

HUMOR DALAM PEMBELAJARAN

UNTUK MOTIVASI BELAJAR SISWA

Figo Ari Muhamad, S.Psi.
Hazhira Qudsyi, S.Psi., M.A.

editor: Muh. Arfah, S.KM., M.Kes.



Humor dalam Pembelajaran untuk Motivasi Belajar Siswa

Figo Ari Muhamad, S.Psi.

Hazhira Qudsyi, S.Psi., M.A.

PT CIPTA DIGITAL EDUKASI

Anggota IKAPI: No. 666/DKI/2026



Humor dalam Pembelajaran untuk Motivasi Belajar Siswa

Penulis : Figo Ari Muhamad, S.Psi.
Hazhira Qudsyi, S.Psi., M.A.
ISBN : 978-634-7777-42-3 (PDF)
Penyunting Naskah : Muh. Arfah, S.KM., M.Kes.
Tata Letak : Rikhanatus Saliha, S.Sos.
Desain Sampul : Novikean Keysah Sanisri

Penerbit

PT Cipta Digital Edukasi

Jl. Wijaya Ii/Wijaya Grand Centre Blok G-15, Desa/Kelurahan Pulo, Kec. Kebayoran Baru, Kota Adm.
Jakarta Selatan, Provinsi DKI Jakarta, Kode Pos: 1216

E-Mail : penerbitcde@gmail.com

Website : cideka.com

© Hak cipta dilindungi oleh undang-undang

Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan pengumuman.

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit. Ketentuan Pidana Sanksi Pelanggaran Pasal 2 UU Nomor 19 Tahun 2002 Tentang Hak Cipta.

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) atau Pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (Tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
2. Barang siapa dengan sengaja menyerahkan, menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu Ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas tersusunnya buku referensi yang berjudul *Humor dalam Pembelajaran untuk Motivasi Belajar Siswa*. Buku ini hadir untuk memberikan pemahaman mengenai peran humor sebagai strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan motivasi, keterlibatan, dan kenyamanan siswa dalam proses belajar. Melalui buku ini, pembaca diharapkan dapat memahami bagaimana penggunaan humor yang tepat dapat menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan mendukung pencapaian kompetensi siswa.

Buku ini ditujukan untuk masyarakat umum agar menjadi bacaan yang mudah dipahami oleh guru, pendidik, mahasiswa pendidikan, maupun siapa saja yang memiliki minat terhadap inovasi pembelajaran.

Jakarta, Juni 2026

Tim Penyusun

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
Bab 1: Mengapa Belajar Membutuhkan Motivasi	1
1.1 Pengertian Motivasi Belajar	1
1.2 Teori Dasar Motivasi dalam Pendidikan	5
1.3 Penyebab Menurunnya Motivasi Siswa	9
1.4 Dampak Motivasi terhadap Prestasi Belajar	14
Bab 2: Guru sebagai Penggerak Motivasi Belajar.....	19
2.1 Peran Guru dalam Proses Pembelajaran.....	19
2.2 Karakteristik Guru Inspiratif dan Tidak Inspiratif	23
2.3 Hubungan Emosional Guru dan Siswa.....	28
2.4 Pengaruh Guru terhadap Iklim Kelas	34
Bab 3: Permasalahan Nyata di Ruang Kelas.....	39
3.1 Rendahnya Fokus dan Keterlibatan Siswa	39
3.2 Suasana Kelas yang Monoton dan Tegang.....	44
3.3 Perilaku Siswa Akibat Rendahnya Motivasi	49
3.4 Tantangan Pembelajaran pada Generasi Modern.....	54
Bab 4: Konsep Sense of Humor	59
4.1 Definisi Sense of Humor	59
4.2 Jenis-Jenis Humor dalam Kehidupan	64
4.3 Humor sebagai Karakter Individu	69
4.4 Peran Humor dalam Kesehatan Mental	74
Bab 5: Humor dalam Konteks Pendidikan.....	79
5.1 Urgensi Humor dalam Pembelajaran	79
5.2 Humor sebagai Strategi Komunikasi Guru	83

5.3 Batasan Penggunaan Humor di Kelas	89
5.4 Risiko Penggunaan Humor yang Tidak Tepat	93
Bab 6: Mekanisme Humor dalam Otak dan Emosi.....	98
6.1 Proses Kognitif Saat Merespons Humor	98
6.2 Hubungan Humor dengan Emosi Positif.....	102
6.3 Humor sebagai Mekanisme Coping Stress.....	107
6.4 Pengaruh Humor terhadap Memori dan Belajar.....	112
Bab 7: Pengaruh Humor terhadap Motivasi Siswa	117
7.1 Hubungan Humor dengan Keterlibatan Belajar	117
7.2 Persepsi Siswa terhadap Guru Humoris	121
7.3 Lingkungan Belajar yang Menyenangkan.....	125
7.4 Bukti Empiris Hubungan Humor dan Motivasi	130
Bab 8: Faktor Lain yang Mempengaruhi Motivasi	135
8.1 Faktor Internal Siswa.....	135
8.2 Faktor Eksternal Lingkungan Belajar.....	141
8.3 Peran Teman Sebaya dalam Motivasi	145
8.4 Keterbatasan Humor sebagai Satu-Satunya Strategi	150
Bab 9: Implementasi Humor dalam Pembelajaran	155
9.1 Teknik Penggunaan Humor dalam Kelas	155
9.2 Contoh Humor Edukatif yang Efektif	159
9.3 Penyesuaian Humor Berdasarkan Usia Siswa.....	166
9.4 Humor sebagai Alat Interaksi Pembelajaran	170
Bab 10: Kesalahan dalam Penggunaan Humor	175
10.1 Humor yang Bersifat Merendahkan	175
10.2 Humor yang Mengganggu Proses Belajar.....	180
10.3 Humor yang Tidak Relevan dengan Materi	184
10.4 Strategi Menghindari Kesalahan Penggunaan Humor	191

Bab 11: Strategi Membangun Pembelajaran Menyenangkan	196
11.1 Integrasi Humor dengan Metode Pembelajaran	196
11.2 Pengembangan Kelas Interaktif.....	201
11.3 Kreativitas Guru dalam Mengajar	205
11.4 Membangun Hubungan Positif dengan Siswa.....	211
Bab 12: Pendidikan Humanis dan Masa Depan Pembelajaran	215
12.1 Pendekatan Emosional dalam Pendidikan.....	215
12.2 Konsep Pembelajaran yang Menyenangkan.....	219
12.3 Guru sebagai Fasilitator Pengalaman Belajar	223
12.4 Arah Pengembangan Pendidikan Masa Depan	228
Profil Penulis	233
Daftar Pustaka.....	237

Bab 1: Mengapa Belajar Membutuhkan Motivasi

1.1 Pengertian Motivasi Belajar

1.1.1 Definisi Motivasi Belajar

Motivasi belajar merupakan salah satu aspek psikologis yang berperan penting dalam proses pendidikan. Secara umum, motivasi belajar dapat dipahami sebagai dorongan internal dan eksternal yang menggerakkan peserta didik untuk melakukan kegiatan belajar, mempertahankan keterlibatan dalam proses pembelajaran, serta mencapai tujuan akademik tertentu. Dorongan tersebut tidak hanya berkaitan dengan keinginan memperoleh nilai tinggi, tetapi juga mencakup kesadaran untuk memahami materi, mengembangkan kemampuan berpikir, serta membentuk sikap positif terhadap ilmu pengetahuan.

Motivasi belajar juga tidak dapat dipandang sebagai unsur yang berdiri sendiri. Ia berkaitan erat dengan kondisi pribadi peserta didik, lingkungan keluarga, kualitas pembelajaran, relasi dengan guru, serta iklim sosial di sekolah. Dalam kajian *self-determination theory*, motivasi peserta didik dipengaruhi oleh terpenuhinya kebutuhan psikologis berupa otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial. Ketiga aspek tersebut membantu peserta didik

merasa bahwa kegiatan belajar memiliki makna, dapat dikuasai, dan didukung oleh lingkungan yang positif (Bureau et al., 2022).

1.1.2 Unsur-Unsur Motivasi Belajar

Motivasi belajar memiliki beberapa unsur utama yang saling berkaitan. Unsur pertama adalah adanya tujuan. Peserta didik akan lebih terdorong untuk belajar apabila memiliki sasaran yang jelas, baik berupa pencapaian nilai, penguasaan keterampilan, maupun keinginan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang tertentu. Tujuan tersebut berfungsi sebagai arah yang membimbing tindakan belajar agar tidak berjalan secara acak.

Unsur kedua adalah kebutuhan. Peserta didik belajar karena menyadari adanya kebutuhan tertentu, misalnya kebutuhan untuk memahami materi, menyelesaikan tugas, memperoleh pengakuan, atau meningkatkan kemampuan diri. Kebutuhan ini dapat bersifat akademik, sosial, maupun personal. Semakin kuat kebutuhan yang dirasakan, semakin besar pula kemungkinan peserta didik menunjukkan perilaku belajar yang aktif.

Unsur ketiga adalah dorongan atau kemauan. Dorongan ini tampak dalam bentuk kesiapan mengikuti pelajaran, usaha mencari sumber belajar tambahan, keberanian bertanya, serta ketekunan menghadapi kesulitan. Kemauan belajar yang kuat menunjukkan bahwa peserta didik tidak hanya bergantung pada instruksi guru, tetapi juga memiliki inisiatif untuk mengembangkan dirinya.

Unsur keempat adalah penghargaan. Penghargaan tidak selalu berbentuk hadiah material, tetapi dapat berupa pujian, umpan balik positif, pengakuan atas usaha, atau kepuasan pribadi setelah

berhasil memahami materi. Penghargaan yang diberikan secara tepat dapat memperkuat motivasi belajar, terutama apabila penghargaan tersebut tidak membuat peserta didik semata-mata bergantung pada imbalan eksternal.

1.1.3 Jenis-Jenis Motivasi Belajar

Motivasi belajar umumnya dibedakan menjadi dua jenis, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah dorongan belajar yang berasal dari dalam diri peserta didik. Dorongan ini muncul karena adanya rasa ingin tahu, minat terhadap materi, kepuasan dalam memecahkan masalah, serta kesadaran bahwa belajar merupakan kegiatan yang bernilai bagi perkembangan diri. Peserta didik yang memiliki motivasi intrinsik biasanya belajar bukan sekadar karena tuntutan, melainkan karena menikmati proses memperoleh pengetahuan.

Motivasi ekstrinsik adalah dorongan belajar yang berasal dari faktor luar diri peserta didik. Faktor tersebut dapat berupa nilai, hadiah, pujian, tuntutan orang tua, persaingan akademik, atau aturan sekolah. Motivasi ekstrinsik tetap memiliki peran penting dalam pembelajaran, terutama bagi peserta didik yang belum memiliki minat kuat terhadap suatu materi. Akan tetapi, penggunaannya perlu diarahkan secara bijaksana agar tidak menjadikan peserta didik hanya belajar demi hadiah atau hukuman.

Kedua jenis motivasi tersebut tidak selalu bertentangan. Dalam praktik pendidikan, motivasi intrinsik dan ekstrinsik dapat saling melengkapi. Misalnya, peserta didik awalnya belajar karena ingin memperoleh nilai baik, tetapi setelah memahami manfaat

materi, ia mulai menikmati proses belajar tersebut. Oleh karena itu, tugas pendidik bukan hanya memberikan dorongan dari luar, melainkan juga membantu peserta didik menemukan makna personal dalam kegiatan belajar.

1.1.4 Peran Motivasi Belajar dalam Proses Pendidikan

Motivasi belajar berperan sebagai pendorong utama dalam pembentukan perilaku akademik. Peserta didik yang termotivasi akan lebih mudah mengatur waktu, menyusun prioritas, dan mempertahankan usaha ketika menghadapi hambatan. Dalam pembelajaran, motivasi membantu peserta didik untuk tetap terlibat secara kognitif, afektif, dan perilaku. Keterlibatan kognitif tampak dari usaha memahami konsep, keterlibatan afektif tampak dari sikap positif terhadap pembelajaran, sedangkan keterlibatan perilaku tampak dari kehadiran, partisipasi, dan penyelesaian tugas.

Motivasi belajar juga berhubungan dengan hasil akademik dan kesejahteraan peserta didik. Penelitian meta-analisis menunjukkan bahwa berbagai bentuk motivasi memiliki keterkaitan yang berbeda dengan hasil belajar, ketekunan, orientasi tujuan, dan kesejahteraan peserta didik. Motivasi yang lebih otonom, seperti minat intrinsik dan kesadaran terhadap nilai personal pembelajaran, cenderung berkaitan dengan hasil pendidikan yang lebih positif dibandingkan motivasi yang semata-mata didasarkan pada tekanan eksternal (Howard et al., 2021).

Dengan demikian, pengertian motivasi belajar tidak hanya terbatas pada dorongan untuk belajar, tetapi juga mencakup proses psikologis yang mengarahkan peserta didik agar mampu

menetapkan tujuan, mempertahankan usaha, mengatasi hambatan, dan memaknai pembelajaran sebagai bagian dari perkembangan diri.

1.2 Teori Dasar Motivasi dalam Pendidikan

1.2.1 Kedudukan Teori Motivasi dalam Pendidikan

Teori motivasi dalam pendidikan merupakan landasan konseptual yang digunakan untuk memahami alasan peserta didik terlibat, bertahan, atau justru menarik diri dari kegiatan belajar. Dalam proses pendidikan, motivasi tidak hanya dipahami sebagai dorongan sesaat, tetapi sebagai sistem psikologis yang memengaruhi cara peserta didik menetapkan tujuan, menilai kemampuan diri, merespons tugas, serta menghadapi keberhasilan maupun kegagalan.

Secara umum, teori motivasi dalam pendidikan menjelaskan hubungan antara kebutuhan, tujuan, harapan, nilai, lingkungan, dan perilaku belajar. Peserta didik yang tampak pasif, misalnya, tidak selalu berarti tidak memiliki kemampuan akademik. Kondisi tersebut dapat disebabkan oleh rendahnya keyakinan diri, tidak adanya tujuan yang jelas, kurangnya dukungan sosial, atau pengalaman belajar yang tidak menyenangkan. Dengan memahami teori dasar motivasi, pendidik dapat merancang pembelajaran yang lebih manusiawi, terarah, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik.

Teori motivasi juga berfungsi sebagai dasar dalam pengambilan keputusan pedagogis. Pemilihan metode, pemberian tugas, bentuk evaluasi, penggunaan penghargaan, serta pola

komunikasi guru dengan peserta didik seharusnya mempertimbangkan aspek motivasional. Pembelajaran yang hanya menekankan capaian nilai tanpa memperhatikan kebutuhan psikologis peserta didik berisiko menimbulkan tekanan, kejenuhan, dan orientasi belajar yang dangkal. Sebaliknya, pembelajaran yang memperhatikan motivasi dapat mendorong kemandirian, ketekunan, dan keterlibatan peserta didik secara lebih berkelanjutan.

1.2.2 Teori Kebutuhan dan Otonomi Belajar

Salah satu teori penting dalam kajian motivasi pendidikan adalah *self-determination theory*. Teori ini menekankan bahwa kualitas motivasi peserta didik sangat dipengaruhi oleh terpenuhinya tiga kebutuhan psikologis dasar, yaitu otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial. Otonomi berkaitan dengan perasaan bahwa peserta didik memiliki ruang untuk memilih dan terlibat secara sadar dalam proses belajar. Kompetensi berkaitan dengan keyakinan bahwa peserta didik mampu memahami materi dan menyelesaikan tugas. Keterhubungan sosial berkaitan dengan perasaan diterima, dihargai, dan didukung oleh guru maupun teman sebaya.

Dalam konteks pendidikan, pemenuhan kebutuhan tersebut menjadi penting karena dapat mengubah belajar dari sekadar kewajiban menjadi aktivitas yang bermakna. Peserta didik yang merasa memiliki otonomi akan lebih mudah mengembangkan tanggung jawab belajar. Peserta didik yang merasa kompeten akan lebih berani mencoba, bertanya, dan menyelesaikan tantangan akademik. Sementara itu, peserta didik yang merasa terhubung secara sosial akan lebih nyaman berpartisipasi dalam kegiatan kelas.

Self-determination theory juga membedakan motivasi berdasarkan tingkat kemandiriannya. Motivasi yang bersifat otonom, seperti belajar karena minat atau kesadaran akan manfaat, umumnya lebih kuat dalam mendukung keterlibatan jangka panjang dibandingkan motivasi yang sepenuhnya dikendalikan oleh tekanan eksternal. Dalam kerangka ini, pendidik berperan menciptakan lingkungan yang mendukung pilihan, memberikan umpan balik konstruktif, serta membangun relasi yang positif dengan peserta didik (Ryan & Deci, 2020).

1.2.3 Teori Tujuan Berprestasi

Teori dasar lain yang banyak digunakan dalam pendidikan adalah *achievement goal theory*. Teori ini menjelaskan bahwa perilaku belajar peserta didik dipengaruhi oleh cara mereka memaknai keberhasilan. Sebagian peserta didik memandang keberhasilan sebagai peningkatan kemampuan, penguasaan materi, dan perkembangan diri. Orientasi ini dikenal sebagai *mastery goal*. Peserta didik dengan orientasi tersebut biasanya lebih fokus pada proses belajar, tidak mudah menyerah, dan melihat kesalahan sebagai bagian dari pembelajaran.

Sebaliknya, terdapat peserta didik yang memaknai keberhasilan sebagai kemampuan untuk menunjukkan prestasi lebih tinggi daripada orang lain atau menghindari kesan tidak mampu. Orientasi ini berkaitan dengan *performance goal*. Dalam batas tertentu, orientasi performa dapat mendorong peserta didik berusaha keras, terutama ketika mereka ingin memperoleh nilai tinggi atau pengakuan. Akan tetapi, apabila terlalu dominan, orientasi ini dapat

membuat peserta didik takut gagal, menghindari tantangan, dan lebih mementingkan hasil akhir daripada pemahaman.

Dalam praktik pembelajaran, teori tujuan berprestasi membantu guru memahami bahwa cara memberikan penilaian, pujian, dan perbandingan antarpeserta didik dapat memengaruhi orientasi motivasi. Lingkungan kelas yang terlalu kompetitif dapat memperkuat orientasi performa secara berlebihan. Sebaliknya, lingkungan kelas yang menekankan perkembangan, usaha, dan refleksi dapat memperkuat orientasi penguasaan. Kajian tentang *achievement goal theory* menunjukkan bahwa teori ini relevan untuk memahami hubungan antara tujuan belajar, emosi, kognisi, dan perilaku peserta didik dalam lingkungan sekolah (Chazan et al., 2022).

1.2.4 Teori Harapan, Nilai, dan Penguatan

Selain teori kebutuhan dan tujuan, motivasi belajar juga dapat dijelaskan melalui *expectancy-value theory*. Teori ini menekankan bahwa peserta didik akan lebih termotivasi apabila mereka memiliki harapan untuk berhasil dan menilai bahwa tugas belajar tersebut penting. Harapan keberhasilan berkaitan dengan keyakinan peserta didik terhadap kemampuannya, sedangkan nilai tugas berkaitan dengan manfaat, makna, atau daya tarik suatu kegiatan belajar. Dengan demikian, peserta didik cenderung lebih aktif belajar ketika mereka merasa mampu dan melihat bahwa materi yang dipelajari memiliki kegunaan bagi kehidupan atau cita-cita mereka.

Teori penguatan juga memiliki kedudukan penting dalam pendidikan. Dalam teori ini, perilaku belajar dapat diperkuat melalui konsekuensi yang diberikan setelah peserta didik melakukan suatu tindakan. Penguatan dapat berupa pujian, penghargaan, pengakuan, atau umpan balik positif. Namun, penguatan perlu diberikan secara tepat agar tidak membuat peserta didik hanya bergantung pada hadiah. Penguatan yang baik seharusnya menekankan usaha, strategi, dan perkembangan, bukan semata-mata hasil akhir.

Berdasarkan berbagai teori tersebut, dapat dipahami bahwa motivasi dalam pendidikan bersifat kompleks. Motivasi tidak hanya muncul karena hadiah atau hukuman, tetapi juga karena kebutuhan psikologis, tujuan pribadi, keyakinan diri, nilai tugas, dan pengalaman sosial di kelas. Oleh sebab itu, pendidik perlu mengembangkan pembelajaran yang mendorong otonomi, memperkuat rasa mampu, menumbuhkan tujuan penguasaan, serta menunjukkan relevansi materi dengan kehidupan peserta didik.

1.3 Penyebab Menurunnya Motivasi Siswa

1.3.1 Faktor Internal Siswa

Menurunnya motivasi siswa dalam belajar dapat disebabkan oleh faktor internal yang berasal dari kondisi psikologis, emosional, dan kognitif peserta didik itu sendiri. Faktor internal ini mencakup rendahnya minat terhadap pelajaran, kurangnya kepercayaan diri, lemahnya tujuan belajar, serta munculnya rasa jenuh dalam mengikuti proses pembelajaran. Ketika siswa tidak memahami

alasan mengapa ia harus mempelajari suatu materi, kegiatan belajar cenderung dianggap sebagai kewajiban semata, bukan sebagai kebutuhan untuk mengembangkan diri. Akibatnya, siswa menjadi pasif, kurang bersemangat, dan tidak memiliki dorongan kuat untuk mencapai hasil belajar yang optimal.

Salah satu faktor internal yang cukup dominan adalah rendahnya self-efficacy, yaitu keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas atau memahami materi pelajaran. Siswa yang merasa tidak mampu biasanya lebih mudah menyerah ketika menghadapi soal sulit, kurang berani bertanya, dan cenderung menghindari tantangan akademik. Kondisi ini dapat menyebabkan penurunan motivasi secara bertahap karena siswa membentuk anggapan bahwa usaha belajar tidak akan menghasilkan keberhasilan. Dalam jangka panjang, perasaan tidak mampu tersebut dapat memunculkan sikap apatis terhadap pembelajaran.

Selain itu, kelelahan mental atau burnout juga menjadi

1.3.2 Faktor Keluarga dan Lingkungan Sosial

Keluarga memiliki peran penting dalam membentuk dan mempertahankan motivasi belajar siswa. Lingkungan keluarga yang kurang mendukung, seperti minimnya perhatian orang tua, komunikasi yang tidak harmonis, atau kurangnya fasilitas belajar di rumah, dapat menyebabkan siswa kehilangan dorongan untuk belajar. Dalam banyak kasus, siswa membutuhkan dukungan emosional dari keluarga agar merasa dihargai dan diperhatikan. Ketika dukungan tersebut tidak diperoleh, siswa dapat merasa bahwa

proses belajarnya tidak penting, sehingga motivasi untuk berprestasi ikut menurun.

Selain dukungan emosional, pola asuh juga berpengaruh terhadap motivasi belajar. Pola asuh yang terlalu menekan dapat membuat siswa belajar karena rasa takut, bukan karena kesadaran pribadi. Sebaliknya, pola asuh yang terlalu membebaskan tanpa arahan juga dapat menyebabkan siswa kurang disiplin dan tidak memiliki kebiasaan belajar yang teratur. Oleh karena itu, keluarga perlu menciptakan suasana yang seimbang antara pengawasan, penghargaan, dan pemberian kepercayaan kepada anak. Motivasi yang sehat akan tumbuh apabila siswa merasa didukung, bukan semata-mata dituntut.

Lingkungan sosial di luar keluarga, terutama teman sebaya atau peer group, juga dapat memengaruhi motivasi siswa. Siswa yang berada dalam lingkungan pertemanan yang kurang menghargai prestasi akademik berpotensi mengalami penurunan semangat belajar. Sebaliknya, lingkungan pertemanan yang positif dapat mendorong siswa untuk lebih aktif, disiplin, dan percaya diri. Dengan demikian, penurunan motivasi siswa tidak dapat dipandang hanya sebagai persoalan individu, tetapi juga sebagai hasil interaksi antara siswa dengan lingkungannya.

1.3.3 Faktor Sekolah dan Strategi Pembelajaran

Sekolah sebagai lingkungan formal pendidikan memiliki pengaruh besar terhadap motivasi siswa. Strategi pembelajaran yang monoton, kurang interaktif, dan tidak sesuai dengan kebutuhan siswa dapat menyebabkan kejenuhan dalam belajar. Apabila guru hanya

menggunakan metode ceramah secara terus-menerus tanpa melibatkan siswa dalam diskusi, praktik, atau pemecahan masalah, pembelajaran akan terasa kaku dan kurang bermakna. Kondisi ini membuat siswa sulit menghubungkan materi pelajaran dengan kehidupan nyata sehingga minat belajar semakin berkurang.

Peran guru sangat penting dalam menjaga motivasi siswa. Guru yang mampu memberikan penjelasan dengan jelas, menggunakan metode yang bervariasi, serta memberikan feedback yang membangun akan membantu siswa merasa dihargai dan diarahkan. Sebaliknya, sikap guru yang kurang komunikatif, terlalu sering memberikan kritik tanpa solusi, atau tidak memperhatikan perbedaan kemampuan siswa dapat menurunkan rasa percaya diri peserta didik. Penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan guru, sikap guru, kebutuhan siswa, serta proses penilaian di sekolah turut memengaruhi motivasi belajar siswa (Ghazali et al., 2022).

Selain metode mengajar, sistem penilaian juga dapat menjadi penyebab menurunnya motivasi. Penilaian yang terlalu berfokus pada angka dapat membuat siswa memandang belajar hanya sebagai cara untuk memperoleh nilai, bukan untuk memahami pengetahuan. Akibatnya, siswa yang memperoleh nilai rendah dapat merasa gagal dan kehilangan semangat. Oleh sebab itu, sekolah perlu menerapkan penilaian yang tidak hanya mengukur hasil akhir, tetapi juga menghargai proses, usaha, kreativitas, dan perkembangan siswa secara bertahap.

1.3.4 Pengaruh Perubahan Zaman dan Teknologi

Perkembangan teknologi membawa dampak ganda terhadap motivasi belajar siswa. Di satu sisi, teknologi dapat memperluas akses terhadap sumber belajar, memperkaya media pembelajaran, dan memudahkan komunikasi akademik. Namun, di sisi lain, penggunaan teknologi yang tidak terkontrol dapat mengalihkan perhatian siswa dari kegiatan belajar. Akses yang terlalu mudah terhadap permainan daring, media sosial, dan hiburan digital dapat menyebabkan siswa sulit berkonsentrasi serta menunda penyelesaian tugas sekolah.

Perubahan pola belajar akibat penggunaan online learning juga dapat memengaruhi motivasi siswa. Pembelajaran berbasis teknologi membutuhkan kemandirian, disiplin, dan kemampuan mengatur waktu. Siswa yang belum memiliki keterampilan tersebut dapat mengalami kesulitan mengikuti pelajaran secara konsisten. Selain itu, kurangnya interaksi langsung dengan guru dan teman dapat membuat proses belajar terasa lebih sepi dan kurang menarik. Apabila tidak didukung dengan desain pembelajaran yang baik, penggunaan teknologi justru dapat menurunkan keterlibatan siswa dalam belajar.

Dalam perspektif psikologi pendidikan, motivasi siswa akan lebih kuat apabila mereka merasa memiliki otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial dalam proses pembelajaran (Howard et al., 2021). Oleh karena itu, penyebab menurunnya motivasi siswa perlu dilihat secara menyeluruh, baik dari aspek pribadi, keluarga, sekolah, maupun perubahan lingkungan digital. Upaya

meningkatkan motivasi tidak cukup dilakukan dengan memberi nasihat, tetapi harus disertai perbaikan strategi pembelajaran, dukungan emosional, pengelolaan teknologi, dan penciptaan lingkungan belajar yang bermakna.

1.4 Dampak Motivasi terhadap Prestasi Belajar

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor psikologis yang berperan penting dalam menentukan keberhasilan peserta didik. Dalam konteks pendidikan, prestasi belajar tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan kognitif, ketersediaan fasilitas, atau metode pembelajaran, tetapi juga oleh dorongan internal dan eksternal yang membuat peserta didik bersedia mengikuti proses belajar secara aktif. Motivasi menjadi tenaga penggerak yang mendorong peserta didik untuk menetapkan tujuan, mempertahankan usaha, mengatasi kesulitan, serta mengevaluasi hasil belajarnya. Oleh karena itu, hubungan antara motivasi dan prestasi belajar perlu dipahami sebagai hubungan yang dinamis, bukan sekadar hubungan sebab-akibat yang sederhana.

1.4.1 Motivasi sebagai Penggerak Aktivitas Belajar

Motivasi berfungsi sebagai penggerak utama dalam aktivitas belajar karena memberikan arah dan energi bagi peserta didik. Peserta didik yang memiliki motivasi tinggi cenderung menunjukkan kesiapan belajar yang lebih baik, memperhatikan penjelasan guru, mengerjakan tugas secara teratur, serta berusaha memahami materi secara mendalam. Sebaliknya, peserta didik

dengan motivasi rendah sering kali mengalami kesulitan mempertahankan perhatian, mudah menyerah ketika menghadapi materi yang sulit, dan kurang memiliki dorongan untuk memperbaiki hasil belajarnya.

Dalam proses pembelajaran, motivasi dapat muncul dari dalam diri peserta didik maupun dari lingkungan sekitar. Motivasi intrinsik terlihat ketika peserta didik belajar karena rasa ingin tahu, minat terhadap materi, atau keinginan untuk mengembangkan kemampuan diri. Sementara itu, motivasi ekstrinsik muncul karena adanya dorongan dari luar, seperti nilai, penghargaan, pujian, atau tuntutan orang tua. Keduanya dapat berpengaruh positif terhadap prestasi belajar, terutama apabila diarahkan secara seimbang. Namun, motivasi intrinsik umumnya memiliki pengaruh lebih kuat terhadap ketekunan belajar karena peserta didik terdorong oleh kesadaran pribadi, bukan semata-mata oleh imbalan eksternal.

Motivasi juga berkaitan dengan keterlibatan peserta didik dalam pembelajaran atau learning engagement. Peserta didik yang termotivasi tidak hanya hadir secara fisik di kelas, tetapi juga terlibat secara mental dan emosional. Mereka berani bertanya, aktif berdiskusi, serta menunjukkan minat untuk menyelesaikan persoalan akademik. Keterlibatan semacam ini pada akhirnya memperbesar peluang peserta didik untuk mencapai prestasi belajar yang lebih baik.

1.4.2 Pengaruh Motivasi terhadap Ketekunan dan Strategi Belajar

Dampak motivasi terhadap prestasi belajar tampak jelas melalui ketekunan dan strategi belajar yang digunakan peserta didik. Motivasi yang tinggi mendorong peserta didik untuk memiliki daya tahan akademik ketika menghadapi kesulitan. Mereka tidak mudah berhenti saat gagal memahami materi, melainkan berusaha mencari penjelasan tambahan, bertanya kepada guru, berdiskusi dengan teman, atau memanfaatkan sumber belajar lain. Ketekunan ini menjadi modal penting dalam mencapai hasil belajar yang optimal.

Selain ketekunan, motivasi juga memengaruhi pemilihan strategi belajar. Peserta didik yang memiliki motivasi kuat cenderung menggunakan strategi yang lebih terarah, seperti membuat rangkuman, menyusun jadwal belajar, mengulang materi, dan mengevaluasi pemahaman diri. Strategi tersebut berkaitan dengan kemampuan mengatur proses belajar secara mandiri atau *self-regulated learning*. Dalam konteks ini, motivasi tidak hanya mendorong peserta didik untuk belajar lebih lama, tetapi juga membantu mereka belajar dengan cara yang lebih efektif.

hasil pendidikan, termasuk prestasi akademik, ketekunan, dan Penelitian menunjukkan bahwa motivasi akademik berkaitan dengan berbagai kesejahteraan peserta didik (Howard et al., 2021). Temuan tersebut menegaskan bahwa motivasi bukan sekadar faktor tambahan dalam pembelajaran, melainkan bagian penting dari proses pendidikan yang memengaruhi cara peserta didik mengelola tujuan, usaha, dan respons terhadap tantangan akademik.

1.4.3 Motivasi dan Pencapaian Hasil Akademik

Prestasi belajar umumnya tercermin dalam nilai, kemampuan memahami konsep, keterampilan menyelesaikan masalah, serta keberhasilan mencapai kompetensi pembelajaran. Motivasi berperan dalam meningkatkan prestasi tersebut karena peserta didik yang termotivasi memiliki kecenderungan lebih besar untuk mengikuti pembelajaran secara konsisten. Konsistensi belajar inilah yang membuat pemahaman peserta didik berkembang secara bertahap dan berkelanjutan.

Motivasi juga memengaruhi cara peserta didik memandang keberhasilan dan kegagalan. Peserta didik yang memiliki motivasi kuat biasanya memandang kegagalan sebagai bagian dari proses belajar. Mereka cenderung melakukan refleksi terhadap kesalahan, memperbaiki strategi, dan mencoba kembali. Sikap ini berbeda dengan peserta didik yang kurang termotivasi, yang sering kali menganggap kegagalan sebagai tanda ketidakmampuan. Perbedaan cara pandang tersebut berdampak pada keberlanjutan usaha belajar dan pencapaian akademik.

1.4.4 Peran Lingkungan dalam Memperkuat Motivasi Belajar

Meskipun motivasi berasal dari dalam diri peserta didik, lingkungan belajar tetap memiliki pengaruh besar dalam membentuk dan memperkuat motivasi tersebut. Guru, keluarga, teman sebaya, serta suasana sekolah dapat menjadi faktor pendukung atau penghambat motivasi belajar. Guru yang mampu menciptakan pembelajaran menarik, memberikan feedback konstruktif, dan

menghargai usaha peserta didik dapat meningkatkan kepercayaan diri serta minat belajar.

Lingkungan keluarga juga berperan dalam membangun kebiasaan belajar. Dukungan orang tua, perhatian terhadap perkembangan akademik, serta pemberian ruang belajar yang kondusif dapat memperkuat motivasi peserta didik. Namun, dukungan tersebut perlu diberikan secara proporsional agar tidak berubah menjadi tekanan berlebihan. Tekanan yang terlalu kuat dapat membuat peserta didik belajar hanya karena takut gagal, bukan karena kesadaran akan pentingnya pendidikan.

Selain itu, teman sebaya dapat memengaruhi motivasi melalui budaya belajar yang berkembang di lingkungan peserta didik. Apabila peserta didik berada dalam kelompok yang menghargai prestasi, disiplin, dan kerja keras, ia cenderung terdorong untuk mengikuti pola tersebut. Sebaliknya, lingkungan yang kurang mendukung dapat melemahkan semangat belajar. Oleh karena itu, sekolah perlu membangun iklim akademik yang positif, kolaboratif, dan menghargai proses.

Motivasi juga berhubungan dengan penggunaan strategi belajar yang tepat. Penelitian di konteks sekolah Indonesia menunjukkan bahwa motivasi belajar dapat menjadi indikator penting dalam memprediksi strategi belajar peserta didik (Hariri et al., 2021). Artinya, upaya meningkatkan prestasi belajar tidak cukup hanya berfokus pada penyampaian materi, tetapi juga harus memperhatikan pembentukan motivasi, penguatan disiplin, serta pendampingan peserta didik dalam mengelola proses belajarnya.

Bab 2: Guru sebagai Penggerak Motivasi Belajar

2.1 Peran Guru dalam Proses Pembelajaran

2.1.1 Guru sebagai Perancang Pembelajaran

Guru memiliki peran yang sangat penting dalam proses pembelajaran karena keberhasilan kegiatan belajar tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan materi, tetapi juga oleh kemampuan guru dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran secara sistematis. Dalam konteks pendidikan, guru bukan sekadar penyampai informasi, melainkan pengelola proses yang memungkinkan peserta didik mengalami perubahan pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Peran tersebut menuntut guru untuk memahami karakteristik peserta didik, tujuan pembelajaran, kondisi kelas, serta strategi yang sesuai dengan kebutuhan belajar.

Sebagai perancang pembelajaran, guru bertanggung jawab menyusun rencana pembelajaran yang terarah. Perencanaan ini mencakup penentuan tujuan, pemilihan materi, metode, media, sumber belajar, serta bentuk evaluasi yang akan digunakan. Rencana yang baik memberikan arah yang jelas bagi guru dan peserta didik agar kegiatan belajar berlangsung efektif. Tanpa perencanaan yang matang, pembelajaran berpotensi menjadi tidak terstruktur, kurang bermakna, dan sulit diukur keberhasilannya.

Perencanaan pembelajaran juga harus selaras dengan perkembangan kurikulum. Guru dituntut mampu menerjemahkan capaian pembelajaran ke dalam kegiatan yang konkret dan relevan. Dalam hal ini, guru perlu menghubungkan materi dengan kehidupan nyata agar peserta didik memahami manfaat pengetahuan yang dipelajari. Pembelajaran yang kontekstual akan membantu peserta didik tidak hanya menghafal konsep, tetapi juga menggunakannya dalam situasi yang lebih luas.

2.1.2 Guru sebagai Fasilitator dan Motivator

Peran guru sebagai fasilitator menempatkan guru sebagai pihak yang menyediakan kondisi belajar yang mendukung. Guru tidak lagi menjadi satu-satunya sumber pengetahuan, tetapi menjadi pendamping yang membantu peserta didik menemukan, mengolah, dan mengembangkan informasi. Dengan demikian, proses pembelajaran menjadi lebih dialogis dan partisipatif. Guru perlu menciptakan suasana kelas yang aman secara psikologis agar peserta didik berani bertanya, menyampaikan pendapat, dan mencoba hal baru tanpa takut melakukan kesalahan.

Sebagai fasilitator, guru perlu menggunakan metode yang bervariasi. Metode ceramah masih dapat digunakan, tetapi tidak seharusnya menjadi satu-satunya strategi. Guru dapat memadukannya dengan diskusi kelompok, studi kasus, proyek, simulasi, demonstrasi, atau pembelajaran berbasis masalah. Variasi metode tersebut bertujuan menjaga perhatian peserta didik dan memberi pengalaman belajar yang lebih kaya. Penelitian menunjukkan bahwa kualitas peran guru dalam proses belajar sangat

berkaitan dengan bagaimana pengetahuan disampaikan agar mudah diterima peserta didik (Zulfatunnisa & Maknun, 2022).

Selain sebagai fasilitator, guru juga berperan sebagai motivator. Motivasi belajar merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi keterlibatan peserta didik. Guru dapat membangun motivasi melalui pemberian penguatan, penghargaan, umpan balik yang membangun, serta penciptaan tujuan belajar yang jelas. Peserta didik yang memahami alasan mereka belajar cenderung lebih aktif dan bertanggung jawab terhadap proses belajarnya.

Motivasi juga dapat dibangun melalui hubungan interpersonal yang positif antara guru dan peserta didik. Guru yang menunjukkan empati, kesabaran, dan perhatian akan lebih mudah membangun kepercayaan. Hubungan yang baik membuat peserta didik merasa dihargai, sehingga mereka lebih siap menerima arahan dan terlibat dalam pembelajaran. Dengan demikian, keberhasilan pembelajaran tidak hanya bergantung pada penguasaan materi, tetapi juga pada kemampuan guru membangun iklim emosional yang sehat.

2.1.3 Guru sebagai Pengelola Kelas

Pengelolaan kelas merupakan bagian penting dari peran guru dalam proses pembelajaran. Kelas yang tertib, kondusif, dan komunikatif memungkinkan proses belajar berlangsung secara efektif. Pengelolaan kelas tidak hanya berarti mengatur kedisiplinan, tetapi juga menciptakan lingkungan yang mendorong interaksi positif, kerja sama, dan tanggung jawab. Guru perlu menetapkan

aturan kelas yang jelas, konsisten, dan disepakati bersama agar peserta didik memahami batasan perilaku yang diharapkan.

Pengelolaan kelas juga berkaitan dengan penggunaan media dan teknologi. Dalam pembelajaran modern, guru dapat memanfaatkan perangkat digital untuk memperluas akses informasi dan meningkatkan keterlibatan peserta didik. Namun, penggunaan teknologi harus tetap diarahkan pada tujuan pedagogis, bukan sekadar mengikuti tren. Teknologi berfungsi sebagai alat bantu, sedangkan guru tetap menjadi pengarah utama proses pembelajaran.

Kemampuan guru dalam mengelola kelas turut dipengaruhi oleh kompetensi profesional dan karakter personal. Guru yang memiliki penguasaan materi, keterampilan komunikasi, stabilitas emosional, dan kemampuan reflektif akan lebih mampu menciptakan pembelajaran yang efektif. Kajian tentang efektivitas guru menunjukkan bahwa karakteristik kognitif dan profesional guru memiliki hubungan dengan keberhasilan pembelajaran serta pencapaian peserta didik (Bardach & Klassen, 2020).

2.1.4 Guru sebagai Evaluator dan Pembimbing

Peran guru sebagai evaluator berkaitan dengan upaya menilai proses dan hasil belajar peserta didik. Evaluasi tidak hanya dilakukan pada akhir pembelajaran, tetapi juga selama proses berlangsung. Melalui evaluasi, guru dapat mengetahui sejauh mana tujuan pembelajaran telah tercapai, kesulitan apa yang dialami peserta didik, serta strategi apa yang perlu diperbaiki. Oleh karena itu, evaluasi harus dipahami sebagai bagian dari proses pembelajaran, bukan sekadar pemberian nilai.

Guru perlu menggunakan bentuk evaluasi yang beragam, seperti tes tertulis, observasi, penugasan, portofolio, proyek, dan penilaian sikap. Keragaman instrumen evaluasi memungkinkan guru memperoleh gambaran yang lebih utuh tentang perkembangan peserta didik. Dalam konteks ini, assessment tidak hanya mengukur aspek kognitif, tetapi juga keterampilan berpikir kritis, kreativitas, kolaborasi, dan tanggung jawab.

Selain menilai, guru juga berperan sebagai pembimbing. Bimbingan dilakukan untuk membantu peserta didik mengenali potensi, mengatasi hambatan belajar, dan mengembangkan sikap positif terhadap pendidikan. Guru perlu memberikan feedback yang jelas, spesifik, dan membangun agar peserta didik mengetahui kelebihan serta aspek yang perlu diperbaiki. Umpan balik yang baik tidak menjatuhkan, tetapi mendorong peserta didik untuk berkembang.

2.2 Karakteristik Guru Inspiratif dan Tidak Inspiratif

Guru memiliki peran penting dalam membentuk suasana belajar, motivasi siswa, dan cara siswa memandang pendidikan. Dalam praktik pembelajaran, guru tidak hanya bertugas menyampaikan materi, tetapi juga menjadi figur yang memengaruhi sikap, nilai, dan kepercayaan diri siswa. Guru inspiratif mampu menghadirkan pembelajaran yang bermakna, membangun hubungan emosional yang sehat, serta mendorong siswa untuk berkembang

sesuai potensinya. Sebaliknya, guru yang tidak inspiratif dapat membuat pembelajaran terasa kaku, menekan, dan jauh dari kebutuhan siswa. Perbedaan antara keduanya tidak hanya terletak pada penguasaan materi, tetapi juga pada cara berkomunikasi, memberi dukungan, mengelola kelas, dan memperlakukan siswa sebagai subjek belajar. Oleh karena itu, pembahasan mengenai karakteristik guru inspiratif dan tidak inspiratif penting untuk memahami bagaimana kualitas guru berpengaruh terhadap pengalaman belajar siswa.

2.2.1 Karakteristik Guru Inspiratif

Guru inspiratif adalah guru yang mampu membangkitkan minat, rasa ingin tahu, dan semangat belajar siswa melalui kepribadian, strategi mengajar, serta keteladanan. Guru semacam ini tidak hanya menguasai materi pelajaran, tetapi juga mampu menjelaskan materi dengan cara yang jelas, kontekstual, dan mudah dipahami. Ia berusaha menghubungkan pelajaran dengan kehidupan nyata agar siswa melihat manfaat dari apa yang dipelajari. Dalam proses pembelajaran, guru inspiratif biasanya menggunakan pendekatan yang variatif, seperti diskusi, praktik, studi kasus, permainan edukatif, dan project-based learning. Selain itu, guru inspiratif memberikan ruang bagi siswa untuk bertanya, berpendapat, dan mencoba tanpa takut dipermalukan ketika melakukan kesalahan.

