percaya diri, takut akan perubahan	Perbedaan pendapat yang diambil secara personal.	Sakit hati dan menarik diri sehingga tidak dapat berkolaborasi dengan baik.



1. Menyadari Kondisi Emosi Guru (*Aware*)

Seorang guru dapat mengenali kondisi emosi dengan mengajukan beberapa pertanyaan pada diri sendiri atau melakukan perenungan pribadi. Setiap manusia selalu memiliki pilihan untuk menjaga diri sendiri, orang-orang yang disayangi, serta lingkungan sekitarnya dengan cara sederhana mengenali emosi tanpa bereaksi destruktif terhadap perasaan dan emosi yang sedang dialami. **Hal pertama yang dapat dilakukan agar tidak bereaksi destruktif adalah dengan merujuk kondisi emosi yang dirasakan kepada suatu kondisi emosi yang dikenal dengan menyebutkan jenis emosi yang sedang dirasakan, seperti marah, sedih, malu, kecewa, bahagia, semangat, antusias, dan sebagainya.**

Hal ini nampaknya adalah hal yang sepele atau ringan, tetapi tidak sedikit orang yang gagal menyadari dan mengenali perasaan dan kondisi emosinya sendiri. Hal ini terjadi umumnya karena mereka berusaha menutupi keadaan yang sesungguhnya, atau lebih parah lagi berusaha menyangkal kondisi yang sebenarnya karena mereka rasakan. Bereaksi terhadap suatu emosi tanpa menyadari dan memahami bagaimana emosi tersebut muncul dapat mengakibatkan kekacauan.



kelola

ekspresi

2. Menerima Suatu Emosi (*Accept*)

Tidak jarang seseorang yang sedang marah sebetulnya sedang menutupi perasaan lain, seperti menutupi rasa malu atau rasa sedihnya. Jika demikian maka kata yang tepat adalah, "Saya merasa malu," meskipun ia terlihat seperti sedang marah bagi orang lain. Dalam tahap ini setiap guru harus mampu menerima dan mengakui apa yang sebenarnya dirasakan dan jujur terhadap diri sendiri.

3. Memahami Kondisi Emosi Guru (*Address*)

Setelah dapat menerima dan mengakui emosi yang dirasakan, tahap berikutnya dalam mengelola emosi yang sehat adalah dengan mencari asal, memahami penyebab, dan mengenal pemantik dari munculnya emosi tersebut.

4. Mengelola Emosi (*Action*)

Berikut adalah beberapa cara yang mudah dan efektif untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

1. Mengaktifkan tombol Pause bagi diri sendiri
2. Menenangkan diri dengan mengambil waktu untuk sendiri
3. Merasakan sensasi pada tubuh saat merasakan suatu emosi
4. Mengatur napas dan minum air
5. Memikirkan respon yang sesuai untuk mengkomunikasikan emosi tersebut tanpa menimbulkan efek samping yang destruktif

5. Mengekspresikan Emosi (*Express*)

Untuk dapat mengekspresikan emosi secara sehat, seseorang membutuhkan kekayaan emosi, ketepatan, dan kendali.

Kekayaan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengenal berbagai jenis emosi yang dialami secara detail. Contoh dari orang yang tidak memiliki kekayaan emosi biasanya akan mengekspresikan emosinya dengan kemarahan yang destruktif. Misalnya, saat dia sedih, kecewa, lelah, sakit, ekspresi yang keluar hanyalah marah. Sehingga tidak menciptakan situasi yang aman bagi orang sekelilingnya. Sebaliknya, saat orang tersebut merasa senang pun, dia tidak dapat mengekspresikan rasa senangnya dengan tepat, contohnya, menjatuhkan orang lain melalui komentarnya.

Ketepatan adalah kemampuan seseorang dalam mengekspresikan emosinya secara tepat dalam hal waktu, situasi, dan lingkungan. Selama ini mengekspresikan emosi dianggap sebagai hal yang buruk dan merugikan karena emosi diekspresikan dengan cara yang tidak tepat dan pada waktu, situasi, dan lingkungan yang tidak tepat. Ketidaktepatan ini bisa merugikan diri sendiri dan melukai orang lain. Contohnya, memulai proses mengajar dengan suasana hati yang marah hanya karena anak didik terlihat belum siap memulai pelajaran. Waktu untuk belajar justru habis untuk guru mengomeli anak daripada

berfokus pada solusi. Dampaknya adalah anak didik menjadi resisten terhadap pembelajaran.

Kendali adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri serta memilih emosi yang tepat untuk diekspresikan dalam situasi, waktu dan lingkungan yang tepat. Kendali diri inilah yang membuat seseorang menjadi stabil dalam emosinya karena ia sanggup menguasai emosi, dan bukan sebaliknya.

Ketiga hal di atas dapat diterapkan dengan mudah dalam kehidupan sehari-hari dalam bentuk **Pernyataan "Saya." Tujuan dari pernyataan ini adalah mengakui dan mengkomunikasikan emosi yang dirasakan kepada dirinya sendiri dan orang lain dengan tidak menyalahkan keadaan atau**



orang lain. Pernyataan “Saya” dapat dimulai dengan mengatakan, Contohnya, “Saya merasa kesal saat murid saya mengabaikan saya karena saya merasa tidak dihargai dan yang saya butuhkan adalah menenangkan diri dan mencari cara yang lebih efektif.” Mengekspresikan emosi dengan cara ini dapat membangun kesadaran diri yang lebih kuat dan berfokus pada solusi, bukan pada masalah.

Asumsi yang Dangkal	Asumsi yang Positif
<ul style="list-style-type: none"> Mereka adalah anak nakal. 	<ul style="list-style-type: none"> Mereka belum sepenuhnya mempelajari tingkah laku yang benar di sekolah.
<ul style="list-style-type: none"> Mereka tidak mau belajar. 	<ul style="list-style-type: none"> Mereka ingin mengetahui apakah lingkungan kelas mereka aman dan terstruktur.
<ul style="list-style-type: none"> Mereka menantang atau menyinggung perasaan guru. 	<ul style="list-style-type: none"> Mereka memberikan sinyal kepada guru untuk mengajarkan sikap yang benar dengan cara yang berbeda.

B. Menjalinkan Koneksi Positif

Setelah seorang guru mampu mengenal, menerima, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosinya secara sehat, maka ia akan mampu membantu anak didiknya melakukan hal yang serupa. Pada titik inilah koneksi positif antara guru dan anak didik dapat mulai terjalin.

Namun, **hal penting pertama yang perlu dimiliki seorang guru dalam menghadapi anak didik adalah dengan memiliki asumsi terbaik terhadap anak didiknya.** Secara aplikatif, berasumsi yang terbaik dalam diwujudkan dalam bentuk seperti berikut (Smith, 2016, 284):

Saat anak didik melakukan hal yang tidak terpuji, guru akan merasa hal tersebut sebagai kondisi yang tidak aman dan nyaman baginya. Secara umum, saat menghadapi kondisi tidak aman dan nyaman seperti itu, fungsi otak reptil seseoranglah yang akan berperan. Guru yang menggunakan otak reptilnya saat menghadapi kondisi demikian akan cenderung melabeli anak didiknya sebagai anak nakal, lalu memarahinya. Saat guru marah, giliran sang anak didik yang merasa keadaannya tidak aman dan nyaman, sehingga yang berfungsi juga adalah otak reptilnya. Konsekuensinya adalah anak ini akan memberi reaksi sesuai dengan perintah otak reptilnya, yaitu melawan, atau mematum, atau mengabaikan gurunya. Setelah itu, guru seperti ini kemungkinan besar akan menghukum, bahkan mengancam anak didiknya dengan konsekuensi yang tidak logis. Inilah yang terjadi saat guru dan anak didik berinteraksi dengan mengedepankan fungsi otak reptilnya.

