

## Menumbuhkan Kesadaran Diri Melalui Keyakinan Kelas

Harun Mustofa<sup>1\*</sup> dan Ana Fitrotun Nisa<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup> Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, Yogyakarta

\*Corresponding author: [harunmustofa51@guru.sd.belajar.id](mailto:harunmustofa51@guru.sd.belajar.id)

### 1. Abstrak

Kesadaran diri merupakan elemen kunci dalam pengembangan pribadi yang mendalam dan berkelanjutan, yang mengulas peran pentingnya keyakinan kelas dalam menumbuhkan kesadaran diri pada individu. Dalam konteks pendidikan keyakinan kelas merujuk pada keyakinan seseorang terhadap kemampuan dan potensi pribadinya dalam lingkungan pembelajaran. Dan membahas bagaimana keyakinan kelas dapat menjadi pendorong utama dalam merangsang refleksi diri, pengalaman emosi dan pemahaman akan tujuan hidup. Melalui tinjauan literatur, kami menyelidiki konsep kesadaran diri dan dampaknya terhadap perkembangan individu. Kami juga mengeksplorasi aspek- aspek penting dalam membentuk keyakinan kelas yang sehat dan positif. Selanjutnya kami menganalisis bagaimana keyakinan kelas yang kuat dapat mempengaruhi sikap terhadap tantangan, kegagalan, dan pencapaian. Bahwa keyakinan kelas dapat menjadi pendorong kuat dalam menggalang kesadaran diri yang lebih dalam. Melalui pendekatan pembelajaran yang holistik dan inklusif, individu dapat mengembangkan pandangan yang lebih positif tentang diri mereka sendiri, mengatasi hambatan internal, dan mencapai pertumbuhan pribadi yang signifikan. Oleh karena itu, memahami dan memanfaatkan potensi keyakinan kelas secara efektif dapat menghasilkan dampak yang dalam mengembangkan kesadaran diri yang berkelanjutan pada individu dan mencapai potensi penuh dalam kehidupan mereka. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keyakinan kelas yang kuat dapat berkontribusi pada peningkatan kesadaran diri, memberikan landasan bagi peningkatan kualitas hidup individu.

**Kata kunci:** Keyakinan kelas, kesadaran diri

## **2. Pendahuluan**

Pada era moderen ini, di tengah dinamika kehidupan yang terus berkembang, kemampuan untuk tumbuh dan mengembangkan diri menjadi esensial dalam mencapai keberhasilan dan kesejahteraan pribadi. Salah satu faktor krusial dalam perjalanan pertumbuhan ini adalah keyakinan kelas. Keyakinan ini melibatkan pandangan positif terhadap diri sendiri, yakin bahwa potensi dan kemampuan yang dimiliki mampu membawa pencapaian yang luar biasa. Namun masalah muncul di lingkungan sekitar, sistem pendidikan dan lingkungan sosial sering kali dapat meredam keyakinan kelas seseorang. Rendahnya penghargaan terhadap keberagaman bakat dan potensi individu, pengalaman kegagalan yang tidak dielaborasi, dan penilaian dari lingkungan sekitar dapat meruntuhkan keyakinan diri. Dalam banyak kasus, ini menghasilkan kurangnya kesadaran diri yang dalam, yang pada gilirannya dapat menghambat perkembangan pribadi yang berkelanjutan. Untuk itu menawarkan solusi konkret dalam bentuk pembelajaran yang ideal. Kami akan membahas bagaimana pendekatan pembelajaran yang inklusif, dan berpusat pada kekuatan individu dapat merangsang pertumbuhan keyakinan kelas. Membahas bagaimana integrasi pengalaman nyata dan pengembangan ketrampilan yang sesuai dengan minat dan potensi individu dapat mengatasi hambatan yang ditemui di sekolah.

