

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

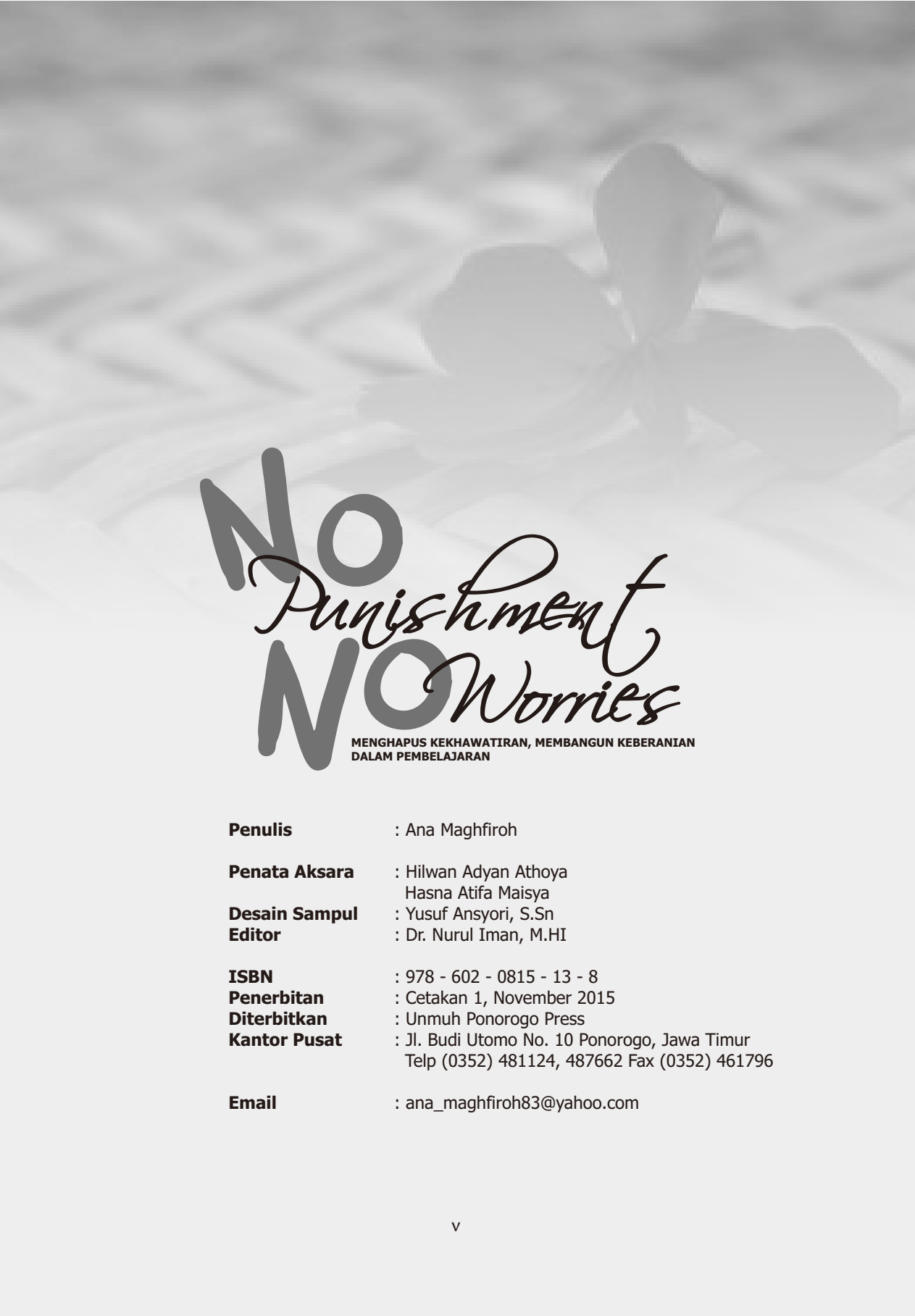
**Sanksi Pelanggaran Pasal 27  
Undang-undang No 19 Tahun 2002  
Tentang Hak Cipta**

1. Barangsiapa dengan sengaja melanggar dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam pasal 2 ayat 1 atau pasal 49 ayat 1 dan ayat 2 dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp. 1.000.000,00 (satu juta rupiah) atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp. 5.000.000.000,00 (lima milyar rupiah).
2. Barangsiapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran hak cipta atau hak terkait sebagai dimaksud pada ayat 1 dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp. 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)

**NO**  
*Punishment*  
**NO**  
*Worries*

MENGHAPUS KEKHAWATIRAN, MEMBANGUN KEBERANIAN  
DALAM PEMBELAJARAN





# NO Punishment NO Worries

MENGHAPUS KEKHAWATIRAN, MEMBANGUN KEBERANIAN  
DALAM PEMBELAJARAN

**Penulis** : Ana Maghfiroh

**Penata Aksara** : Hilwan Adyan Athoya  
Hasna Atifa Maisya

**Desain Sampul  
Editor** : Yusuf Ansyori, S.Sn  
: Dr. Nurul Iman, M.HI

**ISBN** : 978 - 602 - 0815 - 13 - 8

**Penerbitan  
Diterbitkan** : Cetakan 1, November 2015  
: Unmuh Ponorogo Press

**Kantor Pusat** : Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo, Jawa Timur  
Telp (0352) 481124, 487662 Fax (0352) 461796

**Email** : ana\_maghfiroh83@yahoo.com



# DAFTAR ISI

## KATA PENGANTAR

## UCAPAN TERIMA KASIH

<b>1. PEMBELAJARAN TANPA KECEMASAN</b> .....	<b>1</b>
Hubungan Antara Guru-Siswa .....	6
Mengapa Siswa Berperilaku Menyimpang? .....	11
<b>2. MEMBANGUN MOTIVASI, MENINGKATKAN PRESTASI</b> .....	<b>17</b>
Memupuk Rasa Percaya Diri Siswa .....	24
<b>3. LINGKUNGAN TERBAIK UNTUK BELAJAR</b> .....	<b>29</b>
Manajemen Kelas Kondusif .....	32
Yang Perlu Diperhatikan dalam Manajemen Kelas .....	37
Membangun Rutinitas yang Baik .....	40
Menciptakan Peraturan di Kelas .....	42
<b>4. DISIPLIN DAN HUKUMAN</b> .....	<b>53</b>
Perbedaan Disiplin dan Hukuman .....	57
<b>5. AKU DIPERHATIKAN DENGAN HUKUMAN</b> .....	<b>61</b>
Bangga Dihukum .....	65
Teori Otak Triune .....	67
<b>6. DISIPLIN POSITIF VS DISIPLIN NEGATIF</b> .....	<b>71</b>
Disiplin Positif untuk Membangun Perilaku Positif Siswa .....	72
Bentakan, Hukuman Spontan Berakibat Fatal .....	76
Disiplin Negatif dengan Hukuman Verbal .....	82
Hukuman Fisik .....	83
<b>7. MERASIONALKAN HUKUMAN DENGAN KONSEKUENSI LOGIS</b> .....	<b>85</b>
Konsekuensi sebagai Pengalaman Belajar .....	87
Konsekuensi Alami tidak Selalu Dapat Dilakukan .....	94
<b>8. TEACHING WITH HEART</b> .....	<b>87</b>
Pujian, Reward tanpa Kenal Waktu .....	98
Pembelajaran Positif untuk Kelas Kondusif .....	101







## KATA PENGANTAR

Senang sekali rasanya melihat anak-anak kita yang masih bersekolah di Taman Kanak-kanak dengan ceria dan penuh semangat sambil bernyanyi bergembira berangkat kesekolah, sama sekali tidak tampak diwajahnya rasa enggan, ataupun malas bersekolah. Bahkan ketika tiba saatnya pulang, rasa-rasanya mereka sudah merindukan hari berikutnya. Keceriaan itu perlahan memudar dari wajah mereka ketika mereka memasuki jenjang pendidikan yang lebih atas, beberapa hal yang tidak diinginkannya terjadi dan merubahnya menjadi jiwa yang dipenuhi rasa khawatir, menghilangkan nafsunya untuk pergi kesekolah, dan saat-saat yang paling dirindukan adalah hari libur.

*Menghilangkan kekhawatiran untuk menumbuhkan keberanian siswa*, merupakan kata kunci penting yang harus dilakukan oleh seorang guru atau pendidik dalam proses pembelajaran. Khawatir akan sulit dan beratnya materi yang dipelajari, khawatir akan sikap guru yang sama sekali tidak ramah, khawatir akan teman yang tidak bersahabat, khawatir akan pembelajaran yang tidak menyenangkan, khawatir akan berbuat salah dan dihukum karena kesalahan tersebut, ataupun khawatir dan khawatir akan segala sesuatu yang mungkin dihadapi selama belajar.

Masih seringnya terjadi kekerasan yang dilakukan oleh guru baik berupa ucapan (kata-kata) maupun perbuatan atau tindakan adalah merupakan suatu bukti kurangnya pengetahuan guru akan tidak baiknya memberikan hukuman dan membentak siswa. Demikian pula dengan pengalaman yang telah mereka peroleh mengajarkan mereka bahwa satu-satunya alat memecahkan permasalahan adalah dengan bersikap dan bertindak keras. Hal ini tanpa sengaja telah menciptakan rasa tidak aman pada hati siswa, mereka selalu dihantui rasa takut dan kurang percaya diri.

Jika merujuk pada undang-undang Republik Indonesia tentang Perlindungan anak, nomor 23 tahun 2002 dan disempurnakan pada undang-undang perlindungan anak nomor 35 tahun 2014, pasal 9 ayat 1 dan 1a dinyatakan bahwa: (1) Setiap Anak berhak memperoleh pendidikan dan pengajaran dalam rangka pengembangan pribadinya dan tingkat kecerdasannya sesuai dengan minat dan bakat. (1a) Setiap Anak berhak mendapatkan perlindungan di satuan pendidikan dari kejahatan seksual dan kekerasan yang dilakukan oleh pendidik, tenaga kependidikan, sesama peserta didik, dan/atau pihak lain.

Maka, seorang guru yang mampu mengelola kekhawatiran siswanya dan merubahnya menjadi keberanian, berarti telah berhasil pula membantu siswanya keluar dari kesulitan belajar. Dengan demikian akan mudah baginya untuk mengkondisikan mereka, bekerjasama dan memaksimalkan kegiatan hasil belajar siswanya.

Dimulai dengan mengenali karakter dan gaya belajar siswanya, mengetahui apa yang diminati siswa dan apa yang menyenangkan baginya dalam proses belajar, mengetahui penyebab dari perilakunya yang menyimpang, selanjutnya mendesain pembelajaran yang penuh makna, membangun motivasi, memanaje kelas yang efektif, sampai pada membangun lingkungan belajar yang nyaman dengan memperbanyak reward dan penghargaan bagi kerja keras siswa, menggeser disiplin negatif dengan yang lebih positif, mengganti

hukuman menjadi konsekuensi logis, yang membantu tertib dan terlaksananya kegiatan belajar yang aktif dan kondusif serta menyenangkan, semua hal itu merupakan rangkaian dari proses *Teaching with Heart*, atau mengajar dengan hati.

Buku ini ditulis dalam rangka menciptakan kelas yang nyaman, dan rasa aman bagi siswa selama belajar, secara perlahan merubah paradigma guru bahwa mendidik membutuhkan suara keras, menertibkan memerlukan hukuman, membangun kesadaran perlu kekerasan. Maka pembelajaran dan aktifitas di kelas akan menjadi lebih menyenangkan, membebaskan siswa dari rasa takut dan khawatir, membangun kepribadian yang saling menghargai, menghormati, dan lembut. Buku ini dapat digunakan sebagai panduan bagi guru dan pendidik untuk membawa perubahan dikelasnya, dalam pembelajarannya, dalam caranya bersikap dan mengambil tindakan selama broses belajar mengajar, sehingga sesuai dengan tujuan pendidikan.

Akhirnya, kepada seluruh pembaca kami sampaikan terimakasih atas berkenannya membaca buku ini. Saran dan kritik yang membangun akan sangat membantu penulis untuk melakukan perbaikan dan pengembangan pada tulisan-tulisan selanjutnya. Dengan harapan, akan dapat membawa perubahan didunia pendidikan ke arah yang lebih baik.

Hormat saya,

Ana Maghfiroh



**UCAPAN  
TERIMA  
KASIH  
KEPADA**

IBUNDAKU TERCINTA  
SUAMI & ANAK-ANAKKU TERSAYANG  
SERTA KELUARGA BESARKU....

**NO**  
*Punishment*  
**NO**  
*Worries*

MENGHAPUS KEKHAWATIRAN, MEMBANGUN KEBERANIAN  
DALAM PEMBELAJARAN

UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA  
**NOMOR 35 TAHUN 2014**  
TENTANG PERUBAHAN ATAS UNDANG-UNDANG  
**NOMOR 23 TAHUN 2002**  
TENTANG PERLINDUNGAN ANAK

Pasal 9

- (1) Setiap Anak berhak memperoleh pendidikan dan pengajaran dalam rangka pengembangan pribadinya dan tingkat kecerdasannya sesuai dengan minat dan bakat.
- (1a) Setiap Anak berhak mendapatkan perlindungan di satuan pendidikan dari kejahatan seksual dan kekerasan yang dilakukan oleh pendidik, tenaga kependidikan, sesama peserta didik, dan/atau pihak lain.

**NO**  
*Punishment*  
**NO**  
*Worries*  
MENGHAPUS KEKHAWATIRAN, MEMBANGUN KEBERANIAN  
DALAM PEMBELAJARAN

# 1 | PEMBELAJARAN TANPA KECEMASAN

*'Playing is how the children learn'*

Beberapa dari kita, baik sebagai orangtua maupun sebagai guru, seringkali tidak menyadari kecemasan yang dirasakan anak-anak kita dan bagaimana kecemasan ini mempengaruhi belajar mereka. Kecemasan adalah perasaan khawatir yang berlebihan tentang apa yang akan terjadi jika seseorang melakukan sesuatu atau mungkin terjadi dimasa datang. Anak-anak seringkali merasakan kecemasan dan berpandangan negatif tentang apakah ia dapat mengerjakan suatu tugas atau tantangan yang berkaitan dengan tugas akademik yang dihadapinya dengan baik, sesuai yang diharapkan. Terkadang mereka menganggap bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan untuk melakukan suatu ketrampilan atau pencapaian apapun untuk mengatasi permasalahan akademik tersebut. Seorang guru seharusnya mampu menganalisa dan kemudian mengelola kecemasan ini sehingga tidak akan terjadi secara berlebihan dan mempengaruhi keberhasilan anak dalam belajar.

## **ANATOMI KECEMASAN**

Semua orang merasa cemas dibebberapa waktu, dan kecemasan yang terjadi pada anak-anak, remaja, sampai pada orang dewasa adalah normal terjadi sebagai bagian dari proses perkembangan. Sebagai contoh seorang anak mengalami ketakutan kepada monster, hal itu akan atau seharusnya semakin berkurang seiring bertambahnya umurnya. Namun jika kecemasan itu tidak terkendali atau tidak berkurang maka hal ini yang perlu dicemaskan.

Beberapa orang mengalami kecemasan yang berlebih dibandingkan lainnya terhadap sesuatu. Sebenarnya kecemasan adalah suatu keadaan yang berlebih dari situasi stres atau penuh tekanan. Selanjutnya keadaan tersebut mengkristal pada diri seseorang dan muncul rasa takut atau kekhawatiran yang berlebihan tentang tekanan yang ada.

Di lingkungan sekolah, anak mengalami tekanan ketika ia sedang mengerjakan ujian atau tes, atau sedang menghadapi unjuk kerja. Tekanan dan stres yang berlebih tentang apakah ia mampu menunjukkan performa terbaiknya, cemas bagaimana hasil dari ujiannya atau bagaimana ia nanti akan melakukan unjuk kerja dihadapan rekan-rekan dan gurunya yang akhirnya membuahakan kecemasan. Takut tentang benar tidaknya jawaban atau yang dilakukannya, takut akan mendapatkan cemooh dari rekan dan gurunya, takut akan memperoleh nilai yang jelek, dan ketakutan-ketakutan lainnya.

Menghadapi kecemasan yang berlebihan tersebut masing-masing orang memiliki cara untuk mengatasinya, seperti contohnya jika anak merasakan takut ia akan berusaha berlindung dan mencari teman entah orangtua atau temannya yang bisa menemaninya, menangis



sekencang-kencangnya untuk mendapatkan perolongan atau mungkin juga dia langsung lari menjauh dan menghindari apa yang ditakutinya, sebagaimana anak remaja atau dewasa berusaha menghindar dari tekanan atau stres yang akan dialaminya, maka misalnya ia merasa tertekan dengan adanya tes, beberapa anak memilih untuk tidak hadir pada saat tes dan unjuk kerja.

Sesungguhnya kecemasan itu adalah merupakan sesuatu yang dipelajari, bukan sifat alamiah manusia. Seperti anak yang belajar takut dari orang tuanya yang penakut, anak belajar takut karena ditakut-takuti orang tuanya, atau anak-anak belajar takut karena gurunya merupakan orang yang menakutkan baginya dengan segala tindakan dan keputusannya, sehingga ia menjadi jiwa yang penakut dan dipenuhi kecemasan.

Oleh karenanya, guru dan orang tua seharusnya mampu bekerjasama dalam mengelola dan menghapus kecemasan anak, khususnya dalam belajar, sehingga anak tidak berusaha menghindar dan melarikan diri dari pembelajaran, dengan memberi mereka dorongan, motivasi, penguatan-penguatan kepada siswa, juga contoh-contoh yang akan mengembangkan kemampuan dan keberanian baik secara kognisi maupun emosional anak.

## **TRAUMA DAN PERKEMBANGAN OTAK**

Stres atau tekanan fisik, mental, dan emosional merupakan hal yang wajar dan normal dalam kehidupan ini. Stres bisa berasal dari berbagai situasi, keadaan, dan pikiran. Dalam kuantitas yang kecil, stres ini mungkin dapat mendorong kita untuk melakukan suatu perubahan, meningkatkan fokus atau perhatian kita, atau memacu kita untuk menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan. Namun terlalu tingginya

---

**Jika kita perhatikan,  
sebenarnya tujuan utama dari perilaku siswa,  
baik ataupun buruk, adalah untuk  
memperoleh pengakuan dikomunitasnya,  
atau kebutuhan untuk diakui  
atau disebut juga *'the need to belong'*.**

---

**NO**  
*Punishment,*  
**NO**  
*Worries*  
MENGHAPUS KEKHAWATIRAN, MEMBANGUN KEBERANIAN  
DALAM PEMBELAJARAN

stres juga tidak akan berakibat baik bahkan bisa sangat berbahaya. Stres yang tinggi dapat menyebabkan kecemasan, kegelisahan, dan ketakutan yang akan membawa pada perilaku tidak sehat seperti makan yang berlebihan, penyalahgunaan obat-obatan atau makan minum zat yang tidak baik untuk kesehatan, dan kurang tidur.

Trauma merupakan satu istilah yang digunakan untuk menggambarkan suatu keadaan stres atau tekanan yang berlebihan yang diiringi kecemasan dan ketakutan yang berulang-ulang dan selanjutnya menimbulkan ketakutan akan kejadian yang pernah dialaminya. Trauma yang dimiliki seseorang akan sangat sulit dihilangkan dikarenakan manusia memiliki ingatan yang kuat, sehingga ia akan dengan mudah mengingat ketakutan atau kecemasan yang pernah ia alami, dan selanjutnya akan menyebabkan traumanya kembali lagi. Atau terkadang trauma tersebut bisa semakin bertambah menjadi lebih parah dari waktu ke waktu jika orang yang mengalami trauma menerima trauma tersebut, tidak berusaha menolak, dan tidak ada usaha untuk menghapus trauma tersebut.

Martin Teicher, MD, Ph.D., dan rekan-rekannya di pusat penelitian perkembangan Neuropsychiatry di Harvard Medical School, menemukan bahwa akan terjadi kerusakan pada syaraf otak bagian tengah ketika trauma dialami oleh seorang anak di usianya yang masih dini atau pada masa perkembangan otaknya. Akan ada perubahan permanen pada endokrin, sistem syaraf tengah otak, misalnya ketika anak mengalami trauma pada masa kecilnya akibat suatu tindak kekerasan atau diabaikan dan dilerantarkan oleh orang tua dan orang-orang disekitarnya. Pada periode antara kelahiran sampai dewasa ditandai sebagai masa perkembangan baik secara fisik, perilaku, kognisi, dan emosi. Terkait dengan perkembangan ini adalah perkembangan dan pematangan otak. Hasil studi terakhir tentang anak

yang terkena trauma bahwa trauma tersebut akan berdampak pada otak. Tekanan yang terjadi di otak pada usia yang masih dini akan mengaktifkan sistem respon stres dan mempengaruhi beberapa sel otak lainnya seperti pada *corpus callosum*, *hippocampus*, *prefrontal cortex*, *cerebellar vermis*, *visual cortex* dan *auditory cortex*.

Adapun untuk mengatasi trauma ada beberapa cara yang dapat dilakukan yaitu dengan merubah pikiran-pikiran negatif dengan yang lebih positif tentang apa yang menjadi kecemasan atau ketakutannya, mendorong dan memotivasi diri untuk mengubah trauma yang dimiliki meski secara perlahan, dan butuh apresiasi dan penghargaan baik dari diri sendiri maupun orang sekitar ketika perubahan itu telah mampu dilakukan.

## **HUBUNGAN ANTARA GURU-SISWA**

Di dalam kelas, jika kita ingin temukan sebuah tanda keberhasilan pembelajaran, maka ia adalah guru yang berhasil membuat hubungannya dengan siswanya berjalan dengan baik dan mulus. Bukan hal yang mudah menarik perhatian siswa, terus menjaga mood dan semangat siswa tetap menyala selama pembelajaran, apalagi menjadi guru yang selalu ditunggu dan dinanti kehadirannya oleh siswanya. Guru tersebut menghormati siswanya, menghargai hak mereka, memahami ketika siswa berperilaku benar, ataupun saat mereka melakukan kesalahan, dan mengerti kemampuan siswanya.

