

## PENDIDIKAN KARAKTER DI SEKOLAH DASAR/MADRASAH IBTIDAIYAH BERBASIS PEMBERDAYAAN PIKIRAN BAWAH SADAR

**Andi Prastowo**

*Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta, Indonesia  
anditarbiyah@gmail.com*

Naskah diterima: tanggal 16 Juli 2018, direvisi: tanggal 30 Juli 2018, diterbitkan: tanggal 31 Oktober 2018

### **ABSTRACT**

*National Education in Indonesia is still covered with a variety of issues. One of them is the moral degradation among students. Although since 2010 has imposed an integrated character education in schools, but these conditions indicate the character education has not been done properly. This was especially the case in elementary school. Because at this level attitude formation is a major concern compared to the cognitive and psychomotor. The learning process is integrated with learning characters of various subjects in primary schools should be done not just in a state of conscious mind (conscious mind), but it is more empowered is to condition the subconscious mind when active. To that end, the character of the learning process must be carried out under conditions that do with relaxation hypnosis, mind focus and the alpha state, the subconscious communication, reps, make braided rapport with learners, the information conveyed in the imprint, the message is delivered in a condition of intense emotions, affirmation and visualization. With such a mechanism learners belief system can be programmed or reprogrammed as expected character. Through this belief system changes can be found changes in the character of learners effectively and relatively fixed.*

**Keywords:** *belief system, character education, conscious mind, elementary school*

### **ABSTRAK**

Pendidikan nasional di Indonesia masih diliputi dengan berbagai persoalan. Salah satunya yaitu degradasi moral di kalangan pelajar. Meskipun sejak tahun 2010 telah diberlakukan pendidikan karakter secara terintegrasi di sekolah, tapi kondisi tersebut menunjukkan proses pendidikan karakter belum terlaksana sebagaimana mestinya. Hal itu terutama yang terjadi di sekolah dasar. Karena pada jenjang ini pembentukan sikap menjadi perhatian utama dibandingkan ranah kognitif maupun psikomotorik. Proses pembelajaran karakter yang terintegrasi dengan pembelajaran berbagai mata pelajaran di sekolah dasar semestinya dilakukan tidak sekedar dalam kondisi pikiran sadar (*conscious mind*), tetapi justru yang lebih diberdayakan adalah pada kondisi pikiran bawah sadar ketika aktif. Untuk itu, proses pembelajaran karakter harus dilakukan dalam kondisi hipnosis yang dilakukan dengan *relaxation, mind focus and alpha state*, komunikasi bawah sadar, repetisi, membuat jalinan *rapport* dengan peserta didik, informasi disampaikan secara *imprint*, pesan disampaikan dalam kondisi emosi yang intens, afirmasi dan visualisasi. Dengan mekanisme demikian *belief system* peserta didik dapat diprogram ataupun diprogram ulang sebagaimana karakter yang diharapkan. Melalui perubahan *belief system* ini bisa didapatkan perubahan karakter peserta didik secara efektif dan relatif tetap.

**Kata Kunci:** *belief system, conscious mind, pendidikan karakter, sekolah dasar*

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan di Indonesia hingga saat ini masih menghadapi problem besar, yaitu rendahnya mutu pendidikan dasar dan menengah. Hal tersebut tercermin dari capaian Indeks Pembangunan Manusia (IPM) tahun 2015 yang hanya mencapai skor 0,689. Dengan capaian

ini, Indonesia masuk dalam kategori Pembangunan Manusia tingkat menengah atau sama dengan capaian tahun sebelumnya. Padahal di satu sisi yang lain, kategori yang ada adalah sangat tinggi, tinggi, menengah, dan rendah. Skor tersebut memposisikan Indonesia berada pada peringkat 113 dari 188 negara. (UNDP, 2017:1). Sebagai perbandingan, Indonesia menduduki peringkat 121 pada tahun 2013, naik 3 angka dari peringkat 124 tahun 2012, atau menurun 13 angka dari peringkat 108 pada tahun 2005 (Suryadi, 2014:20). Apalagi jika dibandingkan dengan IPM Indonesia 2 dekade yang lalu maka penurunannya menjadi semakin ekstrim. Karena IPM Indonesia pada tahun 1995 peringkat ke 104, lalu peringkat 109 pada tahun 2000, ke-110 pada tahun 2002, ke-112 pada tahun 2003, dan sedikit membaik pada peringkat ke-111 pada tahun 2004 dan peringkat 110 pada tahun 2005 (Ali, 2009:28).

Berbagai persoalan tersebut semakin diperparah dengan munculnya sejumlah kasus di kalangan anak dan pelajar seperti seks bebas (Kesuma, Triatna, Permana, 2011:2), perkuliahian pelajar (Kesuma, Triatna, Permana, 2011:2-3), perjudian, penyalahgunaan obat terlarang, narkoba (Kesuma, Triatna, Permana, 2011:2), plagiarisme, kebocoran dan berbagai kecurangan dalam ujian (Mulyasa, 2013:61). Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) juga mengkonfirmasi hal serupa. Rincian data kasus berdasarkan kluster perlindungan anak tahun 2011-2016 menunjukkan bahwa anak korban maupun pelaku tawuran, anak korban maupun pelaku kekerasan di sekolah, anak korban dan pelaku kejahatan seksual *online*, anak korban dan pelaku kepemilikan pornografi, maupun anak sebagai pelaku kekerasan fisik dan psikis, semuanya cenderung mengalami peningkatan (KPAI, 2016).

