



**BUDAYA 3S (SENYUM, SAPA, SALAM)
SEBAGAI UPAYA AWAL MEMBENTUK KARAKTER
ANAK YANG ANTI KEKERASAN**

**Nailul Fauziah
Endang Sri Indrawati**
Fakultas Psikologi - Universitas Diponegoro
Email: nailul_f@yahoo.com

ABSTRAK

Semua orang menginginkan dan membutuhkan hubungan yang harmonis dengan orang lain. Komunikasi dapat diawali dari suatu sapaan, senyuman dan ucapan salam sehingga menciptakan good rapport tahap awal terbentuknya komunikasi dengan orang lain. Pengantar pesan bahagia (happy messengers) di otak kita akan bekerja, jika menerima stimulus membahagiakan seperti senyuman dan sapaan. Keluarga disini sebagai mediator awal pembentuk karakter seseorang. Orang tua adalah guru pertama anak, keluarga adalah sekolah pertama anak, sebagai tempat penanaman nilai-nilai positif yang kelak akan terbawa hingga dewasa. Berawal dari proses pembiasaan (conditioning), anak diajarkan untuk menyapa ketika bertemu seseorang, bersalaman dengan tersenyum. Reaksi positif dari orang lain menjadikan anak akan mempertahankan perilaku tersebut, hingga akan selalu dilakukan ketika anak bertemu dengan siapa saja. Teori Thorndike, the law of effect berlaku disini, bahwa ketika reaksi dari orang lain positif sebagai reward tersendiri, maka perilaku tersebut akan cenderung diulangi. Orang tua akan kembali menambahkan nilai bahwa dengan tersenyum dengan orang lain, maka berarti kita adalah seorang yang ramah, punya tata krama, tepa sira dengan orang lain, maka konsep diri pun terbentuk bahwa dirinya adalah anak yang ramah dan mengerti tata krama dalam budaya Jawa. Karakter tersebut akan terbawa hingga dewasa, dan akan diaplikasikan ketika dia menghadapi suatu permasalahan. Budaya Jawa mengajarkan "kena iwake ora buthek banyune" dapat tercipta dari penanaman perilaku yang simpel yaitu ramah terhadap orang lain. Masalah tetap dapat terselesaikan namun hubungan baik juga tetap dapat dipertahankan. Tidak mengedepankan kekerasan ketika menyelesaikan suatu masalah. Karakter ramah dan anti kekerasan mempunyai manfaat ketika seseorang terjun ke dunia kerja dan kehidupan bermasyarakat kelak.

Kata Kunci : Senyum, sapa, salam dan anti kekerasan

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang selalu membutuhkan orang lain dalam kehidupannya. Cara manusia berhubungan dengan orang lain disebut komunikasi. komunikasi mengacu pada tindakan, oleh satu orang atau lebih, yang mengirim dan menerima pesan, terjadi dalam suatu konteks tertentu, mempunyai pengaruh tertentu, dan ada kesempatan untuk melakukan umpan balik. Komunikasi Mencakup Dimensi Isi Dan Hubungan. Dimensi isi mengurai masalah isi pesan yang ingin disampaikan, sedangkan dimensi hubungan memiliki makna yang lebih jauh lagi, seseorang berkomunikasi dengan orang lain bukan hanya agar pesan tersampaikan, namun juga membina hubungan baik dengan orang lain.

Permasalahan sering muncul dalam komunikasi, dan yang paling sulit untuk diselesaikan adalah menyangkut dimensi hubungan. Semua orang ingin membina hubungan baik dengan orang lain dan berlangsung lama. Pepatah mengatakan memiliki satu orang musuh terlalu banyak, dan memiliki seribu teman masih terlalu sedikit. Pepatah ini memiliki makna agar kita sebanyak mungkin dapat membina hubungan baik dengan orang lain.

Kemampuan berkomunikasi juga merupakan satu karakteristik utama yang dimiliki oleh seseorang yang berhasil. Oleh karena itu dalam berbagai bidang pekerjaan dan pergaulan, kemampuan berkomunikasi, terutama sampai membina hubungan baik dengan orang lain, sangat penting diajarkan sedini mungkin pada setiap orang.



Sapaan merupakan bentuk komunikasi awal kita dengan orang lain. Lebih komplis lagi ketika kita mengucapkan salam, sapaan dan sambil tersenyum, hal yang nampaknya sepele, namun mempunyai dampak yang luar biasa. Perbuatan tersebut mampu menyembuhkan kekesalan, kegundahan, dan bahkan kesedihan.

