

REVITALISASI KARAKTER MULIA PESERTA DIDIK MELALUI STRATEGI *HYPNO HEART TEACHING*

Dewi Lestari

*Dosen Program Studi Pendidikan Bahasa, Sastra Indonesia dan Daerah
FKIP Universitas Baturaja*

Abstrak

Orang yang mampu dan mempercayai serta yakin akan “Kekuasaan Allah” maka pada hati nuraninya tentulah akan mendapat jiwa yang tenang, dan insya Allah akan selalu dapat memancarkan kepribadian mulia dari dirinya untuk menghiasi kehidupan dan lingkungannya. Belajar dapat membawa perubahan bagi si pelaku, baik perubahan pengetahuan, sikap, maupun keterampilan. Perubahan itu tentunya si pelaku juga akan terbantu dalam memecahkan permasalahan hidup dan bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Karakter adalah jumlah keseluruhan dari nilai-nilai, keyakinan, dan kepribadian kita, seperti ketulusan, sifat yang tidak mementingkan diri sendiri, pendirian, keberanian, loyalitas, dan rasa hormat kita. Karakter adalah cerminan dari perilaku kita dan tindakan-tindakan kita. *Hypno heart teaching* ke dalam pembelajaran di kelas setelah kita memiliki kejernihan pikiran dan ketulusan hati dengan kepribadian yang mulia. Tujuan untuk mempraktikkan *hypno heart teaching* adalah untuk membuat perubahan yang berarti dalam mendidik dengan hati yang menyentuh jiwa dan keasadaran peserta didik menjadi manusia cerdas, berkarakter dan berkepribadian mulia

Kata Kunci: *Revitalisasi Karakter, Strategi Hypno Heart Teaching*

A. PENDAHULUAN

Indonesia adalah sebagai bangsa yang memiliki jati diri dan karakter yang didasarkan pada kesadaran tentang hakekat keberadaan kita sebagai manusia, identitas maupun sebagai penanda dan pembeda dengan bangsa-bangsa lainnya (Alpiyanto, 2012). Oleh karena itu, jati diri bangsa merupakan nilai-nilai luhur budaya bangsa yang oleh para pendiri bangsa dirumuskan sebagai Pancasila, sekaligus mengandung pengertian sebagai identitas bangsa yang berfungsi sebagai penanda keberadaan, pencerminan kondisi dan sebagai pembeda dengan bangsa lain. Sebagai identitas bangsa dan jati diri bangsa mencakup dalam Pancasila dan UUD 1945 dan Bhineka Tunggal Ika, yang bermakna “Walau Berbeda tetapi Tetap Satu Jua”.

Selaras dengan pendapat diatas, tentunya juga Pancasila diharapkan dapat menjadi spirit dan pendorong agar setiap orang Indonesia “Berjati diri dan berkarakter” yang selalu mengedepankan “hati nuraninya” dalam setiap pemikiran, sikap dan prilakunya. Maka dapat disimpulkan bahwa orang yang memiliki karakter mulia adalah orang yang memiliki komitmen yang kuat, jujur dan bekerja mengikuti jalan yang lurus kepada agama dengan berlandaskan percaya pada kekuasaan-Nya.

Orang yang mampu dan mempercayai serta yakin akan “Kekuasaan Allah” maka pada hati nuraninya tentulah akan mendapat jiwa yang tenang, dan insya Allah akan selalu dapat memancarkan kepribadian mulia dari dirinya untuk menghiasi kehidupan dan lingkungannya.