Guru yang berkesadaran akan mengaktifkan fungsi eksekutif otaknya, bukan otak reptilnya. **Seorang guru dapat mulai mengaktifkan fungsi eksekutif otaknya dengan cara membuat asumsi terbaik terhadap anak didiknya, meskipun dalam kondisi terburuk sekalipun.**

Mengedepankan asumsi terbaik adalah sebuah bentuk kemampuan pengelolaan emosi seorang guru, yakni mampu memilih respon yang tepat. Respon yang tepat akan membuat suasana menjadi lebih terkendali,

sehingga anak didik akan merasa lebih aman dan lebih terbuka untuk sebuah komunikasi yang sehat. Dalam kondisi demikian, guru pun dapat memikirkan respon maupun usaha untuk melihat dan memenuhi kebutuhan anak didiknya yang mungkin belum terpenuhi yang telah menyebabkan anak didik tersebut menunjukkan tingkah laku yang kurang terpuji. Fungsi eksekutif otak anak, pada akhirnya, bisa mulai dikembangkan. Tujuan merdeka belajar yang membuat anak didiknya menjadi pribadi yang lebih baik dapat tercapai dengan menjalin koneksi positif seperti ini.

C. MANAJEMEN KELAS

Setelah anak didik mendapatkan rasa aman dari koneksi yang positif dengan gurunya, anak didik memerlukan struktur yang jelas selama melakukan proses pembelajaran. **Struktur meliputi pola rutin pembelajaran di kelas dan norma yang diterapkan di kelas tersebut.** Sebelum memulai proses belajar, kecakapan guru dalam mengelola kelas secara sadar dan terarah akan sangat mempengaruhi keberhasilan proses belajar anak. Tanpa kecakapan pengelolaan kelas, materi yang akan dibahas di kelas akan menjadi sia-sia karena anak terdistraksi oleh hal-hal yang seharusnya dapat diantisipasi oleh guru (Smith, 2016).

Kecakapan guru diperlukan dalam menyusun pembelajaran menyeluruh yang sadar dan terencana, dimulai dari kecakapan mengelola kelas. Kecakapan

ini meliputi kemampuan guru dalam mengatur kelas secara fisik dan mental. Yang pertama merujuk pada kemampuan guru mengatur ruang kelas sedemikian rupa sehingga ruang kelas menjadi tempat yang cukup nyaman dan aman bagi anak selama proses belajar berlangsung. Yang kedua merujuk pada kemampuan guru dalam mengelola hubungan sosial antar anggota kelas, baik itu antar anak didik maupun antara guru dan anak didik, dalam hal ini bagaimana guru dapat menciptakan suasana belajar yang terbuka, interaktif dan kondusif.

1. Manajemen Kelas secara Fisik

Di banyak sekolah, manajemen kelas secara fisik bukan hanya tidak diterapkan, bahkan tidak masuk hitungan dalam perencanaan karena dianggap tidak memiliki dampak yang signifikan terhadap proses belajar. Padahal manajemen kelas secara fisik dapat menstimulasi ketertarikan anak untuk belajar dan berinteraksi dengan sesama anggota kelas. Manajemen kelas ini meliputi beberapa hal dasar yang dapat diterapkan di bawah ini.

- **Cahaya, suhu, udara ruang kelas**

Pengaturan cahaya, suhu, dan udara dalam ruang kelas sangat mempengaruhi kondisi fisik anak didik, yang berdampak pada performa belajarnya. Pencahayaan yang tepat akan membantu anak dalam melihat bahan bacaan, bahan pelajaran, dan sekelilingnya dengan jelas dan tentu saja sehat bagi matanya. Suhu ruangan yang sesuai dapat membantu anak untuk

lebih berkonsentrasi pada pelajaran. Suhu udara yang terlalu panas atau terlalu dingin membuat semua anggota kelas menjadi tidak nyaman saat belajar. Walaupun tidak menggunakan pendingin ruangan, pengaturan sirkulasi udara yang baik membuat kondisi di kelas menjadi lebih sehat dan membuat udara di dalam kelas menjadi segar.

- **Posisi duduk**

Pengaturan posisi duduk dalam kelas dapat mempengaruhi suasana belajar anak didik yang pada akhirnya juga akan mempengaruhi performa belajarnya. Dalam hal ini dibutuhkan pengenalan guru akan anak didiknya secara pribadi maupun secara menyeluruh. Guru yang bijaksana akan mengatur penempatan duduk anak didik secara berimbang. Jika tidak ada pengaturan yang berimbang, maka akan menimbulkan celah untuk terjadi kekacauan dalam proses belajar (Simmons et al., 2015). Misalnya, mengatur penempatan duduk anak yang pendiam dengan yang supel akan menstimulasi anak yang pendiam untuk lebih interaktif, dan sebaliknya membuat anak yang banyak bicara untuk lebih efisien dalam berbincang di kelas.

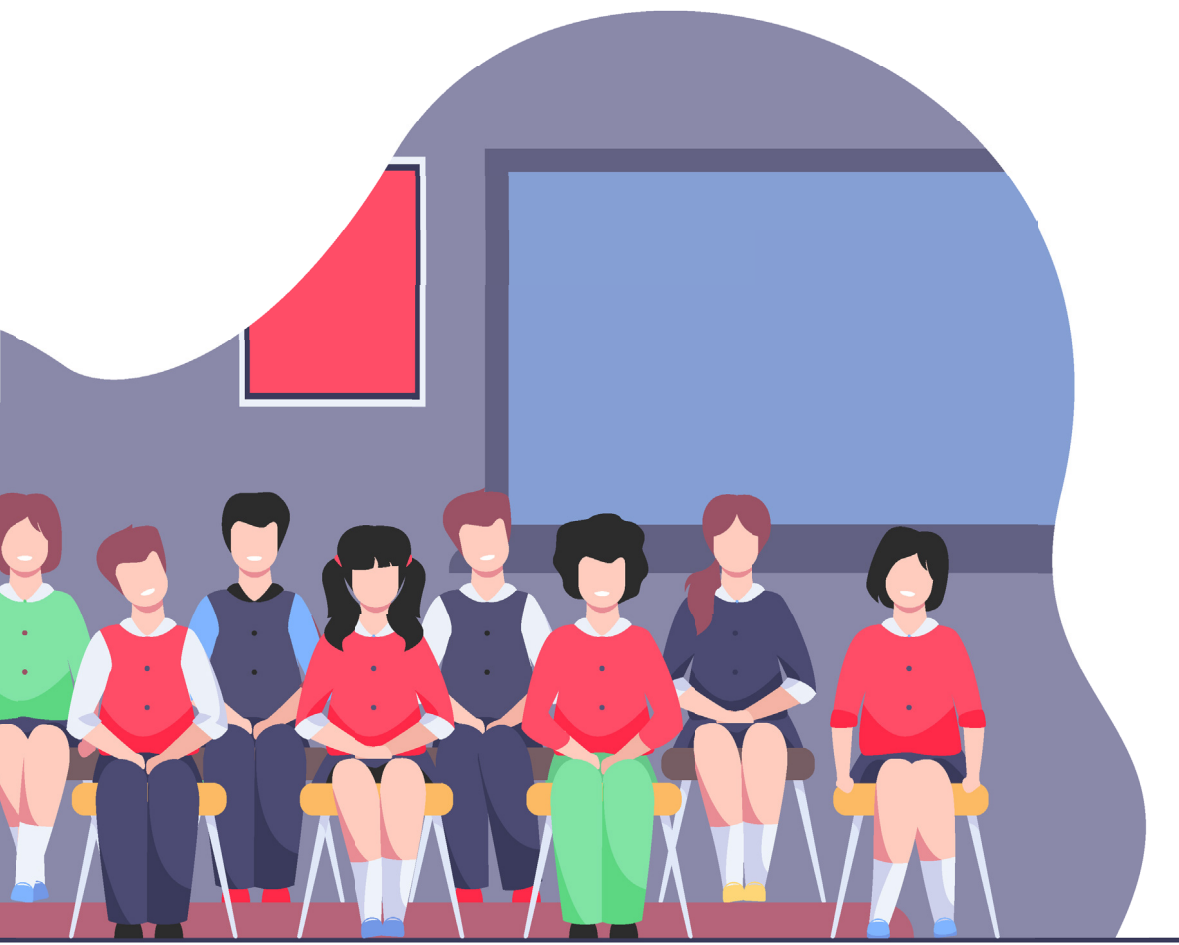
Secara umum pengaturan posisi duduk anak di kelas adalah dalam bentuk beberapa baris yang menghadap ke satu arah, yaitu ke papan tulis. Pengaturan posisi duduk kelas seperti ini sangat efektif untuk mengadakan asesmen atau pada saat anak harus mengerjakan tugas secara mandiri.