Guru ini selalu berusaha mendekati diri kepada siswanya, memahami bahwa perilaku menyimpang siswa adalah merupakan satu bagian dari proses belajar, dan hal ini merupakan bagian alami penting dari perkembangan anak, secara psikologis dan emosi. Dengan menumbuh kembangkan hubungan yang seperti ini dapat membangun

kepercayaan siswa kepada gurunya, meningkatkan perhatiannya terhadap apa yang disampaikan guru tersebut, secara perlahan juga akan mengurangi penyimpangannya, dan juga akan merespon positif terhadap apa yang dilakukan guru tersebut. Hasilnya, kualitas hubungan antara siswa dan guru akan meningkat dan guru tersebut juga dapat menjadi sebuah model bagi siswanya untuk bisa meniru sikapnya dan berperilaku baik.

Disuatu sekolah, seorang guru merasakan kesulitan untuk mendisiplinkan siswanya, setiap kali ia memintanya untuk datang tepat waktu ke sekolah maka berkali-kali pula siswanya melanggarnya dan datang terlambat. Dia selalu berkata kepada siswanya, “Maukah kamu datang ke sekolah tepat waktu?”, atau “Apakah kamu mau mengerjakan PR tepat waktu?” dan si anak menjawab dalam hati, “tidak”. Yang terjadi adalah si guru berusaha mengajak anak berperilaku benar, namun ia selalu menerima penolakan dan pelanggaran dihari-hari berikutnya. Mengapa? Karena perilaku adalah berdasarkan pilihan, dan siswa tersebut memilih untuk melanggar atau berperilaku tidak baik. Kita bahkan tidak pernah bisa memaksanya meski dengan memberikan peringatan maupun hukuman seberat apapun. Guru, seharusnya memiliki kekuatan untuk mempengaruhi keputusan dan pilihan siswa untuk berperilaku, yaitu dengan memberikan contoh perilaku baik tersebut dari diri guru sendiri. Misalkan, untuk membuat anak datang ke sekolah tepat waktu, maka guru juga harus jauh lebih dahulu datang sebelum siswa datang, anak akan merasakan tidak nyaman atau sungkan untuk datang terlambat dikarenakan melihat gurunya yang sudah lebih pagi datang, dan menyambutnya di kelas. Selanjutnya guru juga sebaiknya mendekati dan mengidentifikasi penyebab perilaku-perilaku menyimpang siswanya, sehingga ia dapat memutuskan penyelesaian yang tepat bagi siswanya.

Faktor keturunan dan lingkungan dimana si anak tersebut tinggal, dan kebutuhan psikologis si anak adalah yang menyebabkan siswa berperilaku, baik yang benar maupun salah. Kita mungkin tidak dapat mengendalikan dan mempengaruhi faktor keturunan seseorang, kita juga memiliki kontrol yang terbatas terhadap lingkungannya, apalagi jika tidak memiliki akses kepada orang tua si anak, namun dengan memahami bahwa siswa berperilaku keliru dengan membuat pilihan yang tepat tentang apa dan bagaimana dia berperilaku maka kita telah memberikan kesempatan yang luas bagi siswa dan mempengaruhi mereka untuk menentukan pilihannya, karena sesungguhnya perilaku merupakan hal yang dapat dipahami dan sarat dengan tujuan.

Siswa kita bersikap dengan suatu maksud atau tujuan tertentu. Jika kita dapat membuka mata kita lebih lebar, melihat kelas kita, maka kita akan dapat melihat dan memahami perilaku siswa kita, maka kita akan dapat merespon mereka dengan lebih sabar, lebih rasional, logis, dan efektif. Suatu contoh, ketika kita dapati siswa dikelas kita yang seringkali melanggar peraturan kita, seperti berbicara sendiri disaat pelajaran, mengganggu temannya, datang terlambat, tidak mengerjakan tugas dsb. Kita dapat analisa dia, apakah dia melakukan itu hanya dikelas kita, atautkah disetiap mata pelajaran? Apakah ia berperilaku sama pada suatu kondisi atau situasi tertentu? Bagaimanakah sikapnya ketika melakukan kesalahan tersebut, apakah dia merasa bersalah, santai, atau sama sekali tidak menunjukkan sikap bersalah? Mungkin suatu ketika kita bisa berbagi dan berkomunikasi dengan guru yang tidak mendapati perilaku tersebut di kelasnya. Apa yang membedakan antara cara kita mengajarnya dengan cara guru tersebut? Apa yang ia lakukan terhadap anak tersebut, apakah ia menghukum anak tersebut ketika ia melakukan kesalahan dikelasnya?

Atau tindakan apa yang ia lakukan sehingga si anak tidak berperilaku buruk di kelasnya? Apakah guru tersebut memberikan pilihan kepadanya yang disertai dengan konsekuensi dari setiap tindakan siswanya? Bagaimana sebenarnya cara untuk membuat murid kita menjadi lebih bertanggung jawab terhadap setiap perilaku dan tindakannya?

Jika kita perhatikan, sebenarnya tujuan utama dari perilaku siswa, baik ataupun buruk, adalah untuk memperoleh pengakuan dikomunitasnya, atau kebutuhan untuk diakui atau disebut juga '*the need to belong*'. Kebutuhan akan sebuah pengakuan merupakan kepentingan mendasar bagi siapapun, baik bagi anak-anak atau orang dewasa, masing-masing selalu berupaya untuk mendapatkan kesempatan diakui oleh orang-orang disekitarnya. Beberapa siswa kita menghabiskan berjam-jam disekolahnya berinteraksi dengan rekannya, memilih melakukan apa yang membuatnya merasa diakui di komunitas dan lingkungannya, sampai ia diterima dan diakui komunitasnya.

Kebutuhan akan sebuah pengakuan tersebut yang sebenarnya menjadi alasan siswa berperilaku. Sehingga akan berpengaruh pula pada metode atau cara yang ia pakai untuk mendapatkan '*the need to belong*' tersebut, baik dengan perilaku yang baik, maupun tindakan yang menyimpang dan terkesan 'nakal'. Metode atau cara ini awalnya hanya dipilih untuk mencapai '*the need to belong*', namun terkadang bisa menjadi sebuah ciri atau karakter seseorang yang melekat.

Untuk menciptakan kelas yang ramah, yang mendukung eratnya hubungan antara guru dan murid, juga mencapai '*the need to belong*' diatas, dapat dilakukan dengan metode 3C, yaitu:

a. *The need to feel capable of completing tasks.*

Yaitu kebutuhan untuk merasa mampu, mampu menjawab setiap pertanyaan guru tentang pelajaran, mampu

mengerjakan ujian atau tugas dengan baik, mampu mengikuti pelajaran dengan baik, mampu memperoleh nilai bagus, dan mampu mendapatkan pujian dari guru atau temannya dengan prestasinya.

- b. *The need to feel they can Connect successfully with the teacher and classmates.*

Adalah kebutuhan untuk bisa merasa bahwa murid kita dapat berinteraksi, berkomunikasi, dan berhubungan baik, dengan guru juga teman-teman sekelasnya, sehingga tidak akan menjadi murid yang terasing dan sendiri di kelasnya.

- c. *The need to feel they Contribute to the group in significant way.*

Adalah merupakan rasa butuh untuk bisa bekerja dalam kelompok atau grup, dengan bekerja dalam grup anak-anak akan belajar berkomunikasi, berkoordinasi, dan bekerja dalam tim, yang pastinya membutuhkan rasa pengertian dan saling menghargai antara sesama anggota grup. Selain itu anak juga akan memperoleh pengalaman dan pengetahuan dari sesama rekannya di kelompok, yang dapat menjadi sumber belajar baginya.

Dari ketiga C diatas, maka sesungguhnya guru dapat memenuhi kebutuhan siswa akan the need to belong atau perasaan diakui oleh lingkungannya, dan secara tidak langsung juga akan membangun hubungan baik antara guru dan murid, tanpa menyebabkan rasa yang tidak enak ataupun kurang nyaman. Guru memperoleh tujuan dari pembelajaran, sedangkan siswa memperoleh tujuannya belajar.



## **MENGAPA SISWA BERPERILAKU MENYIMPANG?**

Kita, sebagai orang tua maupun guru, seringkali merasa khawatir menjumpai perilaku-perilaku menyimpang anak dan murid kita. Apakah mereka (anak-anak) memang berniat untuk melakukannya atau berniat berperilaku menyimpang? Secara umum, terdapat beberapa alasan mengapa anak-anak atau murid kita berperilaku menyimpang, yaitu diantaranya:

- Terlalu mudah atau sulitnya pelajaran, materi, maupun tugas yang diberikan oleh guru.
- Proses pembelajaran yang tidak menarik dan membosankan bagi siswa.
- Metode pembelajaran yang mungkin tidak sesuai dengan cara belajar siswa.
- Siswa yang kurang disiapkan
- Tujuan pembelajaran dan tujuan belajar yang kurang jelas.
- Anak-anak atau siswa mungkin memiliki kemampuan sosial yang kurang, sehingga tidak mampu berkomunikasi dengan baik dengan gurunya, maupun dengan siswanya.
- Siswa juga memiliki tujuan untuk mendapatkan pengakuan dari lingkungan atau komunitasnya, seperti yang dijelaskan diatas.

Dengan beberapa alasan diatas, bahkan dengan alasan-alasan lainnya, mungkin yang membuat siswa menjadi tidak termotivasi dan berperilaku menyimpang. Dengan alasan-alasan tersebut bahkan siswa menjadi putus asa, berpikir bahwa mereka tidak akan mampu melakukan sesuatu yang lebih baik dan lebih berguna, atau dapat memperoleh pengakuan kecuali dengan jalan melakukan tindakan

menyimpang. Maka secara umum, anak-anak yang berperilaku menyimpang ingin mencapai empat hal, yaitu:

#### 1. Perhatian

Setiap anak pasti menginginkan untuk mendapatkan perhatian, dan kebanyakan tindakan menyimpang dikarenakan oleh kebutuhan akan perhatian tersebut. Maka perhatian menjadi fokus dan tujuan penting dalam pembelajaran, yaitu untuk menyediakan siswa akan kebutuhan perhatian bagi siswa sehingga mengembangkan harga dirinya. Namun demikian beberapa siswa memilih mencari perhatian melalui perilaku menyimpang, berkali-kali melanggar untuk mendapatkan perhatian baik dari guru maupun rekan-rekannya, dan menjadi pusat perhatian mereka, sekedar untuk memberitahu keberadaan mereka diantara komunitasnya.

Jadi, ketika siswa gagal atau tidak berhasil mendapatkan perhatian melalui prestasi atau kerjasama, maka ia akan mencoba berbagai cara sehingga lingkungannya akan memperhatikannya, baik dengan mengganggu temannya, membuat pembelajaran tidak berjalan baik, membuat keributan dan lain-lainnya, sehingga semua kelas memperhatikannya.

Bagi siswa yang senang sekali mencari perhatian dengan hal-hal yang mengganggu dan tidak penting, seringkali guru tergoda untuk memarahi atau langsung menindak dan menghukum mereka. Di benak beberapa siswa mungkin akan berkata, "lebih baik saya memperoleh perhatian guru dengan omelan atau hukuman daripada dia samasekali tidak memperhatikan saya". Untuk anak-anak seperti ini maka guru dapat melakukan berbagai hal, seperti: membimbing anak-anak yang berperilaku menyimpang untuk mencari perhatian, memuji disaat mereka tidak berulah untuk

mencari perhatian, mengabaikan perilaku si anak jika mungkin, sebaliknya memberikan perhatian yang positif pada saat mereka melakukan kebaikan, mengajarkan mereka untuk menarik perhatian dengan menggunakan kartu yang harus mereka angkat ketika mereka perlu atau butuh untuk diperhatikan, berdiri didekat si anak, mencoba menyebut nama si anak ketika mereka membuat keributan, mengecilkan maupun menaikkan suara sehingga suara kita tidak monoton selama pembelajaran, ketika anak mulai ribut maka kita akan mengecilkan suara, mengubah aktifitas pembelajaran dan lain-lainnya.

## 2. Kekuasaan

Anak-anak selalu saja ingin membuktikan kekuatan dan kekuasaan mereka dihadapan kita. Mereka akan merasa penting dan berhasil membuktikan kekuatan mereka ketika mereka menantang otoritas kita, sebagai orang dewasa, melanggar aturan, tidak mengikuti petunjuk dll. Respon alami kita terhadap penyimpangan ini adalah marah, membentak, dan bahkan menghukum. Kita menganggap bahwa bicara dan menegur tidak terlalu banyak membantu menghentikan penyimpangan siswa, sehingga kita akan lebih memilih bersikap tegas kepada siswa kita.

Yang harus kita putuskan adalah apa yang akan kita lakukan, bukan apa yang kita putuskan untuk membuat anak melakukan apa yang kita inginkan. Kita sebaiknya menarik diri dari konflik dengan si anak. Yang seharusnya, adalah dengan bersikap tenang, memberikan pilihan kepada anak untuk melakukan kewajibannya, dan jika ia melanggarnya maka biarkan konsekuensi dari tindakan siswa terjadi. Sehingga anak tidak lagi merasa terpojok dan terpaksa melakukan perintah atau peraturan yang ada, ia bahkan akan

menjadi anak yang penuh tanggung jawab dan sangat memahami konsekuensi yang akan didapat dari setiap tindakan yang dilakukan.

### 3. Balas dendam

Alasan yang ketiga ini dimiliki oleh beberapa anak yang pernah merasakan kekecewaan, sakit hati, merasa dikalahkan, tidak dihargai dan diperhatikan. Balas dendam ini dapat berupa sikap maupun tindakan, seperti sikap siswa yang tidak menghormati dan memperhatikan guru, sikap acuh, tindakan mengganggu temannya yang sedang belajar, trouble makers di kelas, merusak peralatan dan fasilitas belajar, mencoret-coret meja atau dinding dan sebagainya.

Ketika kita izinkan balas dendam berkembang dalam diri anak atau siswa kita maka sebenarnya sama halnya kita telah mengembangkan rasa sakit hati, dan disakiti, dan akan berputar terus menerus. Hal yang seharusnya dilakukan adalah menumbuhkan kepedulian, hubungan yang penuh kepercayaan antara siswa dengan siswa lain, atau antara guru dengan siswanya, sehingga akan menghindarkan siswa dari perasaan sakit hati dan keinginan untuk membalas dendam, dan perilaku-perilaku menyimpang lainnya.

### 4. Menghindari kegagalan dan ketidakmampuan

Adalah suatu yang sangat sering terjadi, jika siswa kita merasa sangat takut dengan kegagalan, dan merasa tidak mampu untuk melakukan sesuatu yang baik atau mencapai suatu hal yang diinginkan oleh orang tua atau gurunya. Dengan kata lain, mereka merasa putus asa dan merasa buruk dibandingkan rekannya, merasa bodoh, dan mereka akan lebih memilih menyerah dari pada harus mencoba dan merasakan kegagalan. Ia takut dan khawatir akan dicemooh, dihina, dimarahi oleh teman-teman dan gurunya

atau bahkan rasa malu yang berlebihan sebagai akibat dari kegagalannya. Dan tindakan atau perilaku menyimpang siswa merupakan salah satu yang menjadi pelariannya dari rasa takut ini.

Banyak sekali kata yang muncul dalam benak siswa, “saya tidak sepintar temen-temen saya..”, “materinya terlalu sulit bagiku...”, “saya mana mungkin bisa melakukannya”, “jangan-jangan jawaban saya keliru..”, dan kata-kata negatif lainnya yang membuatnya menyerah untuk mencoba dan melakukan yang terbaik.

Ketika anak atau siswa kita merasakan kekhawatiran dan ketakutan seperti ini maka kita memiliki tugas yang cukup berat, yaitu diantaranya: membangun kepercayaan dan percaya diri dalam dirinya, membangun sebuah harapan yang realistis dan jelas yang memungkinkan bagi mereka untuk mencapainya, menghilangkan ancaman dari tiap langkah mereka yang berupa kritik, ejekan, atau apapun yang negatif atas pekerjaan mereka, menghindari sikap mengasihani mereka, mendorong mereka untuk usaha sekecil apapun, dan selanjutnya memuji atas keberhasilan mereka tak peduli sekecil apapun itu. Dengan demikian mereka mulai menemukan bahwa usahanya membuahkan hasil dan merasa bahwa mereka mampu mencapai sesuatu yang tidak pernah dibayangkan atau dialami sebelumnya.



# 2 | MEMBANGUN MOTIVASI MENINGKATKAN PRESTASI

Seharusnya pembelajaran menjadi hal yang sangat menyenangkan dan menakjubkan bagi setiap siswa, jika setiap materi dan pelajaran sesuai dengan yang diharapkan dan diminati siswa. Namun tidak demikian adanya di kebanyakan sekolah, sebagian besar siswa merasa tidak nyaman, bosan, dan merasa tidak senang baik dengan proses belajar, materi pelajaran, maupun cara belajar yang dilalui. Sekolah menjadi tempat yang bukan favorit untuk dikunjungi, bahkan menjadi tempat yang sangat mengesalkan bagi siswa. Ia tiba-tiba merasa kehilangan semangat dan motivasinya untuk belajar di kelas itu, yang sebelumnya sangat ia idam-idamkan untuk bisa naik kelas atau masuk di sekolah tersebut. Mungkin saja ada beberapa siswa yang tetap semangat dan antusias untuk belajar, namun kebanyakan dari mereka merasa putus asa. Maka, ada satu kesalahan, apakah pada kurikulum, materi ajar, metode mengajar, atau yang lainnya.

Ketika kita mengajar suatu materi dengan cara yang tepat, yaitu dengan menitik beratkan pada pemberian aktifitas-aktifitas bermakna sesuai materi yang sedang dipelajari, dimana mereka dapat menemukan apa yang benar-benar mereka butuhkan dari proses pembelajaran yang dilalui, maka motivasi belajar siswapun akan dapat tumbuh dengan sendirinya. Disinilah motivasi intrinsik siswa tumbuh, yaitu keinginan, semangat, dan motivasi untuk belajar yang tumbuh dari dalam dirinya sendiri, dikarenakan ia merasakan manfaat dan hasil dari proses belajarnya. Ketika seorang siswa belum dapat memperoleh apa yang diharapkannya dari pembelajaran yang ditempuh, bahkan pada tahun keduanya belajar disekolah tersebut, maka ia akan sampai pada titik jemu, atau titik bosannya untuk belajar.

*Motivation is a theoretical construct used to explain the initiation, direction, intensity, persistence, and quality of behavior, especially goal-directed behavior* (Maehr & Meyer, 1997). Motivasi merupakan inisiatif, arah, intensitas, dan kualitas perilaku. Motivasi menggambarkan tingkat perhatian, ketertarikan, dan usaha siswa untuk mengerjakan dan mengejar apa yang menjadi harapan guru terkait dengan apa yang sedang dipelajari. Motivasi bersifat sangat subyektif, dan akan selalu menjadi alasan dibalik tindakan dan pilihan kita. Untuk mengetahui tentang seberapa jauh motivasi kita dalam melakukan suatu pekerjaan atau kegiatan, maka dapat kita lihat dari jawaban atas pertanyaan-pertanyaan berikut:

1. Aktifitas apa yang kamu lakukan secara rutin karena kamu menyukai dan menikmatinya? Mengapa? (Apa yang membuatmu menikmati aktifitas tersebut? Apa yang kamu dapatkan dari aktifitas itu?)
2. Lalu selanjutnya, aktifitas apa yang kamu lakukan secara rutin meski kamu tidak menyukai dan menikmatinya



(karena hal itu merupakan bagian dari tanggung jawab yang tidak dapat kamu tinggalkan dan hindari, atau kamu memandangnya sebagai suatu kebutuhan untuk mencapai suatu tujuan)? Bagaimana kamu memotivasi diri kamu untuk terus melakukan kegiatan yang tidak kamu sukai dan melakukannya dengan cukup atau sangat baik?

Dengan menjawab pertanyaan diatas, maka akan kita temukan, alasan kita melakukan suatu hal, motivasi kita untuk terus menerus melakukan hal itu sampai proses kita dalam melakukan hal tersebut, perasaan yang mengikuti kita saat melakukan kegiatan tersebut, apakah kita sangat menyukai atau tidak kegiatan tersebut, dan menikmati atau tidak setiap kita melakukan kegiatan itu.

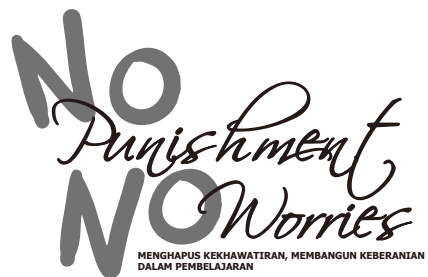
Sedangkan dalam kaitannya dengan proses belajar mengajar, maka kita dapat mengajukan beberapa pertanyaan kepada siswa kita, pelajaran atau kegiatan belajar apa yang dirasa paling menyenangkan dan menguntungkan bagi siswa? Atau mungkin yang membosankan hanya "OK" saja untuk dilakukan? Apakah ada beberapa kecemasan atau kejengkelan yang membuat siswa melarikan diri atau berusaha menghindari dari pelajaran tersebut? Motivasi diri dan strategi apa yang mereka gunakan untuk mengatasi rasa kurang menyenangkan dan membosankan dalam belajar dan mendorong mereka untuk kembali belajar? Lalu dalam hal apa saja dan apakah guru atau dosen anda dapat membangkitkan keinginan dan motivasi anda dalam belajar dan melakukan aktifitas pembelajaran? Menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut akan membantu kita bukan hanya memetakan kondisi motivasi siswa kita, namun juga untuk mencari jawaban dan penyelesaian dari setiap permasalahan motivasi belajar.

