

MEMBANGUN SUMBER DAYA MANUSIA YANG SEHAT DAN BERKARAKTER

Oleh
Nurul Kusnah
Guru SMPN Tanjunganom, Nganjuk

Abstract

Development was a word we often hear so pragmatic, yet in reality it is not. Development was not only about the availability of infrastructure, buildings and facilities, economic growth and life expectancy. Development was not merely statistics and figures in the balance sheet. Covering all aspects of development where there are opportunities for every individual to flourish with dignity in the face of a changing world. Education was the main thing for the people after basic needs. However, it took a nation's education is education that is fair to everyone both in the physical, psychological and spiritual. In Article 3 of the Law on National Education System stated that the national education serves to develop the ability and character development and civilization dignified nation in the context of the intellectual life of the nation, is aimed at developing students' potentials to become a man of faith and devoted to God Almighty, noble, healthy, knowledgeable, skilled, creative, independent, and become citizens of a democratic and accountable.

Keywords: *Human Resources, Health, Character*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah hal utama bagi rakyat setelah kebutuhan pokok. Namun demikian pendidikan yang dibutuhkan sebuah bangsa adalah pendidikan yang adil bagi setiap orang baik dalam dimensi fisik, psikologis maupun spiritualitas. Sebagaimana di kutip dari Ki Hajar Dewantoro "...pendidikan adalah daya upaya untuk memajukan bertumbuhnya budi pekerti (kekuatan batin, karakter), pikiran (*intellect*), dan tubuh anak. Bagian-bagian itu tidak boleh dipisahkan agar kita dapat memajukan kesempurnaan hidup anak-anak kita.."

Kemajuan pendidikan tidak hanya dinilai dari seberapa tinggi perkembangan teknologi informatika, seberapa banyak penemuan penting dihasilkan, atau seberapa besar keuntungan finansial dihasilkan

individu dan bangsa dalam kapasitasnya untuk mengembangkan diri. Lebih dari itu semua perkembangan yang dapat diukur secara logika materialistis tersebut justru akan mendatangkan ancaman. Hal ini terjadi karena selama dua dekade ini pendidikan kita masih mengalami disorientasi, satu sisi berorientasi mencetak teknokrat yang handal, tetapi kehilangan sisi humanis. Di satu sisi pembangunan bidang pendidikan telah melahirkan banyak tolok-tokoh muda potensial, disisi lain berbagai persoalan krusial justru datang mengancam.

Bisa kita bayangkan berbagai masalah karakter muncul, banyak orang pintar tapi banyak juga yang bermental korup, banyak anak didik pintar tapi gagal mengaktualisasikan diri, bangsa kita mudah dikendalikan bangsa asing, tidak percaya diri atau

justro sangat responsif dan emosional. Desintegrasi, kekacauan dan kehancuran bangsa merupakan hal yang nyata-nyata kita hadapi.

Pendidikan karakter memberikan forsi seimbang terhadap olah pikir, olah raga, olah hati dan olah rasa. Memberikan kesempatan otak kiri dan otak kanan untuk berkembang secara seimbang. Otak kiri seringkali dihubungkan dengan IQ (*Intelligence Quotient*) IQ ini meliputi kemampuan untuk perhitungan, memformulasikan pembicaraan, membaca, menulis, logika, analisa dan sejenisnya. Pendidikan tinggi sekarang ini banyak berkonsentrasi pada bagian otak kiri ini. Sementara itu otak kanan biasanya yang berasosiasi dengan kecerdasan emosiaonal (*EQ Emotional Quatient*) kurang mendapat perhatian. Otak kanan berperan mengembangkan sisi personalitas, kreatifitas, intuisi, kesadaran akan ruang, gambaran menyeluruh, kemampuan penerapan, kemampuan panggung, dan seni.

Saya mengutip kalimat jenius Einstein, fisikawan terkemuka dunia bahwa "*Banyak orang mengatakan kepintaranlah yang menjadikan seseorang menjadi ilmuwan besar. Tetapi mereka keliru, yang membentuk seseorang menjadi ilmuwan besar adalah karakter.*"

Sebagaimana Voltaire mengatakan bahwa *Pendidikan mengembangkan kemampuan, tetapi tidak menciptakannya*", maka adalah hal paling relevan manakala pendidikan difungsikan sebagaimana media terbaik bagi pengembangan karakter sehingga setiap individu dapat menemukan kemampuan terbaiknya melalui proses pendidikan yang melibatkan ke dua unsur kreatif dan analitik tersebut serta mengintegrasikannya dalam dimesi spiritual.

