

Quantum learning at HOME



# 3 MENIT ANAK MEMBUAT KERANJINGAN BELAJAR

HAL YANG UTAMA SEBELUM  
MENGAJARKAN TEKNIK BELAJAR APA PUN

$$E=mc^2$$

$$\sqrt{25}$$



$$\pi r^2$$



**REZA RIFANTO**



Quantum Learning at Home

**3 MENIT**  
MEMBUAT ANAK  
**KERANJINGAN BELAJAR**

*pustaka-indo.blogspot.com*

REZA RIFANTO



Diterbitkan oleh Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta



# Quantum Learning at Home

## 3 Menit Membuat Anak Keranjingan Belajar

Oleh Reza Rifanto

Copyright © 2010 by Reza Rifanto

GM 20401100052

Desainer sampul: Crea+

Ilustrator: Pingki Ayako Suprpto, Guy lee Westerhoff

Penata Letak: Aditya Wirabakti

Pertama kali diterbitkan dalam bahasa Indonesia

oleh Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama,

Kompas Gramedia Building Blok I Lt. 4-5

Jl Palmerah Barat 29-37, Jakarta 10270

Anggota IKAPI, Jakarta 2010

Hak cipta dilindungi oleh Undang-undang.

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini

tanpa izin tertulis dari Penerbit.

ISBN: 978-979-22-5534-8

### Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2002 tentang Hak Cipta

#### Ketentuan Pidana

#### Pasal 72:

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).

---

Dedicated to my parents:

*Bambang Hari Subagio & Safanah Fanny*

Yang selalu sabar dan mendukung anakmu ini mengejar apa yang  
dicita-citakan, terima kasih atas cinta kalian yang tulus...

---



Ucapan Terima Kasih	ii
Pengantar	iv
1. What's Going On?	1
2. Yang Pertama dari yang Utama	7
2.1. Ideal Vs Kenyataan	13
2.2. Anak bukanlah Orang Dewasa Mini	36
2.3. Nilai adalah Sebab dari Suatu Akibat	41
2.4. Bersama Jauh Lebih Baik	50
2.5. Tidak Ada Murid yang Bodoh, yang Ada Hanya Guru yang tidak Bisa Mengajari	55
3. Membangun Kepercayaan Diri Anak terhadap Belajar	57
4. Memulai dengan 3 Menit	75
Perhatikan "Performance"	97
5. Setelah Menyentuh Hati dan Emosi	103
6. Always Fun & Happy	107
6.1. Menciptakan Asosiasi yang Positif	114
6.2. Repetisi	121
6.3. TBMT	133
6.4. Fit Your Body & Brain	139
6.5. A Friend	147
7. Bagaimana Membuatnya Konsisten?	153
8. Beberapa Strategi "Fun Learning"	165
9. There's a Will, There's a Way	171
Bibliografi	175
Profil Penulis	179

---

# UCAPAN TERIMA KASIH

---

Pertama-tama penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Allah SWT, beserta nabi Muhammad SAW. Yang telah memberikan kehidupan yang indah ini, dan berkah yang luar biasa ini. Selanjutnya penulis ingin mendedikasikan buku ini kepada:

Kedua orang tua penulis, Bpk Bambang Hari Subagio yang luar biasa membimbing penulis menjadi orang yang semakin dewasa dalam menjalani hidup ini. Ibu penulis, Safanah Fanny, yang dengan sabar selalu mendukung untuk mencapai cita-cita di masa depan agar bisa berguna bagi siapa saja... kakak penulis, Fria Astari dan Mas Hendra, terima kasih banyak atas dukungannya yang luar biasa juga. Tidak lupa juga kepada malaikat-malaikat dalam hidup penulis, keluarga besar Bayu Budinugroho Asnar, Ninis, Rama yang lucu, Bpk Prof. Soehartono Taat Putra beserta ibu, mbok Yam yang selalu mengingatkan untuk makan siang; Warih Puspitasari, terima kasih atas pelajaran cinta yang tulus kepada penulis; keluarga besar Diana A.L, Ibu Aniwati, Caroline (Kiki), Yeski-Monica, tt. Mary, tt. Lila dan Vivi, terima kasih telah mengajarkan banyak hal kepada penulis; Vicky Vilea yang selalu memberikan semangat dan kepercayaan bahwa penulis pasti bisa menyelesaikan buku ini; Elita tandy, sahabat saya yang luar biasa yang selalu mengingatkan: "there's a will, there's a way"; Anak-anak Samudra Ilmu, Arif, Vendra, Tria, Dwi, dkk.; Andhini & Thalia Music; keluarga besar penulis Tt. Emy- sekeluarga, Ttn Nita-sekeluarga, Tn. Dion dan keluarga (Reni, Vina, Paeng, Radho), Harris, Nanda, betapa menyenangkan menghabiskan waktu bersama kalian!! Akademi Hipnoterapi Indonesia (AHI), Bpk Ariesandi, Praseno Nugroho, dkk; Guru-guru saya yang luar biasa, Bpk Adi W gunawan, ProfYusti Probowati, ibu Evy tjahjono, Ibu Srisiuni, Bpk. Adrian Pramadi, Bu Hartanti dan rekan-rekan; teman-teman di Hardrock FM Surabaya;

---

Tt.Ony - om Johan, om Tony (alm) & Iwan Cahyono (terima kasih atas pelajaran spritualnya, suatu saat pasti kita akan berkomunikasi lagi), Fahmi Arfan, Mas Hengly, teman-teman di Troya (Ipung, Mudha, Wawan, Pingky beserta Guy lee Westerhoff atas-gambarnya yang luar), temen-temen di Rotary & Rotaract, Ibu Sofie Beatrix beserta Pak Jamil Azzaini, Agustine Mega Puspita, Mila Rahmawati atas inspirasinya, Teman-teman di KSGK, Mbak Wulan & Bu Nur yang selalu membuat cerita-cerita lucu, Mei, dkk; Bobby Meidriew, Toge Aprilianto, dan rekan-rekan semua yang belum sempat saya sebutkan.

Ucapan terima kasih kepada “sahabat belajar kakak” kepada Michael, titi, ela, (keluarga Bu Lina), Amzhar, Alif, Farchan, Faiq, Amanda, Ajeng, Ryan, Keluarga Ibu Wid & Arfan, Ajeng, Ryan, Ella, (mata besar), Very, Rofiq, Anggi, Adistyawan, Zen dan sahabat-sahabat belajar yang tidak bisa kakak sebutkan satu persatu. . . . ayo kita buat belajar adalah hal yang paling menyenangkan di dunia!!

---

## PENGANTAR

---

”Mengapa belajar itu penting?? Mengapa belajar itu perlu??” Inilah pertanyaan yang selalu ada di dalam pikiran saya ketika masih duduk di bangku sekolah. Jujur saja pada waktu itu, kata-kata ”belajar” memberikan pemaknaan yang kurang menyenangkan bagi diri saya. Ketika orang tua saya meminta untuk belajar, berarti saya harus meninggalkan acara kesayangan di televisi, tidak bisa bermain *game*, ataupun bermain dengan teman-teman, dan tentunya hal tersebut membuat saya semakin tidak menyukai kegiatan belajar.

Belajar sangat identik dengan mendengarkan guru yang berceramah, menghafalkan berbagai macam teori, menjawab soal-soal yang diberikan, mendapatkan nilai yang bagus di sekolah, naik kelas, dan dipuji oleh guru serta kedua orang tua.

Alhasil dengan pemahaman belajar seperti itu, akhirnya saya pada saat itu seringkali mengambil jalan pintas dengan mengandalkan teman-teman ketika sedang mengerjakan PR ataupun menghadapi ujian, dengan harapan hanya mendapatkan nilai yang bagus.

Perasaan kurang menyukai belajar ini terbawa hingga saya menginjak bangku kuliah. Di dalam kelas saya seringkali lebih memilih untuk beraktivitas sendiri dibandingkan mendengarkan dosen saya. Buku-buku yang saya miliki pun hanya berfungsi sebagai pelengkap dan tentu saja tidak pernah saya baca, kecuali jika akan menghadapi ujian.

Titik balik pun terjadi dalam kehidupan saya. Ketika itu saya membaca buku mengenai bagaimana cara memaksimalkan potensi otak kita untuk belajar. Begitu tertariknya mengenai materi tersebut, saya mulai banyak mencari buku-buku, jurnal-jurnal, mengikuti seminar, workshop, dan berdiskusi dengan para ahli dalam hal tersebut.

Banyak buku-buku kuliah saya yang dahulunya tidak pernah saya

---

sentuh atau bahkan hilang entah ke mana, kini saya cari kembali dan dengan senang sekali mempelajarinya.

Dengan bekal beberapa keterampilan dan pemahaman yang saya dapatkan, akhirnya saya mencoba untuk menerapkan keterampilan-keterampilan tersebut dalam hidup saya. Dari ketika saya mulai bekerja sebagai seorang konsultan yang menangani pengembangan sumber daya manusia di perusahaan, hingga kini membuka konsultasi dibidang pendidikan dan pembelajaran.

Di dunia pendidikan, banyak sekali problematik yang saya temui mengenai keresahan para orang tua ataupun pengajar untuk mengajak anak ataupun siswanya belajar. Ya memang ketika melihat permasalahan tersebut, saya jadi teringat akan diri saya kembali pada saat itu dan tentunya menjadi tantangan tersendiri bagi saya untuk dapat melakukan perubahan tersebut.

Pengalaman-pengalaman menangani permasalahan belajar tersebut akhirnya saya coba tuangkan dalam buku yang saya beri judul "3 Menit Membuat Anak Keranjingan Belajar". Dalam buku ini, saya mencoba untuk menggambarkan bagaimana langkah-langkah yang saya gunakan dalam menangani kasus-kasus anak yang kurang termotivasi belajar hingga akhirnya mempunyai semangat belajar yang tinggi.

Buku ini tentunya merupakan langkah awal bagi saya untuk dapat memberikan ide-ide ataupun cara-cara tertentu yang diharapkan nantinya dapat membantu berbagai pihak, sehingga diharapkan setiap orang akan mempunyai pemikiran bahwa belajar adalah hal yang menyenangkan dalam hidup ini.

Ya... dengan belajar, manusia yang mulanya merangkak bisa berlari. Dengan belajar, seseorang dapat menciptakan suatu karya. Dengan belajar, seseorang dapat bermanfaat bagi orang lain, dan dengan belajar, seseorang

---

dapat mencapai apa yang dicita-citakan dalam kehidupannya.

Dengan segala kelebihan dan kekurangan yang ada, saya mengucapkan banyak terima kasih telah bersedia membaca buku ini. Saya sangat terbuka apabila ada saran-saran yang dapat membangun untuk pengembangan diri saya dan tentunya dapat juga bermanfaat bagi pengembangan dunia pendidikan, khususnya di negara kita Indonesia.

Buku “Quantum Learning at Home” ini merupakan sebuah bentuk pengalaman yang mengesankan dalam hidup saya, dimana saya menghabiskan waktu bersama “sahabat-sahabat“ belajar saya... sedih bersama, jatuh bersama, ceria bersama, semangat bersama...!!!

Jika sahabat-sahabat belajarku bisa melewati saat yang membuat ia *down*, sedih, kecewa... hingga “bersinar” dan mempunyai semangat mencapai cita-cita seperti sekarang... Maka sekarang giliran Kak Reza... Kakak juga pasti bisa!! Semoga pengalaman kita juga bisa dirasakan oleh banyak orang!!

Terima kasih sudah mengajarkan pelajaran yang luar biasa kepada kakak!!!

Salam Hangat,  
Reza Rifanto

*Based on experience*

*Inilah prinsip-prinsip yang paling utama sebelum mengajarkan teknik belajar apapun kepada anak!*

SEASON 1

# What s Going On?

[pustaka-indo.blogspot.com](http://pustaka-indo.blogspot.com)

---

# What s Going On?

---

Masih ingat dalam benak saya, saat pertama kali saya melakukan les privat kepada seorang anak. Yup!! Hari senin Jam 3 sore tepatnya saya berangkat ke rumah anak tersebut. Setelah dipersilakan masuk diminta menunggu sejenak oleh ibunya, ternyata anaknya masih tidur siang!! Hmm... mungkin baru pertama kali ya wajar menurut pemikiran saya. Setelah itu saya mendengar negosiasi yang cukup seru di dalam kamar si anak: “Ma, masih ngantuk...!!” “Lho gurunya udah datang itu lho... ayo cepet!!” “Ngantuk!!” semakin kenceng jawaban anak tersebut. ”Ayo cepetan!!”

Tidak lama setelah itu sang ibu menemui saya, “Sebentar ya, Kak... anaknya masih baru bangun tidur.” Setelah sekitar 10 menit akhirnya anak tersebut keluar dari kamar dan langsung duduk di bangku sambil setengah sadar. Setelah suasana hening sejenak, saya melihat apakah anak ini tidur sambil duduk, atau bagaimana ya? Kok tidak bereaksi? Ternyata setelah itu si anak bereaksi (akhirnya), “Kak mau ke belakang dulu ya.” Setelah mencuci muka, terlihat wajah anak ini terlihat lebih segar (tapi sedikit, masih banyak terlihat mengantuknya lho).

Akhirnya saya mencoba untuk memulai les ini, “Ayo sekarang kita belajar apa? Pelajaran yang adik merasa sulit apa?” ...Zzzinngg!! ... Ternyata pertanyaan saya tidak dijawab, anaknya malah melamun melihat ke depan rumah... Wah saya mencoba mengganti pertanyaannya, “Besok ada pelajaran apa? Apakah ada PR?” Si anak akhirnya menjawab, “Besok ada pelajaran matematika... ada PR.”. ”Ok bawa sini PR-nya,” akhirnya ada komunikasi juga dengan si anak. Setelah si anak membawa buku lalu membuka soal-soal yang menjadi PR-nya. “Kak ini PR-nya,” katanya. “Oke... yuk kita kerjakan bersama-sama,” kata saya. ”Kakak aja yang

ngerjain, aku nggak bisa.””Hmm gitu... ayo kita coba kerjain sama-sama, salah nggak apa-apa kok, nanti kita akan koreksi sama-sama.” Namun ternyata untuk mengerjakan satu soal saja lama banget... dan mulai deh rayuan-rayuannya keluar, “Kak ini nggak bisa.” ”Bisa, ayo kerjakan dulu salah nggak apa-apa kok!” Kataku sambil memberi semangat. Namun rayuan itu keluar lagi, “Gak bisa.” Akhirnya sambil sedikit mengalah saya mencoba menerangkan bagaimana cara menjawab soal tersebut (wah jadi saya ya yang mengerjakannya). Setelah selesai nomor 1, ternyata di soal ke-2 anak tersebut juga meminta saya untuk mengerjakan wah... wah... akhirnya tanpa terasa waktu sudah 1 jam berlalu, sang anak baru saja mengerjakan soal yang ke-4. Dalam pikiran saya, ini lesnya cuma buat bantu anak ngerjain PR ya??

Sampai jam les berakhir, akhirnya saya meminta sang anak untuk memanggil ibunya. Pada saat berbincang-bincang, ibunya mengutarakan keluhan-keluhan bahwa anaknya tidak mau belajar, nilai ulangan di sekolahnya kurang semua. Dengan sedikit analisis saya mencoba bertanya kepada ibu tersebut, “Apakah mungkin karena pulang dari sekolah, ya Bu? Mungkin karena capek ya?” tanya saya. Si ibu menjawab, “Ya mungkin saja sih Kak, tapi bagaimana caranya ya?” sahut si ibu. “Apakah ada les yang lain sehingga jenuh?” tanya saya kembali. “Tidak ada kok, tapi ya gitu-itu anaknya, sama guru yang sebelum kakak juga begitu, sampai guru tersebut menyerah dan berhenti,” keluh si ibu. “Ok Ibu, kalau mungkin anak Ibu kecapekan setelah pulang sekolah. Saya akan coba membuat soal-soal sedikit aja, mungkin tiga soal aja cukup setiap harinya, sehingga anak Ibu bisa konsisten dalam belajar.”

Keesokan harinya saya mencoba datang ke rumah anak itu lagi dan mencoba membujuknya, bahwa belajar adalah hal yang mudah. Kemudian saya menyodorkan tiga soal saja. “Nah kakak sudah buat tiga soal aja,

gampang ‘kan? Cara menjawabnya mudah banget, Adik tinggal lihat di buku, baca, terus salin aja maka sudah selesai, jadi cukup 10 menit, bagaimana?” begitu rayu saya. Pada hari itu anak tersebut cukup kooperatif dalam mengerjakan soal. “Sudah Kak!” katanya. “Gampang kan? Oke besok kakak akan berikan tiga soal aja ya.” Setelah itu saya membuat soal-soal yang mudah untuk anak tersebut. Keesokan harinya saya berangkat ke sana dan ternyata sang anak sedang tidak ada di rumah, sedang bermain ke rumah temannya, kata kakak anak tersebut. Karena si anak tidak ada di tempat maka saya titipkan saja soal-soal tersebut dengan harapan bahwa si anak mau mengerjakannya tiap hari meskipun cuma tiga soal saja.

Pada hari Kamis saya datang lagi dan berharap soal-soal yang saya berikan sudah dikerjakan. Ternyata harapan saya tinggal harapan. “Soal-soalnya belum dikerjakan semua,” kata si ibu. “Wah... ya sudah, nanti saya akan kerjakan sama anaknya,” sahut saya. Tapi saat mulai les, ternyata si anak masih tidur.

Kejadian di atas merupakan pengalaman saya pada waktu mengajar les privat. Apakah Anda pernah mengetahui hal seperti ini? Ataukah anda mengalami problem yang sama? Kalau iya, ternyata kita harus bersyukur ternyata tidak sendirian mengalaminya. Dalam waktu berbulan-bulan, bertahun-tahun kemudian, setelah beberapa kali menangani anak-anak yang les belajar, akhirnya saya menemukan beberapa cara yang menurut saya sangat efektif dalam membuat anak keranjingan belajar, karena dengan mengetahui cara membuat anak keranjingan belajar, maka saya merubah profesi saya dari seorang guru les menjadi seorang therapist dan konselor bagi anak-anak yang mengalami masalah dalam motivasi belajar.

Beberapa hal menarik dari pengalaman saya dalam menangani anak adalah sebagai berikut :

Ada orang tua yang merasa anaknya itu malas belajar, nilai di sekolah

turun semua, padahal *dibade'i* (ditanyai soal-soal) ibunya bisa, kenapa ya?? "Mas, apakah anak saya autis??" tanya seorang ibu. Weeeittzz!!!! bahaya-bahaya... kalau jaman sekarang ini anak mempunyai tingkah laku yang menurut orang tua aneh langsung aja cap hiperaktif dan autis bermunculan... wah kacau!! Kemudian saya mencoba berbincang-bincang dengan ibunya sebentar, lalu saya mendekati anaknya dan mencoba mengajar anaknya, kemudian esok harinya anaknya sendiri yang bilang kepada orang tuanya, "Ma aku mau les tiap hari sama kak Reza." Ibunya jadi terheran-heran, "Ini anakku kenapa ya?? Kok tumben sekarang mau belajar tiap hari!! Anaknya yang minta lagi!?!?" kemudian secara perlahan tapi pasti, nilai anak tersebut semakin hari semakin meningkat.

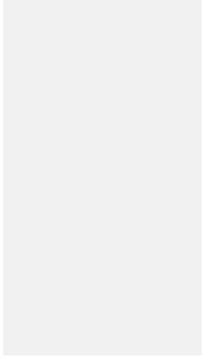
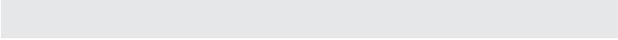
Ada seorang ibu bertanya kepada saya, "Anak saya ini tidak bisa naik sepeda dari kelas satu sampai sekarang ini (kelas 2 SD) padahal sudah dibelikan sepeda baru... tapi gak dipakai, gimana ya?? Padahal saya sudah minta untuk belajar tapi ia histeris tidak mau!!" Setelah mendengar penjelasan ibu tersebut, saya meminta waktu untuk dapat bertemu dengan anaknya pada keesokan harinya. Dengan waktu kurang lebih setengah jam bersama anak itu ternyata akhirnya si anak bisa naik sepeda, "Ma (ibu), aku bisa naik sepeda!!" kata si anak, sambil menunjukkan kebolehannya di depan rumah. Kemudian ibunya bertanya sambil bingung, "Kok bisa ya?"

Dari cerita diatas tentang seorang anak yang dicap malas belajar oleh orang tuanya, dan ibu guru di sekolah mengeluhkan kurangnya konsentrasi dalam mengerjakan tugas yang diberikan, tapi setelah pertemuan pertama kali dengan saya anak itu berkata kepada ibunya bahwa ia mau les tiap hari, "Ma mau les sama kak Reza setiap hari!!" sang ibu pun merasa terheran-heran dan tidak beberapa lama kemudian ibu guru juga memberikan kabar bahwa anak itu sudah banyak mengalami kemajuan yang drastis.

”Wah senang sekali rasanya bisa membuat anak-anak menjadi semangat belajar!!”

Pengalaman-pengalaman tersebut saya tuangkan dalam buku ini. Harapan saya dalam waktu di kehidupan yang sangat singkat ini, saya bisa memberikan sumbangsih yang mungkin bisa memberikan arti kepada setiap orang tua maupun rekan-rekan yang berkecimpung di dunia pendidikan. Semoga pengalaman belajar yang menyenangkan bersama sahabat-sahabat belajar saya ini bisa dirasakan juga oleh orang lain!!

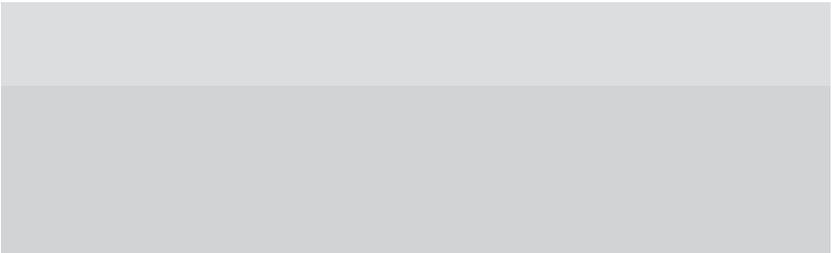
*pustaka-indo.blogspot.com*



SEASON 2

# Yang Pertama dari yang Utama

[pustaka-indo.blogspot.com](http://pustaka-indo.blogspot.com)



---

# Yang Pertama dari yang Utama

Banyak sekali orang tua maupun pengajar menginginkan perubahan cepat agar anak atau siswanya yang mulanya malas belajar menjadi keranjingan belajar.

Namun hati-hati! Apabila cara yang kita gunakan tidak tepat, malah bisa membuat anak menjadi semakin antipati terhadap belajar.

Seperti apabila kita menaiki kendaraan, apabila kita ingin segera bergegas mencapai tujuan yang dikehendaki tetapi tidak memperhatikan rambu-rambu lalu lintas, apa yang akan terjadi? Bisa-bisa terjadi kecelakaan yang parah bukan?

Nah, agar kita dapat mencapai tujuan dengan selamat dan anak menjadi keranjingan belajar, maka ada baiknya kita memperhatikan hal-hal yang paling utama atau rambu-rambu tersebut!

Apa itu yang pertama dari yang paling utama? Sebelum saya menjelaskan lebih lanjut mengenai sesi ini, saya akan memberikan sebuah *test* kepada anda terlebih dahulu.

Soal *test*nya sangat mudah, jawablah secara langsung apa yang terlintas dalam benak anda dan yang pasti bahwa *test* ini tidak ada hubungannya dengan penilaian prestasi kerja anda... hahahaha.

Soal *test* adalah sebagai berikut (harap dijawab dulu sebelum melanjutkan ke halaman berikutnya, ya!)

1. Jawablah pertanyaan berikut ini :

Jika ada teman anda yang sedang naik sepeda motor dan tidak memakai helm, apa yang akan anda katakan kepada teman anda tersebut?

---

---

---

2. Lanjutkan pernyataan ini :

“Ayo nak jadi orang yang pintar, agar besok.....”

---



---



---

Jika sudah selesai, ayo kita coba sama-sama lihat jawabannya (jika belum di isi, saya sarankan untuk mengisi dulu...!!)

Seringkali ketika saya memberikan pertanyaan-pertanyaan tersebut kepada peserta training, pada umumnya jawaban pada soal tersebut adalah:

Jawaban pada nomor:

1. “Hati-hati nanti ketangkap polisi!”

2. Mencari pekerjaan

Apakah jawaban Anda sama? jika tidak maka tidak ada masalah lho... jawaban ini hanyalah jawaban orang pada umumnya.

Pada soal yang pertama, secara tidak langsung kita akan mengatakan kepada teman yang tidak memakai helm, “Hati-hati lho nanti ada polisi di sana!” bukan “Hati-hati lho!! Pakai helm aja biar selamat!!”

Dari dua jawaban ini maka dapat disimpulkan bahwa pada jawaban yang pertama kita menganjurkan pakai helm agar tidak tertangkap polisi. Tapi kalau kita pikir-pikir apakah sebenarnya tujuan orang pakai helm? Apakah biar tidak ketangkap polisi atau biar selamat apabila terjadi kecelakaan?

Pada soal kedua, pada umumnya orang mengatakan kita pintar agar mudah mencari pekerjaan, namun ketika saya bertanya kepada peserta training saya, “Bapak-ibu, kalau nanti anaknya sudah besar, kira-kira pingin anaknya menjadi bos atau karyawannya?” serentak saja mereka menjawab, “Ya jadi bosnya!!” Ya kalau ingin menjadi bos, jawaban untuk soal nomor 2

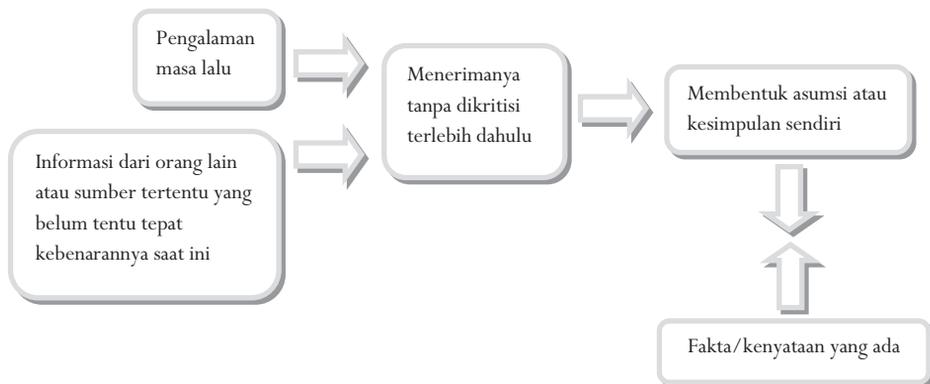
bukan mencari pekerjaan tetapi membuat pekerjaan!! Serentak terdengar bunyi “Oooo...” dari peserta.

Nah yuk kita mencari tahu mengapa kita bisa berpikir demikian?!

Pikiran kita secara langsung mempunyai kesimpulan-kesimpulan yang secara otomatis timbul dari pengalaman terdahulu melalui apa yang kita dengar, lihat dan rasakan. Sebagai contohnya, saya masih ingat perkataan kedua orang tua saya, “Nanti kalau kamu dapat lulusan sarjana, cari kerjanya lebih mudah,” begitu ada pertanyaan seperti soal nomor 2 di atas (“Ayo nak jadi orang yang pintar, agar besok mudah...”), maka pikiran saya secara otomatis akan memberikan jawaban berdasarkan pengalaman ketika mendengarkan perkataan orang tua saya, yaitu “cari kerjanya lebih mudah”.

Contoh yang kedua, seorang teman saya (seorang wanita) setiap akan diperkenalkan dengan seorang lelaki yang pertama kali ia tanyakan adalah “sudah berkeluarga ya?” usut punya usut ternyata ia pernah mengalami trauma didekati seorang pria yang ternyata sudah berkeluarga. Hal ini membuat ia agak waspada terhadap laki-laki yang mendekati dia.

Dari 2 contoh di atas maka dapat kita buat bagannya seperti demikian:



Namun kesimpulan- kesimpulan dari pengalaman kita terdahulu itu ternyata perlu kita waspadai. Pada kenyataan yang ada, kesimpulan kita tersebut belum tentu benar. Jadi hati-hatilah terhadap kesimpulan otomatis yang ada dalam pikiran kita.

Nah, dari contoh di atas dan dari pengalaman saya, sebelum kita menginginkan anak menjadi keranjang belajar, yang utama atau rambu-rambu yang harus kita perhatikan adalah mengenai...

## **MINDSET KITA!!**

*Mindset* adalah bagaimana cara pandang atau keyakinan kita akan terhadap suatu hal tertentu. Secara otomatis, kalau kita sudah meyakini sesuatu maka kita akan bertindak sesuai dengan keyakinan itu.

Kenapa hal ini menjadi yang utama? Coba kita lihat contoh berikut:

Seorang ibu sedang menunggu giliran di panggil oleh dokter untuk pengecekan kesehatan rutin. Dalam masa penantian tersebut datanglah seorang anak kecil yang berlari-lari di depan ibu tersebut, berteriak-teriak. Dalam hati si Ibu “wah anak kecil ini kok menyebalkan sekali sih, hidup lagi!” Sengaja atau tidak sengaja, anak kecil itu menabrak ibu tadi sehingga tas ibu terjatuh dan barang-barangnya tercecer semua di lantai. Habis sudah kesabaran si ibu itu, ia mencoba mencari siapa bapak anak tersebut. Setelah ditemukan, Ibu itu dengan segera menghampiri bapak tersebut. “Pak, saya minta tolong dijaga anaknya ya!! Masa’ lari-lari seperti itu dibiarkan aja!! Ganggu orang lain tau!!” kata ibu tersebut dengan nada meninggi. Mendengar ucapan tersebut bapak itu langsung sedikit kaget dan terbangun dari lamunannya. Bapak itu berucap kepada ibu tersebut, “Ibu maafkan saya, saya tidak bisa menjaga anak saya saat ini, maafkan kalau ia mengganggu ibu... saat ini hati saya sedang hancur, karena 4 hari yang lalu saya kehilangan istri saya karena sebuah kecelakaan, dan saat ini

saya divonis kena kanker oleh dokter, saya sangat bingung mencari dana pengobatan dari mana lagi? Harta benda saya sudah terjual semua untuk biaya istri dan pengobatan saya. Saya tidak tahu bagaimana nasib anak saya nanti? Siapa yang akan mengurusnya? Mohon maafkan saya,” ujar bapak tersebut dengan lirih. Mendengar hal itu, suasana hati sang Ibu yang marah tersebut spontan langsung mencair, ia menjadi terharu mendengar penuturan bapak tersebut. Setelah mengetahui kondisi bapak tersebut, si ibu merasa sangat kasihan pada anak yang menurutnya tadi menyebalkan. Si ibu langsung berkata kepada bapak tersebut, “Tidak apa-apa kok bapak, saya yang mohon maaf, tidak mengetahui keadaan bapak... ngomong-ngomong anaknya aktif ya Pak! Penuh dengan semangat lho Pak!!”

Apa yang bisa kita dapat dari cerita tersebut? Tindakan ibu itu langsung berubah drastis setelah ia mengetahui adanya musibah yang menimpa bapak itu. Pada awalnya si Ibu memikirkan bahwa anak tersebut menyebalkan, kemudian setelah mendengar kejadian tersebut, pemikiran si ibu langsung berubah dan menilai anak itu sebagai anak yang sangat aktif dan semangat!

Jadi dapat kita simpulkan bahwa apapun yang kita pikirkan akan mempengaruhi perasaan kita, sehingga kita bertindak sesuai dengan apa yang kita pikirkan dan kita rasakan.

Hal ini dapat kita lihat dalam bagan sebagai berikut :



Untuk mencegah agar kita tidak terlalu cepat memberikan penilaian terhadap sang anak (seperti kisah ibu di atas) alangkah baiknya kita mengetahui kejadian atau pemikiran-pemikiran apa saja yang justru menghambat anak menjadi keranjang belajar yang seringkali saya jumpai. Yuk kita bahas!!

## 2.1. Ideal vs Kenyataan

Pemikiran yang menghambat anak menjadi keranjang belajar yang sering saya jumpai adalah berhubungan dengan pandangan ideal dari setiap orang tua ataupun guru terhadap kenyataan yang ada pada anak.

Pernah tidak Anda merasa bahwa kenyataan tidak sesuai dengan harapan Anda? Bagaimana perasaan Anda pada saat itu?

Setiap orang mempunyai pandangan hidup yang ideal, ada orang yang mempunyai pandangan ideal harus mempunyai tubuh langsing, berat badan tidak boleh lebih dari 45 kg, ada juga yang mempunyai pandangan bahwa hidup ideal adalah kulit putih mulus seperti di iklan-iklan TV, ada juga yang mempunyai pandangan sukses yang ideal itu harus diperlihatkan dengan mempunyai mobil dan rumah yang mewah. Setiap orang selalu mendambakan hidup yang ideal menurut pandangan mereka masing-masing. Namun tahukah Anda bahwa terkadang keidealan pandangan hidup kita itu membuat diri kita menjadi "tidak karuan?"

Ketika Anda mempunyai berat badan lebih dari 45 kg. Ketika Anda merasa orang lain mempunyai kulit yang lebih putih dari Anda. Ketika Anda melihat orang lain sudah mempunyai mobil sedangkan Anda setelah sekian lama belum juga mempunyai mobil, bagaimana perasaan Anda? Apa yang akan Anda lakukan?

Itulah akar permasalahan yang seringkali saya temukan dari kasus-kasus yang saya tangani selama ini.

Setiap orang tua maupun guru, pasti mempunyai suatu pandangan yang ideal terhadap anak atau muridnya, pada umumnya pandangan tentang anak ideal dalam hal belajar adalah rajin, dengan duduk manis, tidak menonton TV, membaca buku kurang lebih 1 jam.

Tetapi yang seringkali terjadi adalah waktu yang digunakan anak

banyak untuk bermain daripada belajar, selalu menunda untuk belajar hingga film kesayangannya selesai, atau belajar hanya sebentar tapi banyak waktu dipakai untuk santai-santai. Ketika anak mendapat nilai yang kurang memuaskan kita langsung menyatakan, "Kamu sih kalau belajar malas!" Jadi otomatis kita berpendapat bahwa anak yang mendapat nilai kurang memuaskan adalah anak yang malas. Tetapi apakah benar demikian?

Seorang guru bertanya kepada saya, "Mas bagaimana caranya menangani anak yang bandel di dalam kelas seperti sering sekali berjalan-jalan di kelas atau ganggu temannya yang lain, sudah pernah saya ajak bicara tapi ya itu... anaknya tidak pernah mau berubah.". Mendengar pernyataan guru tersebut, maka timbullah pertanyaan dalam diri saya: benarkah anak itu sejak dilahirkan sudah menjadi bandel? Atau apakah ada penyebab utamanya sehingga ia bertindak seperti itu?

Seperti kasus yang pernah saya temui di sebuah sekolah: Seorang anak kelas 2 SMP dibawa oleh gurunya untuk diinterogasi di ruang BK (Bimbingan Konseling) karena anak tersebut diketahui telah melakukan tindakan pencurian uang kas kelasnya. Pada saat anak tersebut diinterogasi di dalam ruangan oleh seorang guru, guru-guru yang berada di luar ruangan tersebut mulai mengeluarkan pendapat-pendapatnya dan bercerita kepada saya mengenai kebiasaan anak tersebut. "Anak itu sudah dari kelas 1 pernah mencuri Mas, dulu sudah pernah diberitahu berulang kali tapi ya seperti itu anaknya," ujar seorang guru.

Dari pendapat guru-guru yang saya dengar, tidak ada pernyataan yang menunjukkan nilai positif, harapan atau kelebihan-kelebihan yang dimiliki dan kita hanya berfokus pada kekurangan dalam diri anak tersebut.

Seringkali ketika kita menghadapi suatu peristiwa yang tidak sesuai dengan harapan, atau bertemu dengan anak yang "bermasalah" menurut kita, seperti anak ini malas, nakal, suka membangkang, dan lain sebagainya,

maka secara otomatis perasaan dan tindakan kita akan menyalahkan serta melihat kekurangan pada diri anak tersebut.

Kasus ini saya coba ilustrasikan dengan gambar yin-yang berikut ini :



Dalam lingkaran yin-yang ini terdapat dua sisi, yang pertama sisi di sebelah kiri yang lebih dominan warna putih terdapat lingkaran hitam kecil, dan sisi yang kedua di sebelah kanan yang lebih dominan warna hitam terdapat lingkaran putih kecil. Saya ibaratkan warna putih mewakili kelebihan sedangkan warna hitam mewakili kekurangan pada individu. Ketika dihadapkan pada anak yang kurang sesuai dengan pandangan ideal kita maka seringkali kita berfokus pada titik hitam (kekurangan) yang ada pada anak tersebut. Kita seringkali mengabaikan kelebihan-kelebihan yang ada pada sang anak, yang seharusnya bisa kita kembangkan. Tapi yang terjadi, justru potensinya menjadi tidak berkembang sama sekali.

Begitu juga sebaliknya, jika kita bertemu dengan anak yang mempunyai banyak sekali kekurangan, namun karena kita lebih fokus pada titik putih atau kelebihan-kelebihan yang bisa dikembangkan, maka potensi anak itu akan bisa lebih berkembang secara maksimal dan menjadikannya orang yang sukses dimasa depan.

Mari kita simak sekilas mengenai kisah nyata seseorang yang bernama Bill Porter, *salesman* yg menderita *cerebral palsy* (yaitu kondisi kronis yg mempengaruhi pergerakan tubuh dan koordinasi otot. Hal ini disebabkan karena adanya kerusakan pada area tertentu di otak).

Bill Porter, bekerja di perusahaan Watkins yg menawarkan & menjual

barang-barang kebutuhan sehari-hari. awalnya banyak yang meragukan apakah seorang *salesman* yang menderita *cerebral palsy* dapat menjual barang-barang tersebut? Namun karena Bill Porter telah dibiasakan untuk mandiri sejak kecil oleh Ayah dan Ibunya, Bill muda ini juga pantang menyerah untuk tetap bekerja sebagai *salesman*.

Pesan yang sering diberikan oleh kedua orang tuanya adalah “*patience and persistence*” (sabar dan gigih). Meski dianggap aneh dan tidak mampu secara fisik, Bill mau berusaha menawarkan dagangannya di daerah yang paling tidak disukai *salesman door to door* lainnya. Banyak kendala yang dialami oleh Bill, namun ia tetap gigih. Tahun demi tahun berlalu, dengan menghadapi cobaan, ejekan, dan berbagai permasalahan, akhirnya segala kegigihan dan kesabaran Bill membuahkan hasil. Hingga pada suatu ketika Bill Porter mendapatkan penghargaan dari perusahaannya sebagai *salesman* yang mencapai penjualan tertinggi waktu itu. Semua orang pun terheran-heran seakan tidak percaya bahwa Bill Porter dapat mencapai prestasi itu, tapi kenyataannya Bill Porter menunjukkan bahwa ia berhasil!!

*“As you probably know, I have cerebral palsy. The “world” told me I could never earn an income, my mother told me I could, and my father told me I must! And so I have, and still do.”*

*-Bill Porter-*

Pernakah anda mendengar lagu berikut ini:

*Love me tender,*

*Love me sweet,*

*Never let me go.*

*You have made my life complete,*

*And I love you so.*

Ya, ini adalah sepenggal lirik dari lagu "Love me tender" yang dipopulerkan oleh sang legenda Rock 'N Roll dunia, Elvis Presley.

Apa yang terjadi apabila dulu Elvis Presley mendengarkan perkataan Jimmi Denny, "Kamu tidak beranjak kemana-mana, Nak. Kamu sebaiknya kembali menjadi sopir truk seperti semula." (Jimmi Denny, Manajer Grand Ole Opry, memecat Elvis Presley setelah suatu pertunjukan pada tahun 1954). Apakah Elvis bisa menjadi seorang legenda hingga saat ini?

"Kamu tidak berbakat," kata juri Academy Award memberitahu Liv Ullman. Namun, Liv Ullman berhasil menang dua kali sebagai aktris terbaik pada Academy award.

"Anda lebih baik belajar bekerja sebagai juru tulis atau menikah saja," kata Emmeline Snively, sutradara Blue Book Modeling Agency menasehati Marilyn Monroe tahun 1944. Seperti yang kita tahu, akhirnya Marilyn Monroe menjadi seorang aktris, penyanyi, dan juga model terkenal asal Amerika Serikat pada era tahun 1950-an.

Helen Hayes, aktris muda yang tingginya hanya 5 kaki, mendengar sang produser berkata, "Jika tinggi kamu ditambah 4 inci lagi, pasti bisa menjadi aktris besar." Namun pada kenyataannya Helen Hayes menjadi pemain teater wanita pertama dari Amerika yang tanpa menghiraukan tinggi badannya.

Dari cerita-cerita di atas dapat diambil kesimpulan bahwa saat kita melihat kekurangan yang ada pada seorang anak, kita jadi meragukannya, kita merasa bahwa anak tersebut tidak bisa sukses. Namun kesimpulan tersebut ternyata tidak semuanya benar, banyak tokoh yang menunjukkan potensi-potensi atau kelebihan yang tidak kita ketahui pada akhirnya berkembang dan menjadikannya orang sukses. Semua ini tergantung bagaimana kita memandang dan meyakini kelebihan dan kekurangan seorang anak.