Namun, perlu diketahui bahwa ada juga model pengaturan tempat duduk yang berbeda dari yang sudah umum, misalnya model kluster (pengelompokan), dan model tapal kuda (huruf U). Mungkin pengaturan posisi duduk yang disebutkan belakangan terdengar sangat asing dalam kelas-kelas tradisional. Namun bukan berarti pengaturan itu tidak dapat diterapkan. Misalnya, pengaturan posisi duduk kluster (pengelompokan) dapat diterapkan oleh guru saat sedang menggunakan metode belajar diskusi kelompok. Anak didik dapat didorong untuk mengubah posisi duduknya bersama kelompok menjadi duduk berhadapan sehingga dapat menstimulasi interaksi antar mereka secara intens.

Dalam perencanaan posisi duduk, guru perlu memiliki kemampuan analisis atas kebutuhan kelas untuk memutuskan metode belajar yang sesuai, sehingga guru tersebut dapat mengatur posisi duduk yang sesuai dengan metode pengajarannya. Guru yang memiliki mental merdeka belajar akan mampu menunjukkan kreativitas dan fleksibilitasnya dalam mengajar, di antaranya dengan cara mengatur posisi duduk yang tepat.

- **Sirkulasi Fisik Kelas**

Yang tidak kalah penting dalam manajemen kelas secara fisik adalah pengaturan sirkulasi pergerakan setiap anggota kelas. Yang dimaksudkan di sini adalah bagaimana peletakan dan pengaturan



posisi barang-barang di kelas agar tidak menghalangi setiap anggota kelas untuk mengakses satu sama lain maupun mengakses bahan ajar di kelas. Pengaturan sirkulasi ini penting agar setiap anggota kelas dapat berinteraksi dengan mudah dan nyaman. Dengan demikian kelas akan menjadi lebih hidup dan interaktif.

- **Pajangan Pekerjaan Anak**

Memajang hasil kerja anak adalah salah satu bentuk dari penghargaan atas kerja keras anak. Motivasi intrinsik siswa pun dapat dibangun dengan cara memajang pekerjaan yang telah mereka buat selama proses belajar. Selain menunjukkan hasil kerja anak didik, memajang hasil kerja juga menstimulasi anggota kelas untuk dapat memberikan dan menerima respon atas pekerjaan mereka, juga menginspirasi satu sama lain untuk mengerjakan yang terbaik. Guru berperan penting dalam memfasilitasi anak didik dalam proses mengapresiasi hasil kerja anak. Dengan begitu, secara tidak langsung sebetulnya guru sedang memberi contoh nyata kepada anak didiknya untuk mengembangkan sikap dan budaya saling menghargai. Diharapkan, anak didik yang lain pun akan melakukan hal yang sama. Anak didik juga dapat belajar menghargai pekerjaannya sendiri dan temannya secara konkrit. Dengan demikian, guru telah menciptakan suasana belajar yang aman dan nyaman bagi seluruh anggota kelas. Lebih jauh lagi, dalam suasana yang aman dan nyaman seperti ini, anak didik dapat dilatih untuk tidak sekedar mengapresiasi hasil karya

satu sama lain, namun juga memberikan respon yang konstruktif bagi temannya.

- **Pengingat Visual**

Pengingat visual adalah pengingat atas berbagai hal esensial bagi anggota kelas, seperti jadwal pelajaran, jadwal piket, kesepakatan atau aturan bersama, dan sebagainya. Pengingat visual dapat berbentuk poster atau tulisan yang dipajang di dalam kelas dengan tujuan mengingatkan seluruh anggota kelas atas materi yang penting.

Pemasangan pengingat visual memiliki peran yang penting untuk melatih kemandirian anak. Dengan adanya pengingat secara visual, anak dilatih secara mandiri dan disiplin menyiapkan diri untuk setiap keteraturan proses belajarnya.

Guru perlu memahami nilai dan muatan psikologis serta manfaat di balik pengelolaan kelas secara fisik agar pengelolaan itu tidak hanya sekedar pengaturan ruang kelas yang terlihat kasat mata. **Dari pengelolaan kelas secara fisik dapat terlihat pengaruh psikologis terhadap perkembangan belajar anak.**

2. Manajemen Kelas secara Mental

Koneksi positif antara anak didik dan guru serta manajemen kelas secara fisik adalah jembatan untuk mencapai pengelolaan kelas yang teratur secara mental. Manajemen kelas secara mental merujuk pada kemampuan seorang guru dalam mengatur interaksi dalam suatu

kelas secara sehat dan aman. **Tujuan dari manajemen kelas ini adalah membentuk pemahaman yang satu frekuensi antara satu anggota kelas dengan yang lain di mana anak didik dapat bersikap sesuai dengan peraturan kelas yang disepakati bersama dan struktur yang telah ditetapkan oleh guru.** Tanpa

kesepakatan yang jelas akan peraturan kelas dan ketiadaan struktur akan menimbulkan kewaspadaan dalam benak anak didik. Mereka akan merasa takut mengambil sikap atau bahkan bersikap semaunya saat proses belajar. Kesepakatan dan kejelasan struktur dalam suatu kelas dapat menciptakan rasa aman karena pola interaksi yang terjadi dapat diprediksi oleh anak didik.