Fakta-fakta tersebut menegaskan betapa memprihatinkannya degradasi moral di Indonesia. Selain itu, kondisi tersebut juga menunjukkan bahwa bangsa Indonesia belum mampu mewujudkan tujuan pendidikan nasional yang tercantum dalam Pasal 3 Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menyebutkan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Mencermati berbagai fenomena problematis tersebut, terutama mengenai degradasi moral di kalangan pelajar, mahasiswa, maupun masyarakat pada umumnya, hal tersebut pada dasarnya memperlihatkan bahwa pendidikan karakter dalam praksis pendidikan nasional, utamanya pada jenjang pendidikan dasar dan menengah yang menjadi pondasi bagi jenjang pendidikan berikutnya, belum terlaksana sebagaimana yang diharapkan. Dan, sekolah dasar atau madrasah ibtidaiyah adalah salah satu bentuk pada pendidikan formal untuk jenjang pendidikan dasar awal yang sangat menentukan pembentukan karakter seseorang di masa depannya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Collier, Houston, Schematz, dan Walsh dalam Sidi (2003:78-79) bahwa pendidikan dasar memiliki tujuan utama yaitu: *pertama*, membantu peserta didik mengembangkan segi intelektual dan mental; *kedua*, membantu pertumbuhan peserta didik sebagai individu yang mandiri; *ketiga*, membantu peserta didik sebagai makhluk sosial; *keempat*, membantu peserta didik belajar hidup dengan perubahan-perubahan; dan *kelima*, membantu peserta didik meningkatkan kreativitasnya.

Begitupula pendapat Marzano dan Brunner dalam Kunandar (2013:37) dan Prastowo (2014:13) yang menyatakan bahwa penanaman kompetensi sikap harus benar-benar menjadi penekanan dan perhatian di Sekolah Dasar (SD) atau Madrasah Ibtidaiyah (MI) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau Madrasah Tsanawiyah (MTs) karena semakin tinggi tingkat perkembangan dan jenjang peserta didik penguasaan kompetensi pengetahuan dan

keterampilan yang semakin diperbesar (diperluas), tetapi penguasaan kompetensi sikap semakin diperkecil (diasumsikan kompetensi sikap sudah tertanam di jenjang sebelumnya), sehingga ketika peserta didik kelak melanjutkan pendidikan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi sudah memiliki fondasi sikap yang kuat dan di jenjang yang lebih tinggi tinggal memperdalam kompetensi pengetahuan dan keterampilannya. Pendapat lain yang sejalan diungkapkan oleh Fadjar (1999:34) bahwa pendidikan di level madrasah ibtidaiyah (sekolah dasar) memegang peran penting dalam proses pembentukan kepribadian peserta didik, baik yang bersifat internal (bagaimana mempersepsi dirinya), eksternal (bagaimana mempersepsi lingkungannya), maupun supra internal (bagaimana mempersepsi dan menyikapi Tuhannya dengan sebagai ciptaan-Nya).

Hal tersebut semakin dipertegas dengan fakta bahwa jumlah sekolah pada jenjang pendidikan formal tersebut paling banyak dibandingkan dengan sekolah pada jenjang di atasnya. Azra (2012:82) mencatat bahwa pada tahun 1991/1992 jumlah MI seluruh Indonesia sebanyak 22.200 buah (69% dari total jumlah seluruh madrasah di semua jenjang), tahun 2005 jumlahnya meningkat menjadi 22.799 MI (61%), terus tahun 2011 jumlah MI telah mencapai 23.519 buah (58%). Sedangkan Suryadi (2014:60-61) memaparkan perkembangan jumlah peserta didik di SD dari tahun 1990 sampai 2010 sebagai berikut; pada tahun 1990 mencapai 26.290.218 orang (73% dari total seluruh sekolah di semua jenjang), tahun 2005 mencapai 25.982.590 orang (66%), lalu tahun 2010 sebanyak 26.984.824 orang (63%).

Oleh karena itu, melihat begitu besarnya jumlah peserta didik pada jenjang pendidikan sekolah dasar dan juga sangat pokoknya peran sekolah dasar dalam pembentukan karakter peserta didik maka dari itu tampaknya sangat dibutuhkan suatu solusi pemikiran segera untuk mengatasi problem praksis implementasi pendidikan karakter tersebut. Dalam kaitannya dengan hal tersebut patut untuk dicermati kembali bahwasannya pendidikan karakter adalah suatu sistem penanaman nilai-nilai karakter kepada warga sekolah yang meliputi komponen pengetahuan, kesadaran atau kemauan, dan tindakan untuk melaksanakan nilai-nilai tersebut (Aqib dan Sujak, 2011:3). Selain itu, karakter dikembangkan melalui tahap pengetahuan, pelaksanaan, dan kebiasaan. Karakter tidak terbatas pada pengetahuan saja. Seseorang yang memiliki pengetahuan kebaikan belum tentu mampu bertindak sesuai dengan pengetahuannya, jika tidak terlatih (menjadi kebiasaan) untuk melakukan kebiasaan tersebut. Karakter juga menjangkau wilayah emosi dan kebiasaan diri. Dengan demikian, menurut Thomas Lickona, diperlukan tiga komponen karakter yang baik, yaitu pengetahuan tentang moral, perasaan atau penguatan emosi, dan perbuatan moral. Ketiga komponen tersebut saling berhubungan, saling berinteraksi, dan saling merembesi (Kesuma, Triatna, Permana, 2011:70). Hal tersebut dibutuhkan agar peserta didik dapat sekaligus memahami, merasakan, menghayati, dan mengamalkan (mengerjakan) nilai-nilai kebajikan (moral) (Aqib dan Sujak, 2011:9).