Otak manusia mempunyai pengantar pesan sedih (*sad messengers*) dan pengantar pesan bahagia (*happy messengers*). Bila dalam keadaan tertekan dan sedih, otak akan menerima pesan sedih. Sebaliknya dalam keadaan senang dan gembira, otak akan menerima pesan bahagia. Pesan bahagia ini ada tiga macam yaitu *serotonin*, *norodrenalin*, dan *dopamine*. Serotonin dalam otak mengatur jam biologis kita agar bekerja sebagaimana mestinya. Serotoninlah yang membuat kita tertidur pada jam tidur. Pesan bahagia "serotonin" membuat kita dapat tidur dengan nyenyak. Sebaliknya kondisi tertekan membuat kita tidak dapat tidur, sehingga serotonin tidak bekerja sebagaimana mestinya. Norodrenalin membuat tubuh merasa segar. Norodrenalin bekerja ketika pikiran kita membayangkan hal-hal yang membahagiakan, sehingga membuat kita bersemangat. Dopamine bekerja untuk membuat kita menikmati hidup dan mengurangi rasa sakit. Dopamine sering disebut sebagai pembunuh alami rasa sakit "*natural pain killer*". Itulah alasan mengapa hanya seulas senyum, sapaan dan salam bisa menyembuhkan kekesalan, kegundahan, dan bahkan kesedihan (Setiawan, 2010).

Dalam kajian psikologipun, khususnya dalam kajian psikoterapi kita mengenal "*rapport*", makna *rapport* akan mempengaruhi hubungan klien-terapis selanjutnya. Ketika kesan pertama begitu menggoda, selanjutnya terserah anda. Ketika *rapport* yang dibina pada awal pertemuan klien dengan terapis bagus, maka kemungkinan besar hubungan akan berjalan lancar, dan sebaliknya, ketika terapis tidak mampu membuat *rapport* yang baik dengan klien, dapat dipastikan proses terapi mengalami hambatan untuk langgeng. Senyum, sapa dan salam merupakan salah satu bentuk "*good rapport*" yang mudah dan penting untuk dilakukan.

Keterampilan berkomunikasi, khususnya mampu membina hubungan baik dengan orang lain, penting untuk dibentuk sedini mungkin. Karena makna dan implikasinya bisa bermanfaat dan terbawa hingga dewasa, membangun kepribadian yang positif terhadap orang lain dalam menyelesaikan permasalahan yang akan dihadapi kelak.

Keterampilan untuk selalu mengucapkan senyum, sapa dan salam, kemudian berlanjut membentuk hubungan yang langgeng dengan orang lain, orang lain pun akan memberikan *judge* pada kita bahwa kita adalah seorang yang ramah dan suka berteman dengan siapa saja, mempengaruhi konsep diri kita menjadi konsep diri yang positif, yang pada akhirnya membentuk kepribadian kita menjadi pribadi yang suka berteman dan tidak menyukai kekerasan dalam menyelesaikan permasalahan, karena telah tertanam bahwa berteman sangat penting dalam kehidupan.

Budaya timur yang kita anut, sangat mengedepankan perdamaian dalam segala bidang, anti kekerasan, sedapat mungkin lebih mementingkan mempertahankan hubungan daripada isi suatu komunikasi. Tidak menyukai permusuhan. Nilai yang bisa kita ambil maknanya adalah "*kena iwake ora buthek banyune*", permasalahan dapat terselesaikan, namun hubungan tetap terjaga dengan baik. Ketika terjadi perselisihan, nilai perdamaian yang kita utamakan, jalan tengah atau *win-win solution* yang kita ambil. Ada dua cara mendamaikan dua kelompok yang berselisih, yaitu kesepakatan damai kedua belah pihak dan menghadapi musuh yang sama. Budaya timur lebih mengedepankan mengadakan kesepakatan damai. Hal tersebut berarti makna hubungan lebih dikedepankan ketimbang isi.

Kajian mengenai bagaimana perjalanan dari sebuah senyum, sapa dan salam dapat membentuk suatu kepribadian yang anti kekerasan, itulah yang akan kita ulas disini.

MEKANISME PEMBENTUKAN KARAKTER

1. Unsur dalam Pembentukan Karakter

Unsur terpenting dalam pembentukan karakter adalah pikiran karena pikiran, yang di dalamnya terdapat seluruh program yang terbentuk dari pengalaman hidupnya, merupakan pelopor segalanya. Program ini kemudian membentuk sistem kepercayaan yang akhirnya dapat membentuk pola berpikirnya yang bisa mempengaruhi perilakunya. Tentang pikiran, Joseph Murphy mengatakan bahwa di dalam diri manusia terdapat satu pikiran yang memiliki ciri yang berbeda. Untuk membedakan ciri tersebut, maka istilahnya dinamakan dengan pikiran sadar (*conscious mind*) atau pikiran objektif dan pikiran bawah sadar (*subconscious mind*) atau pikiran subjektif. Penjelasan Adi W. Gunawan mengenai fungsi dari pikiran sadar dan bawah sadar menarik untuk dikutip (Byrne, 2007).



