

EVOLUSI (DESIGN FOR CHANGE)

xxii + 305 hlm.; 15,5 x 23 cm

ISBN: 978-602-451-664-2

Penulis : Pendidikan Matematika 2019 UIN Sunan Kalijaga

Tata Letak : Wahyu Joko S

Desain Sampul : Wahyu Joko S

Cetakan : Januari 2020

Copyright © 2019 by Penerbit K-Media
All rights reserved

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang No 19 Tahun 2002.

Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun, baik secara elektris maupun mekanis, termasuk memfotocopy, merekam atau dengan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penulis dan Penerbit.

Isi di luar tanggung jawab percetakan

Penerbit K-Media
Anggota IKAPI No.106/DIY/2018
Banguntapan, Bantul, Yogyakarta.
e-mail: kmedia.cv@gmail.com

PENDIDIKAN SEPANJANG HAYAT MELALUI DESIGN FOR CHANGE

Dr. Muqowim, M.Ag.¹

Pengantar

Buku yang sedang Anda baca ini merupakan *ikhtiyar* (memilih langkah terbaik) menebarkan nilai-nilai positif dari para mahasiswa *undergraduate* dalam proses perkuliahan Pengantar Studi Islam kepada publik yang lebih luas. Semua isi buku ini berasal dari pengalaman langsung mahasiswa melakukan perubahan agar lebih bernilai positif. Hal ini antara lain dilandasi oleh pemikiran bahwa belajar tentang ajaran Islam hakikatnya merupakan pembiasaan mengimplementasikan nilai-nilai ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari, bukan menghafal ajaran agama, sebab nilai-nilai agama seharusnya dibumikan dalam konteks realitas, bukan melangit. Karena itu, melalui proses ini diharapkan mahasiswa lebih menyadari pentingnya nilai-nilai tersebut hidup dalam kenyataan. Di antara upaya untuk menghidupkan kualitas positif tersebut adalah melalui pendekatan partisipatif-ekperiensial (*participatory-experiential approach*). Melalui pendekatan ini, nilai ajaran Islam tidak menjadi ide yang bersifat kognitif-diskursif yang diperdebatkan melalui perkuliahan, namun lebih bersifat afektif yang dialami dan dirasakan sehingga hidup dalam diri setiap mahasiswa. Di antara model pembiasaan nilai adalah dengan Design for Change (DfC) yang terdiri dari empat tahapan, yaitu Feel, Imagine, Do, dan Share atau lebih sering disingkat dengan FIDS. Model ini

¹ Penulis adalah pembelajar dan pencari kearifan sepanjang hayat dalam Rumah Kearifan. Saat ini sebagai certified trainer Living Values Education (LVE) dalam Association for Living Values Education (ALIVE) International yang diterapkan lebih dari 80 negara. Dalam kapasitasnya sebagai trainer, penulis telah memberikan pelatihan lebih dari 700 kali di berbagai tempat khususnya lembaga pendidikan seperti PAUD, madrasah, sekolah, pesantren hingga perguruan tinggi, dalam dan luar negeri. Selain itu, dia juga sebagai konsultan pendidikan khususnya pendidikan nilai, karakter dan softskill. Saat ini dia juga sebagai dosen pada jenjang S1, S2, dan S3 di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Korespondensi dapat dilakukan via HP. 0818256675 atau email: muqowim71@yahoo.com.

terinspirasi dari Riverside School yang dikembangkan oleh Kiran Bir-Sethi di India. Selama satu semester, setiap mahasiswa membuat 14 proyek menghidupkan nilai di tempat masing-masing sesuai dengan kebutuhannya sendiri.

Pendidikan Sepanjang Hayat

Ajaran Islam menganjurkan pentingnya pendidikan sepanjang hayat, *uthlub al-'ilm min al-mahd ila al-lahd*, tuntutlah ilmu mulai dari ayunan sampai liang lahad. Mengapa *long life education*? Pendidikan adalah sebuah *process of becoming*. Hidup adalah kata kerja (*verb*), bukan kata benda (*noun*). Perjalanan hidup setiap orang sangat dinamis, naik-turun, kadang berhasil dan kadang gagal, kadang di atas dan kadang di bawah. Hidup laksana roda yang selalu berputar. Tidak selamanya kita di bawah dan tidak selamanya kita di atas. Yang terpenting adalah bagaimana kita memaknai kehidupan, sebab hidup memang untuk mencari makna, bukan mencari makan.