Karakteristik penting lain dari guru inspiratif adalah kemampuan memberi dukungan emosional dan akademik secara seimbang. Guru tidak hanya menuntut siswa mencapai hasil tertentu,

tetapi juga memperhatikan proses, hambatan, dan usaha yang dilakukan siswa. Dukungan tersebut dapat berupa feedback yang membangun, dorongan ketika siswa gagal, serta pengakuan terhadap kemajuan kecil yang dicapai. Penelitian mengenai dukungan guru menunjukkan bahwa persepsi siswa terhadap dukungan otonomi, dukungan belajar, desain instruksional, dan pengelolaan kesalahan oleh guru berhubungan dengan perubahan profil motivasi siswa (Held & Mori, 2024).

2.2.2 Karakteristik Guru Tidak Inspiratif

Guru yang tidak inspiratif umumnya ditandai oleh pola pembelajaran yang monoton, komunikasi yang kurang empatik, serta rendahnya perhatian terhadap kebutuhan siswa. Dalam kelas, guru seperti ini cenderung hanya menyampaikan materi secara satu arah tanpa memberi ruang yang cukup bagi siswa untuk berpikir, bertanya, atau berdiskusi. Pembelajaran sering berpusat pada guru sehingga siswa ditempatkan sebagai pendengar pasif. Selain itu, guru yang tidak inspiratif dapat terlalu menekankan hafalan dan nilai, tetapi kurang membantu siswa memahami makna pembelajaran. Sikap yang terlalu kaku, mudah marah, atau sering mempermalukan siswa juga dapat melemahkan keberanian siswa untuk terlibat aktif. Akibatnya, kelas menjadi tempat yang menegangkan, bukan ruang yang mendorong pertumbuhan intelektual dan emosional.

Guru yang tidak inspiratif juga dapat terlihat dari cara memberi penilaian dan tanggapan terhadap kesalahan siswa. Apabila kesalahan hanya dipandang sebagai kegagalan, siswa akan merasa

takut mencoba dan lebih memilih diam daripada mengambil risiko dalam belajar. Guru yang kurang inspiratif sering memberikan kritik yang bersifat menjatuhkan, tidak spesifik, dan tidak menawarkan jalan perbaikan. Dalam jangka panjang, pola tersebut dapat menurunkan rasa percaya diri siswa, terutama bagi siswa yang sebelumnya sudah mengalami kesulitan akademik. Selain itu, guru yang tidak mampu mengelola kelas dengan adil dapat menimbulkan perasaan tidak dihargai di kalangan siswa.

2.2.3 Perbedaan Dampak terhadap Motivasi Siswa

Guru inspiratif dan tidak inspiratif memberikan dampak yang berbeda terhadap motivasi siswa. Guru inspiratif cenderung menumbuhkan motivasi intrinsik karena siswa merasa dihargai, didukung, dan diberi kesempatan untuk berkembang. Siswa yang belajar bersama guru inspiratif biasanya lebih berani bertanya, lebih aktif menyelesaikan tugas, dan lebih percaya diri menghadapi tantangan. Mereka juga lebih mudah melihat pelajaran sebagai sesuatu yang berguna bagi kehidupan, bukan sekadar kewajiban sekolah. Sebaliknya, guru yang tidak inspiratif sering membuat siswa belajar hanya karena takut hukuman, mengejar nilai, atau menghindari teguran. Motivasi semacam ini bersifat rapuh karena tidak dibangun atas dasar kesadaran dan minat pribadi.

Perbedaan dampak tersebut juga tampak pada keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Guru inspiratif mendorong siswa untuk merasa memiliki peran dalam kelas melalui pendekatan *student-centered learning*. Ia memberi kesempatan kepada siswa untuk mengeksplorasi ide, bekerja sama, dan merefleksikan

pengalaman belajar. Sementara itu, guru yang tidak inspiratif dapat membuat siswa merasa tidak memiliki kendali terhadap proses belajar karena seluruh keputusan ditentukan secara sepihak. Kajian sistematis tentang peran motivasional guru menunjukkan bahwa motivasi siswa dipengaruhi oleh dukungan, relasi guru-siswa, praktik mengajar, gaya pembelajaran, serta karakteristik guru yang tampak dalam interaksi sehari-hari (Asadpour et al., 2025).

2.2.4 Upaya Menjadi Guru yang Lebih Inspiratif

Menjadi guru inspiratif bukanlah sifat bawaan semata, melainkan proses profesional yang dapat dikembangkan melalui refleksi, pelatihan, dan pengalaman. Guru perlu membiasakan diri mengevaluasi cara mengajar, cara berkomunikasi, serta cara merespons kebutuhan siswa. Refleksi dapat dilakukan dengan mencatat situasi kelas, mendengarkan umpan balik siswa, berdiskusi dengan rekan sejawat, dan memperbaiki strategi pembelajaran. Guru juga perlu memperluas wawasan pedagogis agar mampu menggunakan metode yang sesuai dengan karakteristik siswa dan perkembangan zaman. Penggunaan teknologi, media visual, diskusi kolaboratif, dan kegiatan berbasis praktik dapat membantu pembelajaran menjadi lebih hidup. Namun, penggunaan metode modern tetap harus disertai kepekaan terhadap kondisi siswa agar pembelajaran tidak sekadar menarik secara teknis, tetapi juga bermakna secara edukatif.

Upaya menjadi guru inspiratif juga menuntut keteladanan dalam sikap dan perilaku. Siswa sering belajar bukan hanya dari penjelasan guru, tetapi juga dari cara guru memperlakukan orang

lain, menghadapi masalah, dan menunjukkan tanggung jawab. Guru yang disiplin, jujur, terbuka, serta menghargai perbedaan akan lebih mudah membangun kepercayaan siswa. Selain itu, guru perlu menjaga komunikasi yang positif dengan siswa tanpa kehilangan ketegasan dalam mengelola kelas. Ketegasan yang disertai empati akan membuat siswa memahami aturan sebagai bagian dari proses belajar, bukan sebagai bentuk tekanan. Dengan demikian, guru inspiratif adalah guru yang mampu memadukan kompetensi akademik, keterampilan pedagogis, kedewasaan emosional, dan komitmen moral dalam mendampingi pertumbuhan siswa.

2.3 Hubungan Emosional Guru dan Siswa

Hubungan emosional guru dan siswa merupakan salah satu aspek penting dalam proses pendidikan karena pembelajaran tidak hanya berlangsung melalui penyampaian materi, tetapi juga melalui interaksi manusiawi di dalam kelas. Guru tidak sekadar berperan sebagai penyampai pengetahuan, melainkan juga sebagai figur pendamping yang membantu siswa merasa aman, dihargai, dan diterima. Ketika hubungan emosional terbangun secara positif, siswa cenderung lebih terbuka dalam mengikuti pembelajaran dan lebih percaya diri dalam menyampaikan pendapat. Sebaliknya, hubungan yang kaku, dingin, atau penuh tekanan dapat menghambat partisipasi siswa dan menurunkan kenyamanan belajar. Hubungan emosional yang baik juga dapat memperkuat kedisiplinan karena siswa merasa memiliki kedekatan moral dengan guru.

2.3.1 Makna Hubungan Emosional dalam Pembelajaran

Hubungan emosional dalam pembelajaran dapat dipahami sebagai ikatan psikologis yang terbentuk melalui perhatian, empati, komunikasi, kepercayaan, dan penghargaan antara guru dan siswa. Ikatan ini tidak selalu ditunjukkan melalui kedekatan yang berlebihan, tetapi melalui sikap guru yang konsisten, adil, peduli, dan responsif terhadap kebutuhan siswa. Guru yang memiliki kepekaan emosional mampu membaca perubahan sikap siswa, seperti rasa cemas, malu, bosan, atau kehilangan motivasi. Kepekaan tersebut membuat guru dapat menyesuaikan pendekatan pembelajaran agar siswa tetap merasa didukung. Dalam konteks kelas, hubungan emosional yang positif membantu siswa memahami bahwa sekolah bukan hanya tempat memperoleh nilai, tetapi juga ruang untuk tumbuh secara sosial dan personal.

Hubungan emosional yang sehat juga berkaitan dengan kemampuan guru menciptakan batas yang jelas dalam interaksi. Kedekatan guru dan siswa tidak berarti menghilangkan wibawa atau aturan kelas. Sebaliknya, hubungan yang baik justru memperkuat kewibawaan guru karena siswa melihat guru sebagai sosok yang tegas sekaligus peduli. Guru perlu menunjukkan bahwa kedisiplinan dan kasih sayang dapat berjalan bersama dalam proses pendidikan. Apabila siswa memahami bahwa aturan dibuat untuk mendukung perkembangan mereka, maka kepatuhan akan muncul bukan semata-mata karena takut, tetapi karena adanya kesadaran.

2.3.2 Rasa Aman dan Kepercayaan Siswa

Rasa aman merupakan prasyarat penting bagi siswa untuk berani terlibat dalam proses pembelajaran. Siswa yang merasa aman di kelas akan lebih berani bertanya, mencoba menjawab, mengakui kesalahan, dan meminta bantuan ketika mengalami kesulitan. Kondisi ini berbeda dengan kelas yang dipenuhi rasa takut, sebab siswa cenderung memilih diam untuk menghindari teguran atau penilaian negatif. Guru memiliki peran besar dalam membangun rasa aman melalui penggunaan bahasa yang santun, ekspresi yang bersahabat, serta respons yang tidak merendahkan siswa. Ketika kesalahan diperlakukan sebagai bagian dari proses belajar, siswa akan lebih mudah mengembangkan keberanian akademik. Hubungan guru dan siswa yang positif terbukti berkaitan dengan meningkatnya keterlibatan emosional dan sosial siswa dalam pembelajaran (Pérez-Salas et al., 2021).

Kepercayaan siswa terhadap guru juga terbentuk melalui konsistensi sikap. Guru yang adil dalam memperlakukan siswa akan lebih mudah memperoleh kepercayaan dibandingkan guru yang sering menunjukkan keberpihakan. Kepercayaan tersebut muncul ketika siswa merasakan bahwa guru tidak hanya menilai hasil akhir, tetapi juga menghargai proses dan usaha. Dalam situasi tertentu, siswa mungkin mengalami masalah pribadi yang memengaruhi perilaku belajar mereka. Guru yang dipercaya akan lebih mudah menjadi tempat siswa menyampaikan kesulitan secara wajar.

Rasa aman dan kepercayaan juga berpengaruh terhadap kesiapan mental siswa dalam menghadapi tantangan akademik.

Siswa yang merasa didukung oleh guru cenderung tidak mudah menyerah ketika menghadapi materi sulit. Mereka memahami bahwa guru hadir untuk membimbing, bukan sekadar mengoreksi kesalahan. Dukungan semacam ini membantu siswa membangun keyakinan bahwa kemampuan dapat dikembangkan melalui latihan dan bimbingan. Pada akhirnya, rasa aman bukan hanya menciptakan kenyamanan, tetapi juga mendorong keberanian untuk belajar secara lebih aktif.

2.3.3 Komunikasi Empatik Guru

Komunikasi empatik merupakan kemampuan guru untuk menyampaikan pesan dengan mempertimbangkan perasaan, kondisi, dan kebutuhan siswa. Dalam praktik pembelajaran, komunikasi empatik dapat diwujudkan melalui cara guru menegur, memberi arahan, menjawab pertanyaan, dan memberikan umpan balik. Teguran yang disampaikan secara kasar dapat membuat siswa merasa malu atau terancam, sedangkan teguran yang disampaikan secara bijaksana dapat membantu siswa memahami kesalahan tanpa kehilangan harga diri. Guru juga perlu menggunakan bahasa yang jelas dan tidak menimbulkan penafsiran negatif. Komunikasi seperti ini penting karena kata-kata guru dapat memengaruhi suasana batin siswa dalam waktu yang panjang.

Komunikasi empatik juga terlihat dari kemampuan guru mendengarkan siswa secara aktif. Mendengarkan bukan hanya membiarkan siswa berbicara, tetapi memberi perhatian terhadap isi, nada, dan latar belakang pernyataan siswa. Ketika guru mendengarkan dengan sungguh-sungguh, siswa akan merasa bahwa

pendapat dan pengalamannya dihargai. Hal ini dapat memperkuat partisipasi karena siswa tidak takut dianggap salah atau tidak penting. Dalam suasana seperti itu, kelas menjadi ruang dialog, bukan sekadar tempat instruksi satu arah.

Selain itu, komunikasi empatik berperan dalam pemberian feedback yang membangun. Umpan balik sebaiknya tidak hanya menunjukkan kekurangan, tetapi juga memberi arah perbaikan yang dapat dilakukan siswa. Guru dapat menyampaikan apresiasi terhadap usaha siswa sebelum menjelaskan bagian yang perlu diperbaiki. Cara ini membantu siswa menerima koreksi dengan lebih terbuka karena mereka tidak merasa diserang secara pribadi. Dukungan emosional guru memiliki hubungan positif dengan self-efficacy, ketahanan akademik, dan keterlibatan belajar siswa (Guo et al., 2025).

2.3.4 Implikasi terhadap Iklim Kelas

Hubungan emosional guru dan siswa memiliki implikasi langsung terhadap terbentuknya iklim kelas. Iklim kelas yang positif ditandai oleh rasa saling menghargai, keteraturan, keterbukaan, dan partisipasi aktif. Dalam kelas seperti ini, siswa tidak hanya berorientasi pada nilai, tetapi juga pada proses memahami, bekerja sama, dan memperbaiki diri. Guru yang mampu membangun hubungan emosional baik biasanya lebih mudah mengelola kelas karena siswa merasa terhubung secara personal dengan aturan dan tujuan pembelajaran. Hubungan tersebut membuat siswa lebih bersedia mengikuti arahan tanpa merasa dipaksa secara berlebihan. Dengan demikian, iklim kelas yang kondusif tidak hanya lahir dari

tata tertib, tetapi juga dari kualitas interaksi emosional yang dibangun secara konsisten.

Iklim kelas yang sehat juga dapat mengurangi perilaku mengganggu selama pembelajaran. Siswa yang merasa diperhatikan cenderung memiliki dorongan lebih kecil untuk mencari perhatian melalui perilaku negatif. Ketika guru memahami kebutuhan emosional siswa, tindakan pencegahan dapat dilakukan sebelum masalah perilaku berkembang lebih jauh. Misalnya, siswa yang tampak gelisah dapat diberi kesempatan bertanya, bergerak sejenak, atau dilibatkan dalam aktivitas kelas. Pendekatan seperti ini menunjukkan bahwa pengelolaan kelas tidak selalu harus bersifat hukuman. Sebaliknya, pengelolaan kelas dapat dilakukan melalui pemahaman terhadap keadaan emosional siswa.

Hubungan emosional yang baik juga mendukung keberhasilan pembelajaran jangka panjang. Siswa yang memiliki pengalaman positif dengan guru akan lebih mudah mengembangkan sikap menghargai ilmu, menghormati proses belajar, dan percaya pada kemampuan diri. Pengalaman emosional yang positif dapat membekas dalam ingatan siswa dan memengaruhi cara mereka memandang sekolah. Oleh karena itu, guru perlu menyadari bahwa setiap interaksi sederhana, seperti menyapa, mendengarkan, memuji usaha, atau memberi dukungan, dapat memiliki makna besar bagi siswa. Dalam jangka panjang, hubungan emosional yang sehat dapat membentuk karakter, motivasi, dan ketahanan belajar.

2.4 Pengaruh Guru terhadap Iklim Kelas

Pengaruh guru terhadap iklim kelas merupakan salah satu faktor penting dalam menentukan kualitas proses pembelajaran. Iklim kelas dapat dipahami sebagai suasana psikologis, sosial, dan pedagogis yang terbentuk melalui interaksi antara guru, peserta didik, materi, aturan, serta budaya belajar. Dalam konteks pendidikan, guru memiliki posisi strategis karena setiap keputusan, ucapan, sikap, dan tindakan yang ditampilkan dapat memengaruhi kenyamanan peserta didik. Kelas yang dikelola dengan baik akan menciptakan rasa aman, keterbukaan, kedisiplinan, dan keterlibatan aktif dalam pembelajaran. Sebaliknya, kelas yang kurang kondusif dapat menimbulkan kecemasan, pasivitas, konflik, dan rendahnya motivasi belajar. Oleh karena itu, peran guru dalam membangun iklim kelas tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengajar, tetapi juga dengan kemampuan menciptakan relasi sosial yang sehat.

2.4.1 Guru sebagai Pembentuk Suasana Belajar

Guru berperan sebagai pembentuk utama suasana belajar karena guru menjadi figur yang mengarahkan dinamika kelas sejak awal hingga akhir pembelajaran. Suasana belajar yang positif dapat terbentuk melalui komunikasi yang jelas, sikap ramah, penggunaan bahasa yang santun, serta keterbukaan terhadap pendapat peserta didik. Guru yang mampu menunjukkan empati akan membuat peserta didik merasa dihargai sebagai individu yang memiliki kebutuhan dan potensi berbeda. Perasaan dihargai tersebut penting karena peserta didik cenderung lebih aktif ketika berada dalam

lingkungan yang aman secara psikologis. Selain itu, suasana belajar yang menyenangkan juga dapat mengurangi ketegangan dan meningkatkan kesiapan peserta didik untuk menerima materi.

Pembentukan suasana belajar juga berkaitan dengan cara guru mengelola energi kelas. Guru perlu memahami kapan peserta didik membutuhkan arahan, kapan mereka membutuhkan ruang diskusi, dan kapan suasana kelas perlu dikembalikan agar lebih fokus. Dalam hal ini, keterampilan pedagogis guru tampak melalui kemampuannya memilih metode, media, dan pola interaksi yang sesuai dengan karakter peserta didik. Suasana belajar yang terlalu kaku dapat membuat peserta didik takut bertanya, sedangkan suasana yang terlalu longgar dapat mengganggu kedisiplinan. Oleh karena itu, guru perlu menjaga keseimbangan antara kehangatan dan ketegangan. Keseimbangan tersebut akan membantu kelas menjadi ruang belajar yang tertib, nyaman, dan tetap manusiawi.

2.4.2 Relasi Guru dan Peserta Didik

Relasi antara guru dan peserta didik merupakan inti dari iklim kelas yang kondusif. Hubungan yang positif dapat membangun rasa percaya, kedekatan emosional, dan kesiapan peserta didik untuk terlibat dalam pembelajaran. Peserta didik yang merasa memiliki hubungan baik dengan guru biasanya lebih berani mengemukakan pendapat, meminta bantuan, dan menerima arahan. Sebaliknya, relasi yang penuh tekanan dapat menyebabkan peserta didik menarik diri, takut melakukan kesalahan, atau memandang pembelajaran sebagai beban. Guru perlu menyadari bahwa kualitas hubungan interpersonal di kelas tidak terbangun hanya melalui penjelasan

materi, tetapi melalui konsistensi sikap dalam memperlakukan peserta didik. Penelitian tentang classroom climate dan student-teacher relationship menunjukkan bahwa hubungan antara guru dan peserta didik menjadi dimensi penting dalam persepsi terhadap iklim kelas (Konrad et al., 2024).

Relasi yang baik juga menuntut guru untuk berlaku adil kepada seluruh peserta didik. Keadilan dalam kelas dapat terlihat dari pemberian kesempatan berbicara, penilaian yang objektif, pembagian perhatian, dan respons yang seimbang terhadap kesalahan peserta didik. Apabila guru hanya memberi perhatian kepada peserta didik tertentu, iklim kelas dapat menjadi tidak sehat karena muncul perasaan diabaikan atau dibandingkan. Guru juga perlu menghindari ucapan yang merendahkan, mempermalukan, atau memberi label negatif kepada peserta didik. Bahasa yang digunakan guru memiliki dampak besar terhadap harga diri dan keberanian peserta didik dalam berpartisipasi.

2.4.3 Pengelolaan Kelas yang Kondusif

Pengelolaan kelas merupakan bagian penting dari upaya guru menciptakan iklim pembelajaran yang efektif. Pengelolaan kelas tidak hanya berarti menjaga ketertiban, tetapi juga mengatur lingkungan belajar agar setiap peserta didik dapat berpartisipasi secara optimal. Guru perlu menetapkan aturan kelas yang jelas, sederhana, dan dapat dipahami oleh seluruh peserta didik. Aturan tersebut sebaiknya tidak hanya bersifat larangan, tetapi juga mengandung nilai tanggung jawab, saling menghargai, dan kerja sama. Ketika aturan dibuat secara konsisten, peserta didik akan

memahami batas perilaku yang dapat diterima dalam kelas. Dengan demikian, pengelolaan kelas menjadi sarana membangun kedisiplinan yang bersifat edukatif, bukan sekadar pengendalian perilaku.

Pengelolaan kelas yang kondusif juga memerlukan strategi pembelajaran yang mendorong keterlibatan peserta didik. Guru dapat menggunakan diskusi, kerja kelompok, tanya jawab, praktik, refleksi, atau proyek sederhana agar peserta didik tidak hanya menjadi pendengar pasif. Dalam proses tersebut, guru perlu memberi feedback yang membangun agar peserta didik mengetahui kekuatan dan kelemahan belajarnya. Feedback yang baik tidak hanya menunjukkan kesalahan, tetapi juga memberi arah perbaikan secara jelas. Iklim kelas yang mendukung terbukti berhubungan positif dengan keterlibatan, efikasi diri, dan pengalaman belajar peserta didik (Khuhro et al., 2024).

2.4.4 Dampak Iklim Kelas terhadap Pembelajaran

Iklim kelas yang positif memiliki dampak langsung terhadap kualitas pembelajaran peserta didik. Ketika peserta didik merasa aman dan diterima, mereka akan lebih mudah berkonsentrasi, bertanya, mencoba, serta mengembangkan kemampuan berpikir. Rasa aman dalam kelas juga membantu peserta didik menghadapi kesalahan sebagai bagian dari proses belajar, bukan sebagai alasan untuk merasa gagal. Dalam situasi seperti ini, kelas menjadi ruang yang mendorong keberanian intelektual dan pertumbuhan pribadi. Guru berperan penting dalam memastikan bahwa setiap peserta didik memiliki kesempatan untuk berkembang sesuai kemampuannya.

Dampak iklim kelas juga terlihat pada pembentukan karakter dan keterampilan sosial peserta didik. Kelas yang terbiasa dengan dialog, kerja sama, dan penghargaan terhadap perbedaan akan membantu peserta didik belajar berinteraksi secara sehat. Peserta didik tidak hanya belajar memahami materi, tetapi juga belajar menghargai pendapat, menyelesaikan konflik, dan bertanggung jawab terhadap perilakunya. Guru yang mampu menciptakan iklim kelas positif secara tidak langsung sedang membangun budaya belajar yang berkelanjutan. Budaya tersebut penting karena pendidikan tidak hanya bertujuan menghasilkan capaian akademik, tetapi juga membentuk pribadi yang matang secara sosial dan moral.

Bab 3: Permasalahan Nyata di Ruang Kelas

3.1 Rendahnya Fokus dan Keterlibatan Siswa

Rendahnya fokus dan keterlibatan siswa merupakan salah satu permasalahan penting dalam proses pembelajaran. Fokus belajar berkaitan dengan kemampuan siswa untuk memusatkan perhatian pada materi, instruksi guru, serta aktivitas akademik yang sedang berlangsung. Sementara itu, keterlibatan siswa mencakup partisipasi aktif secara perilaku, kognitif, dan emosional dalam kegiatan belajar. Apabila fokus dan keterlibatan siswa rendah, proses pembelajaran cenderung berjalan kurang efektif karena siswa tidak sepenuhnya hadir secara mental dalam kegiatan kelas. Akibatnya, pemahaman terhadap materi menjadi dangkal, hasil belajar menurun, dan tujuan pembelajaran sulit tercapai secara optimal.

3.1.1 Pengertian Fokus dan Keterlibatan Siswa

Fokus belajar dapat dipahami sebagai kemampuan siswa untuk mengarahkan perhatian pada objek pembelajaran dalam jangka waktu tertentu. Dalam kegiatan belajar, fokus diperlukan agar siswa mampu menerima, mengolah, dan mengingat informasi yang disampaikan. Siswa yang memiliki fokus baik biasanya mampu mengikuti penjelasan guru, memahami instruksi tugas, serta menyelesaikan kegiatan pembelajaran dengan lebih terarah.

Sebaliknya, siswa yang mudah kehilangan fokus sering kali mengalami hambatan dalam menangkap inti materi, terutama ketika pembelajaran berlangsung dalam durasi yang cukup panjang.

Keterlibatan siswa atau student engagement memiliki cakupan yang lebih luas daripada sekadar kehadiran di kelas. Keterlibatan tersebut mencakup partisipasi dalam diskusi, kemauan bertanya, kesungguhan mengerjakan tugas, serta minat untuk memahami materi. Dalam konteks pembelajaran modern, siswa tidak cukup hanya menjadi pendengar pasif. Mereka diharapkan mampu terlibat secara aktif agar proses belajar menjadi bermakna. Keterlibatan yang rendah menunjukkan bahwa siswa belum memiliki hubungan yang kuat dengan materi, guru, maupun lingkungan belajarnya.

Rendahnya fokus dan keterlibatan dapat terlihat dari beberapa perilaku, seperti sering melamun, berbicara di luar konteks pelajaran, tidak menyelesaikan tugas, kurang merespons pertanyaan guru, atau hanya mengikuti pembelajaran secara formal tanpa menunjukkan usaha memahami materi. Kondisi ini perlu mendapat perhatian karena dapat menjadi indikator awal adanya hambatan dalam proses belajar.

3.1.2 Faktor Penyebab Rendahnya Fokus Siswa

Rendahnya fokus siswa dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi rendahnya motivasi belajar, kelelahan fisik, kurangnya minat terhadap mata pelajaran, serta lemahnya kemampuan mengatur diri. Siswa yang tidak memiliki tujuan belajar yang jelas cenderung lebih mudah teralihkan

perhatiannya. Selain itu, kondisi emosional seperti cemas, bosan, atau kurang percaya diri juga dapat mengganggu kemampuan siswa untuk berkonsentrasi.

Faktor eksternal juga memiliki pengaruh besar terhadap fokus belajar. Lingkungan kelas yang bising, metode pembelajaran yang monoton, penggunaan media yang kurang menarik, serta kurangnya interaksi antara guru dan siswa dapat menurunkan perhatian siswa. Dalam era digital, gangguan dari gawai dan media sosial juga menjadi tantangan tersendiri. Siswa terbiasa menerima informasi secara cepat dan singkat, sehingga kegiatan belajar yang menuntut konsentrasi panjang sering kali dianggap membosankan.

Selain itu, beban akademik yang tidak seimbang dapat menyebabkan siswa mengalami kejenuhan belajar. Tugas yang terlalu banyak, jadwal pembelajaran yang padat, serta tekanan untuk memperoleh nilai tinggi dapat membuat siswa kehilangan energi mental. Apabila kondisi ini berlangsung terus-menerus, siswa tidak hanya mengalami penurunan fokus, tetapi juga dapat menunjukkan sikap apatis terhadap pembelajaran.

3.1.3 Dampak Rendahnya Keterlibatan terhadap Pembelajaran

Rendahnya keterlibatan siswa berdampak langsung pada kualitas proses dan hasil pembelajaran. Siswa yang kurang terlibat cenderung tidak membangun pemahaman secara mendalam karena mereka hanya menerima informasi secara pasif. Akibatnya, materi yang dipelajari mudah dilupakan dan sulit diterapkan dalam konteks yang berbeda. Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan bukan hanya

berkaitan dengan aktivitas fisik di kelas, tetapi juga dengan proses berpikir dan pemaknaan terhadap materi.

Keterlibatan siswa juga berkaitan erat dengan prestasi akademik. Meta-analisis menunjukkan bahwa partisipasi siswa dalam pembelajaran dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal, termasuk motivasi, lingkungan belajar, dukungan guru, serta karakteristik pembelajaran (Li & Xue, 2023). Dengan demikian, rendahnya keterlibatan tidak dapat dipandang sebagai persoalan individu semata, tetapi juga sebagai hasil interaksi antara siswa dan lingkungan belajarnya.

Dampak lainnya adalah menurunnya kualitas interaksi kelas. Ketika banyak siswa tidak aktif, pembelajaran menjadi satu arah dan guru mengalami kesulitan memperoleh umpan balik mengenai pemahaman siswa. Diskusi kelas menjadi kurang hidup, kegiatan kelompok tidak berjalan efektif, dan suasana belajar kehilangan dinamika. Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat membentuk budaya belajar yang pasif, yaitu siswa terbiasa menunggu penjelasan tanpa berusaha mencari, menalar, atau mengembangkan gagasan secara mandiri.

3.1.4 Upaya Meningkatkan Fokus dan Keterlibatan Siswa

Peningkatan fokus dan keterlibatan siswa memerlukan strategi pembelajaran yang terencana. Guru perlu menciptakan suasana kelas yang kondusif, menarik, dan mendorong partisipasi. Salah satu langkah yang dapat dilakukan adalah menggunakan metode pembelajaran aktif, seperti diskusi kelompok, pemecahan masalah, presentasi, dan tanya jawab. Metode tersebut

memungkinkan siswa tidak hanya mendengar penjelasan, tetapi juga berpikir, berpendapat, dan bekerja sama.

Guru juga perlu memberikan feedback yang jelas dan membangun. Umpan balik yang tepat dapat membantu siswa mengetahui kekuatan dan kelemahannya dalam belajar. Selain itu, pemberian tujuan pembelajaran yang jelas pada awal kegiatan dapat membantu siswa memahami arah pembelajaran. Ketika siswa mengetahui manfaat materi yang dipelajari, mereka cenderung lebih mudah memusatkan perhatian dan terlibat dalam proses belajar.

Pengelolaan kelas atau classroom management juga berperan penting. Guru perlu mengatur alur pembelajaran agar tidak terlalu monoton, memberikan variasi aktivitas, serta menjaga keseimbangan antara penjelasan, latihan, dan refleksi. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa berbagai bentuk keterlibatan belajar memiliki hubungan positif dengan pencapaian akademik, meskipun kekuatan pengaruhnya dapat berbeda sesuai jenis keterlibatan yang muncul dalam pembelajaran (Reeve, 2025).

Selain peran guru, dukungan keluarga dan lingkungan sekolah juga diperlukan. Orang tua dapat membantu dengan membangun kebiasaan belajar yang teratur, membatasi distraksi digital, dan memberikan dukungan emosional. Sekolah juga dapat menciptakan budaya akademik yang menghargai partisipasi, kedisiplinan, dan rasa ingin tahu. Dengan dukungan yang menyeluruh, fokus dan keterlibatan siswa dapat ditingkatkan sehingga pembelajaran menjadi lebih efektif, bermakna, dan berorientasi pada perkembangan potensi siswa.

3.2 Suasana Kelas yang Monoton dan Tegang

3.2.1 Pengertian Suasana Kelas yang Monoton dan Tegang

Suasana kelas merupakan salah satu unsur penting yang memengaruhi keberhasilan proses pembelajaran. Kelas tidak hanya dipahami sebagai ruang fisik tempat guru dan peserta didik bertemu, tetapi juga sebagai ruang sosial, psikologis, dan pedagogis yang membentuk pengalaman belajar. Suasana kelas yang baik ditandai oleh adanya kenyamanan, keterbukaan, interaksi positif, serta kesempatan bagi peserta didik untuk terlibat secara aktif. Sebaliknya, suasana kelas yang monoton dan tegang dapat menghambat proses penerimaan materi, menurunkan motivasi, serta membatasi keberanian peserta didik dalam menyampaikan gagasan.

Kelas yang monoton biasanya ditandai oleh pola pembelajaran yang berulang, kurang variatif, dan cenderung satu arah. Guru lebih banyak menggunakan metode ceramah tanpa melibatkan peserta didik dalam diskusi, tanya jawab, praktik, atau kegiatan kolaboratif. Dalam kondisi demikian, peserta didik hanya berperan sebagai penerima informasi. Akibatnya, kegiatan belajar terasa kaku, pasif, dan kurang menantang. Monotoni pembelajaran juga dapat muncul ketika guru jarang menggunakan media pembelajaran, tidak mengaitkan materi dengan kehidupan nyata, serta kurang memberi ruang bagi kreativitas peserta didik.

Sementara itu, suasana kelas yang tegang berkaitan dengan kondisi emosional yang kurang mendukung. Ketegangan dapat muncul karena cara komunikasi guru yang terlalu otoriter, sikap

yang kurang ramah, pemberian hukuman yang berlebihan, atau tekanan akademik yang tidak seimbang. Peserta didik yang berada dalam suasana tegang cenderung merasa takut melakukan kesalahan, enggan bertanya, dan tidak percaya diri untuk berpartisipasi. Padahal, pembelajaran yang efektif memerlukan rasa aman secara psikologis agar peserta didik dapat berpikir, mencoba, dan berinteraksi secara optimal.

3.2.2 Faktor Penyebab Suasana Kelas Monoton

Salah satu penyebab utama suasana kelas yang monoton adalah kurangnya variasi metode pembelajaran. Guru yang selalu menggunakan pendekatan yang sama berisiko membuat peserta didik kehilangan minat. Metode ceramah sebenarnya tetap memiliki fungsi, terutama untuk menjelaskan konsep dasar. Namun, apabila digunakan secara terus-menerus tanpa diimbangi dengan aktivitas lain, pembelajaran menjadi kurang hidup. Peserta didik membutuhkan pengalaman belajar yang beragam agar dapat memahami materi melalui berbagai cara, seperti mendengar, melihat, berdiskusi, mempraktikkan, dan merefleksikan.

Faktor berikutnya ialah kurangnya penggunaan media pembelajaran. Media berperan penting untuk membantu peserta didik memahami konsep yang abstrak menjadi lebih konkret. Dalam pembelajaran modern, media dapat berbentuk gambar, video, bagan, presentasi digital, alat peraga, maupun sumber belajar berbasis online. Apabila guru tidak memanfaatkan media secara tepat, penyampaian materi dapat terasa datar dan kurang menarik. Penggunaan media bukan sekadar hiasan, melainkan alat pedagogis

untuk memperjelas pesan, meningkatkan perhatian, dan memperkuat daya ingat peserta didik.

Selain itu, suasana monoton dapat disebabkan oleh rendahnya interaksi antara guru dan peserta didik. Pembelajaran yang terlalu berpusat pada guru membuat peserta didik kurang memiliki kesempatan untuk bertanya, menanggapi, atau menghubungkan materi dengan pengalaman mereka. Padahal, interaksi merupakan inti dari proses belajar. Melalui interaksi, peserta didik dapat membangun pemahaman, memperbaiki kekeliruan, dan mengembangkan kemampuan berpikir kritis. Iklim kelas yang mendukung terbukti berkaitan dengan keterlibatan, kepercayaan diri, dan pengalaman belajar peserta didik (Memon et al., 2024).

3.2.3 Dampak Suasana Kelas yang Tegang terhadap Peserta Didik

Suasana kelas yang tegang dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kondisi psikologis peserta didik. Ketika peserta didik merasa takut, tertekan, atau tidak nyaman, perhatian mereka terhadap materi pelajaran akan terganggu. Energi mental yang seharusnya digunakan untuk memahami materi justru teralihkan untuk mengelola rasa cemas. Dalam jangka panjang, kondisi tersebut dapat menurunkan minat belajar dan membuat peserta didik memandang sekolah sebagai tempat yang penuh tekanan.

Ketegangan kelas juga dapat mengurangi partisipasi peserta didik. Peserta didik yang takut disalahkan atau ditertawakan akan memilih diam meskipun sebenarnya memiliki pertanyaan atau

pendapat. Akibatnya, guru sulit mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik terhadap materi. Kelas menjadi tampak tertib secara lahiriah, tetapi sesungguhnya tidak produktif secara akademis. Keheningan peserta didik dalam suasana tegang bukan selalu tanda bahwa mereka memahami pelajaran, melainkan dapat menjadi tanda adanya hambatan komunikasi.

Selain berdampak pada partisipasi, suasana tegang juga memengaruhi hubungan antara guru dan peserta didik. Hubungan yang kaku membuat peserta didik sulit membangun kepercayaan kepada guru. Padahal, relasi yang positif sangat penting dalam menciptakan pembelajaran yang bermakna. Guru yang mampu menunjukkan empati, menghargai pendapat peserta didik, serta memberikan umpan balik secara santun akan lebih mudah menciptakan kelas yang kondusif. Penelitian mengenai iklim kelas menunjukkan bahwa hubungan guru dan peserta didik merupakan bagian penting dalam membentuk persepsi positif terhadap lingkungan belajar (Konrad et al., 2024).

3.2.4 Upaya Mengatasi Suasana Kelas yang Monoton dan Tegang

Upaya mengatasi suasana kelas yang monoton dapat dilakukan melalui penerapan metode pembelajaran yang lebih bervariasi. Guru dapat memadukan ceramah singkat dengan diskusi kelompok, tanya jawab, studi kasus, permainan edukatif, presentasi, simulasi, atau pembelajaran berbasis proyek. Variasi metode membantu peserta didik tetap fokus karena mereka tidak hanya mendengarkan, tetapi juga terlibat dalam kegiatan belajar. Dengan

demikian, kelas menjadi lebih dinamis dan mendorong peserta didik untuk berperan aktif.

Guru juga perlu menciptakan suasana komunikasi yang lebih terbuka. Hal ini dapat dilakukan dengan memberi kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tanpa rasa takut, menghargai jawaban yang belum sempurna, serta menggunakan bahasa yang santun dan membangun. Kesalahan peserta didik sebaiknya diposisikan sebagai bagian dari proses belajar, bukan sebagai alasan untuk memermalukan. Dengan cara tersebut, peserta didik akan merasa lebih aman untuk mencoba dan mengemukakan pendapat.

Selain itu, guru dapat menggunakan ice breaking atau kegiatan pemantik di sela-sela pembelajaran. Kegiatan singkat seperti pertanyaan reflektif, kuis ringan, permainan sederhana, atau aktivitas gerak dapat membantu mengurangi kejenuhan. Namun, penggunaan ice breaking tetap harus relevan dengan tujuan pembelajaran agar tidak sekadar menjadi hiburan. Apabila dirancang dengan tepat, kegiatan tersebut dapat mengembalikan konsentrasi, membangun kedekatan, dan menciptakan suasana kelas yang lebih segar.

Pada akhirnya, suasana kelas yang monoton dan tegang perlu dipandang sebagai persoalan pedagogis yang harus dikelola secara sadar oleh guru. Pembelajaran yang efektif tidak hanya bergantung pada materi yang disampaikan, tetapi juga pada bagaimana suasana kelas dibangun. Kelas yang nyaman, interaktif, dan menghargai peserta didik akan mendorong motivasi, keberanian, serta keterlibatan aktif dalam belajar. Oleh karena itu, guru perlu terus

mengembangkan kreativitas, kepekaan emosional, dan keterampilan komunikasi agar proses pembelajaran berlangsung lebih manusiawi dan bermakna.

3.3 Perilaku Siswa Akibat Rendahnya Motivasi

Rendahnya motivasi belajar dapat memunculkan berbagai bentuk perilaku yang menghambat proses pembelajaran. Motivasi berfungsi sebagai dorongan internal yang mengarahkan siswa untuk mengikuti kegiatan belajar, menyelesaikan tugas, serta mencapai tujuan akademik. Ketika motivasi melemah, siswa cenderung kehilangan alasan yang kuat untuk terlibat dalam pembelajaran. Akibatnya, perilaku yang muncul tidak hanya berkaitan dengan penurunan prestasi, tetapi juga tampak dalam sikap, kebiasaan, dan pola interaksi siswa di lingkungan sekolah. Perilaku tersebut perlu dipahami sebagai gejala dari persoalan yang lebih mendasar, bukan semata-mata sebagai bentuk kemalasan atau ketidakpatuhan.

3.3.1 Menurunnya Partisipasi dalam Pembelajaran

Salah satu perilaku yang paling terlihat akibat rendahnya motivasi adalah menurunnya partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran. Siswa yang tidak memiliki dorongan belajar biasanya kurang aktif menjawab pertanyaan, enggan mengajukan pendapat, dan hanya mengikuti pelajaran secara pasif. Mereka mungkin hadir secara fisik di kelas, tetapi tidak benar-benar terlibat secara kognitif maupun emosional. Kondisi ini menyebabkan pembelajaran menjadi

kurang bermakna karena siswa tidak membangun hubungan yang kuat dengan materi yang dipelajari.

Partisipasi yang rendah juga dapat terlihat dalam kegiatan diskusi kelompok. Siswa dengan motivasi rendah sering kali menyerahkan pekerjaan kepada teman lain, tidak memberikan kontribusi, atau hanya mengikuti keputusan kelompok tanpa memahami prosesnya. Dalam jangka panjang, kebiasaan ini dapat melemahkan kemampuan berpikir kritis, komunikasi, dan kerja sama. Padahal, keterlibatan aktif dalam pembelajaran merupakan salah satu unsur penting dalam pengembangan kompetensi akademik dan sosial.

3.3.2 Meningkatnya Perilaku Menghindar

Rendahnya motivasi belajar juga sering memunculkan perilaku menghindar. Perilaku ini dapat berupa menunda tugas, tidak membawa perlengkapan belajar, mencari alasan untuk tidak mengikuti kegiatan kelas, atau mengabaikan pekerjaan rumah. Siswa yang kurang termotivasi biasanya memandang tugas akademik sebagai beban, bukan sebagai kesempatan untuk mengembangkan kemampuan. Oleh karena itu, mereka lebih memilih menghindari aktivitas yang dianggap sulit, membosankan, atau tidak memberi manfaat langsung.

Perilaku menunda tugas atau procrastination merupakan salah satu bentuk nyata dari rendahnya dorongan belajar. Siswa yang sering menunda pekerjaan biasanya mengalami kesulitan mengatur waktu, kurang memiliki prioritas akademik, dan mudah teralihkan oleh aktivitas lain. Dalam beberapa kasus, penundaan juga terjadi

karena siswa merasa tidak mampu menyelesaikan tugas dengan baik. Rasa tidak percaya diri tersebut membuat mereka memilih untuk menghindari daripada menghadapi kemungkinan gagal.

Perilaku menghindar dapat berkembang menjadi pola yang berulang apabila tidak segera ditangani. Ketika siswa terbiasa menghindari tugas, ia akan semakin tertinggal dalam memahami materi. Ketertinggalan ini kemudian menambah rasa tidak mampu, sehingga motivasi belajar semakin menurun. Dengan demikian, rendahnya motivasi dan perilaku menghindar dapat membentuk lingkaran negatif yang saling memperkuat.

3.3.3 Munculnya Sikap Apatis terhadap Prestasi

Siswa yang memiliki motivasi rendah sering menunjukkan sikap apatis terhadap prestasi belajar. Mereka tidak lagi merasa terdorong untuk memperoleh nilai baik, memperbaiki kesalahan, atau mencapai target tertentu. Sikap ini dapat terlihat dari ketidakpedulian terhadap hasil ujian, kurangnya usaha ketika menghadapi tugas, serta tidak adanya keinginan untuk bertanya ketika tidak memahami materi. Apatisme semacam ini menjadi persoalan serius karena menunjukkan bahwa siswa kehilangan makna dalam kegiatan belajar.

Dalam perspektif psikologi pendidikan, motivasi berhubungan erat dengan tujuan, harapan, dan nilai yang diberikan siswa terhadap pembelajaran. Apabila siswa tidak melihat manfaat dari pelajaran, ia cenderung menganggap aktivitas belajar sebagai kewajiban formal semata. Penelitian mengenai motivasi akademik menunjukkan bahwa jenis motivasi yang dimiliki siswa berpengaruh

terhadap berbagai hasil pendidikan, termasuk keterlibatan, ketekunan, dan pencapaian belajar (Howard et al., 2021). Artinya, ketika motivasi rendah, siswa lebih rentan mengalami penurunan usaha dan kehilangan orientasi akademik.