MEMBANGUN SUMBER DAYA MANUSIA

Pembangunan sumber daya manusia memiliki peran yang sangat penting dalam mewujudkan manusia Indonesia yang maju dan mandiri sehingga mampu berdaya saing dalam era globalisasi. Di samping itu, penataan persebaran dan mobilitas penduduk diarahkan menuju persebaran penduduk yang lebih seimbang sesuai dengan daya dukung dan daya tampung lingkungan melalui pemerataan pembangunan ekonomi dan wilayah dengan memerhatikan keragaman etnis dan budaya serta pembangunan berkelanjutan. Pembangunan pendidikan dan kesehatan merupakan investasi dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia sehingga penting perannya dalam meningkatkan pertumbuhan ekonomi dan menurunkan tingkat kemiskinan dan pengangguran.

Pembangunan pendidikan diarahkan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia untuk mendukung terwujudnya masyarakat yang berharkat, bermartabat, berakhlak mulia, dan menghargai keberagaman sehingga mampu bersaing dalam era global dengan tetap berlandaskan pada norma kehidupan masyarakat Indonesia dan tanpa diskriminasi. Komitmen pemerintah terhadap pendidikan harus tercermin pada kualitas sumber daya manusia, peningkatan kualitas ilmu pengetahuan dan teknologi (iptek), serta politik anggaran dan terintegrasinya seluruh pendidikan kedinasan ke dalam perguruan tinggi. Pembangunan pemuda diarahkan pada peningkatan kualitas sumber daya manusia, pembangunan karakter kebangsaan (*nation building*) dan partisipasi pemuda di berbagai bidang

pembangunan, terutama di bidang ekonomi, sosial budaya, iptek dan politik, serta memiliki wawasan kebangsaan dan beretika bangsa Indonesia. Di samping itu, pembangunan olah raga diarahkan pada peningkatan budaya olah raga dan prestasi olahraga di kalangan masyarakat.

Pembangunan yang berwawasan lingkungan dan berimbang haruslah berorientasi pada kebutuhan pokok hidup manusia, pemerataan sosial, peningkatan kualitas hidup, serta pembangunan yang berkesinambungan.

MEMBANGUN KARAKTER LEWAT OLAH RAGA

Dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat. Ungkapan ini sering kali kita dengar, khususnya dari para penggiat kesehatan dan olah raga. Namun, Benarkah seperti itu? Tidak bisa dipungkiri, kesehatan jiwa sangat dipengaruhi kesehatan fisik. Saat fisik sakit-sakitan, maka kerja jiwa menjadi kurang optimal.

Satu cara efektif untuk menjaga kesehatan fisik adalah dengan berolahraga. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa olahraga bisa mendatangkan efek positif. Bukan hanya pada individu, tetapi juga masyarakat. Sehingga, Program pengembangan komunitas (Community Devepment) dapat dilakukan melalui jalur olah raga.

Menurut Svoboda (dalam Megawangi: 64), olah raga dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk bertemu dan berkomunikasi. Juga untuk mengembangkan kecakapan sosial (*social skill*) seperti toleransi, kerjasama dan menghormati orang lain. Olah raga juga dapat mengembangkan mental dan kepribadian positif.

Wankel dan Sefton (dalam Megawangi: 65) menunjukkan pula, olahraga efektif menurunkan depresi, meningkatkan hubungan sosial, integrasi dalam masyarakat, kepercayaan diri, bahkan meningkatkan status sosial dan mobilitas sosial. Dengan kata lain, olah raga dapat dijadikan sarana untuk membangun karakter.

Ketika seseorang memiliki karakter baik, maka perilakunya di masyarakat akan baik. Karena itu, orang tua dapat mengenal olah raga kepada anak sejak dini. Bagi remaja. Olahraga dapat menurunkan perilaku asosial mereka, seperti tawuran, kenakalan, narkoba, ataupun seks bebas.