Kehidupan selalu berjalan dinamis. Mengapa? Sebab, problem dan tantangan hidup selalu berubah. Di sisi lain, kebutuhan manusia juga selalu berubah. Hal ini seiring dengan pertumbuhan (*growth*) dan perkembangan (*development*) manusia yang selalu berubah. Pertumbuhan lebih terkait dengan dimensi fisik yang terkait dengan ruang dan waktu. Sedangkan perkembangan terkait dengan dimensi psikologi dan spiritual. Untuk dapat mengatasi setiap persoalan yang dihadapi secara personal dan sosial setiap orang memerlukan alat yang memadai yang disebut dengan ilmu pengetahuan dan teknologi. Untuk menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi diperlukan proses pendidikan. Proses ini dapat berlangsung di mana saja, tidak terbatas pada lembaga pendidikan formal, namun juga pendidikan informal (lingkungan keluarga) dan pendidikan non-formal (masyarakat) bahkan media sosial. Dengan pertimbangan tersebut pendidikan hakikatnya adalah sebuah proses transformasi diri dan sosial yang dapat berlangsung di mana saja.

Proses transformasi diri dimulai dari lingkungan keluarga baik keluarga inti (*nuclear family*) maupun keluarga besar (*extended family*). Keluarga inti terdiri dari ayah, ibu dan anak, sedangkan keluarga besar ditambah dengan anggota keluarga lain seperti kakek, nenek, paman, bibi, sepupu, dan keluarga dari unsur lainnya. Proses transformasi diri penting dilakukan sebab ketika seorang anak dilahirkan kualitas jiwa yang awalnya sempurna diberikan oleh Allah berkurang atau bahkan hilang yaitu kedamaian, cinta, kebahagiaan, daya dan kemurnian, karena lingkungan yang tidak memungkinkan kualitas-kualitas tersebut hidup dan berkembang dengan baik. Di antara lingkungan yang tidak memungkinkan nilai-nilai tersebut hidup adalah suasana penuh egoisme, arogansi, kemarahan, kelekatan pada dunia, nafsu dan keserakahan.

Proses transformasi di lingkungan pendidikan formal juga perlu ditekankan sebab selain keluarga, lembaga pendidikan formal juga seperti pendidikan anak usia dini (PAUD), pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi. PAUD menempati peran paling sentral dalam proses pendidikan formal sebab pada jenjang inilah sekitar 80% karakter manusia terbentuk. Anak pada usia ini dikenal juga sebagai golden age yakni usia sebelum enam tahun. Begitu urgensinya usia emas, wajar kalau Gordon Dryden dan Jeannette Vos dalam *The Learning Revolution* mengatakan bahwa "all children are born genius and we spend the first years of their life degeniusing them". Karena itu, para pendidik di jenjang ini perlu lebih optimal dalam membiasakan karakter peserta didik.

Orang tua dan guru pada jenjang PAUD perlu lebih sinergi menghidupkan karakter positif setiap anak sebab pembiasaan yang positif di lingkungan keluarga perlu dijaga dan ditingkatkan kualitasnya ketika di PAUD. Sebaliknya, ketika ada kebiasaan negatif yang ada di lingkungan keluarga, pendidik di PAUD seharusnya mengembalikan kualitas positif. Sinergi ini semakin penting dilakukan saat ini sebab di era Revolusi Industri 4.0 ini segala hal dapat diakses dengan mudah, cepat dan instan terutama dengan maraknya media sosial seperti WA, *facebook*, *twitter* dan media *online* lain yang berdampak pada kemudahan akses informasi dan pola komunikasi yang berubah. Yang menjadi persoalan banyak *content* yang ada di *social media*

cenderung negatif yang dapat mempengaruhi *mindset* negatif bagi penggunanya terutama anak-anak.

Jenjang pendidikan formal terpenting kedua adalah pendidikan dasar yakni sekolah dasar atau madrasah ibtidaiyah. Mengapa level ini sangat penting? Sebab, jenjang pendidikan SD/MI inilah pendidik perlu lebih memperhatikan setiap karakter setiap peserta didik. Meskipun mereka sudah melewati usia emas yang ditempuh pada PAUD, para pendidik tingkat dasar harus lebih memperhatikan karakter tiap peserta didik. Jika ternyata karakter peserta didik sudah positif maka tugas pendidik menjaga dan meningkatkan karakter tersebut. Sebaliknya, jika karakter yang dimiliki peserta didik adalah negatif maka tugas pendidik mengubahnya agar menjadi positif. Pada jenjang ini tantangan lebih berat dibandingkan jenjang PAUD sebab karakter peserta didik sudah terbentuk di jenjang PAUD.