Jika mencermati dari definisi pendidikan karakter dan karakteristik perkembangan karakter tersebut maka dapat ditemukan titik temu bahwa proses pendidikan karakter tampaknya sama dengan mekanisme pemrograman *belief system* manusia. Oleh karena itu, modelnya dapat berupa penanaman *belief system* baru yang baik dan atau pemrograman ulang *belief system* lama yang negatif dengan program yang positif (baik). Dengan cara demikian perilaku dan kebiasaan peserta didik setelah mengikuti proses pendidikan karakter dapat berubah menjadi baik atau lebih baik sebagaimana karakter yang diharapkan. Untuk dapat melakukan hal tersebut, menurut Adi W. Gunawan (2008:32,37-41) dibutuhkan beberapa hal sebagai berikut: adanya informasi yang berulang-ulang (repetisi), informasi yang diterima bersifat *imprint* (disampaikan oleh figur yang dipandang kompeten atau

memiliki otoritas), informasi yang diberikan lewat suasana emosional yang tinggi dan mendukung, informasi yang diterima merupakan identifikasi yang diberikan dari keluarga atau kelompok sosialnya, dan informasi diterima dalam kondisi Alpha sehingga mengakibatkan kondisi hipnosis. Sementara itu, Willy Wong (2010:24-25) menambahkan bahwa *belief system* tersebut terdapat dalam pikiran bawah sadar seseorang. Dengan demikian, agar pendidikan karakter dapat berhasil maka dibutuhkan aktivasi dan pemberdayaan pikiran bawah sadar peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Karwati dan Triansa (2013:51) bahwa upaya peningkatan mutu bidang pendidikan fokusnya terletak pada mutu proses pendidikan. Inti dari proses pendidikan adalah pembelajaran peserta didik. Proses pembelajaran ini mencakup sejumlah unsur utama yang mendasar yang membentuk mutu pembelajaran. Unsur-unsur tersebut adalah tujuan pembelajaran, isi kurikulum, guru, sarana dan prasarana, dana, manajemen dan evaluasi. Kemudian juga ditegaskan oleh Zamroni (2011:136-137) bahwa peningkatan mutu sekolah kuncinya pada proses pembelajaran. Oleh karenanya, peningkatan mutu pembelajaran merupakan inti dari reformasi pendidikan di berbagai negara.

Sementara itu, beberapa penelitian terdahulu sebenarnya telah membuktikan bahwa pemanfaatan pikiran bawah sadar dalam proses pembelajaran (selain pikiran sadar) telah berdampak positif bagi peningkatan prestasi akademik, keaktifan, motivasi, kemampuan bermunikasi maupun analisis kritis peserta didik. Seperti di antaranya penelitian Yusuf yang menemukan bahwa penggunaan perangkat Pembelajaran Matematika Realistik strategi hipnosis di kelas VII untuk materi himpunan dapat meningkatkan keaktifan serta prestasi belajar matematika peserta didik (Yusuf, 2015:130). Penelitian Latif (2013:85) juga berhasil mengungkap bahwa kemampuan komunikasi dan analisis kritis peserta didik dapat ditingkatkan melalui penggunaan metode *hypnoteaching*. Kemudian, Ismuzaroh (2013:182) melalui kajiannya tentang *Penerapan Hipnoteaching Melalui Neuro-Linguistic Programming dalam Pembelajaran Kimia* mengungkapkan bahwa penerapan *hypnoteaching* melalui *Neuro-Linguistic-Programming* (NLP) dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik sebesar 8,51%, dan meningkatkan motivasi belajar peserta didik sebesar 16,8%.

Mempertimbangkan berbagai manfaat positif dari aktivasi dan pemberdayaan pikiran bawah sadar tersebut namun di satu sisi yang lain belum ditemukan kajian teoritis yang cukup memadai untuk mendeskripsikan strategi optimalisasi pendidikan karakter di sekolah dasar melalui aktivasi pikiran bawah sadar. Oleh karena itu, pada paper ini penulis tertarik untuk menguraikan lebih lanjut hal tersebut agar dapat turut serta dalam berkontribusi untuk memperbaiki kualitas praktis pendidikan karakter di Indonesia, utamanya di sekolah dasar dan madrasah ibtidaiyah. Adapun fokus kajian pada paper ini meliputi dua hal yaitu mekanisme pemrograman *belief system* dalam pikiran bawah sadar dan proses pendidikan karakter di sekolah dasar dengan aktivasi pikiran bawah sadar.

## **METODOLOGI**

Kajian pendidikan karakter berbasis pemberdayaan pikiran bawah sadar di sekolah dasar dan madrasah ibtidaiyah ini merupakan penelitian kepustakaan. Dalam mengungkap tentang bagaimana cara mengaktivasi pikiran bawah sadar peserta didik untuk pemrograman *belief system* sehingga dapat tertanam nilai-nilai karakter yang diharapkan dilakukan dengan cara menggali dan menganalisis berbagai teori tentang *model of mind*, gelombang otak, *belief system*, *critical area* dalam kerangka pedagogis. Setelah itu, penulis juga menguraikan tentang mekanisme dan proses pendidikan karakter di sekolah dasar, komponen karakter,

dan nilai-nilai karakter yang ditanamkan kepada peserta didik. Terakhir, hasil kajian analisis dari teori aktiviasi pikiran bawah sadar yang diintegrasikan ke dalam teori pendidikan karakter untuk kemudian dapat dirumuskan suatu strategi pendidikan karakter di sekolah dasar yang lebih efektif.