Sikap apatis juga dapat memengaruhi suasana kelas. Siswa yang tidak peduli terhadap pembelajaran dapat menularkan sikap pasif kepada teman sebaya, terutama apabila perilaku tersebut tidak mendapat perhatian dari guru. Akibatnya, budaya belajar di kelas dapat melemah. Guru pun mengalami kesulitan membangun suasana pembelajaran yang aktif karena sebagian siswa tidak menunjukkan respons yang memadai.

3.3.4 Perilaku Disruptif dan Ketidakteraturan Belajar

Selain memunculkan sikap pasif, rendahnya motivasi juga dapat menyebabkan perilaku disruptif. Siswa yang tidak tertarik pada pelajaran mungkin mengalihkan perhatian dengan berbicara di luar konteks, mengganggu teman, bermain gawai, atau melakukan aktivitas lain yang tidak berkaitan dengan pembelajaran. Perilaku ini sering kali muncul karena siswa tidak memiliki keterikatan dengan kegiatan akademik yang sedang berlangsung. Ketika pembelajaran tidak dianggap penting, siswa cenderung mencari aktivitas lain yang lebih menarik bagi dirinya.

Ketidakteraturan belajar juga menjadi dampak yang umum terjadi. Siswa dengan motivasi rendah biasanya tidak memiliki jadwal belajar yang konsisten, kurang mempersiapkan diri sebelum pelajaran, dan jarang melakukan pengulangan materi. Mereka belajar hanya ketika menghadapi ujian atau ketika mendapat tekanan

dari guru dan orang tua. Pola belajar semacam ini kurang efektif karena tidak membangun pemahaman yang berkelanjutan.

Motivasi yang rendah juga dapat melemahkan kemampuan siswa dalam mengatur diri atau self-regulation. Padahal, kemampuan mengatur diri diperlukan agar siswa mampu menetapkan tujuan, mengelola waktu, memilih strategi belajar, dan mengevaluasi hasil belajar. Studi tentang motivasi dan keterlibatan siswa menunjukkan bahwa motivasi merupakan salah satu faktor awal yang memengaruhi keterlibatan, sedangkan pola kognitif dan perilaku yang maladaptif berkaitan negatif dengan keterlibatan belajar (Singh, 2022).

Upaya mengatasi perilaku tersebut tidak cukup dilakukan dengan teguran atau hukuman. Guru perlu memahami penyebab rendahnya motivasi, seperti kurangnya minat, pengalaman gagal, lingkungan belajar yang tidak mendukung, atau rendahnya kepercayaan diri. Dengan pendekatan yang empatik dan terarah, siswa dapat dibantu untuk menemukan kembali makna belajar. Apabila motivasi siswa meningkat, perilaku belajar yang positif juga lebih mungkin terbentuk, seperti aktif bertanya, tekun mengerjakan tugas, disiplin mengikuti pelajaran, dan memiliki tanggung jawab terhadap prestasi akademiknya.

3.4 Tantangan Pembelajaran pada Generasi Modern

Tantangan pembelajaran pada generasi modern semakin kompleks seiring dengan perubahan sosial, perkembangan teknologi, dan pergeseran karakteristik peserta didik. Siswa masa kini tumbuh dalam lingkungan yang sangat dekat dengan perangkat digital, arus informasi cepat, serta pola komunikasi yang serba instan. Kondisi tersebut memberi peluang besar bagi pembelajaran karena sumber pengetahuan menjadi lebih mudah diakses, tetapi pada saat yang sama juga menghadirkan berbagai persoalan baru. Guru tidak lagi hanya berhadapan dengan kesulitan akademik konvensional, tetapi juga dengan tantangan perhatian, motivasi, literasi digital, serta perubahan perilaku belajar siswa. Generasi modern cenderung membutuhkan pembelajaran yang relevan, interaktif, dan memiliki keterkaitan dengan kehidupan nyata.

3.4.1 Distraksi Digital

Distraksi digital merupakan salah satu tantangan utama dalam pembelajaran generasi modern. Kehadiran telepon pintar, media sosial, permainan daring, dan berbagai aplikasi hiburan membuat perhatian siswa mudah terpecah. Dalam situasi belajar, siswa dapat terlihat hadir secara fisik, tetapi pikirannya teralihkan oleh notifikasi, pesan singkat, atau dorongan untuk membuka konten digital. Fenomena ini menyebabkan proses memahami materi menjadi tidak utuh karena perhatian siswa berpindah secara terus-menerus. Pembelajaran yang membutuhkan konsentrasi mendalam,

seperti membaca teks panjang, menyelesaikan soal analitis, atau menulis argumentasi, menjadi lebih sulit dilakukan. Dengan demikian, distraksi digital bukan sekadar persoalan penggunaan perangkat, melainkan berkaitan dengan kemampuan siswa mengelola perhatian dan mengendalikan kebiasaan digital.

Tantangan distraksi digital juga menuntut guru untuk tidak hanya melarang penggunaan teknologi, tetapi mengarahkannya secara edukatif. Teknologi dapat menjadi alat pembelajaran yang bermanfaat apabila digunakan sesuai tujuan, waktu, dan kebutuhan siswa. Namun, penggunaan teknologi tanpa desain pedagogis yang jelas dapat mengurangi kualitas perhatian dan menghambat keterlibatan belajar. Laporan UNESCO tentang teknologi dalam pendidikan menegaskan bahwa teknologi dapat membantu akses, pemerataan, dan mutu pendidikan, tetapi penggunaannya harus didasarkan pada bukti, kesesuaian konteks, serta pertimbangan etis agar tidak menimbulkan dampak merugikan (UNESCO, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa tantangan generasi modern bukan terletak pada keberadaan teknologi itu sendiri, melainkan pada kemampuan sekolah mengatur, memilih, dan memanfaatkannya secara tepat. Oleh sebab itu, literasi digital dan disiplin penggunaan perangkat perlu menjadi bagian penting dalam pembelajaran masa kini.

3.4.2 Menurunnya Ketekunan Belajar

Generasi modern sering menghadapi tantangan dalam mempertahankan ketekunan belajar, terutama ketika materi membutuhkan proses yang panjang dan berulang. Kebiasaan memperoleh informasi secara cepat dapat membuat sebagian siswa

kurang sabar menghadapi tugas yang menuntut pemahaman bertahap. Mereka cenderung menginginkan jawaban instan, ringkasan singkat, atau bantuan cepat tanpa melalui proses berpikir mendalam. Kondisi ini dapat melemahkan daya juang akademik karena belajar sejatinya memerlukan latihan, kegagalan, perbaikan, dan pengulangan. Ketika siswa terbiasa dengan respons cepat dari teknologi, mereka dapat merasa frustrasi ketika menghadapi pelajaran yang tidak langsung dipahami.

Menurunnya ketekunan belajar juga berkaitan dengan lemahnya motivasi intrinsik siswa. Siswa yang belajar hanya karena tuntutan nilai atau tekanan eksternal akan lebih mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan. Sebaliknya, siswa yang memahami tujuan belajar dan merasa memiliki kendali atas prosesnya cenderung lebih mampu bertahan. Guru dapat membantu dengan memberikan tugas bertahap, umpan balik yang membangun, dan kesempatan memperbaiki kesalahan. Pembelajaran juga perlu dirancang agar siswa merasakan keberhasilan kecil yang dapat memperkuat keyakinan diri.

3.4.3 Kesenjangan Literasi dan Akses

Kesenjangan literasi dan akses menjadi tantangan penting dalam pembelajaran generasi modern karena tidak semua siswa memiliki kemampuan dan fasilitas yang sama. Sebagian siswa memiliki perangkat, koneksi internet, dan lingkungan belajar yang mendukung, sedangkan sebagian lainnya mengalami keterbatasan fasilitas. Perbedaan ini dapat menimbulkan ketimpangan dalam memperoleh informasi, mengerjakan tugas, dan mengikuti

pembelajaran berbasis teknologi. Selain akses, kesenjangan juga tampak dalam kemampuan memilah informasi, memahami teks digital, serta menilai kebenaran sumber. Siswa yang terbiasa menggunakan internet belum tentu memiliki literasi digital yang baik karena penggunaan teknologi untuk hiburan berbeda dengan penggunaan teknologi untuk belajar. Oleh karena itu, pendidikan modern perlu memperhatikan pemerataan akses sekaligus penguatan literasi kritis.

Kesenjangan literasi tidak hanya berkaitan dengan kemampuan membaca, tetapi juga dengan kemampuan memahami, mengevaluasi, dan menggunakan informasi secara bertanggung jawab. Dalam era digital, siswa sering berhadapan dengan informasi yang sangat banyak, tetapi tidak semuanya akurat atau bermanfaat. Tanpa kemampuan berpikir kritis, siswa dapat mudah menerima informasi keliru, menyalin jawaban tanpa memahami, atau bergantung pada mesin pencari. Guru perlu membimbing siswa untuk membedakan fakta dan opini, mengenali sumber tepercaya, serta menggunakan informasi dengan etika akademik. Pembelajaran literasi modern harus melibatkan latihan membaca mendalam, diskusi, penulisan reflektif, dan evaluasi sumber.

3.4.4 Perubahan Relasi Guru dan Siswa

Perubahan karakter generasi modern turut memengaruhi relasi antara guru dan siswa. Siswa masa kini cenderung lebih terbuka, kritis, dan terbiasa memperoleh informasi dari berbagai sumber di luar guru. Kondisi ini menuntut guru untuk tidak lagi memosisikan diri sebagai satu-satunya sumber pengetahuan, tetapi

sebagai fasilitator, pembimbing, dan pengarah proses belajar. Guru perlu membangun komunikasi yang dialogis agar siswa merasa dihargai dan bersedia terlibat aktif dalam pembelajaran. Relasi yang terlalu otoriter dapat membuat siswa menjauh, sedangkan relasi yang terlalu longgar dapat melemahkan disiplin belajar.

Perubahan relasi guru dan siswa juga menuntut kemampuan guru dalam memahami kebutuhan psikologis generasi modern. Siswa tidak hanya membutuhkan penjelasan materi, tetapi juga pengakuan, dukungan, dan ruang untuk mengekspresikan pendapat. Dalam konteks pembelajaran digital, guru juga harus mampu mengelola interaksi agar siswa tetap terlibat secara aktif, baik dalam kelas luring maupun online. Tinjauan sistematis mengenai distraksi digital dalam pendidikan menunjukkan bahwa penyebab distraksi dapat berasal dari perangkat teknologi, kebutuhan personal, dan lingkungan instruksional, sedangkan dampaknya dapat memengaruhi performa pribadi serta efektivitas pembelajaran (Martin et al., 2025).

Bab 4: Konsep *Sense of Humor*

4.1 Definisi *Sense of Humor*

Sense of humor merupakan kemampuan individu untuk memahami, menikmati, mengekspresikan, dan menggunakan humor dalam berbagai situasi sosial maupun personal. Istilah ini tidak hanya merujuk pada kemampuan membuat orang lain tertawa, tetapi juga mencakup cara seseorang memandang peristiwa, menanggapi tekanan, serta membangun hubungan melalui kelucuan yang wajar. Dalam kajian psikologi, *sense of humor* dipahami sebagai konstruksi yang bersifat multidimensional karena melibatkan aspek kognitif, emosional, sosial, dan komunikatif. Seseorang yang memiliki *sense of humor* yang baik biasanya mampu melihat sisi ringan dari suatu keadaan tanpa mengabaikan keseriusan konteks. Kemampuan ini membuat humor berfungsi bukan sekadar hiburan, melainkan juga sebagai sarana adaptasi dan pengelolaan emosi.

4.1.1 Makna Dasar *Sense of Humor*

Secara dasar, *sense of humor* dapat diartikan sebagai kepekaan seseorang terhadap hal-hal yang lucu, menghibur, atau mengandung ketidaksesuaian yang menimbulkan tawa. Kepekaan tersebut membuat individu mampu mengenali situasi yang memiliki unsur humor, baik melalui kata-kata, perilaku, ekspresi, maupun peristiwa sehari-hari. Namun, pemahaman terhadap humor tidak selalu sama pada setiap orang karena dipengaruhi oleh usia, budaya,

pengalaman, kepribadian, dan norma sosial. Sesuatu yang dianggap lucu oleh satu kelompok belum tentu diterima sebagai humor oleh kelompok lain.

Sense of humor juga dapat dipahami sebagai kemampuan untuk menghasilkan respons yang menyenangkan terhadap situasi tertentu. Para peneliti menyebut *sense of humor* sebagai konsep yang dapat mencakup pola perilaku, kemampuan menciptakan humor, keceriaan temperamental, respons estetis terhadap materi humor, sikap positif terhadap humor, dan strategi menghadapi tekanan (Kim & Han, 2022).

4.1.2 Dimensi Kognitif dan Emosional

Dimensi kognitif dalam *sense of humor* berkaitan dengan kemampuan individu memahami ketidaksesuaian, permainan makna, ironi, kejutan, atau pergeseran sudut pandang. Humor sering muncul ketika seseorang menemukan perbedaan antara harapan dan kenyataan secara tidak mengancam. Untuk memahami humor, individu perlu menangkap konteks, maksud, dan hubungan antargagasan yang terkandung dalam suatu pernyataan atau peristiwa. Oleh sebab itu, *sense of humor* tidak hanya bergantung pada tawa spontan, tetapi juga pada kemampuan berpikir lentur. Individu yang mampu melihat beberapa kemungkinan makna dalam suatu situasi cenderung lebih mudah menangkap unsur humor.

Dimensi emosional dalam *sense of humor* berkaitan dengan pengalaman perasaan yang muncul ketika seseorang berhadapan dengan sesuatu yang lucu atau menghibur. Humor dapat menimbulkan rasa senang, lega, nyaman, dan dekat dengan orang

lain. Dalam situasi tertentu, humor juga dapat membantu individu mengurangi kecemasan atau menurunkan ketegangan emosional. Akan tetapi, fungsi emosional humor sangat bergantung pada cara penggunaannya. Humor yang disampaikan secara tepat dapat memperkuat suasana positif, sedangkan humor yang merendahkan dapat menimbulkan luka emosional.

Keterpaduan dimensi kognitif dan emosional membuat *sense of humor* menjadi kemampuan yang kompleks. Seseorang perlu memahami situasi terlebih dahulu sebelum menentukan apakah humor pantas digunakan. Ia juga perlu memperkirakan kemungkinan respons orang lain terhadap humor yang disampaikan. Dalam kehidupan sosial, kegagalan membaca konteks dapat membuat humor berubah menjadi sindiran yang menyakitkan atau perilaku yang tidak sopan. Sebaliknya, kemampuan membaca konteks dapat membuat humor menjadi sarana mencairkan suasana dan mempererat hubungan. Dengan demikian, *sense of humor* membutuhkan kecerdasan berpikir sekaligus kematangan emosional.

4.1.3 Fungsi Sosial *Sense of Humor*

Sense of humor memiliki fungsi sosial karena humor sering digunakan dalam komunikasi antarmanusia. Melalui humor, seseorang dapat membangun kedekatan, mengurangi jarak sosial, dan menciptakan suasana interaksi yang lebih hangat. Dalam percakapan sehari-hari, humor dapat menjadi cara untuk membuka komunikasi, meredakan ketegangan, atau menyampaikan kritik secara lebih halus. Namun, fungsi sosial ini hanya efektif apabila

humor digunakan dengan mempertimbangkan norma, situasi, dan hubungan antarindividu. Humor yang sesuai konteks dapat memperkuat rasa kebersamaan, sedangkan humor yang tidak tepat dapat menimbulkan konflik. Dengan demikian, sense of humor berperan sebagai keterampilan sosial yang menuntut kepekaan komunikasi.

Dalam lingkungan pendidikan, sense of humor dapat membantu menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan. Guru yang memiliki sense of humor yang baik dapat menggunakan humor secara proporsional untuk menarik perhatian siswa, mengurangi kejenuhan, dan membangun kedekatan emosional. Humor dalam pembelajaran tidak berarti menghilangkan keseriusan akademik, tetapi membantu membuat proses belajar terasa lebih manusiawi. Penggunaan humor yang tepat juga dapat membantu siswa merasa lebih rileks ketika menghadapi materi sulit. Meskipun demikian, humor di kelas harus tetap menjaga martabat siswa dan tidak boleh digunakan untuk mengejek kekurangan mereka. Dengan demikian, fungsi sosial sense of humor dalam pendidikan terletak pada kemampuannya memperkuat komunikasi dan kenyamanan belajar.

Fungsi sosial sense of humor juga tampak dalam cara individu menjaga hubungan dengan kelompoknya. Seseorang yang mampu menggunakan humor secara positif biasanya lebih mudah diterima karena menghadirkan suasana yang ringan dan menyenangkan. Humor dapat menjadi tanda kedekatan, saling percaya, dan kemampuan berbagi pengalaman secara santai. Akan

tetapi, humor juga dapat mencerminkan relasi kuasa apabila digunakan untuk merendahkan pihak lain. Karena itu, *sense of humor* perlu dibedakan dari perilaku memperlakukan orang lain atas nama kelucuan. Humor yang sehat seharusnya membangun relasi, bukan merusak harga diri orang lain.

4.1.4 *Sense of Humor* sebagai Karakter Positif

Sense of humor dapat dipandang sebagai karakter positif apabila digunakan untuk membangun ketahanan diri, memperkuat hubungan sosial, dan menciptakan suasana yang lebih sehat. Individu yang mampu menertawakan keadaan secara wajar sering kali lebih mudah menghadapi tekanan karena tidak melihat masalah secara terlalu kaku. Dalam situasi sulit, humor dapat menjadi cara untuk menjaga jarak emosional dari tekanan tanpa mengabaikan tanggung jawab. Kemampuan ini membuat seseorang lebih lentur dalam merespons kegagalan, kritik, atau perubahan. Humor yang bersifat membangun juga dapat meningkatkan suasana hati dan memperkuat cara pandang yang optimistis.

Namun, tidak semua bentuk humor dapat disebut positif. Kajian tentang humor styles membedakan humor yang bersifat membangun, seperti affiliative humor dan self-enhancing humor, dari humor yang lebih merugikan, seperti aggressive humor dan self-defeating humor. Humor yang membangun cenderung memperkuat hubungan sosial dan kesejahteraan psikologis, sedangkan humor yang merendahkan diri atau menyerang orang lain dapat menimbulkan dampak negatif. Meta-analisis menunjukkan bahwa affiliative humor dan self-enhancing humor berhubungan positif

dengan kesejahteraan subjektif, sementara aggressive humor dan self-defeating humor berhubungan negatif dengan kesejahteraan tersebut (Jiang et al., 2020). Hal ini menunjukkan bahwa kualitas sense of humor tidak hanya ditentukan oleh seberapa sering seseorang bercanda, tetapi juga oleh arah, tujuan, dan dampak humor yang digunakan.

Dengan memahami perbedaan tersebut, sense of humor dapat didefinisikan secara lebih hati-hati sebagai kemampuan menggunakan humor secara tepat, sehat, dan kontekstual. Definisi ini menekankan bahwa humor bukan hanya kemampuan menghasilkan tawa, melainkan juga kemampuan mempertimbangkan nilai etis dalam komunikasi. Seseorang yang benar-benar memiliki sense of humor tidak hanya lucu, tetapi juga peka terhadap situasi dan perasaan orang lain. Dalam konteks akademis, pemahaman ini penting agar *sense of humor* tidak disamakan dengan perilaku bercanda tanpa batas. Humor yang baik harus mampu menghadirkan kesenangan tanpa menghilangkan penghormatan.

4.2 Jenis-Jenis Humor dalam Kehidupan

Humor merupakan bagian penting dalam kehidupan manusia karena berfungsi sebagai sarana komunikasi, hiburan, pelepas ketegangan, dan pembangun hubungan sosial. Dalam kehidupan sehari-hari, humor muncul dalam berbagai bentuk, mulai dari percakapan ringan, sindiran, cerita lucu, ekspresi wajah, hingga

unggulan digital di media sosial. Keberadaan humor menunjukkan bahwa manusia tidak hanya membutuhkan komunikasi yang serius, tetapi juga membutuhkan ruang untuk tertawa dan memaknai pengalaman secara lebih lentur. Humor dapat membantu seseorang menghadapi tekanan, memperkuat kedekatan sosial, serta menciptakan suasana yang lebih cair dalam interaksi. Namun, humor juga dapat menimbulkan masalah apabila digunakan untuk merendahkan, mempermalukan, atau menyerang orang lain.

4.2.1 Humor Afiliasi

Humor afiliasi atau *affiliative humor* merupakan jenis humor yang digunakan untuk membangun kedekatan, mencairkan suasana, dan mempererat hubungan antarindividu. Humor jenis ini biasanya muncul dalam bentuk candaan ringan, cerita lucu, permainan kata, atau komentar jenaka yang tidak menyakiti pihak lain. Dalam kehidupan sosial, humor afiliasi sering digunakan ketika seseorang ingin membuka percakapan, mengurangi kecanggungan, atau membangun suasana akrab dalam kelompok. Jenis humor ini dianggap positif karena membantu menciptakan rasa nyaman dan memperkuat ikatan sosial. Humor afiliasi juga dapat meningkatkan partisipasi dalam percakapan karena orang merasa lebih diterima dan tidak terancam.

Dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun tempat kerja, humor afiliasi dapat menjadi sarana memperkuat solidaritas. Guru, orang tua, atau pemimpin yang mampu menggunakan humor secara tepat biasanya lebih mudah membangun hubungan emosional dengan orang lain. Humor yang disampaikan secara ramah dapat

membuat suasana menjadi lebih santai tanpa mengurangi keseriusan tujuan komunikasi. Namun, penggunaan humor afiliasi tetap memerlukan kepekaan terhadap konteks, usia, budaya, dan kondisi psikologis lawan bicara. Candaan yang dianggap lucu oleh satu kelompok belum tentu diterima dengan cara yang sama oleh kelompok lain.

4.2.2 Humor Peningkatan Diri

Humor peningkatan diri atau *self-enhancing humor* merupakan jenis humor yang digunakan seseorang untuk menjaga cara pandang positif terhadap diri sendiri dan situasi yang dihadapi. Humor ini tidak selalu ditujukan untuk membuat orang lain tertawa, tetapi lebih berfungsi sebagai strategi pribadi dalam menghadapi kesulitan. Seseorang yang memiliki humor peningkatan diri mampu melihat sisi ringan dari pengalaman yang tidak menyenangkan tanpa mengabaikan kenyataan. Dalam kehidupan sehari-hari, humor ini dapat muncul ketika seseorang menertawakan kesalahan kecilnya sendiri secara sehat atau mengubah pengalaman mengecewakan menjadi bahan refleksi yang lebih ringan. Jenis humor ini dapat membantu mengurangi tekanan emosional karena individu tidak tenggelam sepenuhnya dalam suasana negatif. Kajian mengenai model humor styles menjelaskan bahwa *self-enhancing humor* termasuk gaya humor adaptif karena berhubungan dengan kemampuan mempertahankan perspektif positif terhadap kehidupan (Kuiper, 2020).

Humor peningkatan diri memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan psikologis dan ketahanan pribadi. Ketika

seseorang menghadapi kegagalan, tekanan pekerjaan, atau konflik sosial, kemampuan melihat unsur lucu secara proporsional dapat membantu mencegah munculnya keputusasaan. Humor ini bukan berarti menyepelekan masalah, melainkan memberi jarak emosional agar seseorang dapat berpikir lebih jernih. Dalam konteks pendidikan, peserta didik yang mampu menggunakan humor peningkatan diri dapat lebih mudah menerima kesalahan sebagai bagian dari proses belajar.

4.2.3 Humor Agresif

Humor agresif atau *aggressive humor* merupakan jenis humor yang digunakan dengan cara mengejek, menyindir tajam, mempermalukan, atau merendahkan orang lain. Humor ini sering kali dibungkus sebagai candaan, tetapi sebenarnya dapat menimbulkan luka psikologis bagi pihak yang menjadi sasaran. Dalam kehidupan sehari-hari, humor agresif dapat muncul melalui ejekan fisik, hinaan terhadap latar belakang sosial, komentar bernada diskriminatif, atau candaan yang memanfaatkan kelemahan orang lain. Meskipun sebagian orang menganggapnya sebagai bentuk keakraban, humor agresif tetap berisiko menormalisasi perilaku tidak hormat. Apabila dibiarkan, jenis humor ini dapat memperkuat relasi kuasa yang tidak seimbang dan menciptakan lingkungan sosial yang tidak aman.

Humor agresif sering kali menimbulkan dilema karena pelaku dapat berlindung di balik ungkapan bahwa tindakannya hanya bercanda. Namun, ukuran etis sebuah humor tidak hanya ditentukan oleh niat pembicara, tetapi juga oleh dampaknya terhadap

penerima. Jika suatu candaan membuat orang merasa dipermalukan, takut, atau dikucilkan, maka humor tersebut telah kehilangan fungsi positifnya. Dalam lingkungan sekolah, humor agresif dapat berkembang menjadi perundungan verbal apabila dilakukan secara berulang dan menyasar individu tertentu.

4.2.4 Humor Merendahkan Diri

Humor merendahkan diri atau *self-defeating humor* merupakan jenis humor yang dilakukan dengan menjadikan kelemahan diri sendiri sebagai bahan candaan secara berlebihan. Pada batas tertentu, menertawakan diri sendiri dapat menunjukkan kerendahan hati dan membantu mencairkan suasana. Namun, apabila dilakukan terus-menerus, humor merendahkan diri dapat menunjukkan rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri. Seseorang mungkin menggunakan humor ini agar diterima oleh kelompok, menghindari penolakan, atau mendapatkan perhatian dari orang lain. Masalahnya, candaan yang berulang tentang keburukan diri dapat memperkuat citra negatif dan membuat orang lain ikut meremehkan individu tersebut.

Dalam kehidupan sosial, humor merendahkan diri sering muncul ketika seseorang merasa harus mengorbankan martabat dirinya demi menjaga hubungan dengan orang lain. Misalnya, seseorang terus-menerus menyebut dirinya bodoh, tidak menarik, atau tidak berharga agar orang lain tertawa. Pada awalnya, tindakan tersebut mungkin dianggap lucu, tetapi dalam jangka panjang dapat memengaruhi cara individu menilai dirinya sendiri. Penelitian tentang gaya humor menunjukkan bahwa gaya humor adaptif dan

maladaptif memiliki hubungan yang berbeda dengan kesejahteraan serta kondisi psikologis individu (Wang et al., 2022).

4.3 Humor sebagai Karakter Individu

Humor merupakan salah satu karakter individu yang tampak dalam cara seseorang memandang, menanggapi, dan mengomunikasikan pengalaman hidup. Dalam kehidupan sosial, humor tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai bentuk ekspresi kepribadian. Seseorang yang memiliki kecenderungan humoris umumnya mampu melihat sisi ringan dari suatu peristiwa, mencairkan suasana, serta membangun hubungan interpersonal secara lebih hangat. Namun, humor sebagai karakter individu tidak selalu bersifat positif. Cara seseorang menggunakan humor dapat mencerminkan kematangan emosi, empati, pola pikir, bahkan kecenderungan sosialnya.

4.3.1 Pengertian Humor dalam Karakter Individu

Humor sebagai karakter individu dapat dimaknai sebagai kecenderungan seseorang untuk memahami, menciptakan, dan merespons sesuatu yang lucu atau menggelikan dalam situasi tertentu. Karakter ini tidak hanya berkaitan dengan kemampuan membuat orang lain tertawa, tetapi juga dengan cara individu menafsirkan kenyataan. Individu yang memiliki karakter humoris biasanya lebih fleksibel dalam menghadapi situasi, tidak terlalu kaku dalam menanggapi persoalan, dan mampu mengubah ketegangan menjadi suasana yang lebih ringan.

Dalam perspektif psikologis, humor dapat dipandang sebagai bagian dari perbedaan individual. Artinya, setiap orang memiliki kadar, bentuk, dan tujuan humor yang berbeda. Ada individu yang menggunakan humor untuk membangun kedekatan, ada pula yang menggunakannya untuk melindungi diri dari tekanan. Selain itu, terdapat individu yang memakai humor secara kurang tepat, misalnya untuk mengejek, merendahkan, atau menutupi rasa tidak percaya diri. Perbedaan ini menunjukkan bahwa humor tidak dapat dinilai hanya dari unsur kelucuannya, tetapi juga dari tujuan, konteks, dan dampaknya terhadap diri sendiri maupun orang lain.

Sebagai karakter, humor juga berhubungan dengan cara individu menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial. Individu yang mampu menggunakan humor secara proporsional cenderung lebih mudah diterima karena dianggap menyenangkan, terbuka, dan komunikatif. Akan tetapi, humor yang digunakan secara berlebihan atau tidak sensitif dapat menimbulkan kesalahpahaman. Dengan demikian, humor yang matang memerlukan kemampuan membaca situasi, memahami perasaan orang lain, dan menjaga batas kesopanan.

4.3.2 Jenis Humor dan Cerminan Kepribadian

Humor dalam diri individu dapat muncul dalam berbagai bentuk. Secara umum, humor dapat dibedakan menjadi humor yang adaptif dan humor yang maladaptif. Humor adaptif adalah humor yang mendukung kesejahteraan pribadi dan hubungan sosial. Bentuknya dapat berupa humor yang mempererat hubungan sosial atau humor yang membantu individu tetap optimistis ketika

menghadapi kesulitan. Humor jenis ini biasanya digunakan untuk mencairkan suasana, mengurangi tekanan, dan memperkuat ikatan antarindividu.

Sebaliknya, humor maladaptif adalah humor yang berpotensi merugikan diri sendiri atau orang lain. Humor agresif, misalnya, digunakan untuk menyindir, mengejek, atau mempermalukan pihak lain. Sementara itu, humor yang merendahkan diri secara berlebihan dapat menunjukkan kecenderungan individu untuk memperoleh penerimaan sosial dengan mengorbankan harga dirinya sendiri. Dalam jangka panjang, pola humor semacam ini dapat berdampak negatif terhadap relasi sosial dan kesehatan psikologis.

Kajian mengenai gaya humor menunjukkan bahwa humor yang mendukung kesehatan psikologis berkaitan positif dengan sifat terbuka, ramah, teliti, dan ekstrover, sedangkan humor yang berisiko merugikan berkaitan dengan kecenderungan emosi negatif serta rendahnya keramahan dan ketelitian (Plessen et al., 2020).

4.3.3 Fungsi Humor bagi Diri Individu

Humor memiliki fungsi penting bagi individu, terutama dalam pengelolaan emosi. Ketika seseorang menghadapi tekanan, humor dapat membantu menciptakan jarak psikologis terhadap masalah. Melalui humor, individu dapat melihat persoalan dari sudut pandang yang lebih ringan sehingga tekanan tidak dirasakan secara berlebihan. Fungsi ini menjadikan humor sebagai salah satu mekanisme penyesuaian diri atau coping mechanism yang dapat membantu seseorang bertahan dalam situasi sulit.

Selain itu, humor juga berperan dalam meningkatkan kepercayaan diri. Individu yang mampu menggunakan humor secara tepat sering kali merasa lebih nyaman ketika berinteraksi dengan orang lain. Humor dapat menjadi jembatan komunikasi yang mengurangi kecanggungan dan membuka ruang dialog. Dalam situasi tertentu, humor bahkan dapat membantu seseorang menyampaikan kritik atau pendapat secara lebih halus, asalkan tetap memperhatikan etika komunikasi.

Humor juga berkaitan dengan kreativitas berpikir. Untuk menghasilkan humor, seseorang perlu melihat ketidaksesuaian, kejutan, atau hubungan tidak biasa antara berbagai gagasan. Kemampuan ini menuntut keluwesan kognitif, yaitu kemampuan berpikir secara tidak kaku dan terbuka terhadap kemungkinan baru. Oleh karena itu, individu humoris sering kali dianggap memiliki daya imajinasi dan spontanitas yang baik. Namun, kreativitas humor tetap perlu dikendalikan oleh kepekaan sosial agar tidak berubah menjadi ujaran yang menyakiti atau merendahkan.

4.3.4 Humor dalam Hubungan Sosial

Dalam hubungan sosial, humor berfungsi sebagai sarana membangun kedekatan dan memperkuat solidaritas. Humor yang digunakan secara positif dapat menciptakan suasana akrab, mengurangi jarak sosial, dan membantu individu merasa lebih diterima dalam kelompok. Di lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat, humor sering menjadi alat komunikasi yang memperhalus interaksi dan mengurangi ketegangan.

Namun, fungsi sosial humor sangat bergantung pada konteks. Humor yang dianggap lucu oleh satu kelompok belum tentu diterima oleh kelompok lain. Perbedaan usia, budaya, pengalaman, dan nilai moral dapat memengaruhi cara seseorang memahami humor. Oleh karena itu, individu yang memiliki karakter humoris perlu mengembangkan kepekaan terhadap situasi sosial. Humor yang baik bukan hanya humor yang membuat orang tertawa, tetapi juga humor yang tidak melukai martabat orang lain.

Penelitian mengenai hubungan antara gaya humor dan kepribadian pada pekerja menunjukkan bahwa humor yang berorientasi pada penguatan diri memiliki hubungan penting dengan pengendalian emosi, sedangkan humor agresif dapat berkaitan negatif dengan aspek pengendalian tersebut (Di Fabio et al., 2023). Hal ini menegaskan bahwa humor sebagai karakter individu perlu diarahkan pada bentuk yang sehat, konstruktif, dan beretika. Individu yang mampu menggunakan humor secara tepat dapat membangun relasi yang lebih positif, sedangkan humor yang tidak terkendali dapat menimbulkan konflik interpersonal. Dengan demikian, humor sebagai karakter individu perlu dipahami sebagai potensi yang harus dikembangkan bersama empati, kecerdasan emosional, dan tanggung jawab sosial.

4.4 Peran Humor dalam Kesehatan Mental

4.4.1 Pengertian Humor dalam Konteks Psikologis

Humor merupakan kemampuan individu untuk menangkap, menciptakan, dan merespons sesuatu yang dianggap lucu, menghibur, atau menimbulkan rasa ringan secara emosional. Dalam konteks psikologis, humor tidak hanya dipahami sebagai bentuk hiburan, tetapi juga sebagai mekanisme mental yang membantu seseorang menafsirkan pengalaman hidup secara lebih fleksibel. Ketika seseorang mampu melihat sisi lucu dari suatu keadaan, ia tidak selalu mengabaikan masalah, tetapi berupaya mengurangi tekanan emosional yang muncul dari masalah tersebut.

Kesehatan mental berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengelola emosi, berpikir jernih, menjalin hubungan sosial, serta menghadapi tuntutan hidup secara wajar. Dalam hal ini, humor dapat berperan sebagai salah satu sumber daya psikologis. Humor memberi ruang bagi individu untuk mengambil jarak dari tekanan, sehingga masalah tidak selalu dipandang secara kaku dan menakutkan. Dengan demikian, humor dapat membantu seseorang membangun sudut pandang yang lebih seimbang terhadap pengalaman yang tidak menyenangkan.

Namun, humor tidak selalu berdampak positif. Humor yang bersifat mengejek, merendahkan diri secara berlebihan, atau menyerang orang lain dapat menimbulkan luka psikologis dan memperburuk hubungan sosial. Oleh karena itu, peran humor dalam kesehatan mental perlu dipahami secara proporsional, yaitu sebagai

sarana pendukung kesejahteraan psikologis apabila digunakan secara tepat, empatik, dan sesuai konteks.

4.4.2 Humor sebagai Mekanisme Pengelolaan Stres

Salah satu peran penting humor dalam kesehatan mental ialah membantu individu mengelola stres. Stres merupakan respons tubuh dan pikiran terhadap tekanan, tuntutan, atau situasi yang dianggap mengancam. Ketika seseorang mengalami stres, ia dapat merasakan kecemasan, ketegangan, kelelahan, sulit berkonsentrasi, bahkan gangguan suasana hati. Humor dapat membantu menurunkan intensitas tekanan tersebut dengan menghadirkan pengalaman emosional yang lebih ringan.

Humor bekerja sebagai bentuk coping, yaitu cara seseorang menghadapi tekanan psikologis. Melalui humor, individu dapat menafsirkan situasi sulit dengan sudut pandang yang tidak sepenuhnya negatif. Misalnya, seseorang yang menghadapi kegagalan dapat menggunakan humor untuk mengurangi rasa malu dan membangun keberanian untuk mencoba kembali. Dalam konteks ini, humor tidak menghapus masalah, tetapi membantu individu agar tidak tenggelam dalam tekanan emosional.

Humor juga berperan dalam menciptakan jarak psikologis antara individu dan masalah yang dihadapi. Ketika seseorang mampu menertawakan situasi tertentu secara sehat, ia dapat melihat bahwa masalah tersebut bukan satu-satunya pusat kehidupan. Jarak psikologis ini penting karena memungkinkan individu berpikir lebih rasional, mengambil keputusan dengan lebih tenang, dan mengurangi kecenderungan bereaksi secara berlebihan.

Penelitian menunjukkan bahwa gaya humor yang adaptif, seperti affiliative humor dan self-enhancing humor, berhubungan positif dengan kesejahteraan subjektif, sedangkan gaya humor yang agresif atau merendahkan diri secara berlebihan cenderung berkaitan dengan dampak psikologis yang kurang baik (Jiang et al., 2020).

4.4.3 Humor dalam Hubungan Sosial dan Dukungan Emosional

Kesehatan mental tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga oleh kualitas hubungan sosial. Individu yang memiliki relasi sosial positif cenderung lebih mampu menghadapi tekanan hidup. Humor dapat menjadi sarana untuk memperkuat hubungan sosial karena humor menciptakan kedekatan, mencairkan suasana, dan membangun rasa kebersamaan. Dalam percakapan sehari-hari, humor sering menjadi jembatan untuk mengurangi kekakuan dan memperkuat komunikasi.

Dalam lingkungan keluarga, sekolah, tempat kerja, maupun komunitas, humor dapat membentuk suasana yang lebih terbuka. Seseorang yang mampu menggunakan humor secara tepat biasanya lebih mudah diterima dalam kelompok karena dianggap menyenangkan dan tidak terlalu kaku. Hal ini dapat meningkatkan rasa memiliki, yaitu perasaan bahwa seseorang diterima dan dihargai oleh lingkungan sosialnya. Rasa memiliki tersebut berperan penting dalam menjaga stabilitas emosional.

Humor juga dapat menjadi bentuk dukungan emosional. Ketika seseorang mengalami kesedihan atau tekanan, kehadiran orang lain yang mampu menyampaikan humor secara empatik dapat membantu meringankan beban psikologis. Humor yang tepat dapat

memberi sinyal bahwa individu tidak sendirian dalam menghadapi masalah. Akan tetapi, humor dalam situasi sensitif harus digunakan secara hati-hati. Humor yang tidak sesuai konteks justru dapat dianggap meremehkan penderitaan orang lain.

Dalam praktik kesehatan mental, humor juga dapat digunakan sebagai pendekatan komunikasi untuk mengurangi stigma. Isu kesehatan mental sering kali dianggap berat, menakutkan, atau memalukan. Humor yang dirancang secara tepat dapat membantu membuka percakapan mengenai masalah psikologis tanpa membuat individu merasa terancam. Kajian sistematis tentang strategi berbasis humor dalam promosi kesehatan menunjukkan bahwa humor dapat membantu meningkatkan perhatian, penerimaan pesan, dan kecenderungan mencari bantuan, khususnya pada isu yang berkaitan dengan stigma (Miller et al., 2021).

4.4.4 Batasan dan Penggunaan Humor yang Sehat

Meskipun humor memiliki banyak manfaat, penggunaannya tetap memerlukan batasan. Humor yang sehat harus memperhatikan nilai etika, empati, dan situasi sosial. Humor tidak boleh dijadikan alat untuk menghina, mempermalukan, atau menutupi kekerasan verbal. Apabila humor digunakan untuk menyerang pihak lain, maka humor tersebut dapat berubah menjadi sumber tekanan psikologis, bukan sarana pemulihan mental.

Humor yang sehat juga tidak berarti menolak keseriusan. Dalam beberapa keadaan, seseorang tetap perlu menghadapi masalah secara langsung, mencari bantuan profesional, atau

mengambil tindakan nyata. Humor tidak dapat menggantikan konseling, terapi, pengobatan, atau dukungan sosial yang dibutuhkan oleh individu dengan gangguan mental tertentu. Dengan kata lain, humor dapat menjadi pendukung kesehatan mental, tetapi bukan satu-satunya solusi.

Penggunaan humor yang sehat dapat dilatih melalui kesadaran diri. Individu perlu memahami apakah humor yang digunakan bertujuan untuk meredakan suasana, membangun hubungan, atau justru menghindari persoalan. Humor yang terlalu sering digunakan untuk menutupi kesedihan juga perlu diperhatikan karena dapat menjadi tanda bahwa seseorang belum mampu mengungkapkan emosi secara terbuka. Dalam kondisi demikian, humor perlu diimbangi dengan refleksi, komunikasi jujur, dan pencarian dukungan.

Bab 5: Humor dalam Konteks Pendidikan

5.1 Urgensi Humor dalam Pembelajaran

Humor dalam pembelajaran merupakan salah satu unsur pedagogis yang sering dianggap sederhana, tetapi memiliki pengaruh penting terhadap suasana kelas, hubungan guru dan siswa, serta keterlibatan belajar. Dalam konteks pendidikan, humor tidak dimaknai sebagai lelucon yang bebas tanpa arah, melainkan sebagai strategi komunikasi yang digunakan secara tepat untuk mencairkan suasana, memperkuat pemahaman, dan membangun kedekatan emosional. Guru yang mampu menggunakan humor secara proporsional dapat menciptakan kelas yang lebih hidup, ramah, dan tidak menegangkan. Suasana semacam ini penting karena siswa lebih mudah menerima materi ketika mereka merasa aman, nyaman, dan dihargai. Humor juga dapat membantu siswa melihat pembelajaran sebagai pengalaman yang menyenangkan, bukan sekadar kewajiban akademik.

5.1.1 Humor sebagai Pencair Suasana Kelas

Humor memiliki fungsi penting sebagai pencair suasana kelas, terutama ketika pembelajaran berlangsung dalam kondisi tegang, monoton, atau terlalu formal. Dalam situasi tertentu, siswa dapat merasa cemas karena takut salah menjawab, takut dinilai

rendah, atau merasa tidak mampu memahami materi. Humor yang digunakan secara tepat dapat mengurangi ketegangan tersebut sehingga siswa lebih berani terlibat dalam kegiatan belajar. Misalnya, guru dapat menyisipkan contoh lucu yang masih berkaitan dengan materi, menggunakan analogi ringan, atau menanggapi kesalahan siswa dengan cara yang tidak mempermalukan. Dengan demikian, humor membantu menciptakan jarak emosional yang sehat antara kesulitan belajar dan rasa takut gagal. Kelas yang lebih cair memungkinkan siswa mengembangkan keberanian untuk bertanya, mencoba, dan menyampaikan pendapat.

Meskipun demikian, humor dalam kelas harus tetap berada dalam batas etis dan edukatif. Humor tidak boleh digunakan untuk mengejek fisik, latar belakang keluarga, kemampuan akademik, agama, suku, atau kelemahan pribadi siswa. Humor yang bersifat merendahkan dapat menimbulkan luka psikologis dan justru merusak kepercayaan siswa kepada guru. Oleh karena itu, guru perlu membedakan antara humor yang membangun dan humor yang menyakiti. Humor yang ideal adalah humor yang bersifat inklusif, relevan, dan tidak menempatkan siswa tertentu sebagai objek tertawaan. Dengan penggunaan yang hati-hati, humor dapat menjadi alat pedagogis yang memperkuat kenyamanan kelas tanpa mengurangi wibawa guru.