Berdasarkan gambaran di atas, dapat dipahami bahwa salah besar ketika pendidikan karakter diberikan pada jenjang lebih tinggi, apalagi perguruan tinggi, sebab hampir semua karakter peserta didik sudah terbentuk. Pendidikan tinggi lebih tepat membicarakan karakter secara akademik-teoretis. Konsep karakter lebih dijadikan sebagai obyek penelitian, diperdebatkan dan dikonseptualisasikan. Akan lebih baik jika semua jenis paradigma riset yaitu *positivistic paradigm*, *interpretive paradigm* dan *transformative paradigm*. Paradigma pertama lebih menekankan pada tinjauan teoretis dari sebuah obyek penelitian. Peneliti sebagai subyek sedangkan yang diteliti sebagai obyek. Peneliti menggunakan kerangka teori tertentu untuk menghakimi (*judging*), menganalisis (*analyzing*), dan mengukur (*measuring*) sebuah fenomena.

Proses Reflektif

Sebuah tulisan menarik dipasang di Griya Dunamis, sebuah Pusat Pelatihan yang dikelola oleh Franklin Foundation di daerah Puncak Bogor. Tulisan tersebut adalah "reading without reflecting is like eating without digesting", yang kurang lebih artinya membaca tanpa melakukan refleksi

laksana makan tanpa dicerna. Bayangkan jika kita makan tapi tanpa dicerna, makanan tersebut tidak bisa menjadi zat atau gizi dan energi dalam tubuh kita. Makanan tersebut hanya lewat begitu saja dari mulut sampai kita keluarkan. Bagaimana dengan bacaan kita? Semua yang kita baca laksana tumpukan data atau pengetahuan tapi tidak akan menjadi gagasan yang menggerakkan, ruh yang menginspirasi atau memotivasi menuju perubahan. Karena itu, refleksi menjadi sangat penting jika kita mau melakukan perubahan berdasarkan pengetahuan dan pengalaman yang kita miliki. Dalam konteks ini, menarik pernyataan dari salah seorang futurolog kenamaan Alvin Toffler terkait dengan makna literasi.

Menurut Toffler, "The illiterate of the 21st century will not be those who cannot read and write, but those who cannot learn, unlearn, and relearn." Makna dari statemen tersebut kurang lebih adalah yang dimaksud dengan orang yang buta huruf pada abad ke-21 bukanlah orang yang tidak dapat membaca dan menulis, namun mereka yang tidak dapat *learning, unlearning* dan *relearning*. *Learning* dapat dimaknai sebagai proses belajar, mengkonstruksi (*constructing*), mengumpulkan pengetahuan dan pengalaman sebanyak mungkin untuk menghadapi kehidupan nyata. Proses *constructing* ini tidak hanya melalui bacaan semata namun juga melalui pengindraan lain seperti melihat, mendengar, meraba, dan mencium. Hasil proses tersebut berupa pengetahuan dan pengalaman. Secara normal, semakin panjang usia semakin kaya pengetahuan dan pengalaman. Hanya saja, banyaknya pengetahuan dan pengalaman yang kita miliki tersebut belum tentu membuat kita lebih dewasa dan matang, sebab panjangnya usia ini baru sebatas *chronological age* (usia kronologis), bukan *mental age* (usia mental). Usia mental yang kita miliki tidak berbanding lurus dengan usia kronologis kita. Usia mental terkait dengan kematangan seseorang seperti kemampuan mengambil keputusan, menyelesaikan masalah, membangun komunikasi, kemampuan bekerjasama, toleran, menghargai, bertanggung jawab, komitmen dan berintegritas. Orang yang secara kronologis berusia 60 tahun belum tentu usia mentalnya juga 60 tahun. Boleh jadi usia kronologisnya 60 tahun tapi usia mentalnya baru 20 tahun. Sebaliknya, boleh jadi ada orang yang secara kronologis baru berusia 20 tahun, namun usia

mentalnya setara dengan 60 tahun. Karena itu, kita mungkin ingat ada istilah “tua itu pasti dan dewasa itu pilihan”. Pilihan terkait dengan kemampuan memilih alternatif yang terbaik. Hal ini dilakukan dengan proses *unlearning*.