## **HASIL DAN DISKUSI**

Bagian ini membahas dua sub pokok bahasan yaitu: (1) konsep dasar pikiran bawah sadar dan *belief system*, dan (2) proses pendidikan karakter di SD/MI berbasis aktiviasi pikiran bawah sadar. Pembahasan selengkapnya diuraikan berikut ini.

### **a. Pikiran Bawah Sadar dan *Belief System***

Pikiran manusia pada dasarnya dapat dibedakan menjadi tiga jenis, yaitu pikiran sadar (*conscious mind*), pikiran bawah sadar (*unconscious mind*), dan pikiran tidak sadar (*unconscious mind*). Itulah yang kemudian sering disebut dengan *model of the mind* (Tim Penyusun SSI, 2013:3-4). Pikiran sadar bersifat logis, analisis, dan menggunakan berbagai pertimbangan. Pikiran ini sebenarnya hanya berperan 12% dalam kehidupan manusia sehari-hari (Hakim, 2010:27). Hal tersebut berfungsi untuk mengidentifikasi informasi yang masuk, membandingkan, menganalisis, memutuskan, dan *will power* (Tim Penyusun SSI, 2013:3). Karena menggunakan akal sehat, rasionalitas, dan logika, melalui pikiran sadar manusia secara sadar berpikir secara logis untuk menetapkan sesuatu dalam kegiatan-kegiatan analisis. Pikiran sadar (*conscious mind*) berperan dalam menerima informasi yang masuk melalui pancaindra (*visual, auditory, kinesthetic, olfactory, dan gustatory*). Informasi tersebut dianalisis apakah informasi tersebut benar atau tidak. Jika dianggap benar, informasi itu akan diteruskan ke pikiran bawah sadar untuk kemudian disimpan di sana, tapi jika dianggap salah, informasi tersebut tidak akan diteruskan ke pikiran bawah sadar (Wong, 2010:22-23). Berbeda dengan pikiran bawah sadar. Pikiran bawah sadar bersifat netral dan sugestif dan berperan hampir 88% dari keseluruhan aktivitas keseharian manusia (Hakim, 2010:27). Oleh karena itu, pikiran ini menerima serta merta informasi yang telah dianalisis dan diterima oleh pikiran sadar (*conscious mind*). Pikiran bawah sadar tidak memikirkan alasan-alasan yang mendasari informasi tersebut. Pikiran bawah sadar tidak menganalisis dan hanya menerima secara otomatis (Wong, 2010:22). Ia juga memiliki fungsi menyimpan memori jangka panjang, citra diri, kepribadian, dan kebiasaan yang dimiliki seseorang. Sedangkan pikiran tidak sadar (*unconscious mind*) memiliki fungsi mengatur dan menjaga sistem imun, sistem pencernaan, sistem pernafasan, dan semua program dasar yang berguna untuk *survive* (Tim Penyusun SSI, 2013:3).

Dalam prinsip *Neuro-Linguistic Programming*, sebagaimana dikemukakan oleh Richard Bandler dan John Grinder, proses belajar manusia terhadap segala sesuatu dalam kehidupannya terdiri dari empat tahap yaitu: *pertama*, ketidakkompetensian bawah sadar (*unconscious incompetence*); *kedua*, ketidakkompetensian secara sadar (*conscious incompetence*); *ketiga*, kompetensi secara sadar (*conscious competence*); dan *keempat* atau tertinggi, yaitu kompetensi bawah sadar (*unconscious competence*) (Wong, 2010:33). Dengan kata lain, kebiasaan adalah kompetensi pikiran bawah sadar atau tingkatan kompetensi tertinggi manusia.

Untuk mencapai kondisi *unconscious competence* tersebut dibutuhkan arus informasi selama proses belajar yang mengalir dari pikiran sadar menuju ke pikiran bawah sadar. Hal itu dapat terjadi hanya jika filter yang menyekat antara pikiran sadar dan pikiran bawah sadar terbuka. Sekat itu disebut *critical area* (area kritis) atau *Reticular Activating System* (RAS). *Critical area* (CA) ini berada pada bagian pikiran sadar sebagai tempat penampungan sementara sebelum informasi terkirim ke pikiran bawah sadar seseorang. *Critical area* atau

RAS tersebut diperlukan dalam kehidupan sehari-hari sebagai filter informasi untuk menyeleksi hal-hal yang membahayakan dan bertentangan dengan diri kita. Namun, terkadang RAS juga menyeleksi seluruh hal yang tidak diinginkan oleh diri seseorang. Untuk mengatasi RAS yang terlalu aktif pada diri seseorang, hipnosis adalah cara untuk menonaktifkan dan mengistirahatkan RAS. Dengan demikian, informasi yang dibutuhkan pada pikiran seseorang bisa terserap dengan mudah dan tersimpan di pikiran bawah sadar seseorang (Hakim, 2010:46-47), dan dapat menjadi suatu sistem kepercayaan (*belief system*) (Wong, 2010:24-25).