Pikiran sadar yang secara fisik terletak di bagian korteks otak bersifat logis dan analisis dengan memiliki pengaruh sebesar 12 % dari kemampuan otak. Sedangkan pikiran bawah sadar secara fisik terletak di *medulla oblongata* yang sudah terbentuk ketika masih di dalam kandungan. Karena itu, ketika bayi yang dilahirkan menangis, bayi tersebut akan tenang di dekapan ibunya karena dia sudah merasa tidak asing lagi dengan detak jantung ibunya. Pikiran bawah sadar bersifat netral dan sugestif (Gunawan, 2005).

Untuk memahami cara kerja pikiran, kita perlu tahu bahwa pikiran sadar (*conscious*) adalah pikiran objektif yang berhubungan dengan objek luar dengan menggunakan panca indra sebagai media dan sifat pikiran sadar ini adalah menalar. Sedangkan pikiran bawah sadar (*subconscious*) adalah pikiran subjektif yang berisi emosi serta memori, bersifat irasional, tidak menalar, dan tidak dapat membantah. Kerja pikiran bawah sadar menjadi sangat optimal ketika kerja pikiran sadar semakin minimal.

Pikiran sadar dan bawah sadar terus berinteraksi. Pikiran bawah sadar akan menjalankan apa yang telah dikesankan kepadanya melalui sistem kepercayaan yang lahir dari hasil kesimpulan nalar dari pikiran sadar terhadap objek luar yang diamatinya. Karena, pikiran bawah sadar akan terus mengikuti kesan dari pikiran sadar, maka pikiran sadar diibaratkan seperti nahkoda sedangkan pikiran bawah sadar diibaratkan seperti awak kapal yang siap menjalankan perintah, terlepas perintah itu benar atau salah. Di sini, pikiran sadar bisa berperan sebagai penjaga untuk melindungi pikiran bawah sadar dari pengaruh objek luar.

Kita ambil sebuah contoh. Jika media masa memberitakan bahwa Indonesia semakin terpuruk, maka berita ini dapat membuat seseorang merasa depresi karena setelah mendengar dan melihat berita tersebut, dia menalar berdasarkan kepercayaan yang dipegang seperti berikut ini, "Kalau Indonesia terpuruk, rakyat jadi terpuruk. Saya adalah rakyat Indonesia, jadi ketika Indonesia terpuruk, maka saya juga terpuruk." Dari sini, kesan yang diperoleh dari hasil penalaran di pikiran sadar adalah kesan ketidakberdayaan yang berakibat kepada rasa putus asa. Akhirnya rasa ketidakberdayaan tersebut akan memunculkan perilaku destruktif, bahkan bisa mendorong kepada tindak kejahatan seperti pencurian dengan beralasan untuk bisa bertahan hidup. Namun, melalui pikiran sadar pula, kepercayaan tersebut dapat dirubah untuk memberikan kesan berbeda dengan menambahkan contoh kalimat berikut ini, "...tapi aku punya banyak relasi orang-orang kaya yang siap membantuku." Nah, cara berpikir semacam ini akan memberikan kesan keberdayaan sehingga kesan ini dapat memberikan harapan dan mampu meningkatkan rasa percaya diri.

Dengan memahami cara kerja pikiran tersebut, kita memahami bahwa pengendalian pikiran menjadi sangat penting. Dengan kemampuan kita dalam mengendalikan pikiran ke arah kebaikan, kita akan mudah mendapatkan apa yang kita inginkan, yaitu kebahagiaan. Sebaliknya, jika pikiran kita lepas kendali sehingga terfokus kepada keburukan dan kejahatan, maka kita akan terus mendapatkan penderitaan-penderitaan, disadari maupun tidak.

Pikiran merupakan tempat mengelola berbagai informasi yang kita peroleh melalui panca indera kita, pemberian maknanya dilakukan di pikiran (persepsi), yang pada akhirnya akan mengambil sebuah kesimpulan tentang berbagai pengalaman yang diperoleh. Pikiran yang akan mengelola dan mengendalikan, apa yang akan kita lakukan dari kesimpulan-kesimpulan yang kita buat.