SEHAT PIKIRAN

Dalam *al-Khawathir*, Syekh Muhammad Mutawalli al-Sya'rawi (dalam Elfikri: 3) mengatakan, "Pikiran adalah alat ukur yang digunakan manusia untuk memilih sesuatu yang dinilai lebih baik dan lebih menjamin masa depan diri dan keluarganya." Dengan berpikir, kata James Allan, seseorang bisa menentukan pilihannya. Dalam psikologi-sosial, ilmuwan mendefinisikan "berpikir" sebagai bagian terpenting yang membedakan manusia dari binatang, tumbuhan, dan benda mati. Dengan berpikir, manusia bisa membedakan yang bermanfaat dan tidak bermanfaat; antara yang halal dan yang haram; antara yang positif dan yang negatif. Dengan begitu, ia bisa memilih yang cocok bagi dirinya dan bertanggung jawab atas pilihannya.

Saya mengutip kalimat bijak dari filsafat India Kuno, "Hari ini Anda tergantung pada pikiran yang datang saat ini. Besok Anda

ditentukan oleh ke mana pikiran membawa Anda." Begitulah kenyataannya. Perasaan dan perbuatan pasti dimulai dari pikiran. Pikiranlah yang menjadi pendorong setiap perbuatan dan dampaknya. Pikiranlah yang menentukan kondisi jiwa, tubuh, kepribadian, dan rasa percaya diri.

Dalam *Aladdin Factor* karya Jack Canfield dan Mark Viktor Hansen saya menemukan informasi yang menghentak kesadaran. Dalam buku itu disebutkan bahwa setiap hari manusia menghadapi lebih dari 60.000 pikiran. Satu-satunya yang dibutuhkan sejumlah besar pikiran ini adalah pengarahannya. Jika arah yang ditentukan bersifat negatif maka sekitar 60.000 pikiran akan keluar dari memori ke arah negatif. Sebaliknya, jika pengarahannya positif maka sejumlah pikiran yang sama juga akan keluar dari ruang memori ke arah yang positif.

Pada 1986, penelitian Fakultas Kedokteran di San Francisco menyebutkan bahwa lebih dari 80% pikiran manusia bersifat negatif. Hasil penelitian ini memperkuat pernyataan bahwa nafsu cenderung menyuruh pada keburukan (*ammarah bi al-su'*). Dengan hitung-hitungan sederhana, 80% dari 60.000 pikiran, berarti setiap hari kita memiliki 48.000 pikiran negatif. Semua itu turut memengaruhi perasaan, perilaku, serta penyakit yang mendera jiwa dan raga. Jika demikian, kita harus ekstra hati-hati dalam memilih pikiran di benak kita.

BERKARAKTER

Istilah 'karakter' pada dua tahun terakhir ini *hangat* diperbincangkan oleh para 'petinggi negara', utamanya di kalangan pendidik. Diawali oleh Prof. Muh. Nuh dalam acara

peringatan Hari Pendidikan Nasional tahun 2010 lalu. Menteri Pendidikan Nasional tersebut dalam sambutannya menentukan tema "Pendidikan Karakter untuk Keberadaban Bangsa". Sungguh menjadi satu kejutan tersendiri bagi banyak orang yang sudah lama lupa dengan konsep Pendidikan Moral Pancasila (PMP) yang kini telah tiada dan hanya tinggal menjadi sebuah nama dalam perjalanan sejarah masa lalu.

Sesungguhnya tidak heran masalah karakter menjadi sorotan utama pemerintah di saat tawuran antar pelajar, kasus penyalahgunaan narkoba dan obat-obatan terlarang, video mesum, atau kekerasan antara guru dan siswa setiap hari diperbincangkan di televisi dan media massa. Tidak hanya di kalangan pelajar, di kalangan pemerintahan, seperti makelar kasus dan korupsi, juga tidak jarang kita temui di layar kaca. Hal tersebut dirasa para penegak hukum, KPK misalnya, kurang efektif memberantas masalah-masalah tersebut. Pendidikan karakterlah dianggap menjadi solusi terhadap masalah yang dihadapi oleh bangsa kita. Melalui pendidikan karakter seseorang akan mendapat pembinaan moral. Melalui pendidikan karakter juga, seseorang memperoleh penanaman budi pekerti, nilai-nilai moral, serta akhlak mulia.