Unlearning dapat dimaknai sebagai proses *deconstructing*, yaitu melakukan refleksi dan kontemplasi atau perenungan atas pengetahuan dan pengalaman yang telah kita miliki. Dalam QS. Al-Hasyr ayat 18, proses *unlearning* adalah kegiatan *wal-tandzur*, merenungkan, mengkaji, mengevaluasi dan menganalisis atas pengetahuan dan pengalaman yang telah dimiliki. Banyaknya jumlah pengetahuan dan pengalaman yang kita miliki tidak akan mengubah diri kita kalau tidak kita sadari, kita renungkan, dan kita jadikan sebagai gagasan untuk mengubah diri. Yang pertama perlu kita lakukan adalah melakukan *self-awareness*, kesadaran diri tentang semua yang pernah kita alami. Di antara cara paling sederhana yang dapat kita lakukan adalah berhenti sejenak melihat apa yang dapat kita ambil nilainya dari kegiatan hari ini sejak bangun tidur sampai di tempat ini. Kadang kita hanya memikirkan atau merenungkan hal-hal yang besar seperti kecelakaan, banjir, gempa bumi atau bencana besar lain. Padahal, kita bisa belajar banyak dari seekor nyamuk. Ajahn Brahm, Kepala Vihara di Perth Australia dalam buku *Si Cacing dan Petualangannya* mengatakan bahwa kita bisa belajar kesabaran dari nyamuk, bahkan kita dapat belajar menahan diri untuk tidak membunuh sesama makhluk. Bukankah kita diutus oleh Allah SWT sebagai rahmat bagi seluruh alam? Bukan hanya untuk manusia, tapi juga untuk binatang, tumbuhan, bahkan benda mati sekalipun. Dari proses *self-awareness* inilah kemudian muncul *self-understanding*, pemahaman diri tentang siapa kita, kelebihan dan kelemahan yang kita miliki. Dengan proses ini kita punya peta diri secara utuh sejak kita dilahirkan sampai saat ini. Dengan *self-understanding* ini kita akan mampu mengendalikan diri (*self-control*).

Unlearning dapat juga kita sebut sebagai proses *mubasabatun-nafs*, melakukan “penghitungan” diri sendiri atas “sepak terjang” kita di masa lalu. Tanpa proses ini tidak ada perbaikan apa pun yang kita lakukan. Bahkan, kita tidak sadar sedang melakukan apa saat ini. Allah SWT pun mengecam orang yang sedang shalat tanpa disertai kesadaran. *Fa-wailulil-mushallin*. Celakalah orang yang shalat, yaitu orang yang tidak sadar kalau sedang shalat, orang

yang shalat tapi ingin dilihat orang lain, dan orang yang shalatnya tidak berdampak pada realitas hidup dengan memecahkan problem sekitar seperti membela kaum lemah dan menyantuni anak yatim. Surat al-Ma'un mengingatkan kita pentingnya mempunyai kesadaran diri atas apa yang sedang kita lakukan. Sebab, ketika kita tidak sadar sedang melakukan aktifitas apa sebenarnya kita ibarat robot yang dikendalikan oleh sesuatu di luar diri kita, termasuk alam bawah sadar kita. Dalam bahasa Sir Muhammad Iqbal, kita mempunyai kesadaran mistik, di mana kita diombang-ambing oleh cakrawala [realitas]. Seharusnya kita mempunyai kesadaran profetik di mana kita mampu mengendalikan cakrawala [realitas].

Jadi, dengan proses *unlearning* ini kita belajar memetakan [*mapping*] dan mengendalikan diri [*self-control*]. Kita tahu apa yang seharusnya kita lakukan untuk menjadi lebih baik. Kita mulai menyadari apakah kita sudah mempunyai visi hidup atau belum. Kita juga tahu apakah kita lebih berorientasi jangka pendek, di dunia, atau jangka panjang, di akhirat. *Wal-akhiratu khairul-laka minal-ula*. Dari proses kedua ini juga kita dapat menganalisis setiap yang kita alami dari aspek penyebab, akibat yang ditimbulkan, sampai jalan keluar yang dapat diambil. Proses kedua inilah yang kemudian mengantar kita pada proses ketiga yaitu *relearning*.