Seseorang memiliki motivasi dan pendekatan berbeda tentang

---

**Motivasi untuk sukses ditentukan oleh seberapa kuatnya kepentingan dan kebutuhan seseorang untuk berhasil, serta kemungkinan dan perkiraan untuk sukses dengan tantangan atau tugas yang diberikan.**

---



bagaimana caranya meraih sesuatu. Atkinson (1964) mengatakan bahwa terdapat dua macam motivasi keberhasilan seseorang, yaitu motivasi untuk sukses dan motivasi untuk menghindari kegagalan. Motivasi untuk sukses ditentukan oleh seberapa kuatnya kepentingan dan kebutuhan seseorang untuk berhasil, serta kemungkinan dan perkiraan untuk sukses dengan tantangan atau tugas yang diberikan. Sedangkan motivasi untuk menghindari kegagalan merupakan penyeimbang dari motivasi pertama, yaitu sekuat apa ia memiliki keinginan untuk menghindari kegagalan, kemungkinan ia gagal dari tugas yang diemban, dan tingkatan ketakutan seseorang akan hasil negatif dari kegagalannya, seperti rasa malu dan kecewa ketika ia gagal. Ketika motivasi pertama, motivasi untuk sukses, lebih kuat maka kita akan lebih semangat melakukan dan menjalani tugas yang diberikan. Namun jika motivasi untuk menghindari kegagalan lebih besar, maka seseorang akan cenderung menghindar dari tugas atau tantangan yang diberikan, jika tidak mampu menghindar biasanya seseorang akan melaksanakan tugas dengan penuh kehati-hatian dan penuh rasa khawatir menghindari kegagalan yang mungkin akan terjadi. Seseorang yang fokus untuk mencapai sukses ia akan berusaha secara sukarela menerima tugas dan tantangan yang diberikan, bahkan mungkin ia akan memilih tugas yang lebih sulit bagi mereka, sebaliknya bagi orang yang lebih fokus untuk menghindari kegagalan ia akan merasa takut dan berusaha menghindarinya jika memungkinkan. Atau jika mereka harus menghadapinya mereka akan berusaha meminimalisir resiko kegagalan dengan memilih tugas yang paling mudah.

Sedangkan dalam pembelajaran dikenal dua macam motivasi, (1) motivasi intrinsik, dan (2) motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik dalam belajar adalah terkait dengan keinginan dari diri siswa sendiri dimana ia merasa benar-benar butuh terhadap apa yang ia pelajari

sehingga memiliki keinginan kuat untuk mempelajari suatu hal, yang diikuti dengan usaha kuat untuk mendukung keberhasilannya dalam mempelajari dan menguasai suatu materi. Dengan motivasi tersebut, siswa akan belajar dan melakukan segala yang berkaitan dengan pelajaran tersebut dengan senang dan penuh semangat, dan menjalani tanpa ada rasa tertekan. Kemauan dan keinginan untuk belajarnya telah menjadi motor baginya sendiri dan mendorongnya menguasai apa yang dipelajarinya.

Adapun motivasi yang kedua bersumber dari segala sesuatu diluar diri siswa. Motivasi ekstrinsik berkaitan dengan tujuan siswa tersebut dalam belajar atau mempelajari suatu hal, seperti keinginannya mencapai satu target tertentu untuk lulus tes, mencari pekerjaan, ataupun sukses dalam karir atau pekerjaannya. Oleh karena tujuan belajar tersebut, maka setelah ia menguasainya atau lulus memenuhi tujuannya tadi ia berhenti mempelajarinya. Disamping itu, motivasi ekstrinsik juga terkait dengan kondisi dan waktu pembelajaran, lingkungan sekitar belajar, orang-orang yang berada disekeliling lingkungan belajar. Maka suatu contoh, seorang siswa yang belajar dalam lingkungan yang sangat mendukung pembelajaran, bersama orang-orang yang memiliki kemauan dan keinginan yang kuat dalam belajar, dengan waktu yang sesuai atau tepat maka akan mendapatkan hasil yang lebih baik.

Seorang guru dapat membantu tumbuhnya motivasi siswa untuk belajar dengan beberapa cara. *Meaningful Activity* atau aktifitas bermakna perlu diciptakan oleh seorang guru guna membangun pemahaman siswa terhadap pengetahuan yang sedang dipelajari. Maka belajar tidak lagi mempelajari teori dan rumus, namun mempelajari bagaimana teori dan rumus tersebut digunakan dalam kehidupan nyata. Mengaitkan pengetahuan yang dipelajari dengan

pengetahuan atau pengalaman yang dimiliki siswa akan membantu siswa untuk memahami pelajaran dengan lebih mudah, meski bukan berarti aktifitas-aktifitas pembelajaran yang kita berikan kepada siswa sama menyenangkannya dengan aktifitas saat mereka bermain game, namun ketika menemukan konten atau isi materi pembelajaran merupakan sesuatu yang mereka rasa penting dan sangat bermanfaat bagi mereka dalam kehidupannya sehari-hari, maka aktifitas pembelajaran tersebut akan menjadi sangat menyenangkan. Dari sinilah motivasi ekstrinsik siswa untuk belajar mulai tumbuh dan berkembang.

Maka, seorang guru dapat membantu siswa dalam membentuk motivasi belajar dengan memberikan banyak kesempatan kepada siswa untuk bereksplorasi dan beraktualisasi diri terhadap pengetahuan yang sedang dipelajari, penguatan skills atau ketrampilan siswa, memberikan aktifitas-aktifitas bermakna kepada siswa. Hal tersebut juga secara tidak langsung akan mengurangi sedikit demi sedikit ancaman belajar seperti ketakutan, kekhawatiran siswa, dan rasa bosan siswa. Dapat disimpulkan beberapa hal yang dapat dilakukan oleh seorang guru kepada siswanya untuk meningkatkan motivasi siswa untuk belajar yaitu:

1. Dengan menjadi pengetahuan dan sumber pengetahuan bagi mata pelajaran yang sedang dipelajari siswa, mengajar mereka dengan antusias, menjadi contoh atau model bagi mereka dalam membangkitkan motivasi belajar.
2. Tetap memperhatikan paduan dan matching antara apa yang kebutuhan siswa dan apa yang dipersiapkan untuk dipenuhi.
3. Menyediakan kombinasi atau perpaduan antara dukungan instruksional dan emosional yang memungkinkan siswa

untuk melaksanakan tugas belajar dengan penuh kepercayaan diri dan tanpa adanya khawatir.

## **MEMUPUK RASA PERCAYA DIRI SISWA**

Menumbuhkan rasa percaya diri siswa selama proses pembelajaran sangat penting, karena rasa percaya dirinya akan membantunya mengembangkan potensinya, melakukan setiap proses pembelajaran dengan penuh semangat, dan ia akan bersedia terlibat dalam kegiatan dan aktifitas yang dilakukan guru. Untuk menumbuhkan rasa percaya diri pada siswa, guru dapat melakukan beberapa hal sebagai berikut:

1. Membantu siswa untuk mengenalkan diri mereka pada tujuan utama pembelajaran mereka. Dengan demikian, siswa akan mulai mengerti tujuan mereka melakukan apapun selama belajar untuk usaha tercapainya tujuannya.
2. Otonomi belajar bagi siswa. Otonomi ini berkaitan dengan keputusan tentang apa yang ingin dipelajari siswa, dimana mereka belajar, dengan siapa mereka akan mempelajarinya, apa yang akan digunakan untuk mempelajarinya, dengan cara seperti apa mereka belajar. Jarang sekali seorang guru memberikan otonomi keputusan ini, mereka hanya memutuskan secara sepihak keputusan tentang hal-hal tersebut, mereka mengajarkan materi, ditempat, dan dengan cara yang mereka mau tanpa mempertimbangkan keinginan dan keadaan siswa.
3. Memberikan kesempatan yang luas bagi siswa untuk bekerja dalam tim atau kelompok. Mengijinkan siswa untuk belajar bersama teman atau belajar dalam sebuah

kelompok memberikan kesempatan bagi siswa untuk menunjukkan kemampuannya dihadapan rekan lainnya, sehingga akan tumbuh rasa percaya dirinya, selain itu bagi siswa yang belum memiliki rasa percaya diri ia akan mempelajarinya dari rekannya satu kelompok.

4. Guiding and facilitating. Selama proses pembelajaran guru bukan mengajarkan segala sesuatu atau memberikan materi dari satu arah, namun cukup memfasilitasi belajar dengan membimbing dan memberikan arahan-arahan juga petunjuk terhadap materi yang dipelajari.
5. Memberikan pujian atas setiap pencapaian siswa. Hal ini sangat penting dilakukan oleh guru guna membangun kepercayaan diri siswa pada kemampuannya sendiri, sekecil apapun pencapaiannya ketika ia memperoleh pujian akan mendorongnya untuk melakukan atau mengulang pencapaian-pencapaian serupa bahkan yang lebih baik.
6. Mengurangi makian. Mendapatkan makian atau olok-olok dari kegagalannya melakukan suatu tugas atau sebuah tantangan akan membuat siswa semakin merasa kecewa dan malu. Makian ini akan diproses oleh otak bawah sadarnya sehingga akan menghasilkan sugesti negatif atau menambah kekhawatirannya selama proses pembelajaran, sehingga pada kesempatan lainnya ia akan berusaha menolak atau menghindari dari tugas dan tantangan serupa.
7. Positive feedback. Umpan balik diperlukan untuk bahan masukan pada setiap tindakan yang dilakukan siswa. Umpan balik positif, seperti halnya diatas, dapat berupa pujian, atau kritik positif atas setiap usaha dan tindakan yang dilakukan siswa. Dengan kritik ini ia akan berusaha

memperbaiki apa yang telah dilakukannya. Selain itu feedback yang lebih tepat adalah informative feedback, yaitu dimana siswa mengetahui pencapaiannya dan setiap perkembangannya, bukan untuk dibandingkan dengan siswa lain, namun mengevaluasi perkembangan pencapaiannya dari waktu ke waktu.

8. Giving challenges on the proximal development zones. Menyediakan tantangan-tantangan yang selalu meningkat dari hari kehari namun tetap sesuai dengan kemampuan dan level siswa, dengan demikian siswa akan belajar sedikit demi sedikit menyelesaikan permasalahan dari yang paling sederhana sampai pada yang paling rumit. Dalam memberikan challenges atau tantangan ini guru mengiringinya dengan instruksi, bimbingan, arahan, dan umpan balik. Dengan selalu memonitor proses dan pencapaian siswa atas challenges yang diberikan, sehingga akan dapat diketahui mampu tidaknya siswa melakukan tantangan tersebut.
9. Mengevaluasi setiap kemajuan dari proses belajar yang dilalui siswa, baik oleh dirinya sendiri, self reinforcement sebagai proses melihat pencapaian oleh dirinya sendiri, maupun dengan penilaian guru dan orang-orang disekelilingnya. Dengan demikian bukan hanya guru dan rekan-rekannya, namun siswa sendiri berusaha menyadari setiap kemajuan dan pencapaian yang telah dilakukannya, sehingga ia juga akan dapat mengapresiasi hasil usahanya sendiri.

Dari usaha-usaha tersebut diatas, diharapkan siswa akan mampu memiliki self-confidence atau kepercayaan diri yang kuat, yang



dapat mendorongnya untuk selalu melakukan yang terbaik dalam proses pembelajaran.

Pemberian informative feedback dan self-reinforcement akan membantu siswa menganalisa dan mengenali dirinya sendiri, kemampuannya, dan keberhasilan-keberhasilan yang mampu ia raih, bukan lagi keberhasilan temannya yang menjadi patokan, setelah mengetahui pencapaian-pencapaian yang mampu diraihinya hal tersebut akan menambah kepercayaan dirinya, yang secara otomatis juga akan menambah keberhasilannya dalam belajar.



# 3 | LINGKUNGAN TERBAIK UNTUK BELAJAR

Memahami kaitan antara pandangan sekeliling dan otak itu penting untuk mengorkestra lingkungan belajar yang mendukung.  
*(Bobbi dePorter, 2004 : 67)*

Dalam proses pembelajaran telah dijelaskan bahwa motivasi dibagi menjadi dua hal, intrinsic dan extrinsic motivation. Intrinsic motivation berkaitan dengan motivasi yang berasal dari diri siswa sendiri, seperti minat dan ketertarikan siswa terhadap yang sedang dipelajari, dan keinginannya untuk mempelajari dan melakukan segala hal yang berkaitan dengan yang sedang dipelajarinya. Sedangkan extrinsic motivation terkait dengan alasan siswa belajar yang terkait dengan keinginannya memenuhi kewajiban atau harapan orang lain, dukungan orang-orang disekitar, dan lingkungan belajar yang mendukung suksesnya pembelajaran.

Lingkungan belajar mencakup ruang belajar, peralatan yang digunakan dan segala sesuatu yang berada disekitar ruang belajar, termasuk juga setiap orang disekitar pembelajaran, situasi dan kondisi saat proses pembelajaran sedang berlangsung. Lingkungan terbaik untuk pembelajaran adalah lingkungan yang mampu membangkitkan gairah siswa untuk belajar.

Suatu contoh, pembelajaran bahasa asing di pesantren-pesantren selalu saja lebih berhasil dibandingkan dengan dilembaga selain pesantren. Seperti halnya di pesantren saya terdahulu, hanya butuh beberapa bulan (bulan pertama santri masuk di pesantren), mereka sudah mampu menggunakan bahasa asing dalam berkomunikasi dengan rekan dan gurunya. Persoalannya bukan seberapa bagus materi bahasa asing disampaikan di Pesantren, namun karena bagusnya sistem pembelajaran bahasa asing yang diterapkan di Pesantren yang telah mampu menanamkan bahasa target bukan hanya sebatas konsep dan pengetahuan namun menjadikannya sebagai satu ketrampilan yang harus digunakan.

Lingkungan belajar bahasa asing kondusif di pesantren diciptakan dengan beberapa langkah berikut:

1. Menanamkan materi bahasa, bukan sebatas pengetahuan, namun sampai pada ketrampilan yang terintegrasi antara semua language skills, dengan memaksimalkan language practice baik didalam maupun diluar kelas. Sehingga pembelajaran bahasa tidak berhenti dan selesai dikelas, namun berlanjut sampai pada aktifitas harian diluar kelas yang berkaitan dengan penguasaan bahasa asing, seperti pemberian kosakata setiap pagi, *daily conversation*, *intensive language course*, *speech training*, *language fair*, dsb.

2. Peraturan penggunaan bahasa atau berbahasa asing di lingkungan pesantren bagi seluruh penghuni pesantren, baik ketika berkomunikasi antara santri, maupun antara santri dengan guru, baik didalam pembelajaran formal di kelas maupun diluar kelas.
3. Membuat rutinitas penggunaan bahasa asing dengan *daily language program*. Hal ini untuk menanamkan kebiasaan santri untuk berbahasa asing setiap saat, dengan demikian mereka akan merasa seperti sedang tinggal di negara dimana bahasa asing tersebut berasal.
4. Penyediaan otoritas dan kesempatan yang besar bagi santri untuk bereksplorasi dan bereksperimen dengan bahasa yang sedang dipelajarinya, melalui program *language fair*. Sehingga mereka menemukan *passion* untuk belajar bahasa tersebut.

Dari beberapa langkah diatas, maka lingkungan belajar yang kondusif sangat membantu siswa untuk mempelajari materi yang sedang dipelajari, dan hasilnya juga akan lebih maksimal, karena siswa yang belajar bukan hanya teori dikelas, namun dengan mengeksplorasi lingkungan dan pengalamannya akan mendapatkan kebermaknaan dalam belajar. Ia akan lebih menguasai dan memahami materi yang diajarkan, dengan kesempatan yang sangat luas baginya.

Maka lingkungan terbaik untuk belajar bukan selalu berarti tempat yang sangat bagus, dengan perabot, peralatan dan media yang canggih dan memadai untuk belajar, namun lingkungan terbaik untuk belajar adalah lingkungan yang memberi banyak kesempatan bagi siswa untuk belajar, lingkungan yang menyediakan pengalaman, dan lingkungan yang mampu menginspirasi siswa untuk terus belajar.

## MANAJEMEN KELAS KONDUSIF

Dalam proses pembelajaran dikenal beberapa elemen penting, yang meliputi input, proses, dan output. Input pembelajaran terdiri atas siswa, guru, materi, kurikulum, dan sarana pembelajaran. Sedangkan elemen proses diantaranya adalah strategi pembelajaran, media instruksional/ pembelajaran, cara guru mengajar, dan cara siswa belajar. Sedangkan elemen output adalah hasil belajar siswa, yang berupa kompetensi, capaian, ataupun nilai hasil belajar.

Diantara beberapa elemen diatas, manajemen kelas adalah satu hal penting yang tidak dapat diabaikan khususnya pada kegiatan proses. Manajemen kelesa adalah pengaturan yang terkait dengan penumbuhan motivasi belajar siswa, penciptaan lingkungan yang kondusif dan menyenangkan. Sehingga siwa akan merasa nyaman belajar, semangat untuk menghadiri kelas, kemampuan siswa meningkat baik secara kognisi, afektif, maupun psikomotorik. Penyelewengan atau pelanggaran peraturan jarang sekali terjadi, dan siswa menjadi lebih terkontrol selama proses pembelajaran.

*Classroom management is the process of organizing and conducting the business of the classroom. Many perceive it as the preservation of order through teacher control. Classroom management is much more than that, however! It also involves the establishment and maintenance of the classroom environment so that educational goals can be accomplished (Savage & Savage, 2010).*

*Effective classroom managers create orderly, safe environments where students feel valued and comfortable, thus setting the stage for teaching and learning. To achieve that, they strategically arrange classroom space to support a variety of independent, small and large group activities (Crane, 2001).*

Telah dijelaskan di bab sebelumnya, bahwa proses belajar bukan hanya satu proses transfer ilmu dari guru kepada siswa, namun belajar meliputi penumbuhan karakter dan sikap terbaik siswa, dan untuk itu siswa seharusnya dapat belajar didalam kelas yang dikelola dengan baik dan terorganisir dengan baik pula. Untuk mememanaje kelas yang baik diperlukan ketrampilan dan kemampuan yang cukup dari guru, karena bukan hanya di awal pelajaran, namun dari kegiatan awal, kegiatan inti, hingga kegiatan akhir si guru harus mampu mengorganisir siswa untuk bisa fokus, berpartisipasi aktif, dan berperilaku baik selama kegiatan di kelas.

Manajemen kelas berarti meliputi prosedur, tehnik dan metode pembelajaran yang digunakan guru untuk menciptakan kelas dan lingkungan belajar yang mendukung anak untuk belajar secara nyaman, mengembangkan kompetensi dan kreatifitasnya, serta mengelola perilaku seluruh siswa selama kegiatan belajar mengajar. Peran guru disini sebagai pengendali dan fasilitator bagi siswa, baik untuk memfasilitasi siswa ketika belajar mandiri maupun belajar dan bekerja sama dalam kegiatan kelompok.

Manajemen kelas yang efektif adalah yang mampu menciptakan lingkungan yang kondusif bagi kita, sebagai guru, untuk mengajar, dan bagi siswa untuk belajar dan mengembangkan perilaku semua siswa. Maka sebaliknya, manajemen kelas yang tidak efektif adalah manajemen kelas yang mengijinkan kekacauan yang terlalu sering terjadi diantara siswanya, dimana siswa tidak mengetahui apa yang diharapkan guru darinya, dan siswa juga tidak mengerti bagaimana harus bersikap dan merespon guru, mereka tidak tahu batas, mereka mengetahui konsekuensi dari tindakan dan perilakunya yang menyimpang.

Kelas merupakan tempat dimana siswa menghabiskan hampir

---

**bahwa proses belajar  
bukan hanya satu proses transfer ilmu  
dari guru kepada siswa,  
namun belajar meliputi penumbuhan  
karakter dan sikap terbaik siswa**

---

**NO**  
*Punishment,*  
**NO**  
*Worries*

MENGHAPUS KEKHAWATIRAN, MEMBANGUN KEBERANIAN  
DALAM PEMBELAJARAN



80% waktunya saat berada disekolah. Disini mereka berkumpul untuk tujuan utamanya belajar, maka dengan waktu yang sangat luas dibandingkan waktunya di kantin, di lapangan sekolah, di perpustakaan, di lab, ataupun sekedar duduk-duduk di teras kelas, seharusnya disain sedemikian rupa sehingga seluruh penghuni kelas, baik guru maupun siswa, nyaman berlama-lama belajar di kelas, lebih nyaman daripada mereka sedang mengobrol bersama rekan-rekannya di kantin, dan lebih mengasikkan dibanding pada saat mereka sedang bersantai di kantin.

Seorang guru sekolah dasar misalnya, dapat mendesain sebuah lantai atau ruang khusus dikelasnya sebagai tempat demonstrasi, eksplorasi keberanian siswa, membaca keras, dan bermain peran, mempraktekkan materi yang dipelajari. Didalam kelas seharusnya juga tidak ada satupun tempat duduk siswa dan guru yang menghalang pandangannya terhadap keseluruhan isi kelas, sehingga memungkinkan bagi siswa untuk melihat setiap proses belajar.

Menurut Farda Khoirul, manajemen kelas yang dapat diaplikasikan dapat meliputi beberapa hal, diantaranya:

a. Penataan ruang kelas

Didalamnya meliputi keleluasaan Pandangan (*visibility*), artinya penataan barang-barang dikelas tidak mengganggu pandangan siswa, sehingga siswa dapat memandang guru, sesama siswa, dan semua benda atau peralatan yang digunakan dalam pembelajaran. Selain itu, kemudahan akses yang memudahkan siswa untuk meraih barang-barang yang dibutuhkan saat belajar, dan jarak antar tempat duduk yang memungkinkan siswa bergerak leluasa juga harus diperhatikan. Fleksibilitas juga perlu diperhatikan untuk memberikan kesempatan bagi siswa untuk dapat belajar secara berkelompok. Kenyamanan dan keindahan

merupakan faktor penting lainnya yang harus diperhatikan dalam penataan kelas.