*Belief system* manusia berkembang melalui beberapa periode. Pada periode tiga tahun pertama (0-3 tahun), pikiran sadar anak belum berkembang (filter mental belum aktif) dan justru pikiran bawah sadarlah yang murni beroperasi. Oleh karena itu, pada periode ini apa pun yang dialami oleh anak, semua kesan atau impresi yang ia dapat dari kelima panca indra akan diserap 100%, baik itu hal baik maupun hal buruk. Selanjutnya, pada periode tiga tahun kedua (4-7 tahun), pikiran sadar anak mulai berkembang. Filter mental yang terbentuk semakin lama semakin menebal dan kuat. Setiap informasi yang masuk, yang tidak sejalan dengan *database* akan dipertanyakan kebenarannya. Namun, pada saat ini anak belum sampai tahap menolak data yang tidak sejalan dengan apa yang telah diketahui sebelumnya. Pada usia 8 tahun, filter mental tersebut semakin menebal dan *belief* yang telah terbentuk menjadi semakin kuat. Dan, filter mental menjadi sangat tebal dan kuat pada usia 13 tahun. Mulai usia tersebut dan seterusnya, cara-cara biasa akan sangat sulit bisa mengubah *belief system* seseorang (Gunawan, 2008:32-35).

Sebagaimana para ahli psikolog mengatakan bahwa perilaku manusia pada dasarnya seperti fenomena gunung es, yaitu apa yang tampak di permukaan hanya sebagian kecil dari yang ada di dalam permukaan gunung es itu sendiri (Hakim, 2010:22). Dengan kata lain, perilaku seseorang pada dasarnya merupakan gambaran dari *value* dan *belief system*nya. Senada dengan penjelasan Adi W. Gunawan (2008:61) bahwa *belief* menentukan realitas seseorang dan merupakan lensa yang digunakan seseorang untuk memandang pengalaman, orang lain, dunia, dirinya sendiri, dan kehidupan secara umum. *Belief* mendasari segala keputusan, pilihan, sikap, tindakan, dan perilaku seseorang. Oleh karena itu, jika ingin menanamkan karakter baru atau mengganti karakter lama (yang negatif) dengan karakter baru (yang positif) pada diri seseorang maka *belief system* ini harus diganti terlebih dahulu.

Namun, untuk mengganti suatu *belief system* tertentu yang terdapat dalam pikiran bawah sadar acap kali tidak mudah. *Belief system* yang telah lama mengakar kuat dalam pikiran bawah sadar seseorang, dalam kondisi normal tidak dapat digantikan begitu saja oleh sebuah kepercayaan yang baru yang bertentangan. Merujuk pada penjelasan Adi W. Gunawan (2008:32,37-41) *belief system* tumbuh, berkembang, terbentuk, dan mengakar kuat dalam diri seseorang melalui salah satu atau beberapa hal sebagai berikut yaitu: adanya informasi yang berulang-ulang (repetisi), informasi yang diterima bersifat *imprint* (disampaikan oleh figur yang dipandang kompeten atau memiliki otoritas), informasi yang diberikan lewat suasana emosional yang tinggi dan mendukung, informasi yang diterima merupakan identifikasi yang diberikan dari keluarga atau kelompok sosialnya, dan informasi diterima dalam kondisi *Alpha* sehingga mengakibatkan kondisi hipnosis.

Untuk mengecek *belief system* seseorang dapat digunakan beberapa cara seperti *general check-up*, teknik *laddering*, memeriksa self-talk, *belief inventory*, atau melihat daftar mitos (Gunawan, 2008:165). Sedangkan beberapa teknik yang dapat digunakan untuk melakukan pemrograman ulang pikiran bawah sadar yaitu afirmasi dan visualisasi. Namun, dalam pelaksanaan dua teknik tersebut ada 4 persyaratan yang harus terpenuhi, yaitu: *pertama*, sugesti harus bisa masuk ke pikiran bawah sadar; *kedua*, sugesti harus diterima

oleh pikiran bawah sadar; *ketiga*, sugesti harus dimengerti oleh pikiran bawah sadar; dan *keempat*, diintegrasikan ke dalam *belief system* (Gunawan, 2008:173-175). Teknik lain yang dapat digunakan untuk memprogram ulang *belief system* yaitu dengan EFT (*emotional freedom technique*) (Gunawan, 2008:202), hipnoterapi (Gunawan, 2008:223), dan *neuro-linguistic programming* (Gunawan, 2008:237). Dan, satu hal yang pokok untuk diperhatikan sebelum pemanfaatan berbagai teknik pemrograman *belief system* tersebut yaitu pemanfaatan tiga teknik memasuki pikiran bawah sadar terdiri dari: *relaxation, mind focus and Alpha state*, dan komunikasi bawah sadar (Hakim, 2010:47-53).

Dari uraian di atas dapat dipahami bahwa perilaku seseorang pada dasarnya merupakan gambaran dari *belief system* yang tumbuh dan berkembang dalam dirinya yang dibentuk melalui proses yang panjang selama periode kehidupan yang telah dilaluinya. *Belief system* terdapat dalam pikiran bawah sadar seseorang. Untuk mengakses, memprogram, ataupun memprogram ulang *belief system* tersebut maka dibutuhkan aktivasi pikiran bawah sadar. *Relaxation, mind focus and alpha state*, komunikasi bawah sadar, afirmasi, visualisasi, repetisi, penyampaian dengan emosi yang intens, dan penyampaian informasi oleh orang yang memiliki otoritas adalah sejumlah teknik yang dapat digunakan untuk mengaktifkan pikiran bawah sadar.