Relearning adalah proses rekonstruksi atau *li-ghad* dalam QS al-Hasyr ayat 18. Proses ini menjadikan kita punya *dream*, *goal setting*, cita-cita dan *planning* tentang apa yang akan dilakukan. Kita bisa membayangkan apa yang akan terjadi dalam diri kita dalam 10 tahun yang akan datang. Kita diingatkan oleh seorang John Goddard yang di usia 15 tahun menuliskan mimpinya sebanyak 127 hal. Di usia 50 tahun lebih dari 100 mimpinya terwujud. Kita juga diingatkan oleh seorang Merry Riana dalam bukunya *Mimpi Sejuta Dolar*, sebuah buku kisah nyata meraih mimpi terbebas dari masalah keuangan di usia 30 tahun, ternyata di usia 26 tahun mimpinya terwujud dengan punya penghasilan sekitar 10 milyar per bulan. Bagaimana dengan kita orang Islam? Dalam QS al-Hasyr ayat 18 kita diingatkan untuk juga mempunyai mimpi hidup. Hanya saja, satu hal yang belum kita miliki, yaitu keyakinan. Keyakinan bahwa kita hebat, boleh bermimpi setinggi langit. Keyakinan bahwa kita

diciptakan Allah SWT *limited edition*, satu-satunya di dunia. Tidak ada satu orang pun yang sama di dunia, sehingga tidak perlu ada saingan. Sebab, semua hebat di bidangnya masing-masing.

Napoleon Hill pernah mengatakan, jika kita ingin tiap hari ada keajaiban (*miracle*) dalam diri kita, maka milikilah satu hal, yaitu KEYAKINAN (*belief*). Keyakinanlah yang membuat kita mempunyai *dream*. Keyakinanlah yang membuat kita mantap melangkah sebab punya arah mau kemana. Semakin jelas mimpi kita, maka semakin yakinlah kita dalam menghadapi hidup. Langkah kita semakin jelas. Strategi juga makin jelas. Sebuah survey tentang mimpi menunjukkan, hanya 3% orang yang punya mimpi dan ditulis. Sepuluh tahun berikutnya kelompok ini menjadi orang yang sangat sukses. 10% orang punya mimpi tapi tidak ditulis, sepuluh tahun berikutnya menjadi orang sukses. 60% orang punya mimpi tapi tidak jelas, setelah sepuluh tahun menjadi orang biasa saja. Dan 27% orang tidak punya mimpi, ketika 10 tahun berikutnya dicek menjadi orang gagal. Secara personal dan institusional kita bisa mewujudkan mimpi kita asal ditulis dan diyakini berhasil. Dalam sebuah lembaga, apapun lembaga tersebut, asal semua elemen mempunyai satu mimpi maka akan terwujud. Namun, jika hanya ada satu elemen yang punya mimpi dan yakin sedangkan elemen lain tidak yakin, maka mimpi tersebut sulit diwujudkan.

Keyakinan yang paling tinggi adalah bahwa semua mimpi kita tersebut akan diwujudkan Allah SWT sebab Dia berfirman berdoalah, mintalah pada-Ku, maka akan Aku kabulkan. Berdoa adalah bermimpi. *Alaisallahu bikafin 'abdah*. Bukankah Allah SWT sudah cukup bagi hamba-Nya untuk semua urusan. Dalam shalat kita juga pasti kita membaca *iybaka na'budu wa-iybaka nasta'in*, HANYA kepada-Mu ya Allah kami menyembah dan hanya kepada-Mu ya Allah kami minta pertolongan. Bukankah ada peribahasa, *man proposes and God disposes?* Hanya saja, selama ini kita lebih bergantung pada selain Allah SWT. Kita mengadu kepada-Nya hanya ketika tidak ada jalan keluar, baru ingat Allah SWT. Alangkah indahnya jika semua yang akan kita lakukan kita ajukan dulu, kita komunikasikan dulu, kepada Allah SWT. Ajukan apa pun permasalahan yang kita hadapi kepada Allah SWT, Dia pasti mendengar dan

mengabulkan. Namun, coba kalau kita berkeluh kesah kepada orang, bisa-bisa kita malah bertambah masalah.