Pada tahun 1968, Seorang profesor bernama Rosenthal bersama-sama dengan Jacobson, seorang pakar psikologi, mempublikasikan hasil penelitian mereka yang didasari oleh penelitian lapangan pada sejumlah guru sekolah dan sejumlah murid sekolah dasar dari 18 kelas. Tujuan dari penelitian tersebut adalah untuk melihat besarnya peran persepsi guru terhadap kemajuan pendidikan yang dicapai oleh murid-murid mereka.

Cerita singkatnya seperti ini. Pada tahun ajaran baru, seorang kepala sekolah memanggil guru untuk diberikan pengarahan. Guru tersebut diberi kehormatan dan kesempatan untuk mengajar di kelas pilihan. Kelas ini berisi anak-anak dengan tingkat kecerdasan di atas rata-rata. Tentu saja guru tersebut sangat senang mengajar di kelas ini. Pada akhir semester dilakukan evaluasi terhadap hasil belajar. Ternyata memang para murid itu mencapai hasil jauh diatas rata-rata, dan sang guru tentu sangat bangga dengan prestasi ini. Berarti ia telah mengajar dengan baik sekali.

Setelah melihat hasil evaluasi yang sangat baik, guru tersebut lalu diberi tahu bahwa sebenarnya murid di kelas pilihan itu adalah murid yang prestasinya biasa-biasa saja dan malah cenderung agak rendah. Selain itu mayoritas anak di kelas itu sebenarnya masuk dalam kategori anak bermasalah. Lalu, mengapa anak-anak tersebut dapat mencapai prestasi akademis yang begitu bagus?

Hasil penelitian menunjukkan bahwa prestasi murid berbanding lurus dengan tingkat pengharapan guru. Karena guru tidak tahu keadaan yang sesungguhnya dari anak didiknya, dan ia telah diberi "kehormatan" khusus, maka label yang ia berikan kepada muridnya adalah "anak istimewa atau anak cerdas". Tentu saja guru ini sangat berharap anak didiknya akan berhasil. Selain mempunyai tingkat pengharapan yang tinggi, ia memberikan perhatian ekstra, sikap yang lebih baik, rasa cinta yang tulus dan upaya mengajar yang lebih maksimal.

*If a person thinks we are clever or stupid or whatever, they will treat us that way.*

*If we are treated as if we are clever, stupid or whatever, we will act, and even become, this way. The person has thus had their prophecy about us fulfilled! This is also known as the Pygmalion Effect.*

*-David Straker-*

Adanyakenyataantentang *Pygmalioneffect* (pengharapan mempengaruhi sikap) di dalam kelas seperti yang diteliti dan ditelaah oleh Rosenthal dan Jacobson, tidak menutup kemungkinan adanya pula *Pygmalion effect* di dalam keluarga. Persepsi orang tua mempengaruhi sikap orang tua terhadap anak-anak mereka, demikian pula hal ini mempengaruhi pemberian “label” yang diberikan orang tua kepada anak-anaknya. Apabila “label” yang diberikan hal-hal positif maka akan berkembang hal-hal yang positif di dalam diri anak. Namun apabila pemberian “label” adalah negatif, maka hal-hal negatif itu pun secara bertahap akan tumbuh dengan subur untuk menjadi bagian dari perkembangan kepribadian mereka.

Setelah kita mampu menyikapi idealisme kita tentang anak, maka kita akan dapat lebih berhati-hati dalam berucap serta bertindak. Ada kalanya suatu potensi atau kelebihan pada anak belum nampak, namun kita dapat terus menggali potensi-potensi yang terpendam tersebut dan kita bisa lebih berfokus pada kelebihan anak. Apa yang bisa dikembangkan? Apa kelebihan-kelebihan unik yang ia miliki? Daripada kita hanya berfokus pada kekurangannya, ”Kenapa anak saya ini tidak seperti yang saya harapkan? kok sulit begini ya?” Tentu saja pemikiran ini tidak akan memberdayakan anak Anda, tapi justru akan membuat jantung- berdegup lebih kencang karena merasa khawatir akan masa depannya.

Untuk dapat memahami keunikan masing-masing anak, hendaknya kita memahami bahwa setiap anak mempunyai bakat-minat, gaya belajar, serta kepribadian yang berbeda-beda.

## Setiap Anak Mempunyai Minat dan Bakat yang Berbeda-beda

Suatu hari ayah menceritakan kepada saya mengenai pertemuannya dengan seorang sahabat lama yang sudah tidak pernah bertemu selama kurang lebih 8 tahun lamanya. Pada pertemuan tersebut berbagai macam topik pun dibahas, dari masa-masa kenangan, kegiatan sehari-hari, keluarga, dan tidak luput juga masalah perkembangan anak. Satu hal yang sangat menarik yang diceritakan ayah kepada saya adalah ketika sahabat ayah menceritakan bagaimana anaknya yang baru berusia 22 tahun mempunyai pendapatan 100 juta per bulan. Mendengar hal tersebut, ayah saya menjadi penasaran bagaimana anak seusia itu sudah dapat membeli apartemen dan mobil sendiri? Sahabat ayah kemudian menceritakan, pada mulanya sang anak mempunyai kegemaran bermain komputer dan tidak jarang menjadi sasaran amarah sang ibu, karena waktunya lebih banyak dihabiskan di depan komputer daripada untuk belajar.

Suatu hari, sang anak mengikuti seminar mengenai bagaimana menghasilkan uang melalui internet. Dari penjelasan seminar tersebut sang anak tertarik untuk menekuninya karena juga sangat sesuai dengan hobinya bermain komputer. Ketika sang anak menceritakan maksud dan keinginan kepada orang tuanya, sang ibu menentang usaha tersebut namun berbeda dengan sang ayah. Secara perlahan-lahan sang ayah memberikan dukungan terus menerus kepada sang anak. Banyak kegagalan dan rintangan dilalui sang anak, namun sang ayah tetap mendukungnya secara diam-diam dan tidak diketahui oleh ibunya.

Hasil kerja keras pun akhirnya membuahkan hasil, setelah melewati tahun ke-3 dengan usaha yang terus-menerus, saat ini sang anak telah mempunyai pengalaman serta jam terbang yang sangat tinggi dalam bidang tersebut. Melihat keberhasilan yang telah dicapai sang anak, akhirnya sang ibu berbalik 180 derajat dan mendukung usaha anaknya. Seperti yang

pernah dikatakan oleh guru saya, "Bidang apapun apabila terus ditekuni maka pasti akan menghasilkan!"

Pasti kita telah mendengar nama Thomas Alva Edison, seorang penemu bola lampu pijar. Thomas Alva Edison lahir pada tanggal 11 Februari 1847. Ia adalah anak bungsu dari 7 bersaudara. Ia selalu dipanggil dengan "Al". Ketika usianya hampir 4 tahun, Al masih tidak dapat berbicara. Namun setelah itu, Al mulai belajar dan meminta bantuan pada setiap orang dewasa yang ditemuinya. Bila mereka tidak tahu, maka Al merasa kecewa dan selalu bertanya, "Mengapa?"

Al pun mulai bertumbuh, terkadang ia terlihat melakukan hal-hal aneh yang membuatnya berbeda daripada anak-anak lain, pada usia 6 tahun, Al pernah mencoba mengerami telur ayam.

Saat Al berusia 7 tahun, ia sering dimarahi guru karena sering bertanya tentang hal-hal yang sulit dan gaya berpikirkannya tidak seperti anak-anak seusianya. Hal ini membuat Al seringkali dianggap seperti anak dungu dan *stress* oleh gurunya.

Mengetahui bahwa Al tidak disenangi oleh gurunya, Nancy (Ibunda tercinta Al) segera memutuskan bahwa Al berhenti sekolah dan ia akan mengajarnya sendiri di rumah.

Dukungan juga di dapat dari keluarga besar Al dari Massachusetts yang turut membantu mengajari Al. Samuel (Ayah Al) selalu memberi semangat kepada Al agar membaca buku-buku klasik yang bagus. Setiap kali Al selesai satu buku, maka ayahnya memberi hadiah kepadanya berupa uang senilai 10 sen.

Ketika berusia 11 tahun, Orang tuanya memperkenalkan Al pada berbagai bidang ilmu pengetahuan. Mereka menyuruh Al untuk sering mengunjungi dan membaca buku di perpustakaan setempat.

Akhirnya di perpustakaan itulah Al menjadi seorang pembelajar

mandiri. Ia mulai membaca banyak buku. Meskipun Al banyak membaca buku, namun orangtuanya secara bijak tetap mengarahkan Al agar selektif terhadap buku-buku bacaannya.

Pada usia 12 tahun, Al telah membaca berbagai macam pengetahuan tentang dunia serta sejarah kerajaan Roma, buku-buku sastra, buku kamus lengkap dunia dan sejumlah buku-buku praktek kimia. Ibundanya mengetahui kalau Al sangat menyukai bidang kimia dan elektronika, sehingga beliau seringkali membelikannya buku-buku dalam bidang tersebut. Salah satu buku yang dimiliki Al menjelaskan bagaimana mempraktekkan percobaan kimia di rumah, dari buku itulah Al mengetahui banyak hal.

Pada usia itu, Al juga sangat memahami kondisi ekonomi orang tuanya, ia juga berjualan koran, makanan ringan, dan permen di stasiun kereta api, orang tuanya pun mengizinkan Al untuk berbisnis buah-buahan dan sayuran. Pada usia 15 tahun, Al diterima bekerja sebagai satu dari seribu operator telegraf dalam perang sipil amerika. Saat itulah Al melihat suatu peluang emas untuk memperbaiki kecepatan dan efisiensi alat pengirim dan penerima kode morse. Dia mempraktekkan alat percobaannya sendiri yang dia buat untuk memperbaiki alat tersebut.

Pada usia 16 tahun, setelah bekerja di berbagai kantor telegraf, sampailah Al pada penemuan pertamanya yang disebut dengan *automatic repeater* (pengulang otomatis) yang dapat menghantarkan sinyal diantara stasiun yang kosong, sehingga memungkinkan orang dengan mudah dan akurat menerjemahkan kode morse tanpa ada gangguan (namun Al tidak pernah mematenkan penemuannya tersebut).

Pada tahun 1879, Al sempat mengalami suatu kekecewaan ketika seorang penemu bernama Alexander Graham Bell telah mengalahkannya. Alexander Graham Bell telah lebih dahulu mematenkan alat penghantar

suara manusia yang saat ini kita sebut sebagai telepon. Padahal saat itu Al juga telah mengembangkan ciptaannya agar dapat menghantarkan suara manusia.

Namun kekecewaan itu tidak membuatnya putus asa. Tahun 1880, Edison dan teman-temannya membuat sekurangnya 3.000 teori yang berbeda dan telah melakukan sebanyak 10.000 kali percobaan untuk mengembangkan penemuannya, yaitu bola lampu pijar listrik.

Di dalam biografi Thomas Alfa Edison, seorang penulis mencatat bahwa Ibunda Al merupakan seorang guru yang lengkap dan melakukan yang terbaik bagi muridnya, beliaulah yang membawa Al ke panggung belajar bagi dirinya sendiri, panggung belajar yang membuat hatinya tertarik dan terhibur, beliau memberi dorongan semangat agar terus berjalan di bidang itu. Satu hal terbaik yang dapat beliau lakukan terhadap anak yang luar biasa.

Thomas Alfa Edison sendiri memberi kesan terhadap ibunya, “Ibundaku telah membentuk diriku. Beliau memahamiku, dan beliau membiarkan aku mengikuti bakatku.”

\*\*

”Tapi kalau anak saya minatnya bermain PS (Playstation) bagaimana mas?” tanya seorang peserta workshop saya. Anak yang gemar bermain PS tidak selalu membawa dampak negatif. Contohnya adalah Ali Riza anak umur 12 tahun yang membuat novel karya sendiri yang berjudul Kisah Tiga Pengembara atau “The Tale of Three Travelers” dan saat ini telah diterbitkan. Ali Riza mengatakan bahwa berkat bermain games di PS, banyak gagasan yang membantunya dalam membuat novel tersebut. Kemudian seorang anak 10 tahun yang bernama Muhammad Faikar Widjanarko, ia juga

menghasilkan novel petualangan yang memperlihatkan pengaruh games. Jika kita dapat mengarahkan dan mengembangkan bakat serta minat anak dengan tepat, maka siapa tahu ternyata anak kita ini calon orang sukses seperti mereka? Kenapa tidak!? 😊

### **Setiap Anak Mempunyai Gaya Belajar yang Berbeda-beda**

Saya ingat ketika masih duduk dibangku kuliah semester 3, saat itu kami akan mengikuti UAS (Ujian Akhir Semester) yang akan diadakan siang harinya. Saya dengan seorang teman yang dijuluki "Batman" (karena badannya besar dan berkulit gelap) berencana akan belajar bersama-sama di tempat kostnya. Singkat cerita saat akan membaca buku di kamarnya, si Batman menyalakan TV-nya, saya pikir ia hendak menonton telenovela, tetapi dugaan saya keliru, ia tidak menonton TV tetapi tetap membaca bukunya. Saya heran, apakah informasi yang di baca itu bisa masuk ya? Apalagi suara TV cukup keras bagi saya. Kemudian saya tanya kepada rekan saya tersebut, "Pren, TV-nya kok dinyalain tapi ga' dilihat?" Kemudian si Batman menjawab, "Za, aku baru bisa belajar kalau TV-nya menyala." "Wah kok aneh ya? Ada orang bisa belajar justru dengan TV menyala," tanya saya dalam hati. Karena sudah tidak sanggup mendengar suara TV tersebut, akhirnya saya meminta ijin kepada teman saya untuk pindah tempat belajar di kampus. Setibanya di kampus, akhirnya saya mencari lokasi yang sepi dan tenang. Ya, di lantai 2 menghadap lapangan bola (dulunya, sekarang sudah berubah jadi kantin). Di sana saya merasa bisa membaca materi pelajaran dengan tenang dan tidak ada yang mengganggu meskipun terkadang saya membaca materi tersebut sambil berjalan-jalan dan berbicara sendiri (setelah dipikir-pikir, cara belajar saya juga aneh... hehehe).

Waktu ujian telah tiba, soal-soal diberikan dan saya pun mulai mengerjakannya. Ketika mengerjakan soal tersebut, saya cukup heran

dengan diri saya, ”Lho kok saya bisa mengingat materi tersebut dengan lebih efektif ya? Apa karena tempat yang saya pakai belajar itu adalah tempat ”keramat”?” tanya saya dalam hati. Tak disangka hasil UAS saya pada pelajaran tersebut cukup memuaskan, dan akhirnya sejak saat itu tempat tersebut selalu saya ”duduki” ketika belajar menghadapi ujian.

Beberapa bulan berselang, ketika saya bermain ke rumah teman saya dan membaca buku mengenai bagaimana meningkatkan kemampuan belajar tiap individu yang berjudul ”The Revolution Learning” karya Gordon Dryden & Jeannette Vos, saya tertarik dengan setiap ulasan yang dipaparkannya. ”Wah kenapa tidak dari dulu saya mengetahui teknik-teknik dalam buku ini?” kata saya dalam hati. Setelah kejadian itu saya semakin tertarik untuk mencari buku, artikel, jurnal, serta mengikuti sejumlah workshop ataupun seminar yang berhubungan dengan bagaimana meningkatkan performa otak manusia.

Dari pengalaman tersebut saya memahami bahwa setiap orang memiliki gaya belajar yang berbeda, khususnya dalam menerima dan mengolah informasi. Semakin kita memahami gaya belajar kita, maka akan semakin mudah bagi kita dalam menyerap informasi.

Adapun berbagai gaya belajar ini adalah :

### **Visual : Penglihatan**

Gaya pembelajar visual adalah lebih mudah belajar bila dilakukan dengan cara melihat dan mengamati secara langsung. Ciri-ciri yang khas pada orang-orang yang visual yaitu memiliki kebutuhan melihat informasi atau pelajaran secara visual untuk mengetahui dan memahaminya. Biasanya mereka merasa sulit mengikuti penjelasan secara lisan, dan seringkali salah menginterpretasikan ucapan.



Beberapa ciri khas siswa pembelajar visual:

- a. Lebih menyukai penyampaian informasi dan lebih mudah menangkap informasi melalui penggunaan gambar, melihat film, dan menggunakan poster.
- b. Buku teks yang lebih disukai adalah buku teks yang banyak menggunakan gambar-gambar. Informasi yang dituliskan dengan warna-warna yang berbeda dan biasanya diberi tanda dengan stabillo serta menggunakan simbol-simbol atau mind map, akan banyak membantunya untuk lebih mengolah dan mengingat informasi.
- c. Biasanya anak-anak dengan gaya belajar visual ini mempunyai imajinasi yang tinggi, suka melakukan corat-coret atau menggambar pada saat mendengarkan penjelasan guru.
- d. Apabila Anda sedang mengajar anak tipe visual, maka gunakanlah gambar atau corat-coret kertas untuk membentuk konsep pemahaman belajar mereka atau dapat juga menggunakan metode *Mind Mapping* yang dipopulerkan oleh seorang pakar memory dari Inggris, Tony Buzan.

Seorang ibu yang adalah salah satu klien saya menyadari mengapa ia sering berkonflik dengan anaknya. Ibu tersebut menceritakan suatu kejadian dimana ia merasa jengkel karena anaknya tidak segera paham mengenai materi yang dimaksud sehingga ibu tersebut harus selalu memarahi anaknya.

Salah satu kejadiannya adalah ketika ibu itu menjelaskan mengenai daun teh. Sang anak menangkap bahwa teh itu bukanlah daun tetapi air yang berwarna kecoklatan dan diminum. Mulailah perbedaan pendapat tersebut dimulai, sang ibu berusaha meyakinkan kepada anaknya bahwa teh itu adalah daun sedangkan teh yang dimaksudkan oleh anaknya itu

adalah air teh. Sang anak pun tetap bersikukuh dengan pendapatnya.

Perdebatan tidak terhindarkan lagi, sang ibu tidak mengetahui gaya belajar sang anak, dan sang anak tidak memahami maksud sang ibu. Setelah tahu mengenai perbedaan gaya belajar ini, sang ibu akhirnya memahami dan ketika ia hendak menjelaskan suatu hal kepada anaknya, ia selalu menggunakan gambaran visualnya, seperti misalnya secara langsung memberikan contoh konkret daun teh dan air teh. Sang ibu pun menjadi senang karena anaknya menjadi semakin mudah untuk memahami, dan sang anak pun menjadi riang karena belajar menjadi mudah untuk dipahami.

### **Auditori : Pendengaran**



Gaya pembelajar auditori adalah lebih mudah menyerap informasi dengan cara mengucapkan atau mengeluarkan suara ketika belajar. Mereka dapat mengikuti perkuliahan dan diskusi dengan baik. Anak yang mempunyai kecenderungan belajar auditori akan sangat diuntungkan dalam pembelajaran di sekolah yang cenderung menggunakan metode ceramah. Anak auditori akan menangkap informasi yang disampaikan dengan lebih baik ketimbang anak-anak yang mempunyai gaya belajar lainnya.

Beberapa pilihan cara menerima atau mengolah informasi untuk pembelajar Auditori :

- a. Mengikuti ceramah atau perkuliahan
- b. Berdiskusi
- c. Menjelaskan ide kepada orang lain melalui penyampaian lisan
- d. Menggunakan perekam

## Read/ Write : Membaca dan Menulis

Gaya pembelajar read/ write adalah lebih mudah menyerap informasi yang disajikan dalam bentuk tulisan. Tidak mengherankan jika banyak akademikus yang mempunyai prestasi memiliki kecenderungan kuat pada gaya belajar ini. Mereka mempunyai kemampuan yang baik dalam membuat daftar, menggunakan kamus, menggunakan hand-out, catatan, membaca buku teks, membaca bahan bacaan di perpustakaan, menulis esai, membaca manual, menyukai kuliah yang disampaikan secara sistematis dengan banyak penjelasan, serta pemberian catatan.



Cara belajar yang terbaik adalah:

- a. Mengulang dan mengingat kembali isi catatan dengan cara menuliskan berkali-kali
- b. Membaca catatan dalam hati berkali-kali
- c. Menuliskan ulang inti catatan dengan kata-kata sendiri
- d. Menuliskan diagram/bagan/gambar ke dalam kalimat
- e. Catatan dituliskan dalam bentuk daftar/list, dan berupa poin-poin.

Berikut ini adalah sebuah ilustrasi. Maya merasa bahwa dirinya kurang dapat memahami informasi yang diberikan oleh dosen, ia juga mengaku malas bertanya kepada dosen meskipun materi yang diberikan masih kurang dipahami. Alhasil nilai semester 1 Maya sangatlah kurang. Mulailah Maya berpikir bagaimana caranya ia bisa meningkatkan nilai akademiknya tersebut.

Menghadapi semester 2, Maya mencoba merubah cara belajarnya. Apabila pada waktu semester 1, Maya lebih banyak langsung menghafalkan

materi-materi pelajarannya, namun saat ini ia mencoba membuat catatan-catatan sederhana ketika sang dosen menerangkan. Kemudian ketika sampai rumah, Maya mencoba menyalinnya dengan lebih rapi. Maya merasa perubahan cara belajarnya ini cukup membantu dalam meningkatkan prestasi akademiknya. Karena menurut Maya Dia mengalami kesulitan dengan langsung menghafal.

### **Kinestetik : Gerakan**

Gaya pembelajar kinestetik adalah dengan mencoba, menyentuh dan merasakan sendiri. Individu ini mengekspresikan perasaan mereka secara fisik. Disisi lain mereka sering menjadi pendengar yang buruk dan tidak tertarik dengan ceramah yang panjang. Biasanya mereka akan cepat mengantuk apabila duduk terlalu lama di dalam kelas. Cara belajar yang paling baik adalah dengan cara mempraktekkan secara langsung (learning by doing). Mereka membutuhkan keterlibatan langsung dalam apa yang mereka pelajari.



Biasanya anak-anak dengan gaya belajar kinestetik adalah anak yang tidak bisa duduk diam, apabila ia diminta untuk duduk diam di kursi, ia akan selalu menggerak-gerakkan tangannya, memainkan bolpoin, atau mengayun-ayunkan kakinya. Seringkali anak-anak ini dicap sebagai anak yang hiperaktif, dan tidak penurut.

Biasanya anak dengan kecenderungan gaya belajar kinestetik ini memiliki catatan pelajaran yang kurang teratur.

Sekalipun gaya belajar ini sering bercampur dengan variasi gaya belajar lainnya, namun intinya adalah pelajar

harus terhubung dengan kenyataan, entah melalui pengalaman, pemberian contoh, praktek, ataupun simulasi. Sekalipun informasi tersaji secara visual, auditori, atau tulisan, namun pengalaman itu sendiri tergolong kinestetik karena merupakan sesuatu yang dialami secara langsung oleh anak.

Ketika anda mengajar anak anda yang mempunyai kecenderungan gaya belajar kinestetik, maka Anda perlu menyediakan benda konkret sehingga mereka bisa menyentuhnya, menganalisisnya, serta mengeksplorasinya. Apabila Anda merasa kesulitan untuk menyediakan benda konkret, Anda bisa membuat permainan-permainan yang membuat anak bergerak dan aktif.

Ciri-ciri pembelajar kinestetik dalam menerima atau mengolah informasi:

- a. Penggunaan semua inderanya (melihat, menyentuh, membau, mendengarkan, dan merasa).
- b. Belajar akan lebih efektif dengan melakukan studi kunjungan ke lapangan.
- c. Mudah mengingat hal-hal yang dilakukan dan sulit mengingat informasi dalam bentuk tulisan.
- d. Belajar dengan menggunakan contoh-contoh nyata, aplikasi sehari-hari, pengalaman langsung *trial-error*.

Setelah mengetahui hal ini, saya menjadi sadar bahwa ternyata bukan tempat belajar saya yang ”keramat”, tapi bagaimana cara saya menggunakan gaya belajar saya yang sesuai untuk memasukkan informasi tersebut. Sejak saat itu saya dapat memahami bagaimana saya bisa menguasai pengetahuan baru secara lebih efektif.

Salah seorang rekan saya mengatakan, “Wah kalau dari waktu kecil saya mengetahui bagaimana gaya belajar saya, saya tidak perlu merasakan

sabuk (=ikat pinggang) bapak saya ya!” Ternyata rekan saya ini mempunyai pengalaman yaitu pada waktu ia kecil ia sering dipukul dengan ikat pinggang oleh ayahnya jika ia tidak bisa menjawab soal-soal yang diberikan oleh ayahnya. Ayahnya juga seringkali berkata, “Gitu aja kok tidak bisa hafal sih!!” Namun setelah mengetahui prinsip gaya belajar ini ia mengakui jadi sangat mudah untuk menyerap informasi dan semakin semangat dalam belajar untuk meningkatkan kompetensinya.



*(gambar ini adalah saya dahulu sebelum mengenal gaya belajar saya, sehingga selalu ketiduran saat belajar... hehehe)*

Kita dapat melihat berbagai macam kuesioner untuk mengenal gaya belajar di buku ataupun internet. Tujuan dari berbagai kuesioner ini adalah untuk membantu para guru dan juga para pelajar untuk berefleksi dan memahami metode menerima dan menyajikan informasi yang sesuai dengan diri mereka. Namun seorang peneliti gaya belajar yang bernama Fleming dari Universitas Lincoln, mencoba menjelaskan bahwa hasil kuesioner gaya belajar tersebut bukanlah untuk suatu pelabelan, sebaliknya

justru memberikan dasar untuk memilih strategi belajar praktis yang dapat digunakan oleh para guru dan para pelajar. Kuesioner ini dibuat untuk membantu para guru dan para siswa menemukan cara belajar yang terbaik bagi mereka.

Namun ketika menangani anak yang tidak mempunyai motivasi belajar, akan lebih efektif bila Anda menggunakan semua gaya belajar, baik secara visual, auditori, read-write ataupun kinestetik. Hal ini dilakukan agar sang anak lebih dapat memahami dirinya sendiri dan menentukan gaya belajar apa yang paling sesuai dengan dirinya. Setelah mereka telah akrab dengan gaya belajar mereka sendiri, mereka akan mampu mengambil langkah-langkah penting untuk membantu diri mereka sendiri untuk belajar lebih cepat dan lebih mudah.

Nah, ketika Anda merasa bahwa anak kurang bisa cepat menangkap informasi, kurang bisa memahami materi pelajaran, selalu mengantuk dalam belajar, belum tentu anak tersebut mempunyai kecerdasan yang kurang, juga belum tentu anak tersebut adalah anak yang "sulit" belajar, namun mungkin ia belum menemukan bagaimana gaya belajar yang sesuai bagi dirinya.

### **Setiap Anak Mempunyai Kepribadian yang Berbeda**

"Dulu pada waktu kecil, Reza itu pendiam dan pemalu banget lho. Kalau kakaknya jauh lebih ramai dan suka bernyanyi, tapi sekarang kok beda ya? Padahal Ibu rasa memperlakukan keduanya sama lho?" kata ibu saya ketika kami sekeluarga sedang berbincang-bincang mengenang masa lalu kami. Jika diingat-ingat, benar juga apa yang dikatakan oleh ibu saya ini, saya masih ingat ketika kecil selalu merasa malas untuk bertemu dengan teman-teman ataupun tamu-tamu yang datang, bisa dibilang anak yang tertutup sekali. Lalu jika di dalam kelas, tidak pernah mengangkat

tangan apabila guru memberikan kesempatan bertanya. Namun sekarang, saya justru kebalikannya dari semua itu, suka sekali bertemu dengan orang-orang baru, serta selalu berusaha mengangkat tangan apabila dosen saya memberikan kesempatan bertanya. Mengapa ya?

Seperti halnya yang telah kita bahas sebelumnya bahwa bakat–minat dan gaya belajar tiap anak sangat unik, ini juga berlaku dalam karakteristik kepribadiannya. Apabila kita tidak memahami kepribadian dasar sang anak, maka akan menimbulkan kesalahan dalam memberikan label.

Contohnya saya pernah mendengar seorang ayah menginginkan anaknya menjadi anak yang berani tampil di sekolahnya. Tapi ia malah menjatuhkan harga diri sang anak dengan mengatakan, "Kamu itu laki-laki harus berani!! Masa' jadi anak yang pemalu sih!! Kayak



anak perempuan aja?!!" Maka, untuk menghindari hal tersebut, alangkah baiknya kita memahami bagaimana kepribadian terbentuk, sehingga kita mempunyai pandangan yang benar dan bisa bertindak dengan benar pula.

Nah apakah sebenarnya kepribadian itu? Bagaimana kepribadian terbentuk?

Kepribadian adalah pemikiran, emosi dan perilaku yang menjadi ciri khas dari seseorang dalam menghadapi dunianya. Untuk dapat lebih memahaminya, coba kita pikirkan diri kita sendiri sejenak. Seperti apakah kepribadian kita masing-masing? Apakah Anda mudah bergaul dengan

orang lain atau lebih cenderung pemalu? Apakah Anda orang yang ramah atau penuh dengan amarah?

Pakar psikologi, meyakini bahwa kepribadian dibentuk oleh 2 faktor, yaitu faktor genetik (bawaan) dan faktor lingkungan. Faktor lingkungan berawal dalam lingkungan keluarga atau rumah, kemudian terbentuk lagi dengan adanya pengalaman-pengalaman di luar rumah.

Beberapa peneliti kepribadian telah mengidentifikasi lima faktor dari kepribadian yang menjadi suatu "ciri khas bawaan yang paling menonjol" yang dianggap bisa menggambarkan dimensi kepribadian, yaitu:

Sejumlah riset menunjukkan bahwa faktor-faktor tersebut merupakan dimensi penting dari kepribadian. Dengan memahami dimensi kepribadian dalam konteks faktor "lima besar" ini, diharapkan bisa memberikan suatu gambaran bagi kita untuk melihat masing-masing dasar kepribadian anak.



Karakterisasi kepribadian individual bukan hanya berdasarkan pada ciri bawaan personal atau karakter, namun juga sangat tergantung dengan situasinya, sehingga perlu juga kita perhatikan agar tidak beranggapan bahwa kepribadian akan selalu membuat seseorang berperilaku tertentu disemua situasi. Kita perlu memperhatikan konteks atau situasi karena itu juga merupakan hal yang penting.

Kita dapat memantau situasi dimana anak dengan karakternya yang berbeda tampak merasa nyaman, dan kita dapat memberi mereka kesempatan untuk belajar dalam situasi tersebut. Namun apabila kita mengetahui ada satu kepribadian tertentu menghalangi prestasi sekolahnya, seperti misalnya, seorang anak yang sangat tertutup atau lebih suka menyendiri sehingga dia takut belajar dalam kelompok, maka kita dapat mencari cara untuk membantu anak tersebut mengalami perubahan.

Begitu juga dengan diri saya, karena adanya dukungan yang tepat serta diberikan kesempatan untuk mengembangkan diri, secara perlahan-lahan kepribadian saya yang cenderung tertutup dapat berubah menjadi lebih terbuka pada orang lain.

Pada prinsipnya kepribadian dapat dibangun melalui pengalaman belajar dalam melatih sikap terhadap diri dan menanggapi orang serta situasi yang dihadapi. Sifat-sifat kepribadian didapatkan melalui adanya pengulangan dan kepuasan yang didapatkan.

\*\*

Nah, apa kemampuan anak anda? Apa saja kelebihanannya? Apa kegemarannya? Bagaimana gaya belajarnya? Bagaimana karakter kepribadiannya? Hal apa saja yang bisa ditingkatkan lagi? Dengan memahami hal ini, maka kita akan dapat berfokus pada potensi anak yang bisa kita

kembangkan dan bukan hanya berfokus terhadap ketidakmampuan anak terhadap apa yang kita harapkan.

Inti dari pandangan yang pertama adalah **setiap anak mempunyai potensi!!** Berhati-hatilah terhadap pandangan ideal kita, pahami potensi dan kemampuan anak!!

## 2.2. Anak bukanlah Orang Dewasa Mini

Seorang teman saya mengatakan bahwa masa paling menyenangkan itu adalah waktu kita masih kecil. Jika saya bertanya mengapa? Jawabannya adalah karena waktu itu kita seringkali bisa bermain dan tidak memikirkan pekerjaan seperti sekarang ini. Memikirkan checklock, kalau terlambat kena SP (Surat Peringatan), kalau melakukan kesalahan kena potong gaji, apabila tidak bisa mencapai target kena marah sama bos. Wah... wah! Segalanya selalu diatur dan dipersalahkan, ujar teman saya tersebut. Mengapa judulnya “anak bukanlah orang dewasa mini”? Ketika kita melihat anak kita melakukan suatu kesalahan atau tindakan tidak sesuai dengan harapan kita, maka secara otomatis pikiran kita akan menjawab, “Wah nanti kalau sudah besar bagaimana ini?” (seperti yang sudah saya sampaikan mengenai kerja otomatis pikiran kita). Ketika anak membuat salah, secara tidak langsung kita menggunakan cara “BIG BOSS”!

Contohnya begini, jika di kantor setiap kali atasan melihat anak buah sedang berbincang-bincang atau bercanda, maka si big boss langsung membentak, “Hayoo jangan bicara aja! Cepat bekerja!” Ketika anak buah melakukan kesalahan, Si Big Boss berucap, “Pokoknya saya tidak mau tahu alasannya!! Titik!!” Tanpa sengaja kita melakukan tindakan-tindakan

demikian kepada anak kita ketika ia melakukan suatu kesalahan. Kita berusaha agar anak kita tidak pernah melakukan suatu kesalahan apapun. Kalau bisa 100% *right*!!

Sebut saja Andi (bukan nama sebenarnya), ia adalah anak laki-laki yang masih kelas 2 SD. Pada saat itu saya sedang belajar matematika bersama Andi, ketika ia berusaha menjawab soalnya, ia selalu bertanya, “Kak betul tidak?” Begitu berulang kali sebelum memberikan jawaban. Lalu saya bilang ke Andi, “Andi jangan takut salah, coba dikerjain dulu, nanti sama kakak kita sama-sama lihat, OK!!” Namun tetap saja Andi kurang yakin dengan jawabannya. Ketika saya mulai memeriksa setiap nomor, dia juga selalu bertanya, “Salah ya Kak?” Hal tersebut membuat saya merasa ada hal yang mengganjal dalam diri Andi. Oleh karena itu saya mulai berbicara dengan ibu Andi. Setelah beberapa saat berdiskusi dan menelusuri dengan ibunya, saya mengetahui asal ketakutan Andi. Ketakutan Andi terbentuk ketika ia kelas 1 SD, yaitu ketika ia salah menjawab soal ibunya secara spontan langsung memberikan cubitan, kata-kata makian, bahkan ibu tersebut pernah menendang Andi karena mudah lupa pada jawaban atas pertanyaannya dan kurang bisa mengerjakan soal-soal yang diberikan.

Bisa kita bayangkan perasaan ketakutan Andi setiap kali mengalami kekerasan ketika melakukan kesalahan? Seorang anak bukanlah orang dewasa mini, ia tetaplah seorang anak yang masih perlu bimbingan dan dukungan dari kita.

Setelah orang tua Andi mengalami perubahan mindset atau persepsi (serta penerapan strategi-strategi belajar yang akan kita bahas nanti), langsung terjadi perubahan besar dalam nilai akademik dan psikis Andi.

Contoh lagi, sebut saja Romi, ia anak kelas 3 SD, ibu Romi mengeluh kepada saya, karena Romi selalu lamban kerjanya, kurang mandiri, dan tidak punya inisiatif untuk melakukan tugasnya. Mendengar keluhan

tersebut, kemudian saya mencoba membuat spesifikasi masalah ibu Romi mengenai kerja Romi yang lamban, kemandirian yang kurang, dan tidak punya inisiatif. Hal ini saya lakukan agar saya mendapatkan gambaran yang jelas serta mempunyai persepsi yang sama dengan ibu Romi terhadap permasalahan yang dihadapi.

Salah satu hal yang dikeluhkan ibu Romi adalah bagaimana Romi menggunakan kaos kakinya. Ibu Romi tidak sabar melihat Romi yang memakai kaos kakinya secara perlahan. Karena tidak sabar menunggu Romi, akhirnya ibu Romi selalu turun tangan dan menginterupsi Romi dengan memakaikan kaos kaki tersebut dengan nada jengkel.

Ternyata kegiatan "turun tangan" tersebut seringkali dilakukan oleh ibu Romi setiap kali Romi dirasa kurang mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik. Dalam hal ini saya melihat bahwa ibu Romi mempunyai suatu pandangan bahwa Romi harus mempunyai kemampuan yang sesempurna orang dewasa yang sudah berpengalaman dan tanpa pernah melakukan suatu kesalahan pun.

Seperti yang kita ketahui di dunia ini, bahwa suatu keterampilan tidak datang dengan tiba-tiba, seperti halnya kita belajar berjalan, pada awalnya kita belajar untuk merangkak dahulu, berdiri, berjalan hingga akhirnya kita dapat berlari. Sama juga ketika hendak belajar bersepeda, mengendarai mobil, maju ke depan untuk berpresentasi, dan lain sebagainya.

Seorang ilmuwan bernama Robert diwawancarai oleh salah satu media cetak terkenal di dunia. Salah satu pertanyaannya adalah bagaimana ia bisa menjadi seorang ilmuwan yang terkenal seperti saat ini? Robert mulai menceritakan kisah yang menginspirasi ketika masih berusia 4 tahun. Pada saat itu Robert kecil hendak mengambil botol berisi susu di kulkas. Karena tangan Robert kecil masih belum terbiasa mengangkat botol tersebut, akhirnya botol yang berisi susu itu tumpah di lantai dan

susu tercecer dimana-mana. Sang ibu mengetahui kejadian tersebut dan Robert kecil merasa bahwa ia akan dimarahi akibat perbuatannya. Namun yang terjadi justru kebalikannya, ibu Robert tersenyum dengan ramah dan mengatakan bahwa ia belum pernah melihat lautan susu seluas itu. Ibu Robert memperbolehkannya bermain-main dengan tumpahan susu itu. Mendengar hal itu Robert sangat senang sekali, ia mencoba membuat gambar-gambar dari tumpahan susu di lantai. Setelah beberapa saat kemudian, ibu Robert kembali dan menawarkan Robert kecil untuk bersama-sama membersihkan tumpahan susu itu.

Dengan selalu tersenyum, ibu Robert menawarkan alat yang akan mereka gunakan untuk membersihkan tumpahan susu bersama-sama. Dari beberapa pilihan yang diajukan, Robert kecil memilih spon, karena menurut Robert kecil spon dapat lebih cepat menyerap cairan. Segera mereka membersihkan tumpahan susu tersebut bersama-sama. Setelah itu, ibu Robert mengajak Robert kecil untuk berlatih memegang botol air di luar rumahnya, dengan kesabaran dan ketekunan ibu dalam mendukung anaknya, Robert kecil akhirnya dapat memegang botol tersebut dengan benar dan tidak tumpah lagi.

\*\*



Billy PS dalam bukunya "Berani Gagal" menceritakan mengapa seorang pilot harus melalui pelatihan yang panjang selama bertahun-tahun? Padahal saat pesawat berada diposisi autopilot ia sebenarnya tidak perlu melakukan apa-apa lagi. Jawabannya diberikan oleh direktur Boeing Inc. Saat diwawancarai oleh CNBC baru-baru ini. Para pilot membutuhkan waktu bertahun-tahun untuk belajar tentang apa yang harus dilakukan KETIKA TERJADI SESUATUYANG SALAH!

Begitu juga dengan diri kita. Hidup tidak lepas dari kesalahan dan anugerah. Ini adalah tentang pembelajaran cara mengatasi masalah untuk mencapai hasil yang gemilang.

Anda bisa memperhatikan bahwa disetiap pertandingan, sukses selalu lebih besar peluangnya daripada kegagalan. Masa menderita adalah waktu untuk belajar! Tetapi banyak dari kita tidak menyadarinya.

*"Saya telah mendapati bahwa ukuran kesuksesan bukan sekedar tergantung pada prestasi yang telah dicapai tetapi juga tergantung pada berapa kali dan berapa tahap kesukaran telah diatasi dalam mencapai kesuksesan itu"*

-Dr. Booker T. Washington-

*"Banyak orang membuat kesalahan yang sama, dengan menganggap kegagalan sebagai musuh kesuksesan. Anda seharusnya menganggap kegagalan dapat mendatangkan hasil, teruslah maju dan buatlah kesalahan. Berbuatlah sebanyak mungkin. Ingat, di situlah anda akan menemukan kesuksesan – diujung kegagalan"*

-Thomas Watson dari IBM-

*"Apa yang anda lihat dari kesuksesan saya cuma 1%, tapi 99% yang tidak terlihat adalah kegagalan saya"*

-Soichiro Honda-

*"Setiap orang harus minimal pernah gagal sekali, paling tidak sebelum berusia 40 tahun. Semakin parah kegagalan anda, semakin besar peluang meraih sukses dikemudian hari. Sebagian orang tua khawatir anaknya gagal. Saya cemas justru karena anak saya sudah berumur lebih dari 30 tahun, tetapi belum pernah gagal."*

-Al Neuharth, pendiri USA Today-

Dari banyak cerita serta kata bijak di atas, dapat kita ketahui bahwa untuk mencapai suatu keterampilan ataupun keberhasilan, seseorang akan melalui sebuah proses yang terkadang tidak sebentar. Seorang anak sangat berbeda dengan orang dewasa, ia masih memiliki keterbatasan dalam cara berpikir, kematangan motorik, dan banyak hal lainnya. Jadi kita tidak bisa memandang anak sama seperti orang yang telah dewasa.