B. LANDASAN TEORI

1. Pengertian Belajar

Slameto (2010) 2) mengutarakan bahwa “Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.” Selanjutnya, Baharuddin (2012: 12) juga menyebutkan bahwa belajar merupakan aktivitas yang dilakukan seseorang untuk mendapatkan perubahan dalam dirinya melalui kegiatan, pelatihan dan pengalaman-pengalaman.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan perubahan tingkah laku seseorang melalui proses kegiatan, pelatihan dan pengalaman. Aktivitas tersebut dilakukan sepanjang hayat manusia, bahkan tiada hari tanpa belajar. Dengan demikian, belajar tidak hanya dipahami sebagai kegiatan yang dilakukan oleh seorang peserta didik saja. Baik mereka yang berada ditingkat SD, SMP, SMA, perguruan tinggi maupun mereka yang sedang mengikuti kursus, pelatihan dan kegiatan pendidikan lainnya. Akan tetapi lebih dari itu, Dapat disimpulkan bahwa belajar itu merupakan kegiatan belajar yang sangat luar dan tidak hanya sebagai kegiatan yang diperoleh di bangku sekolah saja.

Dengan demikian, belajar dapat membawa perubahan bagi si pelaku, baik perubahan pengetahuan, sikap, maupun keterampilan. Perubahan itu tentunya si pelaku juga akan terbantu dalam memecahkan permasalahan hidup dan bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

2. Karakter

Karakter dalam kamus bahasa Indonesia, adalah tabiat, watak, sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dari yang lain. Karakter bersumber dari perasaan (hati) dari setiap manusia, kemudian nantinya menjadi pikiran, dari pikiran akan menjadi sikap dan sikap ini akan menjadi tindakan atau perbuatan. Tindakan atau perbuatan yang dilakukan secara berulang-ulang akan menjadi kebiasaan, dan kebiasaan menjadi karakter dan karakter menjadi nasib. Bila hati baik, maka akan melahirkan karakter yang baik, demikian sebaliknya, dan hati yang baik akan melahirkan hal-hal yang baik dalam hidup seseorang (Alpiyanto, 2012: 209).

Jadi, karakter adalah jumlah keseluruhan dari nilai-nilai, keyakinan, dan kepribadian kita, seperti ketulusan, sifat yang tidak mementingkan diri sendiri, pendirian, keberanian, loyalitas, dan rasa hormat kita. Karakter adalah cerminan dari perilaku kita dan tindakan-tindakan kita. Untuk menjadi pemenang atau sang juara dibutuhkan karakter. Orang yang memiliki karakter akan membawa kita kepada kesuksesan, sedangkan karakter ini akan memelihara kesuksesan itu sendiri. Karena dari karakter positif itulah yang akan membuat kita menjadi bernilai di dalam kehidupan dan lingkungan kita.

3. Implementasi Strategi *Hypno Heart Teaching* dalam Proses Pembelajaran

Hypno Heart Teaching lebih menekankan pada kekuatan doa dari hati dan memancarkan sifat-sifat mulia melalui sinar kepribadian atau keteladanan. Jadi ada dua hal yang dilakukan yaitu: (1) Ketika malam menjelang tidur dan pagi setelah subuh yang dikemas dalam bentuk doa, dan (2) Ketika kita berinteraksi langsung dengan para peserta didik melalui keteladanan (Alpiyanto, 2012: 171-180).

a. Menghypno heart dengan doa

Ketika malam menjelang tidur dan rancangan pembelajaran sudah disiapkan, ambillah waktu sejenak dalam suasana hening dan rileks. Tarik napas yang dalam perlahan melalui hidung dan berhenti beberapa detik kemudian keluarkan perlahan melalui mulut. Lakukan beberapa kali sehingga Anda benar-benar merasa nyaman, rileks, tenang dan hening. Kemudian bacalah surah *Al-fatihah*, syahadat dan *Laa hawlawa quwwata illa abillaahil 'aliyul'aziim* dan shalawat secara perlahan. Resapi dan rasakan getaran dari bacaan-bacaan tersebut.

Bersyukurlah kepada Allah. Syukur, selain penghubung terkuat antara kita dengan Allah, juga mengandung rahmat dan keterlibatan Allah akan tugas-tugas mulia kita. “Ya Allah, aku bersyukur atas segala anugerah dan rahmat-Mu yang tak terhingga yang telah Engkau anugerahkan dalam hidupku dan keluargaku”.