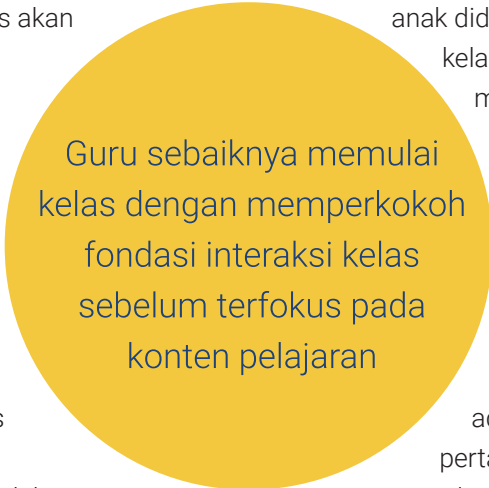
Manajemen kelas secara mental dapat dilakukan dengan berbagai cara. Namun, kunci dari keberhasilan manajemen kelas terletak pada satu minggu awal saat memulai kelas baru (*Smith, 2016*). Dalam waktu satu minggu awal sekolah, guru sebaiknya memulai kelas dengan memperkokoh fondasi interaksi kelas sebelum terfokus pada konten pelajaran. Apabila guru langsung berfokus pada konten pelajaran tanpa membangun rasa aman dalam bentuk kesepakatan bersama, rasa aman yang belum terpenuhi

akan menghambat proses belajar anak. Sebaliknya, saat anak merasa aman dan percaya diri, maka konten pelajaran dapat diserap dengan lebih baik.

Tidak dapat dipungkiri bahwa lingkungan baru dapat memberikan sensasi semangat dan ketegangan pada saat yang bersamaan. Hal tersebut juga terjadi pada

anak didik yang sedang memulai kelas baru meskipun terkadang mereka sendiri tidak menyadarinya. Banyak pertanyaan yang akan muncul di benak mereka yang mungkin mereka sendiri belum dapat mengekspresikannya secara jelas. Contohnya adalah pertanyaan-pertanyaan seperti, siapa guru dan teman mereka? Apakah

mereka akan diterima di antara teman-teman barunya? Apakah gurunya akan menyenangkan? Bagaimana mereka harus bersikap? Dan banyak pertanyaan-pertanyaan lain yang secara tidak sadar sedang mereka pikirkan. Secara naluriah, perasaan tegang, perasaan bersemangat, dan pertanyaan-pertanyaan yang dimiliki anak didik berujung pada mencari keamanan saat memulai kelas baru. Oleh sebab itu, guru sebaiknya memaksimalkan satu minggu pertama sekolah untuk menciptakan pola dan struktur interaksi yang jelas, dimengerti, dan disepakati oleh semua anggota kelas. Dengan demikian, anak yang cenderung merasa takut di awal bisa mendapatkan rasa aman dalam



Guru sebaiknya memulai kelas dengan memperkokoh fondasi interaksi kelas sebelum terfokus pada konten pelajaran

berinteraksi, sebaliknya, anak yang sangat bersemangat di awal, dapat menyesuaikan dirinya sesuai dengan kesepakatan yang dibuat.

Satu minggu awal sekolah sebaiknya membahas empat hal dasar yang akan digunakan oleh anak didik selama satu tahun kedepan. Empat hal dasar ini dapat menciptakan fondasi yang kuat untuk seorang guru dalam mengelola kelasnya.

- **Hubungan**

Kesan pertama sangat penting dalam menentukan hubungan antara guru dan anak didik juga antar anak didik. Cara guru menyambut hangat anak didik di kelasnya dapat memulai perasaan aman dan menjadi contoh bagi anak didiknya cara memperlakukan setiap anggota kelas. Guru juga berperan penting dalam merencanakan aktivitas perkenalan yang menyenangkan di hari pertama kelas yang disesuaikan dengan usia anak didik. Tujuan dari kegiatan ini tidak lain adalah mencairkan suasana tegang yang dirasakan oleh anak didik dan memastikan bahwa semua anggota kelas merasa diterima oleh guru.

Sebelum hari pertama sekolah, guru juga sebaiknya mengenal latar belakang anak. Guru dapat bertanya pada guru sebelumnya atau meminta orang tua untuk mengisi profil anak didik. **Secara berkala, guru juga dapat mengabarkan orang tua mengenai**

perkembangan anak didiknya secara formal, personal, dan spesifik. Manfaat

dari kabar berkala dapat dirasakan oleh guru dan orang tua. Guru dapat menginformasikan bantuan yang perlu dilakukan oleh orang tua terhadap anak didik di rumah, sedangkan orang tua dapat mengetahui dan ikut serta dalam proses perkembangan anaknya tanpa merasa terkejut saat pembagian evaluasi hasil belajar.

- **Prosedur**

Pada satu minggu pertama, guru menunjukkan prosedur-prosedur yang diinginkan kepada anak didik untuk mewujudkan kelas yang tertib. Guru sebaiknya menunjukkan langkah-langkah yang harus dilakukan anak didik secara visual selama anak didik mengikuti proses belajar di kelas, seperti cara memulai dan mengakhiri kelas, menggunakan laboratorium, melakukan masa transisi antar pelajaran, dan prosedur-prosedur penting lainnya. Prosedur-prosedur ini sebaiknya divisualisasikan dalam bentuk bagan tulisan atau dalam bentuk foto. Tujuannya adalah mengingatkan anak didik secara visual. Guru pun dapat meminimalisir omelan pada saat anak lupa melakukan prosedur yang telah ditetapkan dengan merujuk pada bagan atau foto yang dipasang di kelas.

- **Membentuk Aturan dan Konsekuensi**
Seiring dengan tujuan merdeka belajar, aturan-aturan di kelas juga harus dibuat atas dasar persetujuan bersama dan dibuat secara sadar. Konsep pembentukan aturan dan konsekuensi pada bagian ini sejalan dengan contoh yang terdapat pada bab 4 tentang tujuan kepemilikan gawai bagi anak. Anak didik harus terlibat aktif dalam proses perumusan aturan dalam kondisi yang demokratis. Guru akan mendapati pendapat anak didik yang tidak sesuai dengan konteks kelas, atau bahkan anak didik yang hanya cenderung diam saat perumusan aturan kelas. Namun, disinilah peran guru diperlukan dalam memodelkan proses belajar yang demokratis dan aman, serta guru dapat mengarahkan anak pada aturan yang konkrit, dapat dilaksanakan, dan menjunjung prinsip merdeka belajar.

Tanpa konsekuensi, aturan yang ada akan kehilangan makna dan guru akan kehilangan daya atas pengelolaan kelasnya. **Konsekuensi logis lebih berfokus pada akibat logis yang muncul karena sikap yang tidak tepat, bukan dalam bentuk hukuman.**

Tujuan dari konsekuensi logis adalah membentuk tanggung jawab anak didik sesuai dengan kapasitasnya dengan menjunjung tinggi rasa aman dan rasa percaya anak terhadap guru dan sekolah. Lain halnya dengan hukuman yang dianggap memberikan efek jera, namun malah menimbulkan sikap mental yang resisten pada diri anak didik. Saat anak didik mendapatkan hukuman, maka pemikiran yang terbentuk adalah citra diri yang negatif, rasa malu, dan rasa takut. Dampak dari hukuman tentunya tidak dapat mengantar anak pada merdeka belajar.

Selain aturan, konsekuensi logis memiliki peranan penting dalam menentukan kekuatan suatu aturan.



Bab
**Peran Sekolah
Sebagai Inisiator** 6



“Jalan menuju keunggulan pendidikan terletak di dalam tiap-tiap sekolah.”