#### b. Proses Pendidikan Karakter di SD/MI dengan Aktivasi Pikiran Bawah Sadar

Berdasarkan *grand design* yang dikembangkan Kemendiknas pada tahun 2010, secara psikologis dan sosial kultural pembentukan karakter dalam diri individu merupakan fungsi dari seluruh potensi individu manusia (kognitif, afektif, konatif, dan psikomotorik) dalam konteks interaksi sosial kultural (dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat) dan berlangsung sepanjang hayat. Konfigurasi karakter dalam konteks totalitas proses psikologis dan social kultural tersebut dapat dikelompokkan dalam olah hati (*spiritual and emotional development*), olah pikir (*intellectual development*), olah raga dan kinestetik (*physical and kinesthetic development*), dan olah rasa dan karsa (*affective and creativity development*) (Aqib dan Sujak, 2011:5).

Sementara itu, pemerintah dalam hal ini Badan Penelitian dan Pengembangan, Pusat Kurikulum Kementerian Pendidikan Nasional pada tahun 2011 telah merumuskan materi pendidikan karakter di sekolah dan madrasah yang mencakup aspek-aspek sebagai berikut: religius, jujur, toleransi, disiplin, kerja keras, kreatif, mandiri, demokratis, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, cinta tanah air, menghargai prestasi, bersahabat atau komunikatif, cinta damai, gemar membaca, peduli lingkungan, peduli sosial, dan tanggung jawab (Zamroni, 2011:168-170). Total meliputi 18 karakter. Langkah pendidikan karakter di sekolah dan madrasah meliputi perancangan, implementasi, evaluasi dan tindak lanjut. Sementara itu, dalam implementasi pendidikan karakter tersebut dilaksanakan dalam tiga kelompok kegiatan, yaitu: *pertama*, pembentukan karakter yang terpadu dengan pembelajaran pada mata pelajaran. Dalam desainnya, hal tersebut dimulai dengan pengenalan nilai secara kognitif, penghayatan nilai secara afektif, akhirnya ke pengamalan nilai secara nyata oleh peserta didik dalam kehidupan sehari-hari. *Kedua*, pembentukan karakter yang terpadu dengan manajemen sekolah. Dalam desainnya, berbagai hal yang terkait dengan karakter dirancang dan diimplementasikan dalam aktivitas manajemen sekolah. *Ketiga*, pembentukan karakter yang terpadu dengan ekstrakurikuler. Beberapa kegiatan ekstrakurikuler yang memuat pembentukankarakter antara lain: olahraga, keagamaan, seni budaya, kelompok ilmiah remaja, kepramukaan, latihan dasar kepemimpinan siswa, palang merah remaja, pasukan pengkibar bendera pusaka, dan lain sebagainya (Aqib dan Sujak, 2011:15-17).

Namun, hendaknya pelaksanaan pendidikan karakter di sekolah dasar dan madrasah ibtidaiyah tersebut tidak sekedar secara administrasi dipadukan dengan pembelajaran, manajemen sekolah, dan ekstrakurikuler saja, tetapi dalam mekanisme implementasinya secara spesifik semestinya juga menggunakan strategi aktivasi pikiran bawah sadar. Dengan demikian, upaya pembentukan karakter tersebut tidak sia-sia. Karena jika pembentukan karakter dilakukan pada wilayah gelombang beta atau pikiran sadar maka informasi (nilai-nilai karakter) yang masuk akan cenderung disaring dan dianalisis saja bukan untuk diterima dan langsung dilaksanakan. Tidak jarang nilai-nilai atau pengetahuan tentang karakter yang baik tersebut akan ditolak oleh *critical area* peserta didik jika hal itu tidak sesuai dengan *belief system* mereka.

Untuk itu, dalam upaya mengefektifkan upaya pelaksanaan pendidikan karakter di sekolah dasar dan madrasah ibtidaiyah melalui aktivasi pikiran bawah sadar maka dapat digunakan beberapa alternatif strategi sebagai berikut:

1) Mengenali karakter perkembangan *belief system* peserta didik

Anak usia sekolah dasar pada umumnya pada kisaran 7-12 tahun. Jika melihat kisaran usia tersebut, maka peserta didik tersebut sedang memasuki periode *modelling*. Pada periode ini, filter mental atau *critical area* peserta didik sudah mulai menebal tetapi belum menutup. Dengan demikian, tidak harus dengan cara yang khusus pun sesungguhnya masih mudah untuk menanamkan karakter ke dalam *belief system* peserta didik. Namun, untuk itu, perlu dipahami hal-hal yang dapat membentuk *belief system* peserta didik. Kemudian dari berbagai hal yang dapat membentuk *belief system* tersebut didesain sejumlah kegiatan-kegiatan dan aktivitas pembelajaran untuk pemrograman karakter yang diharapkan.