2. Proses Pembentukan Karakter

Kita semua dihadapkan dengan permasalahan yang sama, yaitu kehidupan duniawi. Akan tetapi respon yang kita berikan terhadap permasalahan tersebut berbeda-beda. Di antara kita, ada yang hidup penuh semangat, sedangkan yang lainnya hidup penuh malas dan putus asa. Di antara kita juga ada yang hidup dengan keluarga yang damai dan tenang, sedangkan di antara kita juga ada yang hidup dengan kondisi keluarga yang berantakan. Di antara kita juga ada yang hidup dengan perasaan bahagia dan ceria, sedangkan yang lain hidup dengan penuh penderitaan dan keluhan. Padahal kita semua berangkat dari kondisi yang sama, yaitu kondisi ketika masih kecil yang penuh semangat, ceria, bahagia, dan tidak ada rasa takut atau pun rasa sedih.

Pertanyaannya yang ingin diajukan di sini adalah "Mengapa untuk permasalahan yang sama, yaitu kehidupan duniawi, kita mengambil respon yang berbeda-beda?" jawabannya dikarenakan oleh kesan yang berbeda dan kesan tersebut dihasilkan dari pola pikir dan kepercayaan yang berbeda mengenai objek tersebut. Untuk lebih jelas, berikut penjelasannya.

Secara alami, sejak lahir sampai berusia tiga tahun, atau mungkin hingga sekitar lima tahun, kemampuan menalar seorang anak belum tumbuh sehingga pikiran bawah sadar (*subconscious mind*)



masih terbuka dan menerima apa saja informasi dan stimulus yang dimasukkan ke dalamnya tanpa ada penyalahgunaan, mulai dari orang tua dan lingkungan keluarga. Dari mereka itulah, pondasi awal terbentuknya karakter sudah terbangun. Orang tua adalah guru pertama anak dan rumah (keluarga) adalah sekolah anak. Pondasi tersebut adalah kepercayaan (*basic trust*) dan konsep diri. Jika sejak kecil kedua orang tua selalu bertengkar lalu bercerai, maka seorang anak bisa mengambil kesimpulan sendiri bahwa perkawinan itu penderitaan. Tetapi, jika kedua orang tua selalu menunjukkan rasa saling menghormati dengan bentuk komunikasi yang akrab maka anak akan menyimpulkan ternyata pernikahan itu indah. Semua ini akan berdampak ketika sudah tumbuh dewasa.

Kemudian ketika orang tua mengajarkan kita untuk menyapa, tersenyum dan mengucapkan salam kepada orang lain, maka orang lain akan bereaksi dan merespon positif pada perilaku kita. Maka hukum *the law of effect* teori Thorndike pun berlaku, ketika kita melakukan sesuatu dan mendapat reward atau respon positif dari orang lain, kita akan cenderung mengulangi perilaku tersebut. Reward atau respon positif dari orang lain dapat berupa senyuman kembali, dapat pula berupa pujian bahwa dia anak yang ramah, suka menyapa, pandai bergaul. Maka konsep diri seorang anak pun mulai terbentuk (Irawan, 2000).

Makna konsep diri adalah bagaimana seseorang memandang diri mereka berdasarkan pendapat orang lain tentang diri kita. Beberapa ahli merumuskan *definisi konsep diri*, menurut Burns (1993) konsep diri adalah suatu gambaran campuran dari apa yang kita pikirkan orang-orang lain berpendapat, mengenai diri kita, dan seperti apa diri kita yang kita inginkan. Konsep diri adalah pandangan individu mengenai siapa diri individu, dan itu bisa diperoleh lewat informasi yang diberikan lewat informasi yang diberikan orang lain pada diri individu (Mulyana, 2000).

Semakin banyak informasi yang diterima dan semakin matang sistem kepercayaan dan pola pikir yang terbentuk, maka semakin jelas tindakan, kebiasaan, dan karakter unik dari masing-masing individu. Dengan kata lain, setiap individu akhirnya memiliki sistem kepercayaan (*belief system*), citra diri (*self-image*), dan kebiasaan (*habit*) yang unik. Jika sistem kepercayaannya benar dan selaras, karakternya baik, dan konsep dirinya bagus, maka kehidupannya akan terus baik dan semakin membahagiakan. Sebaliknya, jika sistem kepercayaannya tidak selaras, karakternya tidak baik, dan konsep dirinya buruk, maka kehidupannya akan dipenuhi banyak permasalahan dan penderitaan.

Dari konsep diri yang positif, semakin menguatkan suatu perilaku tersebut, sampai pada menjadi suatu kebiasaan (*conditioning*). Perilaku yang berulang dan berulang, akhirnya menjadi suatu kebiasaan yang tertanam pada anak, dan akhirnya menjadi suatu karakter. Karakter adalah sebuah sistem keyakinan dan kebiasaan yang mengarahkan tindakan seorang individu. Karena itu, jika pengetahuan mengenai karakter seseorang itu dapat diketahui, maka dapat diketahui pula bagaimana individu tersebut akan bersikap untuk kondisi-kondisi tertentu (Singh, 2000).