Lickona (1992) menjelaskan beberapa alasan perlunya pendidikan karakter, di antaranya: (1) banyaknya generasi muda saling melukai karena lemahnya kesadaran pada nilai-nilai moral, (2) memberikan nilai-nilai moral pada generasi muda merupakan salah satu fungsi peradaban yang paling utama, (3) peran sekolah sebagai pendidik karakter menjadi semakin penting ketika banyak anak-anak memperoleh sedikit pengajaran

moral dari orangtua, masyarakat, atau lembaga keagamaan, dan (4) pendidikan karakter yang efektif membuat sekolah lebih beradab, peduli pada masyarakat, dan mengacu pada performansi akademik yang meningkat.

Banyak pakar pendidikan yang berpendapat tentang pilar-pilar yang menjadi prioritas dalam membentuk karakter, misalnya Prof. Suyatno dan Prof. Joko Saryono. Menurut Suyatno (2010), terdapat sembilan pilar karakter yang berasal dari nilai-nilai luhur universal manusia, yaitu (1) cinta Tuhan dan segenap ciptaan-Nya, (2) kemandirian dan tanggung jawab, (3) kejujuran/amanah, (4) hormat dan santun, (5) dermawan, suka tolong-menolong, dan gotong royong/kerjasama, (6) percaya diri dan pekerja keras, (7) kepemimpinan dan keadilan, (8) baik dan rendah hati, dan (9) toleransi, kedamaian, dan kesatuan. Berbeda dengan Suyatno, Saryono (2011) mendeskripsikan ciri-ciri manusia berkarakter menjadi 17, yaitu (1) beriman, (2) bertakwa, (3) berahlak mulia, (4) berilmu/berkeahlian, (5) jujur, (6) disiplin, (7) demokratis, (8) adil, (9) bertanggung jawab, (10) cinta tanah air, (11) orientasi pada keunggulan, (12) gotong royong, (13) sehat, (14) mandiri, (15) kreatif, (16) menghargai, dan (17) cakap.

Bila masalah karakter baru menjadi sorotan dalam tiga tahun terakhir ini, pemerintah dirasa terlambat. Seharusnya dari awal pendidikan dibentuk, masalah pembinaan karakter selalu menjadi perhatian utama, di samping masalah intelektual. Tidak hanya mengutamakan aspek kognitifnya, tetapi aspek afektif dan psikomotor juga harus seimbang diperhatikan. Bila kita buka lagi sejarah

perkembangan Islam, sejak zaman Rasul, masalah karakter sudah menjadi perhatian utama, seperti yang terlihat dalam pernyataan Rasul, “*Sesungguhnya aku (Nabi Muhammad shallallahu ‘alaihi was sallam) diutus untuk menyempurnakan akhlak*”.

Dari uraian di atas bisa kita simpulkan pembangunan karakter adalah salah satu tugas kewajiban pendidikan tinggi. Namun demikian kewajiban ini merupakan rantai estafet yang dimulai sejak balita (*golden ages*) di mana anak mengalami perkembangan berbagai aspek yaitu fisik (motorik kasar maupun halus), aspek kognitif, aspek social dan emosional.

Keseluruhan aspek harus dilibatkan untuk memberikan kesempatan karakter individu berkembang secara holistic, untuk bekerja dalam tim yang kompak, terlebih untuk hidup berdampingan secara damai, sehat jasmani rohani dan saling peduli di sebuah negara besar dengan masyarakat yang majmuk, bangsa Indonesia kita tercinta ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Elfiky, Ibrahim. 2010. *Terapi Berfikir Positif*. Jakarta: Zaman.
- [Http:// Ebookbrowse. Com/ Artikel-Pengemb- Kepemimpinan-Pemuda- Moer-Pdf-D132473044](http://Ebookbrowse.Com/Artikel-Pengemb-Kepemimpinan-Pemuda-Moer-Pdf-D132473044)
- Lickona, Thomas. 1992. *Educating for Character: How Our Schools Can Teach Respect and Responsibility*. New York: Bantam Books.
- Megawangi, Ratna. 2009. *Menyemai Benih Karakter*. Jakarta Timur: Indonesia heritage Foundation.
- Rencana Induk Pengembangan Pendidikan Karakter Bangsa Kementrian Pendidikan

Nasional Republik Indonesia,
Jakarta,2010

Suyatno. 2010. *Peran Pendidikan
sebagai Modal Utama
Membangun Karakter Bangsa.*
Makalah Disampaikan dalam

Sarasehan Nasional Pendidikan
Karakter. Jakarta: Direktorat
Jenderal Pendidikan Tinggi dan
Kopertis Wilayah III

UU no.20/2003 Tentang Sisdiknas