Tiga hal yang sebutkan di atas, mulai dari *learning*, *unlearning* dan *relearning*, merupakan proses mengubah *mindset* menjadi pribadi tercerahkan, unggul dan menjadi rahmat bagi seluruh alam. Apa yang kita alami saat ini, nasib kita hari ini tidak lain adalah wujud *mindset* yang kita miliki. Sebab, *mindset* merupakan seperangkat pola berpikir yang mempengaruhi sikap, tindakan, dan langkah di masa depan. Allah SWT telah memberikan cap, stempel hebat dalam diri kita, hanya saja kita belum mengambil dan meyakini cap tersebut. Dalam QS Ali Imran ayat 139, Allah SWT berfirman yang artinya: “Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman”. Ini merupakan “ayat anti galau”. Sebab, oleh Allah SWT kita tidak diperbolehkan merasa lemah [terhina] dan bersedih. Perasaan ini muncul sebagai perwujudan ketiadaan keyakinan [iman] dalam diri kita. Allah telah memberikan stempel “al-a’launa” derajat paling tinggi. Derajat ini dapat dicapai jika kita punya iman. Rhenald Kasali pernah mengatakan jika kita ingin menjadi orang hebat, maka ubahlah pola berpikir kita dari “SEEING IS BELIEVING” menjadi “BELIEVING IS SEEING”.

Akhirnya, ketiga hal mengubah *mindset* di atas sebenarnya merupakan penerapan prinsip KAIZEN, yaitu *continuous quality improvement*, peningkatan kualitas diri secara berkelanjutan. Dalam *kaizen* kita mengenal langkah PDCA, yakni *Plan*, *Do*, *Check* and *Action* yang seharusnya selalu kita laksanakan di mana pun berada, apa pun profesi kita. Hal yang sama juga dapat diterapkan dalam hidup kita, bahwa hidup harus terus berubah lebih baik. Maka, setiap pergantian waktu baik tahun, bulan, bahkan hari kita memulai babak baru mengubah nasib masa depan dengan mengubah *mindset* dengan proses *self-awareness*, *self-understanding*, *self-control*, dan *self-changing*.

Living Values and Spirituality dengan Design for Change (DfC)

Salah satu cara untuk lebih membumikan nilai-nilai agama adalah dengan teori perubahan model Design for Change (DfC) yang diperkenalkan oleh Kiran Bir Sethi India. Sebagaimana telah disebutkan di atas bahwa ada empat tahapan yang perlu kita lakukan untuk membuat perubahan, yaitu Feel, Imagine, Do, dan Share. Tahapan FEEL menekankan pada kegelisahan atau masalah yang kita hadapi baik secara personal maupun institusional. Masalah berarti adanya jurang antara harapan dengan kenyataan, apa yang kita inginkan belum sesuai dengan kenyataan. Sebagai ilustrasi seharusnya kita bahagia tapi kenyataan kita belum bahagia, seharusnya kita penuh kedamaian namun faktanya kita sering galau, gelisah, dan penuh ketegangan, dan seharusnya kita bisa tepat waktu dalam melakukan kegiatan atau target namun kita cenderung mengulur waktu. Selain itu, secara kelembagaan atau dalam komunitas, kadang kita merasakan ada yang perlu diubah atau diperbaiki. Dalam konteks ini, perlu menyatukan persepsi bersama tentang apa yang perlu diperbaiki. Hal ini terkait dengan identifikasi masalah atau memilih masalah paling prioritas di sekitar kita. Di samping itu, faktor utama akar masalah juga penting dilihat secara bersama. Bagi satu orang boleh jadi menjadi masalah tapi bagi orang lain bukan masalah.

Setelah mengidentifikasi masalah dan menentukan akar masalah, langkah kedua, IMAGINE, perlu dilakukan. Fokus dari langkah ini adalah membayangkan apa yang seharusnya terjadi, misalnya jika yang dirasakan pesimis, maka yang dibayangkan adalah optimis. Jika yang dirasakan sedih, maka yang dibayangkan adalah bahagia. Kalau FEEL lebih berorientasi masa lalu, maka IMAGINE berorientasi pada masa depan. Yang pertama cenderung *problem-based*, yang kedua berorientasi *solution-based*. Fokus dari tahap imajinasi adalah kondisi yang diharapkan, mimpi, atau solusi dari tahap pertama. Solusi yang dibayangkan sangat ditentukan oleh kemampuan kita memilih masalah prioritas sekaligus penyebab utama dari masalah yang sedang kita hadapi.

Tahap selanjutnya adalah DO, yang mencakup rencana (PLAN) dan implementasi (IMPLEMENT) dari harapan atau solusi yang sudah kita pilih.