5.1.2 Humor dan Keterlibatan Belajar Siswa

Humor dapat meningkatkan keterlibatan belajar siswa karena mampu menarik perhatian dan membangun pengalaman emosional yang positif. Siswa yang tertarik pada cara guru menyampaikan

materi cenderung lebih fokus, lebih aktif merespons, dan lebih mudah mengingat informasi. Dalam pembelajaran, perhatian merupakan pintu awal bagi pemahaman, sehingga guru perlu menciptakan variasi komunikasi agar siswa tidak cepat jenuh. Humor yang berkaitan langsung dengan materi dapat membantu siswa memahami konsep abstrak melalui contoh yang lebih dekat dengan kehidupan sehari-hari. Selain itu, humor juga dapat membangun suasana interaktif karena siswa merasa bahwa guru hadir sebagai pribadi yang terbuka dan komunikatif. Penelitian tentang humor di kelas menunjukkan bahwa humor yang dipersepsikan relevan berhubungan positif dengan kualitas relasi guru-siswa dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran (Lu'mu et al., 2023).

Keterlibatan belajar yang diperkuat oleh humor tidak hanya tampak dari keaktifan berbicara, tetapi juga dari kesiapan siswa mengikuti proses pembelajaran. Siswa yang menikmati suasana kelas biasanya lebih mudah mempertahankan perhatian, mengerjakan tugas, dan mengikuti instruksi. Humor dapat menjadi jeda psikologis ketika materi terlalu padat atau ketika siswa mulai kehilangan konsentrasi.

5.1.3 Humor sebagai Sarana Relasi Pedagogis

Relasi pedagogis antara guru dan siswa sangat menentukan kualitas pembelajaran. Guru yang terlalu kaku dan berjarak dapat membuat siswa enggan bertanya, sedangkan guru yang komunikatif lebih mudah membangun kepercayaan. Humor menjadi salah satu cara untuk memperpendek jarak psikologis antara guru dan siswa

tanpa menghilangkan batas profesional. Ketika guru mampu tertawa bersama siswa secara sehat, kelas menjadi ruang yang lebih manusiawi dan dialogis. Siswa dapat melihat guru bukan hanya sebagai pemberi nilai, tetapi juga sebagai pendamping belajar yang memahami dinamika emosional mereka. Hubungan yang positif ini penting karena pembelajaran tidak hanya berlangsung melalui penyampaian materi, tetapi juga melalui interaksi sosial yang bermakna.

Humor juga dapat membantu guru mengelola kelas dengan pendekatan yang lebih persuasif. Dalam beberapa situasi, teguran yang disampaikan dengan bahasa ringan dan tidak memperlakukan dapat lebih efektif daripada teguran keras. Misalnya, ketika siswa mulai kurang fokus, guru dapat menggunakan komentar humoris yang tetap sopan untuk mengembalikan perhatian kelas. Cara ini dapat menjaga suasana tetap kondusif tanpa menciptakan ketegangan berlebihan. Namun, guru tetap perlu memperhatikan konteks, karakter siswa, dan budaya kelas agar humor tidak disalahartikan.

5.1.4 Batas Etis Penggunaan Humor

Urgensi humor dalam pembelajaran tidak dapat dilepaskan dari batas etis penggunaannya. Humor yang baik adalah humor yang relevan dengan tujuan pembelajaran, tidak menyerang identitas siswa, dan tidak mengganggu konsentrasi kelas. Guru perlu memahami bahwa tidak semua siswa memiliki penerimaan yang sama terhadap jenis humor tertentu. Ada siswa yang mudah tertawa, tetapi ada pula siswa yang sensitif terhadap komentar tertentu karena

pengalaman pribadi atau latar belakang sosialnya. Oleh karena itu, guru harus menghindari humor agresif, sarkasme berlebihan, dan candaan yang berpotensi menyinggung. Kajian tentang penggunaan humor guru di kelas menunjukkan bahwa humor dapat mendukung proses belajar dan pengelolaan kelas, tetapi humor agresif atau tidak relevan juga berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap pengalaman siswa (Robinson et al., 2024).

Batas etis juga berkaitan dengan kemampuan guru menjaga proporsi humor dalam pembelajaran. Terlalu banyak humor dapat membuat kelas kehilangan fokus dan menurunkan keseriusan siswa terhadap materi. Sebaliknya, kelas yang sepenuhnya kaku dapat membuat pembelajaran terasa berat dan kurang manusiawi. Guru perlu menggunakan humor pada saat yang tepat, misalnya ketika membuka pelajaran, memberi contoh, menjelaskan konsep sulit, atau menutup sesi dengan refleksi ringan. Penggunaan humor yang proporsional menunjukkan bahwa guru mampu mengelola emosi kelas sekaligus menjaga arah pembelajaran.

5.2 Humor sebagai Strategi Komunikasi Guru

Humor sebagai strategi komunikasi guru merupakan penggunaan unsur kelucuan, keringanan suasana, dan ekspresi menyenangkan untuk mendukung proses pembelajaran. Dalam konteks pendidikan, humor tidak dimaksudkan untuk mengubah kelas menjadi ruang hiburan semata, tetapi untuk membantu komunikasi antara guru dan siswa berlangsung lebih cair. Guru yang

mampu menggunakan humor secara tepat dapat membuat materi terasa lebih dekat, mengurangi ketegangan, dan membangun hubungan emosional yang positif. Humor juga dapat menjadi jembatan antara otoritas guru dan kebutuhan siswa akan suasana belajar yang manusiawi. Namun, humor harus digunakan secara proporsional agar tidak mengganggu tujuan akademik atau mengurangi keseriusan pembelajaran. Dengan demikian, humor sebagai strategi komunikasi guru perlu dipahami sebagai keterampilan pedagogis yang menuntut kecermatan, empati, dan penguasaan konteks kelas.

5.2.1 Pengertian Humor dalam Komunikasi Pembelajaran

Humor dalam komunikasi pembelajaran dapat diartikan sebagai bentuk pesan verbal maupun nonverbal yang mengandung unsur kelucuan dan digunakan untuk memperkuat interaksi antara guru dan siswa. Bentuk humor tersebut dapat berupa cerita singkat, perumpamaan ringan, permainan kata, ekspresi wajah, gerak tubuh, atau contoh lucu yang masih relevan dengan materi. Humor yang efektif tidak berdiri sendiri, tetapi selalu terhubung dengan tujuan pembelajaran dan kebutuhan komunikasi di kelas. Apabila humor digunakan tanpa arah, siswa dapat kehilangan fokus terhadap materi utama yang sedang dipelajari. Sebaliknya, apabila humor disisipkan secara tepat, siswa dapat merasa lebih nyaman dan lebih mudah menerima pesan pembelajaran.

Dalam praktiknya, humor yang digunakan guru perlu memperhatikan karakteristik siswa, usia, budaya, tingkat pemahaman, dan situasi kelas. Humor yang sesuai untuk siswa

sekolah dasar belum tentu sesuai untuk siswa sekolah menengah atau mahasiswa.

5.2.2 Fungsi Humor dalam Membangun Kedekatan

Humor memiliki fungsi penting dalam membangun kedekatan antara guru dan siswa. Kedekatan ini terbentuk ketika siswa merasa bahwa guru bukan hanya sosok yang memberi tugas dan penilaian, tetapi juga pribadi yang dapat berinteraksi secara hangat. Melalui humor, jarak psikologis antara guru dan siswa dapat berkurang sehingga komunikasi menjadi lebih terbuka. Siswa yang merasa nyaman biasanya lebih berani bertanya, menjawab, dan menyampaikan kesulitan belajar. Dalam kondisi seperti ini, humor membantu menciptakan iklim kelas yang mendukung partisipasi aktif. Oleh karena itu, humor dapat menjadi sarana untuk memperkuat hubungan interpersonal dalam pembelajaran.

Penggunaan humor juga dapat membantu guru mengelola suasana emosional kelas. Pada saat siswa tampak tegang, bosan, atau lelah, humor ringan dapat mengembalikan perhatian mereka tanpa harus menggunakan teguran keras. Humor yang disampaikan dengan bijaksana dapat membuat suasana kelas menjadi lebih rileks dan mengurangi tekanan yang dirasakan siswa. Kajian scoping review mengenai humor guru menunjukkan bahwa humor berpotensi mendukung pengalaman akademik dan sosial siswa, meskipun dampaknya sangat bergantung pada jenis humor serta cara penggunaannya (Robinson et al., 2024). Pernyataan ini menegaskan bahwa humor bukan strategi yang selalu otomatis berhasil, melainkan strategi yang perlu dikelola secara sadar.

Kedekatan yang dibangun melalui humor juga dapat memperkuat kewibawaan guru. Kewibawaan tidak selalu harus ditampilkan melalui sikap kaku, suara keras, atau jarak yang terlalu jauh dari siswa. Guru yang humoris, tetapi tetap tegas dan adil, sering kali lebih mudah diterima oleh siswa karena dianggap manusiawi. Namun, guru tetap perlu menjaga batas agar humor tidak berkembang menjadi kebiasaan bercanda yang mengurangi disiplin kelas.

5.2.3 Humor sebagai Alat Memperjelas Materi

Humor dapat digunakan sebagai alat untuk memperjelas materi pembelajaran apabila dikaitkan dengan konsep yang sedang dipelajari. Guru dapat menggunakan contoh lucu, analogi sederhana, atau situasi sehari-hari yang mengandung unsur humor untuk membantu siswa memahami materi abstrak. Misalnya, konsep yang sulit dapat dijelaskan melalui perbandingan yang dekat dengan pengalaman siswa sehingga lebih mudah diingat. Humor semacam ini tidak hanya membuat siswa tertawa, tetapi juga membantu mereka mengaitkan informasi baru dengan pengetahuan yang telah dimiliki.

Humor yang digunakan untuk memperjelas materi harus tetap menjaga ketepatan isi akademik. Guru tidak boleh mengorbankan akurasi konsep hanya demi membuat penjelasan terasa lucu. Apabila contoh humor terlalu jauh dari materi, siswa dapat mengingat kelucuannya, tetapi melupakan inti pelajaran. Oleh karena itu, guru perlu memilih humor yang sederhana, relevan, dan langsung berkaitan dengan tujuan pembelajaran. Dalam

pembelajaran bahasa, misalnya, humor dapat digunakan untuk memperkenalkan makna ganda, permainan kata, atau konteks percakapan. Tinjauan sistematis tentang penggunaan humor dalam pengajaran *English as a Second Language* di Asia menunjukkan bahwa humor dapat memberikan dampak positif, seperti menurunkan kecemasan dan meningkatkan ketertarikan belajar, tetapi tetap dapat menimbulkan dampak negatif apabila tidak sesuai dengan konteks, kemampuan, dan tujuan pembelajaran (Tianli et al., 2024).

Selain membantu pemahaman, humor juga dapat memperkuat daya ingat siswa terhadap materi. Informasi yang disampaikan dalam suasana menyenangkan sering kali lebih mudah diingat karena melibatkan perhatian dan emosi positif. Guru dapat memanfaatkan hal ini dengan menyisipkan humor pada bagian penting yang ingin ditekankan.

5.2.4 Etika Penggunaan Humor oleh Guru

Etika penggunaan humor merupakan aspek penting yang menentukan apakah humor berfungsi membangun atau justru merusak suasana kelas. Guru perlu memastikan bahwa humor yang digunakan tidak mengandung penghinaan, stereotip, kekerasan verbal, pelecehan, atau sindiran yang menyakitkan. Humor yang menyerang kelemahan siswa dapat menimbulkan rasa malu, menurunkan kepercayaan diri, dan merusak hubungan emosional dengan guru. Oleh karena itu, humor harus diarahkan pada situasi, konsep, atau pengalaman umum yang aman untuk dibicarakan. Guru juga perlu menghindari humor yang menyangkut agama, suku,

kondisi fisik, status ekonomi, jenis kelamin, atau latar belakang keluarga. Dengan demikian, etika humor menuntut guru untuk mendahulukan keselamatan psikologis siswa.

Etika humor juga berkaitan dengan kemampuan guru membaca respons siswa. Apabila siswa tampak tidak nyaman, tersinggung, atau bingung, guru perlu segera mengubah pendekatan komunikasi. Respons siswa merupakan indikator penting untuk menilai apakah humor yang digunakan sesuai dengan situasi kelas. Guru yang peka tidak akan memaksakan humor hanya karena menurutnya lucu. Sebaliknya, guru akan menyesuaikan cara berbicara agar komunikasi tetap menghargai semua pihak. Dengan demikian, humor yang etis menuntut adanya refleksi dan pengendalian diri dari guru.

Penggunaan humor yang etis dapat memperkuat kualitas komunikasi pembelajaran secara keseluruhan. Humor yang tepat membantu guru menyampaikan pesan dengan lebih ringan, tetapi tetap bermakna. Siswa dapat merasa dihargai karena suasana kelas tidak menekan, sementara tujuan pembelajaran tetap berjalan. Dalam jangka panjang, humor yang sehat dapat membantu membentuk budaya kelas yang terbuka, ramah, dan saling menghormati. Namun, guru tetap harus menempatkan humor sebagai pelengkap strategi komunikasi, bukan sebagai pusat pembelajaran. Dengan demikian, humor sebagai strategi komunikasi guru akan efektif apabila digunakan secara relevan, proporsional, etis, dan berorientasi pada perkembangan siswa.

5.3 Batasan Penggunaan Humor di Kelas

Penggunaan humor di kelas dapat menjadi strategi pedagogis yang membantu mencairkan suasana, meningkatkan perhatian, dan memperkuat hubungan antara guru dan peserta didik. Namun, humor tidak boleh digunakan tanpa batas karena ruang kelas merupakan lingkungan pendidikan yang memiliki norma, tujuan, dan tanggung jawab etis. Guru perlu memahami bahwa humor yang tepat dapat mendukung pembelajaran, sedangkan humor yang tidak tepat dapat mengganggu konsentrasi, merendahkan peserta didik, atau menciptakan ketidaknyamanan. Batasan penggunaan humor diperlukan agar kelucuan tidak menggeser tujuan utama pembelajaran. Dalam hal ini, humor harus diposisikan sebagai alat bantu komunikasi, bukan sebagai pusat kegiatan belajar. Oleh karena itu, guru perlu menggunakan humor secara selektif, proporsional, dan sesuai dengan konteks kelas.

5.3.1 Kesesuaian Humor dengan Tujuan Pembelajaran

Batasan pertama dalam penggunaan humor di kelas adalah kesesuaiannya dengan tujuan pembelajaran. Humor yang digunakan guru sebaiknya tetap memiliki hubungan dengan materi, situasi belajar, atau pesan edukatif yang ingin disampaikan. Apabila humor terlalu jauh dari topik, peserta didik dapat kehilangan fokus dan pembelajaran menjadi kurang terarah. Guru perlu memastikan bahwa humor berfungsi membantu pemahaman, bukan sekadar menghasilkan tawa.

Humor yang tidak terkait dengan pembelajaran berpotensi membuat kelas menjadi ramai tanpa menghasilkan manfaat akademik. Peserta didik mungkin menikmati suasana kelas, tetapi belum tentu memahami materi yang diajarkan. Penelitian mengenai humor guru menunjukkan bahwa humor yang berkaitan dengan pembelajaran lebih mendukung keterlibatan dan kesejahteraan peserta didik dibandingkan humor yang tidak relevan atau merendahkan pihak lain (St-Amand et al., 2024).

5.3.2 Batas Etika dalam Humor

Batas etika merupakan aspek utama yang harus diperhatikan guru ketika menggunakan humor di kelas. Humor tidak boleh mengandung unsur penghinaan, pelecehan, diskriminasi, stereotip, kekerasan verbal, atau sindiran yang mempermalukan peserta didik. Guru perlu menyadari bahwa posisi guru memiliki pengaruh besar sehingga candaan yang tampak ringan dapat diterima secara berbeda oleh peserta didik. Ucapan guru yang dianggap lucu oleh sebagian peserta didik bisa saja melukai peserta didik lain yang menjadi sasaran candaan.

Humor yang menyerang fisik, kemampuan akademik, latar belakang keluarga, agama, suku, gender, atau kondisi ekonomi peserta didik harus dihindari sepenuhnya. Candaan semacam itu dapat menimbulkan rasa malu, rendah diri, bahkan trauma psikologis. Guru juga perlu berhati-hati terhadap humor yang menggunakan julukan tertentu karena julukan dapat berkembang menjadi kebiasaan sosial yang merugikan. Apabila peserta didik meniru humor guru yang merendahkan, kelas dapat berubah menjadi

ruang yang permisif terhadap perundungan verbal. Etika humor menuntut guru untuk mempertimbangkan dampak, bukan hanya niat. Dengan demikian, batas etis menjadi dasar agar humor tetap berfungsi sebagai sarana pembelajaran yang aman dan manusiawi.

5.3.3 Proporsionalitas dan Pengendalian Suasana Kelas

Penggunaan humor di kelas perlu dilakukan secara proporsional agar tidak mengganggu alur pembelajaran. Humor yang terlalu sering dapat membuat peserta didik lebih menunggu candaan daripada memperhatikan materi. Akibatnya, suasana kelas menjadi sulit dikendalikan dan tujuan pembelajaran tidak tercapai secara optimal. Guru perlu memahami waktu yang tepat untuk menyisipkan humor, misalnya ketika suasana kelas terlalu tegang, peserta didik mulai lelah, atau materi membutuhkan contoh yang lebih ringan.

Proporsionalitas juga berkaitan dengan durasi dan intensitas humor. Humor yang singkat, relevan, dan tidak berlebihan biasanya lebih efektif dibandingkan humor panjang yang mengalihkan perhatian. Guru perlu menghindari kebiasaan menjadikan kelas seperti panggung hiburan karena hal tersebut dapat mengaburkan batas antara pembelajaran dan pertunjukan. Selain itu, humor perlu disesuaikan dengan jenjang usia, tingkat kedewasaan, dan karakter peserta didik. Peserta didik usia dini, remaja, dan dewasa memiliki cara memahami humor yang berbeda.

5.3.4 Kepekaan terhadap Kondisi Peserta Didik

Batasan penggunaan humor juga ditentukan oleh kondisi psikologis dan sosial peserta didik. Guru perlu memperhatikan

bahwa tidak semua peserta didik memiliki pengalaman, latar belakang, dan ketahanan emosional yang sama. Peserta didik yang pernah mengalami perundungan, kegagalan akademik, masalah keluarga, atau tekanan sosial mungkin lebih sensitif terhadap candaan tertentu. Oleh sebab itu, humor yang tampak sederhana tetap harus dipertimbangkan secara hati-hati. Guru perlu membaca ekspresi, respons, dan suasana kelas setelah humor disampaikan. Apabila peserta didik tampak tidak nyaman, guru sebaiknya segera memperbaiki komunikasi dan tidak mengulangi bentuk humor tersebut.

Kepekaan guru terhadap peserta didik dapat memperkuat hubungan interpersonal di kelas. Humor yang tepat dapat membuat peserta didik merasa dekat dengan guru, sedangkan humor yang tidak tepat dapat menciptakan jarak emosional. Dalam pembelajaran, hubungan yang baik antara guru dan peserta didik sangat berpengaruh terhadap keterlibatan belajar. Kajian tentang related humor di kelas menunjukkan bahwa humor yang dirasakan relevan oleh peserta didik dapat memperkuat kualitas hubungan guru dan peserta didik serta mendukung keterlibatan belajar (Cahyadi et al., 2023). Oleh karena itu, guru perlu memastikan bahwa humor yang digunakan tidak hanya lucu, tetapi juga diterima secara positif oleh peserta didik. Dengan batasan yang jelas, humor dapat menjadi sarana pedagogis yang sehat, mendidik, dan memperkuat iklim kelas.

5.4 Risiko Penggunaan Humor yang Tidak Tepat

Penggunaan humor di kelas dapat memberikan dampak positif apabila dilakukan secara tepat, proporsional, dan sesuai dengan tujuan pembelajaran. Namun, humor yang tidak tepat juga memiliki risiko serius karena dapat mengganggu iklim kelas, melemahkan hubungan guru dan peserta didik, serta menurunkan kualitas pembelajaran. Humor yang keliru biasanya muncul ketika guru tidak mempertimbangkan konteks, kondisi psikologis peserta didik, batas etika, dan relevansi dengan materi. Dalam ruang pendidikan, setiap ucapan guru memiliki pengaruh yang besar karena guru berada pada posisi otoritatif di hadapan peserta didik. Oleh karena itu, candaan yang tampak ringan bagi guru dapat dimaknai berbeda oleh peserta didik.

5.4.1 Risiko Menyinggung dan Merendahkan Peserta Didik

Risiko pertama dari penggunaan humor yang tidak tepat adalah munculnya perasaan tersinggung, malu, atau direndahkan pada diri peserta didik. Humor yang menyinggung fisik, kemampuan akademik, latar belakang keluarga, kondisi ekonomi, suku, agama, atau kebiasaan pribadi dapat melukai harga diri peserta didik. Dalam beberapa kasus, guru mungkin menganggap candaan tersebut sebagai cara mencairkan suasana, tetapi peserta didik yang menjadi sasaran dapat merasa dipermalukan di hadapan teman-temannya. Rasa malu yang muncul dalam ruang kelas dapat menimbulkan

tekanan psikologis karena peserta didik berada dalam situasi sosial yang sulit dihindari.

Humor yang merendahkan juga dapat berdampak pada citra diri peserta didik dalam jangka panjang. Peserta didik yang sering dijadikan objek candaan mungkin mulai mempercayai label negatif yang dilekatkan kepadanya. Misalnya, candaan tentang ketidakmampuan akademik dapat membuat peserta didik merasa dirinya memang tidak cerdas atau tidak layak berhasil. Kondisi ini dapat melemahkan rasa percaya diri dan menurunkan keberanian untuk mencoba. Guru perlu memahami bahwa martabat peserta didik harus tetap dijaga dalam setiap bentuk komunikasi kelas.

5.4.2 Risiko Mengganggu Fokus Pembelajaran

Humor yang tidak tepat juga berisiko mengganggu fokus pembelajaran apabila digunakan secara berlebihan atau tidak relevan dengan materi. Kelas dapat berubah menjadi terlalu ramai ketika peserta didik lebih memperhatikan candaan daripada substansi pelajaran. Dalam situasi tersebut, humor tidak lagi berfungsi sebagai alat bantu pedagogis, tetapi menjadi distraksi yang menghambat pencapaian tujuan pembelajaran. Guru mungkin berhasil membuat peserta didik tertawa, tetapi belum tentu berhasil membuat mereka memahami materi.

Gangguan fokus juga dapat terjadi ketika humor membuat alur pembelajaran terputus terlalu lama. Setiap pembelajaran memiliki struktur yang perlu dijaga, mulai dari pembukaan, penyampaian materi, latihan, diskusi, hingga penutup. Jika humor muncul terlalu sering, guru akan membutuhkan waktu lebih lama

untuk mengembalikan perhatian peserta didik. Hal ini dapat mengurangi efektivitas pengelolaan kelas dan membuat waktu belajar tidak digunakan secara optimal. Penelitian tentang humor guru menunjukkan bahwa humor yang berkaitan dengan pembelajaran lebih mendukung kesejahteraan, rasa memiliki, dan keterlibatan peserta didik dibandingkan humor yang tidak relevan atau bersifat merendahkan pihak lain (St-Amand et al., 2024).

5.4.3 Risiko Memicu Perundungan Verbal

Penggunaan humor yang tidak tepat dapat memicu perundungan verbal apabila peserta didik meniru gaya candaan yang merendahkan. Guru memiliki peran sebagai model perilaku sehingga cara guru bercanda dapat menjadi contoh bagi peserta didik dalam berinteraksi. Jika guru terbiasa menggunakan ejekan, sindiran kasar, atau julukan tertentu, peserta didik dapat menganggap perilaku tersebut sebagai sesuatu yang wajar. Akibatnya, kelas dapat berkembang menjadi lingkungan yang permisif terhadap penghinaan verbal.

Risiko perundungan verbal semakin besar apabila humor digunakan untuk menertawakan perbedaan. Peserta didik yang memiliki kondisi fisik, kemampuan belajar, bahasa, atau latar belakang sosial yang berbeda dapat menjadi sasaran candaan kelompok. Apabila guru tidak segera mengoreksi bentuk humor seperti itu, peserta didik lain dapat menilai bahwa perilaku tersebut dapat diterima. Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat merusak iklim kelas dan menimbulkan rasa tidak aman bagi korban. Guru

perlu membedakan antara humor yang membangun kebersamaan dan humor yang menciptakan dominasi sosial.

5.4.4 Risiko Melemahkan Hubungan Guru dan Peserta Didik

Humor yang tidak tepat dapat melemahkan hubungan antara guru dan peserta didik karena menurunkan rasa percaya. Peserta didik akan sulit merasa dekat dengan guru apabila mereka khawatir dijadikan bahan candaan atau dipermalukan di depan kelas. Hubungan pedagogis yang baik seharusnya dibangun atas dasar penghargaan, keadilan, dan rasa aman. Apabila guru gagal menjaga batas humor, peserta didik dapat menilai guru sebagai figur yang kurang peka terhadap perasaan mereka. Kondisi ini dapat menghambat komunikasi karena peserta didik menjadi enggan bertanya, berdiskusi, atau menyampaikan kesulitan belajar.

Hubungan guru dan peserta didik juga dapat terganggu apabila humor menimbulkan kesan pilih kasih atau kedekatan yang tidak proporsional. Misalnya, guru hanya bercanda dengan kelompok peserta didik tertentu, sementara peserta didik lain merasa diabaikan atau dijadikan objek tertawaan. Ketimpangan semacam ini dapat menciptakan jarak sosial di dalam kelas. Humor yang relevan dan diterima secara positif memang dapat memperkuat hubungan guru dan peserta didik serta mendorong keterlibatan belajar (Cahyadi et al., 2023).

5.4.5 Risiko Menurunkan Wibawa dan Profesionalitas Guru

Humor yang tidak tepat juga dapat menurunkan wibawa dan profesionalitas guru. Wibawa guru tidak berarti harus selalu kaku, tetapi tetap memerlukan batas komunikasi yang jelas. Apabila guru

terlalu sering bercanda, menggunakan humor kasar, atau menyampaikan candaan yang tidak pantas, peserta didik dapat kehilangan rasa hormat terhadap proses pembelajaran. Dalam situasi tersebut, guru mungkin mengalami kesulitan mengembalikan kelas pada suasana serius. Profesionalitas guru ditunjukkan melalui kemampuan menempatkan diri sesuai konteks pendidikan. Oleh karena itu, humor harus digunakan tanpa menghilangkan batas antara kedekatan dan tanggung jawab pedagogis.

Risiko penurunan profesionalitas juga berkaitan dengan persepsi orang tua dan lembaga pendidikan. Candaan yang dianggap tidak pantas dapat menimbulkan keluhan, konflik, atau ketidakpercayaan terhadap guru. Pada era digital, ucapan di kelas juga berpotensi direkam, disebar, dan ditafsirkan secara luas di luar konteks aslinya. Oleh sebab itu, guru perlu semakin berhati-hati dalam memilih bentuk humor yang digunakan. Humor yang baik tidak hanya lucu, tetapi juga aman secara etis, relevan secara pedagogis, dan sesuai dengan norma pendidikan.

Bab 6: Mekanisme Humor

dalam Otak dan Emosi

6.1 Proses Kognitif Saat Merespons Humor

Humor tidak hanya berkaitan dengan reaksi tertawa, tetapi juga melibatkan proses kognitif yang kompleks. Ketika seseorang merespons humor, otak tidak sekadar menerima rangsangan lucu secara pasif, melainkan melakukan serangkaian aktivitas mental untuk memahami ketidaksesuaian, mencari makna tersembunyi, menafsirkan konteks, dan akhirnya menghasilkan respons emosional. Dengan demikian, humor dapat dipahami sebagai hasil interaksi antara kemampuan berpikir, pengalaman sosial, pengetahuan bahasa, serta kepekaan emosional. Proses kognitif ini menjelaskan mengapa suatu humor dapat dianggap lucu oleh sebagian orang, tetapi tidak dipahami atau tidak dianggap menarik oleh orang lain.

6.1.1 Penerimaan Stimulus Humor

Tahap awal dalam merespons humor adalah penerimaan stimulus. Stimulus humor dapat berbentuk ujaran, tulisan, gambar, gerak tubuh, ekspresi wajah, atau situasi tertentu yang mengandung unsur kelucuan. Pada tahap ini, individu menangkap informasi melalui indra, kemudian mengarahkannya ke proses perhatian. Perhatian menjadi aspek penting karena humor sering kali

mengandung detail kecil yang menentukan makna lucu, seperti pilihan kata, jeda, ekspresi, atau perubahan situasi yang tidak terduga.

Apabila individu tidak memperhatikan stimulus secara memadai, kemungkinan besar humor tidak akan dipahami secara utuh. Misalnya, dalam humor verbal, seseorang perlu memahami urutan kalimat, nada bicara, serta konteks percakapan. Dalam humor visual, seseorang perlu mengamati hubungan antara objek, ekspresi, dan situasi yang ditampilkan.

Selain perhatian, pengalaman sebelumnya juga berperan dalam tahap penerimaan stimulus. Individu akan menghubungkan informasi baru dengan pengetahuan yang telah dimiliki. Apabila stimulus humor berkaitan dengan budaya, kebiasaan, atau peristiwa yang tidak dikenal, proses pemahaman akan menjadi lebih sulit.

6.1.2 Deteksi Ketidaksesuaian Makna

Tahap berikutnya adalah deteksi ketidaksesuaian atau *incongruity detection*. Dalam banyak bentuk humor, kelucuan muncul karena adanya pertentangan antara harapan awal dan kenyataan yang muncul kemudian. Individu biasanya membangun prediksi tertentu ketika menerima informasi. Namun, dalam humor, prediksi tersebut sering dipatahkan oleh unsur kejutan, penyimpangan makna, atau perubahan arah cerita. Ketidaksesuaian inilah yang menjadi pemicu utama proses berpikir lebih lanjut.

Sebagai contoh, dalam sebuah lelucon, bagian awal cerita biasanya mengarahkan pendengar pada makna tertentu. Akan tetapi, bagian akhir atau *punchline* menghadirkan makna yang berbeda dari

perkiraan semula. Pada titik ini, individu menyadari bahwa terdapat sesuatu yang tidak sesuai antara harapan dan informasi baru. Kesadaran terhadap ketidaksesuaian tersebut menjadi dasar munculnya respons humor.

Proses ini menunjukkan bahwa memahami humor membutuhkan kemampuan berpikir fleksibel. Individu harus mampu meninggalkan tafsir awal dan membuka kemungkinan makna lain. Penelitian mengenai pemahaman humor dan kreativitas menunjukkan bahwa humor melibatkan mekanisme neurokognitif yang berkaitan dengan pengolahan makna, fleksibilitas berpikir, dan pembentukan hubungan baru antaride (Perchtold-Stefan et al., 2020).

6.1.3 Penyelesaian Ketidaksesuaian

Setelah ketidaksesuaian terdeteksi, individu memasuki tahap penyelesaian atau *incongruity resolution*. Pada tahap ini, otak berusaha menjelaskan mengapa informasi yang tampak tidak sesuai tersebut dapat memiliki makna yang masuk akal dalam kerangka humor. Individu mencari hubungan baru antara bagian awal stimulus dan unsur kejutan yang muncul. Apabila hubungan tersebut berhasil ditemukan, humor akan dipahami dan berpotensi menimbulkan rasa geli atau tawa.

Tahap penyelesaian ketidaksesuaian sangat penting karena ketidaksesuaian semata tidak selalu menghasilkan humor. Sesuatu yang tidak sesuai dapat menimbulkan kebingungan, keheranan, atau bahkan ketidaknyamanan apabila tidak dapat dijelaskan. Humor muncul ketika ketidaksesuaian tersebut berhasil dipahami secara

menyenangkan. Dengan kata lain, individu perlu menemukan “kunci makna” yang membuat stimulus tersebut tampak lucu.

Proses ini juga melibatkan kemampuan bahasa, penalaran, dan pengetahuan sosial. Dalam humor berbasis permainan kata, misalnya, individu harus memahami makna ganda, asosiasi bunyi, atau ambiguitas istilah. Dalam humor sosial, individu perlu memahami norma, peran, dan relasi antar tokoh.

6.1.4 Respons Emosional dan Evaluasi Humor

Setelah humor dipahami, individu akan melakukan evaluasi terhadap stimulus tersebut. Evaluasi ini menentukan apakah humor dianggap lucu, biasa saja, tidak pantas, atau bahkan menyinggung. Pada tahap ini, proses kognitif berinteraksi dengan respons emosional. Individu tidak hanya memahami struktur humor, tetapi juga menilai dampaknya terhadap diri sendiri dan orang lain. Oleh karena itu, tertawa bukan hanya hasil dari pemahaman, melainkan juga hasil dari penilaian emosional dan sosial.

Respons emosional terhadap humor dapat berupa senyum, tawa, rasa senang, atau perasaan lega. Dalam situasi sosial, respons tersebut juga dapat diperkuat oleh reaksi orang lain. Seseorang lebih mudah tertawa ketika berada dalam kelompok yang juga merespons humor secara positif. Sebaliknya, humor yang secara kognitif dapat dipahami belum tentu menimbulkan tawa apabila dianggap tidak sesuai dengan nilai, etika, atau situasi tertentu.

Proses evaluasi juga berkaitan dengan fungsi kontrol diri. Individu perlu mempertimbangkan apakah respons tertawa pantas ditampilkan dalam konteks tertentu. Misalnya, humor yang muncul

dalam situasi formal atau sensitif mungkin memerlukan pengendalian respons. Dengan demikian, merespons humor melibatkan kemampuan memahami pesan, menilai konteks, mengelola emosi, dan menyesuaikan ekspresi sosial.

Kajian tentang pemrosesan humor menunjukkan bahwa pemahaman humor melibatkan mekanisme kognitif dan pemecahan masalah, sedangkan apresiasi humor berkaitan dengan sistem penghargaan dan pengalaman emosional yang menyenangkan (Prenger et al., 2023). Hal ini memperjelas bahwa respons humor tidak hanya terjadi pada satu tahap, tetapi melalui rangkaian proses yang saling berkaitan. Individu terlebih dahulu menerima stimulus, mendeteksi ketidaksesuaian, menyelesaikan makna, lalu mengevaluasi kelucuan berdasarkan konteks dan pengalaman pribadi. Dengan demikian, humor merupakan aktivitas mental yang mencerminkan kerja sama antara kognisi, emosi, bahasa, dan pemahaman sosial.

6.2 Hubungan Humor dengan Emosi Positif

6.2.1 Konsep Humor dan Emosi Positif

Humor merupakan salah satu bentuk ekspresi psikologis yang berhubungan dengan kemampuan individu dalam memahami, merespons, dan menciptakan sesuatu yang menimbulkan rasa lucu atau menyenangkan. Dalam kehidupan sehari-hari, humor hadir melalui percakapan, cerita, ekspresi, perilaku spontan, maupun media hiburan. Humor tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan,

tetapi juga sebagai mekanisme psikologis yang dapat memengaruhi suasana hati dan cara seseorang memandang pengalaman hidup. Ketika seseorang merespons suatu keadaan dengan humor yang sehat, ia berpeluang mengalami perasaan lebih ringan, santai, dan terbuka.

Emosi positif adalah keadaan afektif yang ditandai oleh munculnya perasaan senang, bahagia, tenang, optimistis, bersyukur, dan penuh harapan. Emosi positif berperan penting dalam kehidupan manusia karena dapat membantu individu membangun ketahanan diri, memperluas cara berpikir, serta meningkatkan kualitas hubungan sosial. Dalam konteks ini, humor memiliki hubungan yang erat dengan emosi positif karena humor mampu menghadirkan pengalaman emosional yang menyenangkan, baik bagi individu yang menciptakan humor maupun bagi orang lain yang menerimanya.

Hubungan antara humor dan emosi positif dapat dipahami melalui proses perubahan suasana hati. Ketika seseorang tertawa atau tersenyum karena humor, tubuh dan pikiran merespons dengan rasa lega. Ketegangan yang sebelumnya dirasakan dapat berkurang, sedangkan suasana batin menjadi lebih nyaman. Humor membantu individu mengalihkan fokus dari tekanan menuju pengalaman yang lebih ringan. Dengan demikian, humor dapat menjadi pemicu munculnya emosi positif dalam situasi sosial maupun pribadi.

Namun, tidak semua humor menghasilkan emosi positif. Humor yang bersifat merendahkan, mengejek, atau menyerang pihak lain justru dapat menimbulkan rasa tidak nyaman. Oleh karena

itu, hubungan humor dengan emosi positif sangat bergantung pada bentuk, tujuan, dan konteks penggunaannya. Humor yang sehat adalah humor yang membangun suasana menyenangkan tanpa melukai martabat orang lain.

6.2.2 Humor sebagai Pemicu Suasana Hati Positif

Humor dapat menjadi pemicu suasana hati positif karena menghadirkan pengalaman yang menyenangkan secara spontan. Saat seseorang mendengar cerita lucu, melihat kejadian yang menggelikan, atau terlibat dalam percakapan ringan, ia dapat mengalami perubahan emosi dari tegang menjadi lebih santai. Perubahan ini menunjukkan bahwa humor memiliki fungsi regulatif terhadap kondisi afektif. Dalam hal ini, humor membantu individu mengatur mood agar tidak terlalu larut dalam emosi negatif.

Dalam kajian psikologi, humor sering dikaitkan dengan strategi coping yang adaptif. Humor dapat membantu seseorang menghadapi tekanan dengan cara yang tidak merusak diri sendiri maupun orang lain. Penelitian menunjukkan bahwa humor sebagai strategi coping dapat mengurangi beban stres yang dirasakan dan meningkatkan keadaan emosional positif (Simione & Gnagnarella, 2023). Artinya, humor tidak hanya menciptakan tawa sesaat, tetapi juga membantu individu mengembangkan respons psikologis yang lebih sehat terhadap tekanan hidup.

Selain itu, humor dapat meningkatkan energi psikologis. Orang yang berada dalam suasana hati positif cenderung lebih mudah berkonsentrasi, lebih terbuka terhadap ide baru, dan lebih mampu menjalin komunikasi yang baik. Oleh karena itu, humor

dapat dimanfaatkan dalam lingkungan pendidikan, keluarga, maupun pekerjaan untuk menciptakan suasana yang lebih produktif dan manusiawi. Humor yang digunakan secara tepat dapat membantu mencairkan ketegangan dan memperkuat motivasi.

6.2.3 Humor, Relasi Sosial, dan Penguatan Emosi Positif

Emosi positif tidak hanya muncul dari pengalaman pribadi, tetapi juga dari interaksi sosial. Humor memiliki peran penting dalam membangun relasi sosial karena dapat menciptakan kedekatan, mengurangi kecanggungan, dan memperkuat rasa kebersamaan. Ketika dua orang atau lebih tertawa bersama, mereka tidak hanya berbagi kelucuan, tetapi juga membangun ikatan emosional. Tawa bersama dapat menjadi tanda adanya penerimaan, keakraban, dan kenyamanan dalam hubungan sosial.

Dalam kelompok, humor dapat memperkuat suasana yang lebih terbuka. Percakapan yang disertai humor sehat biasanya terasa lebih ringan dan tidak terlalu formal. Hal ini dapat membantu individu mengekspresikan diri dengan lebih leluasa. Dalam lingkungan belajar, misalnya, humor yang digunakan guru secara tepat dapat membuat peserta didik merasa lebih nyaman, sehingga mereka lebih berani bertanya dan menyampaikan pendapat. Dengan demikian, humor berperan sebagai jembatan komunikasi yang mendukung munculnya emosi positif.

Humor juga dapat memperkecil jarak psikologis antara individu. Dalam relasi yang terlalu kaku, seseorang mungkin merasa cemas atau takut melakukan kesalahan. Akan tetapi, humor yang empatik dapat mengurangi kekakuan tersebut. Melalui humor,

hubungan menjadi lebih hangat karena setiap orang merasa diterima sebagai manusia yang dapat tertawa, keliru, dan belajar bersama. Kondisi ini sangat penting dalam pembentukan lingkungan sosial yang sehat.

Meskipun demikian, humor dalam relasi sosial harus memperhatikan sensitivitas. Humor yang dianggap lucu oleh satu pihak belum tentu diterima dengan cara yang sama oleh pihak lain. Perbedaan latar belakang budaya, pengalaman pribadi, usia, dan nilai sosial dapat memengaruhi penerimaan terhadap humor. Oleh sebab itu, humor yang mendukung emosi positif harus didasarkan pada empati dan penghormatan terhadap orang lain.

6.2.4 Batasan Humor dalam Pembentukan Emosi Positif

Humor memang dapat membangun emosi positif, tetapi penggunaannya tetap memiliki batasan. Humor tidak boleh menjadi alat untuk menertawakan penderitaan, kekurangan, atau identitas seseorang. Humor yang agresif dapat memunculkan rasa malu, tersinggung, marah, bahkan menurunkan harga diri. Dalam kondisi demikian, humor tidak lagi berfungsi sebagai pemicu emosi positif, tetapi justru menjadi sumber emosi negatif.

Selain itu, humor tidak boleh digunakan secara berlebihan untuk menghindari masalah. Ada kalanya seseorang menggunakan humor untuk menutupi kesedihan, kecemasan, atau ketidakmampuan menghadapi kenyataan. Apabila hal ini terjadi terus-menerus, humor dapat berubah menjadi mekanisme penghindaran. Emosi positif yang muncul pun bersifat sementara karena persoalan utama tidak benar-benar diselesaikan. Oleh karena

itu, humor perlu diimbangi dengan kesadaran diri dan kemampuan menghadapi masalah secara realistis.

Hubungan humor dengan emosi positif juga dipengaruhi oleh jenis humor yang digunakan. Humor yang bersifat membangun, seperti affiliative humor dan self-enhancing humor, cenderung berhubungan dengan kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, humor agresif dan humor yang terlalu merendahkan diri dapat berkaitan dengan kondisi psikologis yang kurang sehat. Meta-analisis menunjukkan bahwa gaya humor adaptif berhubungan positif dengan kesejahteraan subjektif, sedangkan gaya humor maladaptif memiliki hubungan yang lebih lemah atau negatif terhadap kesejahteraan (Jiang et al., 2020).

6.3 Humor sebagai Mekanisme *Coping Stress*

Humor merupakan salah satu mekanisme *coping stress* yang memiliki peran penting dalam membantu individu menghadapi tekanan psikologis. Dalam konteks pendidikan, humor tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai strategi untuk mengelola ketegangan, kecemasan, kejenuhan, dan tekanan akademik. Siswa maupun mahasiswa sering menghadapi berbagai tuntutan, seperti tugas, ujian, persaingan, ekspektasi keluarga, serta tekanan sosial di lingkungan belajar. Apabila tekanan tersebut tidak dikelola dengan baik, individu dapat mengalami penurunan motivasi, kelelahan emosional, dan gangguan konsentrasi. Humor hadir sebagai sarana untuk menciptakan jarak psikologis antara

individu dan masalah yang sedang dihadapi. Dengan demikian, humor dapat membantu seseorang melihat tekanan secara lebih ringan, realistis, dan tidak sepenuhnya mengancam.

6.3.1 Humor dan Pengelolaan Tekanan Emosional

Humor dapat membantu individu mengelola tekanan emosional dengan cara mengubah respons terhadap situasi yang menegangkan. Ketika seseorang mampu menertawakan keadaan tertentu secara sehat, ia tidak serta-merta menghilangkan masalah, tetapi mengurangi beban emosional yang melekat pada masalah tersebut. Proses ini membuat individu lebih mampu berpikir jernih, menjaga ketenangan, dan mengambil keputusan secara lebih rasional. Dalam pembelajaran, humor dapat membantu siswa mengurangi rasa takut gagal, terutama ketika mereka menghadapi materi sulit atau pengalaman akademik yang kurang menyenangkan. Guru yang menggunakan humor secara tepat dapat menciptakan suasana kelas yang lebih santai sehingga siswa tidak merasa tertekan secara berlebihan.