Kita ambil sebuah contoh. Ketika masih kecil, kebanyakan dari anak-anak memiliki konsep diri yang bagus. Mereka ceria, semangat, dan berani. Tidak ada rasa takut dan tidak ada rasa sedih. Mereka selalu merasa bahwa dirinya mampu melakukan banyak hal. Karena itu, mereka mendapatkan banyak hal. Kita bisa melihat saat mereka belajar berjalan dan jatuh, mereka akan bangkit lagi, jatuh lagi, bangkit lagi, sampai akhirnya mereka bisa berjalan seperti kita.

Akan tetapi, ketika mereka telah memasuki sekolah, mereka mengalami banyak perubahan mengenai konsep diri mereka. Di antara mereka mungkin merasa bahwa dirinya bodoh. Akhirnya mereka putus asa. Kepercayaan ini semakin diperkuat lagi setelah mengetahui bahwa nilai yang didapatkannya berada di bawah rata-rata dan orang tua mereka juga mengatakan bahwa mereka memang adalah anak-anak yang bodoh. Tentu saja, dampak negatif dari konsep diri yang buruk ini bisa membuat mereka merasa kurang percaya diri dan sulit untuk berkembang di kelak kemudian hari.

Padahal, jika dikaji lebih lanjut, kita dapat menemukan banyak penjelasan mengapa mereka mendapatkan nilai di bawah rata-rata. Mungkin, proses pembelajaran tidak sesuai dengan tipe anak, atau pengajar yang kurang menarik, atau mungkin kondisi belajar yang kurang mendukung. Dengan kata lain, pada hakikatnya, anak-anak itu pintar tetapi karena kondisi yang memberikan kesan mereka bodoh, maka mereka meyakini dirinya bodoh. Inilah konsep diri yang buruk.

Contoh yang lainnya, mayoritas ketika masih kanak-kanak, mereka tetap ceria walau kondisi ekonomi keluarganya rendah. Namun seiring perjalanan waktu, anak tersebut mungkin sering menonton sinetron yang menayangkan bahwa kondisi orang miskin selalu lemah dan mengalami banyak penderitaan dari orang kaya. Akhirnya, anak ini memegang kepercayaan bahwa orang miskin itu menderita dan tidak berdaya dan orang kaya itu jahat. Selama kepercayaan ini dipegang, maka ketika dewasa, anak ini akan sulit menjadi orang yang kuat secara ekonomi, sebab keinginan untuk menjadi



kaya bertentangan dengan keyakinannya yang menyatakan bahwa orang kaya itu jahat. Kepercayaan ini hanya akan melahirkan perilaku yang mudah berkeluh kesah dan menutup diri untuk bekerjasama dengan mereka yang dirasa lebih kaya.

Kesimpulan yang dapat diperoleh adalah berawal dari pikiran, pikiran alam bawah sadar ketika masih kecil mempengaruhi bagaimana kita berperilaku dewasa nantinya. Segala hal yang diajarkan orang tua akan kita rekam dalam memori jangka panjang, yang akan menciptakan *basic trust* (kepercayaan diri) sebagai pondasi seseorang berperilaku. Kemudian reaksi atau respon atas perilaku anak, akan menciptakan konsep diri tertentu pada anak yang juga terus menerus berkembang dan setiap orang menginginkan memiliki konsep diri yang positif, disini pikiran sadar yang berperan. Pembiasaan dari orang tua, serta pembentukan konsep diri yang positif pada seseorang makin menguatkan suatu perilaku yang dilakukannya hingga menjadi suatu kebiasaan (kembali alam bawah sadar yang berperan) yang pada akhirnya membentuk suatu karakter tertentu pada diri seseorang tersebut.

3. Karakter Anti Kekerasan

Kebanyakan orang menganggap kekerasan hanya dalam konteks sempit, yang biasanya berkaitan dengan perang, pembunuhan, atau kekacauan, padahal kekerasan itu bentuknya bermacam-macam. Fenomena yang dapat dikategorikan dalam kekerasan yang seperti ini banyak sekali jumlahnya. Istilah kekerasan digunakan untuk menggambarkan perilaku, baik yang terbuka (*overt*) maupun tertutup (*covert*), dan baik yang bersifat menyerang (*offensive*) atau bertahan (*defensive*), yang disertai penggunaan kekuatan kepada orang lain (Thomas Santoso, 2002:11). Adanya berbagai perbedaan kategori dan bentuk kekerasan membutuhkan berbagai macam klasifikasi yang spesifik, bebas dari bias, dan jauh dari kelemahan kelemahan. Perbedaan atas bentuk-bentuk kekerasan yang analitis, tidak parsial, dan teliti harus memenuhi dua kriteria utama, yaitu objektivitas (*objectivity*) dan kelengkapan yang mendalam (*exhaustivity*).