Terrence Deal

Sekolah sebagai inisiator pendidikan menjadi inisiator pertama dan utama dalam menciptakan sistem belajar yang berkesadaran. Peran sekolah ini tidak dapat dipisahkan dari peran masing-masing elemen yang terserap di dalamnya: anak didik, guru, orang tua, dan lingkungan sekolah. Besarnya dampak sekolah akan ditentukan oleh kecakapan pemimpinnya (*Setiawan et al., 2020*) dalam menerapkan paradigma belajar yang berkesadaran. Tentunya kepala sekolah dan wakilnya akan membutuhkan bantuan dari dinas dan pemerintah pusat dalam menanamkan dan mengaktualisasikan paradigma ini melalui peran-peran sekolah di bawah ini.

Sekolah sebagai inisiator kolaborasi antara guru dan orang tua untuk anak didik.

1. Sekolah Sebagai Pelantar Pendidikan

Secara umum pandangan masyarakat tentang sekolah adalah tempat anak belajar dan menimba ilmu. Dengan kata lain, cenderung hanya merujuk pada tempat secara lokasi dan fisik. **Sekolah sebenarnya adalah tempat belajar bagi semua elemen yang ada di dalamnya, bukan hanya bagi anak, tetapi juga untuk para guru dan orang tua.** Maka peran sekolah sendiri menjadi jauh lebih besar dari sekedar sebuah bangunan fisik semata. Untuk menciptakan tempat belajar bagi seluruh elemen pendidikan anak, dibutuhkan sekolah yang mampu memfasilitasi kolaborasi sinergis antara seluruh elemen pendidikan anak tersebut.

2. Sekolah Sebagai Pembuat Kebijakan dan Sistem

Peran sekolah yang paling utama adalah sebagai institusi yang membuat kebijakan dan sistem yang menyangga terselenggaranya kegiatan pendidikan dan pengembangan semua elemen sekolah. Betapa pentingnya bagi pihak sekolah



untuk menyediakan kebijakan yang kondusif bagi merdeka belajar, baik itu dari sisi sekolah secara keseluruhan, dari sisi kelas dan guru secara spesifik, dari sisi anak sebagai peserta didik, maupun dari sisi keluarga. **Kebijakan sekolah tentunya tidak bisa selalu memuaskan semua pihak, namun demikian perlu selalu berorientasi pada solusi yang konstruktif dalam arti selalu memberi ruang pada semua pihak untuk belajar dan memperbaiki diri, bukan pada keberpihakan.**

Setiap elemen sekolah memiliki peranan yang berkesinambungan yang perlu diberdayakan.

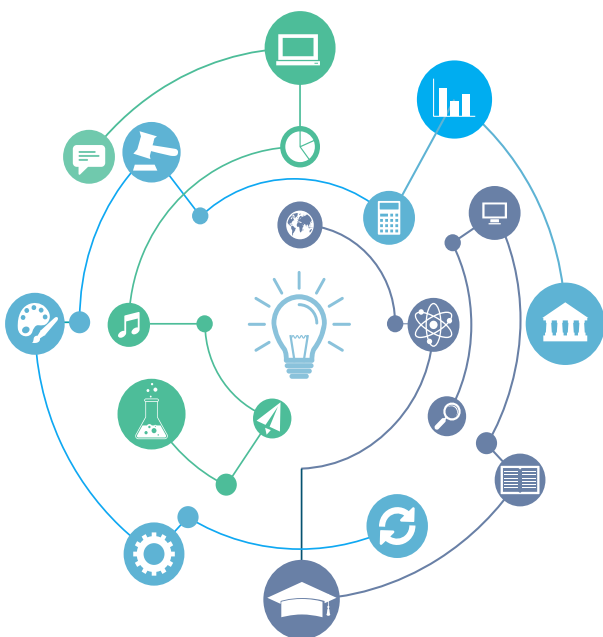
Sekolah bertugas memahami dan mengenal peranan setiap elemen sekolah agar mampu memberdayakan peranan mereka. **Pada saat guru, orang tua, dan anak didik mampu menjalankan peranannya secara berkesinambungan, maka sinergi dari fungsi masing-masing elemen tersebut akan saling memperkuat satu sama lain.** Contohnya, membuat kebijakan komunikasi berkala. Sekolah mewajibkan guru dan orang tua untuk membangun komunikasi berkala melalui laporan mingguan perkembangan anak didik secara timbal balik, baik dari sekolah maupun dari rumah. Jika sistem ini diterapkan dengan disiplin, maka kolaborasi sekolah dan rumah akan tercipta dalam mengawal perkembangan belajar anak

Sekolah sebenarnya adalah tempat belajar bagi semua elemen yang ada di dalamnya, bukan hanya bagi anak, tetapi juga untuk para guru dan orang tua

didik. Sistem-sistem internal lain yang juga perlu diciptakan oleh sekolah antara lain (Setiawan et al., 2020):

- Sistem rekanan dan kerja tim guru dalam merencanakan pembelajaran
- Sistem evaluasi dan peningkatan kinerja guru
- Sistem pendampingan bagi anak didik yang memiliki kebutuhan khusus
- Sistem administrasi pembelajaran yang ringkas dan aplikatif dan berpusat pada kepentingan anak didik
 - Sistem administrasi operasional yang berpusat pada perkembangan belajar anak (contohnya konsekuensi penunggakan pembayaran uang sekolah yang tidak menghilangkan kesempatan belajar bagi anak didik)

Sekolah memiliki peran sebagai mediator antara anak, orang tua, guru, masyarakat, dan pemerintah. Karena itulah kebijakan yang diterapkan di sekolah perlu berorientasi pada solusi yang konstruktif. **Sekolah perlu berdiri sebagai penengah bagi semua elemen yang telah disebutkan di atas.** Peran ini tidaklah mudah karena perlu objektivitas yang tinggi dalam mengambil keputusan yang adil. Sebagai pembuat kebijakan, sekolah menghadapi tantangan yang cukup rumit dalam mempertimbangkan berbagai perspektif untuk memenuhi kebutuhan tiap elemen tadi yang berbeda-beda.



Perspektif manajerial seperti

pertimbangan ekonomi, hukum, keamanan, kesehatan, dan akademik mempengaruhi setiap keputusan atas suatu kebijakan yang dibuat.

Kebijakan dalam menyediakan infrastruktur sekolah turut mempengaruhi proses belajar aktif. Infrastruktur sekolah meliputi bangunan, sarana pendukung, dan inventaris sekolah. Bangunan yang mendukung belajar aktif, di antaranya adalah ketersediaan ruang kelas yang memadai, laboratorium, perpustakaan, fasilitas olah raga, fasilitas kebersihan, fasilitas kesehatan, dan kantin. Sarana pendukung melingkupi saluran listrik, saluran telepon, dan internet. Inventaris sekolah mencakup berbagai peralatan dan perlengkapan untuk media belajar dan mengajar, seperti meja, kursi, dan sebagainya.