### **2.3. Nilai Adalah Akibat Dari Suatu Sebab**

Jika kita melihat hasil nilai ulangan anak, banyak sekali faktor yang menentukan perolehan nilai tersebut. Faktor tersebut bisa dari luar diri individu dan bisa dari dalam diri individu. Contohnya yang pernah saya temukan dari faktor luar individu, misalnya, karena durasi pemberian materi tidak sesuai jadwal yang telah ditetapkan, seorang guru memberikan waktu tambahan di luar jam sekolah hanya untuk menyelesaikan materi pelajaran tersebut. Namun dalam penyampaiannya, terlihat sekali kurang "dalam", sehingga banyak siswa yang masih merasa kurang memahami

materi pelajaran tersebut. Hasilnya, ketika ulangan diadakan, satu kelas tersebut mendapatkan nilai yang kurang baik. Dalam situasi ini, anak akan merasa lebih aman karena ia mempunyai alasan yang kuat untuk menjelaskan kepada orang tuanya, "temen-temen satu kelas nilai nya jelek semua ma, itu si Bono biasanya dapat nilai bagus, sekarang aja nilainya cuma 5!! Gurunya itu yang kasih materi belum jelas!" Mendengar alasan demikian, biasanya orang tua akan lebih memaklumi.

Namun yang seringkali saya temui, permasalahan terbanyak yang membuat anak tidak mempunyai motivasi dalam belajar adalah permasalahan dari faktor dalam diri (internal). Permasalahan itu berasal dari keadaan psikis anak, seperti perasaan takut, cemas, kesepian, tidak dihargai, dan merasa tidak diperhatikan.

Coba bayangkan, apa yang terjadi seandainya Anda merasa tidak dihargai, tidak disayangi, dan selalu disalahkan? Saya pernah mengalami hal ini. ketika merasakan hal tersebut, pikiran menjadi tidak terfokus pada apa yang dikerjakan, perasaan menjadi gelisah, dan akhirnya kurang dapat memprioritaskan pekerjaan dengan baik.

Banyak sekali kasus yang saya temui pada siswa maupun mahasiswa yang disebabkan karena tidak terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan ini, sehingga membuat mereka mencari pemenuhan kebutuhan tersebut dengan cara-cara yang merugikan dirinya sendiri. Seperti misalnya anak yang lebih memilih berkumpul bersama teman-teman tidak masuk ke dalam kelas pada jam pelajaran berlangsung karena adanya keinginan di dalam dirinya untuk diterima oleh teman-temannya; berbuat onar di dalam kelas, demi mencari perhatian; menggunakan *drugs* agar diakui oleh lingkungannya, dan masih banyak kasus lainnya.

Kebutuhan dasar ini sebenarnya terbentuk dari keluarga sebagai landasan utama dalam memberikan perasaan tersebut. Apabila sang anak

telah mendapatkan perasaan nyaman dan kehangatan dalam keluarga tentu saja ia cenderung tidak akan mencari kebutuhan tersebut di luar keluarganya.

Saya sangat yakin bahwa setiap orang tua sangat mencintai anaknya. Namun seringkali hal yang terjadi adalah pengungkapan rasa cinta tersebut tidak tersampaikan dengan baik kepada anak, atau bahkan anak seringkali merasa sebaliknya.

Salah satu sahabat belajar saya pernah mengatakan kepada ibunya ketika ia sedang menonton sinetron, "Mama-mama....mirip lho sama ibu yang di sinetron itu... cerewet soalnya," mendengar hal itu, spontan ibu itu terkejut, jadi selama ini perhatian yang selalu ia berikan diartikan berbeda oleh anaknya, sehingga kesan di mata anak dia adalah sosok ibu yang cerewet dan tidak perhatian.

Dari permasalahan-permasalahan seperti ini, Gary Chapman, penulis buku "Five Love Language", menjelaskan, ternyata agar anak merasakan cinta yang kita berikan, memahami bahwa dirinya dicintai, kita juga harus belajar serta memahami bagaimana bahasa cinta yang diterima oleh anak sehingga ia merasakan bahwa dirinya memang dicintai. Setiap anak ataupun individu mempunyai cara sendiri-sendiri dalam hal merasakan cinta.

Prinsip "Five Love Language" atau lima bahasa kasih yang dikemukakan oleh Gary Chapman ini juga seringkali saya terapkan ketika terjadinya kesalahan komunikasi antara orang tua dan anak. Kesalahan komunikasi ini dapat membentuk suatu *mindset* tidak tepat seperti misalnya selalu menyalahkan anak, sehingga akhirnya berdampak pada permasalahan belajar anak.

Lima bahasa cinta yang dikemukakan oleh Gary Chapman adalah:

### **Sentuhan fisik**

Sebut saja Rusel, kelas 2 SD. Saat ini Rusel mempunyai adik yang masih bersekolah TK. Sehari-hari mereka selalu bermain bersama. Seperti halnya kakak adik yang masih kecil, ada kalanya terjadi perselisihan antara mereka berdua. Rusel sebagai anak pertama selalu dituntut menjadi anak yang mandiri dan bisa menjaga adiknya oleh orangtuanya. Ketika adik Rusel berbuat onar atau mengganggu Rusel, Rusel selalu disalahkan oleh orang tuanya, karena sebagai kakak dia harus mengalah pada adiknya. Oleh karena itu, biasanya ketika saya datang ke tempat Rusel, ia selalu "menyandera" saya untuk bermain bersamanya. Rusel bahkan bisa menceritakan apa saja yang permasalahan yang dia hadapi di rumah maupun di sekolahnya. Hal ini sangat berbeda dengan jawaban Rusel jika ditanya oleh kedua orang tuanya, seringkali jawabannya singkat atau berupa anggukan kepala saja.

Untuk memperbaiki hubungan ini saya mencoba bertanya kepada orang tua Rusel untuk mencari tahu apa yang menyebabkan Rusel tidak mau terbuka dengan orangtuanya. Orang tua Rusel pun bertanya kepada saya, "Kak Reza apakah Rusel itu ada kecemburuan dengan adiknya ya? Soalnya kan saya sering sekali memeluk adiknya, terus

Rusel itu juga ingin dipeluk, namun karena badannya sudah besar, Rusel kan harus mandiri...

apalagi badannya bau kecut... jadi saya tidak peluk dia." Mendengar pernyataan dari ibu Rusel, saya jadi tahu kecenderungan bahasa cinta Rusel adalah sentuhan fisik.

Bagi anak-anak yang mempunyai bahasa cinta melalui sentuhan fisik ini,



pesan cinta akan tersampaikan dengan jelas melalui sentuhan fisik yang dapat berupa pelukan lembut, tepukan di punggung, mengusap kepala, ataupun sentuhan fisik yang lainnya.

### Kata-kata penegasan

Pernah suatu hari saya berbincang-bincang dengan seru dengan rekan saya, sebut saja Luna. Ketika itu kami sedang mendiskusikan mengenai suatu hubungan (karena kebetulan teman saya ini sedang mencari pasangan yang ideal bagi dirinya). Kemudian ketika menjelaskan mengenai prinsip Five Love Language ini, Luna seperti mendapatkan suatu pemecahan permasalahan yang dihadapinya selama ini. Luna merasa bahwa dirinya termasuk orang yang mempunyai bahasa cinta dengan kata-kata penegasan. Luna menjelaskan bahwa dirinya merasa sangat diperhatikan atau dicintai apabila orang itu langsung mengungkapkannya dengan kata-kata, bukan dengan hadiah. Luna kemudian mengingat pengalamannya yang merasa tidak dicintai oleh orang tuanya ketika masih masa sekolah.

”Ooo..ternyata gitu ya Za? Dulu waktu aku masih sekolah di sana itu, aku merasa tidak pernah diperhatikan orang tuaku lho, nggak tahu kenapa... tapi ya merasa sepi meskipun mereka ada. Terus kemudian ketika aku kuliah di Surabaya ini aku merasakan diperhatiin sama orang tuaku karena mereka sering telepon aku dan mengungkapkan perasaan kangen



atau rindu ke aku, seperti menanyakan kapan pulang? Ibu kangen,” kata Luna sambil mengangguk-angguk.

Dalam memberikan kata-kata penegasan ini perlu kita pahami

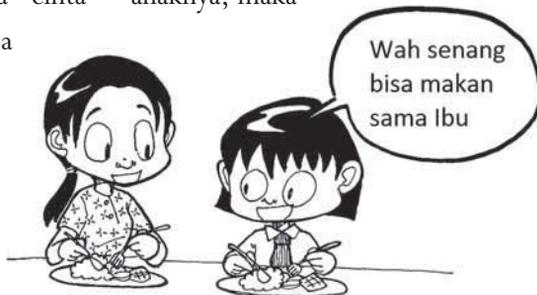
bahwa pengungkapannya harus dilakukan dengan tulus dan bukan karena ada maksud tertentu, seperti misalnya, "Ibu mencintaimu... maukah kamu melakukan ini untuk Ibu?" ungkapan seperti ini akan menimbulkan persepsi bahwa orang tua akan mencintai karena ada alasan tertentu, dan seandainya anak tidak bisa melakukan itu maka orang tua tidak mencintainya.

### Waktu Berkualitas

Salah satu sahabat belajar seringkali menelepon saya pada siang hari sebelum bertemu saya "Kakak nanti datang 'kan?" tanyanya. Kemudian saya menjawab, "Ya, nanti Kakak datang kok." Spontan saja terdengar teriakan, "YIIIEEE!!" Suara sahabat belajar saya terdengar ceria. Bahkan tidak jarang juga, sahabat saya tersebut menelpon saya pada saat ia sedang libur sekolah. Apa yang dibutuhkan oleh sahabat belajar saya ini sebenarnya adalah waktu berkualitas bersama saya, seperti kita menghabiskan bermain bola, bermain game, dan ia sangat menikmati hal tersebut.

Suatu saat saya memberikan penjelasan mengenai bahasa cinta anak pada ibunya. Mendengar penjelasan saya akhirnya sang ibu dapat memahami mengapa anaknya sangat dekat dengan saya. Sebenarnya anak ini sudah berusaha mendapatkan perhatian dari ayahnya dengan cara membuatkan minuman teh ketika ayahnya datang, menawarkan pijatan, bermain Playstation bersama. Namun karena ayah seringkali kelelahan dan tidak memahami bahasa cinta anaknya, maka ayah seringkali menganggap apa yang dilakukan oleh anaknya itu adalah hal yang biasa.

Waktu berkualitas merupakan bahasa cinta yang perwujudannya adalah



kita memberikan waktu dan perhatian kita secara utuh. Perhatian ini dapat berupa hal-hal yang sederhana saja sebenarnya, seperti hanya berbincang-bincang, meluangkan waktu bersama nonton TV atau bioskop, makan malam bersama, intinya adalah kita bisa berduaan.

Untuk anak yang mempunyai bahasa cinta berupa waktu berkualitas, memang kita harus menyediakan waktu meskipun terkadang jadwal pekerjaan padat dan melelahkan untuk bermain bersama anak. Seringkali terjadi juga orang tua lebih cenderung bermain dengan anaknya yang lebih kecil, sehingga waktu bermain dengan sang kakak hanya sekejap saja.

## Hadiah

Siapa yang tidak suka diberi hadiah? Sebagian besar orang pasti sangat senang menerima hadiah. Namun dalam menerima hadiah tersebut, tiap orang memiliki kesan dan makna yang berbeda-beda. Untuk orang yang bahasa cintanya adalah hadiah, tentu saja ia akan benar-benar lompat kegirangan saat menerima hadiah itu, karena ia memang merasa diperhatikan dan dicintai.

Tetapi ada juga orang yang ketika menerima hadiah tetap bersikap tenang namun tetap menghargai dan mengatakan "Terima kasih hadiahnya ya... senang juga sih..." (meskipun di dalam hatinya ia mengatakan, tidak ada hadiah juga tidak apa-apa kok, yang penting bisa pergi berduaan itu lebih penting → ini biasanya dominan tipe bahasa cinta dengan waktu berkualitas).

Beberapa hal yang perlu dipertimbangkan apabila sang anak mempunyai bahasa cinta hadiah adalah bahwa hadiah yang kita berikan tidak harus mahal harganya, kita



dapat memberikan hal-hal yang sederhana namun dapat menyampaikan suatu pesan yang dalam kepada anak bahwa memang kita benar-benar mencintainya. Beberapa hadiah tersebut dapat saja berupa hasil karya kerajinan tangan kita, pernak-pernik kecil, dan lain-lain.

Pemberian hadiah ini seringkali disalahgunakan oleh orang tua sebagai cara praktis atau jalan pintas untuk mendapatkan hati anak, seperti pemberian hadiah agar anak mau melakukan apa yang orang tua inginkan atau memberikan hadiah karena adanya maksud tertentu. Hal ini tentu akan dipahami oleh anak bahwa dirinya pantas di beri hadiah karena telah melakukan sesuatu dan bukan diberi hadiah karena orang tua mencintai dirinya apa adanya.

## Layanan

Bahasa cinta layanan adalah dengan memberikan suatu layanan. Ketika kita memberikan suatu layanan kepada anak, tindakan ini akan di terima oleh anak sebagai tanda bahwa kita mencintainya.

Permintaan layanan ini dapat berupa permintaan anak kepada orangtuanya seperti memperbaiki mainannya, sepedanya yang rusak atau permasalahan-permasalahan lain yang membutuhkan dukungan dari orang tua.



Perlu ditekankan bahwa pemberian layanan kepada anak, berlaku terhadap suatu hal yang belum mampu ia kerjakan sendiri. Disini kita dapat memberikan dukungan, arahan, serta membimbingnya secara perlahan-lahan dan penuh kesabaran, hingga ia bisa melakukannya sendiri.

Apabila bahasa cinta utama anak adalah layanan, tidak berarti orang tua harus segera memenuhi setiap permintaannya. Namun, orang tua diharapkan dapat peka terhadap semua permintaan anak dan memberikan pertimbangan yang baik apakah pelayanan yang diberikan membantu anak semakin matang dan dewasa ataukah justru mengakibatkan anak menjadi tergantung dan tidak mandiri. Pelayanan di sini bukan berarti memberikan bantuan menyiapkan makanan ketika anak sudah besar, membantu anak menyiapkan tas untuk sekolah, atau memakaikan sepatu. Jika hal ini berlanjut tentu saja anak menjadi tidak mandiri serta tidak mempunyai tanggung jawab terhadap kehidupannya nantinya.

Salah satu kasus yang pernah saya tangani akibat pelayanan yang salah adalah pada seorang anak yang bernama Yogi (bukan nama sebenarnya). Orang tua Yogi mengakui bahwa Yogi sejak kecil, sampai saat ini (kelas 5 SD) selalu dituruti keamaannya. Ketika Yogi meminta mainan, ayah Yogi selalu membelikannya, kalau ada PR dari sekolah, ibu Yogi yang mengerjakannya, ketika Yogi ingin main game ayah selalu membolehkannya.

Karena seringnya pelayanan yang salah ini diberikan, Yogi justru semakin terlena sehingga menyebabkan kemampuan dasarnya tidak berkembang dengan baik (ketika menulis Yogi banyak mengalami kesalahan kurang huruf ataupun kesalahan penempatan huruf) dan mudah menyerah ketika menghadapi soal-soal yang dirasa sedikit sulit.

Setelah berbincang-bincang dengan orang tua Yogi, akhirnya mereka menyadari bahwa kebiasaan ini tidak boleh diteruskan. Kemudian kami menetapkan perencanaan perubahan dalam memberikan layanan yang benar kepada Yogi. Beberapa bulan kemudian, saya mencoba menghubungi keluarga Yogi, dan mereka mengatakan bahwa sekarang Yogi sudah banyak mengalami kemajuan.

\*\*

Setiap individu mempunyai kelima bahasa cinta ini, namun bahasa cinta yang paling dominan berbeda-beda antara anak yang satu dengan anak yang lain. Untuk mengetahui bahasa cinta yang paling dominan, kita bisa lihat dari pengharapan dan perilaku anak, ataupun keluhan-keluhan yang diajukannya. Pada intinya apa pun bahasa cinta yang paling dipahami oleh anak, pengungkapan cinta hendaknya dilakukan dengan satu cara yaitu memberikan cinta tanpa syarat.

Sebagai guru pengajar, kita dapat memberikan informasi mengenai bahasa cinta ini kepada keluarga anak tersebut untuk dipraktekkan dalam kegiatan sehari-harinya.

Ketika sang anak telah merasakan cinta, ia akan merasa aman, jauh dari perasaan benci, dan takut. Ini akan mempermudah kita dalam mengajaknya bekerja sama dan belajar bersama daripada jika ia merasa tidak ada cinta.

## 2.4. Bersama Jauh Lebih Baik!!

Seorang ibu mengatakan kepada saya, “Kak, Guru di sekolah anak saya itu lho... masa' kalau jawaban isian tidak sesuai dengan di buku selalu disalahkan. Padahal kan jawaban anak saya ini juga benar ‘kan?” Dalam soal yang dimaksud itu terdapat pertanyaan: “Ibu membeli buah di...” anak tersebut menjawab di supermarket, namun jawaban yang diinginkan oleh guru adalah di pasar, sehingga jawaban anak tersebut dianggap salah. Di sini saya melihat bahwa sang ibu mempunyai pendapat bahwa selama ini dirinya memang membeli buah di supermarket dan tidak salah jika sang anak memberikan jawaban tersebut.

Karena adanya perbedaan pendapat tersebut, sang ibu kemudian mencoba bertemu guru dengan maksud untuk mengklarifikasi jawaban yang disalahkan dari soal tersebut. Namun ternyata usaha ibu untuk

meyakinkan bahwa jawaban anaknya tidak salah tersebut tidak dipenuhi oleh guru. Sang guru tetap teguh dengan pendiriannya bahwa jawaban tersebut memang tidak sesuai dengan materi pelajaran yang sedang dibahas dalam buku. Perselisihan pun terjadi antara guru dan ibu anak tersebut, mereka pun saling tidak bertegur sapa satu sama lain.

Dalam hal ini saya tidak memihak kepada guru ataupun kepada sang ibu. Namun yang menjadi permasalahan adalah ketika terjadi perselisihan diantara kedua pihak tersebut. Coba bayangkan, kira-kira situasi apa yang dialami oleh anak di rumah maupun di sekolah apabila antara ibu dan guru terjadi perselisihan? Apa dampaknya?

Ya, dalam kasus yang saya tangani, sang ibu jadi meremehkan gurunya, “Wah, gurumu itu gak main...” (“*Wah, gurumu tidak asyik...*”-red), mendengar hal tersebut, sang anak menjadi punya pandangan yang negatif juga terhadap sang guru. Ketika di sekolah, sang anak merasa ia menjadi incaran gurunya, jadi kalau disuruh jawab pertanyaan, sang anak merasa bahwa yang pasti di panggil untuk menjawab adalah dirinya. Akibatnya sang anak merasa bahwa sekolah tidak menyenangkan.

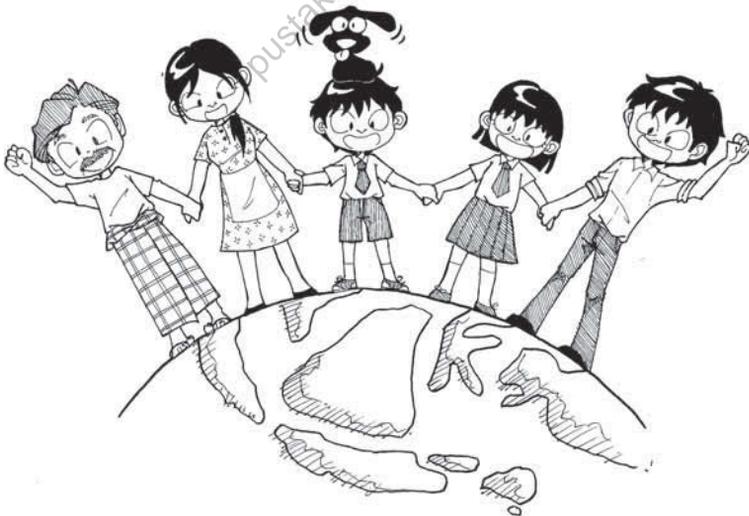
Penting sekali kita memahami bahwa keberhasilan anak dalam bidang akademik tidak bisa ditentukan oleh satu pihak saja, sangat diperlukan kerja sama di antara sekolah-lembaga bimbingan belajar-dan orang tua/keluarga. Mengapa hal tersebut sangat penting? Coba kita hitung waktu intensitas murid di dalam sekolah kurang lebih 6 jam, kemudian jumlah murid dalam 1 kelas bisa mencapai 40 siswa ditangani oleh 1 orang guru dan guru harus mengejar target untuk menyelesaikan materi yang dijadwalkan. Dengan kata lain guru tersebut harus kejar tayang untuk persiapan menghadapi UNAS dan UAS. Wuihh!! Jadi bisa dibayangkan apabila ada anak yang suka mengganggu temannya ataupun ngobrol dengan temannya maka otomatis

guru tersebut akan merasa kesulitan untuk memahami permasalahan anak tersebut satu per satu.

Untuk mengatasi hal tersebut dan mengoptimalisasi kemampuan anak, guru memerlukan bantuan keluarga untuk bisa membimbing lebih lanjut materi yang diajarkan dan bisa mengaplikasikan ilmu tersebut di kehidupan anak sehari-hari.

Begitu juga dengan pihak keluarga juga membutuhkan bantuan dari pihak guru. Misalnya ketika anak mempunyai kasus kurang percaya diri, padahal pihak keluarga telah memberikan dorongan mati-matian kepada anak agar ia mau bersosialisasi dengan baik. Apabila guru telah mengetahui permasalahan yang terjadi pada anak dari keluarga, maka guru bisa menentukan sikap yang tepat untuk membantu anak.

Alangkah sangat baiknya apabila kita dapat menghadapi perbedaan-perbedaan tersebut dengan cara yang benar dan cara yang tepat dan saling mendukung demi kemajuan anak.



Epstein (1996), menjelaskan pentingnya peran orang tua dalam perkembangan murid dan strategi yang dapat digunakan guru untuk meningkatkan keterlibatan orang tua dalam pendidikan mereka anak mereka. Di masa lalu, sekolah tidak banyak memperhatikan bagaimana guru dapat memasukkan orang tua sebagai mitra dalam meningkatkan prestasi anak. Sekarang ada perhatian besar terhadap cara untuk menjalin kemitraan ini. Ketika guru secara sistematis dan kerap memberi informasi kepada orang tua tentang kemajuan anak, maka mereka seringkali dapat meningkatkan prestasi akademiknya.

Keterlibatan ini tidak hanya dilakukan oleh pihak guru dan orang tua anak saja, namun yang juga perlu diperhatikan adalah dukungan dan konsistensi cara mengajar anak dari orang-orang di rumah, seperti kakek-nenek, om, tante yang mungkin juga tinggal di satu rumah (jika sang anak tinggal dalam keluarga besar).

Beberapa kasus yang saya tangani merupakan permasalahan perbedaan cara mengajar dari pihak orang tua, tante, ataupun nenek, yang mempunyai cara sendiri-sendiri. Sekilas ceritanya demikian, sebut saja nama anak itu Rossi (bukan nama sebenarnya). Rossi merupakan anak pertama dari dua bersaudara, sekarang ia kelas 3 SD dan mempunyai permasalahan belajar di sekolahnya, menurut gurunya, Rossi tidak pernah bisa berkonsentrasi di sekolah, ia selalu berlari-lari di kelas. Saat ini Rossi tinggal bersama keluarga besar yang terdiri dari nenek, orang tua, serta tante dan oomnya. Sang nenek berusaha untuk selalu membuat Rossi senang, ia selalu merasa kasihan apabila Rossi sedang dimarahi oleh ibunya. "Aduh jangan dimarahi kasihan kan?!... Sini-sini ikut nenek saja," ujar nenek tersebut, sang nenek kemudian membelikan apapun yang diminta Rossi.

Dari pihak orang tua, terutama ibu (bapak sering keluar kota), mempunyai harapan yang tinggi terhadap Rossi. Apabila Rossi melakukan

kesalahan, ibu tidak segan-segan untuk berteriak, memukul, hingga menghukum Rossi. Akibat dari hal ini Rossi lebih memilih dekat dengan neneknya dibandingkan dengan ibunya.

Kemudian tante Rossi adalah orang yang paling perhatian kepada masalah pendidikan Rossi, meskipun Rossi keponakannya, tante tersebut sangat mempedulikan Rossi seperti anaknya sendiri. Tante, sangat dipercaya oleh nenek dan ibu Rossi dalam masalah akademik Rossi. Apabila ada permasalahan belajar di sekolah, justru tantenya yang berkonsultasi dengan pihak sekolah dan Psikolog.

Penanganan terhadap Rossi pun dilakukan, sang tante meminta persetujuan dari ibu dan nenek untuk mendatangkan seorang psikolog yang menangani Rossi di rumahnya. Dalam jangka waktu 1 bulan, perkembangan Rossi sudah terlihat. Rossi yang dulunya tidak mau belajar, sekarang sudah mulai semangat belajar. Pihak guru pun memberikan apresiasi kepada Rossi karena ia telah banyak mengalami perkembangan dalam belajarnya.

Namun untuk sikap Rossi yang kurang baik, seperti suka berkata kasar, mudah putus asa apabila menghadapi hal yang sulit, perlu adanya kerja sama dari lingkungan dimana Rossi berada. Kebiasaan Rossi tersebut juga dapat terbentuk dari seringnya Rossi melihat ibunya marah dan juga perlakuan nenek yang terlalu memanjakan dirinya.

Untuk mengatasi hal ini, kita memerlukan adanya kerja sama dan dukungan dari lingkungan Rossi berada yaitu ibu, nenek, serta tante Rossi. Dengan adanya konsistensi dan prinsip disiplin yang benar, maka Rossi pun akan dapat belajar bersikap yang benar serta mempunyai tanggung jawab terhadap konsekuensi atas perbuatannya.

## 2.5. Tidak Ada Murid yang Bodoh, yang Ada Hanya Guru yang tidak Bisa Mengajari

”Anak-anak bisa diam sebentar??.....

anak-anak bisa diam sebentar???!!.....

BISA DIAM SEBENTAAAAR??!!!!!!...”

Ya, ini adalah salah satu pengalaman saya dahulu ketika mencoba memberikan materi kepada anak-anak. Namun apa yang terjadi? Anak-anak tersebut berbicara sendiri-sendiri, berlari-lari, bahkan saling menyahut ketika saya mencoba meminta mereka untuk diam, bukannya anak-anak tambah diam namun mereka kompak menjawab ”BISAAAAA!!” dengan sangat keras dan setelah itu dilanjutkan dengan tertawa dan saling mengejek teman satu sama lain. Wah, tidak bisa dibayangkan pada waktu itu saya benar-benar merasakan bahwa keberadaan saya tidak dianggap!! Dalam hati saya mengatakan bahwa ini anak-anak tidak bisa diatur... nakal... tidak sopan..., rasanya dalam hati ini ingin mengutuk (hehehe). Jujur, perasaan saya pada hari itu benar-benar kacau... dan saya bertanya-tanya kepada teman saya, apa yang salah ya dari cara mengajar saya? Mengapa ya anak-anak bertingkah demikian?

Akhirnya setelah menyadari prinsip ”tidak ada murid yang bodoh, yang ada guru yang tidak bisa mengajar” saya menjadi tergugah untuk mencari bagaimana cara mengajar yang sesuai.

Setelah satu malam penuh bergelut dengan perenungan dan mencari ide-ide baru, akhirnya saya merubah cara pendekatan saya kepada kepada anak-anak pada keesokan harinya. Ternyata hasilnya juga berbeda, kelas berjalan dengan lancar, anak-anak akhirnya dapat mengikuti materi yang diberikan dengan baik dan tetap dengan suasana riang.

Seorang guru mengatakan kepada orang tuanya bahwa di sekolah anaknya sangat malas belajar sehingga untuk belajar abjad tidak mau. Mendengar hal itu orang tua tidak percaya masak sih anaknya disebut bodoh?? Karena tidak percaya apa yang diucapkan oleh guru tersebut, ibu ini mengajarkan teknik yang disukai oleh anaknya yaitu menggunakan permainan kereta api. Tidak memakan waktu lama, perubahan pun terjadi, semula di sekolah anak tersebut tidak bisa membaca abjad, akhirnya ia bisa!!

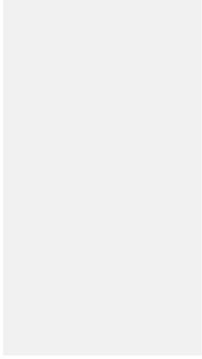
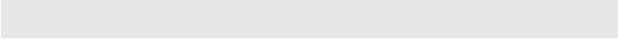
Dari kejadian di atas tersebut, hendaknya kita perlu berhati-hati terhadap pemikiran atau perasaan kita ketika merasa bahwa anak tidak dapat diatur atau tidak dapat diajari. Karena dengan kondisi seperti demikian kita akan lebih banyak menyalahkan anak dan memberikan cap-cup negatif seperti bandel, nakal, tidak pintar, dan sebagainya. Akibatnya, ketika kita menginginkan agar anak memperhatikan diri kita, tanpa sengaja kita melakukan dengan cara-cara yang membuat anak justru mempunyai pemikiran yang negatif terhadap belajar.

Seperti yang pernah diceritakan salah satu klien saya yang bernama Abi (bukan nama sebenarnya):

”Ya itu Kak... gurunya galak, suka marah... pernah aku dilempar sama sepatu... ya jadinya malas sama pelajaran itu.”

Oleh karena itu, sebelum kita melakukan tindakan yang membuat anak mempunyai pemikiran yang negatif terhadap pelajaran, yakinlah bahwa ”tidak ada anak yang bodoh, mungkin cara kita yang kurang tepat!”

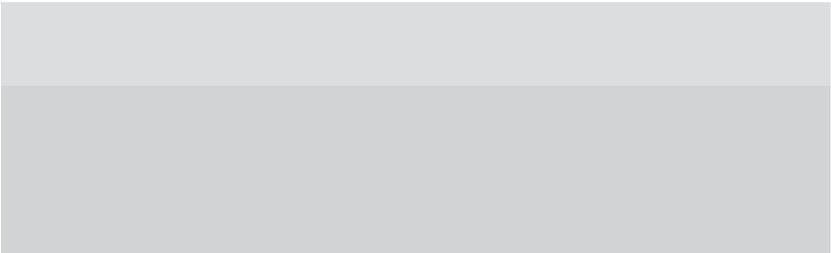
Nah, setelah kita mengetahui dan memahami rambu-rambu dan beberapa penyebab pemikiran kita yang justru tidak memberdayakan anak untuk belajar, maka dengan pemikiran yang baru ini, kita siap untuk ke langkah berikutnya, yaitu...



SEASON 3

# Membangun Kepercayaan Diri Anak terhadap Belajar

*pustaka-indo.blogspot.com*



---

# Membangun Kepercayaan Diri Anak terhadap Belajar

---

Setelah permasalahan mindset dalam diri sudah kita bereskan, maka selanjutnya yang akan kita lakukan untuk membuat anak menjadi keranjingan belajar adalah : membangun kepercayaan dirinya!!

Hmm...Mengapa ya?

Saya akan coba menjawabnya dengan sebuah kasus yang pernah saya tangani, sebut saja nama anak ini Vanda, saat ini Vanda kelas 4 SD dan ia sangat suka menggambar. Pada suatu hari Vanda diajak oleh orang tuanya untuk mengikuti lomba menggambar disalah satu acara peresmian sebuah toko swalayan yang cukup terkenal. Hari yang dinanti-nanti pun telah tiba, Vanda mengikuti lomba menggambar tersebut dengan ditemani oleh ibunya. Pada saat lomba tersebut, Vanda beserta ibunya menyempatkan dirinya untuk melihat gambar peserta lainnya. Tak disangka, Vanda dan ibunya merasa terkejut bahwa gambar peserta lainnya jauh lebih bagus dibandingkan dengan milik Vanda. Bukannya memberikan semangat atau pengertian kepada Vanda, ibu Vanda justru mengatakan, "Wah kamu nggak mungkin menang Vanda, lha itu gambarnya anak-anak itu bagus-bagus!!... Waduh!!" mendengarkan perkataan ini Vanda malah merasa down dengan hasil karyanya dan Vanda pun pulang dengan muka yang murung. Singkat ceritanya sejak kejadian tersebut Vanda merasa tidak yakin dengan gambarnya, ia selalu meminta kepada saya atau teman-temannya yang lain untuk menggambar buat dirinya, ketika saya meminta Vanda untuk menggambar, Vanda mengatakan, "Iya kak, dulu aku suka nggambar tapi sekarang males, gambarku 'kan jelek." Vanda sudah tidak mempunyai kepercayaan diri lagi dalam menggambar.

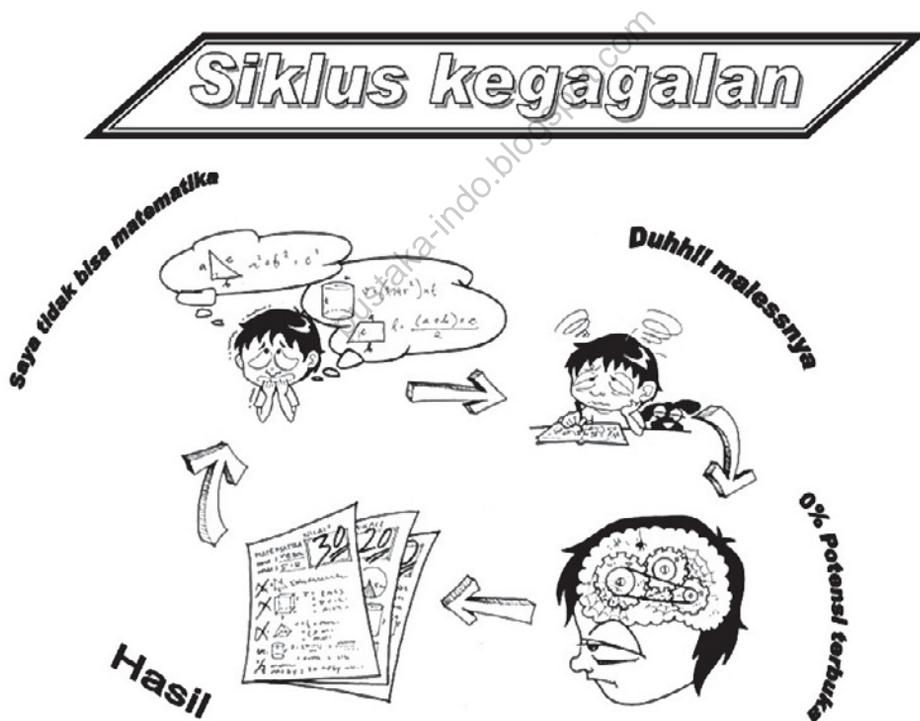
Sama juga ketika pada waktu saya memberikan seminar atau workshop, saya meminta para peserta untuk menggambar seorang manusia. Pada saat peserta menggambar terlihat banyak reaksi yang berbeda-beda, ada yang menutup gambarnya ketika saya lewat di depannya sambil mengatakan "Wah gambar saya jelek", ada juga peserta yang terlihat yakin sekali dengan gambarnya dan pengarsirannya, dan lain sebagainya.

Setelah selesai menggambar saya kemudian bertanya kepada peserta "Siapa diantara rekan-rekan yang merasa tidak bisa menggambar?" beberapa tangan pun akhirnya diangkat menandakan bahwa peserta tersebut merasa tidak bisa menggambar. Kemudian saya bertanya kepada salah satu orang peserta, "Kenapa Anda merasa tidak bisa menggambar?" "Ya gambar saya memang jelek," jawab peserta tersebut. "Sudah berapa lama Anda merasa tidak bisa menggambar?" tanya saya lagi, "Kira-kira sejak saya kecil sih," jawab peserta itu. Kemudian saya bertanya kembali, "Menurut Anda apakah Anda tidak bisa menggambar ataukah Anda tidak pernah melatihnya? Berapa kali Anda berlatih menggambar?" Mendengar pertanyaan saya, peserta tersebut terlihat berpikir sejenak dan menjawab, "Ya karena tidak pernah melatihnya sih".

Dari cerita di atas, pada umumnya yang terjadi adalah seseorang menjadi malas mengerjakan sesuatu karena ia tidak yakin terhadap hal yang dia kerjakan tersebut. Ia mempunyai perasaan takut apabila hasil yang dikerjakan tidak sesuai dengan yang diharapkan. Terkadang kita terlalu cepat menyimpulkan bahwa diri kita tidak bisa melakukan hal tersebut karena pada waktu dulu kita merasa kurang baik dan lebih parahnya lagi, seringkali kita justru berhenti untuk mencoba dan memperbaikinya lagi sehingga kepercayaan diri kita terhadap hal tersebut semakin rendah dan semakin tidak berdaya.

Begitu juga dengan anak yang malas belajar, ia merasa tidak yakin dengan apa yang dikerjakannya, termasuk terhadap tugas-tugas di sekolahnya, ia sudah merasa bahwa dirinya tidak akan bisa menjawab soal-soal yang akan diberikan, ia sudah berpikir bahwa soalnya pasti sulit dan bahayanya apabila hal ini dibiarkan, maka dikemudian hari, anak tersebut akan mempunyai ketergantungan yang tinggi terhadap teman dalam mengerjakan PR ataupun ujian, dengan kata lain ia lebih mempercayai jawaban dari temannya dibandingkan jawaban yang ia kerjakan sendiri.

Seperti yang terlihat pada siklus berikut ini:



Siklus kegagalan ini dimulai dari adanya keyakinan dalam diri kita yang merasa tidak bisa dalam bidang tertentu, contohnya dalam gambar di atas adalah merasa tidak bisa matematika. Pada umumnya dan yang sering saya jumpai, ketika kita merasa tidak bisa, banyak dari kita bukannya berusaha lebih keras dan lebih sering namun justru lebih memilih untuk menghindarinya dan menggantinya dengan aktivitas-aktivitas lainnya, seperti bermalas-malasan, main PS, nonton TV, nongkrong dengan teman-teman, dan lainnya. Ketika ditanya "Lho kok tidak belajar sih?" biasanya jawaban atau alasan yang dikemukakan: "Malas, habis pelajarannya sulit! Aku nggak ngerti." Namun ada juga yang berusaha untuk membuka buku, meskipun hanya dalam waktu beberapa menit mata sudah berkunang-kunang dan... *Zzzzzzzz* alias ketiduran.

Bisa dibayangkan jika kita yang ada dalam kondisi seperti ini maka potensi kita tidak akan bisa tersalurkan apalagi maksimal dan dapat diduga hasil yang diperoleh pun juga ala kadarnya.

Ketika anak melihat hasil rapportnya, mendengar omelan dari orang tua, melihat keberhasilan teman-teman lainnya, sang anak berupaya untuk lepas dari siklus ini, namun apabila ia tidak mengetahui caranya dan kita tidak memahami bagaimana langkah-langkah yang tepat untuk lepas dari siklus tersebut maka anak tersebut akan kembali ke pola lama lagi dan kita hanya bisa pasrah dan berdoa, "Nak, moga-moga kalau kamu sudah besar nanti kamu jadi presiden ya seperti Abraham Lincoln yang dulu sering gagal tapi besarnya berhasil ya..."

Ya memang kita tidak pernah mengetahui bagaimana masa depan seseorang, bisa jadi anak tersebut seperti tokoh-tokoh yang tidak selesai sekolah namun bisa sukses. Seperti seorang guru yang pernah berkata kepada saya, "Mas, meskipun anak-anak SMP di sini itu kelihatannya nakal-nakal, sering membolos begini tapi besok kalau sudah besar itu ada yang

jadi dokter, ada yang jadi insinyur, wah berhasil-berhasil lho mas.”

Sebagian kasus nyata memang telah membuktikan hal tersebut, namun kalau kita lihat secara keseluruhan, banyak juga dari mereka juga yang tidak beruntung bisa sukses dikemudian harinya karena tidak bisa lepas dari siklus kegagalan ini. Oleh karena itu alangkah baiknya kalau kita memahami serta mampu memberikan bekal lebih awal kepada anak-anak tersebut agar bisa lepas dari siklus kegagalan tersebut.

Nah bagaimana caranya agar kita bisa terlepas dari lingkaran yang tidak memberdayakan ini?

Untuk mengetahui jawaban dari pertanyaan di atas, maka sebagai landasan yang paling utama dan dasar yang perlu kita ketahui adalah memahami apa yang disebut sebagai konsep diri.

### **Apakah konsep diri itu?**

Konsep diri adalah gambaran yang dimiliki orang tentang dirinya. Konsep diri ini merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki orang tentang diri mereka sendiri, baik dari karakteristik fisik, psikologis, sosial, emosional, aspirasi dan prestasi, yang berdasarkan pada pikiran, perasaan dan emosi orang tersebut.

Apabila seorang anak mempunyai konsep diri yang negatif, maka anak tersebut akan selalu merasa kesulitan untuk bisa mencapai keberhasilan.

Seperti kasus yang terjadi pada Vanda, ia melihat dirinya sebagai anak yang “tidak pintar menggambar”. Sehingga apabila kita meminta Vanda untuk menggambar, ia akan mengatakan “aku nggak bisa menggambar”.

Namun apabila seorang anak mempunyai konsep diri yang positif terhadap kemampuan dirinya, ia tidak cemas atau takut menghadapi suatu kegagalan. Ia mempunyai keyakinan akan kemampuan dirinya sendiri, sehingga ia tidak takut melakukan kesalahan, karena yang terpenting

baginya adalah bagaimana dirinya menjadi tertantang dan selalu bertekun dalam menghadapi masalah. Dengan demikian konsep diri yang positif tersebut akan sangat mempengaruhi motivasi belajarnya.