Rencana terkait dengan berbagai langkah yang diperlukan untuk mewujudkan rencana atau harapan yang telah dibuat pada tahap kedua. Semakin konkret rencana semakin jelas langkah yang akan kita ambil. Implementasi sangat ditentukan oleh kejelasan rencana untuk menyelesaikan masalah sesuai dengan yang dibayangkan. Pada tahap ketiga ini, kita harus betul-betul melaksanakan rencana yang telah dibuat, baik terkait dengan waktu maupun tempat. Karena itu, kita perlu membuat batasan waktu pelaksanaan dari rencana yang telah kita buat agar lebih jelas melihat keberhasilannya.

Setelah tahap ketiga dilaksanakan, maka tahap terakhir dari DfC adalah SHARE. SHARE artinya kita berbagi pengalaman dan inspirasi dari cara mengatasi masalah yang kita hadapi dengan langkah-langkah yang telah direncanakan. Pada tahap ini, belum tentu semua rencana dan langkah yang kita rencanakan berhasil mengatasi, sebab boleh jadi ada faktor lain yang mempengaruhi. Rencana yang berisi langkah-langkah menuju harapan boleh jadi tidak optimal. Karena itu, kita perlu berbagi tentang berbagai hal yang mendukung dan menghambat implementasi langkah dari rencana yang dibuat. SHARE bisa berupa tulisan ataupun lisan. Secara tertulis, hasil implementasi dapat berupa laporan naratif atau bergambar yang menggambarkan langkah-langkah yang telah dilakukan. Sementara itu, secara lisan, *sharing* dapat berupa presentasi dari hasil perubahan. Yang juga perlu diperhatikan pada tahap terakhir ini adalah melakukan refleksi untuk mengambil pelajaran (*best-practice*) dari desain perubahan yang telah kita buat.

Empat langkah dalam DfC hakikatnya merupakan cara praktis untuk menghidupkan nilai dan spiritual dalam konteks keseharian. Nilai positif yang kurang atau belum kita hidupkan akan lebih mudah dilihat keberhasilannya dengan model DfC sebab kita mulai dari kegelisahan (FEEL), membayangkan yang diharapkan (IMAGINE), melakukan rencana (DO), dan berbagi pengalaman (SHARE) dari implementasi rencana yang telah kita buat untuk mewujudkan harapan menghidupkan nilai positif. Dengan DfC ini kita akan mengetahui tingkat keberhasilan dalam mengatasi persoalan menghidupkan nilai dan spiritual. Dengan cara ini kita dapat selalu meningkatkan kualitas

nilai dan spiritual kita di masa mendatang. Di sinilah akan terjadi *continuous quality improvement*.

Penutup: *Managing Yourself*

Ada sebuah “ungkapan” yang patut direnungkan bahwa di dunia ada dua hal yang tidak dapat diubah yaitu masa lalu dan orang lain. Kita tidak bisa mengubah masa lalu walaupun peristiwa yang baru saja terjadi, namun kita bisa mengambil pelajaran atau nilai dari setiap peristiwa tersebut. Karena itu mengapa ada *proverb* “*experience is the best teacher*”, pengalaman [masa lalu] adalah guru terbaik, tentu bagi orang yang mampu menjadikan pengalaman tersebut sebagai guru. Kita tidak dapat mengubah orang lain, artinya orang lain tidak sekedar orang di luar kita, namun dapat juga berupa semua peristiwa yang ada di sekitar kita. Kita tidak dapat mengendalikan semua orang dan kejadian di luar diri kita. Yang dapat kita lakukan adalah mengubah diri sendiri. Kita dapat mengendalikan perasaan, pikiran, perkataan, tulisan dan tindakan kita sendiri. Yang lebih sering terjadi, kita merasa sedih atau bermasalah karena stresor di luar diri kita. Kalau kita dapat mengendalikan diri secara positif, maka semua akan baik-baik saja. Menurut ajaran agama Islam setiap orang adalah pemimpin, setiap pemimpin akan dimintai pertanggungjawaban dari semua yang dilakukan.

Inti dari kepemimpinan adalah pengaruh. Pengaruh artinya memberikan warna, mengendalikan, mengubah atau menggerakkan. Kepemimpinan diri (*inner-leadership*) artinya kemampuan mempengaruhi diri kita sendiri dari dalam. Mengelola diri dengan baik agar lebih positif. Dengan kepemimpinan diri kita diingatkan untuk memiliki kemampuan mempengaruhi setiap pikiran, perasaan, perkataan, tulisan dan tindakan kita. Tidak mengherankan jika sebuah buku yang berjudul *Management Tips* karya tim dari Harvard Business Review menekankan pentingnya *managing yourself* (mengelola diri kita sendiri terlebih dahulu). Menurut karya ini mengelola semua urusan tidak akan berhasil tanpa dimulai dari kemampuan mengelola

diri sendiri. Keberhasilan mengelola diri sendiri akan mempengaruhi keberhasilan dalam mengelola orang lain dan semua urusan.