Ada empat jenis kekerasan yang pokok yang memenuhi dua kriteria tersebut (Salmi, 2005:32), yakni: kekerasan langsung (*direct violence*), kekerasan tidak langsung (*indirect violence*), kekerasan represif (*repressive violence*), dan kekerasan alienatif (*alienating violence*). Kekerasan langsung merujuk pada tindakan yang menyerang fisik atau psikologis seseorang secara langsung. Kekerasan tidak langsung adalah tindakan yang membahayakan manusia, bahkan kadang-kadang sampai ancaman kematian, tetapi tidak melibatkan hubungan langsung antara korban dan pihak lain (orang, masyarakat, institusi) yang bertanggung jawab atas tindak kekerasan tersebut. Kekerasan represif berkaitan dengan pencabutan hak-hak dasar selain hak untuk bertahan hidup dan hak untuk dilindungi dari kesakitan atau penderitaan. Kekerasan alienatif merujuk pada pencabutan hak-hak individu yang lebih tinggi, misalnya hak pertumbuhan kejiwaan (emosi), budaya atau intelektual (*rights to emotional, cultural, or intellectual growth*).

Secara sederhana, tindak kekerasan diartikan sebagai setiap perilaku seseorang yang dapat menyebabkan perasaan atau tubuh (fisik) orang lain menjadi tidak nyaman. Perasaan tidak nyaman ini bisa berupa: kekhawatiran, ketakutan, kesedihan, ketersinggungan, kejengkelan, atau kemarahan, sedangkan keadaan fisik yang tidak nyaman bisa berupa: lecet, luka, memar, patah tulang, dan sebagainya. Kekerasan yang dialami oleh anak-anak dapat dibedakan menjadi tiga jenis, yakni: (1) kekerasan fisik, (2) kekerasan mental, dan (3) kekerasan seksual. Sebagai gejala sosial budaya, tindak kekerasan terhadap anak tidak muncul begitu saja dalam situasi yang kosong atau netral.

Menurut Lickona (1991), secara umum, nilai-nilai moral yang ditanamkan untuk mencegah berperilaku kekerasan dapat meliputi banyak hal, yaitu:

1. Sikap *respect* (menghargai) dan *responsibility* (tanggung jawab)
2. Kerjasama, suka menolong
3. Keteguhan hati, komitmen
4. Kepedulian dan empati, rasa keadilan, rendah hati, suka menolong
5. Kejujuran, integritas
6. Berani, kerja keras, mandiri, sabar, percaya diri, banyak akal, inovasi
7. Rasa bangga, ketekunan
8. Toleransi, kepedulian

Berdasarkan makna kekerasan yang luas inilah, maka penting untuk dilakukan pencegahan sedini mungkin menjadi individu yang anti kekerasan dalam menyelesaikan berbagai permasalahan, karena ruang lingkup makna kekerasan bukan hanya fisik namun juga mental. Kata kunci senyum, sapa dan salam sebagai pintu pembuka sebuah komunikasi dapat diterapkan dan diajarkan sedini mungkin,



hingga mendapat reaksi positif dari orang sekelilingnya yang akan berpengaruh dalam pembentukan konsep diri anak sebagai anak yang ramah, *respect* (menghargai) orang lain, peduli, bahkan empati terhadap orang lain. Penilaian ini yang pada akhirnya menjadi suatu konsep diri yang menjadi nilai moral seseorang dalam berperilaku. Penguatan-penguatan yang diterima seseorang karena perbuatannya yang positif menjadikan perilaku tersebut terus dilakukan menjadi suatu kebiasaan yang berkembang menjadi karakter anti kekerasan.