Humor sebagai coping juga berkaitan dengan kemampuan individu melakukan penilaian ulang terhadap situasi yang menekan. Tekanan akademik sering terasa berat karena siswa memandangnya sebagai ancaman terhadap harga diri, nilai, atau penerimaan sosial. Melalui humor, situasi tersebut dapat dilihat dari sudut pandang yang lebih fleksibel dan tidak kaku. Penelitian menunjukkan bahwa coping humor dapat melemahkan hubungan positif antara stres yang dirasakan dan tekanan psikologis, sehingga humor berperan sebagai faktor pelindung dalam menghadapi beban mental (Simione et al.,

2023). Temuan tersebut menegaskan bahwa humor bukan sekadar reaksi spontan, melainkan dapat menjadi strategi adaptif untuk menjaga keseimbangan psikologis.

6.3.2 Humor sebagai Strategi Adaptif

Humor dapat disebut sebagai strategi adaptif apabila digunakan untuk memperkuat ketahanan diri, bukan untuk menghindari masalah secara terus-menerus. Dalam konteks coping stress, humor yang adaptif membantu individu menerima kenyataan, menurunkan ketegangan, dan menemukan energi baru untuk menyelesaikan persoalan. Misalnya, siswa yang mampu menyikapi kesalahan belajar dengan humor ringan cenderung tidak terlalu larut dalam rasa malu. Ia dapat melihat kesalahan sebagai bagian dari proses belajar, bukan sebagai bukti kegagalan diri. Sikap ini penting karena pembelajaran selalu melibatkan percobaan, kekeliruan, dan perbaikan. Dengan demikian, humor dapat membantu membentuk pola pikir yang lebih lentur dalam menghadapi kesulitan.

Namun, humor tidak selalu bersifat adaptif apabila digunakan secara tidak tepat. Humor yang merendahkan diri secara berlebihan, mengejek orang lain, atau menutupi masalah tanpa upaya penyelesaian dapat menjadi bentuk coping yang kurang sehat. Individu mungkin tampak tertawa, tetapi sebenarnya sedang menghindari kebutuhan untuk menghadapi masalah secara langsung. Oleh karena itu, penggunaan humor perlu dibedakan antara humor yang membangun dan humor yang merusak. Humor yang membangun biasanya bersifat ringan, tidak menyakiti, dan membantu individu memperoleh sudut pandang baru terhadap

tekanan. Sebaliknya, humor yang merusak dapat memperdalam konflik, menurunkan harga diri, dan memperburuk relasi sosial.

6.3.3 Humor dalam Lingkungan Pembelajaran

Dalam lingkungan pembelajaran, humor dapat digunakan untuk menciptakan suasana yang lebih manusiawi dan mendukung kesehatan psikologis siswa. Kelas yang terlalu tegang dapat membuat siswa takut bertanya, takut menjawab, dan takut melakukan kesalahan. Kondisi tersebut dapat memperbesar stres akademik karena siswa merasa selalu dinilai dan diawasi. Humor yang digunakan secara proporsional dapat mengurangi jarak emosional antara guru dan siswa. Ketika guru mampu menyisipkan humor yang relevan dengan materi, pembelajaran menjadi lebih menarik dan tidak terasa terlalu membebani. Dengan demikian, humor dapat memperkuat hubungan pedagogis sekaligus membantu siswa mengelola tekanan belajar.

Humor juga dapat membantu membangun solidaritas sosial di antara siswa. Ketika siswa tertawa bersama dalam konteks yang sehat, mereka dapat merasakan kebersamaan dan keakraban dalam kelas. Rasa kebersamaan tersebut penting karena dukungan sosial merupakan salah satu unsur yang membantu individu bertahan menghadapi stres. Dalam situasi akademik yang menekan, siswa tidak hanya membutuhkan kemampuan pribadi, tetapi juga lingkungan yang memberi rasa aman. Kajian mengenai strategi coping mahasiswa menunjukkan bahwa cara mahasiswa mengelola stres sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial, strategi emosional,

serta kemampuan menyesuaikan diri terhadap tekanan akademik (Waterhouse et al., 2024).

6.3.4 Batas Etis Humor sebagai *Coping*

Penggunaan humor sebagai mekanisme *coping stress* harus tetap memperhatikan batas etis. Humor yang sehat tidak boleh digunakan untuk mengejek kelemahan, latar belakang, kondisi fisik, kemampuan akademik, atau masalah pribadi orang lain. Dalam pendidikan, humor yang menyakiti dapat menimbulkan rasa malu, kecemasan, dan jarak emosional antara siswa dengan lingkungan belajar. Oleh karena itu, guru, siswa, dan mahasiswa perlu memahami bahwa humor bukan kebebasan untuk merendahkan pihak lain.

Batas etis juga berkaitan dengan keseimbangan antara humor dan penyelesaian masalah. Humor dapat membantu meredakan stres, tetapi tidak boleh menggantikan tindakan nyata untuk mengatasi sumber tekanan. Siswa yang mengalami kesulitan akademik tetap membutuhkan bimbingan, strategi belajar, dan dukungan yang konkret. Mahasiswa yang mengalami tekanan berat juga tetap perlu memperoleh ruang konsultasi, pendampingan, atau bantuan profesional apabila diperlukan. Humor sebaiknya menjadi pintu masuk untuk meringankan beban, bukan alat untuk menutupi persoalan yang serius.

6.4 Pengaruh Humor terhadap Memori dan Belajar

Humor memiliki pengaruh penting terhadap memori dan proses belajar karena mampu menciptakan suasana emosional yang lebih positif dalam pembelajaran. Ketika siswa merasa senang, rileks, dan tertarik terhadap materi, mereka cenderung lebih mudah memusatkan perhatian pada informasi yang disampaikan guru. Dalam kondisi tersebut, humor dapat membantu mengurangi ketegangan yang sering muncul ketika siswa berhadapan dengan materi sulit, tugas berat, atau suasana kelas yang monoton. Humor juga dapat memperkuat pengalaman belajar karena informasi yang disampaikan secara menyenangkan lebih mudah meninggalkan kesan dalam ingatan siswa. Namun, pengaruh humor terhadap memori dan belajar tidak terjadi secara otomatis, melainkan bergantung pada relevansi humor, cara penyampaian, dan kesesuaian dengan tujuan pembelajaran.

6.4.1 Humor dan Perhatian Belajar

Perhatian merupakan tahap awal yang menentukan keberhasilan proses belajar. Sebelum informasi dapat dipahami dan disimpan dalam memori, siswa terlebih dahulu harus memusatkan perhatian pada materi yang sedang dipelajari. Humor dapat membantu menarik perhatian karena menghadirkan unsur kejutan, kelucuan, atau ketidakterdugaan yang membuat siswa lebih responsif terhadap pembelajaran. Dalam kelas yang berlangsung terlalu kaku, siswa dapat mengalami kejenuhan sehingga perhatian

mereka menurun. Penyisipan humor yang tepat dapat memulihkan suasana dan mengarahkan kembali fokus siswa pada pembelajaran.

Humor yang digunakan untuk menarik perhatian harus memiliki hubungan dengan materi atau situasi pembelajaran. Humor yang terlalu jauh dari pokok bahasan dapat membuat siswa hanya mengingat kelucuannya, tetapi melupakan isi pelajaran. Guru perlu memilih humor yang sederhana, singkat, dan tidak mengganggu alur penjelasan. Misalnya, guru dapat menggunakan contoh lucu yang tetap menggambarkan konsep utama, analogi ringan, atau pertanyaan pemantik yang mengandung unsur kelucuan. Dalam pembelajaran daring, penggunaan elemen humor terbukti dapat dimasukkan ke dalam materi untuk menarik perhatian, membantu pengingatan, memberikan umpan balik, dan menyediakan jeda humor yang mendukung keterlibatan belajar (Erdoğan & Çakıroğlu, 2021).

6.4.2 Humor dan Penguatan Memori

Memori merupakan kemampuan menyimpan, mempertahankan, dan memanggil kembali informasi yang telah dipelajari. Dalam proses belajar, memori berperan penting karena siswa tidak hanya dituntut memahami materi saat itu juga, tetapi juga mampu mengingatnya ketika mengerjakan tugas, mengikuti ujian, atau menerapkannya dalam situasi baru. Humor dapat membantu penguatan memori karena menciptakan pengalaman emosional yang lebih menonjol. Informasi yang disertai emosi positif biasanya lebih mudah diperhatikan dan lebih berpeluang diingat.

Penguatan memori melalui humor sangat bergantung pada keterkaitan antara humor dan materi. Humor yang relevan dapat membantu siswa membentuk hubungan makna antara konsep abstrak dan pengalaman konkret. Sebagai contoh, istilah yang sulit dapat dijelaskan melalui cerita lucu atau analogi yang dekat dengan kehidupan siswa. Ketika siswa tertawa sekaligus memahami hubungan antara humor dan konsep, proses pengodean informasi menjadi lebih bermakna. Sebaliknya, humor yang tidak relevan dapat menjadi gangguan karena mengalihkan perhatian dari materi utama.

Humor juga dapat membantu proses pemanggilan kembali informasi. Ketika siswa mencoba mengingat suatu konsep, mereka dapat terbantu oleh konteks lucu yang pernah menyertai penjelasan guru. Konteks tersebut berfungsi sebagai petunjuk memori yang memudahkan siswa mengakses kembali informasi yang telah dipelajari. Namun, guru tidak boleh menganggap humor sebagai pengganti latihan, pengulangan, atau pemahaman konseptual. Humor hanya berfungsi sebagai pendukung, sedangkan penguasaan materi tetap memerlukan proses belajar yang sistematis.

6.4.3 Humor dan Motivasi Belajar

Humor juga berpengaruh terhadap motivasi belajar karena dapat membuat suasana kelas terasa lebih menyenangkan dan tidak menekan. Siswa yang menikmati proses pembelajaran biasanya lebih bersedia terlibat, bertanya, dan mencoba memahami materi. Humor dapat mengurangi kecemasan akademik, terutama ketika siswa menghadapi pelajaran yang dianggap sulit atau menakutkan.

Ketika ketegangan menurun, siswa lebih mudah mengembangkan sikap positif terhadap mata pelajaran dan terhadap guru. Sikap positif ini penting karena motivasi tidak hanya dipengaruhi oleh tujuan akademik, tetapi juga oleh pengalaman emosional selama belajar.

Motivasi yang meningkat melalui humor dapat berdampak pada ketekunan belajar. Siswa yang merasa nyaman di kelas cenderung tidak mudah menghindari tugas dan lebih mampu bertahan ketika menghadapi kesulitan. Humor yang digunakan guru secara bijaksana dapat membuat siswa merasa bahwa kesalahan bukan akhir dari proses belajar. Guru dapat menyisipkan humor untuk meredakan kecanggungan setelah siswa melakukan kesalahan, selama humor tersebut tidak mempermalukan siswa.

Namun, humor yang berlebihan dapat menurunkan motivasi apabila membuat pembelajaran kehilangan arah. Siswa dapat menganggap pelajaran tidak serius apabila guru terlalu sering bercanda tanpa mengaitkannya dengan materi. Selain itu, humor yang bersifat mengejek dapat merusak motivasi karena siswa merasa tidak dihargai. Guru perlu membedakan humor yang membangun dengan humor yang merendahkan. Humor yang membangun menciptakan kegembiraan bersama, sedangkan humor yang merendahkan menjadikan seseorang sebagai objek tertawaan.

6.4.4 Humor dalam Efektivitas Pembelajaran

perhatian, memori, motivasi, dan keterlibatan belajar. Sebaliknya, humor Efektivitas pembelajaran dapat dilihat dari kemampuan siswa memahami materi, mengingat informasi, terlibat

aktif, dan menerapkan pengetahuan dalam situasi yang sesuai. Humor dapat mendukung efektivitas tersebut apabila digunakan sebagai bagian dari strategi komunikasi dan desain pembelajaran. Guru dapat menempatkan humor pada bagian pembuka untuk menarik perhatian, bagian inti untuk memperjelas konsep, atau bagian penutup untuk memperkuat ingatan. Penempatan humor yang tepat akan membantu siswa mengikuti alur pembelajaran dengan lebih baik. Humor juga dapat digunakan sebagai jeda singkat ketika siswa mulai tampak lelah atau kehilangan konsentrasi. Dengan demikian, humor memiliki fungsi pedagogis apabila penggunaannya selaras dengan struktur pembelajaran.

Dalam praktiknya, efektivitas humor perlu dinilai melalui respons siswa dan hasil belajar. Guru dapat mengamati apakah humor membuat siswa lebih fokus, lebih aktif, dan lebih memahami materi. Apabila humor justru menimbulkan kegaduhan, kebingungan, atau komentar yang menyimpang dari materi, guru perlu menyesuaikan pendekatannya. Tinjauan tentang penggunaan humor guru di kelas menunjukkan bahwa humor dapat mendukung proses belajar dan pengelolaan kelas, tetapi juga dapat berdampak negatif apabila tidak sesuai dengan konteks atau digunakan secara tidak sensitif (Robinson et al., 2024).

Bab 7: Pengaruh Humor terhadap Motivasi Siswa

7.1 Hubungan Humor dengan Keterlibatan Belajar

Hubungan humor dengan keterlibatan belajar dapat dipahami sebagai keterkaitan antara suasana emosional yang menyenangkan dan partisipasi aktif peserta didik dalam proses pembelajaran. Humor yang digunakan secara tepat mampu menciptakan kelas yang lebih cair, mengurangi ketegangan, dan memperkuat perhatian peserta didik terhadap materi. Dalam pembelajaran, keterlibatan belajar tidak hanya berarti kehadiran fisik di kelas, tetapi juga mencakup perhatian, minat, respons, usaha, dan kesediaan peserta didik untuk mengikuti kegiatan belajar secara bermakna. Guru yang mampu menggunakan humor secara proporsional dapat membantu peserta didik merasa lebih nyaman dalam berinteraksi. Kenyamanan tersebut penting karena peserta didik yang merasa aman secara emosional cenderung lebih berani bertanya, menjawab, dan menyampaikan pendapat.

7.1.1 Humor sebagai Pemantik Perhatian

Humor dapat berfungsi sebagai pemantik perhatian karena mampu menarik fokus peserta didik pada saat pembelajaran berlangsung. Dalam situasi kelas, peserta didik sering mengalami

kejenuhan, kelelahan, atau penurunan konsentrasi, terutama ketika materi bersifat abstrak atau disampaikan secara monoton. Humor yang singkat dan relevan dapat membantu mengembalikan perhatian peserta didik tanpa harus menghentikan alur pembelajaran secara berlebihan. Guru dapat menggunakan humor melalui contoh ringan, ilustrasi lucu, permainan kata, atau situasi sehari-hari yang masih berkaitan dengan materi.

Humor sebagai pemantik perhatian perlu tetap dikendalikan agar tidak berubah menjadi gangguan. Guru harus memastikan bahwa humor yang digunakan tidak terlalu panjang, tidak menyimpang dari topik, dan tidak membuat peserta didik kehilangan fokus utama. Humor yang baik justru mengarahkan peserta didik kembali pada materi, bukan membawa kelas keluar dari tujuan pembelajaran. Penelitian tentang humor guru menunjukkan bahwa humor yang berkaitan dengan pembelajaran memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan emosional, rasa memiliki terhadap sekolah, dan keterlibatan peserta didik (St-Amand et al., 2024).

7.1.2 Humor dan Keterlibatan Emosional

Keterlibatan emosional peserta didik berkaitan dengan perasaan senang, nyaman, tertarik, dan memiliki hubungan positif dengan lingkungan belajar. Humor yang tepat dapat membantu membangun emosi positif karena suasana kelas menjadi lebih manusiawi dan tidak menegangkan. Peserta didik yang merasa senang dalam pembelajaran biasanya lebih mudah membuka diri terhadap materi dan interaksi kelas. Emosi positif juga dapat mengurangi rasa takut salah, terutama ketika guru menciptakan

suasana yang menerima kesalahan sebagai bagian dari proses belajar. Dalam kondisi tersebut, peserta didik tidak hanya mengikuti pelajaran karena kewajiban, tetapi karena merasa terhubung dengan pengalaman belajar. Oleh sebab itu, humor dapat menjadi sarana untuk memperkuat dimensi afektif dalam keterlibatan belajar.

Namun, keterlibatan emosional melalui humor hanya dapat tercapai apabila humor tidak bersifat menyerang atau merendahkan. Humor yang membuat peserta didik tertawa bersama akan berbeda dampaknya dengan humor yang membuat peserta didik menertawakan seseorang. Guru perlu memastikan bahwa humor tidak menimbulkan rasa malu, tersinggung, atau terasing pada peserta didik tertentu. Kelas yang sehat adalah kelas yang memungkinkan tawa muncul tanpa mengorbankan martabat siapa pun.

7.1.3 Humor dan Partisipasi Aktif

Partisipasi aktif merupakan salah satu bentuk keterlibatan belajar yang tampak melalui keberanian peserta didik bertanya, menjawab, berdiskusi, bekerja sama, dan menyampaikan gagasan. Humor dapat mendorong partisipasi karena suasana kelas yang santai membuat peserta didik merasa lebih bebas untuk terlibat. Ketika guru menggunakan humor secara tepat, jarak psikologis antara guru dan peserta didik dapat berkurang. Peserta didik tidak lagi melihat guru semata-mata sebagai figur yang menilai, tetapi juga sebagai pendamping yang terbuka untuk berinteraksi. Kondisi ini dapat meningkatkan keberanian peserta didik untuk mencoba, meskipun belum sepenuhnya yakin dengan jawabannya.

Partisipasi aktif juga berkaitan dengan kualitas hubungan guru dan peserta didik. Humor yang relevan dapat memperkuat hubungan interpersonal karena peserta didik merasa guru memahami suasana batin dan kebutuhan komunikasi mereka. Dalam pembelajaran, hubungan yang positif sering menjadi prasyarat bagi keterlibatan yang lebih mendalam. Peserta didik yang merasa dekat dengan guru cenderung lebih mudah menerima arahan, lebih terbuka terhadap umpan balik, dan lebih bersedia mengikuti kegiatan kelas. Kajian tentang *perceived related humor* menunjukkan bahwa humor yang dirasakan relevan oleh peserta didik berkaitan dengan kualitas hubungan guru-peserta didik dan keterlibatan belajar (Cahyadi et al., 2023).

7.1.4 Humor dan Keterlibatan Kognitif

Keterlibatan kognitif merujuk pada kesungguhan peserta didik dalam memahami, mengolah, menganalisis, dan menerapkan materi pembelajaran. Humor yang tepat dapat mendukung keterlibatan kognitif apabila digunakan untuk menjelaskan konsep, memberi contoh, atau mengaitkan materi dengan pengalaman sehari-hari. Dalam beberapa situasi, konsep yang sulit akan lebih mudah dipahami ketika guru memberikan ilustrasi yang ringan dan mengundang senyum. Humor dapat membantu peserta didik mengingat materi karena pengalaman emosional yang menyenangkan sering melekat lebih kuat dalam ingatan. Selain itu, humor dapat membuka ruang berpikir kreatif karena peserta didik diajak melihat sesuatu dari sudut pandang yang tidak biasa. Dengan

demikian, humor dapat menjadi jembatan antara pemahaman konseptual dan pengalaman belajar yang menyenangkan.

Meskipun demikian, humor tidak boleh menggantikan kedalaman materi. Guru tetap harus memastikan bahwa humor mendukung proses berpikir, bukan sekadar menjadi selingan tanpa makna. Humor yang terlalu sering atau terlalu jauh dari materi justru dapat menurunkan kualitas keterlibatan kognitif karena peserta didik lebih mengingat candaan daripada konsep yang dipelajari. Oleh sebab itu, humor perlu dikaitkan dengan pertanyaan, penjelasan, refleksi, atau contoh yang memperkuat pemahaman. Guru juga dapat menggunakan humor sebagai pembuka diskusi agar peserta didik terdorong menafsirkan situasi, membandingkan gagasan, atau menemukan pesan tertentu.

7.2 Persepsi Siswa terhadap Guru Humoris

Persepsi siswa terhadap guru humoris merupakan aspek penting dalam memahami dinamika pembelajaran di kelas. Guru humoris umumnya dipandang sebagai sosok yang mampu menciptakan suasana belajar lebih santai, menyenangkan, dan tidak terlalu menegangkan. Dalam konteks pendidikan, humor tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai strategi komunikasi yang dapat memengaruhi kedekatan emosional antara guru dan siswa. Akan tetapi, persepsi siswa terhadap humor guru tidak selalu sama. Perbedaan usia, karakter, pengalaman belajar, budaya sekolah,

serta jenis humor yang digunakan dapat membentuk penilaian siswa terhadap guru tersebut.

7.2.1 Guru Humoris sebagai Sosok yang Akrab dan Mudah Didekati

Siswa cenderung memersepsikan guru humoris sebagai pribadi yang lebih akrab dan mudah didekati. Humor yang digunakan secara tepat dapat mengurangi jarak psikologis antara guru dan siswa. Dalam banyak situasi, siswa merasa lebih nyaman bertanya, menyampaikan pendapat, atau mengakui kesulitan belajar ketika guru mampu menghadirkan suasana yang hangat. Hal ini berbeda dengan kelas yang terlalu kaku, karena siswa sering merasa takut salah atau ragu untuk berpartisipasi.

Guru humoris juga sering dianggap memiliki kemampuan komunikasi yang baik. Melalui humor, guru dapat menyampaikan materi dengan cara yang lebih ringan tanpa mengurangi substansi pembelajaran. Siswa tidak hanya menerima guru sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai figur yang memahami kondisi emosional mereka. Persepsi ini penting karena hubungan guru dan siswa yang positif dapat menjadi dasar terbentuknya keterlibatan belajar.

7.2.2 Humor Guru dan Kenyamanan Psikologis Siswa

Guru humoris sering dipersepsikan mampu menciptakan kenyamanan psikologis dalam pembelajaran. Kenyamanan ini muncul karena humor dapat mengurangi ketegangan, kecemasan, dan rasa takut dalam menghadapi pelajaran. Dalam mata pelajaran yang dianggap sulit, humor dapat menjadi jembatan agar siswa tidak merasa terlalu terbebani. Ketika suasana kelas lebih rileks, siswa

cenderung lebih terbuka untuk menerima materi dan mencoba menyelesaikan tugas.

Kenyamanan psikologis juga berhubungan dengan keberanian siswa untuk berinteraksi. Siswa yang merasa aman secara emosional akan lebih mudah bertanya ketika tidak memahami pelajaran. Mereka juga lebih berani mengikuti diskusi, menyampaikan jawaban, dan menerima koreksi dari guru. Dengan demikian, humor dapat membantu membentuk suasana kelas yang lebih partisipatif.

Penelitian mengenai humor dalam pembelajaran menunjukkan bahwa siswa memandang humor guru sebagai unsur yang dapat meningkatkan hubungan guru-siswa, memperkuat keterlibatan, dan menciptakan suasana kelas yang lebih kondusif (Cahyadi et al., 2023). Guru yang mampu menggunakan humor secara tepat tidak hanya membuat kelas lebih menyenangkan, tetapi juga membantu siswa membangun rasa aman dan kedekatan dalam pembelajaran.

7.2.3 Humor sebagai Faktor Peningkat Minat dan Keterlibatan Belajar

Siswa sering menilai guru humoris sebagai guru yang mampu membuat pembelajaran lebih menarik. Humor dapat membantu mengurangi kejenuhan, terutama ketika materi yang disampaikan bersifat teoritis atau membutuhkan konsentrasi tinggi. Ketika guru menyisipkan humor yang relevan, perhatian siswa dapat kembali terarah pada pembelajaran. Hal ini membuat humor

berfungsi sebagai alat untuk mempertahankan fokus, bukan sekadar selingan yang terpisah dari materi.

Guru humoris juga dapat meningkatkan keterlibatan siswa melalui interaksi yang lebih hidup. Siswa lebih mudah merespons pertanyaan, mengikuti kegiatan kelas, dan terlibat dalam diskusi apabila suasana pembelajaran terasa tidak menekan. Dalam hal ini, humor berperan sebagai pemantik komunikasi. Siswa tidak hanya mendengar penjelasan guru, tetapi juga merasa menjadi bagian dari suasana kelas yang aktif.

Selain itu, humor yang dikaitkan dengan materi dapat membantu siswa mengingat konsep tertentu. Pengalaman belajar yang menyenangkan cenderung lebih mudah melekat dalam ingatan karena melibatkan aspek emosional. Namun, efektivitas humor tetap bergantung pada relevansinya dengan materi. Humor yang tidak berkaitan dengan pembelajaran dapat mengganggu konsentrasi, sedangkan humor yang terarah dapat memperkuat pemahaman siswa.

7.2.4 Batasan Persepsi Positif terhadap Guru Humoris

Meskipun guru humoris umumnya dipersepsikan positif, terdapat batasan yang perlu diperhatikan. Tidak semua humor dapat diterima oleh siswa. Humor yang menyindir, mempermalukan, mengandung stereotip, atau menyinggung latar belakang tertentu dapat menimbulkan persepsi negatif. Dalam keadaan demikian, siswa mungkin menilai guru kurang empatik, tidak adil, atau tidak menghargai martabat peserta didik. Oleh sebab itu, humor dalam

pembelajaran harus mempertimbangkan etika, konteks, dan karakter siswa.

Persepsi siswa juga dapat berubah apabila humor digunakan secara berlebihan. Jika guru terlalu sering bercanda, siswa dapat kehilangan fokus terhadap tujuan pembelajaran. Kelas yang terlalu santai tanpa struktur yang jelas dapat membuat siswa menganggap pelajaran tidak penting. Dengan demikian, guru perlu menyeimbangkan humor dengan ketegasan, kedisiplinan, dan kejelasan arah pembelajaran.

Studi mengenai persepsi siswa terhadap humor guru dalam kelas bahasa menunjukkan bahwa siswa umumnya menilai humor secara positif karena dapat meningkatkan konsentrasi, kedekatan dengan guru, dan motivasi belajar; namun, sebagian siswa juga menunjukkan keraguan apabila humor dianggap mengganggu keseriusan pembelajaran atau tidak sesuai dengan konteks (Mai, 2024). Hal ini menegaskan bahwa guru humoris tidak cukup hanya mampu membuat siswa tertawa, tetapi juga harus mampu memilih humor yang mendidik, relevan, dan tidak merugikan suasana akademik.

7.3 Lingkungan Belajar yang Menyenangkan

7.3.1 Pengertian Lingkungan Belajar yang Menyenangkan

Lingkungan belajar yang menyenangkan merupakan kondisi pembelajaran yang mampu menghadirkan rasa nyaman, aman, terbuka, dan mendorong peserta didik untuk terlibat secara aktif.

Lingkungan belajar tidak hanya berkaitan dengan ruang kelas secara fisik, tetapi juga mencakup suasana psikologis, hubungan sosial, metode pembelajaran, serta cara guru membangun komunikasi dengan peserta didik.

Dalam proses pembelajaran, peserta didik membutuhkan suasana yang membuat mereka merasa diterima dan dihargai. Ketika peserta didik merasa nyaman, mereka cenderung lebih berani mengemukakan pendapat, mengajukan pertanyaan, dan mencoba menyelesaikan tugas tanpa rasa takut yang berlebihan. Sebaliknya, lingkungan belajar yang kaku dan menekan dapat membuat peserta didik pasif, cemas, serta kurang percaya diri. Oleh karena itu, lingkungan belajar yang menyenangkan memiliki peran penting dalam menciptakan pembelajaran yang bermakna.

Lingkungan belajar yang menyenangkan juga berkaitan dengan keseimbangan antara kedisiplinan dan kehangatan. Kelas yang menyenangkan bukan berarti kelas tanpa aturan. Aturan tetap diperlukan agar proses pembelajaran berlangsung tertib dan terarah. Namun, aturan tersebut perlu diterapkan secara manusiawi, konsisten, dan komunikatif. Guru perlu menunjukkan bahwa kedisiplinan bukan bentuk tekanan, melainkan sarana untuk menjaga kenyamanan bersama.

7.3.2 Karakteristik Lingkungan Belajar yang Menyenangkan

Salah satu karakteristik utama lingkungan belajar yang menyenangkan adalah adanya rasa aman secara psikologis. Peserta didik perlu merasa bahwa kelas merupakan tempat yang aman untuk berpikir, bertanya, dan melakukan kesalahan sebagai bagian dari

proses belajar. Kesalahan sebaiknya tidak dipandang sebagai kegagalan yang memalukan, tetapi sebagai peluang untuk memperbaiki pemahaman. Suasana semacam ini akan mendorong peserta didik menjadi lebih aktif dan tidak takut mengambil bagian dalam pembelajaran.

Karakteristik berikutnya adalah adanya interaksi positif antara guru dan peserta didik. Guru yang ramah, adil, dan terbuka akan lebih mudah membangun kedekatan dengan peserta didik. Hubungan yang baik membuat komunikasi pembelajaran berlangsung lebih efektif. Peserta didik tidak hanya mendengarkan karena kewajiban, tetapi juga karena merasa dihargai sebagai individu. Penelitian tentang iklim kelas menunjukkan bahwa hubungan guru dan peserta didik menjadi salah satu unsur penting dalam pembentukan persepsi positif terhadap suasana kelas (Konrad et al., 2024).

Lingkungan belajar yang menyenangkan juga ditandai oleh penggunaan metode yang bervariasi. Pembelajaran yang hanya berpusat pada ceramah dapat menimbulkan kejenuhan apabila dilakukan secara terus-menerus. Guru perlu memadukan berbagai pendekatan, seperti diskusi kelompok, permainan edukatif, studi kasus, praktik langsung, presentasi, atau pembelajaran berbasis proyek. Variasi metode memberi kesempatan kepada peserta didik untuk belajar melalui berbagai pengalaman.

7.3.3 Manfaat Lingkungan Belajar yang Menyenangkan

Lingkungan belajar yang menyenangkan memberikan manfaat besar bagi motivasi peserta didik. Ketika suasana kelas

terasa nyaman dan menarik, peserta didik lebih mudah memusatkan perhatian pada materi pelajaran. Mereka juga cenderung memiliki dorongan internal untuk mengikuti kegiatan belajar. Motivasi ini penting karena pembelajaran tidak akan berjalan efektif apabila peserta didik hanya hadir secara fisik, tetapi tidak terlibat secara mental dan emosional.

Manfaat lain adalah meningkatnya partisipasi aktif. Peserta didik yang merasa aman dan dihargai akan lebih berani berbicara, bertanya, berdiskusi, dan menyampaikan pendapat. Partisipasi tersebut menunjukkan bahwa peserta didik tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga subjek yang membangun pengetahuan.

Lingkungan belajar yang menyenangkan juga berpengaruh terhadap kesejahteraan emosional peserta didik. Suasana kelas yang positif dapat mengurangi rasa cemas, takut, dan tertekan. Peserta didik yang berada dalam lingkungan demikian akan lebih mampu menghadapi tantangan belajar. Kajian tentang lingkungan pendidikan menunjukkan bahwa lingkungan belajar merupakan prediktor penting bagi keterlibatan peserta didik, terutama pada aspek keterlibatan emosional, kognitif, dan perilaku (Kassab et al., 2024).

7.3.4 Strategi Menciptakan Lingkungan Belajar yang Menyenangkan

Strategi pertama yang dapat dilakukan guru adalah membangun komunikasi yang hangat dan menghargai. Guru perlu menggunakan bahasa yang santun, memberikan umpan balik secara

membangun, serta menghindari tindakan yang memperlakukan peserta didik. Komunikasi yang positif akan menciptakan rasa percaya dan memperkuat hubungan antara guru dan peserta didik. Dengan demikian, peserta didik merasa bahwa kehadiran mereka penting dalam proses pembelajaran.

Strategi kedua adalah menerapkan pembelajaran yang aktif dan variatif. Guru dapat merancang kegiatan yang melibatkan peserta didik secara langsung, seperti diskusi, eksperimen, permainan edukatif, simulasi, atau pemecahan masalah. Kegiatan semacam ini membuat pembelajaran tidak terasa monoton.

Strategi ketiga adalah menciptakan suasana kelas yang inklusif. Setiap peserta didik perlu memperoleh kesempatan yang sama untuk berpartisipasi, tanpa dibedakan berdasarkan kemampuan akademik, latar belakang sosial, atau karakter pribadi. Guru perlu peka terhadap peserta didik yang pemalu, lambat memahami materi, atau memiliki kebutuhan khusus. Lingkungan yang inklusif membuat peserta didik merasa diterima dan tidak takut tertinggal.

Strategi keempat adalah menjaga keseimbangan antara kesenangan dan tujuan pembelajaran. Kelas yang menyenangkan tetap harus terarah pada capaian pembelajaran. Humor, permainan, atau kegiatan kreatif sebaiknya digunakan untuk mendukung pemahaman, bukan sekadar mengisi waktu.

7.4 Bukti Empiris Hubungan Humor dan Motivasi

Bukti empiris mengenai hubungan humor dan motivasi menunjukkan bahwa humor dapat menjadi unsur pedagogis yang berpengaruh terhadap keterlibatan, minat, dan dorongan belajar siswa. Dalam pembelajaran, motivasi tidak hanya dibentuk oleh materi pelajaran, tetapi juga oleh suasana kelas, kualitas hubungan guru dan siswa, serta cara guru menyampaikan konsep. Humor yang digunakan secara tepat dapat membuat pembelajaran terasa lebih dekat, ringan, dan tidak menakutkan. Kondisi tersebut membantu siswa membangun persepsi positif terhadap kelas sehingga mereka lebih siap untuk memperhatikan, bertanya, dan menyelesaikan tugas. Namun, hubungan antara humor dan motivasi tidak bersifat otomatis karena sangat bergantung pada jenis humor, konteks penggunaan, serta respons siswa. Oleh karena itu, bukti empiris perlu dibaca secara kritis agar humor dipahami sebagai strategi pedagogis yang harus dirancang, bukan sekadar sisipan spontan tanpa tujuan.

7.4.1 Humor dan Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik berkaitan dengan dorongan belajar yang muncul dari dalam diri siswa karena mereka merasa tertarik, menikmati, dan melihat makna dalam aktivitas belajar. Humor dapat mendukung motivasi intrinsik karena mampu menciptakan pengalaman emosional yang positif selama pembelajaran berlangsung. Ketika siswa merasa senang dan tidak tertekan, mereka lebih mudah mengembangkan rasa ingin tahu terhadap materi.

Humor yang relevan dengan isi pelajaran juga dapat membantu siswa melihat materi sebagai sesuatu yang hidup, bukan hanya kumpulan konsep yang harus dihafalkan.

Bukti empiris menunjukkan bahwa jenis humor yang berkaitan dengan materi pelajaran memiliki pengaruh lebih positif dibandingkan humor yang tidak relevan atau bersifat agresif. Penelitian eksperimental tentang teacher humour menemukan bahwa humor yang terkait dengan materi dapat meningkatkan kualitas hubungan guru dan siswa, membuat pembelajaran lebih menarik, serta meningkatkan intrinsic motivation dan enjoyment siswa (Bieg et al., 2026). Ketika siswa menganggap guru mampu menyampaikan materi dengan hangat dan menarik, mereka cenderung lebih termotivasi untuk mengikuti proses belajar. Sebaliknya, humor yang tidak berhubungan dengan materi dapat mengalihkan perhatian dan melemahkan fokus akademik.

7.4.2 Humor dan Keterlibatan Belajar

Keterlibatan belajar merupakan indikator penting dari motivasi karena menunjukkan sejauh mana siswa aktif secara kognitif, emosional, dan perilaku dalam pembelajaran. Siswa yang termotivasi biasanya menunjukkan perhatian yang lebih baik, berpartisipasi dalam diskusi, menyelesaikan tugas, dan bertahan ketika menghadapi kesulitan. Humor dapat meningkatkan keterlibatan karena mampu menarik perhatian siswa pada awal pembelajaran atau ketika konsentrasi mulai menurun. Selain itu, humor dapat membantu mengurangi kejenuhan yang sering muncul

dalam pembelajaran yang panjang, abstrak, atau menuntut konsentrasi tinggi.

Secara empiris, hubungan humor dan keterlibatan belajar dapat dilihat melalui persepsi siswa terhadap humor guru yang relevan dengan pembelajaran. Studi mengenai perceived related humor menunjukkan bahwa humor yang dipersepsikan relevan berhubungan dengan kualitas relasi guru-siswa dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran, termasuk dalam konteks pembelajaran online (Lu'mu et al., 2023). Humor yang relevan dapat memperkuat rasa keterhubungan tersebut sehingga siswa lebih merasa menjadi bagian dari proses pembelajaran. Namun, keterlibatan yang muncul bukan hanya karena siswa tertawa, melainkan karena humor membantu menciptakan suasana yang lebih komunikatif dan ramah.

7.4.3 Peran Relasi Guru dan Siswa

Relasi guru dan siswa merupakan mediator penting dalam hubungan antara humor dan motivasi. Guru yang menggunakan humor secara hangat, sopan, dan relevan cenderung lebih mudah membangun kedekatan psikologis dengan siswa. Kedekatan ini membuat siswa merasa aman untuk bertanya, menyampaikan pendapat, dan mengakui kesulitan belajar tanpa takut dipermalukan. Ketika hubungan pedagogis berlangsung positif, siswa lebih mudah menerima arahan, kritik, dan feedback dari guru. Humor dalam konteks ini berfungsi sebagai alat komunikasi yang mencairkan jarak, bukan sebagai alat untuk mengurangi keseriusan belajar.

Relasi yang positif juga membantu siswa memaknai pembelajaran sebagai pengalaman sosial yang menyenangkan.

Siswa sering kali tidak hanya mengingat isi pelajaran, tetapi juga suasana ketika pelajaran itu disampaikan. Guru yang mampu menghadirkan humor secara bijak dapat meninggalkan kesan bahwa belajar adalah aktivitas yang dapat dinikmati. Namun, relasi pedagogis yang dibangun melalui humor harus tetap menjaga batas profesional. Guru tidak boleh menggunakan humor untuk mengejek, menyindir, atau membandingkan siswa secara merendahkan. Apabila batas ini dilanggar, humor justru dapat merusak kepercayaan dan menurunkan motivasi belajar.

7.4.4 Batasan Temuan Empiris

Meskipun berbagai temuan menunjukkan hubungan positif antara humor dan motivasi, bukti empiris tersebut tetap memiliki batasan. Pertama, pengaruh humor dapat berbeda berdasarkan usia siswa, jenjang pendidikan, budaya kelas, mata pelajaran, dan gaya komunikasi guru. Humor yang efektif dalam kelas bahasa mungkin tidak selalu sama dengan humor yang efektif dalam kelas matematika atau sains. Kedua, persepsi siswa terhadap humor sangat subjektif karena dipengaruhi oleh pengalaman, nilai, bahasa, dan sensitivitas pribadi. Ketiga, tidak semua penelitian membedakan secara jelas antara humor yang relevan dengan materi, humor sosial, humor menyindir, dan humor agresif.

Batasan lainnya berkaitan dengan cara mengukur motivasi siswa. Sebagian penelitian menggunakan indikator keterlibatan, kesenangan, minat, atau persepsi terhadap guru sebagai ukuran yang berdekatan dengan motivasi. Hal ini berguna, tetapi belum selalu menggambarkan motivasi secara menyeluruh. Motivasi mencakup

dorongan internal, tujuan belajar, ketekunan, pengaturan diri, dan keyakinan terhadap kemampuan.

Bab 8: Faktor Lain yang Mempengaruhi Motivasi

8.1 Faktor Internal Siswa

Faktor internal siswa merupakan segala kondisi yang berasal dari dalam diri siswa dan memengaruhi proses serta hasil belajar. Faktor ini mencakup aspek psikologis, fisik, kognitif, emosional, dan kebiasaan pribadi yang membentuk cara siswa merespons kegiatan pembelajaran. Dalam konteks pendidikan, faktor internal tidak dapat diabaikan karena setiap siswa memiliki kesiapan, motivasi, kemampuan, dan pengalaman yang berbeda. Perbedaan tersebut menyebabkan siswa merespons materi, guru, tugas, dan lingkungan kelas dengan cara yang tidak selalu sama. Siswa yang memiliki kesiapan internal baik cenderung lebih mudah terlibat dalam pembelajaran dan lebih mampu mengatasi kesulitan akademik. Oleh karena itu, pemahaman terhadap faktor internal siswa penting untuk membantu guru merancang pendekatan pembelajaran yang lebih tepat, adil, dan manusiawi.

8.1.1 Motivasi Belajar

Motivasi belajar merupakan dorongan yang membuat siswa memiliki keinginan untuk mengikuti, memahami, dan menyelesaikan kegiatan pembelajaran. Dorongan ini dapat berasal dari minat pribadi, tujuan masa depan, rasa ingin tahu, keinginan

memperoleh prestasi, maupun kesadaran akan pentingnya pendidikan. Siswa yang memiliki motivasi tinggi biasanya menunjukkan perhatian yang lebih besar terhadap pelajaran, berusaha menyelesaikan tugas, dan tidak mudah menyerah ketika mengalami kesulitan. Motivasi juga berperan dalam menentukan arah perilaku belajar karena siswa yang memiliki tujuan jelas akan lebih mampu mengatur usaha dan waktunya. Sebaliknya, siswa yang memiliki motivasi rendah cenderung pasif, mudah bosan, dan kurang memiliki ketekunan dalam mengikuti proses belajar.

Motivasi belajar tidak hanya berkaitan dengan keinginan memperoleh nilai tinggi, tetapi juga dengan makna yang diberikan siswa terhadap kegiatan belajar. Apabila siswa memahami bahwa belajar bermanfaat bagi perkembangan diri dan masa depannya, mereka akan lebih mudah membangun keterlibatan yang berkelanjutan. Motivasi yang bersifat otonom, seperti belajar karena minat dan kesadaran pribadi, memiliki hubungan positif dengan capaian akademik, ketekunan, dan kesejahteraan siswa (Howard et al., 2021). Hal ini menunjukkan bahwa dorongan dari dalam diri siswa dapat menghasilkan proses belajar yang lebih stabil dibandingkan dorongan yang hanya bergantung pada hukuman atau hadiah. Guru perlu membantu siswa menemukan alasan belajar yang bermakna agar motivasi tidak hanya muncul sesaat

8.1.2 Konsep Diri dan *Self-Efficacy*

Konsep diri merupakan pandangan siswa terhadap dirinya sendiri, termasuk penilaian mengenai kemampuan, kelemahan, dan potensi yang dimiliki. Siswa yang memiliki konsep diri positif

cenderung melihat dirinya sebagai pribadi yang mampu belajar dan berkembang. Pandangan seperti ini penting karena cara siswa menilai dirinya dapat memengaruhi keberanian dalam mencoba, bertanya, dan menghadapi tantangan akademik. Sebaliknya, siswa yang memiliki konsep diri negatif sering kali lebih mudah merasa gagal sebelum benar-benar berusaha. Mereka dapat menganggap kesulitan sebagai bukti bahwa dirinya tidak mampu, bukan sebagai bagian dari proses belajar. Oleh karena itu, konsep diri menjadi fondasi penting dalam membentuk sikap siswa terhadap pembelajaran.

Selain konsep diri, self-efficacy juga memiliki peran besar dalam menentukan perilaku belajar siswa. Self-efficacy adalah keyakinan siswa terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas atau mencapai tujuan tertentu. Siswa yang memiliki self-efficacy tinggi biasanya lebih percaya diri ketika menghadapi soal sulit, presentasi, diskusi, atau tugas mandiri. Mereka cenderung memandang tantangan sebagai kesempatan untuk melatih kemampuan, bukan sebagai ancaman yang harus dihindari. Sebaliknya, siswa dengan self-efficacy rendah dapat menghindari tugas karena merasa tidak akan berhasil.