Konsep diri terbentuk dari tiga komponen yang saling mempengaruhi satu sama lain, ketiga komponen tersebut adalah diri ideal, citra diri, dan harga diri.

### **Diri yang Ideal**

Diri yang ideal adalah merupakan suatu sosok yang Anda idamkan. Contoh yang paling sederhana adalah ketika Anda melihat tayangan iklan di TV. Kita ambil saja sebuah contoh, misalnya iklan shampoo. Dalam iklan shampoo ini, diperlihatkan seorang wanita yang cantik berambut panjang, lurus, hitam, dan kalau ia sedang membuka jepitan rambutnya, maka rambut tersebut bisa sangat halus, terurai, kuat, tidak ada ketombe, harum dan lain sebagainya karena menggunakan produk shampoo yang diiklankan, sehingga secara tidak sadar anda menginginkan juga rambut yang dimiliki oleh model iklan shampoo tersebut.

Ketika sedang berada di supermarket untuk memilih sebuah produk shampoo maka Anda secara otomatis membeli produk yang anda kagumi tersebut bukan?

Selain dari tayangan iklan di TV, diri yang ideal juga dapat terbentuk oleh cerita-cerita atau kita melihat tokoh-tokoh tertentu.

Pernahkah anda mengagumi seseorang hingga Anda ingin bisa seperti nya?

Kalau saya pribadi mengagumi tokoh-tokoh seperti Patch Adam, Erin Gruwell, Prof. Geritz yang mendedikasikan hidupnya untuk bisa membantu orang lain mencapai kehidupan yang lebih baik. Dari mendengar dan melihat cerita-cerita mereka, akhirnya terbentuklah suatu gambaran

sosok yang ideal bagi saya. Secara sadar atau tidak sadar maka tindakan dan keputusan yang saya buat akan cenderung mengarah ke sana. Anda akan selalu membandingkan diri Anda dengan pandangan diri ideal yang Anda tetapkan.

Diri ideal setiap individu berbeda-beda, begitu juga dengan seorang anak. Pada awalnya pembentukan konsep diri yang ideal bagi anak berasal dari orang yang diamati dan dikagumi, misalnya orang tua, saudara kandung yang lebih tua, para guru di sekolah, aktor-aktris, tokoh buku bacaan-komik, atlet, dan lain-lain.

Pernah tidak Anda melihat seorang anak mengidolakan sosok *superhero* yang baru ia lihat di film? Kira-kira bagaimana perilaku yang ditunjukkan anak tersebut?

Biasanya yang sering saya lihat adalah anak itu meminta kepada orang tuanya untuk dibelikan baju, tas, tempat pensil, atau segala sesuatu yang bergambarkan tokoh *superhero* favoritnya tersebut. Bahkan tidak jarang pula, si anak menirukan perilaku-perilaku tokoh favoritnya. Tokoh *superhero* itulah sosok diri ideal bagi anak tersebut.

## Citra diri

Citra diri adalah bagaimana Anda melihat gambaran diri Anda sendiri. Apakah menurut Anda, Anda adalah orang yang percaya diri, yakin terhadap kemampuan diri, tenang, mampu menghadapi segala rintangan, atau justru kebalikan dari semua itu?

Gambaran diri Anda ini akan sangat mempengaruhi setiap perilaku Anda dalam kehidupan sehari-hari. Apabila Anda melihat bahwa diri Anda adalah orang yang penuh percaya diri, yakin terhadap kemampuan diri, maka disaat anda mengalami suatu kegagalan atau menghadapi suatu hal yang sekiranya sulit, maka Anda akan berpikir bahwa segala sesuatu ini hanyalah

tantangan dan Anda mempunyai keyakinan pasti akan bisa melewatinya. Karena Anda memang melihat diri anda mempunyai kemampuan untuk menghadapi tantangan tersebut. Begitu juga sebaliknya, apabila anda merasa sebagai orang yang tidak mempunyai kemampuan dan kepercayaan diri, maka Anda akan lebih memilih untuk mundur atau menghindari dari permasalahan tersebut.

Berikut ini adalah contoh tentang citra diri. Ada seorang anak yang merasa tidak yakin akan kemampuan dirinya dalam pelajaran IPS, sebut saja namanya Roy. Ketika saya bertanya kepada Roy mengenai pelajaran yang tidak ia sukai maka ia langsung menjawab “IPS”, kemudian saya bertanya, “Mengapa tidak suka IPS?” Roy pun menjawab, “Saya bodoh, nilai saya jelek.” Roy mempunyai gambaran bahwa dirinya tidak bisa mengerjakan soal-soal pelajaran IPS. Namun ketika saya bertanya mengenai mata pelajaran yang ia sukai, yaitu bahasa Inggris, Roy menjadi semangat dan antusias sekali ketika saya memberikan soal-soalnya. Ia yakin terhadap kemampuan dirinya dalam pelajaran Bahasa Inggris tersebut.

## **Harga Diri**

Harga diri adalah suatu evaluasi yang bersifat emosional tentang bagaimana anda menerima dan menyukai diri anda. Evaluasi harga diri ini merupakan hasil dari perpaduan antara diri ideal dan citra diri. Seperti yang telah dibahas di atas, diri ideal adalah pandangan Anda mengenai sosok yang Anda inginkan ada dalam diri Anda, kemudian citra diri adalah pandangan Anda mengenai diri Anda saat ini.

Semakin anda menjadi orang yang anda idealkan, dan semakin Anda memandang diri mampu menjadi seperti sosok ideal tersebut maka semakin tinggi pula harga diri anda. Semakin tinggi harga diri Anda, maka semakin Anda merasa menjadi orang yang berharga, bahagia, antusias,

serta semangat, karena Anda menyukai dan menerima diri seutuhnya.

Begitu juga sebaliknya, apabila citra diri tidak sejalan dengan diri ideal Anda, maka yang dirasakan adalah tidak berdaya, tidak berharga, kecewa, sering menganggap orang lain lebih berbahagia sedangkan dirinya tidak, hidup terasa tidak adil, dan sebagainya. Ketika harga diri menjadi rendah, Anda semakin tidak menyukai hidup dan apabila hal ini terus berlarut-larut maka dampaknya tentu akan sangat merugikan diri Anda sendiri.

Begitu juga dengan seorang anak dalam sekolah, ketika ia merasa dirinya tidak bisa mencapai pandangan ideal yang ditetapkan seperti mendapat nilai yang bagus, bisa menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan oleh gurunya, dan sebagainya, maka ia merasakan bahwa ia menjadi anak yang tidak bisa apa-apa dibandingkan dengan teman-teman lainnya, ia merasa kurang pintar dan harga dirinya menjadi rendah. Kalau hal ini terjadi maka kita akan kesulitan untuk mengoptimalkan kemampuan anak tersebut.

Konsep diri ini terbentuk melalui proses belajar sejak masa pertumbuhan seorang manusia dari kecil hingga dewasa. Lingkungan, pengalaman dan pola asuh orang tua turut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap konsep diri yang terbentuk. Sikap atau respon orang tua dan lingkungan akan menjadi bahan informasi bagi anak untuk menilai siapa dirinya. Oleh karena itu, seringkali anak-anak yang tumbuh dan dibesarkan dalam pola asuh yang keliru dan negatif atau lingkungan yang kurang mendukung, cenderung mempunyai konsep diri yang negatif.

Sikap orang tua yang suka memukul, mengabaikan, kurang memperhatikan, melecehkan, menghina, tidak pernah memuji, suka marah-marah, dan sebagainya dianggap sebagai hukuman akibat kekurangan, kesalahan ataupun kebodohan dirinya. Jadi anak menilai dirinya berdasarkan apa yang ia alami dan dapatkan dari lingkungan.

Konsep diri ini mempunyai sifat yang dinamis, artinya tidak luput dari perubahan.

Ada 5 hal yang mempengaruhi konsep diri, antara lain:

### **1. Peran yang dimiliki oleh seseorang**

Setiap orang memiliki kesadaran terhadap peran yang dimiliki di dalam kehidupannya. Ia akan terus mengamati peran yang dimilikinya tersebut serta selalu berusaha untuk menjalani perannya dengan sebaik mungkin. Sikap yang muncul dari dalam diri seseorang adalah dipengaruhi oleh bagaimana dia memandang dan menerima dirinya beserta dengan peran yang dimilikinya.

Dalam sekolah, anak mempunyai peran sebagai murid sekolah. Peran tersebut mempunyai kriteria ideal yang menyatakan bahwa seorang murid harus mendapatkan nilai pelajaran yang bagus, patuh, dan anak yang diam. Apabila murid tersebut tidak dapat memuhi kriteria tersebut, maka ia merasa gagal dalam menjalankan perannya sebagai seorang murid di sekolah.

### **2. Perbandingan**

“Itu lho si Roby, anaknya pintar, nilainya bagus-bagus, terus si Dino itu, nilainya selalu 90 semua, si Dewi dapat beasiswa di sekolahnya, masa’ kamu kok gak bisa? Kamu main PS terus sih!!”

Konsep diri seseorang dapat juga terbentuk dari perbandingan dirinya dengan lingkungan di sekelilingnya. Perbandingan ini bisa juga terjadi secara fisik, seperti misalnya perasaan tidak percaya diri karena merasa tinggi tubuh tidak setinggi teman-teman yang lain.

### **3. Pernyataan-pernyataan (judgement) yang dibuat oleh orang lain**

Saya pernah mendengar sebuah cerita mengenai seorang remaja putri yang mempunyai cita-cita sebagai penari yang handal, sekilas ceritanya sebagai berikut :

Di sebuah kota yang kecil, hiduplah seorang remaja putri yang mempunyai cita-cita menjadi seorang penari terkenal. Untuk mencapai cita-citanya tersebut, remaja putri ini menggunakan seluruh waktunya untuk berlatih menari. Pada suatu hari sang penari remaja ini mendengar bahwa kotanya akan didatangi seorang tokoh penari yang terkenal dan kebetulan remaja putri ini sangat mengidolakan tokoh tersebut.

Hari yang ditunggu-tunggu pun tiba, sang remaja putri bertemu dengan tokoh idolanya, ia menceritakan cita-citanya bahwa ia ingin menjadi seperti sang tokoh penari ini. Remaja putri ini meminta sang tokoh penari tersebut untuk menilai hasil jerih payah latihan menarinya selama ini. Setelah mendemonstrasikan sekilas, ternyata jawaban dari sang tokoh penari sangat mengejutkan bagi penari remaja ini, “Kamu tidak berbakat untuk menjadi penari” ujar tokoh penari terkenal itu. Mendengar jawaban tersebut, hancurlah konsep diri dan cita-citanya untuk menjadi penari, sang remaja putri ini pun tidak pernah belajar menari lagi dikemudian hari.

Dari cerita di atas, dapat diambil makna bahwa kita perlu berhati-hati ketika hendak memberikan suatu pernyataan kepada anak, terutama kita sebagai figur otoritas yang paling didengarkan oleh anak. Ketika kita mengatakan anak tidak mempunyai bakat, anak yang nakal, anak yang bodoh, dan hal-hal lain yang negatif maka baik ucapan ataupun tindakan tersebut akan tertanam dalam benak anak. Apabila kita tidak menyadari hal tersebut dan tidak segera merubahnya, maka penanaman

hal negatif tersebut terbawa hingga anak dewasa dan menjadi penghambat kesuksesannya.

#### 4. Pengalaman-pengalaman akan keberhasilan dan kegagalan

Masa lalu akan menjadi suatu pengalaman bagi hidup kita, baik yang menyenangkan ataupun yang tidak menyenangkan. Pengalaman yang menyenangkan akan membentuk konsep diri yang positif dan pengalaman yang tidak menyenangkan akan dapat membentuk konsep diri yang negatif.

Contohnya :

Ketika seorang anak mempunyai pengalaman-pengalaman keberhasilan dalam sebuah mata pelajaran bahasa Inggris, seperti :



- Mendapatkan nilai 9 dalam ulangan
- Guru memuji hasil yang dicapai
- Apabila ada tugas-tugas sekolah banyak teman yang meminta tolong atau juga banyak yang mengajak untuk menjadi anggota kelompoknya dalam pelajaran Bahasa Inggris.
- Orang tua memangga-banggakan kepada saudara atau teman-temannya bahwa sang anak sangat mahir dalam Bahasa Inggris.

Pengalaman-pengalaman keberhasilan tersebut di atas akan menumbuhkan keyakinan dan konsep diri yang positif dalam pelajaran Bahasa Inggris.

Begitu juga kebalikannya, pengalaman-pengalaman yang tidak menyenangkan bagi anak dapat menyebabkan konsep diri yang negatif, seperti :



- Anak mendapatkan nilai ulangan yang tidak sesuai dengan harapannya.
- Ditertawakan oleh teman ketika tidak bisa menjawab soal yang diberikan oleh guru.
- Dimarahi oleh orang tua atau guru ketika mendapat nilai yang kurang.
- Orang tua tidak pernah memberikan penghargaan positif.

Pengalaman keberhasilan ini sangat penting sekali untuk meningkatkan konsep diri sang anak, karena ketika sang anak mengalami kegagalan, ia masih mempunyai sebuah *memory* bahwa ia pernah mencapai suatu keberhasilan di bidang tertentu, dan ia mempunyai suatu keunggulan dalam dirinya sebagai individu yang berharga.

## 5. Budaya

Seorang teman dekat saya menceritakan pengalaman pahitnya pada waktu SMU. Saat itu ia bersekolah di salah satu sekolah yang paling favorit di kota kami. Lulusan dari sekolah tersebut sudah menjadi langganan diterima di Perguruan-perguruan tinggi ternama di Indonesia. Budaya diterima di perguruan tinggi inilah yang akhirnya menjadi beban bagi teman dekat saya. Ketika ia tidak masuk ke dalam perguruan tinggi ternama, ia menjadi sangat malu dengan teman-temannya, ia bahkan tidak berani keluar dari rumahnya dan tidak mau bertemu dengan teman-temannya. Ia merasa bahwa dirinya sangat "bodoh" dibandingkan dengan teman-teman yang lain dan tentu saja harga dirinya pada saat itu sangat hancur!!

Nah kini kita telah mengetahui apa yang menjadi kendala dalam diri anak yang dapat menyebabkan anak mempunyai pemikiran yang tidak yakin terhadap dirinya. Ketika kita menginginkan anak mempunyai pandangan yang positif terhadap diri dan kemampuannya, maka kita

dapat menciptakan peran ideal yang dapat dicapai oleh anak. Janganlah kita melakukan perbandingan dengan anak yang lain. Berfokuslah pada bagaimana meningkatkan kemampuan anak tersebut.



Kemudian kemukakanlah pernyataan-pernyataan yang positif mengenai anak tersebut, contohnya ketika anak dapat mencapai suatu kemajuan meskipun hal tersebut bagi kita sangat sederhana, kita dapat mengatakan, "Wow bagus sekali hal itu, Bapak sangat kagum dengan usahamu ini, Budi pasti bangga sama diri Budi ya!!" Pernyataan-pernyataan

positif ini membuat anak mendapatkan pengalaman yang positif dalam hidupnya. Ia merasakan adanya sesuatu yang dapat dibanggakan dalam dirinya.

Konsep diri ini sangat penting! Jika seorang anak sudah meyakini bahwa dia akan berhasil, maka yang dibutuhkan hanya "pemeliharaan dorongan" untuk menjaga keyakinannya itu. Akan tetapi, jika seorang anak percaya bahwa dia adalah orang yang gagal dan Anda ingin agar dia meyakini hal sebaliknya, maka keyakinan di dalam diri anak tersebut tetap akan sama.

Seperti yang dikatakan oleh Eric Jensen dalam bukunya *Brain Based Learning*, Umumnya siswa yang disebut sebagai "beresiko" lamban, tidak bersemangat, atau tingkat rendah biasanya tidak mempunyai strategi-strategi yang kuat untuk meyakinkan diri sendiri.

Berikut ini adalah suatu gambaran siklus keyakinan dan konsep diri yang positif pada seorang anak terhadap suatu bidang tertentu:

Siklus ini menunjukkan bahwa ketika anak merasa dirinya bisa atau mempunyai keyakinan untuk mendapatkan nilai yang baik, anak akan terlihat begitu bersemangat dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan, ia merasa sangat menyukai kegiatan belajar tersebut, sehingga apabila ada informasi-informasi baru atau tantangan-tantangan lainnya, ia akan lebih mudah untuk diarahkan. Sedangkan untuk tugas-tugas yang sulit akan ia jadikan sebagai sebuah tantangan yang harus ditaklukan bukan sebagai ancaman yang harus dihindari. Karena ia mengetahui bahwa sebelumnya ia pernah mencapai suatu keberhasilan dan kali ini pun juga ia pasti bisa!

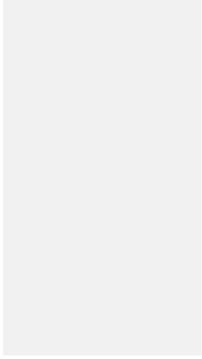
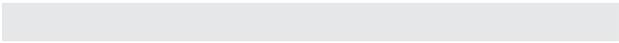
Semakin banyak tantangan-tantangan yang dihadapi maka potensi anak tersebut semakin berkembang, ia menjadi semakin mahir dalam bidang tersebut dan tentunya hasil yang di dapat juga dapat lebih optimal.

Ternyata setelah mengetahui bagaimana konsep diri anak ini terbentuk,

beberapa guru maupun orang tua ada yang masih mengeluh kepada saya mengapa ketika ibu atau guru mencoba untuk memberitahu anaknya dan mencoba untuk mengerti anaknya, namun perubahan yang diharapkan tidak lekas terlihat? Ya, hal itu juga pernah saya alami, saya yakin setiap orang mempunyai cara-cara tersendiri untuk mengatasi anak yang kurang termotivasi dalam belajar.

Namun setelah sekian banyak kasus yang saya tangani, akhirnya saya menemukan sebuah prinsip-prinsip atau langkah-langkah bagaimana melakukan perubahan agar anak menjadi termotivasi dalam belajar. Adapun langkah-langkah tersebut saya rangkum dalam strategi-strategi di bab berikut ini.

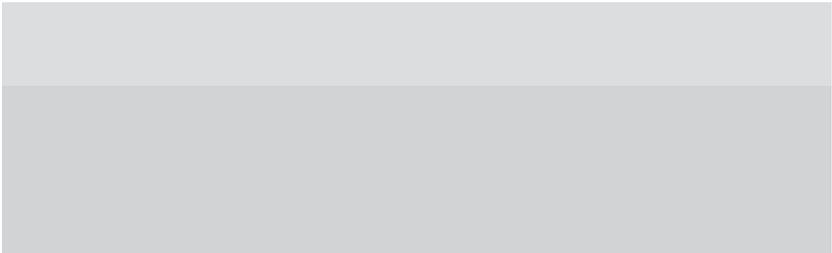
*pustaka-indo.blogspot.com*



SEASON 4

# Memulai dengan 3 Menit

[pustaka-indo.blogspot.com](http://pustaka-indo.blogspot.com)



---

# Memulai dengan 3 Menit

---

Setelah kita merubah *mindset* kita dan menetapkan sasaran awal yaitu meningkatkan kepercayaan diri anak, kini kita akan membahas mengenai strategi-strategi efektif yang seringkali saya gunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri anak yang akhirnya akan membuat dirinya menjadi keranjang dalam belajar.

Pada suatu hari seorang ibu mengatakan kepada suaminya bahwa ia ingin “cuci mata” ke mall, “Pa, mama mau jalan-jalan dulu ya ke mall? Nggak beli apa-apa kok, ‘kan tanggal tua.” ”Bener?...” tanya sang suami dengan nada kurang begitu yakin. ”Iya... iya percaya deh cuma jalan-jalan aja kok,” ujar ibu tersebut mencoba meyakinkan suaminya.

Setelah beberapa saat di Mall, secara tidak sengaja ibu itu melihat empat huruf yang mengalihkan perhatiannya, empat huruf itu adalah S-A-L-E alias OBRAL barang hingga 70%. WUIIH!!! Tanpa berpikir panjang ibu tersebut langsung bergegas untuk menghampiri dan berebutan dengan ibu-ibu yang lain untuk membeli barang-barang yang tersedia di toko tersebut. Setibanya di rumah, ibu itu langsung bercerita kepada suaminya bahwa ia sangat beruntung menemukan barang yang sangat murah harganya. Sang suami akhirnya bertanya kepada istrinya, ”Lho kan? Akhirnya beli barang? Katanya cuma jalan-jalan? Kok beli barang itu?! Gunanya buat apa sih Ma?” Mendengar pertanyaan tersebut, sang istri hanya bisa tersenyum-senyum saja, karena sebenarnya di dalam hatinya, ia memang tidak membutuhkan barang tersebut, namun ia tetap membeli hanya karena sedang discount!!

Contoh kedua, seorang anak sedang melihat sebuah tayangan sinetron di televisi dengan sangat serius, hingga tidak sadar bahwa ia telah menjadi sasaran empuk bagi nyamuk-nyamuk yang kelaparan. Perhatian anak itu

benar-benar terfokus terhadap tokoh-tokoh film itu. Karena melihat cerita yang sangat sedih, anak tersebut akhirnya menangis sesenggukkan dan memaki-maki tokoh yang antagonis!! "Ya ampun ada orang ya yang sejahat itu!!" kata anak tersebut. Hmm... pertanyaan saya, mengapa anak tersebut sampai ikut menangis? Kalau kita pikir-pikir bahwa sebenarnya sinetron kan hanya sebuah peran dan bukan hal yang realita. Tetapi mengapa kita merasa hal tersebut sebagai sesuatu yang nyata?

Saya mendengar sebuah cerita dari teman saya mengenai seorang pria yang sedang bekerja di Jakarta, karena begitu mencintai kekasihnya yang berada di Surabaya maka dia niatkan pergi ke Surabaya seminggu sekali naik pesawat. Dengan membawa beberapa perbekalan bunga, coklat, dan lain sebagainya. Tetapi apa yang terjadi, ternyata sang kekasih akhirnya memilih pria lain dan menikahinya. Mendengar berita tersebut, betapa hancurnya hati pria yang ditinggalkan itu. Akibat pengalaman itu, hingga saat ini si pria tidak mau berhubungan serius dengan wanita yang lain.

Kalau seandainya kita coba berpikir secara realistis, apabila ditinggalkan oleh kekasih, maka kita bisa saja mencari pasangan yang lain bukan? Bahkan ada pepatah yang mengatakan bahwa "dunia tidak selebar daun kelor!" Tetapi pada kenyataannya, tidak semua orang bisa berpikir demikian, tidak sedikit orang berubah menjadi gila, melakukan aksi bunuh diri, mencari pelarian ke psikotropika (drugs), dan lain sebagainya. Keterikatan emosi dengan pasangan ini dapat membawa dampak besar dalam hidup kita.

Nah setelah kita membaca ketiga cerita di atas, apakah persamaan dari cerita-cerita tersebut?

Ya, dari cerita di atas saya menggambarkan bahwa sebenarnya manusia itu merupakan makhluk yang cenderung berpikir emosional dibandingkan dengan logika!!

Seperti juga yang dikatakan oleh Napoleon Hill (1997):

*"Kita digerakkan oleh emosi. Semua yang kita lakukan dimotivasikan olehnya. Emosi memicu perubahan kimiawi yang dapat mengubah suasana hati, perilaku, dan pada akhirnya kehidupan kita. Dunia diperintah oleh emosi manusia, dan demikian pula nasib peradaban ditentukan oleh emosi manusia. Dalam tindakannya, manusia dipengaruhi bukan oleh pertimbangan akal, tetapi lebih banyak oleh "perasaan" mereka. Kemampuan kreatif pikiran diubah menjadi tindakan sepenuhnya oleh emosi, dan bukan oleh pertimbangan semata-mata."*

Terus apakah ada hubungannya emosi dengan membuat anak keranjingan belajar?

Bagi saya hubungannya sangat kuat sekali...

Dahulu sebelum mengetahui betapa pentingnya melibatkan emosi anak dalam belajar, saya hanya berfokus pada soal-soal dan materi pelajaran yang akan saya sampaikan. Namun apa yang sering terjadi? Ketika tiba waktunya untuk belajar, biasanya anak tidak terlihat antusias sama sekali, seringkali anak belum ada persiapan ketika saya datang, seperti misalnya masih tidur, sering ke kamar mandi, dan berbagai macam alasan lainnya.

Melihat hal itu biasanya orang tua maupun saya mencoba merayu anak tersebut, "Ayo Nak belajar, nanti biar jadi orang yang pintar!!" Namun justru yang sering tersirat dari mata anak mengatakan "So what!!? Boring deh!!" Parahnya, melihat anaknya yang tidak tertarik belajar, seringkali orang tua memberikan les tambahan sehingga semakin jenuhlah anak tersebut.

Mengapa hal tersebut bisa terjadi? Karena... yang kita ajukan kepada anak tersebut adalah logika-logika (ingat bahwa manusia cenderung

berpikir emosional dibandingkan berpikir dengan logika!). Seperti demikian:

Kita semua tahu bahwa tujuan kita belajar adalah supaya menjadi pintar, tetapi berapa banyak orang yang menyukai belajar?

Kita tahu bahwa olahraga itu baik untuk tubuh kita, namun hanya berapa orang yang berolahraga dengan rutin?

Kita tahu bahwa merokok itu tidak baik bagi kesehatan. Namun berapa orang yang bisa berhenti merokok?

Ya... hal tersebut tetap terjadi karena tidak ada sesuatu yang membangkitkan emosi kita untuk benar-benar ingin mencapainya.

Hhmmm... Jadi bagaimana membuat seorang anak mempunyai keterikatan emosi dalam belajar? Ternyata dari pengalaman saya, kita bisa menumbuhkan emosi anak agar mau belajar cukup hanya dengan 3 menit!!

Dimulai dengan 3 menit ini adalah strategi yang sangat efektif berdasarkan pengalaman saya untuk melakukan pendekatan kepada anak untuk belajar. 3 menit ini membentuk kesan pertama Anda pada diri anak dan hal ini sangat-sangat PENTING!!

Ada pepatah yang mengatakan bahwa, "Permulaan yang baik adalah separuh keberhasilan", nah, apakah dalam permulaan ini Anda dikenal akan menjadi orang yang menyenangkan? Bersemangat atau justru membosankan dimata anak?

Maka sebelum Anda memberikan pelajaran apapun atau teknik-teknik belajar apapun kepada anak, Anda perlu mengetahui lebih dahulu bagaimana caranya untuk dapat membangun kesan atau emosi yang positif kepada anak.

Inilah strategi efektif 3 menit yang biasanya saya lakukan kepada sahabat-sahabat belajar saya.

Beberapa aktivitas yang sering saya lakukan adalah :

**a. Merubah kegiatan yang "Hu-uh" (membosankan) menjadi "Wow!!"**

Maksud "hu-uh" ini adalah ketika merasa jenuh melakukan suatu aktivitas maka biasanya bergumam hu-uhhhh. (hehehehe, pakai bahasa saya sendiri). Sedangkan "Wow!!" Adalah suatu kejadian atau aktivitas yang menyenangkan... sehingga kita bisa takjub melihatnya. Contohnya demikian, pernahkah ketika Anda sedang mengantuk, kemudian melihat berita di TV atau melihat tim kesayangan Anda mencetak goal (pada pertandingan sepak bola) yang membuat anda terheran-heran dan juga lompat kegirangan, sehingga Anda lupa dengan kantuk Anda?

Ya sama dengan anak yang tidak termotivasi belajar, biasanya ketika ia mendengar kalimat "belajar" ia sudah merasa malas sekali, oleh karena itu pada awalnya buatlah aktivitas-aktivitas yang menyenangkan dan membuatnya takjub!! Cara yang paling cepat membuat anak takjub adalah dengan bermain sulap!!

Masih ingatkah pada Koran Jawa Pos, tanggal 27 Maret 2009, Seorang guru luar biasa bernama Muhammad Sholeh Mawardi, SPd. Yang mengajar siswa belajar matematika dengan bermain sulap!! Beliau akhirnya menjadi juara 1 guru ideal. Metode mengajar itulah yang membuat bapak Muhammad Sholeh Mawardi ini selalu digemari oleh para siswanya. Bahkan berdasarkan kabar, setiap kali bapak Mawardi mengajar, tidak satu pun siswa yang absen atau sekadar meninggalkan kelas, kecuali murid tersebut ijin sakit.

Begitu juga ketika saya praktekkan permainan-permainan sulap sederhana, maka anak teman belajar saya lalu bertanya-tanya "Lho kok bisa?" dengan wajah terheran-heran. Ketika anak sedang terheran-heran dan emosi ingin mengetahui rahasia sulap tersebut, itulah saat yang tepat untuk meningkatkan hubungan emosional menjadi lebih dekat. Misalnya setelah kita mempraktekkan sulap, kita bertanya kepada anak, "Nah, mau tau caranya? Gampang kok, ntar kakak ajarin setelah belajar ini, mau?" biasanya anak dengan antusias mengangguk-anggukkan kepala tanda setuju. Nah setelah anak setuju, kita bisa menggunakan prinsip yang ke-3 (Fun & Happy).

Mengapa sulap? Ternyata permainan sulap dapat dengan cepat membuat seseorang masuk dalam kondisi yang sangat fokus kepada diri kita. Dalam kondisi ini, seseorang akan lebih memperhatikan diri kita, sehingga akan mudah bagi kita memberikan masukan-masukan kepada anak dan tentunya masukan yang positif.

Selain sulap, Terkadang yang saya lakukan adalah mengajak anak tersebut bermain, bukan belajar!! Lho kok main?!! Ya!!... Karena yang penting adalah meningkatkan hubungan dan menciptakan keterikatan emosional antara diri saya dengan anak. Permainan ini bisa bermacam-macam tergantung juga dengan selera anak dan permainan yang tersedia. Pernah juga ketika pertama kali datang saya justru hanya bermain Playstation bersama anak.

Dengan adanya keterikatan emosional ini maka hubungan kami (saya dan anak) sudah seperti teman, yang bisa curhat apapun!! Ini sangat penting bagi saya karena dengan curhat-curhat tersebut, kita bisa mengerti permasalahan anak, apa penyebabnya hingga ia menjadi kurang termotivasi dalam belajar, apa saja kesulitan yang anak hadapi, bagaimana pandangan anak terhadap lingkungan sekitarnya baik di sekolah maupun di rumah?

Ada sebuah contoh kisah nyata yang inspiratif dari seorang guru bernama Ron Clark yang menggunakan strategi merubah hu-uhh menjadi wow!!.

Ron Clark adalah seorang guru dari daerah Aurora, Carolina utara. Dia pindah ke salah satu kota terbesar di Amerika yaitu New York. Pada saat itu Ron Clark menggantikan seorang guru yang keluar akibat tidak tahan menangani satu kelas yang sangat terkenal dengan anak-anak yang nakal dan sama sekali tidak termotivasi dalam belajar. Kemudian dengan kegigihan serta pendekatan dan strategi-strateginya yang luar biasa, Ron berhasil membuat kelas yang terkenal nakal dan tidak termotivasi untuk belajar itu berubah menjadi kelas yang mendapatkan nilai ujian yang tertinggi dibandingkan kelas-kelas lainnya, bahkan mengalahkan nilai kelas unggulan sekalipun... luar biasa!!

Pada kesempatan ini saya akan membahas secara singkat bagaimana strategi merubah hu-uhh menjadi Wow!! Yang digunakan Ron Clark.

Pada awal pertama kali mengajar, Ron tidak pernah diperhatikan oleh murid-muridnya, bahkan ada anak-anak yang sengaja melakukan tindakan-tindakan yang menentang Ron, seperti melempar buku ke depan, duduk di atas meja sambil membelakangi Ron, bahkan tidak jarang Ron harus bertengkar dengan murid-muridnya agar memperhatikan apa yang ia ajarkan. Tapi apa mau dikata, ternyata tindakan murid itu semakin keterlaluan dan hampir membuat Ron menyerah dalam menangani kelas tersebut.

Karena cara biasa tidak membuahkan hasil, maka Ron Clark menantang murid-muridnya dengan suatu kesepakatan. Kesepakatanannya adalah apabila murid-muridnya bisa memperhatikan apa yang diajarkan, maka tiap 3 menit Ron akan meminum 1 bungkus susu, namun apabila ada murid yang bersuara maka Ron tidak akan meminum susu tersebut. Mendengar

tantangannya sangat menarik, akhirnya anak-anak menyetujuinya karena mereka semua ingin melihat Ron muntah. Ron pun mulai menjelaskan materi pelajarannya dan tiap 3 menit ia meminum 1 bungkus hingga pelajaran selesai. Pada saat ada murid yang berbicara, teman-temannya justru memarahi teman yang ribut tersebut karena semua murid-murid ingin melihat Ron muntah karena minum susu itu. Tanpa terasa Ron akhirnya telah menjelaskan isi materi pelajaran tersebut dan menghabiskan banyak bungkus susu.

Setelah Ron menyelesaikan tantangannya, semua murid terdiam. Saat itu Ron Clark mulai memberikan pertanyaan kepada muridnya mengenai materi pelajaran yang tadi dijelaskan. Tanpa disadari ternyata murid-murid tersebut mampu menjawab pertanyaan yang diajukan sehingga lambat laun murid-murid Ron menjadi percaya diri. Hari berganti hari, murid-murid pun semakin mempunyai keyakinan dalam dirinya bahwa ia bisa menjawab pertanyaan-pertanyaan dan menjadi semangat dalam belajar.

Untuk kisah lengkap mengenai Ron Clark ini dapat dilihat pada filmnya yang berjudul Ron Clark Story yang dibintangi oleh Matthew Perry .

Contoh kasus :

Suatu saat saya menangani klien, sebut saja namanya Doni (bukan nama sebenarnya). Keluhan dari ibu dan guru Doni adalah Doni tidak pernah mau menulis di sekolahnya, ia tidak pernah menyelesaikan tugas maupun ulangannya. Ibu dan gurunya sangat bingung mengapa Doni tidak mau menulis? Padahal sudah banyak bujuk rayu agar Doni mau menulis namun hasilnya tetap saja sama. Ketika Doni ditanya mengapa dia tidak mau menulis, ia hanya menggeleng-geleng kepalanya saja dan diam membisu. Dari segi akademik, sebenarnya Doni termasuk anak yang sangat pintar. ia sangat cepat sekali menangkap informasi-informasi yang

diberikan kepadanya dibandingkan dengan teman-temannya, sehingga ia tidak perlu banyak meluangkan waktu untuk mengulang pelajarannya di rumah. Namun ia hanya tidak mau menulis dan ini mempengaruhi nilai raportnya..

Ketika saya mencoba menangani Doni, saya pun bertanya mengenai apa yang menyebabkan Doni tidak mau menulis? Doni seperti biasanya hanya menggelengkan kepala dan diam. Setelah saya memahami strategi merubah kegiatan hu-uhh menjadi wow! Maka saya tidak memberikan latihan-latihan untuk menulis tetapi mengajak ia bermain yang ia sukai, kebetulan pada waktu itu kita bermain dart. Saat bermain dart dengan seru, Doni perlahan-lahan mulai curhat mengenai permasalahan yang ia hadapi di sekolah dan di rumah. Doni bertanya kepada saya, "Kak kenapa ya, pada waktu saya mau menulis di sekolah kok rasanya capek?" Saya pun mencoba untuk menanggapi, "Apa yang menyebabkan Doni terasa capek?" Doni pun terdiam sejenak dan terlihat ia sedang berpikir, kemudian dia berkata, "Kayaknya sekarang sudah tidak capek lagi kok kak." Kemudian saya berkata, "O... gitu ya, nanti kalau Doni capek lagi bilang kakak ya, pasti nanti kakak bantu Doni." Doni pun menganggukkan kepala dan kita melanjutkan permainan dart yang seru.

Keesokan harinya, Ibu Doni bercerita kepada saya bahwa Doni sudah mau menulis di sekolahnya, gurunya pun terheran-heran melihat sikap Doni yang berubah. Dengan merubah kegiatan yang membosankan menjadi wow!! Hubungan kita akan menjadi dekat dengan anak, dan secara tidak langsung kita mempunyai keterikatan emosi sehingga anak jadi percaya kepada kita untuk menceritakan masalah-masalah yang ia hadapi dan akan lebih mudah kita ajak untuk belajar karena mereka telah percaya kepada kita.

Hal ini sangatlah berbeda pada awal sebelum saya mengetahui strategi tersebut. Perbedaannya adalah kalau dulu pada awal bertemu dengan anak, pasti saya akan berkata, “Oke saat ini kita mengerjakan soal ini ya, buka bukunya halaman sekian, ayo kerjakan no. 1–10.”Wah!! Pastinya anak merasanya Boringg ya?!!

## **b. Menyamakan frekuensi**

Pernah tidak anda berkenalan dengan seseorang entah pada saat di dalam pesawat, kereta api, bus, atau dimanapun? Anda berbincang-bincang mengenai banyak hal hingga sampai curhat-curhat masalah Anda kepada orang yang baru kita kenal itu?

Biasanya pada saat kita bertemu dengan seseorang yang baru dan kita mempunyai suatu kesamaan dengan orang tersebut, maka kita bisa berbicara panjang lebar dan hanya dalam hitungan detik kita bisa menjadi sangat akrab.

Contohnya pada saat saya bertemu dengan seorang ibu dalam perjalanan di sebuah bus, percakapannya seperti berikut ini :

A : “Selamat malam Ibu, hendak pergi kemana?”

B : “Ini saya mau ke Surabaya, kalau Mas-nya sendiri mau kemana?”

A : “Wah kebetulan saya juga mau ke Surabaya. Lho Ibu tinggal di sebelah mana?”

B : “Di daerah Surabaya utara”

A : “Ohh... kalau saya di surabaya selatan Ibu... apakah Ibu sudah lama tinggal disana?”

B : “Sudah lama Mas sejak tahun 1980-an”

A : “Hmm... itu ya Bu apakah tempat tinggal Ibu dekat dengan sekolah x itu ya Bu?” (mulai mencari persamaan yang sangat familiar dengan ibu tersebut)

B : “Ya... ya... itu sudah dekat, tinggal belok kiri sudah sampai rumah saya... itu sekolah anak saya disana...”

A : ”Oya... saya ada teman di sana... namanya pak Budi....kalau tidak salah...”

B : “O... pak Budi itu guru Bahasa Inggris itu ya?” (frekuensi sudah sama, ibu tersebut jadi bersemangat dalam bercerita) “Ya... ya kayaknya saya pernah dengar dari anak saya...”

A : ”Oya?”

B : “Wah Mas, anak saya itu kalau belajar itu sulit sekali Mas... saya itu sampai tidak tahu harus bagaimana...” (akhirnya saya dan ibu tersebut mulai bercerita seperti teman yang sangat dekat)

Secara perlahan-lahan mulailah Ibu tersebut menceritakan berbagai macam topik tentang permasalahan anaknya, bahkan tidak jarang ibu tersebut curhat mengenai permasalahan-permasalahan keluarga, dan sebagainya.

Nah itulah yang saya sebutkan sebagai menyamakan frekuensi. Begitu suasana sudah menjadi sangat akrab, seseorang akan menceritakan permasalahan-permasalahan yang ia hadapi dan anda akan lebih mudah untuk memberikan suatu informasi atau pengalaman anda untuk membantu permasalahan seseorang tersebut karena secara tidak langsung orang tersebut sudah percaya kepada diri anda.

Begitu juga pada saat saya bersama anak-anak, saya selalu berusaha menyamakan frekuensi terlebih dahulu. Namun frekuensi yang seperti apa ke anak-anak?

Coba perhatikan gambar di bawah ini:



<http://t0.gstatic.com/images?q=tbn:A7Ag12QkIM35jM>

Siapakah tokoh di samping ini?  
Bagaimanakah kisahnya?  
Bagaimana sifat-sifatnya?  
Apa saja jurus-jurusnya?  
Apa nama kartun di samping ini?

Siapakah tokoh utama dalam kisah ini?  
Apa saja jurus-jurusnya?  
Siapakah nama tokoh musuh dalam kisah ini?



<http://t2.gstatic.com/images?q=tbn:fr0KpZkOH7LzPM>



<http://t1.gstatic.com/images?q=tbn:CqGjN7tUI0MZM>

Apakah nama kartun di samping ini?  
Siapakah tokoh utama dalam kisah ini?  
Apa saja jurus-jurusnya?

Apa nama band pada gambar di samping ini?  
Apa judul lagu yang paling digemari dari band tersebut?



<http://zero7th.wordpress.com/2009/10/>

Nah kira-kira dari pertanyaan di atas tersebut, apakah Anda bisa menjawab semuanya? Ataukah mungkin Anda hanya bisa menjawab sebagian kecil saja? Atau memang tidak bisa menjawab semuanya?

Ya mungkin saja ada rekan-rekan yang tidak bisa menjawab semua tokoh yang ada di atas tersebut. Namun jangan putus asa dulu, bahwa tidak mengetahui tokoh-tokoh tersebut bukan berarti ketinggalan jaman lho... Menurut pendapat saya, yang penting bukan tokoh-tokoh di atas tersebut. Mungkin anak-anak menggemari tokoh-tokoh sepak bola, bintang film, sinetron, band Indonesia atau aktivitas lain yang sedang booming bagi mereka. Pada dasarnya selera tiap anak adalah berbeda satu dengan yang lainnya.

Beberapa gambar di atas memang berdasarkan pengalaman saya dalam menangani anak-anak yang pada awalnya kurang termotivasi belajar, dari kebanyakan mereka mengidolakan tokoh-tokoh yang ada di atas tersebut. Jadi yang paling utama adalah pastikan bahwa Anda mengetahui apa kegemaran anak-anak Anda.