- b. Pengelolaan Kelas, dengan memperhatikan prinsip 5R (Ringkas, Rapi, Resik, Rawat, dan Rajin).
- c. Penciptaan Suasana Hidup di Kelas, meliputi pencahayaan yang cukup, suhu ruangan yang sejuk, penggunaan musik dalam pembelajaran, kenyamanan dan kebersihan, terhindar dari bau-bauan yang tidak sedap, ada tumbuhan yang menambah keindahan ruang, dll, serta amannya benda-benda disekitar ruang belajar. Penggunaan warna cat dinding kelas yang dapat menarik dan merangsang jiwa siswa untuk belajar dan berkreasi di kelas.  
Menempelkan berbagai karya siswa, sumber belajar, poster-poster motivasi, foto siswa anggota kelas, serta peraturan kelas dapat pula meningkatkan motivasi belajar dan kreatifitas siswa.
- d. Desain tempat duduk yang berubah-ubah. Perubahan ini dilakukan sebaiknya minimal 2 kali dalam satu semester, supaya tidak ada kecenderungan siswa untuk memilih duduk ditempat-tempat yang terlalu aman dan nyaman untuknya, sehingga luput dari pandangan guru misalnya, atau hanya berkelompok dengan satu atau dua teman yang sama sepanjang semester.

Dengan melakukan berbagai hal diatas, adalah salah satu usaha untuk memanaje kelas yang efektif bagi proses pembelajaran yang kita lakukan. Kemampuan guru untuk menghadirkan tatanan dan suasana yang nyaman dan menyenangkan didalam kelas akan sangat membantu siswa selama proses pembelajaran. Dengan mengizinkan segala bentuk

kreatifitas masuk kedalam kelas kita, seperti mengizinkan anak-anak mengecat atau membuat mural atau lukisan di dinding kelas akan menambah keakraban, keberanian, dan kreatifitas siswa. Membuat pojok display bagi setiap prestasi atau simbol-simbol keberhasilan siswa juga mendorong siswa untuk saling berkompetisi dan berprestasi.

Memahami seperti apa aturan dan manajemen kelas yang tepat bagi siswa serta bagaimana cara siswa berkreasi, sama dengan memahami apa kesukaan siswa, bagaimana suasana yang nyaman bagi siswa untuk belajar, dan bagaimana cara dia bekerja dan belajar, sehingga dengan memahaminya guru dapat memutuskan strategi dan cara dia mengajar, caranya mengatur dan mengkondisikan siswa selama proses pembelajaran, caranya memotivasi dan menyemangati siswanya ketika mereka sedang kurang bersemangat dalam belajar, sehingga hasil yang diharapkan pun akan dapat terpenuhi.

## **YANG PERLU DI PERHATIKAN DALAM MANAJEMEN KELAS**

Mungkin kita pernah memasuki ruang yang ramai, penuh sesak, berantakan dan tidak teratur, dengan berbagai benda seperti mebelair atau furniture, apakah yang kita rasakan? Apakah anda merasakan kenyamanan berlama-lama berada atau bekerja diruangan tersebut? Mungkin kita akan merasakan sedikit tidak nyaman, frustrasi, atau mungkin marah, atau mungkin kita akan mencoba menyendiri dan menjauh dari keadaan tersebut. Di dalam kelas, jika jarak dan posisi setiap objek tidak diatur dengan baik, maka siswa mungkin juga akan memiliki perasaan yang sama seperti diatas. Mereka mungkin berperilaku menyimpang sebagai reaksi atas frustrasi dan merasa tidak nyaman dengan situasi kelas yang seperti itu. Maka untuk menciptakan

kelas nyaman seperti yang diharapkan siswa, pada awal tahun kita diskusikan dan sepakati bersama siswa kelas seperti apa yang mereka inginkan, lalu diselaraskan dengan keinginan atau harapan kita. Selama satu atau dua minggu kita uji coba model manajemen kelas yang baru, lalu kita diskusikan bersama apakah penataan seperti itu membuat mereka nyaman dan membantu mereka untuk belajar atau tidak. Berikan kesempatan kepada siswa untuk saling berpendapat dan kita akan mengambil jalan tengah dari hasil diskusi tersebut.

Selain beberapa hal diatas, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam memanje kelas yang efektif, diantaranya adalah :

- Kemudahan untuk bisa melihat setiap orang. Kita, sebagai guru harus dapat dengan leluasa melihat setiap siswa kita. Baik yang berada di depan sampai dibelakang, baik disebelah kiri, maupun disisi kanan kita. Pandangan kita bebas tanpa terhalang benda atau furniture apapun, sehingga kita dapat memperhatikan respon siswa, perilaku mereka, dan setiap kemajuan yang mereka buat. Selain itu kita dapat melihat kearah pintu dengan jelas, siswa kita juga dapat melihat kita dari tempat duduknya tanpa perlu berbalik atau berpindah.
- Tempat duduk bagi setiap siswa. Untuk menghindari situasi yang penuh sesak, maka penggunaan kursi dan meja harus disesuaikan dengan luas ruang dan jumlah siswa. Jika disadari ruangan yang sempit maka sebaiknya kita memindahkan beberapa furniture atau peralatan yang kurang relevan dengan pembelajaran dan kurang dibutuhkan, penggunaan karpet juga mungkin akan lebih baik dibandingkan dengan kursi, letakkan peralatan guru dan siswa yang memang tidak dibutuhkan selama

pembelajaran ditempat yang aman diluar kelas, dan lain sebagainya yang dapat mengurangi padatnya kelas.

Selain dari pada itu, untuk mengurangi keributan diantara siswa kita, maka guru sebaiknya dapat mengefektifkan pembelajaran, dengan mengurangi porsi kegiatan “ceramah” atau menjelaskan materi, dalam waktu yang singkat kita akan memusatkan perhatian siswa kepada penjelasan kita, dan selebihnya siswa akan memiliki waktu lebih banyak untuk berdiskusi dan bekerja dalam kelompok, sehingga siswa lebih banyak bekerja dibandingkan gurunya. Strategi selanjutnya adalah dengan menggunakan ruang terbuka lainnya, selain kelas, untuk belajar, seperti halaman sekolah yang luas, taman sekolah, ataupun masjid, dimana siswa mendapatkan suasana berbeda dari kelas biasanya, dan menghindarkan mereka dari kebosanan. Kegiatan ini dapat pula mengembangkan kecerdasan kognitif dan sosial siswa, menumbuhkan kreatifitas, sikap tanggung jawab, kerjasama, dan rasa menghormati satu dengan lainnya.

- Media dan peralatan atau perlengkapan belajar. Jika ruang kelas yang kita miliki cukup luas, maka kita dapat menata kursi dan meja siswa dalam berbagai macam bentuk, seperti bentuk U untuk berdiskusi, bentuk segi empat kecil-kecil untuk kerja kelompok, dan berbaris untuk tes atau bekerja secara individu. Perlu disediakan sebuah papan untuk mendisplay atau memamerkan hasil pekerjaan atau karya siswa.
- Hasil kerja siswa. Mengumpulkan dan menyimpan hasil kerja siswa erupakan hal penting dan memiliki dampak luar biasa jika dilakukan. Menyediakan file folder khusus bagi

masing-masing siswa atau tempat untuk mendisplay hasil kerja siswa, seperti dinding display, atau tali yang menggantung hasil kerja siswa, semua itu untuk membangun kepercayaan diri siswa, motivasi, kreatifitas, dan semangat siswa untuk selalu melakukan yang terbaik dalam mengerjakan tugas.

## **MEMBANGUN RUTINITAS YANG BAIK**

Beberapa orang tua, guru, juga sekolah selalu berjuang membangun sebuah kebiasaan baik. Bukan persoalan mudah untuk membangunnya, apalagi kebiasaan tersebut berseberangan dengan apa yang sudah melekat pada diri anak. Suatu contoh, biasanya anak saya yang berusia enam tahun bermain bersama teman-temannya setelah ashar (jam 15.30 sampai jam 17.00) sebelum magrib. Setelah magrib dan mengaji biasanya ia melihat televisi atau bermain gadget. Saya merasa dia harus mulai menyeiakan waktu untuk belajar, meski belum memasuki sekolah dasar, saya bertekad untuk membiasakannya dengan tanggung jawab tugas belajar. Maka kami (saya dan anak saya) membuat kesepakatan untuk mengatur jadwal bermain dan jadwal belajar. Akhirnya kami sepakati bersama bahwa jam 15.00 ia sudah harus mandi sore dan setelah itu belajar. Bukan hal-hal berat yang ia pelajari, hanya hal-hal kecil, seperti menggambar, mewarnai, bercerita, membaca cerita dan majalah, atau apapun aktifitas yang mengandung pelajaran. Pada awalnya bukan hal yang mudah untuk membuatnya siap pada waktu yang ditentukan, namun setelah dengan telaten mengingatkan dan menemaninya disetiap belajar, ia akhirnya terbiasa dengan hal itu. Ia bahkan sekarang yang menagih ayah dan mamanya ketika kami terlambat atau terlupa untuk mengajaknya belajar. Maka

membentuk kebiasaan atau rutinitas baru memerlukan ketelatenan dan keuletan sehingga dapat menutup kebiasaan lamanya.

Contoh sederhana lainnya adalah sulitnya membiasakan anak kita untuk meletakkan segala benda ditempatnya setelah digunakan. Seperti meletakkan tas, sepatu, baju ditempat yang sudah tersedia. Atau kebiasaan untuk mencuci tangan dan kaki setelah bepergian atau bermain. Memberikan contoh (modelling) dan pendampingan merupakan langkah yang paling tepat untuk menumbuhkan rutinitas dan kebiasaan baru yang baik bagi anak.

Menumbuhkan rutinitas yang baik dikelas juga merupakan bagian penting dari proses pembelajaran, rutinitas yang sering kita jumpai di kelas diantaranya adalah seperti rutinitas guru untuk membuka pelajaran dengan menyapa siswa, menanyakan kabar, lalu rutinitas guru dan murid untuk sama-sama memulai pembelajaran dengan berdoa bersama, rutinitas mengabsen siswa, dan lain sebagainya. Semua aktifitas tersebut dilakukan secara rutin, tidak akan pernah ada yang terlewatkan, seperti sebuah spontanitas yang dilakukan dengan ringan dan tanpa beban. Kita bisa bayangkan, jika kegiatan atau aktifitas belajar dapat kita kembangkan menjadi sebuah rutinitas yang secara spontan dilakukan siswa, tanpa merasakan keberatan atau menjadi sebuah beban bagi siswa. Suatu contoh rutinitas untuk selalu belajar dalam kelompok, berdiskusi dengan teman, untuk bertanya setelah tentang materi pelajaran yang belum dipahami, rutinitas untuk membaca dan mengulang materi setelah usai pelajaran, rutinitas untuk mengupdate pengetahuan dengan membaca berbagai sumber dsb. Dengan rutinitas tersebut, dapat dipastikan pemahaman siswa akan materi pelajaran akan semakin baik, dan meningkat. Beberapa rutinitas di kelas yang dapat kita rencanakan bersama siswa diantaranya adalah: *movement* atau bergerak, yaitu

membuat kelas kita bergerak sesuai dengan materi yang sedang dipelajari, jadi siswa tidak selalu duduk ditempat yang sama selama satu semester atau bahkan satu tahun. Rutinitas selanjutnya adalah adalah aktifitas diluar pembelajaran, seperti menjaga kebersihan di kelas, mengawali pembelajaran dengan membaca Al Qur'an, bertanya kabar, dsb. Rutinitas lainnya adalah membiasakan siswa untuk belajar dan bekerja dalam kelompok, bertanggung jawab tentang tugasnya dalam kelompoknya, berlatih menjadi pemimpin dan yang dipimpin, belajar mendengarkan dan memberikan pendapat dsb.

## **MENCIPTAKAN PERATURAN DI KELAS**

Dijalan-jalan seringkali kita temui pengendara dan pengguna jalan yang melanggar aturan, seperti melanggar lampu merah, melanggar marka jalan, melanggar rambu-rambu lalu lintas, dan alangkah sedih dan miris hati ini, ketika ditanya mereka menjawab bahwa pelanggaran tersebut bukan karena tidak paham arti rambu-rambu tersebut, namun dikarenakan beberapa alasan lain seperti, karena tidak ada polisi yang bertugas ditempat tersebut, karena rambu-rambu disitu hanya berlaku pada jam-jam tertentu, karena orang-orang sudah biasa melanggar peraturan disitu, atau lebih buruk lagi “karena peraturan ada untuk dilanggar”, statemen yang sudah umum dan tanpa sengaja mempengaruhi perilaku kita terhadap setiap peraturan.

Peraturan, biasanya dirumuskan guna menertibkan suatu hal yang kurang sesuai atau tidak seperti diharapkan. Peraturan berisikan hal-hal yang seharusnya dilakukan dan ditinggalkan oleh setiap orang. Dengan peraturan diharapkan orang akan melaksanakan semua hal yang telah ditetapkan sesuai aturan dan tidak melanggarnya. Jika pelanggaran itu terjadi maka akan ada akibat yang diterima oleh



pelanggar peraturan, yang biasanya berupa sanksi atau hukuman. Penegakan peraturan hendaknya didahului dengan pemberitahuan isi peraturan kepada seluruh khalayak yang terkena peraturan tersebut, yang disertai dengan penjelasan yang rinci dan jelas, mengapa peraturan itu harus dibuat dan dipatuhi oleh seluruh anggota dalam lingkungan, manfaat yang bisa didapat jika melaksanakan peraturan tersebut, beserta akibat atau konsekuensi dari pelanggaran melanggar peraturan tersebut. Dengan demikian tidak akan terjadi kesalahan dalam penegakan peraturan tersebut karena telah sama-sama diketahui apa yang harus dilakukan dan yang tidak boleh dilakukan.

Namun yang sering terjadi adalah bahwa peraturan tidak dipahami dengan baik oleh semua orang yang terkena peraturan tersebut. Misalnya, dalam sebuah kantor, setiap pegawai memiliki tanggung jawab sama dalam menjalankan pekerjaan sesuai peraturan yang ada, baik pegawai baru maupun lama tidak ada perbedaan terkena peraturan yang sama. Benar-benar tau atau tidak, sungguh-sungguh memahami atau tidak, setuju atau tidak, sesuai hati nurani atau tidak semua pegawai harus melaksanakan peraturan sejak hari pertama ia masuk kantor. Yang terjadi kemudian adalah beberapa pegawai dengan santai melanggar peraturan.

Dalam pembelajaran, peraturan merupakan hal yang sangat krusial atau penting untuk dibuat didalam kelas kita. Mengawali awal tahun ajaran baru dengan menghabiskan waktu 1 jam pelajaran untuk membuat peraturan akan jauh lebih efektif dan menghemat waktu daripada harus menemukan berbagai perkara dikarenakan tidak adanya peraturan dikelas.

Maka, memasuki kelas kita pertama kali kita harus telah mengantongi beberapa peraturan menurut harapan kita, bukan untuk langsung menetapkannya sesuai keinginan kita sendiri, namun

melibatkan siswa, mengajak mereka untuk bersama-sama menyusun peraturan kelas yang sesuai dengan tujuan pembelajaran yang diharapkan. Peraturan yang dibuat secara bersama-sama akan lebih mudah untuk dipertanggung jawabkan pelaksanaannya. Semua siswa akan berusaha menepatinya karena peraturan itu telah mereka buat dan disepakati secara bersama-sama.

Peraturan dalam kelas hendaknya tidak terlalu banyak dan bertele-tele, namun diusahakan langsung tepat pada sasaran tujuan yang diinginkan dari kegiatan belajar mengajar. Peraturan yang terlalu banyak akan sulit diingat dan sulit pula dilaksanakan, namun ketika dirumuskan dalam kata-kata yang singkat dan jelas akan lebih mudah dilaksanakan. Lalu mengapa anak-anak atau siswa kita masih sering melanggar peraturan yang kita buat? Diantaranya terdapat beberapa alasan yang mungkin menghambat terlaksananya peraturan dengan baik, yaitu:

- a. Pola berpikir anak yang belum dapat menerima peraturan serta merta, sehingga orang tua atau guru harus berkali-kali mengingatkan dan menjelaskannya.
- b. Kurangnya model atau contoh dari orang disekitarnya, khususnya orangtua atau gurunya sendiri, yang dapat digunakan sebagai rujukan atau panutan baginya untuk melakukan atau melaksanakan setiap peraturan yang ada.
- c. Kurang konsistennya peraturan yang diterapkan, orang tua, guru dan orang-orang disekitar siswa terkadang melanggar peraturan tersebut, sehingga membuatnya bingung menentukan sikap antara patuh atau melanggar peraturan.
- d. Seringnya bertentangan antara peraturan yang dibuat dengan kebiasaan yang telah berkembang dikeseharian dan dilingkungan si anak, sehingga unuk merubah kebiasaan

lama menjadi suatu kebiasaan baru membutuhkan usaha yang lebih keras baik dari diri si anak juga orangtua atau guru yang membuat peraturan tersebut.

Maka suatu contoh, jika kita membuat peraturan khususnya yang relatif baru, maka kita harus berusaha konsisten dalam menjalankannya, sampai pada tumbuhnya kesadaran dan kebiasaan anak untuk melaksanakan peraturan tersebut.

Ada satu peristiwa yang amat sangat membuat saya bangga dengan keluarga saya. Saya bersama suami mengalami kesulitan untuk mengendalikan dan mengatur waktu anak untuk bermain gadget, bilamana ia sudah asik bermain sulit sekali untuk mengalihkannya kepada aktifitas lain. Satu ketika saya bertugas diluar kota selama 5 hari, anak saya yang besar yang berusia enam tahun, yang telah duduk dikelas TK B, bersama dengan ayahnya mencoba membuat kesepakatan dan peraturan dalam bentuk jadwal kegiatan harian. Didalamnya mencakup waktu makan, waktu istirahat, waktu sholat, waktu bermain gadget, waktu bermain diluar ruangan, dan waktu belajar. Ada hal unik dalam peraturan tersebut, bukannya berupa kata-kata rumit yang masih akan sulit dimengerti anak seusia dia, namun suami saya yang mahir menggambar mencoba mewujudkan peraturan tersebut dalam gambar jam beserta ilustrasi tentang aktifitas yang harus dilakukan. Suami dan anak saya bersama-sama menggambar dan mewarnai ilustrasi tersebut dengan penuh kegembiraan. Setelah itu si ayah menempel hasil karya tersebut ditembok kamar agar mudah dilihat anak.

Akibatnya, suatu hal yang mengagumkan, secara luar biasa memberikan perubahan pada perilaku anak saya. Dari kebiasaan yang sulit istirahat siang meski merasa lelah, setelah pulang sekolah jam

13.00 ia pun langsung pergi tidur siang. Ia akan terbangun dengan sendiri tepat sekitar 14.30, setelah itu ia memiliki waktu setengah jam untuk bermain dengan gadgetnya, dan pada jam 15.30 ia sudah mandi sore dan siap untuk belajar, bukan mempelajari pelajaran yang berat, terkadang kami hanya menggambar, mewarnai, mengaji, membaca majalah atau komik, ataupun belajar bahasa Inggris, (yang penting dia memiliki tanggung jawab untuk belajar). Demikian pula dengan jadwal-jadwal lainnya dijalani lebih ringan dari pada sebelumnya.

Dari contoh diatas, maka jelas, bahkan anak-anak yang belum terlalu mengerti apa itu peraturan dan apa manfaat dan akibatnya baginya melaksanakan peraturan, dapat dibimbing untuk membangun sebuah kebiasaan baru, bebas dari tekanan dan penuh tanggung jawab. Yang ia ketahui hanyalah jika ia tidak melaksanakan aktifitas sesuai peraturan akan mengganggu aktifitasnya yang lain. Misalkan ia melanggar atau tidak tepat waktu ketika waktunya belajar, maka kesempatan bermain gadgetnya pun akan berkurang, dan hal itu pasti tidak akan menyenangkan baginya.

Berikutnya, hal yang berat dari aktifitas diatas, bukan hanya bagaimana membuat anak mengerti tentang peraturan, bagaimana ia mau menepati peraturan, namun utamanya malah pada keseriusan dan konsistensi kita orang dewasa sebagai pembuat peraturan dalam menyukseskan berjalannya peraturan tersebut. Bukan hal mudah baik bagi anak-anak kita yang terkena peraturan, maupun bagi kita yang membuat peraturan, dengan *time schedule* yang dibuat, maka saya dan suami sebagai orang tua harus siap selalu untuk memandu dan mendampingi aktifitas si anak. Konsisten untuk sekedar mengingatkan mereka jika mereka terlupa. Secapek dan sesibuk apapun, setelah pulang kerja jam 14.30 saya harus langsung bersiap untuk mendampingi belajar pada jam 15.30. dan demikian pula

selanjutnya, sebagai sebuah konsekuensi membuat peraturan. Sekali saja kita melanggar *time schedule* yang telah kita buat, berarti menunjukkan tidak konsistennya kita, dan akan membuat anak kita bingung akan peraturan yang kita buat.