BENTUK PENYELESAIAN MASALAH YANG ANTI KEKERASAN

Perilaku kekerasan tidak mungkin terjadi dengan tiba-tiba. Seseorang menampilkan perilaku itu merupakan hasil belajar juga, baik secara langsung maupun tidak langsung. Jika demikian halnya, pendidikan kita harus peduli terhadap upaya untuk mencegah perilaku kekerasan secara dini melalui program pendidikan agar budaya damai, sikap toleransi, empati, dan sebagainya dapat ditanamkan kepada peserta didik semenjak mereka berada di tingkat pendidikan pra sekolah maupun pada tingkat pendidikan dasar. Upaya pencegahan kekerasan melalui program pendidikan amat penting, jika kita mengacu hasil Penelitian Komisi Carnigie untuk Pencegahan Konflik yang memetakan bukan tidak mungkin untuk dapat dihindarkan; (2) kebutuhan untuk mencegah konflik yang memetakan semakin urgen; dan (3) pen-cegahan konflik yang memetakan adalah sangat mungkin untuk dapat dilakukan. Namun, persoalan yang sering dihadapi dalam pencegahan konflik yang kemudian berakibat munculnya berbagai bentuk kekerasan ialah dibiarkannya konflik itu terjadi tanpa ada upaya pencegahan yang bersifat kultural, edukatif, dan pedagogis. Dunia ini dalam keadaan bahaya bukan karena adanya kelompok orang tertentu melakukan berbagai kekerasan, tetapi justru disebabkan oleh orang-orang yang tahu adanya berbagai kekerasan tetapi tidak melakukan pencegahan apapun.

Dunia pendidikan sangat memungkinkan untuk membudayakan pemecahan konflik yang akhirnya dapat mencegah perilaku kekerasan. Secara teoritik ada banyak cara untuk memecahkan konflik seperti: menyerah begitu saja dengan segala kerendahan hati, melarikan diri dari persoalan yang mengakibatkan konflik, membalas musuh dengan ke-kuatan dan kekerasan yang jauh lebih dahsyat, menuntut melalui jalur hukum, dsb. Cara-cara tersebut sering tidak efektif, dan selalu ada yang menjadi korban. Saat ini ada gerakan pemecahan konflik yang kemudian sering disebut dengan *Alternative Dispute Resolution (ADR)*. Dalam perkembangannya, ADR kemudian juga lebih populer disebut dengan *conflict resolution (Resolusi Konflik)*. Bentuk-bentuk Resolusi Konflik inilah yang perlu kita jadikan sebagai program pendidikan integratif agar para siswa sebagai calon pewaris dan generasi penerus tata kehidupan masyarakat memiliki budaya damai dan mampu menegakkan perilaku anti kekerasan. Hanya melalui generasi penerus yang mampu menegakkan budaya damai dan anti kekerasanlah kita akan berhasil membangun masyarakat masa depan yang bisa tumbuh secara beradab dan demokratis. Sebaliknya generasi penerus yang tidak mampu melakukan resolusi konflik akan terdorong ke kawasan kehidupan masyarakat yang anarkis dan dalam jangka panjang masyarakat yang demikian itu akan terisolir dari percaturan global.

Berbagai bentuk resolusi konflik yang dapat diintegrasikan dalam program pendidikan antara lain: (1) negosiasi; (2) mediasi; (3) arbitrase; (4) mediasi-arbitrase; (5) konferensi komunitas; dan (6) mediasi teman sebaya. Negosiasi merupakan salah satu bentuk resolusi konflik yang dapat dilakukan dengan cara berdiskusi antara dua atau lebih orang yang terlibat dalam konflik kekerasan dengan tujuan utama untuk mencapai kesepakatan-kesepakatan.

Mediasi adalah sebuah proses yang bersifat sukarela dan rahasia yang dilakukan oleh pihak ketiga yang netral untuk membantu orang-orang mendiskusikan dan menegosiasikan persoalan-persoalan yang amat pelik dan sulit agar tercapai kesepakatan sehingga konflik yang membawa berbagai bentuk kekerasan dapat dihindarkan. Langkah-langkah penting dalam mediasi sebagai salah satu bentuk dari resolusi konflik ialah: pengumpulan informasi, perumusan masalah secara jelas dan jernih, pengembangan berbagai opsi, negosiasi, dan formulasi kesepakatan. Bentuk Resolusi Konflik ketiga, arbitrase, merupakan proses yang mana pihak ketiga yang netral mengeluarkan keputusan untuk menyelesaikan konflik setelah ia mengkaji berbagai bukti dan mendengarkan berbagai argumen dari kedua belah pihak yang sedang terlibat dalam konflik.

Selanjutnya, mediasi-arbitrase merupakan sebuah hibrid yang mengkombinasikan antara bentuk mediasi dan arbitrase. Artinya, sejak awal para pihak yang terlibat dalam konflik mencoba untuk melakukan pemecahan melalui mediasi, tetapi jika tidak ditemukan pemecahannya kemudian mereka menempuh cara arbitrase. Bentuk Resolusi Konflik yang kelima, konferensi komunitas, merupakan dialog



yang terstruktur dengan melibatkan semua unsur dan atau anggota masyarakat (pelaku kekerasan, korban, keluarga, para sahabat, dsb.) yang mengalami dan menderita akibat dari adanya kekerasan kriminal. Semua unsur masyarakat saling memberi kesempatan untuk menyatakan posisinya, persaanannya, persepsinya, terhadap kekerasan yang sudah terjadi, dan bagaimana usul mereka untuk menyelesaikan persoalan yang ada itu.