Berikut ini adalah contoh penggunaan penyamaan frekuensi untuk mengajak anak yang kurang termotivasi belajar karena suka bermain PS hingga ia mulai tertarik untuk mau belajar :

A : “Wah kamu suka main PS ya katanya ibu?”

B : “Iya...” (biasanya anak-anak terkadang diam saja atau hanya menganggukkan kepala)

A : “Hemmm... kakak juga suka lho main PS, kalau Adik sukanya main PS apa?”

B : “Itu suka main Need for Speed, balap mobil...”

A : “Wah kalau kakak suka game sepak bola... hmmm, Need For Speed yang mana?”

B : “Aku main yang Most Wanted.”

A : “Wah Most Wanted keren tuh... bisa kejar-kejaran sama mobil polisi ‘kan?’ si sudah mulai sama, anak ada ketertarikan dengan diri kita, ini biasanya terlihat dari perubahan suara, tatapan matanya)

A : “Terus-terus?”

B : (sang anak sudah mulai bercerita panjang lebar)

A : “Wah asyik dong... kapan2 ajarin kakak ya? Ntar kita bisa tanding lho... gimana?”

B : “Ayo!!....”

(setelah suasana menjadi semakin akrab dan anak menjadi tertarik dengan diri kita, maka saat itu kita dapat mengajaknya untuk belajar bersama)

A : “Kalau gitu sekarang belajar sambil bermain dulu yuk... dijamin seru deh!!”

B : “he-eh....”

Dengan mengetahui selera anak atau yang saya sebut sebagai penyamaan frekuensi ini, anak akan jadi tertarik untuk bercakap-cakap dengan kita, kita mengetahui dunia mereka, kita mengetahui apa yang mereka inginkan, kita mengetahui apa yang membuat mereka menjadi semangat, dan yang paling penting kita menjadi bagian dari dunia mereka.

Cara ini terkadang memang membuat kita harus berpikir, “Wah haruskah saya melihat film kartun lagi? Haruskah saya mengetahui game-game PS? Haruskah saya mengetahui film-film terbaru?” Ya memang tergantung dari pilihan anda sendiri, namun dari pengalaman pribadi saya, strategi ini sangat cepat sekali untuk mengetahui permasalahan yang membuat anak menjadi kurang semangat dalam belajar.

Namun apa salahnya jika mencoba mengikuti perkembangan dunia anak-anak, dari game-gamenya ataupun film kartun seperti Naruto, Ben 10, Dragon Ball, atau yang lainnya. Meskipun film kartun namun banyak

nilai positif yang bisa kita dapatkan dan kita ajarkan kepada anak didik kita. Misalnya dalam komik atau film Naruto karangan dari Masashi Kishimoto ini mengajarkan bagaimana kisah seorang anak yang mempunyai cita-cita yang tinggi meskipun seringkali ia mengalami kegagalan namun tidak henti-hentinya tokoh Naruto ini selalu berusaha bangkit dan berusaha terus mengejar cita-citanya. Sifat-sifat positif dalam karakter-karakter ini dapat kita gunakan sebagai model yang dapat dicontoh anak.

Untuk bisa menyamakan frekuensi ini saya sampai bela-belain nyewa komiknya, nonton filmnya, mencari data di internet untuk mencari informasi mengenai tokoh atau hal yang diidolakan sahabat belajar saya.... wah pokoknya seru deh!!.... 😊

Begitu Anda telah mengetahui tokoh-tokoh yang digemari oleh anak tersebut maka suasana belajar mengajar akan menjadi sangat menyenangkan dan akrab. Seperti pengalaman saya mengajar seorang siswa bernama Agus, anak kelas 4 SD. Pada mulanya Agus merasa kesulitan harus mempelajari matematika mengenai konsep perpindahan, pengelompokan dan penyebaran. Agus selalu lupa terhadap konsep-konsep tersebut dan ia menjadi sangat malas untuk bisa menguasai konsep tersebut. Akhirnya untuk merubah emosi tersebut, saya menggunakan strategi menyamakan frekuensi dengan memakai tokoh-tokoh yang ia sukai (kebetulan ia sangat menggemari Dragon ball), begitu saya hubungkan jurus-jurus dari tokoh Dragon Ball dan konsep dalam matematika ini maka dengan waktu yang sekejap saja Agus telah menguasai konsep matematika tersebut.

Seorang peserta seminar saya, bernama Andhini, adalah seorang guru les piano yang luar biasa, beberapa saat setelah mengikuti seminar saya, ia menceritakan kepada saya bahwa ia menggunakan strategi menyamakan frekuensi kepada anak didiknya dan hasilnya sangat menyenangkan. Berikut ini adalah ulasan yang diungkap oleh Andhini :

”Saya mengajar 3 orang anak dikelas musik balita. Rata-rata usia mereka berkisar antara 3-5 tahun. Pada pertemuan pertama, setiap anak masih bereksplorasi sehingga proses pengajaran pun masih belum cukup maksimal. Selain itu, setiap anak juga masih beradaptasi dengan kelas, guru, dan berbagai lagu yang diperdengarkan.

Program musik balita kami memiliki beberapa materi disetiap pertemuannya. Jadi urutan belajar itu perlu disosialisasikan diawal pertemuan sehingga murid balita bisa terbiasa dan target belajar bisa tercapai. Dipertemuan berikutnya, tentu saja murid harus direview mengenai apa saja yang harus dilakukan di kelas. Saya berpikir, kira-kira apa yang bisa membuat murid-murid saya tertarik dan bersemangat untuk belajar musik pada hari itu.

Saya lalu teringat akan pembahasan seminar “Keranjang Belajar Dalam Waktu 3 Menit” dan saya terinspirasi untuk menggunakan peta sambil berpura-pura menjadi Dora seperti dalam film anak “Dora The Explorer”. Kemudian saya mulai menggambar peta urutan belajar musik pada hari itu, dan berbicara seperti Dora “Akulah peta... Akulah peta.”

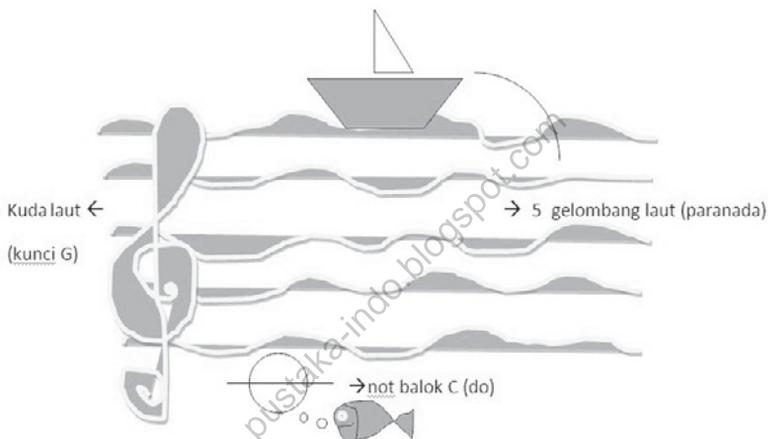
Saat itu juga murid-murid saya langsung melihat dan mereka tertawa sambil mengikuti arah jalan didalam peta yang saya gambar. Akhirnya target belajar bisa tercapai, dan anak bisa lebih mengetahui hal-hal apa saja yang akan mereka pelajari.”

Kasus berikutnya yang dialami oleh Andhini :

”Saya memiliki murid keyboard privat yang berusia 3 tahun. Suatu hari dia mengawali les dengan bercerita tentang Gordon seperti pada film anak tentang kereta api “Thomas And Friends”. Saat itu juga saya langsung berpura-pura menjadi Thomas dan memainkan lagu Naik Kereta Api. Hasilnya, dia langsung ikut bernyanyi dan sangat semangat untuk belajar keyboard serta memperhatikan apa yang saya ajarkan. Berhasil.. Berhasil..!! =D”

Tentang mengajarkan konsep not balok..

”Saya memahami bahwa belajar membaca not balok itu bukan merupakan hal yang mudah, terutama bagi anak usia 3-5 tahun. Saya harus putar otak bagaimana caranya supaya anak bisa memahami konsep not balok dengan mudah. Lalu saya teringat ada film kartun tentang ikan bernama Nemo dalam film “Finding Nemo”. Kemudian saya menggambar 5 gelombang laut yang disebut paranada, ada kuda laut yaitu “kunci G”, kemudian ada gambar orang memancing ikan di atas perahu.



Lalu di gelombang air paling bawah, ada beberapa ikan badut bernama “Nemo” yang mengeluarkan gelembung-gelembung udara. Lalu gelembung udara terbesar, membentuk not balok bernama C (do), D(re), dan seterusnya.”

Hingga saat ini, Andhini dan rekan-rekan masih menerapkan strategi ini untuk membuat anak-anak menjadi semangat dalam belajarnya.

Beberapa contoh di atas mungkin lebih cenderung digunakan untuk usia anak-anak. Nah bagaimana untuk anak-anak remaja atau yang sudah dewasa? Anda bisa menggunakan hal-hal yang mereka percayai atau yang mereka alami. Ketika saya menangani seorang anak SMP kelas 3 bernama

Deby, yang tidak bisa konsentrasi untuk belajar karena mempunyai permasalahan dengan teman-temannya, saya menyamakan frekuensi saya dengan apa yang ia alami terlebih dahulu, seperti mengatakan, "Kakak tahu yang kamu alami ini adalah situasi yang berat, kakak pernah juga mengalami kejadian seperti itu dan itu memang sangat berat... Memang tidak mudah untuk dilalui, tapi kakak disini untuk mendukung kamu dan kita akan selesaikan masalah ini bersama-sama, gimana? (tunggu tanda persetujuan dari anak, biasanya anggukan kepala)...Ok!" Biarkan ia ceritakan semua permasalahannya dahulu dan jangan langsung memberikan suatu kesimpulan sebelum memahami maksud dari anak.

Beberapa bulan kemudian, Deby mengirimkan SMS kepada saya. Ia menceritakan bahwa ia mendapatkan danem yang sangat tinggi dan sekarang ia telah masuk ke SMU yang didambakannya.

### **c. Memulai dari apa yang mereka inginkan**

Mengapa kita harus memulai dari apa yang mereka inginkan? Karena pada dasarnya, setiap orang berminat dengan hal-hal yang mereka inginkan. Tidak seorang pun berminat terhadap apa yang kita inginkan. Jadi cara yang paling efektif untuk mengajak orang lain adalah berbicara tentang apa yang mereka inginkan dan tunjukkan kepada mereka bagaimana mereka bisa memperolehnya.

Ingat tatkala Anda mencoba menggerakkan seseorang untuk mengerjakan sesuatu. Kalau misalnya Anda tidak ingin anak-anak malas belajar, lebih baik kita tidak memberi mereka ceramah, dan jangan bicarakan apa yang kita inginkan; melainkan tunjukkan kepada mereka bahwa kalau malas belajar mungkin akan membuat mereka tidak bisa masuk dalam sekolah yang mereka inginkan atau tidak bisa meraih cita-citanya.

Seperti ketika saya sedang memberikan suatu konseling untuk menangani kasus pada siswa yang tidak mempunyai motivasi belajar di sebuah SMP. Pada saat itu saya memulai dari apa yang mereka inginkan di masa depan mereka, seperti cita-cita, saya mencoba membuat siswa tersebut berandai-andai tentang kehidupan mereka nanti setelah dewasa. Mereka boleh menceritakan apa saja yang mereka harapkan, seperti lulus SMP ini mereka akan melanjutkan kemana? Atau apa pekerjaan yang diharapkan?

Banyak dari siswa-siswa tersebut yang tidak mempunyai motivasi belajar yang disebabkan karena tidak mengetahui apa yang mereka cita-citakan, sehingga mereka tidak mempunyai dorongan yang membuatnya bisa meraih apa yang mereka inginkan. Kalau pun ada cita-cita yang mereka harapkan, biasanya mereka kurang dapat mengetahui langkah-langkah apa yang harus mereka tempuh, apa manfaatnya belajar pelajaran tertentu, dan sebagainya.

Dengan cara kita menunjukkan bahwa hal tersebut penting sekali bagi diri mereka dan bukan bagi orang lain, siswa akan merasakan emosi tentang betapa pentingnya untuk melakukan sebuah perubahan bagi dirinya. Biarkan mereka yang menentukan tindakan-tindakan apa yang akan mereka lakukan untuk bisa mencapai perubahan tersebut. Kita dapat mengatakan kepada anak, bahwa kita akan mendukungnya dalam setiap upaya mereka untuk mencapai langkah demi langkah yang telah mereka tetapkan.

Salah satu cara yang biasanya saya gunakan untuk mengetahui apa yang mereka inginkan adalah menggunakan kontrak belajar. Mengapa menggunakan kontrak belajar? Sebenarnya kontrak tersebut memberikan suatu gambaran spesifik mengenai cita-cita yang ingin dicapai dan keuntungan atau kerugian kalau anak tidak melakukannya. Jadi dalam hal

ini kita mengaitkan ketidakberhasilan tersebut dengan kepedihan, dan keberhasilan dengan kenikmatan. Hal ini menciptakan keterikatan secara emosi dengan tujuan.

Tujuan selalu menghasilkan keinginan yang kuat. Tidak ada yang bisa membangkitkan energi yang besar seperti pada tujuan yang jelas. Sebaliknya, keinginan yang kuat akan memudar bila Anda tidak mempunyai tujuan.

Catatan: contoh kontrak belajar ini saya gunakan untuk anak yang lebih dewasa. Anda tentunya dapat memodifikasi pertanyaan-pertanyaan di atas sesuai dengan usia anak yang ditangani. Misalnya pada anak yang lebih kecil, Anda bisa gunakan kata-kata yang tidak cenderung formal seperti contoh kontrak belajar yang berikut ini).

Begitu anak telah mengisi dan bertanda tangan pada lembar kontrak belajar tersebut, anak akan mempunyai suatu harapan bahwa ia ingin bisa mencapai apa yang dia inginkan dan ia akan mempercayai diri kita sebagai seseorang yang akan membantu dirinya.

Seringkali pada masa belajar-mengajar tidak ada keterikatan emosi antara pengajar dan murid. Oleh karena itu strategi 3 menit ini dapat anda gunakan bisa meningkatkan hubungan emosi dari Anda dan anak!! Setelah itu, akan menjadi lebih mudah bagi Anda untuk mengajak anak belajar.

Semakin positif otoritas dan kredibilitas yang dimiliki guru di hadapan para siswa, semakin kuat pula keberlangsungan pembelajaran. Dalam penelitiannya tentang otoritas guru, Lozanov menyatakan bahwa sebagian besar pembelajaran terjadi hanya karena otoritas dan prestise guru dimata subjek. Sebagian orang mungkin akan menyebutkan ini sebagai variasi efek *placebo* – yakni apabila Anda percaya bahwa perlakuan tertentu dapat membantu Anda, maka kecenderungannya memang akan terjadi demikian, sesuai yang Anda yakini.

Contoh Kontrak Belajar yang sering saya pakai:

Nama : Tommy

Sekolah : SMP Z

1. Apakah tujuan anda belajar ini?

*Agar bisa masuk sekolah favorit biar nanti bisa menjadi seorang dokter.*

2. Berapa bulan ingin mencapai tujuan tersebut?

*6 bulan*

3. Apakah hambatan dalam mencapai tujuan tersebut?

*Nggak bisa matematika dan Bahasa Inggris*

4. Hal apa saja yang dapat membantu Anda untuk mencapai tujuan Anda?

*Ikut les, minta tolong ke kakak, kak Reza, atau Romi kalau susah mengerjakan matematikanya.*

Mata Pelajaran	Target Nilai	Mata Pelajaran	Target Nilai
a. Matematika	80	f.	
b. Bhs Inggris	80	g.	
c. IPA	90	h.	
d. IPS	85	i.	
e. Bhs. Indonesia	90	j.	

6. Mengapa Anda menginginkan tujuan tersebut? Apa manfaatnya bagi anda apabila tujuan tersebut dapat tercapai?

*Biar jadi orang sukses, bisa menolong orang lain. Perasaannya senang.*

7. Apa kerugiannya apabila tidak dapat mencapai tujuan tersebut?

*Sedih.*

Dengan ini saya siap untuk melakukan perubahan yang lebih baik demi mencapai tujuan yang saya inginkan, demi masa depan saya.

**Pejuang,**

**Pendukung,**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Kredibilitas Anda akan lebih ditentukan oleh kemampuan Anda memenangkan rasa hormat dari para siswa. Mereka akan menilai setiap tindakan Anda, demikian juga dengan muatan pesan yang Anda sampaikan. Jika Anda berhasil, mereka akan mau melakukan apa yang Anda minta karena mereka percaya dan yakin kepada Anda.

Dalam studi yang dikemukakan Brophy (1998), dinyatakan bahwa Jika ketidaktertarikan murid pada belajar itu disebabkan karena tidak menyukai Anda sebagai pengajar, maka akan sulit untuk mengajaknya mencapai tujuan pembelajaran.

Oleh karena itu menurut pengalaman saya, penting sekali bagi Anda untuk menciptakan keterikatan secara emosi antara Anda dan anak terlebih dahulu sebelum mengajak anak belajar agar mendapat hasil yang luar biasa!!

## **PERHATIKAN PERFORMANCE**

Hal lain yang perlu diperhatikan adalah ketika kita memberikan strategi-strategi diatas kepada anak, sangatlah penting bagi kita untuk memperhatikan *performance*.

Seperti yang pernah saya alami sebelumnya, ketika saya merasa tidak dalam *performance* yang baik, anak akan dapat merasakannya dan hal tersebut bisa berdampak pula pada semangat belajarnya. Coba saja kita bayangkan, bagaimana jadinya seorang pemimpin yang akan memimpin pasukannya berperang tetapi ia sendiri merasa gemetar ketakutan?! Pasti pasukan yang dipimpinnya juga tidak mempunyai semangat untuk bertarung bukan?? Bahkan banyak pasukannya yang lebih memilih melarikan diri karena merasa tidak yakin bisa memenangkan pertarungan tersebut.

*Performance* kita dapat dilihat dan dirasakan oleh anak melalui intonasi suara, gerak-gerik tubuh, maupun penampilan diri kita.

Dalam studi yang dilakukan oleh Albert Mehrabian, dijelaskan bahwa intonasi suara kita memberikan dampak 38% bagi pesan yang kita sampaikan kepada orang lain. Coba kita praktekan kalau seandainya kita mengatakan, “Anak-anak kita harus semangat (dengan intonasi yang daaaataar dan pelaaaaaan sekali)“ Apa yang Anda rasakan? Kemudian coba kita bandingkan dengan mengatakan “SEMANGGAATTT!!!” Pasti akan terasa sekali perbedaannya.

Kemudian yang memberikan pengaruh terbesar hingga 55% adalah pesan bahasa tubuh Anda atau yang sering kita dengar sebagai *body language*. Sama juga seperti kita mengatakan kata-kata semangat namun postur tubuh kita kurang mendukung, seperti sambil menguap karena mengantuk. Pasti orang lain akan lebih menangkap kesan mengantuk daripada semangatnya. Akan sangat berbeda jika kita mengatakan semangat dengan postur tegap berdiri, tangan mengepal, dan pandangan mata penuh dengan keyakinan.

Sebagai manusia biasa, kita tidak pernah luput dari suatu permasalahan yang terkadang membuat diri kita *down* (meskipun hanya sejenak). Perasaan-perasaan ini apabila tidak segera diatasi tentunya bisa berdampak terhadap performance kita sehari-hari.

Pernah suatu hari, sehabis mengalami kejadian yang membuat saya merasa *bad mood*, saya bersama sahabat belajar. Sahabat belajar saya bertanya, “Kakak kok kelihatannya *bad mood* hari ini?” Mendengar pertanyaan tersebut, saya langsung tersentak, “Lho iya ya?” jawab saya. “Kok tahu?” tanya saya lagi. “Habis hari ini rasanya beda, rasanya jadi ngantuk,” kata sahabat belajar saya.

Ketika sahabat belajar saya mengatakan hal itu, saya baru menyadari bahwa tanpa sengaja permasalahan yang sedang saya hadapi mempengaruhi diri saya, sehingga berdampak pada situasi saat saya sedang mengajar. Kemudian saya mengatakan kepada sahabat belajar saya, “Maaf ya, kakak

terlihat *bad mood* hari ini, tapi terima kasih sudah mengingatkan kakak.” Setelah itu saya cepat-cepat berdiri dan lompat-lompat biar tubuh saya menjadi lebih segar kembali. ”Nah kakak sekarang sudah semangat lagi, terima kasih ya sudah mengingatkan kakak... Semangaaaaat!!” kata saya. ”Semangat ya Kak!!” sahut sahabat belajar saya dengan tertawa karena melihat tingkah saya dan akhirnya kita pun melanjutkan belajar kembali.

Seorang guru pernah bertanya kepada saya, “Kak bagaimana caranya kalau mengajak anak biar semangat belajarnya ya? Saya sampai bingung, sampai teriak-teriak,” tanya guru tersebut.

Setelah kita memahami bagaimana pesan diterima oleh otak kita, maka kita akan mengetahui jawaban atas pertanyaan guru tersebut, bahwa kalau kita meminta anak semangat belajar tetapi raut muka kita menampakkan kita sedang marah, tentu saja anak akan lebih menangkap pesan marah, bukan menangkap pesan memberikan semangat.

Sebagai seorang pengajar, tugas kita bukan hanya menyampaikan materi pelajaran, namun juga mampu memberikan motivasi kepada anak agar mereka dapat selalu bangkit dan mengatasi permasalahan-permasalahan yang dihadapi.

Hal-hal sederhana yang dapat menularkan semangat kita kepada anak adalah :

- Cara kita berjabat tangan
- Pandangan mata kita yang mengisyaratkan keyakinan
- Intonasi bicara yang antusias kepada anak
- Melakukan toss biar semangat!!
- Menepuk pundak anak dan meyakinkan dirinya bahwa dia bisa

Dalam menularkan semangat ini, tentunya kita dapat sesuaikan dengan gaya anak, kalau anak masih kecil, kita dapat mengikuti gaya anak kecil, kalau anak tersebut remaja, kita dapat sesuaikan dengan gaya remaja.

Pernah suatu ketika disalah satu seminar saya, seorang peserta bertanya kepada saya, “Pak, bagaimana bisa mempunyai semangat dalam mengajar kalau kita tidak percaya diri?”

Memang benar, sama seperti kalau kita adalah seorang dokter yang tidak yakin dengan kemampuan dirinya untuk mengobati pasien, tentunya dokter tersebut menjadi canggung sehingga pasien juga akan merasa tidak yakin dengan apa yang akan dokter tersebut lakukan, bukan?

Nah mengapa kita mempunyai perasaan tidak yakin atau tidak percaya diri tersebut?

Perasaan ini sebenarnya timbul karena ada perasaan takut dan keresahan didalam diri kita. Rasa takut inilah yang akhirnya memenuhi pikiran kita sehingga mempengaruhi bahasa tubuh kita.

Ketakutan-ketakutan yang sering terjadi adalah ketakutan apabila nanti tidak di dengar oleh anak ketika mengajar.

Rasa takut juga dikarenakan merasa diri kurang mampu untuk mengatasi tugas tersebut, sehingga nantinya tidak dapat membantu anak untuk menyelesaikan masalahnya.

Rasa takut kalau berbuat kesalahan dalam pengajaran. Dan ketakutan-ketakutan lainnya.

Mengulang rasa takut berkali-kali dalam pikiran kita ini akan membuat diri kita menjadi lebih lemah dan tidak berdaya, karena kita hanya terfokus pada masalah-masalah yang akan terjadi dan bukan berpikir mengenai bagaimana solusi yang dapat dilakukan.

Kita harus dapat melenyapkan perasaan takut tersebut sebelum perasaan takut melenyapkan diri kita.

Ada beberapa cara yang cukup praktis yang dapat mengurangi atau bahkan melenyapkan perasaan takut tersebut serta meningkatkan kepercayaan diri kita. Adapun cara-caranya adalah:

## **Mengembangkan Perasaan Ikhlas**

Mengembangkan perasaan ikhlas ini sangatlah penting!! Ketika kita berserah diri, menyerahkan segala perasaan yang mengganggu diri kita seperti perasaan takut, cemas ataupun khawatir yang sedang kita hadapi saat ini, kita kembalikan semuanya kepada Tuhan Sang Pencipta. Karena kita menyadari segalanya atas ijin dari-Nya.

Niatkan dalam hati kita dengan sungguh-sungguh bahwa pekerjaan yang anda lakukan saat ini adalah pekerjaan yang mulia, Anda mempunyai niat untuk membantu orang lain. Kemudian ikhlaskan hasil akhir pekerjaan kita kepada Tuhan.

Ketika kita mengembangkan perasaan ikhlas tersebut, tubuh kita akan merasakan adanya ketenangan, bahagia, selalu bersyukur ketika menghadapi persoalan yang ada.

## **Memusatkan Pikiran pada Apa yang Anda Inginkan**

Ingat ketika kita memikirkan perasaan takut seperti yang dibahas di atas, maka perasaan takut akan membawa apa yang Anda takutkan kepada diri Anda sendiri. Begitu juga sebaliknya, ketika Anda membayangkan hal-hal yang positif, maka hal yang positif tersebut yang akan terealisasikan.

Intinya bahwa, pikiran kita akan membawa kepada apa yang kita inginkan, jadi pikirkan saja hal-hal positif yang terjadi. Seperti misalnya bayangkan ketika Anda telah berhasil membantu anak menghadapi permasalahannya, bayangkan bagaimana wajah mereka yang ceria dan mempunyai semangat belajar yang tinggi, rasakan perasaan Anda pada saat itu.

Perlu kita ketahui bahwa ketika Anda telah memperoleh pandangan positif ini, Anda akan mempunyai keyakinan juga dalam bertindak. Ketika Anda memutuskan bertindak, seringkali masalah-masalah yang dulunya pernah kita pikirkan ternyata tidak pernah terjadi.

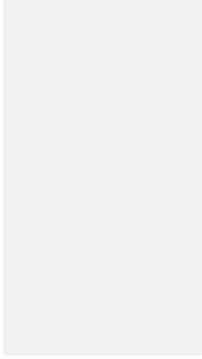
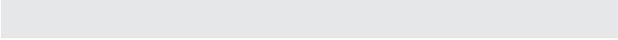
## Tingkatkan Penampilan Diri Anda

Kesan pertama yang menjadi salah bentuk citra diri kita adalah melalui penampilan. Jadi sangatlah penting bagi kita untuk menjaga serta meningkatkan penampilan. Bisa Anda bayangkan, seandainya ketika kita sedang mengalami suatu masalah yang menyebabkan diri kita stress, dan kita akan meminta pertolongan kepada seorang psikolog. Ketika kita bertemu dan melihat penampilan psikolog yang ternyata sangatlah berantakan seperti diri kita, maka kita pun menganggap bahwa psikolog tersebut sama stressnya dengan diri kita. Dalam hati kita tentu mulai mempertanyakan apakah psikolog ini bisa membantu ya?

Sejumlah penelitian mengungkapkan bahwa orang yang berpenampilan menarik, juga dipandang lebih disukai, cerdas, layak dipercaya, dan memiliki kredibilitas dibandingkan orang yang tidak berpenampilan menarik. Oleh karena itu tingkatkan penampilan diri kita, dengan mengenakan pakaian, celana, sepatu yang sesuai, rapi dan baik; perhatikan bau badan kita (namun jangan berlebihan).

*“Para pembelajar menangkap kondisi emosional tertentu dari pengajar, baik yang berkembang maupun yang terlintas dengan kognisi mereka. Guru yang tersenyum, melontarkan humor, memiliki sikap yang menyenangkan, dan benar-benar menyukai pekerjaannya biasanya memiliki sisiwa-siswa dengan performa yang tinggi.”*

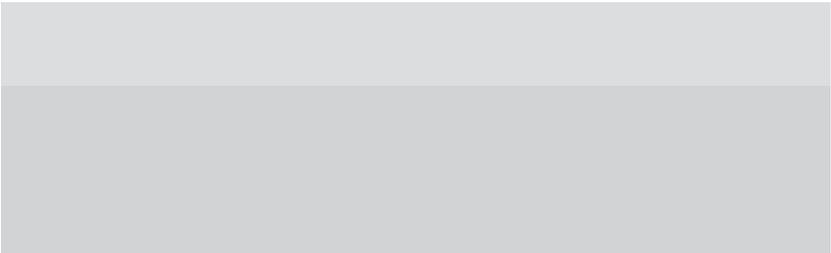
-R. C Mills-



SEASON 5

# Setelah Menyentuh Hati dan Emosi

[pustaka-indo.blogspot.com](http://pustaka-indo.blogspot.com)



---

# Setelah Menyentuh Hati dan Emosi

---

Seperti lagu “Rahasia Perempuan” yang dinyanyikan Ari Lasso yang diciptakan oleh Ahmad Dhani : “Sentuhlah dia tepat dihatinya, dia ‘kan jadi milikmu selamanya...!”

Menurut saya itu benar juga. Jadi sentuhlah hati anak tersebut terlebih dahulu sebelum kita sibuk dengan pelajaran-pelajaran yang akan kita berikan.

\*\*

Nah, apa yang terjadi setelah anak telah tersentuh hati dan emosinya?

Anak akan melihat apakah dirinya aman atau nyaman apabila ia menceritakan masalah-masalah yang ia hadapi baik dalam permasalahan belajar, hubungan dengan orang tua, guru, teman-teman, atau mungkin ada hal-hal lainnya yang terkadang tidak kita sangka-sangka. Seperti kasus yang pernah ditangani oleh rekan saya, ada seorang anak mempunyai prestasi yang kurang karena ia merasa tidak percaya diri dengan bau badannya, sehingga ia selalu memikirkan bau badannya apabila di dalam kelas atau bertemu dengan teman-teman, ia menjadi tidak bisa konsentrasi karena masalah bau badan tersebut.

Ada juga permasalahan tidak bisa konsentrasi belajar karena putus dengan pacar, merasa tidak disayang oleh orang tua, dan banyak lagi permasalahan.

Tahap ini sangatlah penting sekali, ketika kita mencoba dengan sungguh-sungguh untuk melihat segala sesuatunya dari sudut pandang anak dan merasakan perasaan anak sama pentingnya seperti perasaan kita, maka anak semakin percaya pada diri kita dan semakin terbuka terhadap permasalahan-permasalahannya.

Saat inilah yang paling tepat bagi kita untuk menawarkan beberapa solusi kepada sang anak untuk mengatasi permasalahannya tersebut. Namun kita tetap menyerahkan pengambilan keputusan kepada anak mengenai solusi yang paling tepat bagi dirinya. Setelah itu, kita dapat memberikan dukungan kepada anak dalam menjalani tahapan-tahapan melakukan perubahan.

Seperti ketika menangani sebuah kasus seorang anak bernama Rafael (bukan nama sebenarnya) :

Rafael adalah seorang anak kelas 2 SMP yang tidak pernah mau belajar di rumahnya, setiap kali mau membuka buku dia selalu merasa malas dan akhirnya menonton TV saja. Melihat hal tersebut spontan sang ayah selalu berusaha mengingatkan. Sayangnya, meski sudah berkali-kali diingatkan, nasehat sang Ayah hanya masuk telinga kanan keluar telinga kiri.

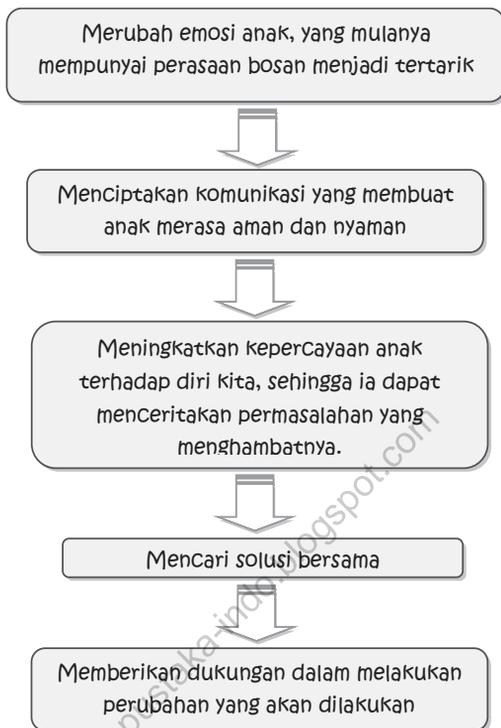
Mendengar kisah tersebut saya jadi penasaran untuk mengetahui emosi apa yang menghambat didalam benak Rafael. Setelah hubungan kami menjadi akrab dan timbul kepercayaan satu sama lain, akhirnya Rafael mulai menceritakan semua permasalahan dan perasaannya yang selama ini terpendam. Ternyata permasalahan utama Rafael adalah kangen dengan ibunya yang telah meninggal sejak Rafael duduk di kelas 3 SD.

Dalam perbincangan kami, Rafael akhirnya menyadari kalau sebenarnya alasan mengapa ia malas belajar itu karena rasa kangen dengan ibunya yang sudah tiada. Maklum saja, Rafael sudah sangat terbiasa belajar dengan ditemani oleh ibunya. Sejak ibu Rafael menghilang, hasrat untuk belajar pun ikut menghilang.

Masalah utama akhirnya berhasil ditemukan!!!

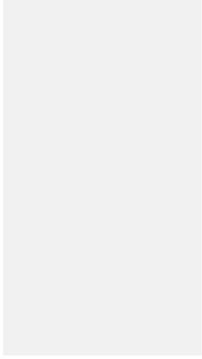
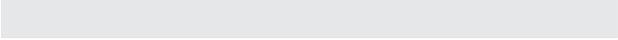
Setelah mengetahui permasalahannya, akhirnya kami saling berdiskusi dan mencoba mencari solusi-solusi bersama untuk mengatasi permasalahan tersebut. Akhirnya...syukurlah !!! Masalah dapat kami pecahkan bersama dan Rafael mengalami perubahan yang luar biasa.

Secara keseluruhan prosesnya sebagai berikut:



Faktor emosi adalah faktor yang paling penting yang menggerakkan seorang manusia untuk melakukan suatu tindakan. Begitu juga dengan seorang anak, ketika masalah emosi anak belum terbereskan maka akan sulit bagi kita untuk bisa mengajaknya bekerja sama mencapai tujuan yang diharapkan.

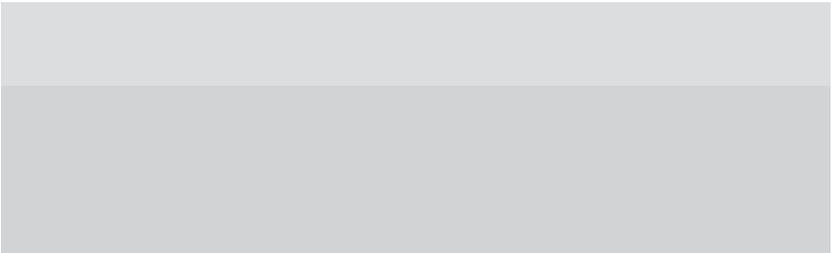
Ketika permasalahan emosi telah dapat diselesaikan bersama, maka kini saatnya anak akan merasa siap untuk melakukan suatu perubahan. Oleh karena itu, langkah selanjutnya yang dapat kita lakukan dalam proses perubahan itu adalah.....



SEASON 6

# Always Fun and Happy

[pustaka-indo.blogspot.com](http://pustaka-indo.blogspot.com)



---

# Always Fun and Happy

---

“Work... work... and work??” “No!!, it’s just play.... Play... and play!!” Begitulah suasana yang hendaknya diciptakan ketika kita bersama anak dalam menjalani proses perubahan tersebut. Mengapa suasana perubahan diharapkan seperti bermain? Saya akan mencoba menjawabnya sesuai pengalaman saya, ceritanya begini:

Saya masih ingat ketika saya sedang bekerja di salah satu perusahaan. Saat itu saya sedang berbincang-bincang dengan teman mengenai pengalaman-pengalaman masa lalu kita di sekolah masing-masing. Tanpa saya sadari kami menceritakan masa-masa yang menyenangkan, baik ketika masih sekolah hingga kuliah. Kami mengenang masa-masa tersebut, dimana kami bisa bermain sepuasnya, bercanda dengan teman-teman, berjalan-jalan dari pagi hingga malam. Wah seru sekali rasanya!!

Namun ketika saya dan teman-teman membandingkan dengan keadaan kami saat bekerja ini, rasanya penuh dengan ketidakrealan karena harus melepas masa-masa yang menyenangkan seperti dahulu. Saat sudah bekerja, waktu kami habis untuk mengurus pekerjaan kantor, berangkat pagi-pagi pulang malam-malam. Di rumah badan sudah terasa sangat lelah, waktu istirahat atau hari minggu rasanya ingin dihabiskan di rumah untuk tidur. Pada hari biasa jika diajak oleh teman untuk pergi bersama rasanya sudah banyak pertimbangan untuk ikut, karena besok paginya kami harus berangkat dan adanya *deadline* pekerjaan yang menumpuk. Wah, rasanya hidup penuh dengan tuntutan dan tanggung jawab.

Mulailah saya dan teman saya berandai-andai. Seandainya kami menjadi seorang pengusaha, tidak terikat oleh aturan perusahaan, bisa menentukan waktu bekerja sendiri, dan sebagainya, kita akan merasa sangat bahagia.

Namun tetap saja pada waktu itu impian hanya menjadi suatu bayangan dan kita melalui hari demi hari di tempat kerja tersebut dengan setengah hati.

Dari pengalaman diatas, saya mencoba untuk menganalisa apakah benar yang membuat tidak bahagia adalah saat kita bekerja di perusahaan ini? Apakah pengalaman di sekolah dulu selalu bahagia? Setelah mencoba untuk merenungkan kembali, ternyata jawabannya adalah “tidak juga”.

Perasaan bosan dan tidak bahagia ini ternyata sudah ada sejak saya masih tingkat SD. Saya masih ingat ketika masih duduk dibangku SD saya ditekankan untuk belajar-belajar dan belajar! Hingga harus absen untuk menonton acara TV kesayangan, dimarahi ketika dapat nilai ulangan yang jelek. Ketika itu saya membayangkan betapa menyenangkannya kalau sudah SMP, bisa belajar mandiri (karena waktu SD saya belajar dengan cara diberi pertanyaan oleh ibu saya :p). Akhirnya ketika masa SMP tiba, rasanya hati ini senang sekali memakai baju yang berbeda warna, yaitu biru-putih (karena bosan memakai baju merah-putih terus sampai 6 tahun... hahaha).

Awal-awal masuk SMP, muncullah harapan-harapan yang tinggi agar bisa belajar yang rajin, mendapatkan nilai yang tinggi. Namun lama kelamaan rasa bosan tersebut muncul juga, melihat pelajaran yang tambah sulit, guru yang tidak antusias, les pelajaran yang banyak, wah pokoknya komplit deh alasannya. Setelah itu munculah bayangan betapa indahya masa SMU, bisa menggunakan celana panjang abu-abu itu, mempunyai pacar nantinya, pasti rasanya senang sekali.

Tiga tahun akhirnya berlalu tanpa terasa, akhirnya saya benar-benar menjadi anak SMU di sekolah pilihan saya. Seperti biasanya awal masuk SMU penuh hati yang berbunga-bunga dan harapan-harapan yang baru, lama kelamaan semangat tersebut akhirnya pudar juga karena semakin besar

tekanan yang didapat untuk persiapan Ujian Akhir. Yup!! Perasaan bosan itu mengejar lagi, mulailah kegiatan-kegiatan les tambahan yang membuat jadwal hari-hari menjadi padat. Hhhmmm... bisa dibayangkan pulang sekolah langsung ke tempat les. Masih teringat rasa mengantuk tersebut selalu menyertai saya setiap harinya. Seperti biasa, saya membayangkan akan sangat menyenangkan seandainya nanti setelah lulus dari SMU, bisa kuliah dan waktu untuk belajarnya bisa kita tentukan sendiri, bisa main band lebih leluasa, dan sebagainya.

Masa yang ditunggu akhirnya datang juga, kuliah saya datang!! Wah rasanya bangga deh jadi anak kuliahan, bisa memakai baju bebas, boleh dikeluarkan atau dimasukin juga terserah. Bawa bukunya juga bisa tidak banyak-banyak. Sekitar 1-2 tahun berjalan, lambat laun perasaan jenuh itu muncul lagi, tugas yang menumpuk (karena mempunyai sifat menunda-nunda yang cukup parah sih!! :p), kekurangan kemampuan menulis karya ilmiah, dan lain sebagainya membuat diri saya berandai-andai lagi pasti menyenangkan saat sudah kerja nanti, bisa membeli ini-itu dan tidak perlu memikirkan lagi bahasa-bahasa akademik yang rumit (menurut saya pada waktu itu). Akhirnya setelah bekerja pun perasaan jenuh itu selalu muncul dalam diri saya, hingga saya membayangkan betapa

menyenangkan kalau menjadi seorang pengusaha yang bisa bekerja sendiri. Perjalanan pemikiran saya tersebut dapat terlihat dalam gambar berikut ini:



Kemudian saya mulai bertanya kepada diri saya, “Apa sih yang saya cari? Apa yang membuat saya bahagia?” Saya akhirnya menyadari bahwa ada yang salah dari pola pikir saya selama ini yang harus dihentikan sebelum saya menya-nyiakan usia saya dan tidak merasa bahagia!! Wah gawat!!

Pada saat itu saya mencoba mencari jawaban atas pertanyaan saya dengan mengikuti berbagai seminar, workshop, membaca buku, berdiskusi dengan teman-teman, dan lainnya sebagainya.