Dari pengalaman tersebut dapat kita simpulkan, beberapa poin penting dalam menetapkan dan menjalankan sebuah peraturan diantaranya:

- a. Aktifitas menyenangkan seperti yang dilakukan ayah dan anak diatas, tanpa disadari oleh sang anak telah membawa anak pada kebiasaan baru dengan penuh sukarela dan menyenangkan, tanpa sama sekali menyadari bahwa ia telah membuat peraturan bagi dirinya sendiri.
- b. Peraturan yang dibuat bersama antara yang terkena perturan dan yang akan menjalankan peraturan, meningkatkan kesadaran untuk sama-sama menepati peraturan tersebut.
- c. Anak-anak lebih mudah memahami peraturan yang berupa gambar, simbol dan ilustrasi dibandingkan dengan susunan kata yang rumit dan membosankan.
- d. Peraturan butuh tindakan dan contoh, bukan hanya berupa tulisan yang panjang dan sulit dimengerti. Lingkungan berperan penting dalam menunjukkan seberapa pentingnya peraturan tersebut untuk dipenuhi.
- e. Membangun peraturan sama halnya seperti membangun kebiasaan baru, yaitu dengan melunturkan kebiasaan lama dan menggantinya dengan kebiasaaan baru yang sangat membutuhkan usaha keras dari semua orang, bukan hanya dari diri pribadi si anak.
- f. Melakukan bersama-sama peraturan yang dibuat antara yang terkena peraturan dan yang menjalankan peraturan

---

**Anak-anak lebih mudah memahami peraturan yang berupa gambar, simbol dan ilustrasi dibandingkan dengan susunan kata yang rumit dan membosankan.**

---

**NO**  
*Punishment,*  
**NO**  
*Worries*

MENGHAPUS KEKHAWATIRAN, MEMBANGUN KEBERANIAN  
DALAM PEMBELAJARAN

akan membuat pelaku peraturan merasa lebih ringan dan dengan suka rela menepati peraturan.

- g. Mentaati peraturan karena mengetahui manfaatnya akan sangat membantu dan mendukung ditepatinya peraturan.
- h. Adanya konsekuensi dari sebuah peraturan akan membuat anak berpikir ulang untuk melanggar peraturan, seperti jika ia tidak melaksanakan peraturan ia akan kehilangan jam bermainnya dsb.
- i. Pemilihan konsekuensi yang tepat akan sangat membantu terlaksananya peraturan.

Jika kita bawa kedalam kelas, maka bentuk penetapan peraturan seperti yang diatas akan sangat baik dan efektif dalam membentuk beberapa sikap seperti: tanggung jawab anak, kemandirian, kreatifitas, sikap kritis dan keberanian anak dalam menentukan sikapnya. Bayangkan jika anak-anak atau siswa dikelas kita dapat menentukan sendiri apa yang sebaiknya dilakukan dan tidak dilakukan didalam kelas, pasti setiap aturan yang dibuat untuk mendukung pembelajaran akan mampu terlaksana dengan ringan dan akan lebih menyenangkan. Bukan merasa terancam dengan adanya peraturan dan konsekuensi yang akan didapat dari melanggar peraturan, namun lebih pada kesadaran penuh dan rasa tanggung jawab untuk memenuhi kewajiban dan semua hal yang terkait peraturan yang ada.

Peraturan dikelas mengatur perilaku standar bagi seluruh siswa dikelas, demikian pula dari sisi guru harus memiliki standar sikap dan perilaku, karena ia merupakan model atau contoh bagi siswanya, kita sebaiknya sampaikan kepada siswa tentang harapan kita atas sikap dan perilakunya, kita juga dapat menyampaikan harapan itu kepada wali

murid, sehingga mereka dapat membantu kita untuk ikut memonitor para siswa ketika mereka sedang berada di lingkungan keluarga, sehingga perkembangan sikap dan perilaku bukan hanya menjadi tanggung jawab kita sebagai guru, namun juga orang tua yang memiliki waktu lebih banyak dengan mereka.

Dalam menjalankan peraturan kita sebaiknya tidak menyertainya dengan emosi dan rasa marah, fokus kita adalah kepada perilaku siswa bukan kepada siswa tersebut. Maka, siswa kita seringkali mengamati dan mengawasi perilaku kita, dan beberapa sikap guru yang membuat mereka menghargai dan menghormatinya adalah:

- Sikap Fair atau adil. Siswa seringkali mengamati guru dari sikap fair atau adilnya pada setiap proses, hal ini dianggap sangat penting. Seperti contohnya sikap adil guru membantu siswa, dalam melibatkan setiap siswa dalam pembelajaran, adil dalam memutuskan konsekuensi dari setiap tindakan siswa, adil dalam memberikan *reward* atas tiap keberhasilan masing-masing siswa.
- Humor. Kebanyakan siswa kita tidak menyukai guru yang terlalu kaku, dan pemarah. Beberapa guru yang populer atau menjadi favorit siswa dikarenakan kemampuannya untuk bisa merespon segala hal dengan sikap yang lunak dan penuh canda tawa, sehingga siswa tidak merasa takut atau tegang selama proses pembelajaran.
- Hormat. Yaitu menghormati hak dan perasaan masing-masing siswa.
- Courtesy. Adalah bentuk lain dari sikap menghormati.
- Keterbukaan. Sikap terbuka guru akan masukan, saran, kritik dari siswa tentang segala hal untuk kepentingan perbaikan. Maka sebaiknya guru tidak merasa marah atau



tersinggung jika siswanya mengkritik sikap atau tindakannya.

- Aktif mendengar. Hal ini berarti kesediaan guru untuk mendengar, merespon ketika siswanya berbicara. Guru sebaiknya menunjukkan bahwa ia sudah mendengar siswa dan membenarkan kesalahpahaman.

Dengan beberapa sifat dan sikap guru diatas itulah yang akan membantu lebih harmonisnya hubungan antara guru dan siswa, yang secara tidak langsung akan berakibat baik pada ancarnya proses pembelajaran.



# 4 | DISIPLIN DAN HUKUMAN

Kata disiplin seringkali disalah artikan, disiplin seringkali diartikan sebagai ketegasan yang harus didukung oleh hukuman untuk menjalankannya, sangsi-sangsi bagi yang melanggar disiplin tersebut, dengan penuh pengawasan dan dibawah tekanan. Bagi sebagian besar guru, disiplin berarti hukuman, maka kalimat “anak-anak perlu untuk didisiplinkan”, seringkali diartikan sebagai “anak-anak perlu untuk dipukul”. Hal ini sungguh-sungguh “SALAH BESAR”. Pada kondisi seperti ini, memang beberapa orang akan tunduk dan menurut dengan disiplin yang ada, namun ketika ia berada diluar daerah disiplin tersebut ia akan cenderung melakukan hal-hal yang melanggar disiplin dan berbuat sesuka hatinya.

Disiplin adalah sebuah usaha untuk mengajar atau melatih seseorang untuk mematuhi peraturan atau sebuah tindakan yang diinginkan baik dalam jangka waktu pendek maupun panjang. Jadi disiplin digunakan sebagai alat untuk mengembangkan dan mengontrol perilaku anak. Tindakan disiplin dimaksudkan untuk mengajarkan ia

tentang *self control* atau kontrol diri dan kepercayaan diri dengan memfokuskan diri pada apa yang kita ingin dari anak untuk belajar dan apa yang anak-anak kita bisa pelajari. Hal ini merupakan dasar dari membimbing anak bagaimana menjadi diri yang harmonis bagi diri mereka sendiri ataupun ketika bergaul dengan orang lain.

Tujuan dari disiplin adalah mengajarkan anak untuk bertanggung jawab terhadap tindakan mereka sendiri, bagaimana mengambil inisiatif, mengambil keputusan, dan mengambil resiko atau konsekuensi dari tindakannya sendiri, juga bagaimana menghargai dan menghormati dirinya sendiri dan orang lain. Sehingga terdapat perpaduan antara proses berpikir positif dengan perilaku positif yang akan dilakukan seumur hidupnya. Disiplin secara tidak langsung akan dapat membentuk sikap, kebiasaan, dan perilaku anak dalam jangka waktu yang panjang. Disiplin ini yang membantu anak untuk belajar tentang kontrol diri ketika diiringi dorongan oleh orang dewasa, tanpa rasa sakit, ketakutan dan kekhawatiran, dan konsekuensi yang penuh arti.

Disisi lain, hukuman berarti satu tindakan untuk mengontrol tindakan dan perilaku dengan cara negatif. Hukuman diberikan untuk tujuan menghentikan anak untuk berperilaku menyimpang dan tidak sesuai dengan aturan atau tata nilai yang ada, atau tidak sesuai dengan harapan orang tua, namun dengan memberikan sesuatu hal yang menyakitkan ataupun tidak menyenangkan bagi si anak. Maka memang benar suatu ketika hukuman tersebut dijatuhkan pada anak yang melanggar disiplin atau berperilaku menyimpang ia akan secara langsung dan spontan menghentikan tindakan tersebut, membuat anak takut dan jera untuk mengulangnya lagi, namun ia tidak mampu memahami anak tentang pentingnya ia untuk berperilaku baik dan meninggalkan perilakunya yang tidak baik.

Kita sebagai orang tua, mungkin masih ingat bagaimana anak-anak kita belajar diusianya yang masih dini, seperti belajar bertepuk tangan, belajar berjalan, belajar melompat, menyanyi dsb. Kebanyakan dari kita mengajarnya dengan tehnik memberikannya contoh untuk ditirukan atau disebut juga 'modelling. Kita membantunya dengan memberinya kesempatan yang sangat luas untuk melakukannya, memberinya semangat, dorongan, dan tepuk tangan sebagai penyemangatnya juga penghargaan atas usaha yang ia lakukan, dan keberhasilan yang ia capai, tanpa adanya ancaman dan gertakan yang menakutinya melakukannya. Hal inilah yang selanjutnya membantunya membangun harga diri dan rasa percaya diri si anak yang mengajarkannya untuk bertanggung jawab atas setiap tindakan yang dilakukannya, untuk memperoleh pujian dan penghargaan-penghargaan lainnya. Sebaliknya, tidak memberikan dorongan terhadap perilaku menyimpang anak seperti tindakannya untuk terlambat masuk kelas atau tidak mengerjakan tugas, dengan mengacuhkannya atau tidak memberikan perhatian kepadanya akan mengajarkan kepada anak bahwa ia hanya akan memperoleh perhatian guru jika ia berperilaku baik, sehingga inilah yang akan membuatnya belajar dan menjadi kontrol baginya untuk tidak berperilaku buruk.

Dalam buku Cooperative Discipline, ketika kita merasakan bahwa seorang anak berperilaku menyimpang, maka kita juga dapat merasakan tujuan mengapa anak tersebut melakukan tindakan tersebut, sehingga kita juga akan menemukan cara yang paling tepat untuk menangani permasalahan tersebut. Rasa marah yang ditunjukkan anak seringkali merupakan caranya mengungkapkan keinginannya dan tujuannya untuk mencari perhatian dari orang-orang disekitarnya. Sekali dia mendapatkan perhatian dengan cara itu, maka dia akan menjadikannya kekuatan untuk menolak untuk menghentikan

---

**Disiplin membantu anak  
untuk belajar tentang kontrol diri  
ketika diiringi dorongan  
oleh orang dewasa,  
tanpa rasa sakit, ketakutan dan kekhawatiran,  
dan konsekuensi yang penuh arti.**

---

**NO**  
*Punishment,*  
**NO**  
*Worries*

MENGHAPUS KEKHAWATIRAN, MEMBANGUN KEBERANIAN  
DALAM PEMBELAJARAN

tindakannya yang menyimpang, dan inilah yang seringkali memancing kita sebagai orang dewasa untuk semakin marah, padahal seharusnya kita bertanggung jawab bukan hanya untuk mengontrol kelas, namun juga mengontrol diri kita sendiri. Jadi meski terkadang sulit untuk mengontrol anak setidaknya kita mampu mengontrol tindakan dan kata-kata kita sendiri, setelah itu kita akan menyusun rencana untuk mengatur dan mengontrol tindakan anak kita.

## PERBEDAAN DISIPLIN DAN HUKUMAN

Seringkali para orang tua dan guru terjebak untuk langsung menggunakan hukuman dalam mendisiplinkan anak-anak, tanpa melihat seberapa berat pelanggaran yang dilakukan anak, hukuman dianggap sebagai alat yang paling mujarab. Jadi orang tua berfikir bahwa hukuman adalah bagian penting dalam menegakkan disiplin. Padahal disiplin adalah sangat berbeda dengan hukuman, beberapa perbedaannya diantaranya adalah sebagai berikut:

DISIPLIN	HUKUMAN
Memberikan anak-anak alternatif positif	Anak hanya diberitahu apa yang tidak boleh dilakukan
Mengakui dan menghargai tiap usaha dan perilaku baik yang dilakukan anak	Bereaksi kasar terhadap perilaku menyimpang anak
Anak melaksanakan peraturan karena peraturan disusun dan atas kesepakatan bersama	Anak melaksanakan peraturan karena merasa takut

<b>DISIPLIN</b>	<b>HUKUMAN</b>
Konsisten, dan dibawah kontrol dan bimbingan	Membuat malu dan mengejek
Positif dan menghargai Anak	Negatif dan tidak menghargai Anak
Tidak menyakiti baik secara kata-kata maupun fisik	Hukuman Fisik dan Kata-kata negatif
Menggunakan konsekuensi logis yang langsung terkait dengan kesalahan ataupun perilaku menyimpang yang dilakukan	Konsekuensi yang tidak logis dan tidak berkaitan dengan perilaku yang menyimpang
Anak diharuskan melakukan perubahan terhadap perilakunya yang negatif	Anak dihukum atas perilakunya yang negatif atau menyakiti orang lain daripada memberitahunya untuk berubah
Memahami kemampuan, kebutuhan, dan perkembangan setiap individu	Kemampuan, kebutuhan dan perkembangan setiap individu tidak diperhatikan
Mengajarkan anak untuk memahami dan menghayati disiplin diri	mengajarkan anak untuk berperilaku dengan baik khususnya ketika mereka diketahui melakukan yang sebaliknya



DISIPLIN	HUKUMAN
Menggunakan kesalahan anak sebagai satu peluang untuk belajar	Memaksa anak untuk melakukan peraturan yang tidak logis
Mengarahkan kepada anak bahwa perilakunya keliru, bukan menyalahkan anaknya	Mengkritik anak, bukan penyimpangan perilakunya

Dari penjelasan diatas, jelas sekali perbedaan antara disiplin dan hukuman, disiplin mengajarkan anak untuk melaksanakan peraturan yang ada dengan kesadaran sendiri tentang baiknya ia memenuhi peraturan yang ada, sedangkan hukuman mengajarkan anak untuk melakukan peraturan karena hal diluar diri anak itu, seperti karena untuk menjaga ketertiban sedangkan si anak tidak paham apa untungnya jika ketertiban itu terjaga, atau karena untuk menghindari sangsi atau hukuman atas pelanggaran atau perilaku menyimpang yang dibuat si anak. Seorang anak jujur karena ia sadar bahwa tidak baik untuk berbohong, bukan karena ia takut ketahuan bohong dan mendapatkan hukuman dari tindakan ketidakjujurannya.

Dalam (Discipline and Punishment, 2009) disebutkan:

*There are basically four kinds of punishment (1) physical punishment - slapping, spanking, switching, paddling, and using a belt or hair brush. (2) verbal punishment - shaming, ridiculing, using cruel words, saying "I don't love you." (3) withholding rewards - "You can't watch TV if you don't do your homework." (4) penalties - "You broke the window so you will have to pay for it with money from your allowance."*

Secara umum hukuman dapat digolongkan menjadi empat hal, hukuman fisik seperti memukul atau berdiri dalam waktu tertentu, hukuman lisan dengan berteriak, mengomel atau mengumpat, dengan memotong atau mengurangi fasilitas kesenangan anak, atau dengan pinalti. Hukuman pertama dan kedua (hukuman fisik dan lisan), seringkali dianggap paling banyak bekerja dan efektif untuk mendisiplinkan anak, paling mudah dilakukan karena seringkali ia merupakan spontanitas orang tua untuk melakukannya, namun sesungguhnya hukuman fisik seringkali membuat anak marah dan kehilangan rasa penyesalan, sehingga disaat lain ia akan kembali melakukan tindakan menyimpang, atau lebih parah lagi si anak akan meniru apa yang dilakukan orang tua atau gurunya kepadanya. Ia menjadi seorang anak yang temperamen atau gampang marah, mengumpat, atau berbuat kasar baik terhadap dirinya sendiri atau bahkan kepada orang lain.

Hukuman yang ketiga dan keempat (memotong dan mengurangi kesenangan anak, dan pinalti) merupakan satu pilihan hukuman yang mungkin dapat lebih mendidik anak untuk merasa bertanggung jawab atas setiap tindakan yang ia lakukan. Dengan memotong dan mengurangi fasilitas dan kesenangan yang biasanya ia memiliki dikarenakan perilaku menyimpang yang ia lakukan, maka ia akan belajar bahwa setiap tindakan memiliki akibat dan konsekuensi, ia akan lebih bertanggung jawab dan bersikap berhati-hati untuk melakukan sesuatu.

# 5

## AKU DIPERHATIKAN DENGAN HUKUMAN

Miftahul Jinan

Jika kita bertanya kepada orang tua, lebih sering manakah mereka memberi hukuman kepada anak-anak saat melakukan kesalahan atau memberi pujian saat mereka melakukan kebaikan? Insya Allah mayoritas para orang tua akan menjawab bahwa mereka lebih sering memberikan hukuman pada putranya pada saat putranya melakukan kesalahan.

Fenomena ini sangat wajar dilakukan orang tua, karena rasa kasih sayang mereka yang besar mendorong untuk mendahulukan memperbaiki kesalahan dibandingkan meneguhkan apa yang telah baik pada diri anak. Tetapi kondisi yang wajar ini akan menjadi sebuah peristiwa yang tidak wajar jika persentase antara hukuman dan pujian menunjukkan perbedaan yang tinggi.

Setiap anak membutuhkan perhatian dari orang tua. Perhatian tersebut dapat berupa hukuman saat anak melakukan kesalahan atau

pujian saat ia melakukan kebaikan. Mungkin akan muncul pertanyaan dari dalam diri anak ketika mereka melakukan kebaikan tetapi tidak ada komentar apapun dari orang tuanya. Mengapa orang tuaku tidak memperhatikan diriku padahal aku telah melakukan hal-hal yang dianjurkan oleh mereka. Dan kita sebagai orang tua mungkin berpendapat untuk apa memberi komentar toh anak tersebut telah melakukan kebaikan yang tidak perlu lagi dikomentari apalagi diperbaiki.

Sebaliknya setiap anak melakukan kesalahan dan orang tua langsung menegur dan menghukumnya, maka akan muncul pernyataan dalam benak mereka; “Tampaknya orang tuaku selalu memberi perhatian kepadaku saat aku melakukan kesalahan”.

Jika anak lebih sering diperhatikan dengan teguran dan hukuman daripada pujian, maka ia akan melakukan perilaku-perilaku yang mendorong orang tua untuk memberinya perhatian walaupun berupa teguran dan hukuman.

“Saya akan melakukan kegaduhan, memukul adik, membuat berantakan rumah, dan lain-lain. Toh ini semua telah membuat orang tuaku selalu memerhatikanku. Sementara saat aku membantu mama, mengembalikan mainan pada tempatnya, membantu adik untuk mengumpulkan mainannya, tidak ada komentar apapun dari mamaku”.

Disinilah muncul tantangan sesungguhnya bagi orang tua untuk bersikap adil, atau paling tidak seimbang, dalam menegur dan menghukum anak-anak saat mereka melakukan kesalahan dan memberi pujian saat mereka melakukan kebaikan.

Tantangan tersebut mungkin cukup berat bagi para orang tua yang memiliki anak yang sedang menunjukkan perilaku-perilaku negatif. Mereka akan terdorong untuk selalu memperhatikan hal-hal negatif dari anak-anaknya, dan memang hal ini lebih mudah untuk

mereka lakukan. Sebaliknya mereka akan kesulitan untuk menemukan perilaku-perilaku positif dari anaknya.

Jika kita menghadapi tantangan seperti di saat ada sebuah pernyataan yang mungkin dapat memotivasi kita, “Pergoki anak saat ia melakukan kebaikan sekecil apapun, kemudian pujilah”. Selama ini mungkin kita sering berniat untuk memergoki anak saat mereka melakukan kesalahan dalam rangka mencari bukti bahwa mereka telah melakukan kesalahan. Tetapi paradigma tersebut sekarang kita ubah, kita sengaja mencermati dan memergoki anak saat mereka melakukan kebaikan kemudian segera memberi pujian bagi diri mereka.

Saya sangat terinspirasi dengan seorang kawan yang selalu mengajukan pertanyaan kepada anak-anaknya tentang keputusan-keputusan yang putra-putrinya ambil. Pertanyaan tersebut disampaikan kepada anaknya saat ia melakukan kebaikan atau sebaliknya saat ia melakukan kesalahan.

Seperti saat melihat putrinya memilih baju untuk acara ulang tahun temannya, ia sebenarnya melihat bahwa putrinya telah memilih baju yang tepat untuk acara tersebut. “Mbak, mau pergi kemana kok menggunakan baju itu?” Putrinya menjawab, “Menghadiri acara ulang tahun teman, Ma”. Kemudian ia bertanya kembali, “Apakah bajumu sudah sesuai? Apa alasan kamu memilih baju itu? Oke mama setuju dengan baju itu karena memang sesuai dengan acaranya”.

Pertanyaan tersebut selalu disampaikan saat putrinya memutuskan yang benar dan disaat putrinya membuat keputusan yang kurang benar. Pada keputusan yang benar maka dialog tersebut akan diakhiri dengan pujian atas keputusannya yang benar jika keputusannya kurang benar maka ia akan mengakhirinya dengan perbaikan teguran dengan cara yang lembut.