### **3. Metode**

#### **3.1. Sampel Penelitian**

Metode penelitian ini adalah diskriptif kualitatif. Subjek penelitian ini adalah 15 siswa kelas VI SD Negeri Gambaran Wonosobo. Subjek penelitian terdiri dari 10 siswa perempuan dan 5 siswa laki-laki. Usia siswa yang menjadi subjek penelitian, sekitar 11 – 13 tahun.

#### **3.2. Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi, lembar dokumentasi dan wawancara. Lembar observasi adalah teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain. Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Menurut (Lestari et al., 2018a, 2018b)) metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme (tepatnya fenomenologi), yang digunakan untuk meneliti pada kondisi ilmiah di mana peneliti sendiri adalah instrumennya, teknik pengumpulan data dan di analisis yang bersifat kualitatif lebih menekankan pada makna. Metodologi penelitian kualitatif bertujuan untuk menganalisis dan mendeskripsikan fenomena atau obyek penelitian melalui aktivitas sosial, sikap dan persepsi orang secara individu atau kelompok.

#### **3.3. Pengumpulan Data dan Analisis Data**

Data yang diperoleh pada penelitian ini melalui observasi dan wawancara, pelaksanaan keyakinan kelas metode ini yang sering digunakan dalam penelitian kualitatif deskriptif dengan menggunakan sumber data primer.

## **4. Hasil dan Pembahasan**

### **4.1. Hasil**

#### Kesadaran diri

Kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenali perasaan dan mengapa seseorang merasakannya seperti itu dan pengaruh perilaku seseorang terhadap orang lain. Kemampuan tersebut diantaranya; kemampuan menyampaikan secara jelas pikiran dan perasaan seseorang, membela diri dan mempertahankan pendapat (sikap asertif), kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan diri dan berdiri dengan kaki sendiri (kemandirian), kemampuan untuk mengenali kekuatan dan kelemahan orang dan menyenangkan diri sendiri meskipun seseorang memiliki kelemahan (penghargaan diri), serta kemampuan mewujudkan potensi yang seseorang miliki dan merasa senang (puas) dengan potensi yang seseorang raih di tempat kerja maupun dalam kehidupan pribadi (aktualisasi). Orang yang kesadaran dirinya bagus maka ia mampu untuk mengenal dan memilih-milah perasaan, memahami hal yang sedang dirasakan dan mengapa hal itu dirasakan dan mengetahui penyebab munculnya perasaan tersebut. (Hadiawati, 2017)

#### Kecakapan Dalam Kesadaran Diri

Ada tiga kecakapan utama dalam kesadaran diri, yaitu:

- a. Mengenali emosi; mengenali emosi diri dan pengaruhnya.
- b. Pengakuan diri yang akurat; mengetahui sumber daya batiniah.
- c. Kepercayaan diri; kesadaran yang kuat tentang harga diri dan kemampuan diri sendiri.

### Manfaat Mempertinggi Kesadaran Diri

Melalui kesadaran, seseorang bisa menjadi sadar atas tanggung jawabnya untuk memilih. "Manusia adalah makhluk yang bisa menyadari dan oleh karenanya, bertanggung jawab atas keberadaannya". Seperti ungkapan Kierkegaard yang dikutip oleh Billington dalam bukunya "Living Philosophy An Introduction To Moral Thought", Bahwa eksistensi manusia merupakan pribadi yang bebas berkehendak dan mampu menentukan masa depannya sendiri, serta mampu mengarahkan perkembangannya. Tidak lagi membicarakan yang konkrit tetapi sudah menembus inti yang paling dalam dari manusia. Perpindahan pemikiran logis manusia ke bentuk religius ini hanya dijumpai lawan iman religius. (Danoebroto, 2012)

### Keyakinan kelas

Keyakinan kelas adalah salah satu disiplin positif yang bisa kita terapkan dalam membangun budaya positif di sekolah. Dengan adanya keyakinan kelas di setiap kelas diharapkan dapat mewujudkan tujuan pendidikan yang berorientasi kepada Profil Pelajar Pancasila. Mengapa keyakinan merupakan nilai-nilai kebajikan (prinsip-prinsip) universal yang disepakati bersama secara universal, lepas dari latar belakang suku, negara, bahasa maupun agama. Keyakinan akan lebih memotivasi seseorang dari dalam, atau memotivasi secara instrinsik

Keyakinan kelas haruslah berpihak kepada murid, dan dirumuskan bersama dengan murid demi membangun kemandirian mereka.