Sebagaimana diungkapkan oleh Adi W. Gunawan di atas bahwa *belief system* terbentuk melalui beberapa cara sebagai berikut yaitu: adanya informasi yang berulang-ulang (repetisi), informasi yang diterima bersifat *imprint* (Gunawan, 2008:32) (disampaikan oleh figur yang dipandang kompeten atau memiliki otoritas), informasi yang diberikan lewat suasana emosional yang tinggi dan mendukung, informasi yang diterima merupakan identifikasi yang diberikan dari keluarga atau kelompok sosialnya, dan informasi diterima dalam kondisi *Alpha* sehingga mengakibatkan kondisi hipnosis (Gunawan, 2008:37-41). Implikasi dari hal tersebut untuk pencapaian proses pendidikan karakter yang berhasil adalah: *pertama*, semua pengelola, baik guru maupun tenaga kependidikan harus mampu memberi contoh sekaligus menyampaikan secara berulang-ulang karakter yang diharapkan dikuasai peserta didik. Kemudian, memasang papan dan baliho pesan-pesan karakter yang diharapkan di tempat-tempat yang strategis. Selain itu, dibangun kedisiplinan dalam pelaksanaan proses pembelajaran maupun kegiatan sekolah lainnya. *Kedua*, guru sebagai pihak yang memiliki otoritas yang kuat bagi peserta didik harus mampu menunjukkan teladan dari berbagai karakter yang harus dikuasai oleh peserta didik. Untuk hal ini maka kerja keras, kesungguhan, dan komitmen dari semua guru di lingkungan sekolah harus diupayakan. *Ketiga*, karakter disampaikan dalam proses pembelajaran dengan gaya yang sesuai. Adanya keselarasan antara bahasa verbal dan non-verbal. Guru harus mampu membangun suasana hubungan yang akrab dengan peserta didik. Guru juga menunjukkan sikap yang empati terhadap situasi dan kondisi yang dialami peserta didik. Untuk hal ini, guru juga harus menunjukkan keselarasan baik bahasa verbal maupun bahasa non-verbal dengan peserta didik.

2) Mengaktifkan pikiran bawah sadar melalui *relaxation*

Nilai-nilai karakter agar tertanam dengan kuat pada peserta didik maka harus disampaikan dalam situasi dan kondisi yang tepat. Situasi tersebut harus mampu menciptakan kondisi relaks atau nyaman bagi peserta didik. Dalam kondisi tersebut, peserta



didik tidak merasa tertekan, terancam, stress, dan ketakutan. Namun, peserta didik justru merasa nyaman, damai, tenang, dan menyenangkan. Beberapa cara yang dapat ditempuh sebelum menyampaikan nilai-nilai karakter yang diharapkan yaitu: dengan menciptakan suasana ruang kelas yang relaks; penampilan guru yang rapi, tidak mencolok, dan bersih; serta menggunakan kalimat pembuka yang bisa menenangkan peserta didik, bukan memunculkan ketegangan.

### 3) Menciptakan kondisi *Alpha state*

Proses penyampaian nilai-nilai karakter harus dilakukan dalam kondisi peserta didik memasuki gelombang Alpha. Untuk menciptakan kondisi Alpha state di kelas, seorang guru dapat melakukan beberapa hal sebagai berikut: *pertama*, mendapatkan perhatian peserta didik; *kedua*, membangun tema; *ketiga*, menampilkan struktur dan peraturan yang detail; dan membangun hubungan keakraban (*rapport*) dengan peserta didik. Rapport dapat diciptakan dengan beberapa teknik sebagai berikut: *breathing*, mirroring, dan penggunaan bahasa-bahasa persuasif.

### 4) Menggunakan komunikasi pikiran bawah sadar

Di samping ketiga strategi di atas, satu hal lagi yang harus dilakukan agar karakter dapat tertanam kuat dalam pikiran bawah sadar peserta didik yaitu menggunakan komunikasi bawah sadar ketika menyampaikan proses pembelajaran baik di kelas maupun di luar kelas. Caranya yakni menggunakan komunikasi dua arah dari hati ke hati. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam komunikasi ini, yaitu: *pertama*, informasikan hal yang ingin disampaikan secara tegas dan jelas dengan gaya yang sesuai; *kedua*, kesesuaian cara penyampaian informasi, baik dari gesture, intonasi, maupun kekuatan kata-kata yang digunakan; dan *ketiga*, lakukan dalam kondisi atau situasi yang kondusif dan menjaga teritori peserta didik.

Dari uraian di atas dapat dipahami bahwa proses pembelajaran karakter di sekolah dasar melalui aktivasi pikiran bawah sadar dilakukan melalui suatu kegiatan pembelajaran yang menyenangkan, nyaman, menarik, menantang, dan relaks dengan memanfaatkan seluruh modalitas belajar peserta didik sehingga *critical area* terbuka. Didukung dengan pola relasi guru dan peserta didik yang terbangun *rapport*, proses pembelajaran di sekolah dasar memprogram karakter yang diharapkan pada peserta didik melalui afirmasi, visualisasi, pengaturan submodalitas, dan penggunaan bahasa-bahasa persuasif dalam suatu proses pembelajaran yang berpusat kepada peserta didik. Proses tersebut tercantum dalam rencana pelaksanaan pembelajaran, dilaksanakan dalam proses pembelajaran, dan dievaluasi selama proses maupun pada akhir pembelajaran secara berkelanjutan.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan yaitu: *pertama*, perilaku seseorang pada dasarnya merupakan gambaran dari *belief system* yang tumbuh dan berkembang dalam dirinya yang dibentuk melalui proses yang panjang selama periode kehidupan yang telah dilaluinya. *Belief system* terdapat dalam pikiran bawah sadar seseorang. Untuk mengakses, memprogram, ataupun memprogram ulang *belief system* tersebut maka dibutuhkan aktivasi pikiran bawah sadar. *Relaxation, mind focus and alpha state*, komunikasi bawah sadar, afirmasi, visualisasi, repetisi, penyampaian dengan emosi yang intens, dan penyampaian informasi oleh orang yang memiliki otoritas adalah sejumlah teknik yang dapat digunakan untuk mengaktifkan pikiran bawah sadar. *Kedua*, proses pembelajaran karakter di sekolah dasar melalui aktivasi pikiran bawah sadar dilakukan dengan melaksanakan kegiatan pembelajaran yang menyenangkan, nyaman, menarik, menantang, dan relaks dengan memberdayakan seluruh modalitas belajar peserta didik sehingga *critical area* terbuka.