Dengan melakukan keseimbangan antara menegur dan memuji

---

**Anak mempunyai  
kemandirian  
untuk memutuskan sesuatu  
berdasarkan alasan yang benar,  
bukan berdasarkan  
kesenangannya semata.**

---

**NO**  
*Punishment,*  
**NO**  
*Worries*

MENGHAPUS KEKHAWATIRAN, MEMBANGUN KEBERANIAN  
DALAM PEMBELAJARAN

anak saat mereka melakukan kesalahan atau kebaikan, maka sebenarnya kita telah mendapatkan bebarapa manfaat berikut ini:

- a. Anak mendapatkan panduan yang jelas, manakah perilaku yang mendorong ia mendapatkan pujian, kemudian ia cenderung untuk mengulanginya. Juga perilaku apa yang mendorong orang tuanya untuk menegurnya, kemudian ia termotivasi untuk meninggalkannya.
- b. Anak terhindar dari asumsi yang salah bahwa teguran dan hukuman adalah perhatian satu-satunya dari orang tua, kemudian ia terdorong untuk melakukan kesalahan agar mendapatkan perhatian dari orang tuanya.
- c. Anak mempunyai kemandirian untuk memutuskan sesuatu berdasarkan alasan yang benar, bukan berdasarkan kesenangannya semata. Karena setiap kali ia melakukan sesuatu ia selalu dituntut untuk menyampaikan alasan mengapa ia melakukan hal itu.
- d. Menghindari munculnya pendapat anak bahwa orang tua hanya bisa mengkritik dan menegur, dan tidak menghargai setiap keputusannya.

Keadilan bukanlah selalu memberikan satu pujian untuk satu kebaikan anak, tetapi berapa jumlah kebaikan yaang kita inginkan agar muncul dari anak maka disanalah jumlah pujian yang harus kita sampaikan kepadanya.

## **BANGGA DIHUKUM**

Salah satu hukuman yang sering diberikan kepada santri merokok di pondok saya dahulu adalah memotong habis (gundul) rambut santri tersebut. Dengan hukuman ini memang banyak santri yang sadar, jera, dan tidak mau mengulangi lagi perilaku tersebut. Para

santri sebenarnya sudah mengetahui bahwa mereka akan mendapat tindakan cukur gundul, tetapi dorongan yang tinggi untuk mencoba, apalagi didorong oleh rasa setia kawan, kadang mengalahkan ketakutan akan cukur gundul.

Beberapa santri mengalami proses sebaliknya, yaitu mengembangkan kebanggaan atas hukuman yang ia terima. Rasa bangga tersebut muncul karena setelah kegundulannya banyak teman-temannya yang menanyakan mengapa ia digundul atau ia menjadi pusat perhatian orang-orang disekelilingnya dengan penampilan baru yang sangat berbeda dibandingkan teman-temannya.

Selain kedua sebab munculnya rasa bangga diatas, ada beberapa hal yang mendorong berubahnya rasa malu dihukum menjadi sebuah kebanggaan, diantaranya:

- a. Hukuman seringkali dilakukan didepan teman-temannya. Ia sebenarnya merasa malu mendapatkan hukuman tersebut, tetapi toh semua sudah mengetahuinya, tekanan yang sangat kuat terhadap titik malu mengubahnya menjadi kebanggaan atas hukuman tersebut.
- b. Hukuman tersebut diberikan dengan sangat formal. Ia melanggar salah satu peraturan yang telah ditetapkan oleh pondok. Tidak ada pendekatan yang sifatnya individual dan personal pasca pemberian hukuman yang menyentuh titik nurani dan membuatnya mengerti mengapa sebuah perilaku tidak diperbolehkan untuk dilakukan dan apa akibatnya bagi dirinya jika ia melakukannya lagi.
- c. Seorang anak berkali-kali melakukan pelanggaran peraturan tanpa adanya evaluasi dan observasi dari orang dewasa, termasuk tentang alasan mengapa ia mudah melakukan tindakan yang jelas-jelas melanggar peraturarn



yang telah ditetapkan dan apa yang mendorong anak tersebut untuk melanggarnya lagi dan apa yang menghambatnya untuk mentaati peraturan. Karena seringkali suatu peraturan sulit ditaati oleh anak bukan karena anak tidak mau untuk mentaatinya, tetapi dorongan dari teman untuk bersama-sama melanggarnya.

Saya pernah menemukan seorang anak yang sedang diberi hukuman pukulan oleh orang tuanya karena berbohong dengan beberapa pukulan dan bentakan. Wajahnya sangat dingin ketika menerima hukuman pukulan tersebut tanpa jeritan kesakitan, hanya sekali-kali ia mengatakan “aduh...aduh...”. tapi tidak tampak sama sekali rasa penyesalan pada wajahnya. Bahkan setelah itu ia bercerita kepada temannya tentang keberaniannya menerima pukulan dari orang tuanya.

Analisa terhadap anak ini adalah bahwa ia melewati titik jera atas hukuman-hukuman yang selama ini ia terima. Ia memahami betul tentang peraturan yang ditetapkan oleh orang tua dan apa akibatnya jika ia melakukannya. Tetapi dorongan dari kawan-kawannya dan lingkungan yang tidak mendukungnya untuk bersikap jujur akhirnya kembali mendorongnya untuk berbohong.

## **TEORI OTAK TRIUNE**

Dr. Paul Maclean mencetuskan tentang teori tiga otak dalam kepala manusia. Pertama otak reptil yang berfungsi sebagai pusat kendali, sistem saraf otonomi, dan mengatur fungsi utama tubuh seperti denyut jantung dan pernafasan. Selain itu, otak reptil juga berfungsi mengatur reaksi seseorang terhadap bahaya atau ancaman dengan menggunakan pendekatan lari atau lawan. Saat otak reptil aktif orang

tidak akan bisa berpikir logis. Yang berperan dalam keadaan ini adalah insting atau cara berpikir dan bertindak berdasarkan hasil latihan. Otak reptil akan aktif bila seseorang merasa takut, stress, terancam, marah, atau kondisi tubuh dan pikirannya lelah.

Kedua adalah otak mamalia (limbic) berperan mengatur kebutuhan akan keluarga, strata sosial, dan rasa memiliki. Otak ini juga memberi arti pada suatu emosi atau kejadian. Selain itu otak mamalia berperan dalam mengendalikan sistem kekebalan tubuh, hormon, dan memori jangka anjang. Otak mamalia juga berperan sebagai saklar yang menemukan otak mana yang aktif, otak reptil atau otak berpikir. Bila seseorang sedang tegang, stress, takut, marah, maka informasi yang diterima otak mamalia diteruskan ke otak reptil. Sebaliknya saat seseorang dalam keadaan tenang, bahagia, dan percaya diri maka informasi tersebut akan diteruskan oleh otak mamalia ke otak berpikir. Ketiga adalah otak berpikir atau neo cortex. Fungsi dari otak ketiga ini adalah memikirkan secara logis apa yang seharusnya dilakukan oleh seseorang. Otak berpikir merupakan 80% dari total otak manusia.

Berdasarkan teori otak ini anak yang mendapatkan sanksi akan menyadari kesalahannya dan mengerti alasan mengapa ia mendapat sanksi, lalu sistem limbicnya mendorong otak berpikir (*neo-cortex*) untuk aktif dan hal ini membuatnya sadar tidak mengulangi perbuatan yang mendorongnya mendapatkan sanksi lagi.

Sebaliknya pada anak yang mendapatkan hukuman, ia merasa tidak bersalah atas apa yang telah ia lakukan, atau ia tidak menerima cara hukumannya diberikan, yaitu misalnya dengan mempermalukan dirinya didepan orang lain, maka sistem limbicnya akan merangsang otak reptil untuk aktif. Dengan aktifnya otak pertama ini maka akan muncul dua kemungkinan. Pertama, anak akan menerima saja hukuman dari orang tuanya karena tidak ada kekuatan untuk melawan.

Anak seperti ini akan tumbuh menjadi anak yang minder dan kurang percaya diri. Kedua akan muncul keberanian dan kebanggaan pada dirinya karena ia merasa kuat untuk menghadapi hukuman tersebut.

Berangkat dari teori otak dan fenomena tersebut, maka ada beberapa hal yang harus diperhatikan orang tua saat mereka memberikan hukuman kepada anak-anaknya, yaitu:

1. Orang tua harus menganalisa mengapa anaknya masih melakukan perilaku yang membuatnya mendapatkan hukuman. Tindakan ini untuk mencegah terjadinya pengulangan perilaku yang memaksa orang tua untuk menghukum kembali. Kadang-kadang anak melakukan suatu perilaku karena pengaruh teman, fasilitas rumah yang kurang memadai, atau anak kurang mengerti pentingnya suatu peraturan. Dengan melakukan analisa dan pengamatan ini maka sebenarnya orang tua dapat melakukan pencegahan atas kemungkinan beruangnya kembali perilaku tersebut oleh anak.
2. Menghukum anak tidak harus menghancurkan harga diri mereka. Jika seorang anak diberi hukuman di depan teman-temannya dengan alasan supaya anak yang lain tidak melakukannya, mungkin akan bermanfaat bagi teman-temannya, tapi telah menghancurkan harga diri dari anak tersebut. Jika ia tidak mempunyai kekuatan maka ia akan tumbuh menjadi pribadi yang minder dan rendah diri. Sebaliknya bagi anak yang mempunyai keberanian untuk melawan maka ia akan tampil bangga karena telah berani menerima hukuman dari orang tua dan gurunya. Tidak ada manfaatnya sama sekali seorang ibu menceritakan kenakalan anaknya kepada orang lain kecuali kepada orang

yang memang ingin kita mintai nasehat untuk mengatasinya.

3. Hukuman memang harus diberikan secara adil dan tegas, tetapi orang tua juga perlu membangun pendekatan individual dengan anak. Jika orang tua hanya berfokus pada hukuman dan mengabaikan aspek emosi dan nurani anak, maka sistem limbic anak akan merangsang aktivasi otak reptilnya. Pendekatan individual pasca pemberian hukuman akan mendorong sistem limbic untuk mengaktifkan otak berpikir. Ia akan mudah memahami bahwa hukuman tersebut memang layak ia terima sabagai konsekuensi dari perilaku yang telah ia kerjakan.

Ada tipikal orang tua yang membentak-bentak anak sambil berkata, “Papa malu atas perilakumu ini”, “Mama sedih kamu selalu bangun tidur terlambat”, Mengapa kamu selalu menyusahkan orang tua?” Pada beberapa anak yang otak reptilnya aktif dan mempunyai keberanian untuk melawan maka justru ia akan melakukan perilaku yang memalukan, atau yang membuat mamanya sedih, atau yang dapat menyusahkan orang tuanya.

Dengan perilaku-perilaku tersebut ia mempunyai kesempatan untuk membalas dendam kepada orang tuanya atas hukuman atau bentakan yang selama ini ia rasakan, atau sekedar melampiaskan rasa ingin memberontak yang ia pendam selama ini.

*Pada kenyataannya, sesungguhnya mereka menaati peraturan hanya karena takut untuk mendapatkan sanksi, bukan karena menyenangi tertibnya aturan. Sehingga jika ia mendapatkan kepastian bahwa orang tua tidak mengawasinya maka ia akan melanggarnya lagi*  
(Miftahul Jinan)

# 6 | DISIPLIN POSITIF VS DISIPLIN NEGATIF

*Positive discipline helps children learn  
self-discipline without fear.*

Dalam pelaksanaannya, disiplin dapat diikuti oleh dua hal berbeda, yang pertama adalah disiplin yang diikuti dengan hukuman yang sering disebut sebagai disiplin negatif, dan satu lagi adalah yang diikuti dengan konsekuensi logis, atau disebut sebagai disiplin positif.

Namun pada kenyataannya, guru masih lebih dekat dengan jenis disiplin yang pertama atau dengan menggunakan hukuman. Padahal disiplin positif adalah suatu cara untuk membimbing perilaku anak-anak dengan memperhatikan kebutuhan emosional dan psikologisnya. Hal ini bertujuan untuk membantu anak mengambil tanggung jawabnya untuk membuat keputusan dan berfikir bahwa keputusan tersebut adalah yang terbaik, sehingga apapun akibatnya akan mereka tanggung. Hal ini mengajarkan anak-anak tentang disiplin diri dan

konsekuensi yang akan mereka terima sebagai sebuah akibat yang pasti dari sebuah tindakan yang diambil.

## **DISIPLIN POSITIF UNTUK MEMBANGUN PERILAKU POSITIF SISWA**

Kita, baik sebagai orang tua ataupun guru, selalu saja sibuk memberikan pengertian dan pemahaman kepada siswa tentang bagaimana seharusnya ia mengikuti peraturan sosial yang berlaku, tanpa harus merusaknya dengan tindakan memukul atau mengejek anak dengan perilakunya. Beberapa kejadian menunjukkan bahwa anak-anak seringkali merespon dengan lebih baik terhadap pendekatan-pendekatan yang bersifat positif, seperti dengan cara negosiasi atau diskusi dan pemberian rewards, daripada menghukum dengan kata-kata yang kasar dan hukuman fisik.

Ada satu contoh kasus, dalam sebuah buku *Positive Discipline in the Inclusive* diceritakan, ada dua cara guru menhandel perilaku menyimpang siswanya.

### **Skenario 1**

Seorang guru berjalan menuju kelas 4 siap untuk mengajar Matematika. Ketika ia memulai pelajaran, siswa-siswanya tetap saja berbicara antara satu dan lainnya dan tidak mendengarkannya. Dia kemudian berteriak, “semuanya tolong diam. Kita akan memulai pelajaran Matematika sekarang”. Semua siswa terdiam, kecuali Chai yang masih terus berbicara kepada temannya tentang sebuah film yang ia lihat di televisi semalam. Pak guru tersebut kembali berteriak dengan suara keras, “Chai, kenapa kamu tidak bisa diam? Silakan berdiri dipojok kelas dan menghadap ke tembok, dan tunggu disana sampai kelas usai. Sambil menangis Chai berdiri di pojok kelas, merasa takut dan malu, dan

berharap ia tidak sedang disana saat itu, dan mungkin keesokan harinya ia tidak akan masuk sekolah.

## **Skenario 2**

Seorang guru berjalan menuju kelas 4 siap untuk mengajar Matematika. Ketika ia memulai pelajaran, siswa-siswanya tetap saja berbicara antara satu dan lainnya dan tidak mendengarkannya. Sambil sedikit berteriak ia berkata, “semuanya tolong diam sekarang, kita akan segera memulai pelajaran Matematika dan semua perlu mendengarkan dengan baik”. Setelah seluruh siswa terdiam, guru tersebut mendapati Chai masih terus-menerus berbicara kepada rekannya, ia kemudian bertanya, “siapa yang masih berbicara ya? Saya kira seseorang tidak ingat peraturan kita disini.” Kepala sekolah yang melewati kelas dan tidak sengaja mendengarkan perkataan guru tersebut, sambil marah berkata apakah ada masalah, jika benar ada dia tahu bagaimana caranya mengatasinya dengan cepat. Guru tersebut berterima kasih kepadanya dan memberitahunya bahwa dia bisa menhandel keadaan dengan baik. Setelah kepala sekolah meninggalkan kelas, guru tersebut bertanya kepada Chai, “saya bertanya-tanya kenapa pak kepala sekolah berkata demikian ya, apakah kamu tahu sesuatu?” Dengan perasaan bersalah, Chai menjawab “ya, saya masih terus berbicara setelah Anda meminta kami semua untuk diam”. Guru pun bertanya, “kapan kita semua punya kesempatan berbicara tanpa mengganggu orang lain dan memberi kesempatan kepada mereka untuk belajar?”, dan Chai menjawab, “setelah kelas usai”. Guru itu mengangguk dan selanjutnya ia memberikan beberapa pertanyaan tentang matematika kepada Chai, pada saat Chai dapat menjawab pertanyaan dengan benar ia pun memujinya. Demikianlah, Chai selanjutnya terdiam dan dapat mengikuti pelajaran tersebut dengan baik sampai jam pelajaran usai.

### **Skenario 3**

Seorang guru berjalan menuju kelas 4 siap untuk mengajar Matematika. Ketika ia memulai pelajaran, siswa-siswanya tetap saja berbicara antara satu dan lainnya dan tidak mendengarkannya. Sambil sedikit berteriak ia berkata, “semuanya tolong diam sekarang, kita akan segera memulai pelajaran Matematika dan semua perlu mendengarkan dengan baik”. Setelah seluruh siswa terdiam, guru tersebut mendapati Chai masih terus-menerus berbicara kepada rekannya, ia kemudian menulis pada sebuah kertas pelanggaran, “kegagalan untuk mengikuti peraturan kelas”. Ia kemudian meminta Chai untuk mengisi kertas tersebut dengan namanya, kelas, guru, waktu, dan tanggal. Lalu guru tersebut berkata kepadanya, “Chai, saya akan letakkan kertas ini dipojok meja anda, jika ia masih disana sampai pelajaran usai kamu bisa membuangnya, namun jika kamu masih terus berbicara tanpa seijin saya, maka saya akan pindahkan kertas ini ke meja kepala sekolah. Pada akhir kelas, Chai lalu membuang kertas tersebut.

Pada disiplin negatif, ia mungkin akan menggagalkan dan membuat siswa frustrasi, namun sebaliknya pada disiplin positif akan mampu membantu siswa untuk meniru dan mengadopsi perbuatan baik dan mereka mampu menjaga perilaku baik tersebut. Dari beberapa skenario diatas dapat kita simpulkan sebagai berikut, pada skenario 1, pak guru menunjukkan sikap marah yang mungkin menakuti Chai, disamping itu ditambah dengan hukuman yang kurang masuk akal yaitu menyuruh Chai berdiri dipojok kelas dan menghadap ketembok sampai kelas usai. Pada skenario 2 pak guru menyindir Chai, “saya kira ada seseorang yang tidak ingat dengan peraturan kelas kita”, bagaimana perasaan Chai mendengar sindiran tersebut? Pada skenario 2 ini pula sang guru ketika memasuki kelas memulai pelajaran dengan meminta siswa melakukan satu perilaku khusus, sebagai alasan untuk memulai



pelajaran Matematika mereka diminta untuk mendengarkan dengan baik. Sebagai responnya terhadap sikap kepala sekolah, guru tersebut juga mencoba menanyakan kepada siswa, “kira-kira apa yang menyebabkan kepala sekolah berkata demikian”. Pertanyaan ini akan membantu siswa untuk berpikir kritis tentang tindakan kepala sekolah dan bagaimana tindakan tersebut dapat terjadi. Selanjutnya ia memperkuat tindakannya dengan memberi kesempatan Chai menjawab pertanyaan Matematika sederhana, dan ketika jawabannya benar ia tidak segan memujinya, hal ini menunjukkan bahwa guru tersebut masih tetap menyukai Chai. Permasalahannya adalah pada perilakunya bukan pada dirinya. Pada skenario 3, dengan lembut namun tegas menangani permasalahan Chai, dia memberikannya pilihan untuk mengarahkan perilakunya. Hal ini memberikan kesempatan bagi Chai untuk bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dan apa yang akan terjadi selanjutnya.

Terdapat tujuh prinsip utama dalam disiplin positif, diantaranya:

1. Menghormati martabat anak.
2. Mengembangkan perilaku pro-sosial, disiplin diri, dan karakter.
3. Memaksimalkan partisipasi aktif anak.
4. Hormati kebutuhan perkembangan anak dan kualitas hidup.
5. Menghormati pandangan motivasi dan kehidupan anak.
6. Yakinkan keadilan (kesamaan dan non-diskriminasi).
7. Promosikan solidaritas dan sikap saling menghormati.

Sumber: Power, F. Clark and Hart, Stuart N. “The Way Forward to Constructive Child Discipline,” in: Hart, Stuart N (ed.), *Eliminating Corporal Punishment: The Way Forward to Constructive Child Discipline*. Paris: UNESCO, 2005.

Jika hukuman berarti tindakan tunggal, maka disiplin positif merupakan proses yang meliputi 4 langkah. (1) menjelaskan perilaku yang sesuai atau diinginkan. Contohnya dengan berkata, “tolong semuanya diam dulu”. bukan dengan kata-kata “lebih baik anda menutup mulut dan berhenti berbicara”, karena hal ini berarti menitikberatkan pada perilaku yang keliru, bukan pada perilaku yang benar. (2) alasan yang jelas juga disediakan. Yaitu dengan berkata, “kita akan memulai pelajaran, dan semua harus memperhatikan dengan baik”. (3) meminta pengakuan. Yaitu dengan mengatakan, “ kapan kita semua punya kesempatan untuk berbicara tanpa mengganggu orang lain dan haknya untuk belajar?”. (4) memperkuat perilaku yang benar. Yaitu dapat dilakukan dengan kontak mata, mengangguk, tersenyum, memuji atas pencapaiannya, sekecil apapun, untuk menghargai setiap usaha yang telah ia lakukan.

Guru yang memakai disiplin positif percaya dengan kemampuan muridnya dan menghormati mereka. Ketika guru bersedia untuk mengamati siswa mereka dan menanggapi dengan cara mendorong perilaku positif, mereka membantu siswa mereka untuk menjadi bertanggung jawab atas perilaku mereka sendiri dan mungkin mereka akan mengurangi perilaku buruknya.

## **BENTAKAN, HUKUMAN SPONTAN BERAKIBAT FATAL**

Ada satu pengalaman yang pernah saya alami sendiri dan saya fikir-fikir punya andil besar dalam pembentukan watak saya. Di sekolah setingkat SMP, SMA, dan Universitas, menjadi pengurus OSIS sangat dekat dengan perilaku dan cara memimpin yang keras. Seperti halnya di sekolah saya yang terdahulu, bagaikan sebuah perilaku warisan, setiap pengurus OSIS atau senior terbiasa untuk berlaku dan berkata keras dan membentak atau mengolok kepada anggotanya yang melakukan

kesalahan, kebiasaan untuk membentak dan bersuara keras sepertinya sudah tidak asing dan dianggap biasa saja. Bahkan seperti budaya turun temurun dan saling balas membalas. Hanya untuk sekedar meminta para anggota melakukan sesuatu, atau mempercepat melakukan sebuah tugas, pengurus tidak segan-segan berteriak-teriak dalam memberikan perintah.