Akhirnya saya mendapatkan suatu jawaban yang membuka pikiran saya. Jika kita bertanya: didalam hidup ini apa sih yang kita cari? Kita belajar mati-matian, berharap dengan adanya nilai bagus kita bisa masuk ke sekolah favorit, kemudian sekolah tinggi akhirnya bisa mendapatkan gelar, bekerja untuk mendapatkan penghasilan, kemudian untuk apakah semua itu? Ternyata yang pasti hal tersebut mempunyai satu tujuan yaitu membuat diri kita bahagia!! Kita melakukan berbagai hal, bekerja keras, semuanya adalah upaya kita untuk membuat diri kita bahagia karena telah memiliki semua yang kita inginkan.

Kemudian yang menjadi pertanyaan lagi bagi saya: mengapa kita tidak melakukan perjalanan untuk mencapai apa yang kita cita-citakan dengan perasaan bahagia? Mengapa kita baru berpikir bahagia setelah mendapatkannya? Bisa Anda bayangkan bagaimana Anda melakukan segala sesuatu tidak dengan bahagia? Saya bisa jamin bahwa Anda melakukan pekerjaan tersebut dengan perasaan terpaksa dan membutuhkan energi yang lebih besar lagi untuk mendorong diri Anda melakukan tugas tersebut. Namun apa yang anda rasakan apabila Anda bekerja dengan dengan senang hati seperti sedang bermain? saya yakin kita bisa lupa waktu, karena memang asyik sekali dalam mengerjakannya. 😊

Ah iya!! Ternyata selama ini saya benar-benar tidak menikmati suatu proses, seharusnya ada perasaan bahagia saat saya belajar, bukan hanya

bahagia ketika mendapatkan nilai pelajaran yang baik. Keberhasilan bukanlah saat kita mencapai tujuan, tetapi bagaimana kita menjalani setiap prosesnya!!

*"Agar bahagia, Anda harus melibatkan diri sepenuhnya dengan saat ini. Kebahagiaan tidak hanya kita peroleh pada saat kita sampai pada suatu tujuan, tetapi juga didalam perjalanan mencapai tujuan itu. Hidup disaat ini juga berarti kita menikmati segala apa yang kita perbuat, dan bukan hanya hasil akhirnya."*  
-Andrew Matthews-

Akhirnya setelah mendapatkan kesadaran akan prinsip tersebut, saya selalu menerapkan prinsip tersebut dalam setiap penanganan kepada sahabat-sahabat belajar saya yang tidak mempunyai motivasi dalam belajar.

Saya mencoba berbagai macam strategi belajar yang tujuannya adalah agar anak merasakan kesenangan dalam tiap proses belajarnya. Strategi belajar ini biasanya saya padukan dengan permainan-permainan, seperti permainan :

- Balap bintang
- Melempar Target
- Mengingat kartu
- Dan lain sebagainya...

(Strategi belajar dengan permainan ini akan di jelaskan di Season 8: Beberapa Strategy FUN dalam belajar!!)

Berhasil-berhasil!! Ternyata strategi ini memberikan dampak, yaitu membuat anak semakin menyukai belajar.

Seorang orang tua murid menyatakan kepada saya, "Wah Kak, kalau waktunya les sama Kak Reza, anak saya selalu mengingatkan saya untuk

segera mengantar ke tempat les lho! Wah anaknya senang sekali! Kalau di rumah dia juga mengerjakan PR yang diberikan dengan giat!” mendengar pernyataan orang tua tersebut, tentu saja saya merasa sangat senang bisa membuat anak-anak semangat untuk mau datang les dan belajar.

Pernah tidak Anda mengamati seorang anak bermain Playstation? Bagaimana ia belajar untuk bisa beradaptasi dengan game yang baru itu? Bagaimana akhirnya anak tersebut dapat menguasai game tersebut? Dan akhirnya mengapa ia mau dan bisa menyelesaikan game tersebut?

Berdasarkan pengamatan saya (dan tentunya saya juga merasakannya), ketika kita hendak mencoba suatu game Playstation yang baru, kita akan melihat apakah permainan dalam game tersebut mengasyikkan atau tidak? Seru atau tidak? Ketika anak merasakan game tersebut sangatlah seru dan ia menikmatinya, maka anak akan berusaha untuk menjadi ahli. Bahkan ketika di dalam game tersebut anak seringkali melakukan kesalahan atau istilahnya game over, maka ia akan mencoba dan mencoba lagi sampai ia bisa menamatkan game tersebut.

Pada intinya adalah:

1. “Sebelum bisa jago dalam hal apapun, maka harus lebih dahulu menyukai & menikmatinya.”
2. “Pelajaran yang menyenangkan akan selalu diingat, yang membosankan pasti akan dilupakan!!”

*“Kategori ingatan manusia yang terbesar adalah hal-hal yang menyenangkan, yaitu 50%; tidak menyenangkan 30%, dan hal-hal yang netral 20%. Kita akan mengingat lebih baik peristiwa-peristiwa yang menyentuh perasaan, sedangkan kejadian yang tidak menyentuh emosi akan diabaikan saja.”*

-Atkinson-

## 6.1. Menciptakan Asosiasi yang Positif

Pernahkah Anda mengalami kejadian saat ibu guru memberikan ulangan mendadak?... “Ya anak-anak, hari ini kita ada ulangan mendadak.” Spontan satu kelas berteriak, “APAAAA??!! Lho Bu, ‘kan belum siap!! ...PLEASE!! Minggu depan aja Bu!!” seru anak-anak. “TIDAK BISA!” sahut ibu guru tersebut. Melihat unjuk rasa tidak membuahkan hasil, maka beberapa anak ada yang pasrah, ada yang mengambil posisi berdoa, ada yang mulai mengedip-ngedipkan matanya kepada temannya dengan harapan temannya akan membantu memberikan jawaban, ada juga yang pasang strategi membuat contekan, dan lain sebagainya.

Melihat anak-anak yang cemas, ibu guru tersebut bertanya, “Lho kok sudah pada bingung? Kan belum tahu soalnya?” tanya ibu guru tersebut. “Nanti kan begini Ibu...” mulailah berbagai alasan dikeluarkan oleh para siswa berharap tidak jadi ulangan. “Lho ulangannya itu boleh buka buku, tinggal dicari jawabannya di buku, semua sudah ada di buku lho,” kata ibu guru tersebut. Serentak para siswa berpaduan suara lagi “OOooooo....” para siswa merasa lega.

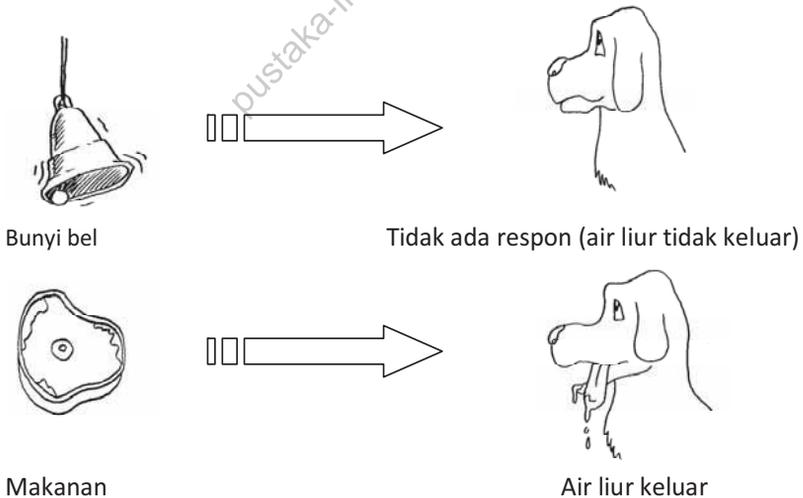
Dari cerita tersebut, fenomena apa yang terjadi? Pada saat para siswa mendengar kata “ulangan” secara otomatis mereka langsung bereaksi seperti cemas, takut, dan bingung terlebih dahulu sebelum mengetahui bagaimana dan seperti apa soal-soal ulangan itu nantinya. Bagaimana hal tersebut bisa terjadi?

Seorang peneliti dari Rusia yang bernama Pavlov. ia mengemukakan teori belajar berdasarkan eksperimennya terhadap anjing. Pada mulanya Pavlov bermaksud meneliti proses salivasi (refleks keluarnya air liur). Secara tidak sengaja, ia menemukan bahwa ternyata salivasi tidak saja terjadi pada daging yang hendak diberikan kepada anjing, tetapi juga

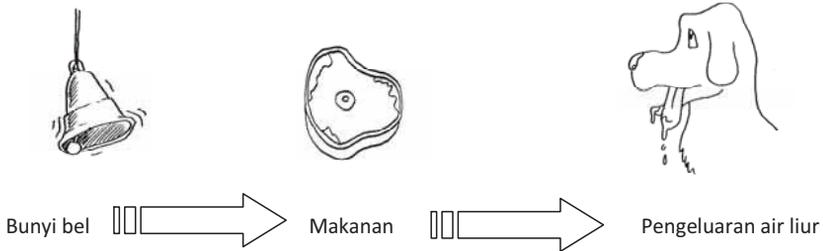
pada rangsangan netral yang dikaitkan dengan daging yang dalam hal ini adalah suara bel. Setiap hendak memberikan daging, Pavlov terlebih dahulu mendengarkan bunyi bel, yang berarti menandakan bahwa daging akan segera dikirim untuk anjing tersebut. Karena mendapatkan daging, maka anjing tersebut mengeluarkan air ludah. Dengan dikondisikan secara terus menerus (bunyi bel berarti daging datang), maka otomatis pada saat anjing tersebut mendengarkan bel saja, ia mempunyai respon secara langsung mengeluarkan air ludahnya, bahkan sebelum daging tersebut tiba. Dari sini diketahui bahwa pada prinsipnya rangsangan yang netral (dalam hal ini adalah bel), dengan perlakuan sedemikian rupa, dapat menumbuhkan respon (seperti air ludah) melalui suatu proses pembiasaan atau conditioning.

Percobaan Pavlov dapat digambarkan dengan bagan demikian :

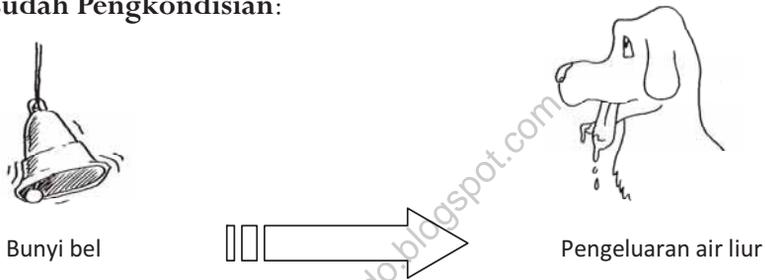
### Sebelum Pengkondisian:



### Selama Pengkondisian:



### Sesudah Pengkondisian:



Dari hasil percobaan Pavlov tersebut dapat kita lihat bahwa sinar lampu memberikan suatu pemaknaan tersendiri bagi anjing. Pemaknaan yang ditangkap dalam memorinya adalah bahwa lampu menyala pasti makanan datang, sehingga hal tersebut terekam dalam memori si anjing.

Apabila kita membahas kembali kasus ulangan mendadak seperti yang telah diceritakan di atas, ketika para siswa mendengar kata “ulangan” maka secara otomatis memori tiap siswa memberikan pemaknaan otomatis yang berdasarkan pengalaman masing-masing siswa. Bagi siswa yang mempunyai pemaknaan kurang baik terhadap ulangan, maka ia akan mempunyai pemikiran bahwa ia pasti akan mendapatkan nilai yang kurang baik, nanti akan dimarahi orang tua, nilai raport menjadi merah, sehingga hal tersebut terkondisikan secara otomatis yang berakibat memunculkan respon negatif seperti cemas, takut dan sebagainya.



Setiap anak memiliki suatu kesan atau pemaknaan yang berbeda-beda terhadap pelajaran yang diterimanya. Namun bagi para siswa yang mempunyai pemaknaan yang positif pasti ia akan siap menghadapi ulangan.

Nah, sangat penting sekali sebagai langkah awal untuk merubah anak-anak yang tidak termotivasi belajar dengan cara merubah pemaknaan yang negatif tersebut menjadi positif terhadap pelajaran.

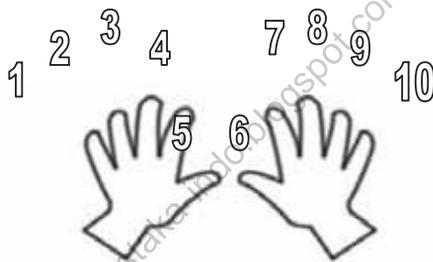
Berikut adalah sebuah contoh kasus yang saya hadapi, dan bagaimana membuat pemaknaan yang positif terlebih dahulu :

Sebut saja Anton (bukan nama sebenarnya), seorang anak kelas 3 SD yang mempunyai kesulitan dalam belajar matematika. Pada awalnya, Anton selalu menghindari untuk mengikuti pelajaran tersebut, ia lebih memilih tidak masuk kelas dan mempunyai beraneka ragam alasan hingga orang tua Anton merasa khawatir apa yang terjadi pada Anton.

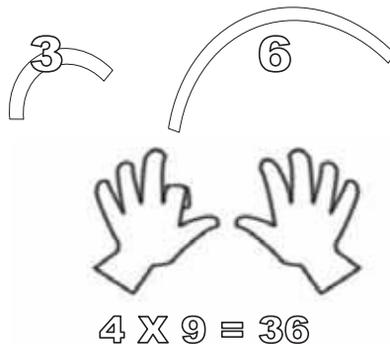
Setelah melalui diskusi dengan Anton, maka mulailah ia terbuka, bahwa ia tidak bisa matematika dan merasa malu jika dibandingkan dengan teman-

temannya. Setelah mengetahui permasalahan utama Anton tersebut, maka saya menyiapkan sebuah strategi pembelajaran yang menyenangkan dan sangat mudah sekali bagi Anton. Karena materi pembelajaran Matematika Anton baru sampai perkalian, maka saya memberikan perkalian yang paling sederhana yaitu dari perkalian 0. Jadi sangat mudah sekali bagi Anton karena setiap bilangan yang dikalikan 0 pasti hasilnya 0. Kemudian setelah perkalian 0, maka perkalian dengan bilangan 1. Dengan segera Anton pun mulai merasa cepat dalam mengerjakan soal-soal yang telah diberikan. Setelah perkalian dengan bilangan 1, maka saya teruskan dengan perkalian 9, yang menggunakan bantuan jari seperti berikut:

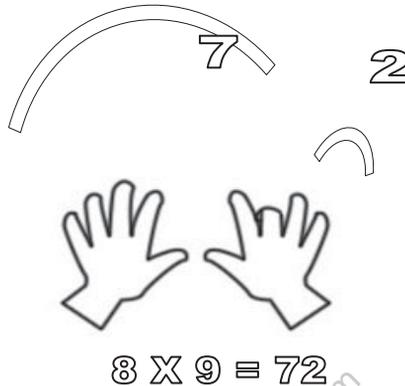
1. Urutkan jari anda dari sebelah kiri yaitu no. 1 hingga 10



2. Jika  $4 \times 9$ , maka jari no. 4 di lipat, maka sisa jari di sebelah kiri ada 3 dan disebelah kanan ada 6, maka jawabannya adalah 36



3. Jika  $8 \times 9$ , maka jari no. 8 di lipat, maka sisa jari di sebelah kiri ada 7 dan disebelah kanan ada 2, maka jawabannya adalah 72



Mudah ya?” tanya saya, Anton pun mengangguk-anggukkan kepalanya, ia semakin merasa bisa dalam mengerjakan soal-soal yang diberikan. Secara perlahan-lahan pemaknaan negatif mengenai pelajaran matematika berubah menjadi positif. Saya mengatakan kepada Anton, “Ya bagaimana Anton? Ternyata Anton bisa ‘kan mengerjakan matematikanya?” Dengan semangat ia mengangguk-anggukkan kepalanya.

Kemudian keesokan harinya ibu Anton menelepon saya, beliau mengatakan, “Kak kemarin setelah Kakak ke sini, Anton langsung ingin les setiap hari lho.” Ibunya merasa sangat senang dan cukup terheran-heran mendengar permintaan Anton tersebut.

Jadi dengan merubah pemaknaan yang terdapat di dalam pikiran anak terlebih dahulu, yaitu yang pada awalnya mengatakan bahwa pelajaran tersebut sulit menjadi pelajaran tersebut mudah dan ia bisa mengerjakan tugas-tugasnya, maka secara otomatis pemaknaan dalam pikirannya berubah menjadi positif dan anak siap menerima hal-hal baru lagi.

Beberapa langkah yang biasanya dilakukan untuk menciptakan pemaknaan yang positif adalah sebagai berikut :

1. Setelah menjalin sebuah hubungan yang positif dan saling percaya dengan anak Anda (tentunya masalah emosi anak telah kita atasi), maka carilah permasalahan pelajaran yang utama dalam diri anak terlebih dahulu (mencari tahu letak kesulitannya, tetapi harap diingat bahwa setiap anak mempunyai kesulitan berbeda-beda, meskipun anak telah kelas 3 namun ada kalanya ia masih kurang bisa menguasai pelajaran yang seharusnya diberikan di kelas 2. Jadi jangan dibanding-bandingkan dengan anak yang lain)
2. Setelah mengetahui kesulitan pelajaran yang menjadi kendala bagi anak, maka buatlah soal-soal yang bisa dilakukan oleh anak terlebih dahulu.
3. Berikan materi-materi pelajaran tersebut dengan cara yang berbeda, bisa dengan membuat sebuah game atau yang sesuai dengan gaya belajar yang menyenangkan baginya.
4. Buat suasana menyenangkan, bisa juga seperti mengadakan kuis-kuis di TV, berpura-pura menggunakan microphone, tombol untuk memencet, dsb.
5. Rayakanlah setiap keberhasilannya. Yang biasa saya lakukan adalah dengan melakukan TOSS!! Buat sebuah moment-moment yang menumbuhkan kepercayaan dirinya!
6. Apabila ia sudah bisa, cukuplah untuk berhenti dulu!!... Bisa dilanjutkan untuk keesokan harinya.
7. Kepercayaan diri akan mulai tumbuh pada diri anak dan pemaknaan negatif tersebut perlahan-lahan berubah menjadi positif sehingga anak menjadi suka belajar.

Sasaran awalnya adalah merubah pemaknaan negatif pada anak. Yang pada awalnya mengatakan “sulit” dan “tidak bisa”, dapat berubah menjadi “oalah begitu ya??... mudah ya!!” “Yess!! Aku bisa!!”



Setelah anak merasa bisa, maka kita perlu menggunakan prinsip selanjutnya, yaitu.....

## 6.2. Melakukan Review Yang Tepat

Masih ingat dalam benak saya ketika masih dibangku sekolah, pada saat pelajaran-pelajaran atau guru yang kurang saya gemari, secara otomatis, mata ini terasa sulit diajak kompromi, rasanya ngantuk banget tapi tetap harus bisa bertahan (sebenarnya saat kuliah juga masih ngantuk sih :p). Wah rasanya 1 jam pelajaran benar-benar seperti 1 minggu, 1 menit seperti 1 jam (ternyata jamnya sedang rusak hehehe...) dan setelah bel berbunyi waktu segera pulang, bisa dibayangkan rasanya “WAAAH AKHIIIRNYAA!!” Secara otomatis tubuh ini segar lagi dan herannya mata ini dalam hitungan detik sudah tidak mengantuk lagi!! Seperti biasanya pada saat berakhir, guru yang mengajar selalu bertanya, “Apakah ada

pertanyaan?” Tentu saja teman-teman menjawab dengan kompak “TIDAK ADA PAK!!” karena mereka ingin segera pulang.

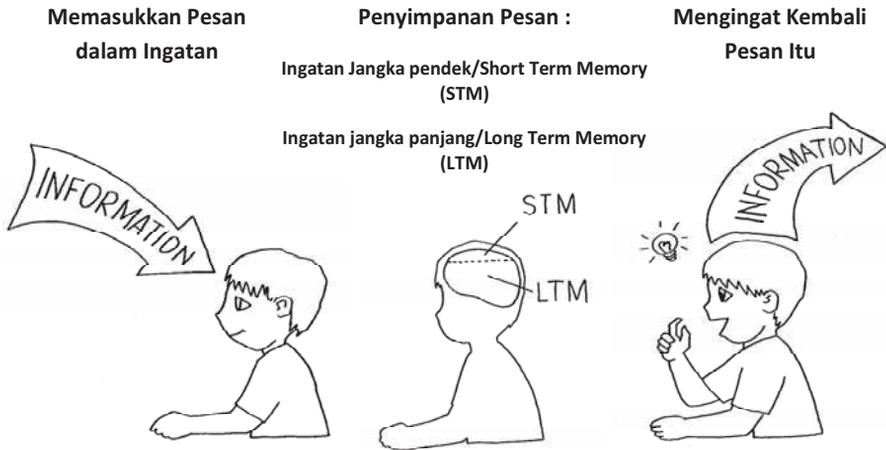
Nah pertanyaan saya, setelah pulang sekolah, berapa persen materi pelajaran yang tertangkap dalam memori saya saat itu? Atau mungkin tidak ada materi pelajaran yang teringat sama sekali ya??!! Hihihihhi...

Pernahkah Anda mengalami hal tersebut? Setiap akan ada ulangan atau ujian, rasanya jantung ini berdegup kencang, merasa selalu tidak siap, meskipun jauh-jauh hari jadwal ulangan tersebut sudah diumumkan, namun tetap tidak siap dan pada akhirnya harus menguras banyak tenaga dan pikiran lagi untuk memahami bahan pelajaran yang akan dijadikan ulangan pada malam sebelumnya.

Untuk mengatasi permasalahan ini alangkah baiknya kita mengetahui dan memahami bagaimana prinsip memory yang bekerja di dalam otak kita sehingga apa yang kita pelajari hari ini dapat mudah kita pahami.

Jika kita membahas mengenai memori atau ingatan, para ahli psikologi mengetahui pentingnya membuat dua perbedaan dasar mengenai ingatan. Yang pertama, mengenai tiga tahapan ingatan, memasukkan pesan dalam ingatan, penyimpanan pesan, dan mengingat kembali pesan itu; dan yang kedua adalah mengenal dua jenis ingatan, yaitu ingatan jangka pendek dan ingatan jangka panjang.

Untuk dapat menyimpan informasi atau berbagai materi pelajaran yang diberikan ke dalam ingatan jangka pendek, maka kita harus memperhatikan informasi atau materi pelajaran yang disampaikan. Ingatan jangka pendek kita hanya berisi informasi-informasi yang telah kita pilih. Hal ini berarti bahwa sebagian besar dari yang telah dipaparkan pada kita namun tidak kita perhatikan, tidak pernah memasuki ingatan jangka pendek, dan tentu saja tidak akan mungkin dapat kita digunakan untuk mengingat kembali di kemudian hari.



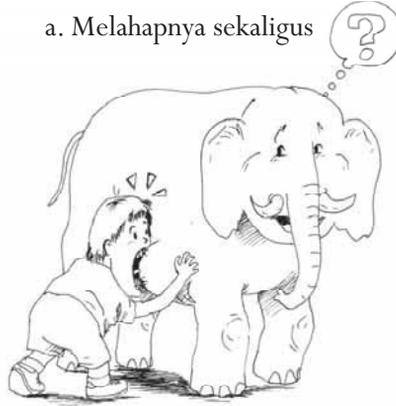
Setiap kesulitan yang diberi cap “kesulitan ingatan” sebetulnya adalah akibat dari tidak adanya perhatian. Misalnya, jika anda sedang berada di dalam sebuah pesta, tentu berkenalan dengan banyak orang, kemudian ada seseorang bertanya kepada kita: apa warna sepatu yang dipakai oleh orang yang bernama Y? Kita mungkin tidak dapat menjawabnya karena memang kita tidak memperhatikannya. Berbeda sekali dengan pada saat kita berkenalan dengan seseorang yang kita kagumi, pasti dari ujung kepala sampai ujung kaki akan kita perhatikan semuanya.

(Salah satu fungsi dari beberapa strategi 3 menit, seperti yang telah dijelaskan di bab sebelumnya, adalah suatu strategi untuk membuat anak memberikan perhatian terhadap diri kita serta ucapan kita!! )

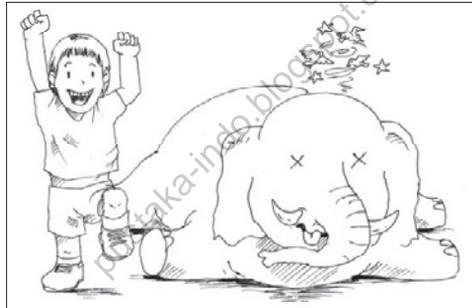
Berdasarkan pengalaman saya ketika tidak mengingat materi pelajaran yang diberikan oleh guru pada waktu ulangan, saya mengingat pertanyaan ayah saya, yaitu “Bagaimana caranya makan gajah???”

Untuk menjawab pertanyaan ini, maka pilihlah salah satu dari dua jawaban yang telah tersedia berikut ini:

a. Melahapnya sekaligus



b. Taklukkan gajahnya dulu & makan secara bertahap



Hmm... apa hubungannya gajah dengan perhatian dalam belajar? Saya memakai gajah sebagai symbol “besar”, melambangkan banyaknya bahan pelajaran yang harus dikuasai tiap anak pada tiap semesternya (bukan saya minta untuk makan gajah lho).

Dengan pertanyaan di atas saya berusaha menggambarkan cara yang paling efektif untuk menguasai mata pelajaran yang banyak itu. Ya sama seperti makan gajah, jika kita memilih jawaban a yaitu melahapnya sekaligus, maka dapat dipastikan perut kita gak kuat untuk menghabiskannya langsung. Akibatnya kita bisa muntah apabila memaksakan untuk makan, kemudian sakit, pusing, dan merasa mual. Biasanya kita sudah tidak tertarik makan lagi meskipun makanan di depan kita sangat lezat.

Sedangkan untuk pilihan b yaitu taklukkan gajahnya dulu dan makan secara bertahap, maksud dari “taklukkan gajahnya terlebih dahulu” adalah anak mempunyai keyakinan atau emosi yang positif untuk menguasai mata pelajaran tersebut, kemudian “makan secara bertahap” adalah anak mulai mempelajari pelajaran tersebut secara bertahap, hari demi hari, jadi tidak kita menghabiskan pelajaran tersebut secara langsung. Maka secara perlahan-lahan dan tanpa terasa kita sudah makan habis gajah tersebut.

Dari dua pilihan tersebut diatas, mana yang paling efektif untuk menguasai suatu materi pelajaran secara optimal? Apakah jawaban a, seperti kita belajar dengan system SKS (Sistem Kebut Semalam), sehingga perhatian yang dicurahkan membutuhkan usaha yang lebih? Cara ini biasanya dipakai anak untuk menghadapi ujian yang akan dihadapi keesokan harinya dan setelah ujian selesai langsung lupa lagi. Atau pilihan b, dengan cara ini kita hanya menghabiskan waktu sedikit demi sedikit tiap harinya, sehingga perhatian yang dicurahkan dapat lebih fokus, dan lebih mudah ingat bahkan setelah ujian berakhir?

Memang tiap anak mempunyai cara belajar yang berbeda-beda, namun

untuk anak yang pada awalnya kurang termotivasi belajar maka akan lebih baik jika kita memberikan materi pelajaran dengan sistem yang bertahap yaitu pilihan jawaban b, agar perhatian anak terhadap pelajaran yang ada cukup tinggi.

Dalam satu hari rata-rata anak-anak mendapatkan 4 hingga 6 mata pelajaran di sekolah (kita ambil rata-rata saja, karena setiap sekolah berbeda-beda). Pelajaran tersebut dimulai dari jam 7 pagi hingga pulang sekolah. Sampai di rumah, beberapa anak siap-siap untuk mengikuti pelajaran yang mungkin berbeda di lembaga bimbingan belajar (karena lembaga bimbingan belajar terkadang mempunyai kurikulum tersendiri dan karena setiap muridnya tidak hanya berasal dari sekolah yang sama, maka materi pelajarannya pun berbeda).

Apabila sebuah penelitian menunjukkan bahwa setelah lima puluh menit daya ingat pendengar menurun secara drastis, bagaimana anak yang mengikuti pelajaran di dalam kelas selama 5 jam dan ditambah lagi 2 jam mendapatkan informasi diluar sekolah (ikut les tambahan)? Kemudian ditambah lagi apabila gurunya tidak mempunyai semangat mengajar, galak lagi (komplet deh!).

Pada malam harinya ketika anak sedang tidak terdesak untuk menyelesaikan tugas, akan digunakan untuk menonton TV, main game atau membaca buku komik. Anak baru akan mengerjakan PR apabila memang ada jadwal PR untuk esok hari, atau belajar untuk ulangan esok hari. Jadi dapat dikatakan, seringkali pelajaran yang didapat pada hari itu akan diulang kembali rata-rata pada waktu akan menjelang ulangan. Akibatnya, anak harus banyak menghabiskan waktu dan energi untuk bisa mengingat mata pelajaran yang pernah disampaikan oleh guru. Dari peristiwa-peristiwa yang saya sering temui, kegagalan anak untuk dapat mengulang kembali materi pelajaran seringkali menimbulkan perasaan tidak mampu dalam

diri anak sehingga justru mengakibatkan motivasi belajarnya semakin rendah.

Sebuah penelitian menunjukkan bahwa 70% dari apa yang Anda pelajari hari ini dapat terlupakan dalam jangka waktu 24 jam apabila Anda tidak melakukan upaya khusus untuk mengingatkannya!! Seringkali saya mengungkapkan kepada peserta training jika sepulang dari acara training ini mereka tidak mengulang kembali materi yang diberikan (meskipun hanya sekilas saja), maka mereka akan mengingat materi tersebut sekitar 30% saja, dan jika ditanya kembali pada keesokan hari atau beberapa hari kemudian maka pada umumnya mereka akan menjawab, “Ya kurang lebih seperti itulah”... hahaha.

Grafik penurunan daya ingat dapat kita lihat dalam tabel berikut ini:



Begitu juga yang terjadi pada anak, jika ia tidak pernah secara bertahap mengulang materi pelajarannya, maka jumlah materi pelajaran yang diingat juga pasti akan semakin sedikit.

Nah sekarang bagaimana caranya membuat anak tetap mempunyai daya ingat yang optimal terhadap mata pelajaran yang diberikan?

Perhatikan bagan berikut ini:



Dalam bagan di atas dapat kita lihat, bahwa perlu adanya review (pengulangan) setelah kita mendapatkan suatu materi pelajaran, paling tidak setelah 1 jam kemudian. Kita dapat me-*review* lagi 1 hari setelahnya, setelah itu 1 minggu kemudian dan 1 bulan kemudian.

Prinsipnya adalah jika ingin mempelajari sesuatu, lebih baik kita belajar mempraktekkan satu jam dalam sehari selama tujuh hari dalam seminggu, bukannya mempraktekkan selama tujuh jam hanya pada hari Minggu.

Perlu diketahui bahwa pengulangan cukup dilakukan dengan waktu yang singkat saja. Mengapa demikian? Karena pada dasarnya otak kita tidak dapat dipaksa untuk melakukan fokus dalam waktu yang lama.

Coba perhatikan bila kita berada di dalam sebuah kelas, kita mendapatkan suatu materi pelajaran selama 2 jam terus menerus tanpa jeda sedikitpun, kira-kira apa yang akan terjadi? Banyak dari kita akan merasa lelah dan secara otomatis materi yang dapat kita serap selama dua jam tersebut hanya sebagian saja.

Grafik di bawah ini menunjukkan bahwa selama dua jam tersebut kemampuan otak kita untuk fokus akan sangat turun di pertengahan:



Untuk menghindari hal tersebut, dan tentunya agar membuat pengajar tidak terlalu lelah karena harus menjelaskan materi pelajaran panjang lebar namun anak tidak bisa optimal dalam menangkap apa yang kita berikan, maka sangat penting bagi pengajar untuk membuat jeda secara berkala dalam setiap penyampaian informasi atau pelajaran.

Hal tersebut dapat kita lihat dalam grafik berikut ini:



”Oooo... begitu ya,” jawab seorang ibu dari sahabat belajar saya dengan penuh anggukan yang menandakan ia telah memahami prinsip sesi belajar optimal bagi memory. Ibu tersebut memahami mengapa anaknya kurang dapat memahami materi pelajaran yang ia ajarkan kembali. Sebelum memahami prinsip ini, ibu tersebut mengajarkan anaknya secara terus menerus tanpa ada jeda, apabila sang anak tidak segera paham atau menghafal materi yang diberikan, ibu tersebut akan marah-marah dan keluarlah vitamin C-nya... Cubittt!! Selain itu si anak juga dipaksa tidak boleh tidur apabila belum bisa menguasai materi itu. Begitu ibu tersebut memahami prinsip mengenai sesi belajar agar optimal ini, ia akhirnya memahami perlunya suatu jeda atau istirahat sejenak pada anaknya. Beberapa bulan kemudian, ibu tersebut menceritakan bahwa sekarang anaknya dapat memahami materi yang diberikan dengan baik dan nilai di sekolahnya meningkat semua sejak menggunakan sesi jeda dalam belajarnya.

Hal lain yang dapat meningkatkan kapasitas memory menjadi optimal adalah dengan tidur. Bob Stickgold, seorang peneliti dari Harvard University, mengemukakan bahwa waktu tidur dapat mempengaruhi pembelajaran hari sebelumnya. Dengan mengurangi waktu tidur malam sebanyak dua jam, kemampuan Anda untuk mengingat bisa terganggu pada hari berikutnya. Semakin kompleks dan rumit materinya, semakin penting fungsi tidur bagi pembelajaran. Diyakini bahwa tidur memberikan kesempatan kepada otak untuk melakukan “perawatan perabotannya” untuk mengatur kembali sirkuit-sirkuit, membersihkan puing-puing yang tak perlu, serta memproses peristiwa-peristiwa emosional.

Collin Rose, seorang pakar *Accelerated Learning*, menjelaskan bagaimana implikasi belajar yang efektif:

- Belajar ketika di sekolah.
- Mengulangi secara singkat materi yang sudah dipelajari sepulang sekolah atau sebelum tidur siang (bisa juga dengan bertanya kepada anak, “Hari ini belajar apa saja di sekolah?”)
- Tidur
- Kemudian pada waktu sore atau malam, anak dapat mengulangi sekali lagi secara singkat pelajarannya.

Ketika saya mencoba bekerja sama dengan orang tua sahabat belajar saya untuk menerapkan metode belajar ini kepada anak, ternyata hasilnya sangat memuaskan!! Orang tua sahabat belajar saya sudah tidak khawatir lagi apabila pada waktu sore hari anak menghabiskan waktu dengan bermain bersama teman-temannya. Karena sebelumnya, orang tua selalu cemas jika anaknya lebih banyak bermain daripada terlihat belajar.

Nah, biasanya keluhan para orang tua yang saya temui adalah, “Kak Reza, saya sih sebenarnya ingin anak saya juga mengulang materi yang diberikan di sekolah, namun ketika saya tanya ke anak mengenai pelajaran

di sekolah tadi biasanya anak malas menjawab, bagaimana ya?” Ya memang hal tersebut sering saya jumpai pada anak-anak yang merasa sudah jenuh dengan sekolah, sehingga mereka tidak tertarik lagi untuk membahas kegiatan di sekolah (kalau anak tersebut sangat termotivasi dengan sekolah biasanya ia akan menceritakan secara panjang lebar kegiatannya di sekolah).

Nah caranya tidak harus dipaksakan dengan bertanya secara langsung, kita bisa mengalihkan perhatiannya dengan menggunakan lingkungan di sekitar anak. Contohnya demikian, ketika anak sedang mempelajari bahasa Inggris di sekolahnya, kita dapat menggunakan bahasa Indonesia dipadukan dengan bahasa Inggris. Misalnya demikian, “Dik tolong dong bukain “door”-nya” (minta tolong untuk dibukakan pintu). Dari cara ini, anak dapat mengulang pelajaran yang diberikan di sekolahnya secara tidak langsung dalam implikasinya dikegiatan sehari-hari. Tetapi tentunya kita harus mengetahui materi yang sedang dipelajari anak di sekolahnya.

Untuk dapat menggunakan system review ini, penting sekali kita untuk menggunakan prinsip yang dibahas dalam Bab 2, mengenai Mindset: BERSAMA LEBIH BAIK. Kita perlu bekerja sama dengan pengajar di sekolah dan dukungan orang-orang di rumah atau keluarga, sehingga nantinya dapat selalu bekerja sama dalam memantau dan mengulang kembali pelajaran yang telah diberikan kepada anak. Karena pengajar dari sekolah ataupun di les memiliki waktu yang sangat terbatas untuk bertemu dengan anak.

Inti dari prinsip memory ini adalah bagaimana kita melatihnya secara konsisten tiap harinya, meskipun tidak harus banyak namun dengan frekuensi yang sering akan lebih baik!

Setelah mengetahui bagaimana otak kita dapat menyerap informasi dengan maksimal, maka berikutnya kita perlu mengetahui apa tahapan-

tahapan yang dilalui setiap individu dalam belajar, karena kita ketahui bahwa kita tidak bisa mengharapkan seseorang untuk menjadi mahir secara tiba-tiba. Adapun tahapan-tahapan itu adalah.....

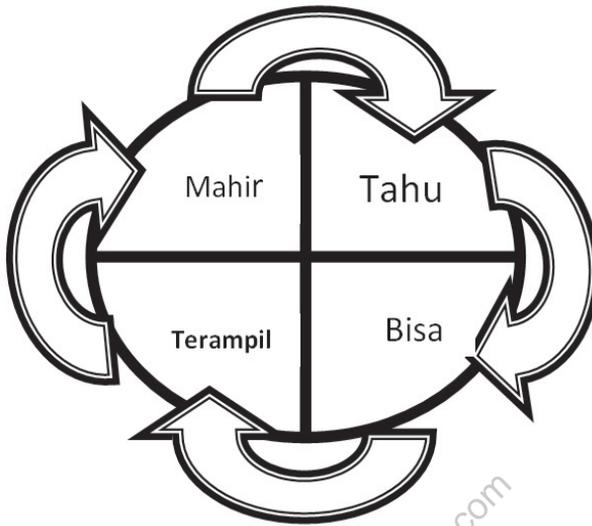
### 6.3. Tahu-Bisa-Terampil-Mahir (TBTM)

Saya masih ingat ketika saya bekerja di sebuah konsultan perusahaan, dimana saya dibimbing oleh guru yang luar biasa. Setelah sekian jam kami dibimbingnya dan diberi arahan serta penjelasan mengenai bagaimana menangani permasalahan-permasalahan yang terjadi di perusahaan, beliau pun akhirnya bertanya kepada kami semua sebelum menutup pertemuan tersebut, “Jadi bisa semua ya?!” Dengan serentak kami semua mengangguk-anggukan kepala sebagai tanda telah memahami yang telah diajarkan.

Namun setelah praktek di lapangan, ternyata hasilnya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Saya pun menghadap beliau kembali untuk memberikan hasil kerja praktek saya di lapangan, beliau mengatakan, “Lho kemarin kan sudah diberi tahu... seharusnya kan bukan begini, wah-wah katanya kemaren sudah bisa!!??” Spontan saja, rasa bersalah muncul didalam diri karena merasa diri saya kurang mampu melakukan praktek dengan benar dan alhasil membuat saya menjadi kurang percaya diri dalam menangani permasalahan tersebut.

Namun setelah saya membaca buku karya Edy Zaques yang berjudul “Bob Sadino : Mereka bilang saya gila”, akhirnya saya menemukan penyebab permasalahan yang selama ini saya hadapi (terima kasih atas inspirasinya yang luar biasa!!), dan konsep ini pun akhirnya selalu saya pakai setiap kali menangani klien.

Dalam buku tersebut terdapat sebuah konsep RBS (Roda Bob Sadino), yang menggambarkan 4 diagram sebagai berikut :



Pada prinsipnya, diagram tersebut menggambarkan suatu proses pembelajaran berupa pemahaman suatu ilmu pengetahuan atau teori dengan sebuah praktek, yang pada akhirnya akan menggambarkan tingkat kemampuan, kecakapan, atau kompetensi seseorang disuatu bidang.

Diagram tersebut dibagi menjadi empat kuadran. Masing-masing kuadran menggambarkan tingkat kompetensi pembelajaran seseorang. Kuadran pertama, yang terletak di sebelah kanan atas, disebut dengan kuadran TAHU. Berikutnya, kuadran kedua terletak di sebelah kanan bawah dan disebut kuadran BISA. Kuadran ketiga terletak di sebelah kiri bawah dan disebut kuadran TERAMPIL. Sementara kuadran keempat yang terletak di sebelah kiri atas disebut dengan kuadran AHLI.

Mari kita bahas maksud dari masing-masing kuadran tersebut dengan sebuah kasus yang pernah saya tangani berikut ini :

Sebut saja Ujang (bukan nama sebenarnya), sampai kelas 2 SD ia belum bisa naik sepeda pancal, sedangkan teman-temannya sudah bersepeda. Seringkali Ujang diejek teman-temannya karena belum bisa

bermain sepeda. Orang tua Ujang sudah memfasilitasi dengan sepeda baru, namun Ujang tetap saja tidak mau. Setelah saya telusuri ternyata pada saat Ujang belajar ia selalu di marahi oleh orang tuanya karena tidak segera bisa, akhirnya Ujang merasa putus asa. Melihat kejadian itu akhirnya saya mencoba melakukan pendekatan ke Ujang dan menumbuhkan kepercayaan Ujang bahwa kak Reza akan membantu Ujang sampai bisa dan cuma berdua saja. Ujang menyetujuinya dan kami berdua berlatih pada hari Minggu pagi.