Pembentukan konsep diri dan self-efficacy dipengaruhi oleh pengalaman keberhasilan, dukungan guru, umpan balik, dan perbandingan sosial. Siswa yang sering memperoleh pengalaman berhasil akan lebih mudah membangun rasa percaya diri. Namun, keberhasilan yang dimaksud tidak selalu harus berupa prestasi besar, melainkan dapat berupa pencapaian kecil yang diakui dan dihargai.

Guru dapat membantu siswa melalui pemberian feedback yang membangun, tugas bertahap, serta kesempatan memperbaiki kesalahan.

8.1.3 Kemandirian dan *Self-Regulated Learning*

Kemandirian belajar merupakan kemampuan siswa untuk mengelola kegiatan belajarnya tanpa selalu bergantung pada instruksi langsung dari guru. Kemandirian ini terlihat dari kemampuan menetapkan tujuan, menyusun jadwal, memilih strategi belajar, memantau pemahaman, dan mengevaluasi hasil belajar. Dalam kajian pendidikan, kemampuan tersebut sering dikaitkan dengan *self-regulated learning*, yaitu proses ketika siswa secara aktif mengatur pikiran, motivasi, dan perilakunya untuk mencapai tujuan akademik. Siswa yang memiliki *self-regulated learning* baik biasanya lebih mampu mengontrol gangguan, mengatur waktu, dan mencari bantuan ketika diperlukan. Mereka tidak hanya menunggu arahan, tetapi juga mengambil inisiatif untuk memahami materi secara lebih mendalam.

Self-regulated learning juga memengaruhi cara siswa menggunakan strategi belajar. Siswa yang mampu mengatur dirinya akan memilih strategi yang sesuai dengan jenis materi, misalnya membuat rangkuman, menyusun peta konsep, mengerjakan latihan, atau berdiskusi dengan teman. Mereka juga dapat menilai apakah strategi yang digunakan sudah efektif atau perlu diganti. Meta-analisis terhadap strategi *self-regulated learning* dalam pembelajaran online dan blended menunjukkan adanya hubungan positif antara strategi pengaturan diri dan performa akademik siswa (Zhao et al.,

2025). Temuan ini menegaskan bahwa pengaturan diri bukan hanya keterampilan tambahan, tetapi bagian penting dari keberhasilan belajar. Oleh karena itu, guru perlu melatih siswa agar mampu belajar secara terencana, reflektif, dan bertanggung jawab.

Kemandirian belajar tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan perlu dibentuk melalui pembiasaan. Guru dapat memulainya dengan memberi tugas yang memiliki tujuan jelas, batas waktu realistis, dan kriteria penilaian yang mudah dipahami. Siswa juga perlu diajak melakukan refleksi sederhana mengenai cara belajar yang paling membantu mereka. Dalam proses ini, kesalahan tidak boleh langsung dimaknai sebagai kegagalan, tetapi sebagai informasi untuk memperbaiki strategi. Lingkungan belajar yang mendukung akan membuat siswa lebih berani mengambil tanggung jawab atas proses belajarnya.

8.1.4 Kondisi Emosi dan Minat Belajar

Kondisi emosi merupakan faktor internal yang sangat memengaruhi kesiapan siswa dalam mengikuti pembelajaran. Siswa yang berada dalam kondisi emosional stabil cenderung lebih mudah berkonsentrasi, menerima arahan, dan berinteraksi dengan guru maupun teman. Sebaliknya, siswa yang sedang cemas, marah, sedih, atau tertekan dapat mengalami kesulitan dalam memahami materi meskipun sebenarnya memiliki kemampuan akademik yang baik. Emosi negatif yang tidak terkelola dapat menghambat perhatian, menurunkan motivasi, dan membuat siswa menghindari kegiatan belajar. Oleh karena itu, pembelajaran tidak dapat hanya dipahami sebagai proses kognitif, tetapi juga sebagai proses yang dipengaruhi

keadaan emosional siswa. Guru perlu peka terhadap perubahan perilaku siswa karena perubahan tersebut dapat menjadi tanda adanya hambatan internal.

Minat belajar juga termasuk faktor internal yang menentukan keterlibatan siswa. Siswa yang memiliki minat terhadap suatu mata pelajaran biasanya lebih mudah memperhatikan, mencari informasi tambahan, dan menikmati proses belajar. Minat membuat siswa merasa bahwa kegiatan belajar memiliki daya tarik dan relevansi dengan dirinya. Namun, minat tidak selalu muncul secara alami sejak awal, sebab minat dapat dibangun melalui pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna. Guru dapat menumbuhkan minat dengan mengaitkan materi pelajaran dengan kehidupan sehari-hari, memberi contoh konkret, serta menggunakan metode yang bervariasi.

Kondisi emosi dan minat belajar perlu diperhatikan secara bersamaan karena keduanya saling berkaitan. Siswa yang merasa nyaman secara emosional akan lebih mudah mengembangkan minat terhadap pembelajaran. Sebaliknya, siswa yang memiliki minat tinggi terhadap pelajaran tertentu dapat merasa lebih bersemangat dan lebih tahan menghadapi kesulitan. Hubungan ini menunjukkan bahwa faktor internal siswa tidak berdiri sendiri, tetapi saling memengaruhi dalam membentuk perilaku belajar. Oleh sebab itu, guru perlu memahami siswa secara utuh, bukan hanya berdasarkan nilai atau hasil ujian. Dengan memperhatikan motivasi, konsep diri, *self-efficacy*, kemandirian, emosi, dan minat, proses pembelajaran

dapat diarahkan untuk mendukung perkembangan siswa secara lebih menyeluruh.

8.2 Faktor Eksternal Lingkungan Belajar

Faktor eksternal lingkungan belajar merupakan berbagai unsur di luar diri peserta didik yang dapat memengaruhi proses, motivasi, keterlibatan, dan hasil belajar. Faktor tersebut tidak hanya berasal dari ruang kelas, tetapi juga dari keluarga, teman sebaya, fasilitas belajar, budaya sekolah, serta kondisi sosial yang melingkupi kehidupan peserta didik. Dalam praktik pendidikan, keberhasilan belajar tidak dapat dijelaskan hanya melalui kemampuan intelektual atau minat pribadi peserta didik. Lingkungan yang mendukung akan membantu peserta didik merasa aman, dihargai, dan termotivasi untuk berkembang. Sebaliknya, lingkungan yang kurang kondusif dapat menghambat konsentrasi, menurunkan kepercayaan diri, serta mengurangi partisipasi dalam kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu, faktor eksternal perlu dipahami sebagai bagian penting dari ekosistem pendidikan yang saling berhubungan.

8.2.1 Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga merupakan faktor eksternal pertama yang memiliki pengaruh kuat terhadap kebiasaan dan kesiapan belajar peserta didik. Keluarga menjadi ruang awal tempat peserta didik memperoleh dukungan emosional, pola disiplin, nilai tanggung jawab, dan kebiasaan belajar. Orang tua atau wali yang memberikan

perhatian terhadap pendidikan anak dapat membantu membangun sikap positif terhadap sekolah. Bentuk dukungan tersebut dapat berupa menyediakan waktu belajar, memantau tugas, memberi motivasi, menyediakan fasilitas sederhana, serta membangun komunikasi yang hangat. Peserta didik yang merasa didukung oleh keluarga umumnya lebih memiliki rasa percaya diri dalam menghadapi tantangan akademik.

Namun, tidak semua peserta didik berada dalam lingkungan keluarga yang sama. Ada peserta didik yang memperoleh dukungan penuh, tetapi ada pula yang menghadapi keterbatasan ekonomi, kurangnya perhatian, konflik keluarga, atau rendahnya literasi pendidikan di rumah. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesiapan peserta didik ketika mengikuti pembelajaran di sekolah. Oleh karena itu, sekolah perlu memahami latar belakang keluarga peserta didik secara bijaksana tanpa memberi stigma. Penelitian mengenai dukungan keluarga dan iklim sekolah menunjukkan bahwa kedua faktor tersebut berpengaruh terhadap keterlibatan belajar peserta didik di sekolah menengah (Muhibbin & Abidin, 2025).

8.2.2 Teman Sebaya

Teman sebaya merupakan faktor eksternal yang memengaruhi cara peserta didik berperilaku, berinteraksi, dan menilai kegiatan belajar. Pada usia sekolah, peserta didik sering menjadikan teman sebaya sebagai sumber dukungan sosial, pembandingan diri, dan tempat membangun identitas. Lingkungan pertemanan yang positif dapat mendorong peserta didik untuk rajin belajar, aktif berdiskusi, dan berani mengikuti kegiatan sekolah.

Sebaliknya, pertemanan yang kurang sehat dapat mendorong perilaku menyimpang, menurunkan motivasi, atau menciptakan tekanan sosial yang menghambat pembelajaran. Teman sebaya juga dapat memengaruhi keberanian peserta didik dalam bertanya atau tampil di depan kelas. Oleh karena itu, dinamika kelompok teman sebaya perlu diperhatikan sebagai bagian dari evaluasi lingkungan belajar.

Pengaruh teman sebaya tidak selalu tampak secara langsung dalam nilai akademik, tetapi sering terlihat dalam partisipasi, sikap, dan kebiasaan belajar. Peserta didik yang berada dalam kelompok belajar suportif biasanya lebih mudah meminta bantuan ketika mengalami kesulitan. Mereka juga lebih terbuka terhadap kerja sama, pembagian tugas, dan pertukaran gagasan. Sebaliknya, peserta didik yang mengalami penolakan sosial atau pengucilan dapat kehilangan rasa aman dalam mengikuti pembelajaran. Guru perlu membangun kegiatan kolaboratif yang sehat agar relasi antarpeserta didik tidak hanya dibentuk oleh kelompok informal yang tertutup.

8.2.3 Fasilitas dan Sumber Belajar

Fasilitas dan sumber belajar merupakan unsur eksternal yang berperan dalam menunjang kenyamanan dan efektivitas pembelajaran. Fasilitas belajar dapat mencakup ruang kelas, meja, kursi, papan tulis, perpustakaan, laboratorium, perangkat teknologi, akses internet, media pembelajaran, serta lingkungan fisik sekolah. Fasilitas yang memadai membantu peserta didik mengikuti pembelajaran dengan lebih nyaman dan terarah. Sebaliknya, keterbatasan fasilitas dapat menghambat variasi metode mengajar

dan membatasi pengalaman belajar peserta didik. Dalam pembelajaran modern, sumber belajar juga tidak hanya berupa buku cetak, tetapi dapat berupa bahan digital, video pembelajaran, aplikasi edukatif, dan sumber informasi daring.

Meskipun fasilitas penting, keberadaannya tidak otomatis menjamin keberhasilan pembelajaran. Fasilitas perlu dikelola dan dimanfaatkan secara tepat oleh guru, peserta didik, dan lembaga pendidikan. Perangkat teknologi, misalnya, dapat mendukung pembelajaran apabila digunakan untuk mencari informasi, membuat karya, atau memperkuat pemahaman materi. Namun, teknologi juga dapat menjadi gangguan apabila tidak disertai aturan dan pendampingan yang jelas.

8.2.4 Budaya dan Iklim Sekolah

Budaya dan iklim sekolah merupakan faktor eksternal yang membentuk suasana umum dalam proses pendidikan. Budaya sekolah mencakup nilai, kebiasaan, aturan, simbol, dan praktik yang hidup dalam lingkungan sekolah. Iklim sekolah berkaitan dengan bagaimana peserta didik merasakan keamanan, dukungan, keadilan, hubungan sosial, serta kepedulian warga sekolah. Sekolah yang memiliki budaya positif akan mendorong peserta didik untuk menghargai belajar, menaati aturan, menjaga kebersihan, dan menghormati sesama. Sebaliknya, budaya sekolah yang lemah dapat menimbulkan ketidakteraturan, konflik, dan rendahnya rasa memiliki terhadap lembaga pendidikan. Oleh karena itu, budaya dan iklim sekolah menjadi bagian penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.

Iklim sekolah yang baik juga dapat memperkuat keterlibatan peserta didik secara akademik maupun sosial. Peserta didik yang merasa aman dan diterima akan lebih mudah berpartisipasi dalam diskusi, kegiatan kelompok, maupun kegiatan ekstrakurikuler. Hubungan yang positif antara guru, peserta didik, dan tenaga kependidikan akan memperkuat rasa percaya dalam komunitas sekolah. Studi tentang pengaruh keluarga, teman, dan iklim sekolah menunjukkan bahwa dukungan keluarga, hubungan teman sebaya, dan iklim sekolah berperan dalam penyesuaian peserta didik di sekolah (Kurt & Ergene, 2022). Hal ini menegaskan bahwa lingkungan belajar tidak berdiri sebagai satu unsur tunggal, tetapi merupakan gabungan dari faktor sosial, fisik, dan kelembagaan.

8.3 Peran Teman Sebaya dalam Motivasi

Teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk motivasi belajar siswa. Pada masa sekolah, siswa tidak hanya berinteraksi dengan guru dan keluarga, tetapi juga menghabiskan banyak waktu bersama teman sekelas maupun kelompok pergaulan. Interaksi tersebut dapat memengaruhi cara siswa memandang belajar, prestasi, kedisiplinan, dan tujuan akademik. Dalam hal ini, teman sebaya dapat menjadi sumber dukungan, contoh perilaku, pembandingan sosial, sekaligus pemberi tekanan.

8.3.1 Teman Sebaya sebagai Sumber Dukungan Sosial

Teman sebaya dapat menjadi sumber dukungan sosial yang memperkuat motivasi belajar. Dukungan tersebut dapat muncul

dalam bentuk bantuan memahami materi, berbagi catatan, mengingatkan tugas, berdiskusi sebelum ujian, atau memberi dorongan ketika siswa mengalami kesulitan akademik. Siswa yang merasa didukung oleh teman biasanya memiliki rasa percaya diri yang lebih baik karena mereka tidak merasa menghadapi tantangan belajar seorang diri.

Dukungan teman sebaya juga dapat menciptakan rasa memiliki atau *sense of belonging* dalam lingkungan sekolah. Ketika siswa merasa diterima dalam kelompok yang positif, ia cenderung lebih nyaman mengikuti pembelajaran dan lebih berani berpartisipasi. Rasa diterima tersebut berpengaruh terhadap kesiapan emosional siswa dalam belajar. Sebaliknya, siswa yang merasa terasing dari teman sebaya dapat mengalami penurunan motivasi karena sekolah dipersepsikan sebagai tempat yang kurang menyenangkan.

Selain itu, dukungan sosial dari teman dapat mengurangi kecemasan akademik. Dalam situasi tertentu, siswa lebih mudah menceritakan kesulitan belajarnya kepada teman dibandingkan kepada guru atau orang tua. Teman sebaya dapat memberikan penjelasan dengan bahasa yang lebih sederhana dan sesuai dengan pengalaman mereka sendiri

8.3.2 Teman Sebaya sebagai Model Perilaku Belajar

Teman sebaya juga berperan sebagai model perilaku belajar. Siswa cenderung mengamati kebiasaan, sikap, dan pencapaian teman di sekitarnya. Apabila siswa berada dalam kelompok yang menghargai prestasi, rajin belajar, dan memiliki tujuan akademik

yang jelas, ia lebih mungkin terdorong untuk meniru perilaku tersebut. Proses ini terjadi karena siswa sering menjadikan teman sebaya sebagai rujukan dalam menentukan perilaku yang dianggap wajar dan diterima oleh kelompok.

Model perilaku belajar dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti ketekunan menyelesaikan tugas, keberanian bertanya, kedisiplinan hadir tepat waktu, atau kebiasaan mempersiapkan diri sebelum pelajaran. Ketika perilaku tersebut menjadi norma kelompok, siswa akan merasa terdorong untuk menyesuaikan diri. Penyesuaian ini dapat meningkatkan motivasi karena siswa merasa bahwa belajar merupakan bagian dari identitas kelompoknya.

Hubungan teman sebaya yang positif terbukti memiliki kaitan dengan motivasi akademik dan prestasi belajar. Penelitian terhadap remaja menunjukkan bahwa hubungan teman sebaya berpengaruh positif terhadap capaian matematika, dengan motivasi akademik sebagai salah satu mekanisme yang menjembatani hubungan tersebut (Li et al., 2020).

8.3.3 Pengaruh Norma Kelompok terhadap Motivasi

Motivasi siswa tidak hanya dipengaruhi oleh hubungan personal dengan teman, tetapi juga oleh norma kelompok. Norma kelompok merupakan aturan tidak tertulis mengenai sikap dan perilaku yang dianggap pantas dalam suatu lingkungan pertemanan. Apabila kelompok memandang belajar sebagai kegiatan penting, anggota kelompok akan lebih terdorong untuk mengikuti pola tersebut. Sebaliknya, apabila kelompok menganggap belajar sebagai

hal yang tidak menarik, siswa dapat mengalami penurunan motivasi meskipun pada awalnya memiliki minat akademik yang baik.

Norma kelompok dapat memengaruhi cara siswa memaknai prestasi. Dalam kelompok yang positif, siswa yang berprestasi biasanya memperoleh penghargaan sosial, seperti dukungan, pengakuan, atau kepercayaan dari teman. Penghargaan tersebut dapat memperkuat motivasi untuk mempertahankan atau meningkatkan capaian. Namun, dalam kelompok yang kurang mendukung, siswa berprestasi justru dapat dianggap terlalu serius atau tidak sejalan dengan budaya pergaulan kelompok. Kondisi ini berpotensi membuat siswa menurunkan usaha belajarnya agar tetap diterima.

Tekanan teman sebaya atau peer pressure juga perlu diperhatikan. Tekanan tersebut tidak selalu negatif. Dalam konteks yang baik, tekanan kelompok dapat mendorong siswa lebih disiplin, menyelesaikan tugas tepat waktu, dan mengikuti kegiatan akademik secara aktif. Namun, tekanan yang negatif dapat membuat siswa mengabaikan kewajiban belajar, menunda tugas, atau lebih memprioritaskan penerimaan sosial daripada pencapaian akademik.

8.3.4 Kolaborasi Teman Sebaya dalam Pembelajaran

Kolaborasi dengan teman sebaya dapat menjadi strategi penting untuk meningkatkan motivasi belajar. Melalui kerja kelompok, diskusi, dan pembelajaran berbasis teman atau *peer learning*, siswa memperoleh kesempatan untuk saling menjelaskan, bertanya, dan menguji pemahaman. Aktivitas kolaboratif membuat siswa tidak hanya menerima informasi dari guru, tetapi juga aktif

membangun pengetahuan bersama teman. Proses ini dapat meningkatkan keterlibatan karena siswa merasa memiliki peran dalam pembelajaran.

Kolaborasi yang efektif juga dapat menumbuhkan tanggung jawab akademik. Ketika siswa bekerja dalam kelompok, mereka belajar menyelesaikan tugas bersama, membagi peran, dan menghargai kontribusi anggota lain. Apabila dikelola dengan baik, kegiatan tersebut dapat meningkatkan motivasi karena siswa merasa usahanya berdampak pada keberhasilan kelompok. Selain itu, kerja sama dapat menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan, sehingga siswa lebih terdorong untuk mengikuti pembelajaran.

Akan tetapi, kolaborasi teman sebaya perlu diarahkan agar tidak berubah menjadi ketergantungan. Guru tetap perlu memastikan bahwa setiap siswa memiliki tanggung jawab individual dalam kelompok. Pembagian tugas yang tidak seimbang dapat membuat sebagian siswa pasif dan hanya bergantung pada teman yang lebih aktif. Studi mengenai pemilihan mitra belajar menunjukkan bahwa remaja cenderung memilih teman yang berprestasi, prososial, dan memiliki hubungan pertemanan sebagai pasangan akademik yang disukai (Palacios & Berger, 2024). Hal ini memperlihatkan bahwa siswa menyadari pentingnya kualitas teman dalam mendukung proses belajar.

8.4 Keterbatasan Humor sebagai Satu-Satunya Strategi

8.4.1 Kedudukan Humor dalam Strategi Psikologis

Humor merupakan salah satu strategi yang dapat digunakan untuk menciptakan suasana lebih ringan, mengurangi ketegangan, serta membantu individu menghadapi tekanan emosional. Dalam konteks pembelajaran, komunikasi sosial, maupun kesehatan mental, humor dapat berfungsi sebagai sarana pencair suasana dan penguat hubungan antarmanusia. Kehadiran humor sering kali membuat situasi yang kaku menjadi lebih terbuka, sehingga individu merasa lebih nyaman untuk berinteraksi, menyampaikan pendapat, dan menerima pesan tertentu.

Meskipun demikian, humor tidak dapat diposisikan sebagai satu-satunya strategi dalam menghadapi persoalan. Humor memiliki fungsi pendukung, bukan fungsi tunggal yang mampu menyelesaikan seluruh masalah. Dalam banyak keadaan, persoalan yang dihadapi individu atau kelompok membutuhkan pendekatan yang lebih komprehensif, seperti komunikasi terbuka, pengelolaan emosi, dukungan sosial, konseling, refleksi diri, serta tindakan nyata. Apabila humor digunakan tanpa strategi lain, manfaatnya dapat menjadi terbatas dan hanya bersifat sementara.

8.4.2 Risiko Penyederhanaan Masalah melalui Humor

Salah satu keterbatasan humor sebagai strategi tunggal adalah kecenderungannya menyederhanakan masalah. Dalam beberapa situasi, humor dapat membuat masalah tampak lebih

ringan daripada kenyataannya. Hal ini memang dapat membantu individu mengurangi kecemasan, tetapi juga berisiko membuat persoalan tidak ditangani secara mendalam. Apabila humor terus digunakan untuk menutupi masalah, individu dapat kehilangan kesempatan untuk memahami penyebab persoalan secara objektif.

Dalam konteks kesehatan mental, misalnya, seseorang yang selalu menggunakan humor untuk menutupi kesedihan atau kecemasan dapat terlihat baik-baik saja di hadapan orang lain. Namun, di balik ekspresi humor tersebut, persoalan emosional mungkin tetap berlangsung. Humor semacam ini dapat berubah menjadi bentuk penghindaran, terutama ketika individu tidak pernah membicarakan perasaan sebenarnya atau mencari bantuan yang diperlukan. Dengan demikian, humor tidak selalu menunjukkan keadaan psikologis yang sehat.

Penggunaan humor secara berlebihan juga dapat menghambat proses refleksi. Seseorang mungkin terlalu cepat menertawakan masalah sebelum benar-benar memahami dampaknya. Akibatnya, pengalaman yang seharusnya menjadi bahan pembelajaran tidak diolah secara matang. Padahal, beberapa pengalaman hidup memerlukan pengakuan emosi, penerimaan kenyataan, dan pengambilan keputusan yang serius. Humor yang tidak diimbangi dengan refleksi dapat mengurangi kedalaman pemahaman terhadap pengalaman tersebut.

Penelitian menunjukkan bahwa humor dapat berperan sebagai strategi coping yang adaptif karena mampu menurunkan beban stres dan meningkatkan keadaan emosional positif. Namun,

penelitian yang sama juga menempatkan humor dalam hubungan dengan strategi coping lain, sehingga humor tidak dapat dipahami sebagai satu-satunya cara mengatasi tekanan (Simione & Gnagnarella, 2023).

8.4.3 Batasan Humor dalam Hubungan Sosial

Humor memiliki hubungan erat dengan interaksi sosial. Dalam hubungan antarmanusia, humor dapat menciptakan kedekatan, mencairkan ketegangan, dan memperkuat rasa kebersamaan. Namun, humor juga memiliki batasan karena tidak semua orang memiliki pemahaman, pengalaman, dan sensitivitas yang sama terhadap kelucuan. Sesuatu yang dianggap lucu oleh satu orang dapat dianggap menyinggung oleh orang lain.

Perbedaan latar belakang budaya, usia, nilai, pengalaman hidup, dan kondisi emosional dapat memengaruhi penerimaan terhadap humor. Dalam kelompok yang beragam, humor perlu digunakan dengan hati-hati agar tidak menimbulkan salah paham. Humor yang menyentuh identitas pribadi, kondisi fisik, agama, suku, jenis kelamin, status sosial, atau pengalaman traumatis dapat melukai orang lain meskipun disampaikan dengan maksud bercanda. Jika hal ini terjadi, humor tidak lagi menjadi sarana penguat hubungan, tetapi justru menjadi sumber konflik.

Selain itu, humor yang terlalu dominan dapat mengurangi kualitas komunikasi. Dalam situasi yang membutuhkan empati, kejujuran, atau penyelesaian masalah, penggunaan humor yang berlebihan dapat membuat lawan bicara merasa tidak didengarkan. Misalnya, seseorang yang sedang menyampaikan kesedihan

mungkin merasa perasaannya diremehkan apabila respons yang diterima hanya berupa candaan. Dalam keadaan seperti ini, humor tidak cukup untuk menggantikan keterampilan mendengarkan secara aktif.

Oleh sebab itu, humor dalam hubungan sosial harus dilandasi empati. Humor yang sehat tidak bertujuan mempermalukan, mendominasi, atau menghindari tanggung jawab komunikasi. Humor sebaiknya digunakan untuk mempererat hubungan, bukan untuk menutupi **ketidakmampuan memahami perasaan orang lain.**

8.4.4 Perlunya Strategi Pendukung selain Humor

Keterbatasan humor menunjukkan bahwa strategi lain tetap diperlukan dalam berbagai konteks kehidupan. Dalam pembelajaran, humor perlu didukung oleh perencanaan pembelajaran, penguasaan materi, variasi metode, penggunaan media, serta evaluasi yang sesuai. Guru yang hanya mengandalkan humor mungkin dapat membuat peserta didik tertawa, tetapi belum tentu mampu memastikan bahwa tujuan pembelajaran tercapai.

Dalam konteks kesehatan mental, humor perlu diimbangi dengan kemampuan mengenali emosi, membangun dukungan sosial, menjaga pola hidup sehat, dan mencari bantuan profesional apabila diperlukan. Humor dapat membantu seseorang merasa lebih ringan, tetapi tidak dapat menggantikan terapi, konseling, atau penanganan medis pada kondisi tertentu. Dengan kata lain, humor dapat menjadi bagian dari upaya menjaga kesejahteraan psikologis, tetapi bukan satu-satunya bentuk pertolongan.

Dalam bidang promosi kesehatan, strategi berbasis humor dinilai berpotensi meningkatkan perhatian dan penerimaan pesan. Namun, efektivitasnya bergantung pada karakteristik audiens, bentuk pesan, tingkat kelucuan, serta kesesuaian konteks. Kajian sistematis mengenai strategi berbasis humor menunjukkan bahwa humor dapat menjadi alat yang berguna, tetapi keberhasilannya dipengaruhi oleh rancangan pesan dan sasaran komunikasi (Miller et al., 2021).

Bab 9: Implementasi Humor dalam Pembelajaran

9.1 Teknik Penggunaan Humor dalam Kelas

Teknik penggunaan humor dalam kelas merupakan bagian dari keterampilan pedagogis yang perlu dirancang secara sadar, etis, dan sesuai dengan tujuan pembelajaran. Humor tidak boleh dipahami sebagai selingan yang sekadar membuat siswa tertawa, tetapi sebagai strategi komunikasi yang membantu membangun perhatian, kedekatan, dan suasana belajar yang lebih positif. Dalam praktiknya, guru perlu memilih jenis humor yang relevan dengan materi, usia siswa, budaya kelas, serta kondisi emosional peserta didik. Humor yang tepat dapat membuat pembelajaran terasa lebih ringan, tetapi tetap terarah pada pencapaian kompetensi. Sebaliknya, humor yang tidak sesuai dapat mengalihkan perhatian, menyinggung perasaan siswa, atau menurunkan wibawa pembelajaran.

9.1.1 Humor yang Relevan dengan Materi

Teknik pertama dalam penggunaan humor adalah mengaitkannya dengan materi pembelajaran. Humor yang relevan dapat berupa analogi lucu, contoh kontekstual, permainan kata, cerita pendek, atau ilustrasi sederhana yang membantu siswa memahami konsep. Misalnya, dalam pelajaran bahasa, guru dapat menggunakan kalimat jenaka untuk menjelaskan ambiguitas makna,

sedangkan dalam pelajaran sains guru dapat menggunakan perumpamaan ringan untuk menggambarkan proses alam. Humor semacam ini tidak hanya mencairkan suasana, tetapi juga memperkuat daya ingat siswa terhadap konsep yang sedang dipelajari.

Humor yang relevan dengan materi juga dapat meningkatkan persepsi siswa terhadap kualitas pembelajaran. Siswa cenderung lebih tertarik mengikuti pelajaran ketika guru mampu menyampaikan materi dengan cara yang segar dan tidak monoton. Namun, guru tetap perlu memperhatikan proporsi agar humor tidak mendominasi waktu pembelajaran. Tinjauan mengenai instructional humor menunjukkan bahwa humor dalam pengajaran perlu dipahami berdasarkan jenis, tujuan, dan dampaknya terhadap proses belajar karena tidak semua humor menghasilkan manfaat yang sama (Zhou & Lee, 2025).

9.1.2 Humor sebagai Pembuka dan Penguat Perhatian

Humor dapat digunakan sebagai teknik pembuka untuk menarik perhatian siswa pada awal pembelajaran. Pada tahap awal, siswa sering masih membawa suasana dari kegiatan sebelumnya, sehingga guru perlu menciptakan transisi yang membuat mereka siap belajar. Humor ringan yang sopan dapat membantu siswa merasa lebih rileks dan fokus terhadap kehadiran guru. Misalnya, guru dapat membuka pelajaran dengan pertanyaan jenaka yang berkaitan dengan topik, cerita singkat, atau pengamatan lucu tentang fenomena sehari-hari. Teknik ini dapat membuat siswa lebih mudah memasuki suasana belajar tanpa merasa dipaksa secara kaku. Dengan demikian,

humor berperan sebagai pintu masuk emosional menuju kegiatan akademik.

Selain sebagai pembuka, humor juga dapat digunakan untuk menguatkan perhatian ketika konsentrasi siswa mulai menurun. Dalam pembelajaran yang berlangsung lama, siswa dapat mengalami kejenuhan, terutama jika materi bersifat abstrak atau menuntut konsentrasi tinggi. Guru dapat menyisipkan humor singkat sebagai jeda psikologis sebelum kembali pada inti materi. Namun, jeda humor sebaiknya tidak terlalu panjang agar ritme pembelajaran tetap terkendali. Guru juga perlu menghindari humor yang memicu keributan berlebihan karena hal tersebut dapat membuat kelas sulit dikondisikan kembali.

9.1.3 Humor dalam Interaksi Guru dan Siswa

Teknik penggunaan humor juga dapat diterapkan dalam interaksi guru dan siswa untuk membangun relasi pedagogis yang lebih hangat. Guru yang mampu menggunakan humor secara bijak biasanya lebih mudah menciptakan suasana kelas yang akrab, terbuka, dan tidak menakutkan. Siswa akan merasa lebih nyaman bertanya atau menjawab apabila guru tidak selalu menampilkan komunikasi yang kaku dan menghukum. Dalam hal ini, humor dapat menjadi sarana untuk memperpendek jarak psikologis antara guru dan siswa tanpa menghilangkan batas profesional. Guru dapat menggunakan humor ketika menanggapi situasi kecil di kelas, mengalihkan ketegangan, atau memberi teguran ringan yang tidak mempermalukan. Dengan demikian, humor berfungsi sebagai

strategi komunikasi yang memperkuat hubungan sosial dalam pembelajaran.

Meskipun demikian, humor dalam interaksi kelas harus dijaga agar tidak berubah menjadi ejekan, sindiran tajam, atau komentar yang merendahkan. Guru perlu menghindari humor yang menjadikan kelemahan siswa sebagai bahan tertawaan, baik terkait kemampuan akademik, fisik, latar belakang keluarga, maupun identitas pribadi. Kajian scoping review tentang penggunaan humor guru di kelas menunjukkan bahwa humor dapat mendukung pengelolaan kelas dan proses belajar, tetapi juga dapat berdampak negatif apabila bersifat agresif atau tidak sesuai konteks (Robinson et al., 2024).

9.1.4 Evaluasi dan Batas Etis Penggunaan Humor

Teknik penggunaan humor dalam kelas perlu disertai evaluasi agar guru mengetahui apakah humor tersebut benar-benar membantu pembelajaran. Evaluasi dapat dilakukan melalui pengamatan terhadap respons siswa, keterlibatan kelas, kelancaran diskusi, dan kemampuan siswa kembali fokus setelah humor digunakan. Apabila humor membuat siswa lebih aktif, lebih rileks, dan lebih mudah memahami materi, maka humor tersebut dapat dianggap mendukung proses belajar. Sebaliknya, jika humor membuat kelas gaduh, menyinggung siswa, atau mengaburkan inti materi, maka penggunaannya perlu diperbaiki. Guru juga dapat meminta umpan balik secara tidak langsung melalui refleksi pembelajaran atau percakapan ringan dengan siswa.

Batas etis menjadi aspek utama dalam penggunaan humor di kelas. Guru perlu memastikan bahwa humor tidak mengandung unsur diskriminatif, kekerasan verbal, pelecehan, penghinaan, atau stereotip terhadap kelompok tertentu. Humor juga tidak boleh digunakan untuk menutupi kelemahan penguasaan materi atau menggantikan proses pembelajaran yang substansial. Penggunaan humor yang bijak menuntut keseimbangan antara spontanitas dan kesadaran profesional. Guru perlu memahami kapan harus bercanda, kapan harus serius, dan kapan harus menghentikan humor agar kelas tetap kondusif.

9.2 Contoh Humor Edukatif yang Efektif

Humor edukatif yang efektif merupakan bentuk humor yang digunakan secara sadar untuk mendukung tujuan pembelajaran, bukan sekadar untuk membuat siswa tertawa. Humor ini harus memiliki hubungan dengan materi, kondisi kelas, dan kebutuhan psikologis siswa. Dalam pembelajaran, humor dapat membantu mencairkan suasana, menarik perhatian, memperjelas konsep, serta membangun hubungan yang lebih hangat antara guru dan siswa. Namun, humor edukatif harus tetap menjaga etika, kesopanan, dan martabat semua pihak yang terlibat. Humor yang baik tidak menyinggung fisik, latar belakang keluarga, kemampuan akademik, agama, suku, atau kondisi pribadi siswa. Dengan demikian, humor edukatif yang efektif adalah humor yang menyenangkan, relevan, aman, dan tetap mengarahkan siswa pada pemahaman materi.

9.2.1 Humor Analogi dalam Penjelasan Materi

Humor analogi merupakan bentuk humor yang menggunakan perbandingan lucu untuk menjelaskan konsep pembelajaran. Guru dapat memanfaatkan analogi sederhana agar materi yang abstrak menjadi lebih mudah dipahami siswa. Misalnya, ketika menjelaskan pentingnya tanda baca dalam pelajaran bahasa Indonesia, guru dapat mengatakan bahwa kalimat tanpa tanda baca seperti jalan raya tanpa rambu, semua orang bisa bergerak, tetapi mudah terjadi kekacauan. Contoh tersebut mengandung unsur humor ringan karena membandingkan struktur kalimat dengan lalu lintas sehari-hari. Humor analogi efektif karena siswa tidak hanya tertawa, tetapi juga memahami fungsi tanda baca secara konkret. Dengan cara ini, humor menjadi alat bantu pemahaman, bukan sekadar sisipan hiburan.

Dalam pelajaran matematika, humor analogi juga dapat digunakan untuk menjelaskan konsep yang dianggap sulit. Misalnya, guru dapat menjelaskan pecahan dengan mengatakan bahwa membagi satu kue untuk empat orang lebih aman daripada membiarkan satu orang mengambil semuanya sambil berkata bahwa ia hanya “menguji konsep keadilan”. Ungkapan tersebut bersifat ringan, tetapi tetap mengarahkan siswa pada pemahaman tentang pembagian bagian yang sama. Humor seperti ini membantu siswa merasa bahwa matematika tidak selalu kaku atau menakutkan. Selain itu, analogi yang dekat dengan kehidupan sehari-hari membuat siswa lebih mudah mengingat konsep yang diajarkan. Unsur humor dalam materi pembelajaran dapat digunakan untuk

menarik perhatian, membantu pengingatan, dan mendukung keterlibatan belajar apabila disusun secara tepat (Erdoğan & Çakıroğlu, 2021).

9.2.2 Humor Situasional di Kelas

Humor situasional adalah humor yang muncul dari keadaan kelas secara spontan, tetapi tetap dikendalikan oleh guru agar tidak keluar dari tujuan pembelajaran. Humor ini biasanya terjadi ketika ada peristiwa kecil yang menarik, seperti kesalahan pengucapan, jawaban siswa yang unik, atau situasi kelas yang tidak terduga. Misalnya, ketika spidol guru tiba-tiba tidak keluar tinta, guru dapat berkata, “Sepertinya spidol ini sedang melakukan aksi diam karena terlalu sering dipakai menjelaskan.” Kalimat tersebut dapat membuat siswa tertawa tanpa menyerang siapa pun. Setelah suasana mencair, guru dapat segera kembali pada materi agar perhatian siswa tidak teralihkan terlalu lama. Dengan demikian, humor situasional efektif apabila singkat, aman, dan mampu mengembalikan energi kelas.

Humor situasional juga dapat digunakan ketika siswa mulai tampak lelah atau kehilangan konsentrasi. Guru dapat menyisipkan komentar ringan yang tidak menyimpang jauh dari pelajaran. Misalnya, ketika siswa mengantuk saat pelajaran berlangsung, guru dapat berkata, “Mata boleh berkedip, tetapi ide jangan ikut tidur.” Pernyataan ini lebih halus daripada teguran keras karena tetap mengingatkan siswa tanpa memperlakukan mereka. Humor semacam ini membantu guru menjaga kedisiplinan dengan cara yang

lebih manusiawi. Namun, guru tetap harus peka terhadap respons siswa agar humor tidak berubah menjadi sindiran yang menyakitkan.

Humor situasional yang efektif menuntut kemampuan guru membaca suasana kelas. Guru perlu mengetahui kapan humor dapat digunakan dan kapan suasana kelas membutuhkan ketegasan. Apabila kelas sedang tidak kondusif, humor yang terlalu banyak justru dapat memperburuk keadaan. Sebaliknya, apabila kelas terlalu tegang, humor ringan dapat membantu siswa kembali rileks.

9.2.3 Humor Berbasis Pertanyaan Edukatif

Humor berbasis pertanyaan edukatif merupakan humor yang disusun dalam bentuk pertanyaan ringan untuk memancing perhatian siswa. Pertanyaan ini dapat digunakan pada awal pembelajaran, saat transisi materi, atau ketika guru ingin mengaktifkan kembali partisipasi siswa. Misalnya, dalam pelajaran IPA tentang rantai makanan, guru dapat bertanya, “Kalau rumput bisa protes, kira-kira apa yang akan dikatakan kepada kambing?” Pertanyaan tersebut lucu karena memberi sifat manusia pada rumput, tetapi tetap mengarahkan siswa pada hubungan antara produsen dan konsumen. Siswa dapat menjawab secara kreatif, kemudian guru mengaitkannya kembali dengan konsep ekosistem. Dengan demikian, humor berbasis pertanyaan dapat mengaktifkan imajinasi sekaligus memperkuat pemahaman.

Dalam pelajaran sejarah, guru juga dapat menggunakan pertanyaan humoris untuk membangun rasa ingin tahu. Misalnya, sebelum membahas tokoh perjuangan, guru dapat bertanya, “Jika para pahlawan memiliki grup pesan singkat, kira-kira siapa yang

paling sering mengirim pesan semangat?” Pertanyaan ini tidak dimaksudkan untuk meremehkan sejarah, tetapi untuk membuka ruang imajinasi siswa. Setelah siswa memberi jawaban, guru dapat mengarahkan diskusi pada nilai keberanian, kepemimpinan, dan kerja sama. Humor seperti ini dapat membantu siswa melihat bahwa sejarah bukan sekadar hafalan tanggal, tetapi kisah manusia yang memiliki nilai kehidupan. Dengan demikian, pertanyaan humoris dapat menjadi pintu masuk menuju pembelajaran yang lebih aktif.

9.2.4 Humor Naratif dan Cerita Pendek

Humor naratif adalah humor yang disampaikan melalui cerita singkat yang mengandung pesan pembelajaran. Guru dapat menggunakan cerita lucu untuk menjelaskan nilai, konsep, atau kesalahan umum yang sering terjadi dalam belajar. Misalnya, dalam pelajaran bahasa, guru dapat bercerita tentang seorang siswa yang menulis kalimat “Ibu memasak ayah di dapur” karena lupa meletakkan tanda koma. Cerita tersebut lucu, tetapi sekaligus menegaskan pentingnya tanda baca dalam menentukan makna kalimat. Siswa biasanya lebih mudah mengingat kesalahan semacam ini karena disampaikan melalui cerita yang menarik. Dengan demikian, humor naratif dapat membantu pembelajaran menjadi lebih berkesan.

Cerita humor juga dapat digunakan untuk membangun nilai karakter. Misalnya, guru dapat menceritakan tokoh fiktif yang selalu menunda tugas sampai akhirnya tugas itu seolah-olah “menumpuk dan meminta pertanggungjawaban”. Cerita tersebut dapat membuat siswa tertawa, tetapi juga mengingatkan mereka tentang pentingnya

disiplin belajar. Humor naratif seperti ini efektif karena pesan moral tidak disampaikan secara menggurui. Siswa diajak memahami akibat dari suatu perilaku melalui kisah ringan yang mudah diterima. Penggunaan humor guru di kelas dapat mendukung proses belajar dan pengelolaan kelas, tetapi tetap perlu memperhatikan jenis humor, konteks, serta dampaknya terhadap pengalaman siswa (Robinson et al., 2024).

Namun, humor naratif perlu disampaikan secara singkat agar tidak menghabiskan waktu pembelajaran. Cerita yang terlalu panjang dapat membuat siswa kehilangan fokus terhadap tujuan utama pelajaran. Guru sebaiknya memilih cerita yang sederhana, relevan, dan mudah dikaitkan dengan materi. Selain itu, cerita humor tidak boleh menjadikan siswa tertentu sebagai objek tertawaan. Tokoh cerita sebaiknya bersifat umum atau fiktif agar tidak menimbulkan rasa malu. Dengan demikian, humor naratif yang efektif adalah humor yang memiliki alur sederhana, pesan jelas, dan dampak positif terhadap suasana belajar.

9.2.5 Prinsip Efektivitas Humor Edukatif

Efektivitas humor edukatif ditentukan oleh relevansi, ketepatan waktu, kesopanan, dan keterkaitannya dengan tujuan pembelajaran. Humor yang relevan membantu siswa memahami materi, sedangkan humor yang tidak relevan dapat menjadi gangguan. Guru perlu memastikan bahwa humor digunakan untuk memperjelas, menekankan, atau menyegarkan suasana pembelajaran. Selain itu, humor sebaiknya tidak terlalu sering digunakan karena dapat mengurangi keseriusan kelas. Humor yang

terlalu dominan dapat membuat siswa lebih mengingat kelucuan daripada konsep yang dipelajari. Oleh karena itu, penggunaan humor perlu diatur secara seimbang.

Prinsip lain yang penting adalah keamanan psikologis siswa. Humor edukatif tidak boleh menyerang kelemahan, penampilan, identitas, atau latar belakang siswa. Guru harus memastikan bahwa tawa yang muncul adalah tawa bersama, bukan tawa yang menjadikan seseorang sebagai korban. Apabila ada siswa yang tampak tidak nyaman, guru perlu segera menghentikan atau mengubah bentuk humor. Kepekaan seperti ini menunjukkan bahwa guru memahami batas etis dalam komunikasi pembelajaran. Dengan demikian, humor yang efektif bukan hanya humor yang lucu, tetapi juga humor yang bertanggung jawab.