Semakin tahun semakin berkembang saja kebiasaan menghukum, terutama lewat berbagai macam teriakan dan umpatan. Selain hukuman berupa kata-kata keras, hukuman fisikpun semakin beraneka ragam, khususnya dalam kegiatan kepramukaan, pengurus seringkali mencari-cari bentuk baru hukuman fisik tanpa melihat bentuk kesalahan dan menyesuaikan kesesuaian hukuman tersebut untuk dapat menebus kesalahannya.

Ada perasaan bangga bahkan merasa sangat puas ketika dikenal sebagai pengurus OSIS yang *cool* dan kejam, dibandingkan pengurus yang biasa saja, yang tidak pernah menindak, menghukum, dan memarahi anggotanya. Akan lebih populer dan dikenal, bahkan disegani diantara para juniornya jika senior bersikap angkuh dan kejam.

Mengapa hal ini terjadi? Paradigma apakah ini? Apakah membentak dan menghukum merupakan budaya yang dianggap biasa saja, dan semua orang sepakat menerima hal ini?

Bagaimana sikap lembaga pendidikan? Apakah mereka mengizinkan dan memperbolehkan sikap-sikap demikian berkembang di sekolah? Apakah ada tindakan mengantisipasi hal tersebut?

Jawabannya adalah, ya... beberapa sekolah sudah mulai merasa bahwa segala macam tindakan kekerasan, baik berupa tindakan maupun perkataan adalah satu hal yang tidak baik, dan tidak seharusnya berkembang di lingkungan sekolah. Beberapa sekolah langsung bertindak menghentikannya, dan berusaha mencari solusi

---

**Hampir setiap tindakan yang diambil  
pada saat marah bukanlah  
keputusan yang terbaik,  
karena dengan diiringi emosi yang tidak stabil  
sikap dan tindakan yang kita putuskan  
menjadi tidak obyektif.**

---

**NO**  
*Punishment,*  
**NO**  
*Worries*

MENGHAPUS KEKHAWATIRAN, MEMBANGUN KEBERANIAN  
DALAM PEMBELAJARAN

dari hal tersebut. Namun demikian, tidak sedikit pula yang sepertinya tidak mampu berbuat banyak atau tidak mau peduli terhadap hal itu.

Sebagai seorang ibu, saya mulai merasakan terkadang sikap keras dan kasar saya muncul dihadapan anak-anak saya yang masih kecil, sebuah kesadaran yang ukup terlambat, namun masih lebih baik dari pada tidak pernah menyadarinya. Saya mulai berfikir dan mencari akar penyebab permasalahannya dan menemukan cara untuk mengatasi hal tersebut.

Dan ya, itulah jawaban yang saya dapatkan, bahwa pada waktu sekitar satu tahun menjadi seorang pengurus OSIS, khususnya bagian kepramukaan, tanpa saya sadari saya seringkali berteriak, membentak, dan bersikap keras terhadap anggota saya. Seringkali kesalahan-kesalahan meskipun kecil yang dilakukan junior saya akan menjadi bahan untuk bisa melampiaskan hasrat saya untuk berteriak dan membentak, bahkan memberikan hukuman dengan berbagai variasi hukuman yang dibuat-buat dan diada-adakan. Astaghfirullohal 'Adziim...sungguh saya memohon Allah atas dosa yang secara sengaja dan penuh sadar saya lakukan.

Sikap saya tersebut, ternyata tidak mampu luntur dan hilang pada saat saya sudah turun dari jabatan OSIS saya, bahkan tanpa disadari melekat dan merasuk, serta mengerak bagaikan sebuah karakter baru bagi saya. Saya mudah sekali marah dan mengeluarkan suara keras ketika marah kepada anak-anak dan siswa saya. Jika hal ini dianggap sebagai naluri wanita, yaitu spontan berteriak ketika kaget atau marah, maka saya kurang setuju, karena saya yakin bahwa setiap orang bisa mengurangi dan merubah dirinya, menjadi pribadi yang lebih lembut dan lebih bijak.

Sampai saat inipun saya masih terus belajar dan berusaha untuk melatih diri, menahan diri, dan mengurangi sikap keras saya, karena

saya sangat paham bahwa hal ini sangatlah tidak baik untuk perkembangan kepribadian anak saya. Salah satu cara yang saya pelajari dari ajaran hadist dan beberapa buku adalah dengan menarik nafas dalam-dalam pada saat marah, dan menghembuskannya secara perlahan, sebelum melanjutkan pembicaraan. Jika amarah belum reda, maka kita bisa mengambil air wudhu. Posisi duduk juga lebih baik daripada marah sambil berdiri, karena syaitan akan menguasai diri kita saat kita marah sambil berdiri. Hampir setiap tindakan yang diambil pada saat marah bukanlah keputusan yang terbaik, karena dengan diiringi emosi yang tidak stabil sikap dan tindakan yang kita putuskan menjadi tidak obyektif, hanya menuruti kemarahan kita saja.

Bagaimanapun juga bentakan atau suara keras tidak untuk diterapkan dalam mendidik. Bagi siswa dan anak-anak kita, dididik dengan suara keras juga bukan tanpa akibat, kebiasaan dibentak akan dapat menimbulkan beberapa hal berikut:

- Anak harus dibentak dahulu jika diminta melakukan suatu tugas. Ketika diperintah melakukan sesuatu ia tidak akan langsung melakukannya, kecuali setelah si orangtua berteriak dan membentaknya.
- Anak akan menjadi kebal terhadap bentakan, artinya dibentakpun tidak ada bedanya bagi si anak, karena menurut dia setiap hari ia juga telah mendengarkan bentakan itu bahkan berkali-kali.
- Anak yang sering dibentak akan menjadi jiwa pemberontak, perasaan tidak dihargai dan didengarkan pendapatnya akan membentuk jiwa keras hatinya, sehingga jika memiliki kesempatan ia akan melawan dan memberontak terhadap perintah.
- Akan terjadi sesuatu yang tidak diinginkan dengan otaknya,

menurut teori ahli bahwa satu bentakan saja akan melunturkan atau memutuskan sel-sel jaringan diotaknya, sehingga sangat berpengaruh pada kecerdasan anak.

- Anak dapat pula menjadi pribadi yang kecil hati, minder, introvert dan penakut. Bentakan dan teriakan yang ia dengar benar-benar mengecilkan hatinya, bahkan kemarahan dan segala hal hanya mampu ia simpan dalam hati, tanpa pernah berani ia kemukakan.
- Akibat yang paling fatal adalah ketika dalam diri anak akhirnya terbentuk sebuah sikap pemarah, suka berteriak dan bersuara keras, karena lingkungannya telah membentuknya dan mengijinkannya menjadi demikian.

Dari beberapa gambaran diatas, jelas lah sudah bahwa bagaimanapun juga bentakan dan suara keras bukan hal yang bagus untuk mendidik anak dan siswa kita. Semakin sering kita gunakan ia sebagai alat mendidik akan semakin rusak anak-anak dan siswa kita, dan hal yang perlu diingat kerusakan itu bersifat PERMANEN, artinya setelah kerusakan itu terjadi akan sangat sulit memperbaikinya kembali, meskipun bukan hal mustahil untuk memperbaikinya kembali.

Sikap lemah lembut dan kasih sayang adalah salah satu memperbaiki dan mengobati kesalahan dan kerusakan yang terdapat dalam otak anak, jika bentakan meruntuhkan beberapa sel otak, maka pujian, kecupan, sikap tulus, senyuman, kata-kata yang lembut, ataupun belaian kasih sayang menyambungkan jaringan dan sel-sel otak yang bahkan belum pernah ada. Secara kasar, bisa kita bayangkan bahwa jika jaringan dan sambungan sel-sel otak selalu bertambah dan berkembang maka akan bertambah pula kecerdasan anak.

## **DISIPLIN NEGATIF DENGAN HUKUMAN VERBAL**

Hukuman verbal, yang merupakan bagian dari disiplin negatif, berupa bentakan atau pernyataan negatif mungkin tidak memiliki akibat langsung seperti dipukul atau dipermalukan, dan sayangnya masih banyak guru yang menggunakan jenis hukuman verbal ini. Padahal, seperti halnya hukuman fisik, hukuman verbal ini juga menyebabkan anak-anak menjadi marah dan agresif atau menjadi rendah diri.

Strategi negatif ini meliputi perintah, “duduklah dan tenang!”, atau pernyataan melarang “jangan lakukan itu”, atau pernyataan “kamu ini benar-benar anak yang suka bikin masalah / trouble maker” pernyataan mengkritik “apakah ini hal terbaik yang bisa kamu lakukan?” atau pernyataan yang menakut-nakuti “jika kamu tidak berhenti rame akan saya kirim kamu kepada kepala sekolah” atau pernyataan meremehkan “kapan kamu akan belajar menulis dengan baik” dsb.

Sebenarnya, ada strategi positif yang membantu guru menurunkan tensi atau frustrasi dan kemarahannya, seperti dengan berkata kepada siswanya, “saya sedang sangat marah sekarang, jadi saya perlu waktu untuk menenangkan diri”, atau dengan berhitung dari 1 – 10 sambil menghela nafas secara perlahan untuk menenangkan diri atau dengan meninggalkan ruangan untuk sejenak. Beberapa guru mengungkapkan perasaan mereka kepada siswanya untuk membuat mereka mengerti apa yang menggagangunya. Sehingga anak-anak akan belajar memahami apa yang sebaiknya tidak dilakukan dan mengapa. Mungkin mereka akan mengulanginya lagi, namun mereka akan menjadi lebih bertanggung jawab terhadap setiap tindakan dan akan berurusan dengan konsekuensi jika mereka bertindak yang tidak sesuai.



## HUKUMAN FISIK

Hukuman adalah sebuah tindakan yang dikenakan kepada orang yang melanggar peraturan atau melakukan perilaku yang tidak benar atau tidak sesuai. Hukuman bertujuan untuk mengontrol perilaku dengan cara-cara yang negatif. Terdapat dua jenis hukuman yaitu hukuman yang melibatkan teguran lisan yang negatif dan ketidaksetujuan, dan hukuman yang menyakiti fisik dan perasaan atau disebut juga dengan hukuman fisik. Kedua jenis hukuman tersebut hanya fokus kepada perilaku yang salah saja bukan pada menolong siswa untuk berperilaku yang benar. Sebaliknya, bukannya membuat anak memiliki kontrol diri, hukuman seringkali membuat anak marah, benci, dan juga takut. Hal ini juga menyebabkan malu, perasaan bersalah, kecemasan, meningkatnya perhatian dan kepedulian kepada orang lain, dan kurangnya kemandirian.

Pada beberapa kasus, menghadapi anak yang sering melakukan pelanggaran atau berperilaku menyimpang secara terus menerus, guru akan memilih menggunakan hukuman berat. Dua jenis hukuman berat yang mungkin bisa terjadi baik secara bersama-sama atau terpisah adalah hukuman fisik dan hukuman emosional. Keduanya merupakan bentuk kekerasan terhadap anak yang melanggar hak-hak mereka sebagai manusia untuk dihormati, dihargai, mendapatkan perlakuan dan perlindungan hukum yang sama. Hukuman fisik biasanya bertujuan untuk menimbulkan rasa sakit dan rasa takut pada diri anak guna menghentikan perilakunya yang menyimpang atau mencegah penyebaran perilaku yang menyimpang kelingkungan sekitarnya. Hukuman fisik ini dapat berupa pukulan dengan tangan atau objek lainnya (seperti cambuk, tongkat, sepatu, sabuk, penggaris dan lain sebagainya), menjewer telinga, menendang, mencubit, melempar

anak, atau menarik rambut; memaksa anak untuk tinggal ditempat yang tidak nyaman selama beberapa waktu, memaksa anak untuk menjalani latihan fisik secara berlebihan atau dipaksa bekerja, menakut-nakuti anak, ataupun memaksa anak memakan atau meminum sesuatu yang tidak layak dimakan.

Sementara hukuman fisik bertujuan untuk menyebabkan rasa sakit secara fisik, hukuman emosional bertujuan untuk memperlakukan anak dan menyebabkan nyeri secara psikologis. Hampir sama dengan hukuman verbal negatif, namun jauh lebih parah hukuman emosional yang mencakup ejekan publik, sarkasme, ancaman, berteriak, dan tindakan memalukan lainnya seperti dengan menanggalkan baju didepan umum, memaksa anak untuk melakukan hal yang memalukan atau berada pada diposisi yang tidak bermartabat dan dapat dilihat semua orang dan dikomentari. Jika hukuman fisik lebih terlihat, hukuman emosional lebih sulit untuk diidentifikasi. Seringkali hukuman emosional dikenal sebagai hukuman fisik, seperti menghukum anak dengan menyuruhnya berdiri dibawah sinar matahari selama berjam-jam, untuk meruntuhkan harga dirinya, agar diejek dan dikomentari oleh orang lain sehingga si anak merasa malu atau merendahkan harga diri anak.

# 7 MERASIONALKAN HUKUMAN DENGAN KONSEKUENSI LOGIS

Dalam pengertiannya *Logic Consequence* adalah Konsekuensi atau akibat yang harus diterima setelah melakukan suatu kesalahan yang bersifat logis atau masuk akal, artinya konsekuensi ini berkaitan langsung dengan jenis kesalahan yang dilakukan. Konsekuensi logis adalah akibat yang diterima dari sebab perilaku yang dilakukan oleh anak. Sebelum menggunakan konsekuensi logis, mula-mula harus dijelaskan perilaku-perilaku yang diharapkan dilakukan oleh anak serta alasan melakukannya. Kemudian dijelaskan pula hubungannya dengan konsekuensi logis jika anak tidak memenuhi harapan.

Orang tua ataupun guru seringkali tidak dapat menahan dan menghindari penggunaan hukuman atau konsekuensi sebagai alat utama dalam menyelesaikan sebuah tindakan yang menyimpang atau kesalahan yang diperbuat oleh anak-anak.

**Kasus I:**

Suatu hari Tobi lupa mengerjakan PR Bahasa Inggris, maka ketika tiba di kelas Guru langsung menyuruhnya untuk berdiri didepan kelas selama pembelajaran.

**Kasus II:**

Seorang Guru BP menghukum siswa yang terlambat masuk sekolah dengan belajar diluar kelas selama 1 jam pelajaran.

Dari kedua kasus diatas, manakah hukuman yang lebih logis atau masuk akal, yang berarti berhubungan langsung dengan jenis kesalahan yang dilakukan?

**Paradigma:**

Dengan alasan untuk membentuk kedisiplinan siswa, sekolah atau guru terbiasa untuk memberlakukan hukuman bagi tiap-tiap pelanggaran, misalnya: terlambat masuk sekolah, tidak memakai seragam yang sesuai, atau melanggar peraturan sekolah lainnya, maka hukuman yang diberlakukan diantaranya adalah berjemur atau berdiri di lapangan, berlari keliling lapangan, dipukul, dsb.

Menghukum siswa yang melakukan kesalahan tidak dianggap benar, namun membiarkan atau tidak memberikan hukuman sama sekali pada siswa yang melakukan kesalahan juga tidaklah tepat.

Dibeberapa kasus hukuman dianggap satu hal yang dapat memberikan efek jera, sehingga siswa tidak akan pernah mengulangi lagi kesalahan yang dilakukan. Namun kenyataannya, para guru sering dibuat pusing dengan tidak kapoknya siswa yang pernah merasakan hukuman, bahkan seberat apapun hukuman yang didapat, siswa masih saja mengulang kesalahan yang sama. Dari hal tersebut, Apakah yang sebenarnya terjadi? Kurang beratkah hukuman yang diberikan guru? Ataukah kurang sesuaikah hukuman yang diberikan untuk membuat

siswa jera? Ataukah ada masalah dengan murid tersebut? Ataukah ada masalah dengan hukuman itu? Maka, bagaimanakah seharusnya?

Beberapa orang yang masih bertahan pada metode disiplin dengan menggunakan hukuman, biasanya berpendapat bahwa:

- a. Mereka berpikir dan berkata: “Sudah tidak ada satupun yang berhasil”, selain hukuman.
- b. Beberapa orang tua sedang melampiaskan kemarahannya terhadap pasangannya kepada si anak.
- c. Mereka tidak memikirkan hal lain kecuali hukuman.
- d. Para orang tua tidak mengetahui bagaimana disiplin yang paling efektif.
- e. Mereka melampiaskan rasa frustrasi dan stres nya melalui menghukum anaknya.
- f. Hukuman adalah cara paling mudah, tanpa membutuhkan banyak waktu dan pemikiran, dibandingkan dengan cara lainnya.
- g. Beberapa orang tua ingin menegakkan disiplin, tanpa perlu dipertanyakan apa maksud nya membuaa peraturan dan disiplin semacam itu.

## **KONSEKUENSI SEBAGAI PENGALAMAN BELAJAR**

Seringkali sebagai orang tua kita mengambil tanggung jawab atas apa yang seharusnya diterima anak sebagai akibat dari perbuatannya, yang kita inginkan hanya agar tidak timbul masalah yang berakibat buruk bagi anak kita. Suatu contoh yang aling sederhana adalah jika anak kita lupa meletakkan sepatu sepulang sekolah ditempat seharusnya (rak sepatu), tanpa pikir panjang si ibu akan langsung membereskannya tanpa banyak bicara karena risih dengan ketidaktertiban, atau sudah malas berdebat dengan si anak, dan itulah

cara yang dianggap paling cepat dan efisien. Sudah benarkah langkah yang di ambil si ibu? Apa akibatnya bagi sang anak?

Pada kasus lain, suatu hari anak kita menonton televisi sampai larut malam, meski sudah kita ingatkan bahwa esok hari dia harus bangun pagi dan pergi sekolah ia tetap saja nekat menonton tv sampai selesai acara favoritnya. Keesokan harinya, sulit sekali membangunkannya, dan ia pun terlambat berangkat ke sekolah. Karena ia takut akan mendapatkan hukuman jika ia terlambat datang ke sekolah, maka ia mogok sekolah kecuali jika diantar orang tuanya. Sebagian besar orang tua akan mengambil tanggung jawab si anak, dengan membantunya mengurus ijin kepada guru tentang keterlambatannya agar diijinkan masuk keas dan mengikuti pelajaran sebagaimana murid lain.

Beberapa kali saya juga temui, wali mahasiswa yang datang menemui saya, maupun dosen lain, untuk keperluan mengurus keperluan studi anaknya, menanyakan kelanjutan anaknya, membantu menguruskan nilai anaknya yang bermasalah dan lain sebagainya. Mengapa sampai orang tua ini mau melakukan hal ini untuk anak yang sudah berumur cukup tua untuk melakukannya sendiri? Apakah wali mahasiswa tersebut mendapatkan solusi yang diharapkan?

Pada kasus pertama, bukan cara yang tepat mengambil tanggung jawab anak untuk melakukan tugasnya. Bukannya tidak baik untuk selalu menjaga kebersihan dan kerapian rumah, namun membiarkan bagian tugas anak untuk ikut menjaga kerapian rumah juga merupakan satu pendidikan yang sangat penting. Jika terkait dengan segala peralatan anak, maka tidak ada salahnya kita ajarkan dan biasakan anak sejak usia dini untuk menjaga dan menertibkan peralatannya sendiri. Jika ia lupa atau dengan sengaja melupakan tugas itu, maka tugas kita adalah mengingatkannya dan memintanya untuk segera melakukannya, bukan mengerjakannya sendiri sebagai wujud

ambil alih tanggung jawab si anak. Mungkin akan menghabiskan waktu beberapa saat sampai anak benar-benar mau melakukannya, dan kita memberikannya waktu membangun kesadarannya, mengizinkan ketidak teraturan berada di sekitar kita dalam beberapa waktu, sampai si anak benar-benar mau melakukan tugasnya.

Dalam kasus berikutnya, kebanyakan orang tua akan memilih membantu anaknya untuk bisa masuk sekolah dengan aman, bebas dari hukuman. Bukan hanya karena ketidak relaannya atas hukuman yang akan menimpa anaknya, juga kekhawatirannya bahwa anak akan mogok sekolah jika orang tuanya tidak membantunya. Maka hal termudah adalah dengan membantunya terbebas dari hukuman sekolah hari itu, dan si anak mendapatkan kenyamanan dan keamanan untuk belajar dihari-hari berikutnya. Pihak sekolah mungkin urung untuk menghukum anak karena dengan alasan orang tua, atau karena tidak enak kepada orang tuanya. Namun sebagai hasilnya, bukannya kita menyelamatkan anak, namun justru mencelakakan dan secara tidak langsung mengajarkan anak tentang ketidak disiplin, bersikap manja, ketergantungan terhadap orang lain, dan tidak bertanggung jawab. Pada kasus ketiga, beberapa anak yang sudah menjelang dewasa dan belum memiliki kemandirian, belum percaya diri untuk menyelesaikan permasalahannya sendiri, masih sering melibatkan orang tua dalam menghadapi masalah apapun, maka hal itu adalah sebagai hasil dari kurangnya pembelajaran tentang kemandirian dan tanggung jawab. Pada usia, misalnya SMP dan SMA seharusnya orang tua telah mengajarkan anak untuk mengurus segala persoalan yang berkaitan dngan sekolah secara mandiri, dengan tetap memantau dan mengawasinya. Maka jika suatu ketika ia melanggar peraturan sekolah misalnya, biarkan dan relakan anak menerima akibat dari perbuatannya sendiri.