Semua tulisan dalam buku ini merupakan contoh konkret tentang bagaimana membiasakan mengubah diri kita dari kondisi yang cenderung negatif seperti pikiran, perasaan, lisan, tulisan dan tindakan kita menjadi lebih baik dan positif. Model Design for Change (DfC) yang pernah ditawarkan oleh Kiran Bir Sethi dari India hanyalah sebuah contoh yang sudah terbukti berhasil dalam mengubah kebiasaan (*habit*) negatif menjadi positif, atau meningkatkan kualitas agar lebih positif lagi. Perubahan diri model DfC tentu hanya menjadi *trigger* saja, sebab model ini sebatas latihan yang dilakukan secara formal, karena penugasan, namun keberhasilan dalam mengubah diri akan sangat tergantung pada masing-masing individu, apakah memang ingin berubah dari dalam ataukah karena "modus agar tampak berubah lebih baik". Pada akhirnya setiap yang kita lakukan, positif ataupun negatif, akan kembali kepada diri kita sendiri.

Dalam konteks pendidikan, pembiasaan karakter positif bagi calon pendidik tentu sangat diperlukan sebab dari lima kompetensi guru, yakni profesional, pedagogik, kepribadian, sosial dan leadership, tiga kompetensi terakhir yang sangat mempengaruhi keberhasilan seorang pendidikan sebab ketiganya termasuk kategori *softskill*, sedangkan dua kompetensi pertama termasuk *hardskill*. Yang perlu kita renungkan adalah mayoritas lembaga pendidikan, khususnya pendidik, lebih fokus mengembangkan *hardskill* daripada *softskill*. Bahkan menurut Rhenald Kasali, lebih dari 90% pendidik di Indonesia lebih menekankan *hardskill* daripada *softskill*. Hanya sekitar 10% pendidik yang fokus pada *softskill*. Mereka inilah yang termasuk guru inspiratif. Di antara ciri guru inspiratif adalah guru yang mendidik (*caregiving*) dan menyentuh (*touching*), bukan mengajar (*teaching*); guru yang melakukan proses pembelajaran sebagai sebuah panggilan (*calling*), bukan karena tuntutan formalistas-administratif, apalagi terpaksa menjadi guru karena tidak diterima di dunia kerja yang lebih menjanjikan.

Akhirnya, Ibn Sina dalam bukunya *Al-Qanun fi al-Thibb* mengatakan “tidak ada pasien yang putus asa, yang ada adalah dokter yang buruk”. Kondisi emosi pasien sangat dipengaruhi oleh kondisi emosi dokter. Energi yang dimiliki dokter akan menyebar mempengaruhi kondisi pasien. Dokter yang mempunyai kualitas diri positif akan membuat pasien lebih positif, mempercepat proses penyembuhan, optimis, dan nyaman. Sebaliknya, dokter yang mempunyai kualitas diri negatif akan menyebabkan pasien putus asa, mungkin penyakitnya menjadi lebih parah, menurun atau memburuk, dan tidak punya harapan. Hal yang sama juga berlaku untuk proses pendidikan. Kualitas diri pendidik sangat mempengaruhi kualitas diri peserta didik. Karena itu, setiap pendidik seharusnya mampu menampilkan diri sebagai model positif selama proses pembelajaran ketika berhadapan dengan peserta didik. Setiap pendidik seharusnya mampu menampilkan diri sebagai *living positive model* bagi peserta didik. Kalau setiap pendidik mampu menjadi model positif, maka karakter positif ini akan menular kepada orang di sekitarnya. Hal ini tidak akan terjadi kalau tidak dimulai dari diri sendiri. DfC adalah salah satu alternatif membiasakan karakter positif kepada para calon pendidik. Keberhasilan model ini akan sangat tergantung pada keseriusan masing-masing individu. Buku ini adalah “bukti latihan” para mahasiswa agar menjadi pribadi yang lebih positif. Melalui model ini para mahasiswa dibiasakan untuk menjadi pembelajar sepanjang hayat. Semoga bermanfaat dan selamat mengambil inspirasi dari karya ini.

Denpasar, 26 Desember 2019