Dalam kuadran TAHU ini bisa kita lihat bagaimana pertama kali saya memberikan penjelasan kepada Ujang tentang cara bersepeda. Saya jelaskan perlahan-lahan dan memberikan contoh dari cara naik sepeda, mengayuh pancalnya, kemudian menjalankannya. Namun setelah saya beri

tahu apakah Ujang langsung bisa? Tentu saja tidak (kalau

langsung bisa, saya yang kaget!!), karena Ujang masih

mengetahui teori bersepeda, tetapi

Ujang belum menaiki sepeda itu

dengan benar. Ujang memang

mengetahui cara bersepeda,

tetapi tidak otomatis

bisa bersepeda. Oleh

karena itu, kuadran

pertama tersebut adalah

kuadran TAHU.

Berikutnya, kuadran kedua yaitu kuadran BISA. Dalam Kuadran kedua ini Ujang telah mencoba berulang-ulang kali, dari bisa jalan sedikit kemudian jatuh lagi, jalan agak agak jauh lalu jatuh lagi, ia masih berusaha mengendarai sepedanya. Bahkan sampai dua puluh kali mencoba, Ujang masih terus jatuh dan kesulitan menjaga keseimbangan bersepeda.



Bagi anak yang berada di kuadran BISA, mereka mulai dapat mengerjakan tugas atau pekerjaannya dengan benar, tapi tentunya masih bisa pula melakukan kesalahan-kesalahan. Namun, pengalaman di tahap ini menjadi sumber pembelajaran yang utama, karena proses belajar dalam bentuk praktek yang berulang-ulang itulah anak yang sebelumnya tidak bisa akhirnya menjadi bisa. Atau, dari yang semula belum dapat mengerjakan sesuatu dengan baik, kemudian berangsur-angsur ia mampu mengerjakannya dengan lebih baik dibanding sebelumnya.



Pada usaha berikutnya setelah mencoba yang ke dua puluh sekian kali, terlihat ada satu atau dua kali mulai bisa mengendarai sepeda dengan seimbang dan dapat mengayuh agak jauh. Begitu seterusnya dia berlatih sampai ia bisa menjaga keseimbangan sepeda dengan baik. Usaha Ujang tidak sia-sia, dalam waktu tidak sampai satu jam ia sudah dapat mengendarai sepeda tersebut meskipun hanya berjalan lurus. Dengan bangga ia menunjukkan keahliannya tersebut didepan



ke dua orang tuanya. “Ma, aku bisa!!” katanya. Melihat hal tersebut orang tua Ujang menjadi terharu dan bertanya-tanya, “Lho kok bisa ya?” Setelah dari kuadran BISA, lambat laun Ujang beranjak ke kuadran TERAMPIL. Beberapa hari kemudian saya melihat

kemampuan Ujang dalam bersepeda sudah meningkat sangat drastis. Ia dengan bangga menunjukkan kemampuannya melepaskan tangan dan berbelok dengan menukik. Ibu Ujang pun bercerita bahwa Ujang sangat senang sekali bermain sepeda saat ini, setiap sore Ujang tidak pernah absen bersepeda.

Kuadran ketiga atau kuadran TERAMPIL biasanya merupakan tempat orang-orang yang sudah melewati kuadran TAHU maupun kuadran BISA. Pada perjalanan berikutnya, orang-orang dari kuadran TERAMPIL ini akan memasuki kuadran keempat, yang dinamakan kuadran AHLI, kuadran untuk orang-orang yang sudah sangat EXPERT dan PROFESIONAL dalam bidangnya. Kalau dalam hal bersepeda mungkin bisa kita lihat di TV bagaimana seseorang dapat memainkan akrobat sepeda dengan sangat luar biasa, dengan gerakan-gerakan seperti berdiri di atas sepeda, berputar 360 derajat, dan lain sebagainya.

Yang ada di dalam kuadran AHLI ini adalah mereka yang selain telah berhasil meningkatkan keterampilannya serta bertanggung jawab, juga telah mampu memberikan manfaat kepada banyak orang. Kemampuannya telah diakui oleh masyarakat luas bukan berdasarkan klaim pribadi. Ia bisa menjadi teladan bagi orang-orang yang masih berada di kuadran TAHU maupun BISA, supaya orang lain pun dapat naik ke kuadran yang lebih tinggi.



Dengan berpegang pada prinsip ini, maka saya dapat memahami bahwa untuk membuat seseorang bisa melakukan sesuatu memang perlu sebuah proses yang terkadang tidak sederhana, dibutuhkan usaha berulang-ulang serta waktu.

Jadi jangan heran (apalagi stress!!) apabila kita mengajarkan suatu materi ke anak tetapi ia tidak langsung bisa. Saya selalu menekankan kepada anak tersebut bahwa kita masih dalam tahap TAHU dan akan beranjak ke kuadran BISA, jadi anak akan merasa wajar apabila melakukan kesalahan. Oleh karena itu penting sekali dukungan dari keluarga, guru, atau lingkungan di mana anak tersebut berada untuk selalu mendukung anak dalam berproses dari kuadran TAHU menjadi BISA, BISA menjadi TERAMPIL, dan akhirnya menjadi MAHIR dalam menguasai pelajaran apapun.

Kesalahan yang sering terjadi adalah apabila kita berusaha memotivasi anak, dengan hanya mengatakan secara lisan, “Ayo kamu bisa!” (bahkan sampai mengucapkannya berulang-ulang kali) tanpa pernah membimbing anak untuk praktek atau membuktikan adanya pengalaman yang menunjukkan bahwa anak memang bisa. Dengan begini tetap saja anak tersebut tidak segera bisa dan membuat orang tua atau pengajar merasa putus asa terhadap kemampuan sang anak. Pada akhirnya yang sering terjadi adalah membandingkan kemampuan anak dengan anak lain, “Si Tono aja bisa, kamu kok gak bisa-bisa?”.  
So, be careful...



## 6.4. Fit Your Body & Brain

”Besok mau bangun pagi aah... Mau olahraga biar sehat!” kata saya dengan penuh semangat dalam hati. Kemudian saya pun menyalakan alarm HP, dan bersiap untuk pergi ke dunia mimpi (tidur) Hmmm..... Keesokan harinya, ”TIITTT!!! TIITTT!!” (bunyi alarm HP saya menunjukkan waktu untuk segera bangun dan berolahraga), akhirnya saya pun terbangun meskipun masih setengah sadar. ”UUuuuuuhhh!! Masih ngantuk...” kata saya sambil mencari-cari HP. Namun ketika saya menemukan HP saya, ada bagian dalam diri saya yang mengatakan ”10 menit lagi deh, masih ngantuk!!” saya pun mencoba memejamkan mata kembali. ”TIIT!! TIIT!!” HP saya berbunyi lagi, menunjukkan 10 menit sudah berlalu, tetapi bagian di dalam diri saya tetap masih merasa mengantuk. ”Wah kayaknya kok masih mengantuk ya??? Ya sudah olahraganya besok aja, kan kemaren tidurnya malam,” kata saya mencari alasan. Ternyata kebiasaan ini terus berlanjut dikeesokan hari dan seterusnya, hingga tanpa terasa beberapa tahun kemudian saya hampir tidak pernah berolahraga.

Masih ingat dalam benak saya, apa yang terjadi ketika saya hampir tidak pernah berolahraga. Pada saat saya bekerja di suatu perusahaan, saya merasa bahwa nafas mudah terasa ngos-ngosan apabila merasa lelah, mudah stress, badan terasa lemas kurang bergairah, dan sebagainya. Apalagi dengan beban kerja yang berat, otomatis saya mempunyai banyak alasan untuk lebih memilih istirahat daripada olahraga.

Saya memahami, bahwa kebiasaan ini adalah kebiasaan yang tidak baik dan akan mempunyai efek jangka panjang yang berbahaya bagi kesehatan tubuh saya.

Pada suatu hari saya melihat salah satu acara ditelevisi tentang perlombaan mengurangi berat badan. Diacara itu saya melihat begitu besar

transformasi kehidupan orang-orang yang mempunyai kelebihan berat badan hingga menjadi orang yang mempunyai tubuh bugar dan sehat. Saya pun mulai terinspirasi dan mulai mendisiplinkan diri untuk berolahraga secara rutin, dan ternyata kebiasaan ini memberikan banyak manfaat yang positif bagi diri saya yang sangat saya rasakan ketika mengajar atau memberikan training, saya terlihat lebih bersemangat daripada biasanya.

Sejak sekolah, kita telah banyak menerima informasi mengenai manfaat kesehatan bagi tubuh. Kita juga mengetahui begitu besar dampak yang dihasilkan dari tubuh yang bugar. Namun jujur saja pada saat sekolah dulu, saya mengikuti pelajaran olahraga bukan karena saya membutuhkan olahraga, namun karena saya bisa merasa bebas bermain sepak bola, berlari-lari, berteriak-teriak, karena kegiatan ini tentu saja tidak bisa dilakukan di dalam kelas.

Ya, dalam bab ini saya ingin memberi penjelasan pentingnya melakukan olahraga secara rutin, tidak hanya sebagai pelajaran sekolah yang hanya 1 minggu sekali. Selain dapat menyehatkan tubuh, ternyata dampak olahraga juga akan memberikan dampak positif dalam pembelajaran, seperti meningkatkan kepercayaan serta harga diri, mengurangi tingkat stress yang dapat mengganggu belajar, dan lain sebagainya.

Berikut adalah pernyataan dari berbagai peneliti yang membuktikan bahwa olahraga memberikan efek positif terhadap belajar:

James Pollatschek, Ph.D., dan Frank Hagen, Ph.D., mengatakan, “Anak-anak yang setiap hari terlibat dalam pendidikan fisik memperlihatkan kebugaran motorik, performa akademik, dan sikap terhadap sekolah yang lebih superior jika dibandingkan dengan mereka yang tidak melakukan olahraga harian.”

Angela Balding dalam penelitiannya menyatakan ada kaitan yang pasti antara keaktifan berolahraga sebanyak tiga sampai empat kali dalam seminggu dengan prestasi yang lebih baik di sekolah.

Dalam studinya, Vanves dan Blanshard di Canada mengungkapkan bahwa ketika pendidikan fisik ditingkatkan menjadi sepertiga dari jam sekolah, maka nilai akademik juga meningkat. Di balik semua ini, karena olahraga dapat menurunkan stress, maka terdapat juga efek samping yang berguna. Sehingga, latihan fisik masih merupakan salah satu cara terbaik untuk menstimulasi otak dan meningkatkan pembelajaran.

Mengingat pentingnya olahraga untuk peningkatan pembelajaran, akhirnya saya mencoba menciptakan kebiasaan sebelum melakukan pengajaran, yaitu meluangkan waktu sekitar 10-15 menit untuk aktivitas olahraga bersama sahabat belajar saya. Aktivitas ini dilakukan secara rutin tiap hari, meskipun tanpa kehadiran pengajar (apabila kita sebagai pengajar yang mempunyai keterbatasan waktu bertemu dengan anak). Kita dapat meminta anak untuk melakukannya secara mandiri. Namun apabila anak belum siap mempraktekkan sendiri, maka alangkah baiknya apabila ada dukungan dari keluarga.

Berikut ini adalah beberapa aktivitas fisik yang dapat dilakukan:

### **Melakukan stretching**

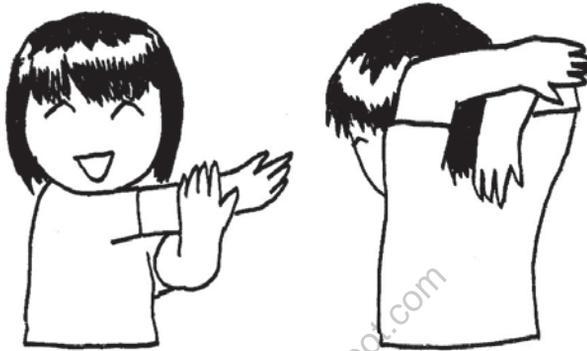
Kegiatan stretching atau peregangan ini sangat diperlukan ketika kita akan melakukan suatu kegiatan fisik. Tujuannya adalah meregangkan dan merelaksasi otot-otot tubuh kita, sehingga pikiran dapat menjadi tenang dan rileks. Apabila hal ini tidak dilakukan akan dapat menyebabkan kekakuan dan kelambanan dalam bergerak dan juga bisa menimbulkan cedera. Lakukan kegiatan ini dengan santai, nyaman dan tanpa menyebabkan rasa sakit.

Beberapa contoh kegiatan stretching yang dapat dilakukan :

- Lakukan peregangan di bagian otot leher dengan cara menahan kepala menghadap ke bawah atau ke atas, lakukan dalam 10 kali

hitungan sebanyak 2 kali. Setelah itu Anda dapat menahan wajah dengan menghadapkan ke kanan atau ke kiri.

- Setelah meregangkan otot di leher, kita dapat melakukan peregangan di pergelangan dan tangan kita. (seperti contoh di bawah ini)



- Kemudian lanjutkan peregangan dari punggung hingga kaki. Intinya adalah membuat keadaan tubuh rileks terlebih dahulu.

### **Melakukan kegiatan olahraga aerobik yang sederhana**

Latihan aerobik memberikan manfaat bagi tubuh kita juga bagi otak kita. Kegiatan olahraga aerobik ini akan membangun stamina dan daya tahan sehingga membuat jantung kita memompa lebih banyak darah yang membawa oksigen ke seluruh otot, organ tubuh, dan otak kita. Banyaknya oksigen yang masuk ke dalam otak ini akan membuat otak menjadi lebih mampu menyerap lebih banyak informasi dan lebih mudah menerima hal-hal baru.

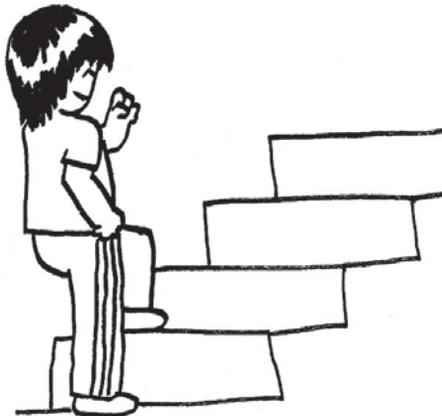
Seorang Psikolog dari Utah, Robert Dustman, Ph.D. mengatakan bahwa pelaku olahraga aerobic menunjukkan perkembangan dalam memori jangka pendek, waktu reaksi yang lebih cepat, dan lebih kreatif daripada yang tidak melakukan aerobik.

Beberapa kegiatan aerobik yang dapat dilakukan adalah dengan berjalan cepat, jogging, berenang, menari, dan sebagainya. Alangkah baiknya kegiatan ini dilakukan secara rutin dan tentunya dengan porsi yang benar.

Saya bersama sahabat belajar saya melakukan kegiatan aerobik yang sederhana dan dapat dilakukan di dalam rumah. Seandainya di rumah ada tangga, kita dapat menggunakannya untuk berlatih aerobik. Contohnya begini:

- Gunakan posisi anak tangga yang paling bawah
- Naikkan kaki kiri anda terlebih dahulu kemudian diikuti kaki kanan naik ke anak tangga yang sama.
- Turunkan kaki kiri terlebih dahulu kemudian diikuti oleh kaki kanan.
- Lakukan kegiatan ini dengan ritme perlahan terlebih dahulu, kemudian bertambah cepat, lalu kembali ke ritme yang lambat kurang lebih masing-masing 4-5 menit.

Apabila di rumah tidak ada tangga, Anda bisa gunakan kursi kecil (tentu saja pilih kursi yang kuat), atau tumpukan buku yang dimasukkan ke dalam kardus, atau apa saja yang kokoh untuk diinjak.



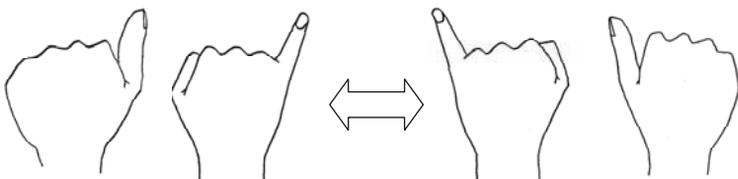
## Mengoptimalkan keseimbangan otak

Beberapa seniman tersohor dunia, seperti Michelangelo membuat banyak pengamat takjub melihat bagaimana ia mengerjakan Kapel Sistine. Michaelangelo mampu memindahkan kuas lukis dari satu tangan ke tangan lain sewaktu bekerja. Leonardo, seorang seniman yang kidal secara alamiah, mempunyai keterampilan dua tangan dan secara berkala berpindah tangan ketika mengerjakan karya-karya besar lainnya. Menurut Profesor Dart tentang pengembangan potensi manusia, "Seimbangkanlah tubuh, seimbangkanlah otak. Masa depan terletak pada manusia yang terampil kedua tangannya!"

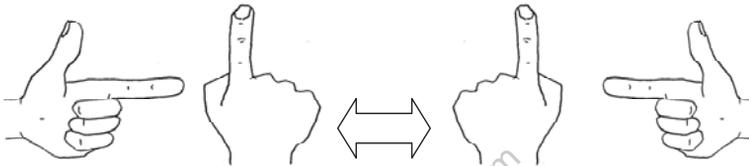
Kita mungkin telah mengetahui bahwa bagian belahan otak sebelah kanan korteks serebral mengendalikan sisi kiri tubuh kita, begitu juga sebaliknya, bagian otak sebelah kiri korteks serebral mengendalikan sisi kanan tubuh. Berikut ini adalah latihan untuk meningkatkan keterampilan dua tangan kita dan mengaktifkan tangan yang kurang dominan.

- Melatih kegiatan menyilangkan secara terbalik  
Cobalah Anda bersendekap! Kemudian perhatikan kedua tangan Anda, apakah tangan kanan ada di atas tangan kiri Anda? Ataukah sebaliknya? Kemudian balikkan posisi tangan anda tersebut dengan dengan cepat. Anda juga dapat melakukan dengan duduk bersila dan merubah posisi kaki secara kebalikan dari biasanya.
- Gunakan tangan kita yang kurang dominan  
Kita dapat melatih tangan kira yang kurang dominan dengan kegiatan sehari-hari, contohnya apabila akan membuka pintu, seandainya Anda sangat terbiasa membuka pintu dengan tangan kanan, sekarang cobalah membuka pintu dengan tangan kiri, rasakan bedanya. Anda dapat juga melakukan pada saat sedang menggosok gigi, memegang cangkir untuk minum, dan sebagainya.

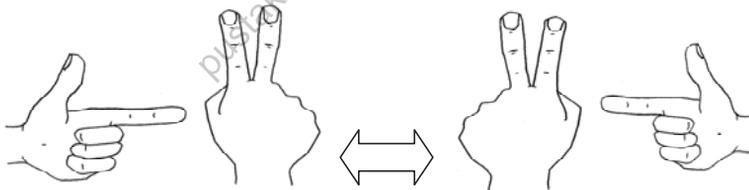
- Menulis dengan tangan yang kurang dominan  
Cobalah melakukan kegiatan menulis dengan tangan yang kurang dominan, pada mulanya akan terasa sulit, tulisan terlihat jelek, namun jangan khawatir, permulaan segala sesuatu selalu sulit apabila belum terbiasa.
- Bermain lempar bola – *juggling* (seperti sirkus)  
Pernahkah Anda melihat seorang badut di sirkus yang memperagakan kemahirannya tangannya dalam melempar bola atau yang disebut *juggling* (Dalam kegiatan ini saya tidak menyarankan Anda untuk menjadi badutnya lho)? Untuk mengoptimalkan keseimbangan otak, kita dapat berlatih melempar bola dengan *juggling*, lakukanlah secara perlahan mulai dari menggunakan 1 bola terlebih dahulu untuk membiasakan kedua tangan Anda, kemudian tingkatkan menjadi 2 bola, jika Anda sudah menguasainya, Anda dapat menggunakan 3 bola, dan seterusnya.
- Melakukan pelatihan fokus melalui jari-jari kita  
Ini adalah latihan yang sederhana dengan menggunakan jari-jari kedua tangan kita. Untuk latihan pertama, genggam kedua telapak tangan kemudian angkat jari jempol tangan kiri anda dan jari kelingking tangan kanan anda, angkatlah secara bersamaan. Kemudian ganti posisinya, tangan kiri Anda mengangkat jari kelingking dan tangan kanan Anda mengangkat jari jempol, lakukan demikian seterusnya dengan cepat (perhatikan gambar di bawah ini).



Untuk latihan sederhana berikutnya, posisikan tangan kiri dengan posisi seperti "menembak", kemudian untuk tangan kanan, anda dapat memposisikan dengan membentuk angka satu, lakukanlah secara bersamaan. Berikutnya tukar posisinya, yaitu tangan kiri anda diposisikan seperti membentuk angka satu dan tangan kanan dengan posisi seperti "menembak", lakukan kegiatan ini dengan serempak dan cepat (perhatikan gambar di bawah ini).



Jika anda telah menguasai dengan baik, maka kita bisa melakukan variasi berikutnya. Yaitu rubahlah tangan yang membentuk angka satu menjadi angka dua. Lakukan demikian seterusnya (perhatikan gambar di bawah ini).



Tentu saja meskipun kegiatan ini terlihat sangat sederhana, namun beberapa orang merasakan kesulitan pada awalnya, namun dengan latihan secara berulang-ulang dan penuh kesabaran, saya yakin setiap orang akan dapat menguasainya dengan sangat baik.

Masih banyak variasi-variasi lain yang bisa dikembangkan untuk pelatihan fokus ini. Namun inti dari latihan untuk menyeimbangkan otak ini adalah menggerakkan bagian tubuh kita sebelah kanan dan kiri secara

berlawanan atau menyilang. Lakukanlah kegiatan-kegiatan tersebut dengan keadaan yang rileks dan santai.

Kondisi tubuh, pikiran dan otak merupakan satu kesatuan yang tidak bisa dipisahkan dalam upaya peningkatan performance belajar. Jika kondisi tubuh sehat dan bugar, maka suasana pembelajaran yang fun & Happy dapat terlaksana secara maksimal dibandingkan jika tubuh kita tidak dalam kondisi yang baik.

## 6.5. A Friend

Perubahan positif telah terjadi pada anak. Sekarang ia telah mempunyai keyakinan yang tinggi terhadap dirinya, mempunyai mental yang positif terhadap belajar, nilai-nilai pelajaran pun semakin meningkat. Namun yang perlu kita perhatikan adalah bahwa sehebat-hebatnya anak, sepintar-pintarnya anak, pada suatu saat dalam hidupnya, ia akan mengalami suatu cobaan ataupun kejadian yang memberikan suatu "pukulan telak" dalam hidupnya, sehingga ia akan merasakan "jatuh".

Kejadian tersebut bisa berawal dari berbagai permasalahan, bisa dari permasalahan teman, pacar, kehilangan barang kesayangan, kegagalan yang sangat menyakitkan, dan masih banyak lainnya yang terkadang bagi kita merupakan hal yang sepele, tetapi tidak demikian bagi anak.

Peristiwa-peristiwa seperti inilah yang merupakan peristiwa penting yang nantinya menjadi pelajaran hidup bagi anak agar ia bisa menjadi lebih bijak dan dewasa dalam kehidupannya kelak. Namun jika ternyata anak tidak siap menghadapinya, ataupun menanganinya dengan tidak tepat, justru peristiwa ini dapat mengakibatkan suatu trauma bagi anak yang dapat merusak kepercayaan diri ataupun harga dirinya, dan tentunya dapat berpengaruh terhadap *performance* belajarnya.

Oleh karena itu, agar peristiwa-peristiwa seperti ini dapat teratasi dengan tepat, mari kita simak cerita-cerita di bawah ini:

Tidak seperti Lewis (atlet lomba lari yang memenangkan 10 medali olimpiade), Derek Redmond mungkin bukanlah seorang pelari yang menorehkan namanya di Olimpiade. Namun yang dilakukan Derek dan ayahnya (Jim Redmond) pada Olimpiade di Barcelona pada tahun 1992 membuat banyak orang terkagum-kagum. Seperti apa kisahnya?

Derek Redmond mengikuti lomba lari 400 meter di Barcelona, moment ini merupakan *moment* yang paling dinanti-nantikan. Pertandingan dimulai, Derek pun berlari sekuat tenaga. Namun 175 meter sebelum garis finish, terjadilah suatu *accident*, Derek berlari sambil memegang sebelah paha kaki, lalu kemudian ia pun jatuh tersungkur di tanah.

Dalam lomba lari itu, Derek Redmond sadar bahwa impiannya untuk merebut medali Olimpiade telah hilang, ia pun menitikkan air matanya. Para *crew* medis tiba untuk menolongnya, namun Derek menolak, ia berpikir bahwa ia harus menyelesaikan pertandingannya apapun yang terjadi.

Kemudian sebuah momen yang akan selalu hidup dalam ingatan jutaan manusia, Derek Redmond berusaha bangkit dan berlari meskipun ia dalam keadaan terpincang-pincang dan sangat lambat, sedangkan pelari yang lain telah selesai mencapai finish. Tiba-tiba semua orang menyadari bahwa Derek Redmond tetap berada di jalur lomba tersebut, ia berlari menggunakan 1 kaki. Penonton terkesima melihat perjuangan Derek Redmond tersebut lalu lambat laun terdengar suara sorakan penonton yang makin keras.

Tiba-tiba Jim Redmond (ayah Derek Redmond) turun dari tribun penonton mendekati anaknya yang sedang berlari diikuti dua orang

petugas keamanan yang mengejar Jim. Jim pun berteriak, “Itu anak saya di sana dan aku akan menolongnya!!”

Setelah dekat pada putranya, yang menolak untuk menyerah, Jim memeluk Derek dan berkata, “Aku di sini anakku, kita akan selesaikan pertandingan ini bersama-sama.” Derek merangkulkan tangannya ke pundak ayahnya.

Bersama-sama bahu-membahu ayah dan anak menyelesaikan pertandingan tersebut. 65.000 penonton yang hadir bersorak, bertepuk tangan dan menangis terkesima melihat perjuangan anak dan ayahnya.

Dalam cerita Derek Redmond yang luar biasa ini saya menyimpulkan bahwa setiap anak ada saatnya mengalami kejadian yang membuat ia “jatuh”, namun tugas kita sebagai pendidik ataupun orang tua adalah memberikan dukungan kepada anak. Masih ingat dalam benak saya, dukungan orang tua kepada diri saya dalam beberapa kejadian dalam hidup saya. Seperti kasus yang benar-benar membuat “jatuh” berikut ini:

### **Gitar yang Hilang**

Saya mempunyai seorang sahabat, sebut aja namanya Rudy. Selain sahabat, Rudi adalah guru gitar saya ketika masih kelas 2 SMU. Suatu hari Rudi datang ke rumah saya pada malam hari dan ia mengatakan kepada saya bahwa ia hendak manggung pada hari Minggu. Karena saya merasa bahwa Rudi adalah sahabat saya, maka saya pinjamkan gitar kesayangan saya pada Rudi.

Selang beberapa hari kemudian saya hendak mengambil kembali gitar saya tersebut di tempat Rudi. Pada saat itu Rudi mengatakan bahwa gitar saya sedang dibawa oleh temannya di kampus. Saya sih percaya-percaya saja dan kemudian kami janji lagi untuk mengambil gitar dikemudian hari.

Pada hari yang dinantikan ternyata gitar saya belum juga dikembalikan. Saya bertanya kepada Rudi lagi, apakah gitar saya bisa saya ambil? Rudi mengatakan bahwa mungkin gitarnya di kampus, dan akhirnya kami berdua menuju kampus tersebut. Kami mencari ke sana kemari tapi tidak menemukan teman Rudi yang meminjam gitar saya. Keadaan tersebut membuat saya cukup kecewa karena belum bisa bertemu lagi dengan gitar kesayangan saya itu. Akhirnya saya mengatakan kepada Rudi bahwa kalau bisa dia secepatnya mengambil gitar saya tersebut dari temannya.

Beberapa hari kemudian saya kebetulan main ke studio musik yang berlokasi tidak jauh dari rumah Rudi. Saya pun menceritakan perihal gitar saya yang dipinjam oleh Rudi. Mendengar hal itu teman saya yang berada di studio itu cukup kaget, dan mengatakan kepada saya bahwa hati-hati dengan Rudi karena seringkali ia pinjam barang orang lalu kemudian dia hilangkan. Oleh karena itu teman di studio musik itu meminta saya untuk membuat surat “segel” untuk Rudi yang berisi perjanjian bahwa dalam waktu 1 minggu gitar saya harus dikembalikan atau saya menyita sepeda motor si Rudi.

Ketika bertemu dengan Rudi, saya sodorkan perjanjian itu, dan ia pun menyetujui dan menandatangani surat segel tersebut. Waktu semakin berjalan dan 3 hari lagi adalah *deadline* perjanjian segel tersebut. Pada waktu itu Rudi datang dan akhirnya mengaku bahwa gitarnya dia gadaikan dan sampai sekarang ia belum bisa menebus kembali gitar tersebut. Mendengar hal itu saya pun sangat kecewa, marah, dan sedih karena ditipu oleh sahabat saya sendiri. Seringkali saya tidak masuk sekolah tanpa sepengetahuan orang tua, datang sekolah terlambat, tidak pernah memikirkan tugas sekolah, dan akhirnya guru BP memanggil saya dan menanyakan masalah yang terjadi.

Karena beberapa hari ini tingkah laku saya agak aneh, maka orang tua

saya menjadi curiga, dan mereka mulai menanyakan apa yang sedang terjadi. Saya tidak tahan menyimpan kejadian tersebut, akhirnya saya bercerita. Baru sedikit bercerita ibu saya langsung berkomentar, “Kamu sih... gitu kok dipinjamkan, makanya kalo gitu jangan dipinjam-pinjamkan... bla-bla-bla” (wah jadi tambah kena marah deh!! Udah jatuh, ketimpa tangga pula). Namun hal yang sangat menyentuh hati saya adalah ketika papa saya mengatakan, “Tenang aja Za, bahwa dalam hidup memang seringkali terjadi seperti ini, jadi ini bisa menjadi pelajaran bagi kamu. Sekarang kamu sama papa akan mengambil gitar tersebut ya. Papa dukung kamu!” Mendengar hal tersebut hati saya merasa sangat-sangat berterima kasih kepada papa. Ternyata saya mempunyai seseorang yang mendukung saya dalam keadaan sulit!! Beberapa hari berselang setelah melalui negosiasi yang panjang, akhirnya gitar kesayangan saya itu kembali kepada saya.

Tentunya ketika gitar itu telah kembali, pikiran saya pun menjadi kembali tenang, kecemasan itu telah hilang, sehingga saya dapat fokus kembali ke sekolah saya.

## **Phobia Hantu**

Satu cerita lagi yang benar-benar membuat saya merasa sangat didukung adalah ketika pertama kali mengalami trauma hantu. Wah jika mengingat kejadian tersebut saya benar-benar merasakan bagaimana menjadi orang phobia.

Cerita ini bermula saat saya ikut serta dalam menenangkan orang yang sedang dilanda “kesurupan” (katanya orang-orang begitu). Pertama kali ini saya melihat dengan mata kepala sendiri. Wah serem boo!! (Tapi tenang saja, saya tidak akan menceritakan betapa seremnya, karena buku ini bukan buku horror... hehehehe!!). Sejak pulang dari kejadian tersebut, seringkali saya terngiang-ngiang sehingga sampai takut memejamkan mata,

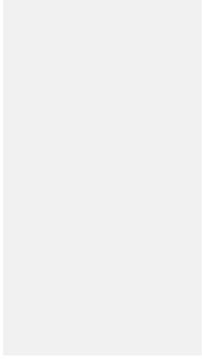
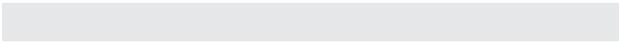
karena takut ketika saya setelah menutup mata dan kemudian membuka mata saya lagi ternyata sudah ada tampang “itu” di depan saya... Waaaaah!! Heeeelllllp!! Saya merasakan sendiri bagaimana tidak bisa tidur hingga tiga hari! Wuih!! Pusing tapi gak bisa istirahat!!

Ketika tubuh kita kurang istirahat, mental kita terganggu, bisa dibayangkan apa yang terjadi dengan kuliah saya. Ya tentu saja, pada kondisi seperti itu saya sudah tidak bisa lagi memikirkan dengan baik tugas-tugas perkuliahan yang ada.

Melihat hal akhirnya orang tua saya menawarkan untuk tidur bersama. Wah bisa dibayangkan udah badan segedhe ini masih tidur bersama orang tua!! Dan untungnya berkat dukungan kedua orang tua saya akhirnya mental saya bisa pulih kembali dan tentunya sekarang sudah tidur sendiri lagi lho hahahaha.... *thank u my parent* 😊

Dari ketiga cerita di atas saya ingin menyampaikan bahwa kadangkala anak pernah merasakan kecewa, sedih dan “jatuh” dalam menghadapi permasalahan dalam kehidupan ini. Ketika saat-saat seperti itulah, bukan kata-kata nasehat apalagi kemarahan-kemarahan yang dibutuhkan, karena hal itu hanya akan membuat diri anak merasa lebih “jatuh” lagi dan tentunya perasaan “jatuh” tersebut semakin mengakibatkan ketidakberdayaan diri mereka, yang dapat berdampak dalam *performance* sehari-hari mereka. Oleh karena itu sangat diperlukan adanya dukungan orang tua (yang terutama) atau kita sebagai pengajar yang berperan sebagai teman yang mau mendengarkannya, mau berjuang bersama-sama dengan anak, dan menuntunnya kembali hingga anak bisa pulih dan “berlari” lagi.

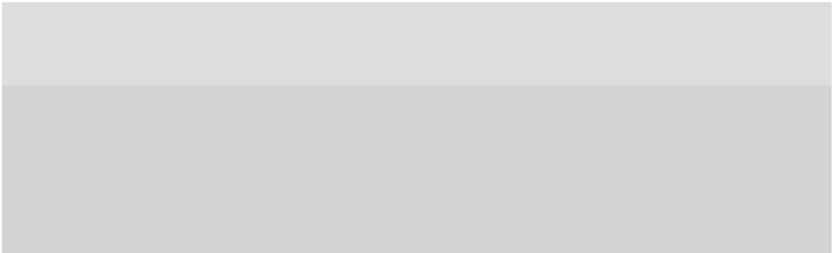




SEASON 7

# Bagaimana Membuatnya Konsisten?

[pustaka-indo.blogspot.com](http://pustaka-indo.blogspot.com)



---

# Bagaimana Membuatnya Konsisten?

---

Banyak peserta dalam workshop saya menanyakan “kalau seandainya belajar sudah sangat *FUN*, kemudian bagaimana membuat anak mau terus belajar secara konsisten? Dalam pengalaman saya, untuk membuat kita ataupun anak menjadi konsisten untuk melakukan suatu tindakan, kita dapat menggunakan sebuah *Goal Setting*. Jika mengetahui tujuan-tujuan kita, maka akan membuat kita menjadi lebih bersemangat untuk dapat mencapainya. Namun perbedaannya untuk yang kali ini saya menggunakan *Goal Setting* untuk anak-anak. Dalam pembuatan *Goal Setting* ini saya sangat terinspirasi oleh film Don Quixote.

Pernahkah Anda menonton film “Don Quixote”? Saya akan menceritakan secara sekilas mengenai film tersebut. Film ini ber-setting abad pertengahan dimana diceritakan ada seorang kakek ingin menjadi seorang ksatria berbaju besi yang dapat menyelamatkan seorang putri dan melawan para monster seperti yang ada didalam dongeng-dongeng.

Hal tersebut sudah menjadi cita-citanya sejak kecil. Mendengar keinginan tersebut, pihak keluarganya sangat kaget dan menertawakan keinginan Don Quixote ini. Yang pertama kali membuat mereka merasa aneh adalah karena dengan usia saat ini seharusnya Don Quixote menikmati kegiatan di rumah saja, dan yang kedua: mana ada monster itu?? Itu hanya di dalam dongeng. Namun karena ambisi yang sangat besar untuk menjadi seorang ksatria, maka Don Quixote menyiapkan dirinya dengan cara memakai baju besi ksatria, menaiki seekor kuda, dan mengajak tetangganya yang bernama Sancho untuk ikut berpetualang bersama dirinya.

Petualangan pun dimulai. Saat dalam perjalanan, Don Quixote dan Sancho tiba di daerah penuh dengan kincir angin yang sedang berputar. Suatu keanehan pun terjadi, Don Quixote yang sangat berambisi menjadi

ksatria yang dengan perkasa akan memberantas para monster itu melihat kincir angin tersebut berubah menjadi raksasa yang sedang memutar-mutar gada yang besar! Sancho pun sangat kebingungan, karena ia hanya melihat sebuah kincir angin yang berputar, bukan raksasa. Namun Don Quixote tetap yakin bahwa itu adalah raksasa.

Pertarungan pun dimulai, Don Quixote mulai melarikan kudanya ke arah monster tersebut (yang sebenarnya memang sebuah kincir angin). Ia menusukkan pedangnya ke kincir angin yang sedang berputar sehingga tubuh Don Quixote pun ikut berputar bersama kincir angin tersebut. Tak lama kemudian jatuhlah Don Quixote ke tanah. Bukannya menyadari bahwa itu memang kincir angin, Don Quixote beranggapan bahwa seorang penyihir merubah raksasa itu dan menjadikan kincir angin agar ia tertipu.

Petualangan Don Quixote dan Sancho pun berlanjut. Setelah melakukan perjalanan yang cukup jauh akhirnya mereka beristirahat di sebuah bukit. Tiba-tiba Don Quixote melihat ada tentara kerajaan yang datang dan akan bertarung. Mendengar hal tersebut, Sancho sangat terheran-heran, karena yang ia lihat sesungguhnya hanyalah penggembala domba sedang menggiring domba-dombanya yang banyak. Namun sekali lagi Don Quixote beranggapan lain, ia mulai mengambil posisi untuk perang dan siap untuk mengalahkan sepasukan tentara tersebut (yang sebenarnya adalah sekumpulan domba). Spontan saja kawanan domba tersebut berhambur lari, melihat hal itu Don Quixote menganggap dirinya telah menang dan berhasil mengusir tentara-tentara tersebut.

Singkat cerita akhirnya Don Quixote telah sadar dari ambisinya dan ia kembali kepada keluarganya untuk menikmati masa-masa tuanya. Seorang keponakan kesayangannya mengatakan kepada Sancho bahwa dulu ia dan keluarganya selalu melarang Don Quixote untuk berpetualang tetapi ia

telah sadar bahwa petualangan tersebut memberikan dampak besar yang mengesankan bagi Don Quixote, menurutnya paling tidak Don Quixote telah melakukan petualangan yang luar biasa dalam hidupnya daripada hanya menghabiskan waktunya dalam rutinitas sehari-hari yang membosankan.

Saya ingat ketika masih duduk di bangku sekolah dulu, saya begitu jenuh harus mengikuti pelajaran dari pagi sampai sore, belum lagi ditambah kursus tambahan, hingga pulang jam 6 sore. (Wah bersyukur sudah lewat masa-masa itu... hehehe..)

Begitu juga dengan sahabat-sahabat belajar saya, mereka terkadang mengalami kejenuhan untuk mengejar tiap-tiap bab pelajarannya. Oleh karena itu saya ingin merubah emosi mereka yang jenuh tersebut dengan sebuah petualangan yang menantang serta mengasyikkan!

Seperti di dalam film Don Quixote, apabila kita melihat mata pelajaran matematika, IPA, IPS seperti apa adanya ya begitu-gitu aja deh (apalagi untuk anak-anak yang sudah jenuh), tidak ada sesuatu yang menarik! Maka saya bersama sahabat belajar membuat peta petualangan bersama agar perjalanan menguasai bab-bab mata pelajaran tersebut menjadi sangat menarik. Contoh peta petualangan dapat Anda lihat pada gambar "Petualangan Bayou".

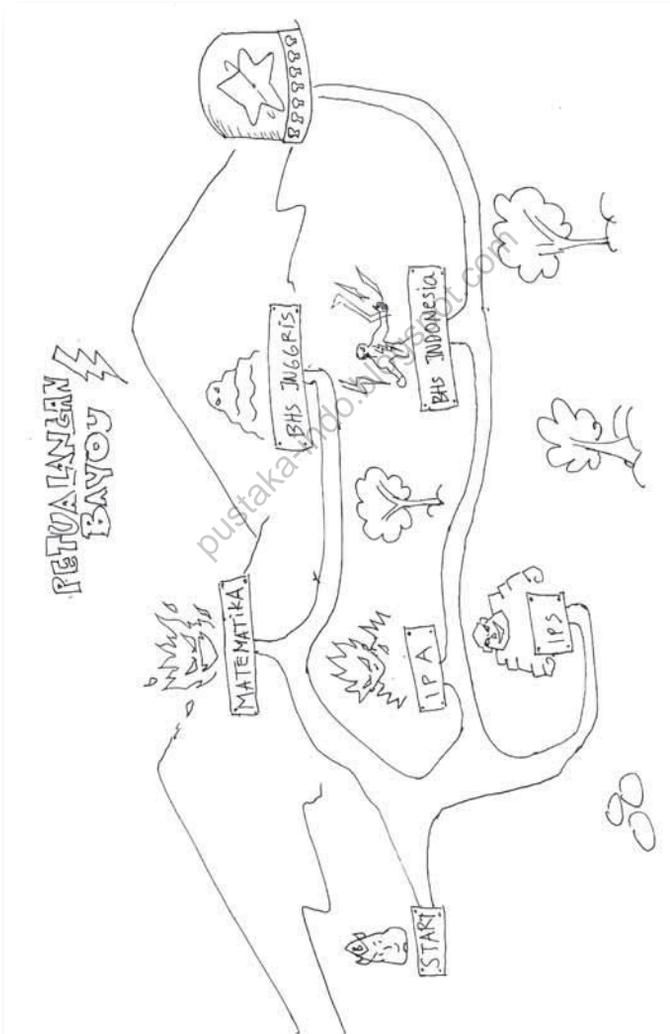
Berikut adalah langkah-langkah untuk membuatnya :

1. Penting sekali dalam membuat peta tersebut Anda melibatkan anak juga. Jadi yang digunakan adalah imajinasi bersama, bukan hanya imajinasi Anda! Karena dengan membuat bersama maka akan ada rasa memiliki pada anak.
2. Biarkan anak yang tentukan judul tema petualangannya. Apabila anak tidak memiliki ide untuk judulnya, maka Anda bisa memberikan masukan-masukan, seperti "Bagaimana kalau judulnya Ksatria Bayu? Atau Petualangan Bayu?"