### Tujuan dari Penerapan Keyakinan Kelas

- Mewujudkan merdeka belajar pada anak, dan anak akan diberi kebebasan untuk mengemukakan pendapat tentang keyakinan- keyakinan kelas apa saja yang mereka inginkan serta menuangkan ide, pendapat dan juga gagasan mereka secara terbuka serta demokratis.
- Mewujudkan disiplin positif kepada anak, yang kemungkinan akan menjadi budaya positif dimana anak dapat menjalankan keyakinan kelas, yang telah disepakati bersama dengan kesadaran diri dan tanpa adanya tekanan.
- Membentuk karakter yang positif pada anak melewati kebiasaan-kebiasaan positif, perilaku positif, serta keteladanan dari seluruh warga sekolah ( guru dan murid)
- Menumbuhkan adanya semangat belajar anak.

Contoh Keyakinan Kelas di Sekolah yaitu Disiplin, saling menghormati dan menyayangi, mandiri

Contoh Pelaksanaan:

Pelaksanaan “Menumbuhkan Budaya Positif Melalui Keyakinan Kelas” bertujuan untuk:

1. Mengenalkan keyakinan kelas kepada peserta didik.
2. Menyusun keyakinan kelas bersama peserta didik.
3. Membiasakan penerapan keyakinan kelas untuk menumbuhkan *selfdiscipline* pada peserta didik. (Danoebroto, 2012)

Tantangan yang dihadapi terkait keyakinan kelas adalah dalam hal menanamkan keyakinan kelas pada peserta didik untuk menumbuhkan motivasi intrinsik dalam diri peserta didik. *Mindset* yang sudah tertanam selama ini adalah peraturan (bukan keyakinan) merupakan dasar mereka bertindak. Mematuhi peraturan dengan tujuan untuk menyenangkan dan mendapatkan nilai baik dari guru, serta berlaku sesuai aturan hanya agar tidak mendapatkan hukuman atau menghindari ketidaknyamanan. Sehingga untuk mengubah *mindset* peserta didik dan mengubah orientasi tindakan mereka dari motivasi ekstrinsik ke motivasi intrinsik inilah yang menjadi tantangan utama, perlu banyak waktu untuk berproses dan komitmen untuk mewujudkannya.

Berkaitan dengan penyusunan keyakinan kelas dan tantangan yang dihadapi terkait penerapan keyakinan kelas di atas, perlu adanya rencana tindak lanjut sebagai berikut.

1. Melakukan pembiasaan dalam penerapan keyakinan kelas di awal-awal pertemuan.
2. Membuka ruang komunikasi dengan peserta didik untuk mengakomodasi kebutuhannya.
3. Membiasakan diri untuk mengambil posisi kontrol sebagai manager.
4. Melakukan penanganan permasalahan peserta didik dengan segitiga restitusi. (Salim et al., 2022)

#### Cara Membuat Keyakinan Kelas

1. Siswa Menuliskan Keyakinan yang Mereka Inginkan

Guru bisa mengajak siswa untuk menuliskan keyakinan ataupun pertanyaan universitas yang mereka inginkan, selama masa proses pembelajaran dalam satu

semester ke depan. Hal ini penting untuk dapat menampung keinginan dari siswa, supaya lebih semangat lagi dalam belajar.