3. Sebagai Penyedia dan Pengawas Pengembangan Sumber Daya Guru

Sesuai dengan buku saku merdeka belajar, tugas dan fungsi sekolah adalah memfasilitasi guru untuk meningkatkan kompetensi dalam penilaian proses dan hasil belajar siswa. Lokakarya dan pelatihan berkelanjutan bagi guru merupakan salah satu fasilitas yang esensial (Setiawan et al., 2020). Lokakarya yang dimaksud di sini adalah pertemuan para pakar pendidikan yang mendiskusikan isu-isu terkini yang terjadi di dunia pendidikan dengan tujuan membuka dan memperluas wawasan guru, dalam memahami prinsip dasar kecakapan dan keterampilan itu. Seberapa rutin para guru mengikuti lokakarya tersebut akan mempengaruhi cara pandang dan kepercayaannya tentang belajar dan mengajar, baik secara langsung maupun tidak langsung. **Pelatihan tanpa lokakarya hanya akan menciptakan guru-guru yang melakukan pengajaran tanpa memahami prinsip dasar dalam mengajar.** Dengan begitu, guru diharapkan tidak hanya menjadi pengajar, namun terlebih lagi menjadi pendidik.

Salah satu kecakapan yang diharapkan dari keterlibatan guru dalam lokakarya dan pelatihan adalah kemampuan untuk menentukan strategi untuk mengukur kompetensi bernalar siswa, sesuai buku saku merdeka belajar. Strategi itu bisa berupa tes tertulis, penugasan, portofolio, proyek kolaboratif, maupun instrumen penilaian lainnya. Hal ini dapat diinterpretasikan sebagai bentuk belajar

mengajar aktif yang bisa diterapkan oleh guru di kelas. Dalam hal ini, sekolah berperan memberikan keleluasaan, bimbingan dan sarana penunjang bagi guru untuk menentukan strategi apa yang akan diterapkan sesuai dengan tujuan belajar dan kebutuhan anak. Untuk melengkapi strategi penilaian, guru juga perlu memiliki kecakapan dalam memberikan respon yang konstruktif bagi anak, sehingga setiap anak tidak hanya dapat menyerap konten pelajaran, tetapi juga dapat melakukan pengukuran terhadap diri sendiri untuk melakukan perbaikan diri sesuai dengan kemampuan mereka. Pada akhirnya, guru diharapkan mampu menyusun rencana pembelajaran dari hulu ke hilir: mulai dari perencanaan (RPP), eksekusi pembelajaran, penilaian, dan pemberian respon sampai anak dapat melakukan perbaikan secara mandiri.

4. Sebagai Penyedia Program Penyuluhan Orang Tua

Penyuluhan bagi orang tua dapat diadakan dalam bentuk seminar, pembentukan komite sekolah (persatuan orang tua murid dan guru), maupun lokakarya. **Penyuluhan yang difasilitasi sekolah ini bertujuan untuk menelaraskan perspektif sekolah dengan perspektif orang tua dalam mendidik anak.** Di sisi lain, komite sekolah dapat menjadi wadah bagi orang tua murid untuk menyampaikan suaranya kepada pihak sekolah sehingga komunikasi dua arah antara sekolah dan rumah dapat terpenuhi. Dengan demikian, baik sekolah maupun orang tua dapat berfungsi sebagai inisiator dalam menciptakan merdeka belajar.



Penyuluhan dan pertemuan orang tua melingkupi aspek kebijakan sekolah, akademik, dan pola asuh sebagai representasi segitiga pendidikan anak: sekolah, guru, dan orang tua. Kebijakan sekolah sebaiknya dituangkan dalam bentuk buku pegangan orang tua sehingga kedua belah pihak memiliki acuan tertulis yang jelas. Penjelasan aspek akademis akan sangat membantu orang tua untuk memiliki gambar besar proses pembelajaran serta tujuannya bagi anak mereka. Dengan begitu orang tua diharapkan dapat lebih mendukung proses belajar anak dari rumah. Demikian pula halnya dengan penyuluhan

mengenai pola asuh anak, orang tua diharapkan dapat memiliki wawasan yang lebih terbuka, pengetahuan dan kecakapan lebih mendalam tentang cara mendidik anak mereka.

Berikut ini beberapa topik yang dapat dijadikan materi penyuluhan dan/atau pembinaan yang perlu diberikan sekolah kepada orang tua dan guru:

Untuk Orang Tua dan Guru

1. Mengelola emosi yang sehat
2. Perkembangan fisik dan mental anak
 - Memahami fungsi eksekutif manusia dan anak
 - Pengaruh hormon
 - Peer pressure
3. Membangun komunikasi dua arah yang demokratis
4. Hukuman Vs Konsekuensi logis

Untuk Orang Tua	Untuk Guru
<ol style="list-style-type: none"> 1. Pola asuh berkesadaran 2. Sosialisasi aturan sekolah 3. Perkembangan dunia digital/media sosial bagi pertumbuhan anak 4. Pendidikan seks untuk anak 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Keyakinan mengajar 2. Cara melakukan satu minggu pertama sekolah 3. Menerapkan merdeka belajar pada metode di kelas. 4. Cara melakukan manajemen fisik dan mental di kelas

Strategi Mewujudkan Kolaborasi Sekolah dan Rumah

7



*“Dibutuhkan dua batu api
untuk membuat api.”*

Louisa May Alcott

Pemahaman yang sama antara setiap elemen pendidikan anak tentang paradigma belajar yang berkesadaran merupakan kunci keberhasilan kolaborasi sekolah dan keluarga dalam menciptakan kondisi belajar yang aman dan terstruktur sehingga anak dapat berperan aktif dalam proses belajar. Pemahaman yang mendasar mengenai paradigma belajar yang berkesadaran memungkinkan setiap elemen pendidikan anak dalam mencari jalan keluar atas setiap tantangan yang akan dihadapi dalam mewujudkan merdeka belajar. Tujuan kecekatan dan ketepatan dalam menentukan suatu jalan keluar dapat terwujud apabila konsep atau paradigma yang dimiliki sudah tertanam kuat dalam masing-masing pihak. Kolaborasi pun dapat terlaksana saat semua elemen pendidikan anak memiliki frekuensi yang sama dalam memahami paradigma ini.

Sekolah sebagai pelantar pendidikan memiliki peranan krusial dalam menggiring seluruh elemen pendidikan anak dan masyarakat dalam membentuk paradigma belajar yang berkesadaran ini. Sekolah adalah inisiator utama yang dapat menggerakkan perubahan pola pikir lama menjadi pola pikir baru yang berkesadaran. Perubahan pola pikir yang mendasar atas paradigma belajar yang berkesadaran merupakan awal dari terjadinya proses merdeka belajar.

Pimpinan sekolah yang telah memiliki paradigma belajar yang berkesadaran tentunya memiliki peranan yang sangat signifikan atas keberhasilan perubahan dari paradigma belajar yang lama ke paradigma belajar yang berkesadaran.

Pimpinan sekolah yang telah memiliki paradigma belajar yang berkesadaran tentunya memiliki peranan yang sangat signifikan atas keberhasilan perubahan dari paradigma belajar yang lama ke paradigma belajar yang berkesadaran.

Dengan demikian, mereka dapat memimpin setiap elemen pendidikan anak untuk membentuk sebuah sistem yang berkesinambungan atas dasar spirit yang sama dalam memahami paradigma

belajar yang berkesadaran. Dalam kondisi begitulah sekolah kemudian menjadi pelantar bagi seluruh elemen pendidikan anak untuk terlibat langsung dalam sistem ini.