Kemudian, didukung dengan pola relasi guru dan peserta didik yang terbangun *rapport*, proses pembelajaran di sekolah dasar memprogram karakter yang diharapkan pada peserta didik melalui afirmasi, visualisasi, pengaturan submodalitas, dan penggunaan bahasa-bahasa persuasif dalam suatu proses pembelajaran yang berpusat kepada peserta didik. Proses tersebut tercantum dalam rencana pelaksanaan pembelajaran, dilaksanakan dalam kegiatan pembelajaran, dan dievaluasi selama proses maupun pada akhir pembelajaran secara berkelanjutan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ali, M. (2009). *Pendidikan untuk Pembangunan Nasional*. Bandung: Imperial Bhakti Utama.
- Aqib, Zainal, dan Sujak. (2011). *Panduan dan Aplikasi Pendidikan Karakter*. Bandung: Yrama Widya.
- Azra, A. (2012). *Pendidikan Islam: Tradisi dan Modernisme di Tengah Tantangan Milenium III*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Fadjar, A. M. (1999). *Madrasah dan Tantangan Modernitas*, Cet. II, Bandung: YASMIN bekerjasama dengan Mizan.
- Gunawan, A. W. (2008). *The Secret of Mindset*, Cet. III, Jakarta: Gramedia.
- Hakim, A. (2010). *Hypnosis in Teaching*, Cet. II, Jakarta: Visimedia.
- Ismuzaroh, S. (2013). "Penerapan Hipnoteaching Melalui Neuro-Linguistic Programming Dalam Pembelajaran Kimia", *Jurnal Pendidikan IPA Indonesia*, Vol. 2 No. 2, <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/jpii>, hlm. 178-182.
- Karwati, E. dan Priansa, D. J. (2013). *Kinerja dan Profesionalisme Kepala Sekolah: Membangun Sekolah yang Bermutu*. Bandung: Alfabeta.
- Kesuma, D., Triatna, C., dan Permana, J. (2011). *Pendidikan Karakter: Kajian Teori dan Praktik di Sekolah*, Cet. II, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- KPAI, (2016). "Rincian Data Kasus Berdasarkan Klaster Perlindungan Anak, 2011-2016", *Bank Data Perlindungan Anak*, diunduh dari: <http://bankdata.kpai.go.id/tabulasi-data/data-kasus-per-tahun/rincian-data-kasus-berdasarkan-klaster-perlindungan-anak-2011-2016>, diakses tanggal 15 Maret 2018.
- Kunandar. (2013). *Penilaian Otentik (Penilaian Hasil Belajar Peserta Didik Berdasarkan Kurikulum 2013) Suatu Pendekatan Praktis Disertai dengan Contoh*, Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Latif, R. A. (2013). "Pengaruh Metode Hypnoteaching dalam Contextual Teaching and Learning terhadap Kemampuan Komunikasi dan Analisis Kritis Siswa di Kelas XI IPA di SMA Negeri 5 Yogyakarta". *Skripsi*. Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Mulyasa, E. (2013). *Pengembangan dan Implementasi Kurikulum 2013*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Prastowo, A. (2014). "Kebijakan Penilaian Autentik Dan Perbaikan Mutu Pendidikan Di Sekolah/Madrasah Dalam Kurikulum 2013", *Makalah*, Disajikan dalam Diskusi Ilmiah Dosen Tetap UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

- Sidi, I. J. (2003). *Menuju Masyarakat Belajar: Menggagas Paradigma Baru Pendidikan*. Cet. II, Jakarta Selatan: Paramadina bekerjasama dengan Logos Wacana Ilmu.
- Suryadi, A. (2014). *Pendidikan Indonesia Menuju 2025 Outlook: Permasalahan, Tantangan dan Alternatif Kebijakan*, Bandung: Remaja Rosakarya.
- Tim Penyusun SSI. (2013) *Hypno-Energetic*, Yogyakarta: Super Success Indonesia (SSI).
- UNDP. (2017). *Laporan Pembangunan Manusia / Human Development Report 2016: Ringkasan Indonesia*, diunduh dari: <http://www.id.undp.org/content/dam/indonesia/2017/doc/INS-HDR2016%20indonesia%20summary-final.pdf>, diakses tanggal 15 Maret 2018.
- Wong, Willy. (2010). *Membongkar Rahasia Hipnosis*, Cet.II, Jakarta: Visimedia.
- Yusuf, M. I. “Pengembangan Perangkat Pembelajaran Matematika Berbasis Pendidikan Matematika Realistik Dengan Strategi Hipnosis Materi Himpunan Kelas VII”, <http://journal.unikal.ac.id/index.php/lppm/articleview/File210146.pdf>, diunduh pada tanggal 1 April 2015, hlm.124-131
- Zamroni. (2011). “Strategi dan Model Implementasi Pendidikan Karakter di Sekolah” dalam Darmiyati Zuchdi (Ed.), *Pendidikan Karakter dalam Perspektif Teori dan Praktik*, Yogyakarta: UNY Press.
- Zamroni. (2011). *Dinamika Peningkatan Mutu*. Yogyakarta: Gavin Kalam Utama.