2. Guru dan Siswa Mengulas Keyakinan yang Telah tertulis  
Sesudah keinginan dari siswa tertampung, proses untuk merumuskan keyakinan kelas bisa dilanjutkan dengan cara mengulas keyakinan kelas.
3. Guru dan Siswa Memilah Keyakinan Kelas yang Penting  
Tahapan yang selanjutnya yaitu memilah berbagai keyakinan kelas yang penting. Jadi, bila terdapat pernyataan yang sejenis, dapat diambil salah satu yang paling universal.
4. Mengubah Keyakinan Kelas Menjadi Kalimat Positif  
Kemudian, proses untuk merumuskan keyakinan kelas dengan lanjut ke tahap untuk mengubah keyakinan kelas yang sudah ada, demi menjadi kalimat yang positif.
5. Mengecek dan Menyepakati Keyakinan Kelas  
Tahapan yang terakhir yaitu mengecek kembali keyakinan kelas serta menyepakati. (Nisa, 2023)

Tujuannya yakni supaya tidak ada keyakinan kelas yang rancu, dan semua pihak di kelas (siswa serta guru) bisa memegang tanggung jawab atas keyakinan kelas dengan baik.

Tolak ukur keberhasilan keyakinan kelas

- Terciptanya merdeka belajar bagi anak ( dengan bebas dalam mengemukakan berbagai pendapat demi keyakinan-keyakinan yang ingin mereka sepakati bersama)



- Anak didik dapat menjalankan kesepakatan kelas tanpa adanya tekanan
- Terjadinya komunikasi yang aktif antara guru dengan murid
- Anak didik dapat menjalankan keyakinan kelas dengan secara luas ( di sekolah dan juga dirumah) (Putri & Fakhruddiana, 2018)

#### Dampak dari Penerapan Keyakinan Kelas

- Terciptanya sebuah komunikasi yang harmonis antara guru dan siswa.
- Terlihatnya dan terasanya adanya motivasi belajar dari siswa yang meningkat, sesudah mereka diajak dalam berdiskusi terkait dengan hal-hal positif, untuk dapat membangun budaya serta disiplin positif.
- Pembelajaran yang berpihak langsung pada murid, tercipta dengan adanya keyakinan kelas yang sudah disepakati bersama dengan secara sadar serta terstruktur.
- Siswa dapat mengenal jika konsekuensi bukan pada hukuman, namun akibat dari adanya tindakan yang tidak tepat dan telah melanggar keyakinan kelas bersama.
- Terciptanya suasana belajar yang terasa menyenangkan, sebab setiap siswa memperoleh kesempatan yang sama untuk dapat belajar. (Achdiyati & Lestari, 2016)

#### **4.2. Pembahasan**

Penelitian ini dilaksanakan Pada Tanggal 17 Juli sampai dengan 29 Juli 2023 Subyek penelitian ini adalah siswa siswi kelas VI SD Negeri Gambaran.

Hasil analisis menunjukkan adanya keterkaitan yang kuat antara keyakinan kelas dan perkembangan kesadaran diri. Partisipan yang memiliki keyakinan kelas yang positif

cenderung memiliki tingkat kesadaran diri yang lebih tinggi. Keyakinan kelas memberikan motivasi internal untuk mengenali potensi diri dan mengatasi rintangan dalam perjalanan mencapai tujuan pribadi. Dalam membahas, implikasi dari temuan ini dibahas, termasuk bagaimana keyakinan kelas dapat dibangun melalui dukungan sosial, pendidikan, dan pengalaman positif.

Dalam penelitian ini, hambatan – hambatan seperti keterbatasan waktu, kurangnya sumberdaya, kurangnya pengetahuan dan ketrampilan guru, kurangnya motivasi siswa, dan kurangnya dukungan orang tua juga harus diselesaikan. Mencari solusi untuk memecahkan permasalahan tersebut.