Pada akhirnya, contoh humor edukatif yang efektif adalah humor yang membantu siswa merasa nyaman, tertarik, dan lebih mudah memahami pelajaran. Humor dapat berbentuk analogi, pertanyaan, cerita pendek, komentar situasional, atau ilustrasi sederhana yang sesuai dengan materi. Guru tidak perlu menjadi pelawak untuk menggunakan humor dalam pembelajaran. Hal yang lebih penting adalah kemampuan memilih humor yang tepat, menjaga suasana kelas, dan mengembalikan perhatian siswa pada tujuan belajar.

9.3 Penyesuaian Humor Berdasarkan Usia Siswa

Penyesuaian humor berdasarkan usia siswa merupakan prinsip penting dalam penggunaan humor sebagai strategi pembelajaran. Humor tidak dapat diterapkan secara seragam kepada semua peserta didik karena setiap tahap usia memiliki karakteristik kognitif, emosional, bahasa, dan sosial yang berbeda. Humor yang sesuai bagi anak usia dini belum tentu tepat bagi remaja, demikian pula humor yang diterima oleh siswa sekolah menengah belum tentu dipahami oleh siswa sekolah dasar. Guru perlu memahami perkembangan peserta didik agar humor dapat mendukung suasana belajar tanpa menimbulkan kebingungan, rasa malu, atau kesalahpahaman. Penyesuaian ini juga penting karena humor berkaitan erat dengan kemampuan memahami makna ganda, konteks sosial, simbol, ironi, dan hubungan antarperistiwa. Oleh karena itu, humor di kelas perlu dirancang secara sensitif terhadap usia, tingkat kedewasaan, dan pengalaman hidup siswa.

9.3.1 Humor untuk Anak Usia Dini

Humor bagi anak usia dini umumnya bersifat sederhana, konkret, ekspresif, dan berkaitan langsung dengan pengalaman sehari-hari. Pada tahap ini, anak lebih mudah memahami humor yang muncul melalui ekspresi wajah, suara lucu, gerakan tubuh, permainan kata sederhana, atau kejadian yang tidak biasa tetapi tetap aman. Guru dapat menggunakan humor untuk membangun kedekatan emosional, mengurangi rasa takut, dan menciptakan

suasana belajar yang menyenangkan. Misalnya, guru dapat menggunakan boneka, lagu jenaka, cerita bergambar, atau gerakan berlebihan untuk menarik perhatian anak. Namun, humor untuk anak usia dini tidak boleh mengandung sindiran, ironi, atau makna tersembunyi yang sulit dipahami. Dengan demikian, humor pada tahap ini sebaiknya diarahkan pada kegembiraan, rasa aman, dan penguatan hubungan antara guru dan anak.

Penggunaan humor pada anak usia dini juga perlu memperhatikan sensitivitas emosional mereka. Anak pada usia ini belum sepenuhnya mampu membedakan antara candaan dan kritik, sehingga humor yang menyasar diri anak dapat menimbulkan rasa takut atau malu. Guru perlu menghindari candaan tentang tubuh, kemampuan bicara, kesalahan, atau perilaku anak yang belum matang. Humor yang baik adalah humor yang mengajak anak tertawa bersama, bukan membuat teman-temannya menertawakan satu anak tertentu. Penelitian mengenai perkembangan humor anak menunjukkan bahwa humor dapat menjadi indikator perkembangan bahasa dan kognitif anak, tetapi bentuk humor yang dipahami anak sangat bergantung pada tahap perkembangannya (Sahayu & Friyanto, 2022).

9.3.2 Humor untuk Siswa Sekolah Dasar

Humor untuk siswa sekolah dasar dapat lebih bervariasi dibandingkan humor untuk anak usia dini, tetapi tetap perlu sederhana dan dekat dengan pengalaman konkret. Pada usia ini, siswa mulai memahami permainan kata, teka-teki, cerita lucu, dan situasi yang mengandung ketidaksesuaian sederhana. Guru dapat

menggunakan humor untuk menjelaskan materi, memberi contoh, atau menghubungkan konsep pelajaran dengan kehidupan sehari-hari. Misalnya, dalam pelajaran bahasa, guru dapat memakai permainan kata yang ringan, sedangkan dalam matematika guru dapat menggunakan cerita lucu yang tetap mengarah pada pemecahan masalah. Humor semacam ini dapat membantu siswa mempertahankan perhatian dan mengurangi kejenuhan saat belajar.

Siswa sekolah dasar juga berada pada tahap penting dalam pembentukan harga diri dan hubungan sosial. Oleh sebab itu, guru perlu sangat berhati-hati agar humor tidak berubah menjadi ejekan yang dapat ditiru oleh siswa lain. Candaan tentang kekurangan fisik, kesalahan membaca, nilai rendah, atau kebiasaan pribadi harus dihindari karena dapat menjadi awal perundungan verbal. Guru juga perlu menjelaskan batas antara bercanda dan menyakiti agar siswa belajar menggunakan humor secara santun. Pada jenjang ini, humor dapat dijadikan media pendidikan karakter, seperti mengajarkan empati, kerja sama, dan kemampuan meminta maaf.

9.3.3 Humor untuk Siswa Remaja

Humor untuk siswa remaja memerlukan kepekaan yang lebih kompleks karena remaja sedang berada pada tahap pencarian identitas dan peningkatan sensitivitas sosial. Pada usia ini, siswa mulai memahami ironi ringan, sindiran halus, humor situasional, serta humor yang berkaitan dengan pengalaman sosial mereka. Guru dapat menggunakan humor untuk membangun kedekatan, mengurangi jarak psikologis, dan membuat pembelajaran terasa lebih relevan. Namun, remaja juga lebih peka terhadap rasa malu,

penilaian teman sebaya, dan perlakuan yang dianggap tidak adil. Oleh karena itu, humor yang menyasar individu tertentu sangat berisiko menimbulkan luka sosial. Guru perlu memastikan bahwa humor tidak mempermalukan, tidak merendahkan, dan tidak menyentuh isu pribadi siswa.

Pada jenjang remaja, humor dapat berfungsi sebagai sarana membangun hubungan pedagogis yang lebih dialogis. Guru yang mampu memahami gaya komunikasi remaja biasanya lebih mudah menciptakan kelas yang hidup dan partisipatif. Akan tetapi, guru tetap harus menjaga batas profesional agar humor tidak berubah menjadi candaan yang terlalu bebas atau kehilangan arah pembelajaran. Kajian scoping review tentang penggunaan humor guru pada siswa usia 11–18 tahun menunjukkan bahwa humor dapat mendukung pengalaman pendidikan remaja, tetapi juga dapat berdampak negatif apabila tidak sesuai konteks atau tidak dikelola secara hati-hati (Robinson et al., 2024).

9.3.4 Humor untuk Siswa Dewasa Awal

Humor untuk siswa dewasa awal, seperti mahasiswa atau peserta didik pada jenjang pendidikan lanjutan, dapat bersifat lebih reflektif, konseptual, dan kontekstual. Pada tahap ini, peserta didik umumnya telah memiliki kemampuan berpikir abstrak yang lebih matang sehingga dapat memahami humor berbasis ironi, analogi, kritik sosial, atau perbandingan gagasan. Guru atau dosen dapat menggunakan humor untuk membuka diskusi, mengilustrasikan teori, atau menghubungkan materi dengan fenomena aktual. Humor yang tepat dapat membuat pembelajaran terasa lebih dekat dengan

realitas kehidupan dan mendorong peserta didik berpikir kritis. Namun, humor tetap harus dijaga agar tidak melanggar etika akademik atau menyinggung identitas tertentu. Dengan demikian, kedewasaan usia tidak berarti humor dapat digunakan tanpa batas.

Pada siswa dewasa awal, humor juga dapat digunakan sebagai sarana membangun suasana akademik yang terbuka. Peserta didik pada jenjang ini sering menghadapi tekanan tugas, tuntutan prestasi, dan kecemasan terhadap masa depan. Humor yang sehat dapat membantu meredakan ketegangan dan membuat interaksi pembelajaran terasa lebih manusiawi. Namun, guru atau dosen tetap perlu mempertahankan profesionalitas, terutama dalam membahas isu sensitif seperti agama, gender, politik, etnisitas, atau kondisi personal peserta didik. Humor yang baik pada tahap ini adalah humor yang cerdas, relevan, dan memperkaya pemahaman, bukan humor yang memancing kontroversi tanpa tujuan pedagogis.

9.4 Humor sebagai Alat Interaksi Pembelajaran

Humor dalam pembelajaran dapat dipahami sebagai alat interaksi yang membantu guru dan siswa membangun komunikasi secara lebih hidup, terbuka, dan menyenangkan. Dalam kegiatan belajar, interaksi tidak hanya berlangsung melalui penyampaian materi, tetapi juga melalui suasana emosional yang terbentuk di dalam kelas. Humor yang digunakan secara tepat dapat mencairkan ketegangan, mengurangi jarak psikologis, serta membuat siswa lebih siap menerima pelajaran. Dengan demikian, humor bukan sekadar

unsur hiburan, melainkan bagian dari keterampilan pedagogis yang mendukung efektivitas komunikasi pembelajaran.

9.4.1 Humor sebagai Penghubung Komunikasi Guru dan Siswa

Humor berperan sebagai penghubung komunikasi antara guru dan siswa. Dalam suasana kelas yang terlalu formal, siswa sering merasa takut bertanya atau ragu menyampaikan pendapat. Humor dapat membantu menciptakan suasana yang lebih santai sehingga komunikasi menjadi lebih terbuka. Ketika guru mampu menyisipkan humor secara wajar, siswa cenderung memandang guru sebagai pribadi yang lebih ramah dan mudah didekati.

Interaksi yang terbangun melalui humor tidak berarti menghilangkan wibawa guru. Sebaliknya, humor yang tepat dapat memperkuat hubungan pedagogis karena siswa merasa dihargai secara emosional. Guru yang mampu menggunakan humor dengan bijak menunjukkan bahwa pembelajaran tidak harus selalu berlangsung kaku. Hal ini penting karena proses belajar menuntut keterlibatan siswa secara mental dan emosional, bukan hanya kehadiran fisik di kelas.

Humor juga dapat membantu guru menyampaikan pesan tertentu secara lebih halus. Teguran ringan, penguatan materi, atau pengalihan perhatian siswa dapat dilakukan melalui humor tanpa menimbulkan rasa terancam. Namun, guru tetap perlu menjaga batas agar humor tidak berubah menjadi sindiran yang mempermalukan siswa.

9.4.2 Humor dalam Membangun Suasana Kelas yang Positif

Suasana kelas yang positif merupakan prasyarat penting bagi pembelajaran yang efektif. Humor dapat membantu membangun suasana tersebut karena mampu menurunkan ketegangan dan menciptakan perasaan nyaman. Ketika siswa merasa nyaman, mereka lebih mudah memusatkan perhatian, mengikuti instruksi, serta terlibat dalam kegiatan belajar. Dalam hal ini, humor memiliki fungsi sosial dan emosional yang mendukung proses akademik.

Humor juga dapat menjadi bentuk ice breaking ketika siswa mulai menunjukkan kejenuhan. Pada saat pembelajaran berlangsung lama atau materi dianggap sulit, humor dapat mengembalikan perhatian siswa. Guru dapat menggunakan humor singkat yang relevan dengan materi agar suasana kelas tetap segar tanpa mengganggu alur pembelajaran. Humor semacam ini membantu siswa beristirahat secara emosional, tetapi tetap berada dalam konteks belajar.

Kajian tentang instructional humor menunjukkan bahwa humor yang relevan dengan pembelajaran dapat mendukung hubungan guru-siswa, meningkatkan perhatian, dan memperkuat pengalaman belajar yang positif (Zhou & Lee, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa humor paling efektif ketika tidak berdiri sebagai selingan kosong, melainkan terhubung dengan materi, situasi kelas, atau tujuan komunikasi guru.

9.4.3 Humor sebagai Pendorong Keterlibatan Siswa

Humor dapat mendorong keterlibatan siswa atau *student engagement* dalam pembelajaran. Keterlibatan ini tampak dari

kesediaan siswa untuk bertanya, menjawab, berdiskusi, bekerja sama, serta menunjukkan perhatian terhadap materi. Ketika suasana kelas terasa menyenangkan, siswa cenderung tidak melihat pembelajaran sebagai beban semata. Mereka lebih mudah masuk ke dalam aktivitas belajar karena hubungan emosional dengan guru dan kelas terbentuk secara positif.

Dalam pembelajaran interaktif, humor dapat berfungsi sebagai pemantik respons. Misalnya, guru dapat menggunakan contoh lucu yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari siswa untuk membuka diskusi. Cara ini membuat materi terasa lebih dekat dengan pengalaman siswa. Humor juga dapat membantu siswa memahami konsep abstrak melalui ilustrasi yang ringan dan mudah diingat. Oleh karena itu, humor memiliki potensi untuk memperkuat pemahaman apabila digunakan secara terencana.

Namun, keterlibatan yang muncul melalui humor perlu diarahkan agar tetap produktif. Siswa mungkin menjadi lebih aktif, tetapi guru harus memastikan bahwa aktivitas tersebut tetap berkaitan dengan tujuan pembelajaran. Humor yang terlalu sering atau tidak terkendali dapat membuat kelas kehilangan fokus.

9.4.4 Batasan Penggunaan Humor dalam Interaksi Pembelajaran

Meskipun memiliki banyak manfaat, humor dalam pembelajaran memiliki batasan yang perlu diperhatikan. Tidak semua bentuk humor sesuai untuk digunakan di kelas. Humor yang mengandung ejekan, stereotip, unsur diskriminatif, atau komentar terhadap kondisi pribadi siswa dapat menimbulkan dampak negatif.

Humor semacam itu berpotensi melukai perasaan siswa, menurunkan kepercayaan terhadap guru, dan merusak iklim kelas.

Guru juga perlu mempertimbangkan perbedaan karakter siswa. Ada siswa yang mudah memahami humor, tetapi ada pula yang lebih sensitif terhadap candaan tertentu. Perbedaan usia, latar belakang budaya, pengalaman pribadi, dan kemampuan bahasa dapat memengaruhi cara siswa menafsirkan humor. Oleh sebab itu, humor dalam pembelajaran harus bersifat inklusif, tidak menyerang, dan tidak menempatkan siswa sebagai objek tertawaan.

Penelitian mengenai humor yang dipersepsikan siswa di kelas menunjukkan bahwa humor guru berhubungan positif dengan kualitas relasi guru-siswa dan keterlibatan siswa, tetapi pengaruhnya juga dipengaruhi oleh perbedaan rasa humor masing-masing siswa (Cahyadi et al., 2023). Temuan ini menegaskan bahwa humor bukan strategi yang dapat digunakan secara sembarangan. Keberhasilannya sangat bergantung pada ketepatan konteks, kepekaan guru, serta kesesuaian humor dengan kondisi kelas.

Bab 10: Kesalahan dalam Penggunaan Humor

10.1 Humor yang Bersifat Merendahkan

10.1.1 Pengertian Humor yang Bersifat Merendahkan

Humor pada dasarnya dapat menjadi sarana untuk mencairkan suasana, mempererat hubungan sosial, dan mengurangi ketegangan dalam komunikasi. Namun, tidak semua bentuk humor memiliki dampak positif. Salah satu bentuk humor yang perlu diwaspadai adalah humor yang bersifat merendahkan. Humor ini merujuk pada candaan, lelucon, sindiran, atau ungkapan lucu yang menjadikan kelemahan, identitas, kondisi fisik, latar belakang sosial, kemampuan, atau pengalaman pribadi seseorang sebagai bahan tertawaan.

Humor yang merendahkan sering kali disamarkan dengan alasan “hanya bercanda”. Pernyataan tersebut kerap digunakan untuk mengurangi kesan serius dari ucapan yang sebenarnya menyakitkan. Dalam praktiknya, humor semacam ini dapat muncul dalam bentuk ejekan terhadap tubuh, warna kulit, cara berbicara, status ekonomi, jenis kelamin, agama, suku, prestasi akademik, atau kondisi psikologis seseorang. Meskipun disampaikan dalam suasana santai, dampaknya tetap dapat dirasakan secara emosional oleh pihak yang menjadi sasaran.

Dalam kajian psikologi humor, humor yang merendahkan dapat dikaitkan dengan *aggressive humor*, yaitu gaya humor yang digunakan untuk mengejek, mempermalukan, mengkritik, atau menegaskan superioritas atas orang lain. Gaya humor ini berbeda dari humor yang bersifat *affiliative*, yakni humor yang bertujuan membangun kedekatan dan memperkuat hubungan sosial. Perbedaan utama keduanya terletak pada arah dan dampaknya. Humor yang sehat membangun suasana bersama, sedangkan humor merendahkan menciptakan ketimpangan antara pihak yang menertawakan dan pihak yang ditertawakan.

10.1.2 Bentuk-Bentuk Humor yang Merendahkan

Humor yang merendahkan dapat muncul dalam berbagai bentuk. Bentuk pertama adalah ejekan terhadap kondisi fisik atau *body shaming*. Candaan mengenai berat badan, tinggi badan, warna kulit, bentuk wajah, atau ciri fisik tertentu sering dianggap ringan, padahal dapat melukai harga diri seseorang. Peserta didik, remaja, maupun orang dewasa yang menjadi sasaran candaan fisik dapat merasa tidak percaya diri dan menarik diri dari lingkungan sosial.

Bentuk kedua adalah humor berbasis stereotip. Humor ini menggunakan anggapan umum yang menyederhanakan kelompok tertentu, misalnya berdasarkan suku, agama, gender, pekerjaan, atau status sosial. Candaan berbasis stereotip berbahaya karena dapat memperkuat prasangka. Ketika stereotip terus diulang dalam bentuk humor, masyarakat dapat menganggap prasangka tersebut sebagai hal yang wajar. Padahal, humor semacam ini dapat mempertahankan ketidakadilan simbolis terhadap kelompok tertentu.

Bentuk ketiga adalah humor yang mempermalukan seseorang di depan umum. Dalam lingkungan kelas, misalnya, seorang peserta didik dapat menjadi sasaran candaan karena salah menjawab pertanyaan, lambat memahami materi, atau memiliki kebiasaan tertentu. Jika candaan tersebut dilakukan di hadapan teman-temannya, peserta didik dapat mengalami tekanan emosional yang lebih kuat. Situasi ini dapat menurunkan keberanian untuk bertanya, menjawab, atau berpartisipasi dalam pembelajaran.

Bentuk keempat adalah humor yang menyerang kondisi psikologis atau pengalaman pribadi. Candaan mengenai kecemasan, kesedihan, trauma, kegagalan, atau persoalan keluarga seseorang dapat menjadi sangat menyakitkan. Masalah pribadi bukanlah bahan humor yang pantas digunakan tanpa persetujuan dan sensitivitas.

10.1.3 Dampak Humor Merendahkan terhadap Individu dan Lingkungan Sosial

Humor yang bersifat merendahkan dapat berdampak negatif terhadap kondisi psikologis individu. Seseorang yang sering menjadi sasaran candaan merendahkan dapat mengalami penurunan kepercayaan diri, rasa malu, kecemasan sosial, dan perasaan tidak diterima. Dampak ini dapat semakin kuat apabila humor dilakukan secara berulang dan dianggap biasa oleh lingkungan sekitar. Dalam jangka panjang, individu dapat mengembangkan keyakinan negatif terhadap dirinya sendiri.

Dalam lingkungan pendidikan, humor merendahkan dapat mengganggu proses belajar. Peserta didik yang takut diejek akan cenderung pasif dan menghindari partisipasi. Mereka mungkin

enggan bertanya karena khawatir dianggap bodoh atau ditertawakan. Kondisi ini membuat kelas tidak lagi menjadi ruang yang aman untuk belajar, melainkan ruang yang penuh tekanan. Padahal, pembelajaran yang efektif membutuhkan rasa aman psikologis agar peserta didik berani mencoba, keliru, dan memperbaiki pemahaman.

Humor merendahkan juga dapat merusak hubungan sosial. Pihak yang menjadi sasaran humor mungkin merasa tidak dihargai, sedangkan pihak yang menertawakan dapat terbiasa memandang orang lain secara tidak empatik. Apabila dibiarkan, humor seperti ini dapat membentuk budaya komunikasi yang kasar. Relasi sosial menjadi tidak sehat karena keakraban dibangun di atas penghinaan, bukan penghargaan.

Kajian tentang gaya humor menunjukkan bahwa humor adaptif, seperti affiliative humor dan self-enhancing humor, berkaitan positif dengan kesejahteraan subjektif, sedangkan humor agresif dan merendahkan diri secara berlebihan berkaitan negatif dengan kesejahteraan psikologis (Jiang et al., 2020). Temuan ini memperlihatkan bahwa humor tidak bersifat netral; dampaknya sangat ditentukan oleh cara humor digunakan dan siapa yang menjadi sasarannya.

10.1.4 Upaya Menghindari Humor yang Merendahkan

Upaya menghindari humor yang merendahkan perlu dimulai dari kesadaran bahwa candaan memiliki konsekuensi sosial dan psikologis. Seseorang perlu mempertimbangkan apakah humor yang disampaikan berpotensi melukai, mempermalukan, atau memperkuat prasangka terhadap individu maupun kelompok

tertentu. Prinsip utama dalam humor yang sehat adalah tidak menjadikan martabat manusia sebagai bahan tertawaan.

Dalam lingkungan belajar, guru memiliki peran penting dalam membangun budaya humor yang positif. Guru dapat menggunakan humor untuk mencairkan suasana, tetapi tetap harus menghindari candaan yang menyerang peserta didik. Jika terdapat peserta didik yang menggunakan humor merendahkan terhadap temannya, guru perlu menegur secara bijaksana dan menjelaskan bahwa kelucuan tidak boleh dibangun dari penghinaan. Dengan demikian, kelas dapat menjadi ruang yang aman, inklusif, dan saling menghargai.

Selain itu, peserta didik perlu dilatih untuk membedakan humor yang membangun dan humor yang menyakiti. Pendidikan karakter dapat memasukkan nilai empati, kesantunan berbahasa, dan penghargaan terhadap perbedaan. Kemampuan ini penting karena dalam interaksi sehari-hari, terutama di media sosial, humor merendahkan sering tersebar dalam bentuk komentar, meme, atau video pendek. Tanpa kesadaran kritis, seseorang dapat ikut menyebarkan humor yang sebenarnya berbahaya.

Penelitian mengenai disparagement humor menunjukkan bahwa humor yang merendahkan dapat berperan dalam menormalisasi prasangka karena pesan diskriminatif disampaikan melalui bentuk yang tampak lucu dan ringan (Thomas et al., 2020).

10.2 Humor yang Mengganggu Proses Belajar

Humor dalam pembelajaran pada dasarnya dapat menjadi strategi pedagogis yang bermanfaat apabila digunakan secara tepat, relevan, dan etis. Namun, humor juga dapat mengganggu proses belajar apabila penggunaannya tidak sesuai dengan tujuan pembelajaran, kondisi kelas, atau karakteristik peserta didik. Dalam situasi tertentu, humor yang berlebihan dapat mengalihkan perhatian siswa dari materi utama dan membuat pembelajaran kehilangan arah. Humor yang tidak relevan juga dapat menurunkan keseriusan siswa terhadap pelajaran karena fokus kelas bergeser dari kegiatan akademik menuju hiburan semata. Selain itu, humor yang menyinggung atau merendahkan dapat menimbulkan rasa tidak aman bagi siswa tertentu. Oleh karena itu, penting untuk memahami batas antara humor yang mendukung pembelajaran dan humor yang justru menghambat tercapainya tujuan pendidikan.

10.2.1 Humor yang Tidak Relevan dengan Materi

Humor yang tidak relevan dengan materi merupakan salah satu bentuk humor yang berpotensi mengganggu proses belajar. Dalam pembelajaran, setiap aktivitas komunikasi guru seharusnya diarahkan untuk memperjelas konsep, menjaga perhatian, atau memperkuat relasi pedagogis. Apabila humor terlalu jauh dari topik, siswa dapat kehilangan fokus terhadap inti pelajaran. Misalnya, guru yang terlalu lama bercerita lucu tentang pengalaman pribadi tanpa mengaitkannya dengan materi dapat membuat waktu belajar berkurang. Siswa mungkin tertawa dan merasa terhibur, tetapi tidak

memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap konsep yang sedang dipelajari.

Penggunaan humor yang tidak relevan juga dapat menimbulkan masalah dalam pengelolaan kelas. Ketika siswa terlalu larut dalam candaan, guru membutuhkan waktu tambahan untuk mengembalikan perhatian mereka pada kegiatan belajar. Hal ini dapat mengurangi efektivitas pembelajaran, terutama pada kelas yang memiliki waktu terbatas atau materi yang padat. Kajian tentang instructional humor menunjukkan bahwa humor yang berkaitan dengan materi cenderung lebih bermanfaat, sedangkan humor yang tidak relevan, ofensif, atau agresif dapat dipersepsikan kurang tepat dalam konteks pendidikan (Zhou & Lee, 2025).

10.2.2 Humor Berlebihan dan Hilangnya Fokus Kelas

Humor yang berlebihan dapat membuat kelas kehilangan keseimbangan antara suasana menyenangkan dan kedalaman belajar. Dalam batas tertentu, humor dapat menjadi jeda psikologis yang membantu siswa mengurangi kejenuhan. Namun, apabila humor muncul terlalu sering, siswa dapat lebih menantikan candaan daripada memperhatikan materi. Kelas yang terlalu dipenuhi humor berpotensi berubah menjadi ruang hiburan yang sulit dikendalikan. Akibatnya, siswa kurang serius mengikuti instruksi, lambat menyelesaikan tugas, dan mudah menyimpang dari kegiatan utama. Dengan demikian, humor berlebihan dapat menurunkan kualitas perhatian siswa terhadap proses akademik.

Hilangnya fokus kelas akibat humor berlebihan juga dapat memengaruhi ritme pembelajaran. Guru mungkin harus mengulang

penjelasan karena sebagian siswa tidak menangkap inti materi setelah terlalu banyak tertawa atau berbicara. Dalam kondisi ini, humor tidak lagi menjadi alat bantu pedagogis, tetapi menjadi gangguan yang menghambat alur belajar. Siswa yang membutuhkan suasana tenang untuk memahami materi juga dapat merasa terganggu oleh kelas yang terlalu ramai. Selain itu, humor berlebihan dapat mengurangi wibawa instruksional guru apabila siswa mulai menganggap setiap situasi sebagai bahan candaan. Oleh karena itu, guru perlu mengatur frekuensi, durasi, dan momen penggunaan humor secara proporsional. Humor yang baik seharusnya memperkuat perhatian, bukan mengambil alih seluruh perhatian kelas.

10.2.3 Humor yang Menyinggung dan Merendahkan

Humor yang menyinggung merupakan bentuk humor yang paling berbahaya dalam pembelajaran karena dapat merusak rasa aman psikologis siswa. Humor semacam ini dapat berupa ejekan terhadap kemampuan akademik, kondisi fisik, latar belakang keluarga, agama, suku, gender, bahasa, atau kesalahan siswa. Meskipun guru mungkin menganggapnya sebagai candaan ringan, siswa yang menjadi sasaran dapat merasakan malu, takut, atau rendah diri. Dalam jangka panjang, pengalaman tersebut dapat membuat siswa enggan bertanya, enggan menjawab, dan menarik diri dari kegiatan kelas. Humor yang merendahkan juga dapat memberi contoh buruk kepada siswa lain bahwa menertawakan kelemahan orang lain adalah hal yang dapat diterima. Oleh sebab itu, humor yang menyerang martabat siswa harus dihindari sepenuhnya.

Dampak humor yang menyinggung tidak hanya dirasakan oleh siswa yang menjadi sasaran, tetapi juga oleh iklim kelas secara keseluruhan. Siswa lain dapat merasa cemas karena khawatir suatu saat menjadi objek candaan berikutnya. Akibatnya, kelas tidak lagi menjadi ruang belajar yang aman, melainkan ruang yang penuh kewaspadaan. Tinjauan mengenai penggunaan humor guru di kelas menunjukkan bahwa humor dapat mendukung proses belajar dan pengelolaan kelas, tetapi humor agresif atau tidak sesuai konteks berpotensi memberi dampak negatif terhadap pengalaman siswa (Robinson et al., 2024). Dengan demikian, humor yang mengganggu proses belajar sering kali bukan hanya persoalan kehilangan fokus, tetapi juga persoalan etika dan perlindungan psikologis siswa. Guru harus memastikan bahwa humor yang digunakan membuat kelas tertawa bersama, bukan menertawakan seseorang.

10.2.4 Pengendalian Humor agar Tetap Edukatif

Pengendalian humor diperlukan agar penggunaannya tetap berada dalam koridor edukatif. Guru perlu memahami bahwa humor dalam kelas harus memiliki fungsi yang jelas, seperti membuka perhatian, menjelaskan konsep, meredakan ketegangan, atau memperkuat relasi pedagogis. Sebelum menggunakan humor, guru sebaiknya mempertimbangkan kesesuaian dengan materi, usia siswa, budaya kelas, dan kemungkinan dampaknya terhadap siswa tertentu. Humor yang aman adalah humor yang tidak menyerang identitas, tidak mempermalukan, dan tidak menghilangkan fokus pembelajaran. Guru juga perlu memperhatikan respons siswa, sebab tawa tidak selalu menandakan bahwa semua siswa merasa nyaman.

Dengan demikian, pengendalian humor memerlukan kepekaan sosial dan refleksi pedagogis.

Selain itu, guru perlu mengevaluasi penggunaan humor setelah pembelajaran berlangsung. Evaluasi dapat dilakukan dengan melihat apakah siswa tetap memahami materi, mengikuti instruksi, dan mampu kembali fokus setelah humor digunakan. Apabila humor membuat kelas terlalu gaduh atau mengurangi waktu belajar secara signifikan, maka penggunaannya perlu dikurangi. Guru juga dapat mengganti humor verbal dengan humor visual, analogi ringan, atau contoh kontekstual yang lebih terarah. Penggunaan humor yang terkendali menunjukkan bahwa guru mampu memadukan kehangatan komunikasi dengan ketegasan akademik.

10.3 Humor yang Tidak Relevan dengan Materi

Humor yang tidak relevan dengan materi merupakan bentuk humor yang tidak memiliki hubungan langsung dengan tujuan pembelajaran, konsep yang sedang dibahas, atau keterampilan yang ingin dicapai. Dalam pembelajaran, humor memang dapat membantu mencairkan suasana dan meningkatkan perhatian siswa, tetapi manfaat tersebut dapat berkurang apabila humor digunakan tanpa arah akademik yang jelas. Humor yang terlalu jauh dari materi dapat membuat siswa lebih mengingat kelucuan daripada isi pelajaran. Akibatnya, proses belajar menjadi terpecah karena perhatian siswa berpindah dari konsep utama menuju cerita, lelucon, atau komentar yang tidak mendukung pemahaman. Guru perlu

menyadari bahwa setiap unsur komunikasi di kelas sebaiknya membantu tercapainya tujuan pembelajaran. Dengan demikian, humor yang tidak relevan perlu dibatasi agar suasana kelas tetap menyenangkan tanpa kehilangan fokus akademik.

10.3.1 Pengertian Humor yang Tidak Relevan

Humor yang tidak relevan dapat dipahami sebagai humor yang tidak berkaitan dengan materi, konteks belajar, atau kebutuhan pedagogis siswa. Humor ini biasanya muncul dalam bentuk cerita lucu yang terlalu panjang, lelucon pribadi, komentar spontan, atau pembahasan ringan yang tidak kembali pada pokok pelajaran. Meskipun dapat menimbulkan tawa, humor semacam ini tidak memberikan kontribusi terhadap pemahaman konsep. Dalam situasi tertentu, humor yang tidak relevan bahkan dapat memutus alur berpikir siswa yang sedang mencoba memahami materi. Ketika alur pembelajaran terputus, guru membutuhkan waktu tambahan untuk mengembalikan perhatian kelas.

Humor yang tidak relevan tidak selalu muncul karena niat guru untuk mengabaikan pembelajaran. Kadang-kadang, humor tersebut digunakan untuk mengatasi kelas yang tegang, siswa yang mulai bosan, atau suasana yang terlalu kaku. Namun, apabila humor tidak diarahkan kembali pada materi, siswa dapat menafsirkan bahwa bagian tersebut lebih penting daripada konsep yang sedang diajarkan. Humor yang awalnya dimaksudkan sebagai penyegar suasana akhirnya berubah menjadi gangguan belajar. Penelitian terbaru tentang instructional humour dan seductive details menunjukkan bahwa humor yang tidak memiliki fungsi kognitif

berisiko menurunkan kinerja belajar karena bekerja seperti detail menarik yang mengalihkan perhatian dari isi utama (Bender et al., 2026).

10.3.2 Dampak terhadap Fokus dan Konsentrasi

Fokus dan konsentrasi merupakan syarat penting dalam pembelajaran karena siswa harus memproses informasi secara bertahap. Ketika guru menyampaikan humor yang tidak relevan, perhatian siswa dapat berpindah dari materi menuju unsur kelucuan yang sedang dibicarakan. Perpindahan perhatian ini tampak sederhana, tetapi dapat menghambat pemahaman, terutama pada materi yang memerlukan penalaran berurutan. Dalam pelajaran matematika, sains, bahasa, atau konsep abstrak lainnya, gangguan kecil dapat membuat siswa kehilangan hubungan antara satu gagasan dan gagasan berikutnya. Akibatnya, siswa mungkin tertawa dan tampak aktif, tetapi sebenarnya tidak sedang memproses materi secara mendalam. Dengan demikian, humor yang tidak relevan dapat menciptakan kesan kelas hidup, padahal kualitas perhatian akademik menurun.

Gangguan fokus juga dapat terjadi ketika humor terlalu sering digunakan. Siswa menjadi menunggu bagian lucu berikutnya dan tidak lagi memusatkan perhatian pada penjelasan inti. Dalam kondisi seperti ini, humor tidak lagi menjadi alat bantu pembelajaran, tetapi berubah menjadi pusat aktivitas kelas. Guru kemudian berisiko kehilangan kendali terhadap arah komunikasi karena siswa lebih responsif terhadap lelucon daripada instruksi akademik. Apabila kebiasaan ini berlangsung terus-menerus, kelas

dapat membangun budaya belajar yang kurang serius. Oleh karena itu, humor harus ditempatkan secara selektif agar tetap mendukung perhatian, bukan mengambil alih proses belajar.

Selain mengganggu fokus, humor yang tidak relevan dapat memperbesar beban kognitif siswa. Siswa harus memproses informasi tambahan yang tidak berhubungan dengan materi, sementara kapasitas perhatian mereka terbatas. Informasi tambahan yang menarik tetapi tidak mendukung pemahaman sering disebut sebagai *seductive details* dalam kajian desain pembelajaran. Detail seperti ini dapat tampak menyenangkan, tetapi berpotensi mengurangi waktu dan energi mental yang seharusnya digunakan untuk memahami konsep utama. Tinjauan tentang humor guru di kelas juga menunjukkan bahwa humor dapat memberi dampak positif atau negatif bergantung pada jenis, konteks, dan cara penggunaannya (Robinson et al., 2024).

10.3.3 Dampak terhadap Makna Pembelajaran

Pembelajaran yang efektif menuntut adanya keterhubungan antara tujuan, materi, metode, dan evaluasi. Humor yang tidak relevan dapat melemahkan keterhubungan tersebut karena menciptakan bagian komunikasi yang tidak memiliki fungsi akademik. Siswa dapat mengalami kebingungan mengenai bagian mana yang harus diingat, bagian mana yang hanya hiburan, dan bagian mana yang menjadi inti pelajaran. Kebingungan ini terutama dapat terjadi pada siswa yang masih membutuhkan struktur belajar yang jelas. Apabila guru tidak menandai batas antara humor dan materi, siswa dapat salah memahami pesan pembelajaran. Dengan

demikian, humor yang tidak relevan dapat mengaburkan makna dan prioritas dalam proses belajar.

Humor yang tidak relevan juga dapat menurunkan keseriusan siswa terhadap mata pelajaran. Apabila guru terlalu sering membawa pembicaraan keluar dari materi, siswa dapat menganggap pelajaran sebagai ruang bercanda, bukan ruang berpikir. Hal ini tidak berarti bahwa kelas harus selalu kaku dan tanpa tawa. Sebaliknya, kelas tetap dapat menyenangkan selama humor diarahkan untuk mendukung pemahaman atau menjaga suasana belajar secara proporsional. Masalah muncul ketika humor tidak lagi memperkuat materi, tetapi menggantikan materi. Oleh sebab itu, guru perlu menjaga keseimbangan antara suasana menyenangkan dan kedalaman akademik.

10.3.4 Strategi Menghindari Humor yang Tidak Relevan

Guru dapat menghindari humor yang tidak relevan dengan merencanakan penggunaan humor sebelum pembelajaran berlangsung. Perencanaan ini tidak berarti semua humor harus kaku, tetapi guru perlu memiliki kesadaran mengenai kapan, mengapa, dan untuk apa humor digunakan. Humor yang baik sebaiknya dikaitkan dengan contoh materi, analogi konsep, pertanyaan pemantik, atau refleksi singkat yang mendukung pemahaman. Sebelum menyampaikan humor, guru dapat mempertimbangkan apakah humor tersebut memperjelas materi, mengurangi kecemasan belajar, atau membantu siswa mengingat konsep. Apabila jawabannya tidak jelas, humor tersebut sebaiknya tidak digunakan atau disingkat agar tidak mengganggu pembelajaran. Dengan cara ini, humor tetap

menjadi bagian dari strategi pedagogis, bukan sekadar respons spontan.

Strategi lain adalah mengembalikan humor pada materi sesegera mungkin. Apabila guru menyampaikan humor untuk mencairkan suasana, guru perlu menutupnya dengan kalimat penghubung yang membawa siswa kembali pada pokok pembelajaran. Misalnya, setelah memberikan komentar ringan, guru dapat mengatakan bahwa contoh tersebut menunjukkan pentingnya konsep yang sedang dibahas. Kalimat penghubung ini membantu siswa memahami bahwa humor bukan bagian terpisah dari pelajaran. Selain itu, guru dapat menggunakan humor berbasis analogi, cerita pendek, atau pertanyaan reflektif yang masih berhubungan dengan tujuan belajar. Dengan demikian, humor dapat tetap menyenangkan tanpa membuat alur pembelajaran terputus.

Guru juga perlu melakukan refleksi terhadap respons siswa. Apabila siswa menjadi terlalu gaduh, kehilangan fokus, atau lebih tertarik pada lelucon daripada materi, berarti humor yang digunakan perlu dievaluasi. Refleksi dapat dilakukan dengan memperhatikan perubahan perhatian, kualitas jawaban siswa, dan kemampuan mereka mengingat konsep setelah humor digunakan. Guru juga dapat meminta umpan balik secara sederhana mengenai bagian pembelajaran yang membantu pemahaman. Dari proses tersebut, guru dapat membedakan humor yang benar-benar edukatif dan humor yang hanya menghibur sementara. Dengan demikian, pengendalian humor menjadi bagian dari profesionalisme guru dalam mengelola komunikasi kelas.

10.3.5 Batas Proporsional Penggunaan Humor

Batas proporsional penggunaan humor perlu ditetapkan agar pembelajaran tetap memiliki arah yang jelas. Humor sebaiknya digunakan sebagai pendukung, bukan sebagai inti kegiatan belajar. Guru dapat menempatkan humor pada awal pembelajaran untuk menarik perhatian, pada bagian transisi untuk mengurangi kejenuhan, atau pada penutup untuk memperkuat ingatan. Namun, jumlah humor harus disesuaikan dengan tingkat kesulitan materi, durasi pembelajaran, dan kondisi siswa. Pada materi yang kompleks, penggunaan humor perlu lebih hati-hati agar tidak mengganggu proses berpikir.

Proporsionalitas juga berkaitan dengan kemampuan guru menjaga wibawa dan kedisiplinan kelas. Guru yang terlalu sering menggunakan humor tidak relevan dapat mengalami kesulitan mengembalikan suasana kelas menjadi serius. Siswa mungkin menikmati kelas, tetapi belum tentu memperoleh pemahaman yang memadai. Oleh karena itu, guru harus mampu membedakan antara kelas yang menyenangkan dan kelas yang efektif. Kelas yang menyenangkan belum tentu efektif apabila tidak menghasilkan pemahaman, sedangkan kelas yang efektif dapat tetap menyenangkan apabila humor digunakan secara tepat.

Pada akhirnya, humor yang tidak relevan dengan materi perlu dihindari karena berpotensi mengganggu fokus, menambah beban kognitif, mengaburkan makna, dan melemahkan tujuan pembelajaran. Guru tetap dapat menggunakan humor, tetapi harus

memastikan bahwa humor tersebut memiliki hubungan dengan materi, aman secara psikologis, dan sesuai dengan situasi kelas.

10.4 Strategi Menghindari Kesalahan Penggunaan Humor

Strategi menghindari kesalahan penggunaan humor merupakan bagian penting dari kompetensi komunikasi guru dalam proses pembelajaran. Humor memang dapat membantu mencairkan suasana, meningkatkan perhatian, dan memperkuat hubungan antara guru dan siswa. Namun, humor yang digunakan tanpa pertimbangan dapat menimbulkan kesalahpahaman, menyinggung perasaan, atau mengganggu tujuan pembelajaran. Oleh karena itu, guru perlu memiliki kesadaran etis dan pedagogis sebelum menyisipkan humor di kelas. Kesalahan dalam penggunaan humor biasanya terjadi karena guru terlalu spontan, kurang membaca konteks, atau tidak mempertimbangkan keberagaman latar belakang siswa.

10.4.1 Memastikan Relevansi Humor dengan Pembelajaran

Strategi pertama untuk menghindari kesalahan penggunaan humor adalah memastikan bahwa humor memiliki relevansi dengan materi atau situasi pembelajaran. Humor yang relevan dapat membantu siswa memahami konsep, mengingat informasi, atau melihat hubungan antara materi dan pengalaman sehari-hari. Sebaliknya, humor yang terlalu jauh dari topik dapat membuat kelas kehilangan arah dan mengurangi waktu belajar. Guru perlu membedakan antara humor pedagogis dan humor hiburan semata.

Humor pedagogis memiliki fungsi edukatif karena membantu menjelaskan, menegaskan, atau mengantar siswa pada pemahaman tertentu.

Relevansi humor juga perlu dilihat dari kesesuaiannya dengan tingkat pemahaman siswa. Humor yang terlalu abstrak, terlalu kompleks, atau terlalu bergantung pada rujukan budaya tertentu dapat membingungkan siswa. Dalam kondisi tersebut, humor tidak lagi membantu pembelajaran, tetapi justru menambah beban kognitif. Guru perlu memilih humor yang sederhana, jelas, dan mudah dipahami oleh kelompok usia siswa. Kajian tentang penggunaan humor guru di kelas menunjukkan bahwa humor dapat memengaruhi lingkungan kelas, hubungan guru-siswa, motivasi, pembelajaran, dan kesejahteraan siswa, tetapi dampaknya bergantung pada gaya serta cara humor tersebut digunakan (Robinson et al., 2024).

10.4.2 Menghindari Humor yang Menyerang Individu

Strategi kedua adalah menghindari humor yang menjadikan individu tertentu sebagai objek candaan. Humor yang menyerang fisik, kemampuan akademik, kebiasaan pribadi, latar belakang keluarga, agama, etnis, gender, atau kondisi ekonomi siswa harus dihindari sepenuhnya. Meskipun guru tidak bermaksud menyakiti, siswa yang menjadi sasaran dapat merasa malu, direndahkan, atau tidak aman di kelas. Dalam relasi pendidikan, guru memiliki posisi otoritatif sehingga candaan guru dapat berdampak lebih kuat daripada candaan antarteman. Jika humor semacam itu ditiru oleh siswa lain, kelas dapat berkembang menjadi lingkungan yang

permisif terhadap ejekan. Oleh sebab itu, humor yang sehat harus membuat siswa tertawa bersama, bukan menertawakan seseorang.