Selanjutnya, setelah kita selalu **bersyukur**, lalu kita **bertobat**. Menjernihkan hati dan membersihkan sampah-sampah emosi dengan bertobat. “Ya Allah, bila hari-hari yang ku lalui sepanjang hari tadi, mungkin ada dosa-dosa atau kesalahanku pada-Mu, atau mungkin tanpa ku sengaja telah menyinggung perasaan orang-orang yang berada disekitarku, ku mohon ampun pada-Mu”.

Kemudian dilanjutkan dengan doa. Ketika berdoa libatkan hati dengan perasaan syukur, senang dan bahagia serta visualisasikan suasana kelas Anda inginkan. “Ya Allah, aku bersyukur atas anugerah dan rahmat-Mu yang telah mengamanahkan para peserta didik kepada ku untuk membimbing dan mendidik mereka agar mereka menjadi hamba-hamba-Mu yang taat kepada-Mu serta memberi kontribusi bagi orang lain”.

b. Melalui Keteladanan

Persiapan Pembelajaran

- 1) Persiapkanlah alat atau bahan yang dibutuhkan sebelum pembelajaran dimulai.
- 2) Membangun suasana kelas yang nyaman untuk belajar.

Buatlah suasana nyaman dan menyenangkan. Bisa dimulai dengan mengucapkan salam, menanyakan kabar. Ketika Anda menanyakan kabar, Mungkin mereka menjawab baik atau sejenisnya. Namun Anda harus kreatif menjawabnya. Contoh, Alhamdulillah kabar bapak-ibu juga baik. Karena bapak/ibu berada bersama kalian hari ini, bapak/ibu merasa lebih baik karena kalian adalah orang-orang istimewa. Dengan jawaban demikian, kehadiran mereka dianggap penting, mereka merasa dihargai, dan mereka akan memberi respon positif kepada Anda.

- 3) Doa (Ingatkan pada goal mereka dan harapan belajar saat ini)
- 4) Menyalakan Otak

Menyalakan otak adalah mengaktifkan otak kiri dan kanan. Menurut Sandy MacGregor, para ilmuwan telah menemukan bahwa memori terbantu dengan adanya komunikasi diantara otak kiri dan otak kanan.

- 5) Persiapan Otak

Setelah Anda melakukan aktivitas ringan dengan senam otak, lakukan kembali relaksasi untuk membawa peserta didik Anda ke gelombang alpha untuk mengakses nurani bawah sadar. Karena di gelombang otak inilah percepatan belajar terjadi dan mereka dengan baik semua informasi yang dipelajari.

- 6) Memberikan Sugesti Positif dan rasa Percaya Diri (Dukungan, Dorongan dan Semangat)

Berilah sugesti positif untuk membangkitkan rasa percaya diri dan semangat pada peserta didik Anda dengan pertanyaan dan kata-kata yang terpilih

- 7) Menjelaskan Tujuan Topik Pembelajaran Secara Jelas

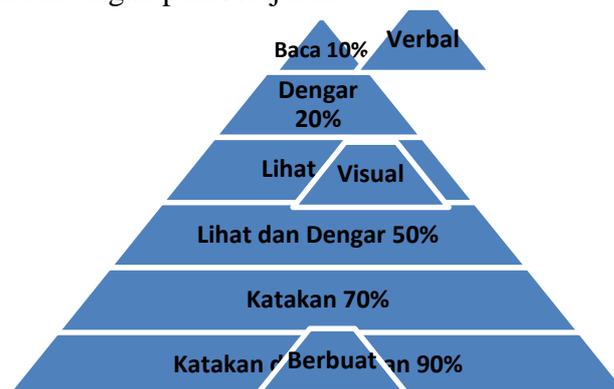
Langkah berikutnya adalah menjelaskan tujuan pembelajaran dari topik yang akan dibahas. Semakin jelas tujuan yang akan dibahas, semakin cepat keberhasilan pembelajaran itu dicapai. Karena peserta didik mendapat gambaran tentang apa yang akan dipelajari.