Penyajian data mencakup keadaan awal dan hasil akhir dari pelaksanaan pemecahan masalah. Keadaan awal meliputi jumlah siswa yang kurang berpartisipasi kurangnya kesadaran diri, kepercayaan diri. Hasil akhir menunjukkan bahwa dengan kegiatan keyakinan kelas sangat berperan untuk menumbuhkan kesadaran diri anak. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan adanya dampak yang besar bagi anak untuk menumbuhkan kesadaran diri.

## **7. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pentingnya keyakinan kelas dalam menumbuhkan kesadaran diri yang mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keyakinan kelas yang kuat dapat memberikan landasan yang kokoh bagi individu untuk mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang diri mereka sendiri. Dengan memanfaatkan strategi yang membangun keyakinan kelas positif, individu dapat

melangkah menuju pertumbuhan pribadi yang lebih bermalna dan kualitas hidup yang lebih baik. Penelitian ini memberikan pandangan yang bernilai bagi pengembangan diri dan mendorong penelitian lebih lanjut dalam bidang ini.

## **8. Saran**

Guru dalam penyusunan keyakinan kelas perlu perencanaan tindak lanjut dengan mengupayakan pembiasaan dalam penerapan keyakinan kelas di awal-awal pertemuan. Membuka ruang komunikasi dengan peserta didik untuk mengakomodasi kebutuhannya. Membiasakan diri untuk mengambil posisi kontrol sebagai manager. Melakukan penanganan permasalahan peserta didik dengan segitiga restitusi.

## **9. Referensi**

- Achdiyat, M., & Lestari, K. D. (2016). Prestasi belajar matematika ditinjau dari kepercayaan diri dan keaktifan siswa di kelas. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 6(1).
- Danoebroto, S. W. (2012). Model pembelajaran matematika berbasis pendidikan multikultural. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi Dan Aplikasi*, 1(1).
- Hadiawati, L. (2017). Pembinaan Keagamaan Sebagai Upaya Meningkatkan Kesadaran Siswa Melaksanakan Ibadah Shalat (Penelitian Di kelas X dan XI SMK Plus QurrotaAyun Kecamatan Samarang Kabupaten Garut). *Jurnal Pendidikan UNIGA*, 2(1), 18–25.
- Lestari, S., Oktaviani, S., & Permana, I. (2018a). Pengaruh Campur Kode Dalam Bahasa Indonesia di Kalangan Mahasiswa IKIP Siliwangi Bandung. *Parole: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 1(3), 349–356.

- Lestari, S., Oktaviani, S., & Permana, I. (2018b). Pengaruh Campur Kode Dalam Bahasa Indonesia di Kalangan Mahasiswa IKIP Siliwangi Bandung. *Parole: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 1(3), 349–356.
- Monica, H., Kesumawati, N., & Septiati, E. (2019). Pengaruh model problem based learning terhadap kemampuan pemecahan masalah matematis dan keyakinan matematis siswa. *MaPan: Jurnal Matematika Dan Pembelajaran*, 7(1), 155–166.
- Nisa, A. F. (2023). DISIPLIN POSITIF MELALUI KEYAKINAN KELAS UNTUK MEWUJUDKAN PROFIL PELAJAR PANCASILA. *Dewantara Seminar Nasional Pendidikan*, 2(01).
- Putri, F. A. R., & Fakhruddiana, F. (2018). Self-efficacy guru kelas dalam membimbing siswa slow learner. *JPK (Jurnal Pendidikan Khusus)*, 14(1), 1–8.
- Salim, S., Karo-Karo, I. R., & Haidir, H. (2022). *Penelitian Tindakan Kelas: Teori dan Aplikasi Bagi Mahasiswa, Guru Mata Pelajaran Umum dan Pendidikan Agama Islam di Sekolah*.
- Yuliawan, H., & Nusantoro, E. (2020). Hubungan Antara Keyakinan Diri Dan Perilaku Disiplin Belajar Dengan Kemandirian Belajar Siswa Kelas XI SMK Se-Kabupaten Boja. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 124–138.