Sehubungan dengan peran sekolah sebagai inisiator utama, maka pola kolaborasi antara sekolah dan keluarga dapat dimulai dari gerakan sekolah dalam menyelaraskan pemahaman akan paradigma belajar yang berkesadaran seperti berikut:

1. Sekolah menanamkan konsep-konsep yang mendukung paradigma belajar yang berkesadaran dalam bentuk penyuluhan atau kegiatan-kegiatan sekolah yang melibatkan setiap elemen pendidikan anak:
 - Paradigma belajar yang berkesadaran
 - Mengasuh dan mengajar yang berkesadaran
 - Memahami perkembangan anak
 - Komunikasi yang sehat, aman, dan terstruktur
2. Sekolah mendampingi guru dalam mengaplikasikan konsep-konsep ini:
 - Memberi contoh dalam membangun pola komunikasi yang aman dan terstruktur kepada anak didik, guru, dan orang tua dengan cara melakukannya terlebih dulu.
 - Mengevaluasi guru saat proses belajar dan mengajar untuk memastikan bahwa proses belajar terjadi secara aman dan terstruktur
 - Mediator bagi guru yang menghadapi anak yang kesulitan

belajar atau menghadapi orang tua yang belum memiliki pemahaman yang sama dalam mendidik anak.

Kegiatan di atas adalah bentuk awal penyelarasan paradigma belajar yang berkesadaran antara sekolah dan keluarga. Pada tahap awal ini, sekolah juga diharapkan mampu melakukan tiga hal berikut: mengedukasi orang tua yang cenderung menyerahkan keberhasilan atas pendidikan anaknya ke pihak sekolah tanpa mau terlibat aktif, mengedukasi orang tua yang belum memiliki pemahaman akan tahapan perkembangan anak, dan memberikan model komunikasi yang positif bagi keluarga. Tentunya peranan guru dan sekolah akan terus dibutuhkan pada tahapan-tahapan berikutnya untuk memastikan bahwa konsep belajar yang berkesadaran terus diterapkan dan dapat mewujudkan merdeka belajar baik di rumah maupun di sekolah. Saat menghadapi tantangan dalam melakukan kolaborasi ini maka sekolah, guru, dan orang tua dapat melakukan pendekatan yang mengacu kepada paradigma belajar yang berkesadaran itu sendiri.

Keberhasilan kolaborasi tersebut di atas akan tercapai ketika guru dan orang tua dapat saling memahami dan secara simultan menerapkan paradigma belajar yang berkesadaran baik di rumah maupun di sekolah. Guru diharapkan dapat terus menumbuhkan dan menerapkan paradigma belajar yang berkesadaran dalam proses mengajar dan dalam berkomunikasi

dengan orang tua. Selain itu, tugas guru yang semula hanyalah mendidik anak, kini berkembang menjadi partner belajar bagi orang tua dalam memahami perkembangan anak.

Apa yang tadinya dianggap sebagai tantangan besar dalam menjalankan

proses belajar bagi anak, ternyata dapat menjadi kesempatan baik untuk meningkatkan kesadaran orang tua dan guru, serta kolaborasi yang dibangun antara rumah dan sekolah. Kolaborasi ini dapat dilakukan baik secara langsung maupun secara tidak langsung.

Kolaborasi langsung	Kolaborasi tidak langsung
Guru membangun komunikasi aktif dengan orang tua dalam berbagai hal terkait perkembangan anak didik. Misalnya kunjungan rumah, kumpulan orang tua, konseling keluarga, dan lain-lain. Yang terbaik adalah komunikasi intensif dengan keluarga terkait anak masing-masing. Komunikasi langsung seperti ini membuat setiap anak dan keluarga merasa diperhatikan dan diperlakukan sebagai pribadi yang unik dan istimewa;	Membangun koneksi dengan keluarga dalam penguatan kompetensi yang dibelajarkan di sekolah. Misalnya, untuk membangun pengalaman belajar di rumah bersama keluarga. (Termokimia, anak ditugasi membuat tape dan es krim di rumah, dan mengukur suhu wadah).
Guru melakukan aktivitas pembelajaran bersama dengan orang tua. Misalnya, kegiatan pembelajaran bulanan yang melibatkan orang tua terkait aktivitas pembelajaran pada mata pelajaran tertentu;	Membangun koneksi dalam pembiasaan penguatan karakter yang dilakukan di sekolah harus sejalan dengan yang di rumah;
Guru melakukan penilaian bersama orang tua dalam kaitan karakter dan literasi dasar;	Membangun pribadi anak untuk mengembangkan keterampilan sosial dengan teman bergaul.
Kegiatan keluarga yang diselenggarakan oleh sekolah secara berkala.	

Demikianlah kolaborasi yang dibangun atas dasar paradigma yang sama tentang mengasuh dan mendidik anak akan melahirkan orang tua, guru, dan sekolah penggerak. Orang tua dan guru yang telah memahami dan menerapkan pola asuh berkesadaran dan mengajar berkesadaran dengan sendirinya telah menjadi orang tua

dan guru penggerak yang menciptakan kemerdekaan dalam belajar bagi anak. Berikut ini adalah pola komunikasi yang dapat membantu orang tua, guru, maupun sekolah dalam membangun kolaborasi untuk menerapkan konsep belajar, mengajar, dan mengasuh berkesadaran. Pola ini kami sebut sebagai pola

komunikasi berkesadaran yang berorientasi pada solusi. Pola komunikasi yang aman dan terstruktur ini dapat dilakukan antar seluruh elemen pendidikan anak (anak didik, guru dan orang tua) saat memberikan respon atau saat menghadapi suatu masalah atau tantangan.



PRADUGA TERBAIK - Sikap mental yang pertama muncul dalam pikiran seseorang saat memulai sebuah komunikasi sebaiknya adalah berasumsi terbaik dengan cara mencari dan menemukan kekuatan atau sisi benar yang dimiliki oleh orang yang sedang dihadapi, meski dalam kondisi terburuk sekalipun.

APRESIASI - Dengan berasumsi terbaik, seseorang akan dapat mengakui kekuatan atau sisi benar tersebut dengan memberikan apresiasi spesifik, yakni bagian mana yang benar, dan secara spesifik menyebutkan mengapa hal tersebut benar.

KOREKSI - Menyampaikan bagian mana yang dapat diperbaiki dengan hormat dan sopan. Hal ini dapat dilakukan dengan

menggunakan diksi yang membangun seperti memulai dengan kata 'sebaiknya', 'belum terlihat...', 'tantangan pada hal ini', 'perbaikan dapat dilakukan pada bagian...' dengan kemudian merujuk pada konsep yang disetujui dalam paradigma belajar yang berkesadaran sebagai refleksi bagaimana kesalahan yang ada dapat diubah sebagai kesempatan untuk berkembang.

SOLUSI - Memberikan saran perbaikan yang konkrit dan tetap memberikan ruang kebebasan untuk perbaikan selama masih sejalan dengan paradigma belajar yang berkesadaran. Dapat dimulai dengan kata-kata 'Menurut saya, akan lebih baik jika..', 'Saya pikir cara yang sesuai adalah...