- 8) Menjelaskan manfaat Belajar bagi Para Peserta Didik

Tujuan dan manfaat yang jelas akan memotivasi seseorang untuk bertindak. Karena orang cenderung melakukan sesuatu karena ada manfaatnya bagi mereka.

Proses Pembelajaran

Dalam proses pembelajaran, Anda harus mengerti benar gaya belajar peserta didik Anda, dan kemudian menyesuaikan gaya belajar peserta didik tersebut dengan gaya mengajar Anda, sehingga antara nada dan irama menjadi satu somfoni yang harmoni. Untuk pembelajaran yang optimal Anda harus mengakomodir semua gaya belajar tersebut ke dalam kegiatan pembelajaran di kelas seperti dalam rancangan pembelajaran.



Berbicara dengan Bahasa Hati dan Keteladanan

Berbicara dengan bahasa hati dan keteladanan bagi seorang pendidik adalah hal yang sangat penting dalam proses pembentukan peserta didik yang berjiwa, berperasaan, dan berkepribadian mulia, namun cerdas dan kreatif. Hal ini penting karena:

- Tak ada satu pun yang berat dalam mendidik bila dilakukan dengan keikhlasan.
- Tak ada yang tak mungkin bagi peserta didik untuk berprestasi bila ada keyakinan yang kuat dari hati seorang pendidik untuk mengantarkan mereka menjadi seorang berprestasi.

- Tak ada kenakalan dan keterbelakangan mental yang tak dapat ditaklukkan oleh kekuatan cinta kepada peserta didik.
- Tak ada hambatan psikologis dalam mendidik yang tak dapat dcaikan oleh kasih sayang.
- Tak ada yang sulit yang tak dapat dipecahkan oleh ketulusan.
- Tak ada batu keras yang tak dapat dilobangi oleh kesabaran.
- Tak ada keluhan yang tak dapat diatasi oleh syukur.
- Tak ada beban dan sampah emosi yang tak dapat disembuhkan oleh taubat dan memaafkan.
- Tak ada orang yang meremehkan bila rendah hati dan ber-integritas.
- Tak ada kebencian yang tak dapat dijernihkan oleh kejujuran, tanggung jawab, disiplin, amanah, memberi lebih dan berbuat yang terbaik.

Bila kita mampu menterjemahkan bahasa hati dan keteladanan dalam mendidik, maka keberkahan, kemudahan dan kedamaian lahir dan batin yang sempurna akan datang dengan sendirinya.

C. KESIMPULAN

Mengaplikasikan *hypno heart teaching* ke dalam pembelajaran di kelas setelah kita memiliki kejernihan pikiran dan ketulusan hati dengan kepribadian yang mulia. Tujuan untuk mempraktikkan *hypno heart teaching* adalah untuk membuat perubahan yang berarti dalam mendidik dengan hati yang menyentuh jiwa dan keasadaran peserta didik menjadi manusia cerdas, berkarakter dan berkepribadian mulia.

Untuk mewujudkan peserta didik yang berkarakter mulia sesuai dengan nilai-nilai hati nurani, belum cukup hanya dengan mengintegrasikan nilai-nilai tersebut ke dalam setiap mata pelajaran. Melainkan juga perlu pengkondisian dan pembinaan secara sistematis, mulai dari lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, ruang kelas, guru, dan juga peserta didik mengambil tanggung jawab bagi dirinya sendiri, serta kegiatan-kegiatan yang mencerminkan nilai kepribadian akhlak mulia.

Daftar Pustaka

- Alpiyanto, 2012. *Rahasia Mudah Mendidik dengan Hati (Hypno Heart Teaching)*. Jakarta: PT. Tujuh Samudera Alfath.
- Baharuddin dan Nur Wahyuni. 2012. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: PT. Asdi Mahasatya.