---

**Anak-anak belajar seperti halnya orang dewasa, bahwa setiap tindakan dan keputusan memiliki akibat atau konsekuensi yang harus ia terima dan ia harus bertanggung jawab untuk hal tersebut.**

---

**NO**  
*Punishment,*  
**NO**  
*Worries*

MENGHAPUS KEKHAWATIRAN, MEMBANGUN KEBERANIAN  
DALAM PEMBELAJARAN



Memberikan kesempatan kepada anak untuk merasakan akibat dan konsekuensi dari perbuatannya merupakan suatu hal yang mungkin rumit bagi orang tua, namun hal ini merupakan cara untuk mengajarkan kedisiplinan kepada anak. Anak-anak belajar seperti halnya orang dewasa, bahwa setiap tindakan dan keputusan memiliki akibat atau konsekuensi yang harus ia terima dan ia harus bertanggung jawab untuk itu.

Orang tua dapat mengajarkan kepada anak, bahwa konsekuensi tidak menempatkan sepatu ditempatnya setelah pulang sekolah adalah tertundanya jam beristirahat atau jam makan, sehingga mungkin anak akan merasa kelaparan dan ia hanya akan mendapat jatah makannya setelah ia melakukan tugasnya. Sedangkan tidak tidur tepat waktu akan berakibat terlambat bangun dan mungkin akan mengakibatkan terlambat berangkat kesekolah.

Contoh lain, jika kita ingin membudayakan waktu bertemu dan bersama keluarga setiap makan malam, maka konsekuensi dari tidak menghadiri makan malam adalah tidak akan menerima jatah makan pada malam itu sampai keesokan harinya. Jika anak mengeluh atas tindakan kita, maka kita akan menjelaskan, "Mohon maaf, jika kamu merasakan lapar saat ini, tapi sayangnya kamu harus menunggu sampai sarapan esok pagi". Anak yang merasakan konsekuensi dari perbuatannya ini cenderung tidak akan mengulangi kesalahannya. Sebaiknya, kita beritahukan kepada semua anggota keluarga tentang peraturannya, dan konsekuensi yang mungkin akan diterima bagi anggota keluarga yang tidak hadir pada makan malam tersebut. Dengan demikian kita telah ajarkan kedisiplinan kepada anak dengan tetap memberikan pilihan kepadanya untuk tepat waktu atau memilih bersedia menerima konsekuensi jika ia melanggarnya.

Catatan terpenting disini adalah, anak memahami bahwa kita

sebagai orang tua memberikan pilihan kepada anak dan dia juga harus bersiap menerima konsekuensi dari pilihannya. Anak juga harus mengerti alasan adanya konsekuensi dari setiap tindakannya, misalnya mengapa harus tepat waktu pada saat makan adalah karena akan menghabiskan banyak tenaga untuk selalu menjaga makanan tetap fresh dan hangat, maka jika si anak memilih terlambat makan malam orang tua juga harus merelakannya tidak mendapatkan jatah makan malam.

*Natural Consequences*, atau Konsekuensi alami seperti diatas memberikan kesempatan bagi anak untuk belajar dari kejadian alami di dunia ini, tentang akibat alami yang akan ia terima jika ia melakukan kesalahan. Misalnya, jika ia tidak makan maka ia akan lapar, jika ia malas belajar maka ia akan mendapatkan nilai yang rendah. Orangtua merelakan anaknya merasakan hal yang tidak menyenangkan namun alami terjadi kepada anaknya jika si anak tidak melakukan seperti yang diharapkan. Konsekuensi logis disusun oleh orang tua. Konsekuensi yang ditentukan, secara logis mengikuti perilaku anak.

Konsekuensi logis dan alami mengajarkan anak tentang tanggung jawab. Seperti konsekuensi untuk memakai baju kotor sebagai akibat tidak meletakkan baju kotor ditempatnya, seperti yang telah diminta ibu. Maka ketika datang hari giliran memakai baju seragam, dan didapati baju tersebut belum tercuci karena diletakkan dilantai di kamar anak bukan ditempat yang seharusnya, tanggung jawabnya tetap diberikan kepada si anak, bukan ibu yang harus mengambil alih tanggung jawab dengan mengambil baju kotor yang diletakkan tidak pada tempatnya dan mencucinya, atau memintakan ijin kepada guru untuk tidak memakai seragam, namun membiarkan si anak memakai baju kotor tersebut. Ketidak nyamanan yang ia rasakan selama memakai baju kotor itu karena baunya atau karena kotornya

akan mengajarkannya untuk bertanggung jawab dan tidak akan mengulangi kesalahan yang sama. Sebaliknya jika kita sebagai orang tua seringkali mengambil alih tanggung jawab si anak terhadap perilakunya, maka perilaku merekapun tidak akan berubah menjadi lebih baik. Sayangnya, tidak semua orang tua tega atau rela jika anaknya berpakaian kotor dan lecek meski itu adalah akibat dari kesalahan si anak sendiri.

Dari penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan beberapa hal berikut:

- a. Konsekuensi logis perlu ditetapkan oleh orang tua untuk menghadapi setiap perilaku anak yang tidak seharusnya.
- b. Sejak awal harus diberitahu tentang konsekuensi yang bakal diterima sebagai akibat dari tindakan atau keputusan yang diambilnya.
- c. Orangtua harus menyediakan pilihan bagi anak, untuk mengikuti atau memenuhi aturan sesuai yang kita harapkan atau jika tidak sesuai berarti dia memilih siap menerima konsekuensi dari tindakannya.
- d. Konsekuensi alami, (seperti jika anak tidak makan berarti ia akan lapar), akan dianggap lebih logis bagi anak, sebagai akibat dari kesalahan atau tindakannya yang kurang tepat, dan anak akan lebih mudah menerima konsekuensi tersebut.
- e. Konsekuensi logis mengajarkan anak tentang tanggung jawab, kemandirian, dan berhati-hati untuk memilih atau memutuskan sesuatu agar tidak berakibat buruk baginya.
- f. Konsekuensi adalah salah satu cara mengenalkan kedisiplinan kepada anak tanpa hukuman.
- g. Konsekuensi alami atau konsekuensi logis mengurangi

kekhawatiran anak selama proses belajar, karena konsekuensi memiliki wujud dan tampilan berbeda dari hukuman.

- h. Membiarkan dan merelakan anak untuk merasakan konsekuensi berarti memberikan kesempatan langsung kepada anak untuk belajar langsung kepada pengalaman.

## **KONSEKUENSI ALAMI TIDAK SELALU DAPAT DIGUNAKAN**

Meski tulisan diatas menjelaskan seberapa baiknya jika kita sebagai orang tua dapat mengenalkan dan mengaplikasikan konsekuensi alami dalam mendidik anak, namun sebenarnya konsekuensi alami juga tidak dapat begitu saja digunakan pada setiap kasus atau menyelesaikan setiap perilaku anak. Suatu contoh jika kita melihat anak kecil lari ke jalan tanpa menengok dan melihat dahulu apakah aman ia menyeberang jalan, maka kita bukannya membiarkannya dan menunggunya sampai ia terjatuh atau tertabrak oleh kendaraan (sebagai akibat atau konsekuensi alaminya), yang mengajarkannya untuk tidak lari ke jalan sembarangan. Selanjutnya, dia harus dibawa masuk kerumah dan diberitahu, “Menyeberang jalan itu harus lihat kanan-kiri dulu lho, karena bahaya banyak kendaraan lewat. Karena kakak tadi menyeberang jalan tanpa melihat-lihat dahulu, jadi sekarang mainnya didalam rumah dulu, sampai kakak bisa menyeberang jalan dengan hati-hati, tengok kanan kiri dulu, maka baru boleh main diluar”.

Keputusan diatas merupakan konsekuensi logis, karena menyeberang jalan tanpa hati-hati akan membahayakan anak, dan ia harus belajar untuk bermain dengan aman di halaman rumahnya. Dia

memiliki pilihan untuk bermain didalam rumah saja atau bermain dengan aman diluar rumah. Si anak diberi tanggung jawab untuk memilih sendiri tindakan yang akan dilakukan, beserta konsekuensi sebagai akibat dari pilihannya tersebut.

Beberapa kali kita melihat anak yang sudah berusia lebih dari 3 tahun yang disuapin oleh ibunya. Si anak makan sambil terus berlari-lari dan tetap asik bermain sambil si ibu menyuapinya makanan. Konsekuensi logis yang tepat adalah menahan sebentar makanannya sampai ia akan kembali duduk untuk makan. Membiarkannya untuk merasakan lapar sejenak akan mengajarkan kepada anak bahwa makan adalah tanggung jawabnya sendiri, dan sikap terbaik ketika makan adalah sambil duduk, dan jika ia menyia-nyiakan kesempatannya untuk makan maka ia akan merasakan lapar sebagai akibat atau konsekuensi dari tindakannya.

Lebih dari itu konsekuensi logis merupakan bagian dari pengalaman belajar. Tujuan menggunakan konsekuensi logis adalah untuk membantu anak untuk belajar membuat keputusan dan bertanggung jawab untuk menanggung resiko atas pilihannya dan tindakannya. Jika orang tua berteriak dan marah kepada anaknya dan berkata “Mas, ayo ditaruh mainannya ditempatnya atau ta' matikan TV nya?”, maka orang tua tersebut bukan sedang memberikan konsekuensi logis namun sedang menghukum anak, tidak pula mengajarkan anaknya untuk mandiri dalam mengambil keputusan. Sesungguhnya konsekuensi logis merupakan bentuk kelembutan dan bebas dari rasa amarah. Si orang tua seharusnya berkata, “Mas, kamu boleh melanjutkan melihat TV dan tidak akan terganggu jika mainanmu sudah kamu bereskan dan kembalikan pada tempatnya”. Disini, anak memiliki pilihan untuk segera merapikan mainannya atau kegiatannya menonton TV akan dihentikan dan terganggu.

Sebagai catatan, orang tua sebaiknya tidak memberikan konsekuensi jika mereka sedang dalam keadaan marah, karena konsekuensi yang diberikan pada saat sedang marah akan berubah menjadi hukuman. Konsekuensi dapat digunakan ketika anak mulai salah berperilaku atau bahkan sengaja berbuat salah untuk menarik perhatian orang tuanya. Sehingga konsekuensi dapat digunakan untuk mengajarkan anak tentang bagaimana caranya makan tepat waktu, berangkat sekolah tepat waktu, dan bertanggung jawab atas semuanya.

# 8 | TEACHING WITH HEART

Kegiatan mengajar ternyata bukan hanya bagaimana mulut kita menyampaikan materi dengan baik dan benar, dengan wajah yang menunjukkan semangat dan menarik bagi siswa, atau dengan seluruh bahasa tubuh kita yang mendukung penampilan kita, namun lengkap dengan hati kita, apapun yang kita sampaikan bersumber dari lubuk hati terdalam kita, dengan sepenuh hati untuk membuat siswa kita memahami dan memperoleh kompetensi seperti yang diharapkan.

Dalam mengajar dengan hati ini, kita sebagai guru membutuhkan 7 hal penting, yang dirangkum dalam 7C (*Seven C*):

1. *Content*
2. *Confidence*
3. *Comitment*
4. *Concern*
5. *Consistent*
6. *Cooperative*
7. *Compete*

## **PUJIAN, REWARD TANPA KENAL WAKTU**

Ada satu hal yang sangat sulit atau sering lupa dilakukan baik oleh para orang tua maupun guru, yaitu MEMUJI. Satu keberhasilan yang telah dilakukan oleh anak atau siswa berlalu begitu saja tanpa adanya penghargaan yang membanggakan bagi anak. Padahal jika diperhatikan baik-baik banyak sekali prestasi dan keberhasilan yang dilakukan oleh seorang anak. Bahkan tiap jam atau setiap menit ia bahkan seringkali berprestasi, dan sayangnya luput dari pandangan dan perhatian kita.

Sebagai contoh, satu saat anak kita sepulang sekolah, dengan sangat sukarela meletakkan sepatu dan baju kotor pada tempatnya, kita hanya terdiam saja dan buru-buru menyuruh mereka mencuci kaki, lalu tidur siang. Mengapa tidak kita sempatkan waktu kita semenit atau dua menit untuk memuji anak kita, “Alhamdulillah, terimakasih ya dek udah naruh sepatu dan baju kotor ditempatnya”. Ringan, tanpa beban, tidak perlu menunggu waktu yang tepat, karena saat itu adalah saat paling tepat.

Di lain kesempatan, anak kita seperti biasanya menjadi juara dikelasnya, meskipun tahun ini agak menurun satu peringkat dibandingkan tahun lalu. Kita hanya bertanya tentang mengapa hal ini bisa terjadi, mengapa ia sampai mau dikalahkan oleh teman sekelasnya, mengapa ia tidak belajar lebih rajin, dan semua pertanyaan yang memojokkan anak kita. Mengapa tidak kita awali dengan yang lebih membesarkan hatinya, seperti “Waah, hebat lho dek tiga tahun berturut-turut kamu juara...”, setelah itu baru dilanjutkan dengan “nilai apa ya yang turun dek?“. dengan suara yang benar-benar bertanya, bukan menghakiminya, sehingga ia tidak kehilangan rasa dihargai atas segala usahanya.



Di kelas kita, seorang siswa yang tidak bisa diam dan mendapat julukan *trouble maker* dari teman-temannya, suatu hari dengan sukarela menghapuskan papan tulis kita, maka dengan spontan seharusnya kita sampaikan “terimakasih ya mas, sudah dibantu melancarkan belajar kita hari ini...”. Pujian tersebut disampaikan dengan spontan tanpa memilih-milih dan pandang bulu, tanpa melihat latar belakangnya, apakah setiap hari ia melakukan kebaikan tersebut atau lebih sering mengganggu pembelajaran.

Dari ketiga contoh diatas, sebenarnya tujuan dari PUJIAN kita adalah sebagai berikut:

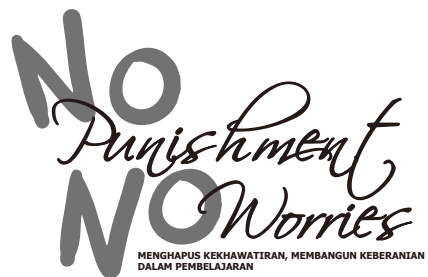
- Menghargai dengan tulus satu kebaikan yang dilakukan anak maupun siswa kita.
- Memberikan penjelasan kepada anak, secara tidak langsung, bahwa satu hal baik yang dilakukannya merupakan satu kebaikan yang harus dilakukan terus-menerus.
- Memberikan teladan atau contoh bagi anak atau siswa lain tentang satu perilaku atau kebaikan yang dilakukan.
- Membuktikan kesamaan posisi dan penghargaan pada setiap anak atau siswa, tanpa ada keinginan membedakan satu dengan lainnya, baik yang pandai atau yang kurang, baik yang patuh maupun yang sering melanggar peraturan.
- Memberikan efek malu atau sungkan bagi anak yang akan atau jika melakukan kesalahannya pada waktu mendatang.
- Mengajarkan anak tentang kebiasaan untuk menghargai dan memuji usaha keras orang lain.

Dengan berbagai tujuan diatas, akan diperoleh beberapa manfaat yang dari memberikan pujian pada setiap tindak tanduk anak

---

**Pujian juga membuktikan kesamaan posisi dan penghargaan pada setiap anak, tanpa ada keinginan membeda-bedakan satu dengan lainnya, baik yang pandai atau yang kurang, baik yang patuh maupun yang sering melanggar peraturan.**

---



dan siswa kita adalah sebagai berikut:

- Memberi rasa nyaman dan perasaan dihargai oleh orang lain, terutama orangtua sendiri atau gurunya.
- Meningkatkan rasa percaya diri pada diri anak atau siswa tersebut.
- Mendorong anak lain untuk melakukan kebaikan yang serupa atau lebih baik.
- Anak akan terbiasa menghargai usaha dan prestasi orang disekelilingnya.

## **PEMBELAJARAN POSITIF UNTUK KELAS KONDUSIF**

Untuk menciptakan disiplin yang positif, maka perlu didukung oleh pembelajaran yang positif. Terdapat beberapa teknik untuk membangun menertibkan perilaku-perilaku yang menyimpang dikelas, sehingga tidak mengganggu stabilitas pembelajaran, diantaranya yaitu:

1. *Focusing and being soft spoken*. Artinya selalu fokus dan berbicara dengan suara lembut. Ketika mengawali pelajaran, kita harus yakin bahwa kelas dalam keadaan kondusif dan kita mendapatkan perhatian dari seluruh siswa dikelas. Disini, kita menunggu seluruh siswa terdiam dan memberikan perhatian. Menyediakan waktu 3 sampai 5 menit untuk membuat siswa merasa siap untuk belajar akan berakibat lebih baik daripada kita memaksakan mereka belajar pada saat mereka belum siap. Selain itu guru dengan suara lembut, biasanya memiliki kelas yang lebih tenang dari pada guru dengan suara yang melengking keras. Siswa-siswanya akan duduk tenang untuk mendengarkan kata-kata yang disampaikan.

2. *Direct Instruction* atau instruksi langsung. Seorang guru sebaiknya merencanakan sebuah pembelajaran yang menarik bagi siswanya, maka ia memulai pelajaran dengan menceritakan kepada siswanya apa yang akan terjadi selama pembelajaran, mengatur kapan dan berapa lama ia harus menjelaskan materi, memberikan tugas atau proyek, dan batas waktu siswa menyelesaikan tugas. Lalu mengatur waktu khusus pada akhir pelajaran bagi siswa untuk melakukan aktifitas sesuai pilihan atau kemauannya. Hal ini secara tidak langsung akan mendorong siswa untuk segera menyelesaikan proyek atau tugas yang diberikan agar dapat melakukan apa yang ingin ia lakukan.
3. *Monitoring*. Memantau, berkeliling kelas disaat siswa sedang bekerja, belajar dan berdiskusi dengan teman, lalu memeriksa kemajuan dari proses yang dilalui sangat diperlukan untuk mengetahui kemajuan dan pencapaian yang dilakukan siswa kita sekecil apapun. Bukan untuk menginterupsi atau menyela diskusi dengan pengumuman, kecuali jika beberapa siswa mengalami kesulitan yang sama.
4. *Non-verbal Cueing* atau peringatan non-verbal. Peringatan ini digunakan saat guru menemukan kelas mulai gaduh, tidak kondusif atau kehilangan konsentrasi, dan ia ingin memperoleh perhatian murid kembali. Maka guru dapat menggunakan tanda seperti membunyikan bel, menyuarkan tepuk, atau membunyikan yel-yel tertentu yang sebelumnya sudah diberikan penjelasan dan kesepakatan dengan siswa tentang apa arti dari tanda-tanda tersebut, dan apa yang harus mereka lakukan ketika mereka mendapatkan tanda tersebut. Cara lainnya adalah

dengan menyebut nama siswa yang sedang membuat keributan atau sedang asik berbicara, dan memasukkan namanya pada cerita atau contoh-contoh yang sedang kita sampaikan. Dengan mendengar namanya disebut akan membuat siswa sadar bahwa perbuatannya mendapatkan perhatian dari guru.

Dengan melakukan beberapa hal diatas diharapkan akan mampu menambah kondusifnya kelas kita. Siswa akan menjadi lebih perhatian kepada guru dan apa yang disampaikan, bukan karena rasa takut dan khawatir namun karena sungguh-sungguh tertarik dengan apa yang akan dipelajari melalui guru tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Brophy, Jare. 2004. *Motivating Student to Learn*. New Jersey: LEA Publisher.
- Cowden, Peter. *Communication and Conflict: anxiety and learning*. Niagara: Niagara University.
- Halpenny, Ann Marie. 2010. *Parents' Perspectives on Parenting Styles and Disciplining Children*. Office of the Minister for Children and Youth Affairs.
- Jinan, Miftahul. 2012. *Orang Tua Hobi Menghukum*. Surabaya: Filla Press.
- Marsh, Debra. 2012. *Blended Learning, creating learning opportunities for language learners*. USA: Cambridge University Press.
- Naker, Dipak dan Sekitoleko, Deborah. 2009. *Positive Discipline: Alternatives to Corporal Punishment*. Uganda: Raising Voices.
- Ramsden, Philippa dan Buaneswari. 2008. *Positive Discipline Technique to Promote Positive Behaviour in Children*. Finlandia: Save the Children.
- Telep, Valya. 2009. *Discipline and Punishment: What is the Difference?* Virginia: Virginia Tech.
- Wolpov, Ray, dkk. 2011. *The Heart of Learning and Teaching*. Washington : OSPI.
- \_\_\_\_\_.2006. *Positive Discipline in the Inclusive, Learning-Friendly Classroom*. Bangkok: UNESCO.

\_\_\_\_\_. 2009. *Discipline for Young Children*. United State: Virginia Tech.

\_\_\_\_\_. 2009. *Positive Discipline, Alternatives to Corporal Punishment*. Uganda: RaisingVoices.

\_\_\_\_\_.2014. *Behaviour and Discipline in School*. Department for Education.

Public Agenda. 2004. *Teaching Interrupted*. Diakses dari [www.publicagenda.org](http://www.publicagenda.org)

U.S. Department of Education. 2014. *Guiding Principle*. Washington D.C. diakses dari [www.ed.gov/dschool-discipline](http://www.ed.gov/dschool-discipline).



## Tentang Penulis

### Ana Maghfiroh

---

Dosen Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris di Universitas Muhammadiyah Ponorogo, yang mengampu mata kuliah Grammar, Writing, dan Teaching English as Foreign Language. Lahir di Ponorogo. Saat ini penulis sedang menempuh program doktor pada bidang studi pendidikan bahasa Inggris. Konsen dan perhatiannya adalah pada pembelajaran-pembelajaran bahasa asing, khususnya yang berbasis Pondok Pesantren, sehingga banyak penelitian dan tulisannya tentang hal tersebut, diantaranya adalah tentang problema pembelajaran bahasa asing, model-model pembelajaran bahasa berbasis pesantren, disiplin dalam pembelajaran bahasa, *Teaching with Heart: Mendidik Anak Tanpa Hukuman* dsb.

---







---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