Penting untuk menggunakan “Pernyataan Saya” yang telah dibahas dalam bab 5 pada setiap diskusi seperti ini untuk menciptakan rasa aman dan terstruktur. Pihak yang mendapatkan koreksi sekalipun akan merasa aman karena mendapati sisi benar dari dirinya tetap diakui oleh pihak lain. Hal ini dapat membangun motivasi intrinsik setiap orang dalam mengembangkan diri. Sebaliknya, memulai komunikasi dengan kata-kata yang cenderung menyalahkan atau menghakimi dapat menimbulkan dua kutub ekstrim dalam benak seseorang, yakni merasa rendah diri kemudian putus asa atau merasa diserang dan menjadi resisten. Dalam hal ini kata-kata yang digunakan biasanya dimulai dengan ‘kamu seharusnya..’ atau ‘kesalahan kamu adalah...’. Selain pilihan diksi, intonasi, ekspresi wajah, dan bahasa tubuh juga memiliki peranan penting dalam membangun motivasi intrinsik lawan bicara. “Pernyataan Saya” yang diaplikasikan dengan nada bicara yang menyindir, ketus, atau merendahkan tentu saja tidak akan mendatangkan manfaat yang baik dalam komunikasi berkesadaran. Oleh sebab itu, pola komunikasi ini selalu harus dimulai dari niat atau asumsi yang baik, untuk mengarahkan komunikasi kepada solusi dan bukan untuk menjatuhkan. Jika pola komunikasi seperti ini terus diterapkan, maka akan menjadi kebiasaan yang mengubah seseorang menjadi pribadi yang solutif.

Semua pihak yang terlibat langsung dalam proses belajar anak memiliki peran yang sama besarnya untuk keberhasilan anak dalam belajar. Anak sebagai pusat dari proses belajar memiliki peran untuk dengan aktif melibatkan diri dalam proses belajar. Anak sebagai pemilik potensi pun memiliki tanggung jawab untuk mengembangkan motivasi intrinsik agar dapat mengembangkan potensinya secara maksimal. Peran dan tanggung jawab anak ini dapat terwujud secara maksimal jika orang tua dan guru sebagai pembimbing mereka dapat menyediakan suasana belajar yang kondusif. Orang tua sebagai pemegang mandat dari Tuhan untuk membesarkan anak sudah pasti memegang peranan yang tidak tergantikan dan tidak bisa dialihkan kepada siapapun dalam proses belajar anak. Sedangkan guru telah mendapat mandat dari negara dan orang tua untuk mendidik anak secara profesional dalam konteks sekolah.

Mengutip tujuan merdeka belajar yang disampaikan Menteri Pendidikan, Nadiem Makarim, “Mengembalikan otoritas pengelolaan pendidikan kepada sekolah dan pemerintah daerah. Otoritas pengelolaan pendidikan diwujudkan dalam bentuk memberikan fleksibilitas kepada sekolah dan pemerintah daerah dalam merencanakan, melaksanakan dan mengevaluasi program-program pendidikan yang dilaksanakan di sekolah, dengan mengacu pada prinsip-prinsip kebijakan Merdeka Belajar yang ditetapkan

pemerintah pusat dalam usaha mencapai tujuan nasional pendidikan.”

Tentunya dibutuhkan pemahaman visi yang sama untuk memungkinkan penyerahan otoritas pengelolaan pendidikan kepada sekolah. Apabila paradigma belajar yang berkesadaran ini belum berakar di pola pikir semua elemen pendidikan anak, tentunya otoritas yang diberikan akan diterima dengan sikap yang salah di mana kemerdekaan dalam belajar akan diartikan dengan keliru, dan gagal belajar besar kemungkinannya akan terjadi. Sebagai contoh, pendidikan di sekolah sekitar 10-20 tahun yang lalu lebih menitikberatkan pada kemampuan menghafal rumus, di mana anak didik tidak memahami dari mana dan bagaimana rumus tersebut terbentuk. Dari analogi ini, dampak yang paling terlihat adalah kesulitan yang dialami oleh anak didik saat bentuk soal yang diberikan berubah meskipun sebenarnya soal tersebut memiliki konsep yang sama dengan apa yang telah dihafalkan. Permasalahan seperti perubahan atau fleksibilitas soal yang tidak dipahami anak didik sering ditemui meskipun

berbagai metode belajar sudah diberikan. Penyebab utama dari ketidakmampuan anak didik dalam menyelesaikan persoalan saat itu adalah lemahnya pemahaman konsep yang dimiliki. Belajar dari analogi tersebut, pemahaman atas paradigma belajar yang berkesadaran ini perlu menjadi prioritas pertama dalam perencanaan program pendidikan yang akan dibuat oleh pemerintah dan sekolah. **Dengan pemahaman dan perubahan paradigma ini maka tujuan merdeka belajar yang telah dirumuskan dalam kebijakan pemerintah akan lebih mudah dijalankan oleh setiap sekolah.**



“Mengembalikan otoritas pengelolaan pendidikan kepada sekolah dan pemerintah daerah. Otoritas pengelolaan pendidikan diwujudkan dalam bentuk memberikan fleksibilitas kepada sekolah dan pemerintah daerah dalam merencanakan, melaksanakan dan mengevaluasi program-program pendidikan yang dilaksanakan di sekolah, dengan mengacu pada prinsip-prinsip kebijakan Merdeka Belajar yang ditetapkan pemerintah pusat dalam usaha mencapai tujuan nasional pendidikan.”

Nadiem Makarim

Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia

Daftar Pustaka

- Alexander, J. J., & Sandahl, I. D. (2016). *The Danish Way of Parenting*. TarcherPerigee.
- Cloud, H., & Townsend, J. (1996). *The Mom Factor: Dealing with the Mother You Had, Didn't Have, or Still Contend With*. Zondorvan.
- Daulay, N. (2017). Struktur Otak dan Keberfungsiannya pada Anak dengan Gangguan Spektrum Autis: Kajian Neuropsikologi. *Buletin Psikologi*, 25(1), 11-25. 10.22146/buletinpsikologi.25163
- Faber, A., & Mazlish, E. (2018). *How To Talk So Teens Will Listen & Listen So Teens Will Talk*. Piccadilly Press. 978-9526533582
- Harrison, J., & Hobbs, M. (2010). *Brain Training: Boost Memory, Maximize Mental Agility, & Awaken Your Inner Genius*. Darling Kindersly.
- Junge, A. (2019). *Teacher-Powered Practices: How teacher teams collaboratively lead and create student-centered schools*. Education Evolving. <https://www.teacherpowered.org/files/teacher-powered-practices.pdf>
- Musanna, A. (2017, Juni 133). INDIGENISASI PENDIDIKAN: Rasionalitas Revitalisasi Praksis Pendidikan Ki Hadjar Dewantara. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 2(1), 117. <https://media.neliti.com/media/publications/178718-none-1445784f.pdf>
- Smith, R. (2016). *Conscious Classroom Management: Unlocking the Secrets of Great Teaching* (2nd ed.). Conscious Teaching, LLC. 978-0-9796355-9-5
- Wiryanoto, S., Herlina, N., Marihandono, D., & Tangkilisan, Y. (2017). *Ki Hadjar Dewantara "Pemikiran dan Perjuangannya"*. Museum Kebangkitan Nasional Direktorat Jenderal Kebudayaan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 978-602-61552-0-7
- Yeh, C. J., Singh, Y. P., & Singh, A. (2010). Cross Cultural Differences in Parenting. *Journal of Education & Pedagogy*, 1-7. https://www.researchgate.net/publication/274696963_Cross_Cultural_Differences_in_Parenting

NOTE



DIREKTORAT SEKOLAH MENENGAH ATAS
DIREKTORAT JENDERAL PAUD
PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