Akhirnya, mediasi teman sebaya merupakan salah satu bentuk resolusi konflik di mana dalam proses itu anak-anak muda bertindak sebagai mediator untuk membantu menyelesaikan pertikaian di antara teman-teman sejawat mereka. Dalam konteks ini para siswa dapat dilatih dan diawasi oleh guru atau orang dewasa lain dalam melaksanakan perannya sebagai mediator. Dengan cara ini para siswa dapat mem-pelajari budaya damai dan budaya anti kekerasan dengan cara melibatkan diri dalam persoalan riil yang dihadapi oleh para rekan sejawat mereka.

Persoalannya sekarang ialah, bagaimana caranya mendidikkan berbagai bentuk resolusi konflik itu kepada para siswa kita. Untuk ini kita dapat menggunakan pendekatan simulasi, bermain peran, observasi, penanganan kasus, dsb. agar para siswa memiliki pengalaman nyata untuk melibatkan diri dalam menyosialisasikan gerakan anti kekerasan. Dengan demikian, untuk mendidik siswa agar bisa menerima gagasan dan perilaku anti kekerasan, berbagai bentuk resolusi konflik sebagaimana dijelaskan di atas perlu diperkenalkan kepada siswa dalam proses belajar-mengajar di kelas secara terintegrasi, bukan secara monolitik.

Hal ini berarti kita tidak perlu kurikulum secara khusus. Cukup guru memiliki kepedulian dan komitmen yang kuat untuk menanamkan sikap dan nilai anti kekerasan kepada para siswa dengan cara mengajarkan berbagai bentuk resolusi konflik secara terintegrasi dengan bidang studi yang relevan dengan sifat dan hakikat resolusi konflik yang dikonseptualisasikan. Dengan cara ini maka dalam jangka panjang para siswa kita memiliki nilai dan perilaku anti kekerasan. Kalau hal ini dapat dilaksanakan, sungguh kita sebagai bangsa akan memiliki generasi penerus yang santun dalam berperilaku, cerdas dalam berpikir, dan toleransi terhadap berbagai pluralitas yang ada di Republik ini.

KESIMPULAN

Pada akhirnya, suatu karakter positif yang dimiliki seseorang, khususnya karakter anti kekerasan sangat dibutuhkan untuk menjadi seorang yang berhasil dalam dunia kerja dan kehidupan masyarakat. Khususnya untuk dunia kerja, salah satu faktor penentu keberhasilan dunia kerja adalah SDM (Sumber Daya Manusia) yang berkarakter, karakter yang dibutuhkan salah satunya adalah karakter anti kekerasan dalam penyelesaian suatu masalah.

Budaya senyum, sapa dan salam sebagai ciri khas bangsa Indonesia merupakan salah satu kearifan lokal yang penting untuk diterapkan sedini mungkin dan dapat dijadikan kunci pembuka dalam komunikasi, yang nantinya akan membentuk berbagai perilaku yang mengarah pada nilai-nilai anti kekerasan.

Sesuai budaya Jawa yang mengajarkan keno iwake ojo buthek banyune yang memiliki makna penyelesaian masalah tanpa menimbulkan masalah baru, memilih jalan damai bagi semua pihak. Masalah terselesaikan, namun hubungan baik tetap terjaga. Kiranya nilai tersebut penting untuk kita anut dalam kehidupan kita.

DAFTAR RUJUKAN

- Byrne, Rhonda. 2007. *The Secret*. Jakarta: PT Gramedia
- Gunawan, Adi W. 2005. *Hypnosis – The Art of Subconscious Communication*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Irawan,dkk. 2003. *Psikologi Umum...*
- Jamil Salmi. 2005. *Violence and Democratic Society: Hooliganisme dan Masyarakat Demokrasi*. Yogyakarta: Pilar Media.
- Lickona, Thomas. 1991. *Educating for Character: How Our Schools can Teach Respect and Responsibility*. New York: Bantam Books.



- Mulyana, Dedy. 2000. *Ilmu Komunikasi, Pengantar*. Bandung : Remaja. Rosadakarya
- N.K. Singh dan Mr. A.R. Agwan. 2000. *Encyclopaedia of the Holy Qur'an*. New Delhi: balaji Offset.
- Setiawan, Catur. 2010. " *Seulas Senyum Guru Sejuta Kebahagiaan Murid*". *Online*. Diakses tanggal 23 Agustus 2011. <http://o-friends.web.id/artikel/57-artikel/206>
- Thomas Santoso. 2002. *Teori-teori Kekerasan*. Jakarta: Ghalia Indonesia.