3. Biarkan anak tentukan bagaimana bentuk tokoh utamanya. Bisa juga Anda berikan pilihan-pilihan pakaian yang dikenakan, atau senjata yang dipakai.
4. Tentukan finish yang akan dituju. Tanyakan kepada anak, kira-kira apa hasilnya, tokoh ini akan mendapatkan apa? Apa yang diperebutkan? Dalam pengalaman saya, anak pada umumnya ingin mendapatkan harta karun, pedang sakti, atau bintang.
5. Tentukan bersama anak hambatan-hambatan yang akan dilalui untuk dapat mencapai tujuan yang diinginkan tokoh utama. Biasanya yang saya lakukan adalah menentukan “tokoh-tokoh musuh” yang harus dilalui, contohnya “Oke... untuk mendapatkan bintang ini ksatria harus mendapatkan tujuh kunci ajaib yang di pegang masing-masing raja, kira-kira ada raja apa saja?” Pada awalnya anak mungkin masih bingung, kalau ini terjadi Anda bisa memberikan masukan “Bagaimana kalau raja api?” setelah itu coba anak yang tentukan raja-raja berikutnya.
6. Setelah tokoh-tokoh musuh yang hendak dilalui terdefiniskan, selanjutnya adalah menentukan mata pelajaran pada masing-masing tokoh musuh. Contohnya, raja api ini yang menjaga matematika, raja air yang menjaga Bahasa Indonesia, raja lumpur ini yang menjaga IPA (biarkan anak ikut menentukan).
7. Tentukan nilai untuk setiap mata pelajaran sebagai syarat mengalahkan masing-masing tokoh musuh tersebut, contohnya raja Api ini akan kalah kalau matematika dik Bayou dapat nilai berapa? (coba biarkan anak yang mengambil keputusan, dari hal ini kita dapat melihat keyakinan anak terhadap mata pelajaran tertentu. Apabila ia merasa tidak yakin dengan mata pelajaran tertentu maka biasanya anak tidak berani memasang target tinggi. Tetapi itu sah-

sah saja, karena setelah anak bisa mencapai target yang ia tentukan maka kepercayaan dirinya akan menjadi tinggi dan timbul keyakinan dalam dirinya).

8. Setelah peta telah jadi, Biarkan anak memberi warna pada peta tersebut. Peta juga bisa ditempel di tempat yang mudah terlihat.



Efektifitas Strategi ini sangat luar biasa!! Setelah membuat peta petualangan dengan salah satu sahabat belajar, beberapa hari kemudian saya menelpon ibunya untuk menanyakan bagaimana keadaan anak tersebut. Ibu itu berkata, “Wah Kak Reza, anaknya sekarang jadi semangat belajar sendiri. Dia sekarang mempunyai motivasi untuk bisa mencapai nilai yang ia tentukan sendiri dalam gambarnya, kalau ia belum bisa mencapai nilai itu ia belum puas.” Wah senang sekali mendengar hal tersebut.

Ketika beberapa waktu kemudian saya mampir kerumahnya, dengan semangat anak tersebut bertemu dengan saya, “Hahaha Kak saya bisa mengalahkan raja Api lho! Nilai matematikaku dapat 9!” dengan bangga anak tersebut sambil menunjukkan nilai matematikanya kepada saya, “Kakayo kita buat peta gambar lagi” ujarnya kemudian.

Sahabat belajar saya yang lainnya, sebut saja Farid sangat semangat sekali untuk bisa mengalahkan tokoh-tokoh musuh yang tertempel di tembok meja belajarnya. Sampai dalam doa'nya ia mengungkapkan ingin bisa mengalahkan “raja Besi” (salah satu tokoh musuh dalam petanya). Setelah pelajaran akan dimulai, saya selalu menanyakan, “Sudah siap melawan raja besi hari ini?” “Sudah siap!!” jawabnya dengan penuh semangat.

Bagi anak-anak yang akan menginjak masa remaja, kemungkinan peta “Petualangan Bayou” kurang menarik lagi bagi mereka. Karena faktor usia, mereka menganggap diri mereka sudah lebih dewasa dan tidak terlalu ingin terlihat seperti anak kecil dengan gambar-gambar ini. Namun tentu saja, kita dapat memodifikasi peta tersebut sesuai dengan apa yang diharapkan oleh anak.

Untuk anak yang lebih dewasa saya lebih cenderung menggunakan peta yang lebih terlihat formal, seperti peta “My Success Road”.

Peta “My Success Road” di bawah ini adalah peta yang saya juga pakai untuk diri saya pribadi (sampai sekarang saya masih pasang di tembok

kamar saya) dan saya gunakan untuk sahabat-sahabat belajar yang remaja atau lebih dewasa. Kelebihan dalam peta ini, kita dapat memantau perkembangan kita dari tiap tahun dan tiap bulannya. Dalam peta ini kita juga dapat mengetahui atau mengevaluasi apakah kegiatan-kegiatan yang dilakukan mengarah pada cita-cita yang diinginkan.

Keefektifan penggunaan peta “My Success Road” ini sangat luar biasa bagi kehidupan saya, hingga sekarang saya telah mencapai 80% perubahan, dan cita-cita yang saya tuliskan juga banyak yang telah terwujud (Saya merekomendasikan rekan-rekan untuk mencobanya juga!).

Berikut adalah langkah-langkah untuk membuatnya :

1. Langkah pertama, Anda dapat melihat kolom-kolom nama bulan di bagian atas. Disana tertulis Now yang berarti saat ini, kemudian Jan yang berarti bulan Januari, Feb yang berarti bulan Februari, dst. Hingga kolom yang terakhir tertulis Fut yang berarti Future atau masa depan. Untuk mengisinya, anak bisa menentukan terlebih dahulu keinginan-keinginannya di masa depan dan anak bebas menentukannya sendiri. Sebagai contoh, sahabat belajar saya menuliskan di kolom future adalah menjadi seorang dokter. Untuk kolom Now, adalah posisi yang menunjukkan dimana anak saat ini, seperti saat ini masih kelas 3 SMP.
2. Langkah berikutnya, lihat kotak di tengah-tengah peta tersebut yang terdapat angka tahun seperti 2009, 2010, 2011, dan 2012. Kotak-kotak ini adalah tempat bagi anak untuk menuliskan harapan dan cita-citanya tiap tahun, yang merupakan tahap demi tahap usaha untuk mencapai harapannya dimasa depan Contohnya, kalau sahabat belajar saya ingin menjadi dokter, maka ia harus bisa masuk SMU Z dengan danem 45, karena SMU tersebut akan memperbesar peluangnya untuk dapat masuk ke fakultas

kedokteran. Dia akan membuat *rundown*-nya ditahun 2009 ini, misalnya harus mendapatkan nilai matematika 9, Bahasa Inggris 9, dst.

3. Setelah kotak future dan kotak tahun terisi, maka anak bisa mengisi kolom-kolom bulan. Untuk mengisi kolom bulan ini, dapat digunakan kertas-kertas kecil yang ditempel di masing-masing kotaknya atau juga dapat menggunakan kertas "Posh-it". Nah cara mengisinya begini, apabila sekarang tahun 2010, maka anak bisa membuat *rundown* rencana-rencananya dalam mencapai cita-cita ditahun 2010 dengan lebih spesifik ditiap bulannya. Sebagai contoh, apabila anak ingin mendapatkan nilai 9 pada ujiannya, maka ia dapat menuliskan: menguasai rumus-rumus bangunan, serta mendapatkan nilai 9,5 untuk ulangnya, dst. Apabila tahun telah berganti, maka kertas yang ditempel untuk rencana bulan tahun lalu dapat dilepas dan dapat digantikan dengan rencana-rencana tiap bulan ditahun yang baru.
4. Setelah semuanya telah terisi, dapat dilanjutkan dengan mengisi kotak-kotak di bawahnya, yaitu kotak keterampilan. Di kotak ini anak menuliskan keterampilan-keterampilan yang telah dimiliki hingga saat ini, contohnya untuk mendapatkan nilai matematika yang tinggi, anak dapat menuliskan bahwa hingga saat ini ia sudah mempunyai keterampilan menguasai rumus-rumus volume bangunan dengan baik, sudah menguasai konsep perkalian dan pembagian dengan baik, dan sebagainya. Jika anak mempunyai keterampilan lainnya, juga dapat dimasukkan ke dalam kolom tersebut, seperti misalnya anak mempunyai keterampilan komputer.

<b>MY SUCCESS ROAD</b>																			
NOV	JAN	FEB	MAR	APR	MEI	JUN	JUL	AGS	SEP	OKT	NOV	DES	FUT						
Kelas 2 SMP	Belajar Mat bab 7	Dapat nilai 3,000,000	Dapat nilai 9 Bhs Inggris	Menguasai IPA bab 8,	Try out lulus, min. nilai 9	Try out lulus, min. nilai 9	UJAS	Les Bhs Inggris.	Ikut lomba mading	Ikut drama sekolah	Uji TOEFL	Ikut public speaking	Jadi dokter						
<p>2009: Masuk SMP 2, danem 45</p> <p>2010: Juara kelas (min. Juara 2) TOEFL 500</p> <p>2011: Juara kelas TOEFL 600</p> <p>2012: Masuk kelas kedokteran</p>																			
<b>Keterampilan</b>				<b>Sumber daya</b>				<b>REKREASI</b>				<b>Hambatan</b>				<b>Yg dibuang</b>			
Menguasai komputer Menguasai Bahasa Inggris Menguasai Matematika				Tanya guru les, LBB Ada Kakak, bisa Tanya-tanya				Nonton film Baca komik Main game 1 minggu 1x				Kurang menguasai bahasa Inggris Kurang percaya diri				Kurang percaya diri Suka menunda ngerjain PR			

Untuk kolom sumber daya, anak dapat menuliskan siapa saja orang-orang atau lembaga yang dapat membantu anak mencapai tujuannya tersebut. Apabila anak kurang menguasai bidang yang ingin ia kuasai, maka anak dapat bertanya kepada orang tua, saudara, teman atau pun LBB yang ia ikuti untuk mendapatkan sumber informasi yang dibutuhkan.

Kemudian di kolom rekreasi, anak dapat menuliskan kegiatan apa yang akan dilakukan untuk dapat mengembalikan motivasinya, karena kadang kala motivasi tersebut dapat turun (meskipun hanya sesaat). Anak boleh saja mengisi kolom rekreasi dengan menonton bioskop, bermain game Playstation di hari Sabtu, dan sebagainya.

Pada kolom hambatan, anak dapat mengisi hambatan-hambatan apa yang ada untuk mencapai cita-citanya, bisa hambatan dari luar atau dari dalam dirinya.

Kemudian untuk kolom yang terakhir, kolom "Yang Dibuang" adalah diisi dengan kebiasaan-kebiasaan negatif yang perlu "dibuang" dari dalam diri anak.

Pengisian langkah-langkah dalam peta "My Success Road" di atas hanyalah gambaran umum dan sebagian contoh kecil saja. Tentu saja anda dapat menambahkan banyak hal ke dalam peta sukses sesuai dengan harapan dan keinginan masing-masing anak.

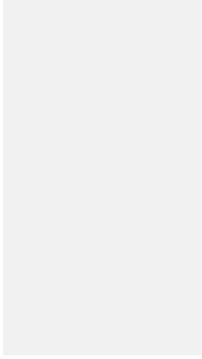
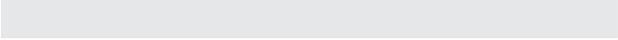
*Goal Setting* yang telah kita siapkan ini, sebaiknya ditempel di kamar anak. Agar setiap hari anak teringat dengan cita-cita dan tujuan hidup yang ia harapkan. Ketika ia sedang merasa down atau jenuh, dengan melihat peta "My Success Road" tersebut, anak akan menyadari bahwa banyak hal yang masih bisa di kejar.

Sebuah riset yang dilakukan pada lulusan MBA di Harvard Business School telah membuktikan pentingnya penulisan tujuan hidup yang dituliskan secara spesifik. Riset ini dilakukan pada tahun 1929 sampai

1989. Hasilnya menyatakan bahwa 13% responden yang memiliki tujuan hidup yang jelas namun tidak dituliskan memiliki penghasilan dua kali lipat dibandingkan dengan 84% responden yang tidak memiliki tujuan hidup.

Yang lebih luar biasa biasa lagi, 3% responden yang memiliki rencana kehidupan yang jelas, spesifik, dan tertulis memiliki penghasilan rata-rata 10 kali lipat dibandingkan dengan 97% responden.

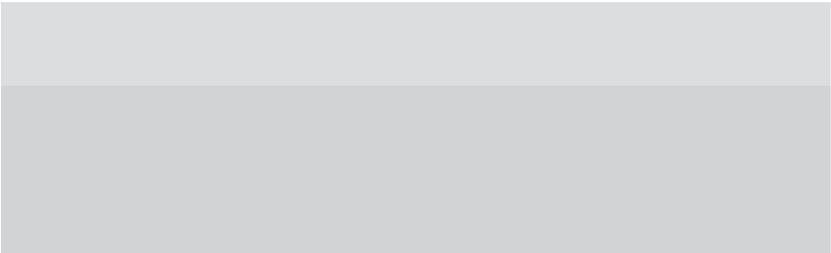
*pustaka-indo.blogspot.com*



SEASON 8

# Beberapa Strategi “Fun Learning”

[pustaka-indo.blogspot.com](http://pustaka-indo.blogspot.com)



---

# Beberapa Strategi “Fun Learning”

Jika Anda merasa kesulitan untuk melakukan tindakan seperti yang dilakukan oleh Ron Clark, yaitu menantang murid Anda dengan meminum susu, jangan kaget! Saya juga tidak akan melakukan hal tersebut... karena bagi saya ini cukup sulit juga... namun tenang saja, karena ada beberapa strategi lain yang dapat diterapkan dengan cara yang mudah namun tetap menyenangkan.

Berikut ini adalah strategi-strategi yang sering saya gunakan untuk membuat anak dekat dengan saya sebagai pengajar :

## Balap Bintang

Strategi ini lebih diperuntukkan bagi anak-anak kelas 1-4 SD. Dalam menggunakan strategi ini, kita sebagai pengajar diharapkan mampu “menyamakan frekuensi” dengan minat atau tokoh bintang idola anak. Sebagai contoh, jika anak sangat menggemari tokoh Ben 10 maka paling tidak kita memahami sekilas mengenai tokoh-tokoh dalam cerita tersebut.

Banyak anak yang lebih berminat membahas film kartun daripada membahas materi pelajaran. Oleh karena itu dalam strategi balap bintang ini, kita bisa menggabungkan tokoh-tokoh kartun tersebut dengan materi pelajaran yang hendak dibahas.

Langkah-langkah menggunakan strategi balap bintang adalah :

1. Gunakan mainan yang dimiliki dan digemari oleh anak. Kalau anak mempunyai robot-robotan dan menyukainya, kita bisa menggunakan tokoh tersebut. Tokoh mainan yang digunakan minimal 2 tokoh (1 tokoh untuk jagoan anak, 1 tokoh untuk jagoan kita - biasanya pengajar mendapatkan tokoh yang berperan antagonis... hahaha).

Apabila anak tidak mempunyai mainan, maka kita dapat mengganti tokoh tersebut dengan apa saja yang bisa kita gunakan, yang penting anak menyukainya. Kita dapat menggunakan kertas dan membuat pesawat (sebagai jagoannya), ataupun barang-barang lainnya.

2. Setelah masing-masing mempunyai tokoh bintang atau jagoan, Selanjutnya kita menentukan jalur lomba (anggap saja untuk balapan lari). Kita menentukan garis start dan finish terlebih dahulu.
3. Tempatkan masing-masing jagoan di garis start.
4. Membuat kesepakatan peraturan dengan anak, yaitu apabila anak bisa menjawab soal-soal yang diberikan, maka jagoan anak maju satu langkah. Apabila anak tidak bisa menjawab soal-soal materi yang diberikan, maka pengajar dapat memajukan jagoannya satu langkah. Demikian seterusnya hingga salah satu jagoan sampai di garis finish terlebih dahulu.

Selama saya menggunakan strategi ini, kemungkinan menciptakan belajar yang menyenangkan sangat tinggi, banyak anak sangat menikmati permainan hingga selesai dan menjawab soal-soal yang diberikan dengan sangat baik.

Namun yang perlu ditekankan dalam menerapkan strategi ini adalah pengajar hendaklah menciptakan suasana permainan yang seru, seperti apabila tokoh anak maju satu langkah karena ia bisa menjawab soal yang diberikan, kita dapat berperan sesuai karakter tokoh kita dengan mengatakan, ”Apaaa?? Sasuke (apabila sang anak menggunakan Sasuke, salah satu tokoh dalam film Naruto) bisa menjawabnya??? Oke tunggu sasuke, saya akan mengejar setelah ini... bersiap-siaplah!!” tentunya kita mengucapkan hal ini dengan penuh penjiwaan. Anak pasti akan merasa senang dengan suasana bermain ini.

Hal lain yang perlu dipertimbangkan adalah soal pelajaran yang

diberikan. Apabila soal materi pelajaran yang diberikan terlalu susah bagi anak, dan anak merasa kalah dalam permainan tersebut, ini akan membuat anak tetap putus asa dalam belajar. Oleh karena itu, soal-soal yang diberikan hendaklah yang mudah terlebih dahulu bagi anak sehingga anak mempunyai perasaan yakin dalam memainkan permainan ini, kemudian secara bergantian kita bisa memberikan variasi soal bergantian antara yang mudah dan yang agak susah bagi anak.

Tujuan dalam permainan ini adalah anak mempunyai perasaan mampu mengerjakan soal-soal yang diberikan, serta menciptakan hubungan yang akrab antara kita dengan anak. Apabila anak mempunyai kesan yang menyenangkan belajar bersama kita, maka mengajak anak untuk belajar pada hari-hari selanjutnya akan sangat mudah.

### **Melempar Target**

Strategi ini lebih diperuntukkan anak kelas 1-4 SD. Untuk permulaannya, pengajar dapat membangun suasana dengan berperan sebagai seorang komentator yang ramai.

Langkah-langkah dalam strategi ini adalah :

1. Pengajar mempersiapkan bola-bola plastik yang kecil (jika tidak ada dapat menggunakan kertas-kertas bekas yang diremas-remas hingga berbentuk bola).
2. Pengajar menyiapkan kaleng atau sasaran bola yang dilempar itu.
3. Peserta dan anak membuat kesepakatan permainan, apabila anak dapat menjawab soal-soal yang diberikan, maka ia akan mendapatkan kesempatan untuk melempar 5 bola.
4. Setiap bola yang masuk, akan dihitung 1 poin. Untuk memenangkan permainan ini, anak harus mendapatkan 15 atau 20 poin dalam waktu yang telah ditentukan (+ 15 menit).

Hal yang perlu dipertimbangkan dalam strategi permainan ini adalah,

1. Penggunaan kaleng atau sasaran sebagai target untuk lemparan bola hendaknya tidak terlalu sulit atau terlalu mudah, misalnya ukuran kaleng atau sasaran terlalu kecil atau terlalu besar.
2. Poin yang ditentukan hendaklah sesuai dengan waktu yang diberikan, jangan terlalu cepat atau terlalu lama.

Permainan ini juga dapat melatih motorik anak dan sangat berguna bagi anak-anak yang mempunyai gaya belajar kinestetik, karena dalam menerima materi pelajaran, anak dapat bergerak dengan aktif.

### **Mengingat Kartu**

Strategi ini dapat digunakan untuk segala usia. Untuk permulaannya, pengajar dapat berperan sebagai pembawa acara kuis seperti di TV, dan anak menjadi peserta kuis tersebut sehingga suasana permainan bisa menjadi lebih hidup.

Langkah-langkah dalam strategi ini adalah :

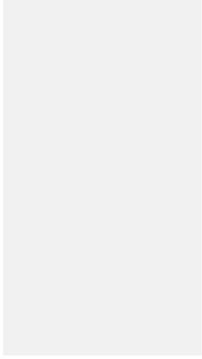
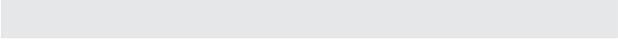
1. Pengajar mempersiapkan kartu-kartu kecil atau kertas kecil
2. Pada masing-masing kartu atau kertas tersebut telah ditulis jawaban-jawaban dari soal-soal yang hendak diberikan. Setiap jawaban dituliskan pada 2 lembar kartu atau kertas.
3. Setiap kartu atau kertas tadi diberikan dalam posisi terbalik atau tertutup sehingga tulisan di kartu tersebut tidak terlihat.
4. Kartu atau kertas disebar rapi dengan posisi sejajar secara horizontal dan vertikal.
5. Pengajar dan anak membuat kesepakatan bersama, yaitu untuk setiap soal yang diberikan anak diminta membuka dua kartu . Apabila pada kedua kartu tersebut tidak tertulis jawaban yang sama maka kartu tersebut akan ditutup kembali dan pengajar akan

membacakan soal selanjutnya. Apabila anak dapat menemukan dua kartu dengan tulisan yang sama dan merupakan jawaban dari soal yang diberikan, maka anak mendapatkan nilai atau score. Demikian seterusnya sampai anak dapat memberikan semua jawaban yang tepat terhadap pertanyaan dalam waktu yang telah ditentukan bersama.

Hal yang perlu dipertimbangkan dalam strategi permainan ini adalah:

1. Soal yang diberikan tidak terlalu banyak atau terlalu sedikit, sehingga anak tidak merasa terlalu sulit untuk mengingat kartu-kartu (karena terlalu banyak) atau kartu terlalu sedikit sehingga anak dapat dengan menyelesaikan permainan ini dengan sangat mudah.
2. Selama berjalannya permainan ini, pengajar diharapkan mampu membangun suasana yang ceria. Apabila anak dapat menemukan jawaban yang tepat dari kartu-kartu tersebut, pengajar dapat memberikan penghargaan dengan melakukan "toss" dengan anak.

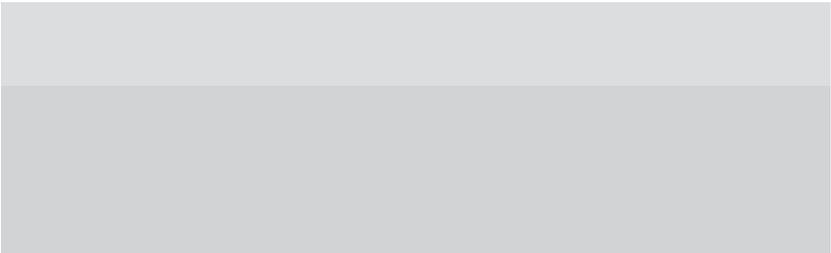
Permainan ini selain membawa suasana yang menyenangkan dalam belajar, juga dapat melihat daya konsentrasi pada anak untuk mengingat kartu-kartu tersebut. Selain itu, dapat juga meningkatkan kepercayaan diri sang anak, karena ia telah dilatih untuk percaya terhadap keputusannya dalam memilih kartu-kartu tersebut.



SEASON 9

# There s a Will, There s a Way

[pustaka-indo.blogspot.com](http://pustaka-indo.blogspot.com)



---

# There s a Will, There s a Way

---

“There’s a will, there’s a way!” sungguh sebuah kata-kata yang selalu menggugah diri saya untuk selalu meyakini bahwa akan selalu ada jalan untuk apa yang kita inginkan. Begitu juga ketika menghadapi keluhan orang tua atau guru tentang sahabat belajar saya. Namun hati saya selalu mengatakan, “Pasti ada caranya!! Pasti ada jalannya!! Pasti anak itu bisa!! Pasti saya belajar sesuatu dari anak itu!!” Karena saya selalu meyakini bahwa ketika kita dipertemukan oleh Tuhan dengan seseorang, pasti ada “maksud atau makna” yang dapat kita pelajari untuk kehidupan kita selanjutnya.

Ternyata memang benar, sejak pertama kali hingga saat ini, pertemuan saya dengan para sahabat belajar saya yang memiliki kasus yang berbeda-beda, membawa begitu banyak perubahan dalam hidup saya. Banyak sekali pelajaran yang saya dapatkan dari mereka dan banyak juga momen-momen indah bersama mereka yang sangat tidak mungkin bisa digambarkan seluruhnya dengan keterbatasan kata-kata dalam buku ini.

Keberhasilan sahabat-sahabat belajar saya membuktikan bahwa tidak ada anak yang “bodoh”, mereka hanya perlu dipahami, mereka hanya membutuhkan orang yang dapat mereka percaya untuk mengungkapkan keresahan mereka, penghambat bagi mereka dan hal-hal yang mereka takutkan. Begitu mereka telah mempercayai kita, maka akan mudah bagi kita untuk mengarahkan mereka sehingga mereka dapat mengembangkan potensi terbaik yang mereka miliki.

Memberikan perasaan bahwa diri mereka berharga adalah hal yang paling utama untuk membangkitkan kepercayaan diri mereka. Dengan kepercayaan diri itulah, mereka akan menjadi kuat dalam menghadapi tantangan-tangan dikemudian hari, dan menjadi kuat untuk dapat berdiri lagi ketika mereka jatuh.

Saya menyadari bahwa ketika menangani berbagai kasus, tentunya kita tidak dapat menggunakan 100% cara yang sama pada setiap anak. Selain mempunyai karakteristik kepribadian, gaya belajar, potensi bakat dan minat yang berbeda-beda, tentunya mereka juga berasal dari latar belakang keluarga serta sekolah yang berbeda-beda pula. Namun justru karena itulah, setiap penanganan yang akan kita lakukan menjadikannya suatu tantangan yang menarik untuk dapat kita atasi.

Masih ingat dalam benak saya, ketika saya masih menginjak bangku kelas 3 SMP. Ketika itu saya sedang belajar gitar dengan seorang guru yang luar biasa, beliau memberikan sebuah materi belajar kepada saya untuk mempelajari tangga nada dasar dalam bermain melodi gitar. Setelah beberapa lama saya pun mulai lancar menguasainya dan menemui guru saya kembali. Dengan bangga saya menunjukkan hasil latihan bermain melodi itu. Mendengar permainan saya tersebut, guru saya pun mengangguk-anggukkan kepalanya sambil mengucapkan “bagus-bagus, sekarang kamu sudah bisa menguasai tangga dasar melodi ini. Nah yang paling penting perlu kamu tanamkan adalah bermain musik itu adalah sebuah seni, musik itu dimainkan dengan hati, seni itu dimainkan dengan emosi, sehingga pendengar dapat merasakan apa yang kamu rasakan... dan yang penting nantinya ciptakan musikmu sendiri!!”

Begitu juga dengan apa yang tertuang dalam buku ini, langkah-langkah yang digambarkan dalam buku ini, saya harapkan dapat menjadi suatu “tangga nada dasar” dalam menangani anak-anak yang kurang termotivasi belajar sehingga menjadi keranjang belajar yang tentunya dapat Anda kembangkan atau diimprovisasi lagi sesuai dengan hati dan gaya kita masing-masing.

Besar harapan saya, segala hal yang didapat dari buku ini dapat langsung dipraktekkan. Sebuah pengetahuan hanya akan menjadi sebuah

pengetahuan saja tanpa ada manfaatnya sebelum kita mempraktekkannya. Seperti yang pernah dikatakan oleh teman saya, “Tidak perlu menjadi hebat untuk memulai, namun hanya perlu memulai untuk menjadi hebat.”

Akhir kata, saya ingin mengucapkan selamat mencoba dan mempraktekkan apa yang telah Anda dapatkan dalam buku ini.

*pustaka-indo.blogspot.com*

## BIBLIOGRAFI

- Angel, D., et al & Schachter, S. (2002). *Door to Door*. USA: Rosemont Productions International.
- Ariesandi S. (2008). *Rahasia Mendidik Anak agar Sukses dan Bahagia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Atkinson, Rita L., Atkinson R.C., & Hilgard. E. R. (1983). *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Erlangga.
- Azzaini, J. (2009). *Tuhan Inilah Proposal Hidupku*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Brockway, J., et al. & Haines, R. (2006). *The Ron Clark Story*. USA: America and MAGNA Global Entertainment.
- Brophy, J. (1998). *Motivating Students to Learn*. Michigan: Mc Graw Hill.
- Buzan, T. (2003). *Head First: 10 Cara Memanfaatkan 99% dari Kehebatan Otak Anda yang Selama Ini Belum Pernah Anda Gunakan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- \_\_\_\_\_. (2003). *Head Strong: How To Get Physically and Mentally Fit*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Carnegie, D. (1995). *Bagaimana Mencari Kawan dan Mempengaruhi Orang Lain*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Chapman, G dan Chambell, R. (2000). *Lima Bahasa Kasih untuk Anak-anak*. Batam: Interaksara.
- Dennison, P. E. & Dennison, G. E. (2002). *Brain Gym (Senam Otak): Buku Panduan Lengkap*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- DePorter, B & Hernacki, M. (2003). *Quantum Learning: Membiasakan Belajar Nyaman dan Menyenangkan*. Bandung: Kaifa.
- DePorter, Bobbi, Reardon, M. & Nourie, S. S. (2003). *Quantum Teaching*. Bandung: Mizan Pustaka.
- Donghwa, K. (2009). *Chicken Soup for the soul ® Graphic Novel: Pelajaran Berharga*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

- 
- Dryden, G & Voss, J. (2000). *Revolusi Cara Belajar: Belajar Akan Efektif Kalau Anda dalam Keadaan Fun*. Bandung: Kaifa.
- Gelb, M. J. (2001). *Menjadi Jenius Seperti Leonardo da Vinci*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- \_\_\_\_\_. (2005). *Present Your self*. Bandung: MLC.
- Gunawan, A. W. (2009). *Hypnotherapy Workbook*. Surabaya: Quantum Hipnosis Indonesia.
- \_\_\_\_\_. (2007). *Cara Genius Menguasai Tabel Perkalian*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- \_\_\_\_\_. (2003). *Born to be a Genius*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hurlock, E. B. (2005). *Perkembangan Anak, Jilid 2 Edisi 6*. Jakarta: Erlangga
- Hogan, K. (1997). *The Psychology of Persuasion*. Jakarta: Professional Books.
- Jensen, E. (2008). *Brain-Based Learning*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Katz, E. (2009). *Jerome Become Genius: Mengungkap Rahasia Kecerdasan Orang Yahudi*. Jakarta: Ufuk Press.
- Khoo, A. (2008). *Buku Pintar Anak Jenius*. Jakarta: Mitra Media.
- Khrisnamurti. 2008. *Share the Key*. Yogyakarta: Kanisius.
- Kurniali, P. C & Brotoasmoro, T. (2007). *Move your Body Right*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Lim, B. P.S. (2003). *Berani Gagal*. Jakarta: Pustaka Delapratasa.
- Lithgow, J., et al & Yates, P. (2000). *Don Quixote*. USA: Hallmark Entertainment.
- MacGregor, S. (2007). *Students' Steps To Success: 7 Langkah Menuju Sukses*. Jakarta: Hikmah.
- Madden, T. L. (2002). *Fire-UP Your Learning*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
-

- 
- Matthews, D. (1997). *Being Happy! : Kiat Hidup Tenteram dan Bahagia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Myers, D. G . (1999). *Social Psychology (6th ed)*. Michigan : Mc Graw Hill College.
- Prashing, B. (2007). *The Power of Learning Styles*. Bandung: Mizan Pustaka.
- Prihanto, S. (1994). *Psikologi Belajar: Sebuah Pengantar*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Robbins, A. (2006). *Awaken the Giant Within*. Batam: Kharisma Publishing Group.
- Rose, C & Nicholl M. J. (2003). *Accelerated learning for 21st Century: Cara Belajar Cepat Abad XXI*. Bandung: Nuansa.
- Santrock, J. W. (2002). *Life- Span Development*. Jakarta: Erlangga.
- \_\_\_\_\_. (2007). *Psikologi Pendidikan, Edisi Kedua*. Jakarta: Kencana.
- Sentanu, E. (2007). *Quantum Iklhas: Teknologi Aktivasi Kekuatan Hati*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Tracy, B. (2008). *Speak To Win: How to Present With Power in Any Situation*. New York: AMACOM
- Warren, R. (2006). *The Purpose-Driven Life*. Malang: Gandum Mas.
- Weiten, W. (2000). *Psychology: Themes & Variations (4th ed)*. Wadsworth Publishing Company.
- Weinberg, R. (...). *Derek and Dad Finish Olympic 400 Together*. Diunduh tanggal 20 Juli 2009 dari <http://sports.espn.go.com/espn/espn25/story?page=moments/94>
- Wenger, W. (2004). *Beyond Teaching and Learning: Cara Praktis Menerapkan Quantum Teaching dan Learning*. Bandung: Nuansa.
- Zaques, E. (2009). *Bob Sadino: Mereka Bilang Saya Gila*. Bekasi: Kintamani Publishing.
-



---

## PROFIL PENULIS



Reza Rifanto adalah pendiri CBC Institute, sebuah lembaga psikologi yang bergerak dibidang konseling, training, terapi, dan konsultan psikologi pendidikan baik untuk anak ataupun orang dewasa.

Lahir di Surabaya, 26 November 1981, menyelesaikan pendidikan formal sekolah dasar di SD Petra 13 Sidoarjo, SMPN 23 Surabaya, SMUN 10 Surabaya. Selanjutnya mengambil Sarjana dan Magister Psikologi di Universitas Surabaya dengan dasar Psikologi Pendidikan.

Kariernya di bidang pendidikan dan pengembangan SDM dimulai pada tahun 2006, saat ia mulai memberikan konseling, pelatihan, dan strategi pengembangan diri maupun manajemen di berbagai macam perusahaan dan lembaga pendidikan di berbagai kota di Indonesia.

Pada tahun 2007, Reza memulai merintis usahanya sendiri dengan mendirikan CBC institute. Hingga saat ini telah menangani klien-klien dari anak-anak sampai dewasa. Antara lain: *unmotivated learning*, menghancurkan *mental block* yang menghambat, fobia, trauma, tidak percaya diri, konflik diri, takut gagal, kecemasan, pencapaian prestasi hidup yang rendah, permasalahan psikosomatis, mind set, dan masih banyak lainnya. Berbagai penanganan kasus tersebut dituangkannya dalam workshop & seminar yang berjudul “3 Menit Membuat Anak Keranjingan Belajar!”

Sebagai therapist yang telah berpengalaman di bidang Mind & Learning Technology, Reza memberikan pelatihan dengan sentuhan yang sangat berbeda, bukan hanya pada level pengetahuan, namun peserta akan mendapatkan keterampilan secara utuh.

Bila anda berminat untuk mengadakan seminar, workshop atau konsultasi, mengenai psikologi pendidikan dapat menghubungi Reza Rifanto lewat e-mail: [badforgiveup@yahoo.com](mailto:badforgiveup@yahoo.com)

---



# Quantum Learning At Home

## 3 Menit

# Membuat Anak Anda Keranjingan Belajar !!

Bersama: Reza Rifanto

### Dalam SEMINAR ini Anda Mendapatkan :

- Strategi efektif membuat anak keranjingan belajar dalam 3 MENIT !!!
- 8 prinsip DAHSYAT untuk membuat anak anda semangat belajar!
- Strategi membuat anak anda konsisten dalam belajar

Reza Rifanto, S.Psi. adalah Founder dari A Friend for Enjoyable Learning & CBC Education yang bergerak di bidang Psikologi Pendidikan, selama 2 tahun terakhir ini telah berbicara kepada lebih dari 1000 orang di berbagai kota di Indonesia dengan berbagai topik seperti Prefer change to success – Psychology Accelerated Learning – Quantum Learning for Kids.



### Komentar Peserta :

"Saya senang karena masalah yang saya alami terjawab di pelatihan ini"  
(Ibu Novy-Peserta Workshop sebelumnya,maret 09)

"Workshop ini sangat bagus, dapat diterapkan oleh Guru dan Orang Tua"  
(Ibu Eri-Guru TK Intan)

**Minggu, 3 Mei 2009**  
pk. 08.00 - 12.00 WIB  
Ruang Sidang Utama Gramik  
Fak. Kedokteran  
UNAIR Kampus A  
(Jl. Dr. Mustopo 47, Surabaya)

### INVESTASI :

Dalam memperingati hari Pendidikan Nasional maka seminar ini hanya dikenakan biaya sebesar

**Rp.100.000,-** sebagai pengganti HandOut, Sertifikat, Snack.

Seminar ini sebagai bentuk pelayanan edukasi masyarakat yang mempunyai kepedulian terhadap perkembangan "Buah Hati"nya.

Peserta tidak diperbolehkan membawa anak-anak. Panitia tidak melayani pendaftaran di tempat.

### TICKET BOX:

Toko Buku URANUS  
Jl. Ngagel Jaya 89-91, Surabaya  
Informasi :

Iwan 031-60221713  
Bayu 031-83773506

Supported by :



Thalia Music Club  
Grow Smarter with Music

Tiket juga dapat dibeli di :



## “SEMINAR 3 MENIT MEMBUAT ANAK KERANJINGAN BELAJAR!”

Temukan strategi efektif 3 menit dan prinsip-prinsip dahsyat membuat anak keranjingan belajar dalam seminar “Quantum Learning At Home: 3 Menit Membuat Anak Keranjingan Belajar.” Wajib diikuti para orang tua, pengajar, dan guru.

Dalam seminar ini, anda dapat mengetahui bagaimana mempraktikkan teknik-teknik yang diajarkan dalam buku ini, serta anda juga dapat berdiskusi secara langsung dengan penulis.

Dapatkan TIKET GRATIS!! dan informasi kedatangan Reza Rifanto di kota anda bagi 100 SMS pertama dengan cara mengirimkan SMS ke: 0878 533 688 52

Format SMS:

Ketik NAMA (spasi) ALAMAT LENGKAP (spasi) QUANTUM LEARNING

Contoh: WULAN JL.MAWAR NO.19 JAKARTA QUANTUM LEARNING

Serta menunjukkan buku dan guntingan voucher ini pada waktu acara.





$$E=mc^2$$



Bagaimana membuat anak yang tidak termotivasi belajar menjadi ingin les setiap hari?  
Bagaimana anak mendapatkan nilai yang bagus untuk mata pelajaran yang biasanya  
dapat nilai buruk?  
Bagaimana membangun kepercayaan diri anak untuk berprestasi?

Pertanyaan seperti itu selalu singgah di hati para orang tua, membuat gelisah dan mendorong mereka untuk memberikan macam-macam les pada anak mereka supaya tidak tertinggal oleh yang lain. Wajar bila orang tua cemas melihat hasil belajar anak-anak mereka yang tidak maksimal karena kurang motivasi belajar, cenderung malas dalam belajar, tapi hepi bila bermain atau nonton.

Buku ini akan memberikan strategi praktis dan efektif untuk membuat anak-anak Anda "gila" belajar. Anda juga akan mendapat ide-ide segar yang dapat Anda modifikasi sesuai dengan keinginan dan kesenangan buah hati Anda. Yang jelas, Anda akan kaget melihat anak Anda jadi senang belajar, bahkan bisa ketagihan belajar.

"Buku bagus bagi para orang tua dan guru untuk membuka komunikasi dengan anak ketika hendak mengajarkan kehidupan." **Jamil Azzaini**, Inspirator SuksesMulia

"Buku yang menggugah, mencerahkan, dan hanya bagi Anda yang siap dan berani berubah untuk membantu anak mengembangkan keunikan, bakat, dan talenta mereka." **Adi W. Gunawan**, penulis *bestseller Born to be a Genius* dan *Genius Learning Strategy*, [www.adiwgunawan.com](http://www.adiwgunawan.com)

"3 menit keranjingan belajar rasanya *ga* akan mungkin ya, apalagi untuk anak-anak. Tapi karena penasaran dan mengikuti programnya, lalu menerapkan teknik-teknik yang diajarkan... saya melihat bagaimana anak-anak itu berubah—menjadi sangat antusias untuk belajar." **Andhini, S.Psi**, instruktur musik

"Sebelum bersama Kak Reza, anak saya sangat malas les. Tapi setelah belajar dengan beliau, saya terheran-heran karena anak saya bahkan sudah siap satu jam sebelum les dimulai!" **Bu Helen**, orang tua anak

**Penerbit**  
**PT Gramedia Pustaka Utama**  
Kompas Gramedia Building  
Blok I Lantai 4-5  
Jl. Palmerah Barat 29-37  
Jakarta 10270  
[www.gramedia.com](http://www.gramedia.com)

ISBN: 978-979-22-5534-8



9 789792 255348  
GM 20401100052