Guru juga perlu menghindari penggunaan julukan lucu yang merujuk pada kekurangan atau ciri personal siswa. Julukan yang tampak ringan dapat melekat dalam ingatan teman sebaya dan berpotensi berkembang menjadi perundungan verbal. Kesalahan semacam ini sering terjadi ketika guru menganggap kedekatan dengan siswa sebagai alasan untuk bercanda secara bebas. Padahal, kedekatan pedagogis tetap memerlukan batas yang jelas agar martabat siswa tetap terlindungi. Guru perlu menggunakan prinsip kehati-hatian, yaitu tidak menyampaikan humor yang berpotensi melukai apabila diucapkan kepada dirinya sendiri atau kepada anggota keluarganya.

10.4.3 Membaca Konteks dan Respons Siswa

Strategi ketiga adalah membaca konteks kelas sebelum dan sesudah humor digunakan. Guru perlu memperhatikan suasana emosional siswa, tingkat kelelahan, ketegangan kelas, karakter kelompok, serta kondisi khusus yang sedang terjadi. Humor yang tepat pada satu waktu belum tentu tepat pada waktu yang lain. Misalnya, humor yang ringan dapat membantu ketika kelas mulai jenuh, tetapi tidak tepat digunakan saat siswa baru saja mengalami konflik atau kegagalan. Guru juga perlu memperhatikan ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan respons verbal siswa setelah humor disampaikan. Apabila siswa tampak diam, canggung, atau tidak nyaman, guru perlu segera mengoreksi cara berkomunikasi.

Membaca respons siswa juga berarti memahami bahwa setiap siswa memiliki selera humor dan batas kenyamanan yang berbeda. Ada siswa yang mudah tertawa, ada yang lebih serius, dan ada pula yang sensitif karena pengalaman pribadi tertentu. Guru tidak boleh menganggap bahwa tawa sebagian siswa berarti semua siswa merasa nyaman. Dalam hal ini, humor harus digunakan dengan empati dan kepekaan sosial. Penelitian mengenai *perceived related humor* menunjukkan bahwa humor yang dipersepsikan relevan oleh siswa berkaitan dengan kualitas hubungan guru-siswa dan keterlibatan belajar (Lu'mu et al., 2023).

10.4.4 Menjaga Proporsi dan Profesionalitas

Strategi keempat adalah menjaga proporsi humor agar tidak berlebihan. Humor yang terlalu sering dapat membuat siswa lebih menunggu candaan daripada memperhatikan materi. Dalam jangka panjang, guru dapat kehilangan kendali atas ritme pembelajaran apabila kelas terbiasa terlalu santai. Guru perlu menyisipkan humor pada momen tertentu, misalnya saat membuka pelajaran, menjelaskan konsep sulit, mengurangi ketegangan, atau menutup pembelajaran dengan suasana positif. Setelah humor digunakan, guru harus mampu mengembalikan perhatian siswa pada kegiatan belajar. Dengan demikian, humor tetap berfungsi sebagai pendukung pembelajaran, bukan pengganti proses pembelajaran itu sendiri.

Profesionalitas guru juga harus tetap terjaga ketika menggunakan humor. Guru perlu menghindari humor vulgar, sarkastik, politis secara provokatif, atau humor yang menyentuh isu sensitif tanpa tujuan edukatif yang jelas. Humor yang tidak

profesional dapat menurunkan wibawa guru dan menimbulkan persepsi negatif dari siswa, orang tua, maupun lembaga pendidikan. Dalam era digital, ucapan guru juga berpotensi direkam dan disebarkan di luar konteks kelas. Oleh karena itu, guru perlu berpikir sebelum bercanda, terutama ketika humor menyangkut identitas, nilai, atau pengalaman personal seseorang.

Bab 11: Strategi Membangun Pembelajaran Menyenangkan

11.1 Integrasi Humor dengan Metode Pembelajaran

11.1.1 Pengertian Integrasi Humor dalam Pembelajaran

Integrasi humor dengan metode pembelajaran merupakan upaya memasukkan unsur kelucuan, kejenakaan, atau suasana ringan ke dalam kegiatan belajar secara terencana dan proporsional. Humor dalam konteks ini tidak dipahami sebagai kegiatan yang berdiri sendiri atau sekadar hiburan, melainkan sebagai bagian dari strategi pedagogis untuk mendukung tercapainya tujuan pembelajaran. Dengan demikian, humor harus tetap berkaitan dengan materi, karakteristik peserta didik, situasi kelas, dan metode yang digunakan guru.

Dalam pembelajaran, guru sering menghadapi tantangan berupa kejenuhan, rendahnya perhatian, suasana kelas yang kaku, serta jarak komunikasi dengan peserta didik. Humor dapat digunakan untuk mencairkan suasana tersebut agar peserta didik lebih siap menerima materi. Akan tetapi, penggunaan humor tidak boleh menggeser inti pembelajaran. Guru tetap perlu memastikan

bahwa humor berfungsi sebagai penguat, bukan sebagai pengganti penjelasan konsep, latihan, diskusi, atau evaluasi.

Integrasi humor juga menuntut kepekaan guru terhadap konteks. Humor yang digunakan dalam kelas harus sesuai dengan usia, latar belakang, tingkat pemahaman, serta norma sosial yang berlaku. Humor yang terlalu sulit dipahami dapat membuat peserta didik bingung, sedangkan humor yang tidak pantas dapat menyinggung perasaan dan merusak suasana belajar. Oleh karena itu, humor dalam pembelajaran perlu dirancang secara etis, edukatif, dan komunikatif.

11.1.2 Bentuk Integrasi Humor dalam Metode Pembelajaran

Humor dapat diintegrasikan ke dalam berbagai metode pembelajaran. Pada metode ceramah, misalnya, guru dapat menyisipkan contoh lucu yang masih relevan dengan materi. Contoh tersebut dapat membantu peserta didik memahami konsep yang abstrak melalui ilustrasi yang lebih dekat dengan kehidupan sehari-hari. Ceramah yang disertai humor ringan cenderung tidak terasa monoton karena peserta didik memperoleh jeda emosional di tengah penyampaian materi.

Pada metode diskusi, humor dapat digunakan untuk menciptakan suasana yang lebih terbuka. Guru dapat memulai diskusi dengan pertanyaan pemantik yang ringan, cerita singkat, atau analogi lucu yang berkaitan dengan topik. Tujuannya bukan untuk membuat kelas kehilangan keseriusan, melainkan untuk mengurangi kecanggungan agar peserta didik lebih berani berbicara. Dalam

suasana yang nyaman, peserta didik akan lebih mudah menyampaikan pendapat dan menanggapi gagasan teman.

Dalam metode pembelajaran berbasis proyek atau project-based learning, humor dapat muncul melalui rancangan aktivitas kreatif. Peserta didik dapat diminta membuat poster, dialog, video pendek, atau presentasi yang memuat unsur humor sesuai dengan materi. Kegiatan seperti ini dapat meningkatkan keterlibatan peserta didik karena mereka tidak hanya memahami konsep, tetapi juga mengolahnya menjadi bentuk komunikasi yang menarik.

Humor juga dapat digunakan dalam pembelajaran berbasis masalah atau problem-based learning. Guru dapat menyajikan kasus sederhana dengan situasi yang mengandung unsur lucu, tetapi tetap mengarah pada persoalan akademis. Misalnya, dalam pelajaran bahasa, humor dapat digunakan untuk menganalisis makna kalimat, gaya bahasa, atau kesalahan komunikasi. Kajian sistematis mengenai humor dalam pembelajaran bahasa menunjukkan bahwa humor dapat membantu meredakan ketegangan, meningkatkan relasi guru dan peserta didik, serta memperkuat motivasi belajar (Tianli, 2024).

11.1.3 Manfaat Integrasi Humor dalam Pembelajaran

Manfaat utama integrasi humor dalam pembelajaran adalah meningkatnya perhatian peserta didik. Kegiatan belajar yang berlangsung terlalu serius dan satu arah dapat menimbulkan kejenuhan. Humor yang digunakan secara tepat mampu menjadi variasi komunikasi sehingga peserta didik kembali fokus. Ketika

perhatian peserta didik meningkat, peluang untuk memahami materi juga menjadi lebih besar.

Humor juga dapat memperkuat hubungan sosial antara guru dan peserta didik. Guru yang mampu menggunakan humor secara santun sering kali dipersepsikan lebih ramah dan mudah didekati. Hubungan yang positif tersebut penting karena pembelajaran tidak hanya berlangsung melalui penyampaian materi, tetapi juga melalui interaksi emosional. Peserta didik yang merasa dekat dengan guru cenderung lebih berani bertanya, menerima umpan balik, dan mengikuti kegiatan kelas.

Selain itu, humor dapat membantu mengurangi kecemasan belajar. Beberapa peserta didik merasa takut menjawab, khawatir salah, atau malu menyampaikan pendapat. Humor yang membangun dapat menciptakan suasana bahwa kesalahan merupakan bagian wajar dari proses belajar. Dengan demikian, peserta didik tidak merasa terancam ketika harus mencoba. Penelitian tentang humor di kelas menunjukkan bahwa humor yang dipersepsikan relevan dapat berhubungan dengan kualitas relasi guru-peserta didik dan keterlibatan peserta didik dalam pembelajaran (Cahyadi et al., 2023).

Manfaat lainnya adalah meningkatnya daya ingat terhadap materi. Materi yang disampaikan melalui ilustrasi lucu atau contoh yang menghibur sering kali lebih mudah diingat karena melibatkan pengalaman emosional positif. Namun, guru tetap perlu memastikan bahwa peserta didik mengingat konsep utama, bukan hanya kelucuannya. Oleh sebab itu, humor sebaiknya diikuti dengan penegasan kembali terhadap inti materi.

11.1.4 Prinsip Penggunaan Humor dalam Metode Pembelajaran

Penggunaan humor dalam pembelajaran harus memperhatikan prinsip relevansi. Humor yang baik adalah humor yang memiliki hubungan dengan tujuan pembelajaran. Apabila humor terlalu jauh dari materi, peserta didik dapat kehilangan fokus. Oleh karena itu, guru perlu memilih humor yang membantu menjelaskan konsep, memperjelas contoh, atau memperkuat suasana belajar.

Prinsip berikutnya adalah kesantunan. Humor tidak boleh merendahkan peserta didik, menyinggung identitas tertentu, atau mempermalukan seseorang di depan kelas. Humor yang bersifat mengejek dapat merusak rasa aman psikologis dan menurunkan kepercayaan diri peserta didik. Dengan demikian, guru perlu menghindari humor yang berkaitan dengan kondisi fisik, latar belakang sosial, kemampuan akademik, agama, suku, atau pengalaman pribadi peserta didik.

Prinsip ketiga adalah proporsionalitas. Humor sebaiknya digunakan secukupnya, bukan mendominasi kegiatan belajar. Kelas yang terlalu banyak diisi humor dapat kehilangan arah dan mengurangi kedalaman pembahasan. Guru perlu menjaga keseimbangan antara suasana menyenangkan dan pencapaian tujuan akademis. Humor yang efektif adalah humor yang hadir pada saat yang tepat, bukan humor yang dipaksakan.

Prinsip terakhir adalah refleksi. Guru perlu mengevaluasi apakah humor yang digunakan benar-benar membantu proses belajar. Evaluasi dapat dilakukan melalui pengamatan terhadap

respons peserta didik, tingkat partisipasi, dan pemahaman mereka terhadap materi. Dengan cara ini, integrasi humor tidak hanya menjadi gaya mengajar, tetapi menjadi bagian dari strategi pembelajaran yang sadar, terukur, dan bertanggung jawab.

11.2 Pengembangan Kelas Interaktif

Pengembangan kelas interaktif merupakan upaya menciptakan suasana pembelajaran yang menempatkan siswa sebagai peserta aktif, bukan sekadar pendengar pasif. Dalam kelas interaktif, proses belajar dibangun melalui komunikasi dua arah, diskusi, kerja sama, pemecahan masalah, dan refleksi bersama. Guru tetap memiliki peran penting sebagai pengarah, tetapi tidak lagi menjadi satu-satunya pusat informasi. Siswa diberi kesempatan untuk bertanya, menyampaikan pendapat, menguji gagasan, dan mengaitkan materi dengan pengalaman mereka. Pola pembelajaran semacam ini penting karena generasi modern cenderung membutuhkan ruang belajar yang partisipatif, relevan, dan memberi pengalaman langsung.

11.2.1 Peran Guru sebagai Fasilitator

Dalam pengembangan kelas interaktif, guru berperan sebagai fasilitator yang mengatur arah pembelajaran, menyediakan stimulus, dan membantu siswa membangun pemahaman. Guru tidak hanya menyampaikan materi, tetapi juga merancang aktivitas yang memungkinkan siswa berpikir, berdialog, dan menemukan makna dari materi yang dipelajari. Peran ini menuntut guru untuk

mengajukan pertanyaan terbuka, memberi kesempatan diskusi, serta mendorong siswa menyampaikan alasan di balik jawabannya. Guru juga perlu peka terhadap dinamika kelas agar setiap siswa memperoleh ruang partisipasi yang adil. Kelas interaktif tidak berarti guru kehilangan kendali, melainkan guru mengelola kendali secara lebih dialogis dan partisipatif. Dengan demikian, guru sebagai fasilitator menjadi kunci agar interaksi kelas tetap terarah pada tujuan pembelajaran.

Guru juga perlu menciptakan suasana psikologis yang aman agar siswa berani terlibat dalam pembelajaran. Siswa sering enggan berbicara karena takut salah, takut ditertawakan, atau merasa pendapatnya tidak penting. Oleh karena itu, guru perlu menegaskan bahwa kesalahan merupakan bagian dari proses belajar. Umpan balik yang diberikan sebaiknya bersifat membangun, bukan memperlakukan. Penelitian tentang penggunaan metode pembelajaran interaktif menunjukkan bahwa variasi dan intensitas strategi interaktif dapat memperbaiki persepsi siswa terhadap kejelasan pengajaran dan kualitas pengalaman belajar (Beimel, 2024).

11.2.2 Strategi Diskusi dan Kolaborasi

Diskusi dan kolaborasi merupakan strategi utama dalam membangun kelas interaktif. Melalui diskusi, siswa dilatih untuk menyampaikan gagasan, mendengarkan pandangan orang lain, serta menyusun argumen secara logis. Guru dapat menggunakan teknik seperti think-pair-share, debat terarah, studi kasus, atau diskusi kelompok kecil agar siswa tidak hanya menerima informasi, tetapi

juga mengolahnya secara aktif. Kolaborasi juga membantu siswa memahami bahwa pengetahuan dapat dibangun melalui pertukaran pengalaman dan kerja sama. Dalam proses tersebut, siswa belajar menghargai perbedaan pendapat, membagi peran, dan menyelesaikan tugas bersama.

Agar diskusi berjalan efektif, guru perlu memberikan instruksi yang jelas dan tujuan yang terukur. Diskusi yang tidak diarahkan dapat berubah menjadi percakapan bebas yang jauh dari materi. Oleh karena itu, guru perlu menyiapkan pertanyaan pemantik, batas waktu, pembagian tugas, dan mekanisme pelaporan hasil diskusi. Setiap kelompok dapat diminta menyampaikan temuan utama, pertanyaan lanjutan, atau kesimpulan sementara. Guru kemudian mengaitkan hasil diskusi dengan konsep inti agar pembelajaran tetap sistematis.

11.2.3 Pemanfaatan Media dan Teknologi Interaktif

Media dan teknologi interaktif dapat mendukung pengembangan kelas yang lebih menarik dan responsif. Guru dapat menggunakan kuis digital, papan tulis interaktif, video pendek, simulasi, *polling*, atau aplikasi kolaboratif untuk meningkatkan partisipasi siswa. Teknologi memungkinkan siswa memberikan respons secara cepat, bekerja bersama dalam dokumen digital, atau mengeksplorasi konsep melalui visualisasi. Namun, penggunaan teknologi harus tetap didasarkan pada tujuan pembelajaran, bukan sekadar mengikuti tren. Media yang dipilih perlu membantu siswa memahami materi, memperkuat diskusi, atau memberikan pengalaman belajar yang sulit dilakukan dengan cara konvensional.

Dengan demikian, teknologi menjadi alat bantu pedagogis, bukan pengganti peran guru.

Pemanfaatan teknologi interaktif juga perlu memperhatikan kesenjangan akses dan literasi digital siswa. Tidak semua siswa memiliki perangkat, koneksi internet, atau kemampuan menggunakan aplikasi pembelajaran dengan tingkat yang sama. Guru perlu menyiapkan alternatif agar pembelajaran tetap inklusif bagi siswa yang memiliki keterbatasan. Selain itu, teknologi dapat menimbulkan distraksi apabila tidak dikelola dengan baik. Meta-analisis tentang blended learning menunjukkan bahwa pembelajaran campuran memiliki dampak positif sedang hingga tinggi terhadap keterlibatan akademik, perilaku, kognitif, afektif, dan hasil belajar siswa (De Bruijn-Smolders et al., 2024).

11.2.4 Evaluasi Kelas Interaktif

Evaluasi dalam kelas interaktif tidak hanya berfokus pada hasil akhir, tetapi juga pada proses partisipasi, kerja sama, dan perkembangan pemahaman siswa. Guru perlu menilai bagaimana siswa bertanya, menjawab, berdiskusi, memberi tanggapan, serta menghubungkan materi dengan pengalaman nyata. Penilaian dapat dilakukan melalui observasi, jurnal refleksi, presentasi kelompok, kuis singkat, portofolio, atau penilaian antarteman. Model evaluasi semacam ini membantu guru memperoleh gambaran yang lebih utuh tentang perkembangan siswa. Selain itu, evaluasi proses dapat mendorong siswa untuk lebih sadar terhadap cara mereka belajar. D

Evaluasi juga berfungsi sebagai dasar perbaikan strategi pembelajaran. Guru perlu mengamati apakah aktivitas interaktif

benar-benar meningkatkan pemahaman atau hanya membuat kelas tampak ramai. Apabila siswa aktif berbicara tetapi belum memahami konsep, guru perlu memperbaiki arah diskusi dan memperjelas penguatan materi. Sebaliknya, apabila sebagian siswa masih pasif, guru dapat menggunakan kelompok kecil atau pertanyaan tertulis untuk memberi ruang partisipasi yang lebih aman. Evaluasi yang baik memungkinkan guru menyesuaikan metode dengan kebutuhan kelas.

11.3 Kreativitas Guru dalam Mengajar

Kreativitas guru dalam mengajar merupakan kemampuan guru untuk merancang, mengembangkan, dan menerapkan pembelajaran secara inovatif sesuai dengan kebutuhan siswa dan tujuan pendidikan. Kreativitas ini tidak hanya berkaitan dengan penggunaan media yang menarik, tetapi juga mencakup cara guru menyusun strategi, mengelola kelas, memberi pertanyaan, serta menciptakan pengalaman belajar yang bermakna. Guru yang kreatif mampu melihat keterbatasan sebagai peluang untuk menemukan pendekatan baru. Dalam situasi kelas yang beragam, kreativitas menjadi penting karena siswa memiliki tingkat kemampuan, minat, gaya belajar, dan latar belakang yang berbeda. Dengan kreativitas, guru dapat membuat pembelajaran lebih hidup, kontekstual, dan mudah dipahami.

11.3.1 Makna Kreativitas Guru

Kreativitas guru dapat dipahami sebagai kemampuan menghasilkan gagasan, metode, atau solusi pembelajaran yang bersifat baru, relevan, dan berguna. Kebaruan dalam konteks ini tidak selalu berarti sesuatu yang sepenuhnya belum pernah ada, tetapi dapat berupa penyesuaian metode lama agar lebih sesuai dengan kondisi siswa. Guru yang kreatif mampu mengubah materi yang sulit menjadi lebih sederhana melalui contoh, analogi, permainan, proyek, atau penggunaan media yang tepat. Kreativitas juga tampak ketika guru mampu menyesuaikan pembelajaran dengan keterbatasan sarana tanpa mengurangi kualitas proses belajar. Dalam hal ini, kreativitas berhubungan erat dengan kepekaan guru terhadap situasi kelas.

Kreativitas guru tidak dapat dilepaskan dari tujuan pembelajaran. Sebuah metode dapat disebut kreatif apabila mampu membantu siswa memahami materi, bukan hanya membuat kelas terlihat ramai atau menyenangkan. Guru perlu memastikan bahwa setiap variasi pembelajaran tetap memiliki arah akademik yang jelas. Kreativitas yang tidak terarah dapat membuat pembelajaran kehilangan fokus, sedangkan kreativitas yang dirancang dengan baik dapat meningkatkan keterlibatan siswa. Kajian sistematis mengenai pengajaran kreatif menunjukkan bahwa kreativitas guru dipengaruhi oleh faktor individu, lingkungan sekolah, kebijakan, serta budaya pendidikan yang mendukung inovasi (Yang et al., 2025).

11.3.2 Bentuk Kreativitas dalam Pembelajaran

Bentuk kreativitas guru dalam pembelajaran dapat terlihat dari variasi metode mengajar. Guru dapat menggunakan diskusi kelompok, simulasi, *role play*, eksperimen sederhana, permainan edukatif, pembelajaran berbasis proyek, atau studi kasus yang dekat dengan kehidupan siswa. Variasi ini penting agar pembelajaran tidak berlangsung monoton dan hanya bergantung pada ceramah satu arah. Melalui metode yang beragam, siswa memiliki lebih banyak kesempatan untuk mendengar, melihat, mencoba, bertanya, dan menyimpulkan sendiri. Pembelajaran yang kreatif juga memberi ruang bagi siswa untuk berpartisipasi aktif, bukan hanya menerima informasi secara pasif.

Kreativitas juga tampak dalam penggunaan media pembelajaran. Guru dapat memanfaatkan gambar, video, benda konkret, kartu konsep, peta pikiran, lembar aktivitas, atau teknologi digital sesuai kebutuhan materi. Media tidak harus selalu mahal atau canggih, sebab benda sederhana di sekitar kelas pun dapat menjadi alat bantu belajar yang efektif. Misalnya, guru dapat menggunakan kertas warna untuk menjelaskan klasifikasi, benda di lingkungan sekolah untuk pembelajaran sains, atau cerita lokal untuk menjelaskan nilai sosial. Pemilihan media yang tepat membantu siswa memahami konsep abstrak melalui pengalaman yang lebih konkret.

Selain metode dan media, kreativitas guru juga terlihat dari cara mengajukan pertanyaan. Pertanyaan yang baik dapat mendorong siswa berpikir kritis, membandingkan gagasan, dan

mencari alasan atas jawabannya. Guru kreatif tidak hanya menanyakan hal yang bersifat hafalan, tetapi juga memberi pertanyaan terbuka yang memungkinkan lebih dari satu jawaban. Pertanyaan seperti ini melatih siswa untuk berargumentasi dan mengembangkan kemampuan berpikir tingkat tinggi. Selain itu, guru dapat menyusun pertanyaan yang berkaitan dengan pengalaman siswa agar pembelajaran terasa lebih dekat dengan kehidupan nyata.

11.3.3 Kreativitas dan Keterlibatan Siswa

Kreativitas guru memiliki hubungan erat dengan keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Siswa akan lebih mudah tertarik apabila guru mampu menghadirkan pembelajaran yang bervariasi, menantang, dan relevan dengan kehidupan mereka. Keterlibatan siswa dapat terlihat dari perhatian, partisipasi, keberanian bertanya, kerja sama, dan kesungguhan menyelesaikan tugas. Pembelajaran yang kreatif membantu mengurangi kejenuhan karena siswa tidak hanya duduk mendengarkan, tetapi juga diberi kesempatan untuk mengalami dan mengolah materi. Ketika siswa merasa dilibatkan, mereka akan lebih mudah membangun rasa memiliki terhadap proses belajar.

Kreativitas juga membantu guru menyesuaikan pembelajaran dengan perbedaan kemampuan siswa. Dalam satu kelas, terdapat siswa yang cepat memahami materi dan ada pula yang membutuhkan penjelasan lebih bertahap. Guru kreatif dapat menyediakan variasi tugas, contoh tambahan, atau kegiatan pengayaan sesuai kebutuhan siswa. Pendekatan ini membuat

pembelajaran lebih inklusif karena tidak memaksa semua siswa mengikuti satu cara belajar yang sama. Literatur tentang pedagogi kreatif di pendidikan dasar menunjukkan bahwa strategi seperti pembelajaran berbasis proyek, pengalaman, permainan, seni, dan STEM dapat mendukung pembelajaran yang lebih berpusat pada siswa (Fitriyah et al., 2025).

Keterlibatan siswa juga dapat diperkuat melalui suasana kelas yang memberi ruang untuk mencoba dan berpendapat. Guru yang kreatif biasanya tidak hanya mencari jawaban benar, tetapi juga menghargai proses berpikir siswa. Sikap ini membuat siswa lebih berani menyampaikan ide meskipun belum sempurna. Apabila kelas terlalu menekankan kesalahan, siswa dapat menjadi pasif dan takut mencoba. Sebaliknya, kelas yang menghargai eksplorasi akan mendorong siswa untuk lebih aktif belajar.

11.3.4 Faktor Pendukung Kreativitas Guru

Kreativitas guru dapat berkembang apabila didukung oleh kemauan belajar yang berkelanjutan. Guru perlu memperbarui pengetahuan, mengikuti pelatihan, berdiskusi dengan rekan sejawat, serta merefleksikan pengalaman mengajar. Refleksi menjadi penting karena guru dapat menilai metode mana yang berhasil dan bagian mana yang perlu diperbaiki. Kreativitas sering muncul dari pengalaman menghadapi masalah nyata di kelas, seperti siswa yang kurang fokus, materi yang sulit, atau keterbatasan waktu. Dengan sikap reflektif, guru dapat mengubah masalah tersebut menjadi dasar perbaikan pembelajaran.

Lingkungan sekolah juga memiliki peran penting dalam mendukung kreativitas guru. Kepala sekolah, rekan guru, kebijakan lembaga, dan budaya kerja dapat mendorong atau menghambat munculnya inovasi pembelajaran. Guru akan lebih berani mencoba metode baru apabila sekolah memberikan kepercayaan, ruang eksperimen, dan dukungan terhadap perubahan yang positif. Sebaliknya, lingkungan yang terlalu kaku dapat membuat guru enggan berinovasi karena takut dianggap menyimpang dari kebiasaan. Dukungan fasilitas juga penting, meskipun kreativitas tidak selalu bergantung pada kelengkapan sarana.

Pada akhirnya, kreativitas guru dalam mengajar memiliki dampak penting terhadap mutu pembelajaran. Guru yang kreatif mampu membuat materi lebih mudah dipahami, suasana kelas lebih hidup, dan siswa lebih aktif berpartisipasi. Kreativitas juga membantu guru menyesuaikan pembelajaran dengan perubahan zaman, termasuk perkembangan teknologi dan kebutuhan keterampilan abad ke-21. Namun, kreativitas harus tetap diarahkan pada tujuan pendidikan agar tidak sekadar menjadi variasi tanpa makna. Pembelajaran yang kreatif adalah pembelajaran yang menarik, terstruktur, relevan, dan memberi ruang bagi siswa untuk berpikir.

11.4 Membangun Hubungan Positif dengan Siswa

Membangun hubungan positif dengan siswa merupakan bagian penting dari keberhasilan proses pembelajaran. Hubungan yang positif tidak hanya ditandai oleh kedekatan emosional, tetapi juga oleh adanya rasa aman, kepercayaan, penghargaan, dan komunikasi yang sehat antara guru dan siswa. Dalam konteks pendidikan, guru tidak cukup hanya menguasai materi pelajaran, tetapi juga perlu mampu memahami kebutuhan, karakter, dan kondisi psikologis siswa. Siswa yang merasa dihargai oleh guru biasanya lebih mudah terlibat dalam pembelajaran, berani mengemukakan pendapat, dan tidak takut melakukan kesalahan. Sebaliknya, hubungan yang dingin atau penuh tekanan dapat membuat siswa pasif, cemas, dan kurang termotivasi.

11.4.1 Membangun Kepercayaan

Kepercayaan merupakan dasar utama dalam hubungan positif antara guru dan siswa. Siswa akan lebih mudah menerima arahan, nasihat, dan umpan balik apabila mereka percaya bahwa guru memiliki niat baik terhadap perkembangan mereka. Kepercayaan tidak dapat dibentuk secara instan, melainkan tumbuh melalui interaksi yang konsisten, adil, dan menghargai. Guru perlu menunjukkan bahwa setiap siswa memiliki nilai dan potensi yang layak dikembangkan. Sikap sederhana seperti menyapa siswa, mendengarkan pertanyaan, menepati janji, dan tidak

mempermalukan siswa di depan kelas dapat memperkuat rasa percaya.

Membangun kepercayaan juga menuntut guru untuk menjaga keadilan dalam memperlakukan siswa. Guru perlu menghindari sikap pilih kasih, pemberian label negatif, atau perlakuan berbeda yang tidak memiliki dasar pedagogis. Apabila siswa merasa diperlakukan secara tidak adil, hubungan mereka dengan guru dapat terganggu dan berdampak pada motivasi belajar. Dalam relasi pendidikan, kepercayaan juga berkaitan dengan rasa aman psikologis. Siswa perlu merasa bahwa kelas merupakan ruang yang memungkinkan mereka mencoba, bertanya, dan memperbaiki kesalahan tanpa takut direndahkan. Studi tentang hubungan guru-siswa menunjukkan bahwa relasi positif berhubungan dengan keterlibatan akademik siswa melalui dukungan sosial yang dirasakan dan tekanan akademik yang lebih terkendali (Liu et al., 2024).

11.4.2 Komunikasi yang Empatik

Komunikasi yang empatik merupakan strategi penting dalam membangun hubungan positif dengan siswa. Empati berarti kemampuan guru untuk memahami perasaan, kebutuhan, dan sudut pandang siswa tanpa segera menghakimi. Dalam pembelajaran, komunikasi empatik dapat terlihat melalui cara guru mendengarkan, memilih kata, merespons kesulitan, dan memberi perhatian terhadap kondisi siswa. Guru yang berkomunikasi secara empatik akan lebih mudah menciptakan suasana kelas yang nyaman dan terbuka. Siswa juga akan merasa lebih dihargai karena pendapat dan pengalamannya diakui sebagai bagian dari proses belajar.

Komunikasi empatik tidak berarti guru harus selalu menyetujui semua perilaku siswa. Guru tetap perlu memberikan batas, arahan, dan koreksi apabila siswa melakukan kesalahan. Namun, koreksi tersebut sebaiknya disampaikan dengan bahasa yang membangun, bukan dengan hinaan atau kemarahan yang berlebihan. Guru dapat menggunakan kalimat yang menekankan perbaikan, seperti mengajak siswa memahami akibat dari tindakannya dan mencari solusi bersama. Cara ini lebih mendidik karena siswa tidak hanya mengetahui kesalahannya, tetapi juga belajar bertanggung jawab.

11.4.3 Dukungan terhadap Perkembangan Siswa

Hubungan positif dengan siswa juga dibangun melalui dukungan guru terhadap perkembangan akademik, sosial, dan emosional mereka. Dukungan akademik dapat diberikan melalui penjelasan tambahan, umpan balik yang jelas, kesempatan memperbaiki tugas, serta bantuan bagi siswa yang mengalami kesulitan belajar. Dukungan sosial dapat diwujudkan melalui penerimaan, penghargaan terhadap perbedaan, dan penciptaan suasana kelas yang inklusif. Sementara itu, dukungan emosional dapat diberikan melalui perhatian terhadap perubahan sikap, kecemasan, rasa malu, atau rendahnya kepercayaan diri siswa. Guru perlu memahami bahwa setiap siswa memiliki latar belakang dan kebutuhan yang berbeda.

Dukungan guru yang konsisten dapat membantu siswa merasa bahwa mereka tidak menghadapi proses belajar sendirian. Ketika siswa mengalami kegagalan, guru dapat membantu mereka

melihat kegagalan sebagai bagian dari proses perkembangan. Ketika siswa berhasil, guru dapat memberikan apresiasi yang proporsional agar kepercayaan diri mereka semakin kuat. Kajian literatur tentang hubungan positif guru-siswa menegaskan bahwa dukungan yang konsisten, komunikasi efektif, dan pengembangan karakter merupakan langkah penting dalam memperkuat relasi guru dan siswa (Ria & Hendri, 2024).

11.4.4 Menjaga Batas Profesional

Hubungan positif antara guru dan siswa harus tetap berada dalam batas profesional. Kedekatan yang baik bukan berarti guru kehilangan posisi sebagai pendidik atau membiarkan hubungan menjadi terlalu pribadi. Guru perlu menjaga keseimbangan antara kehangatan dan kewibawaan agar hubungan tetap sehat. Batas profesional diperlukan untuk melindungi siswa, menjaga objektivitas guru, dan memastikan bahwa interaksi pendidikan berlangsung sesuai norma. Misalnya, guru perlu berhati-hati dalam penggunaan media sosial, percakapan pribadi, pemberian perhatian khusus, atau candaan yang terlalu bebas. Dengan batas yang jelas, hubungan positif dapat berkembang tanpa menimbulkan salah tafsir.

Menjaga batas profesional juga berarti guru harus konsisten dalam menjalankan aturan kelas. Guru yang dekat dengan siswa tetap perlu menegakkan disiplin secara adil dan bertanggung jawab. Apabila kedekatan digunakan untuk memberi perlakuan istimewa kepada siswa tertentu, iklim kelas dapat menjadi tidak sehat. Siswa lain dapat merasa diabaikan atau menilai bahwa guru tidak objektif.

Bab 12: Pendidikan Humanis dan Masa Depan Pembelajaran

12.1 Pendekatan Emosional dalam Pendidikan

12.1.1 Pengertian Pendekatan Emosional dalam Pendidikan

Pendekatan emosional dalam pendidikan merupakan cara pandang dan praktik pembelajaran yang menempatkan aspek emosi sebagai bagian penting dari proses belajar. Pendidikan tidak hanya berhubungan dengan penyampaian pengetahuan, penguasaan keterampilan, atau pencapaian nilai akademik, tetapi juga berkaitan dengan perasaan, motivasi, rasa aman, dan hubungan sosial peserta didik.

Dalam proses pembelajaran, emosi dapat memengaruhi kesiapan peserta didik dalam menerima materi. Peserta didik yang merasa nyaman, dihargai, dan didukung cenderung lebih mudah berkonsentrasi serta lebih berani terlibat dalam kegiatan kelas. Sebaliknya, peserta didik yang merasa takut, tertekan, atau tidak diterima dapat mengalami hambatan dalam memahami pelajaran. Oleh sebab itu, pendekatan emosional berperan untuk menciptakan suasana belajar yang manusiawi dan mendukung perkembangan peserta didik secara menyeluruh.

Pendekatan emosional tidak berarti mengabaikan kedisiplinan atau tuntutan akademik. Justru, pendekatan ini

membantu guru menerapkan disiplin secara lebih bijaksana. Aturan kelas tetap diperlukan, tetapi penerapannya perlu mempertimbangkan kondisi psikologis peserta didik. Guru tidak hanya menuntut kepatuhan, melainkan juga membangun kesadaran, tanggung jawab, dan penghargaan terhadap proses belajar.

12.1.2 Peran Guru dalam Pendekatan Emosional

Guru memiliki peran sentral dalam menerapkan pendekatan emosional. Guru bukan hanya penyampai materi, tetapi juga figur yang dapat memberikan dukungan, arahan, dan rasa aman bagi peserta didik. Sikap guru yang empatik, sabar, dan terbuka akan membantu peserta didik merasa dihargai sebagai individu. Perasaan dihargai tersebut penting karena dapat meningkatkan keberanian peserta didik untuk bertanya, menjawab, dan menyampaikan pendapat.

Pendekatan emosional menuntut guru memiliki kepekaan terhadap kondisi peserta didik. Setiap peserta didik memiliki latar belakang keluarga, pengalaman sosial, kemampuan akademik, dan keadaan emosional yang berbeda. Guru perlu mampu membaca tanda-tanda ketika peserta didik mengalami kebingungan, kecemasan, kejenuhan, atau kehilangan motivasi. Kepekaan ini memungkinkan guru memberikan respons yang tepat, baik melalui penjelasan ulang, penguatan, komunikasi pribadi, maupun penyesuaian strategi pembelajaran.

Dukungan emosional dari guru juga dapat meningkatkan keterlibatan peserta didik dalam pembelajaran. Penelitian menunjukkan bahwa hubungan guru dan peserta didik berasosiasi

positif dengan keterlibatan akademik, baik secara langsung maupun melalui dukungan sosial yang dirasakan peserta didik (Liu, 2024).

12.1.3 Manfaat Pendekatan Emosional bagi Peserta Didik

Pendekatan emosional memberikan manfaat penting bagi perkembangan peserta didik. Manfaat pertama adalah meningkatnya rasa aman psikologis. Peserta didik yang merasa aman akan lebih mudah mengambil risiko akademik, seperti mencoba menjawab pertanyaan, mengemukakan gagasan, atau menyelesaikan tugas yang menantang. Rasa aman ini menjadi fondasi bagi pembelajaran yang aktif dan bermakna.

Manfaat kedua adalah meningkatnya motivasi belajar. Ketika peserta didik merasa diperhatikan oleh guru, mereka cenderung memiliki dorongan yang lebih kuat untuk mengikuti pembelajaran. Motivasi tersebut muncul karena peserta didik tidak merasa sendirian dalam menghadapi kesulitan. Mereka mengetahui bahwa guru hadir bukan hanya sebagai penilai, tetapi juga sebagai pendamping yang membantu perkembangan mereka.

Pendekatan emosional juga dapat memperkuat ketahanan akademik. Peserta didik yang memperoleh dukungan emosional akan lebih mampu menghadapi kegagalan, tekanan, dan tantangan belajar. Dalam situasi akademik yang sulit, dukungan guru dapat membantu peserta didik membangun keyakinan bahwa mereka mampu memperbaiki diri. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa dukungan emosional guru berpengaruh terhadap keterlibatan belajar melalui efikasi diri akademik dan resiliensi akademik (Guo et al., 2025).

12.1.4 Strategi Penerapan Pendekatan Emosional

Strategi pertama dalam menerapkan pendekatan emosional adalah membangun komunikasi yang hangat. Guru dapat memulai pembelajaran dengan sapaan yang ramah, pertanyaan ringan, atau perhatian terhadap kondisi peserta didik. Hal sederhana tersebut dapat menciptakan suasana awal yang positif. Komunikasi yang hangat membuat peserta didik merasa bahwa kehadiran mereka di kelas diperhatikan.

Strategi kedua adalah menciptakan iklim kelas yang menghargai perbedaan. Peserta didik perlu merasa bahwa kemampuan, latar belakang, dan cara belajar mereka diterima. Guru perlu menghindari perbandingan yang merendahkan antarpeserta didik. Sebaliknya, guru dapat menekankan bahwa setiap peserta didik memiliki proses belajar yang berbeda. Pendekatan ini membantu mengurangi rasa malu dan kecemasan akademik.

Strategi ketiga adalah menggunakan metode pembelajaran yang memberi ruang ekspresi. Diskusi, refleksi, kerja kelompok, permainan edukatif, dan pembelajaran berbasis proyek dapat membantu peserta didik mengekspresikan gagasan serta emosi secara sehat. Dalam kegiatan tersebut, guru perlu memastikan bahwa interaksi berlangsung secara santun dan tidak saling merendahkan.

Strategi keempat adalah melakukan pendampingan terhadap peserta didik yang mengalami kesulitan. Pendampingan dapat dilakukan melalui percakapan pribadi, pemberian tugas bertahap, atau kerja sama dengan pihak lain seperti wali kelas, guru bimbingan konseling, dan orang tua. Pendekatan emosional menuntut guru tidak

hanya melihat hasil akhir, tetapi juga memahami proses dan hambatan yang dialami peserta didik.

12.2 Konsep Pembelajaran yang Menyenangkan

Konsep pembelajaran yang menyenangkan merupakan pendekatan pendidikan yang menempatkan kenyamanan psikologis, keterlibatan aktif, dan makna belajar sebagai unsur utama dalam proses pembelajaran. Pembelajaran yang menyenangkan tidak berarti pembelajaran yang selalu dipenuhi permainan atau hiburan, tetapi pembelajaran yang membuat siswa merasa aman, tertarik, dan terdorong untuk terlibat. Dalam suasana seperti ini, siswa dapat belajar tanpa tekanan berlebihan, tetapi tetap diarahkan untuk mencapai tujuan akademik. Guru memiliki peran penting dalam menciptakan suasana kelas yang hangat, komunikatif, dan responsif terhadap kebutuhan siswa. Pembelajaran yang menyenangkan juga menekankan keseimbangan antara keseriusan akademik dan pengalaman emosional yang positif. Dengan demikian, konsep ini tidak bertentangan dengan kedisiplinan, melainkan memperkuat proses belajar melalui suasana yang lebih manusiawi dan bermakna.

12.2.1 Prinsip Dasar Pembelajaran yang Menyenangkan

Prinsip dasar pembelajaran yang menyenangkan terletak pada penciptaan pengalaman belajar yang aman, aktif, relevan, dan bermakna. Siswa perlu merasa bahwa kelas merupakan ruang yang menerima kesalahan sebagai bagian dari proses belajar, bukan

sebagai alasan untuk dipermalukan. Ketika rasa aman psikologis terbentuk, siswa lebih berani bertanya, menjawab, mencoba, dan mengemukakan pendapat. Pembelajaran yang menyenangkan juga perlu memberi ruang bagi keaktifan siswa melalui diskusi, praktik, eksplorasi, dan kerja kelompok.

Selain rasa aman dan keaktifan, relevansi materi juga menjadi prinsip penting dalam pembelajaran yang menyenangkan. Siswa akan lebih mudah tertarik apabila materi dikaitkan dengan kehidupan sehari-hari, pengalaman pribadi, atau persoalan yang dekat dengan lingkungan mereka. Guru dapat menggunakan contoh kontekstual, cerita, media visual, permainan edukatif, atau studi kasus agar materi terasa lebih hidup. Emosi positif dalam proses belajar berperan penting karena dapat mendukung keterlibatan siswa dan membantu mereka menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik (Firdaus et al., 2022).

12.2.2 Strategi Menciptakan Suasana Belajar Positif

Strategi menciptakan suasana belajar positif dapat dimulai dari cara guru membuka pembelajaran. Pembukaan yang hangat, pertanyaan pemantik, sapaan personal, atau aktivitas singkat yang menarik dapat membantu siswa memasuki suasana belajar dengan lebih siap. Guru juga dapat menggunakan variasi metode agar pembelajaran tidak monoton, seperti diskusi kelompok, simulasi, kuis interaktif, role play, dan game-based learning. Variasi tersebut penting karena siswa memiliki gaya belajar, minat, dan tingkat kesiapan yang berbeda. Dengan strategi yang beragam, siswa memperoleh lebih banyak kesempatan untuk terlibat sesuai dengan

kemampuan masing-masing. Pembelajaran yang menyenangkan akhirnya terbentuk melalui kombinasi antara desain kegiatan yang kreatif dan pengelolaan kelas yang terarah.

Suasana belajar positif juga dipengaruhi oleh kualitas komunikasi guru dengan siswa. Guru yang menggunakan bahasa santun, memberi feedback membangun, dan menghargai usaha siswa akan lebih mudah menciptakan hubungan pedagogis yang sehat. Apresiasi terhadap proses belajar perlu diberikan secara spesifik, misalnya dengan mengakui keberanian siswa mencoba, ketekunan menyelesaikan tugas, atau kemajuan kecil yang dicapai. Selain itu, guru perlu menghindari komentar yang merendahkan karena hal tersebut dapat mengurangi rasa aman siswa. Dalam kelas yang menyenangkan, aturan tetap diperlukan, tetapi aturan disampaikan sebagai bagian dari kesepakatan belajar, bukan sebagai ancaman.

12.2.3 Keterlibatan Siswa dalam Pembelajaran

Keterlibatan siswa merupakan salah satu indikator utama dari pembelajaran yang menyenangkan. Siswa yang terlibat secara aktif biasanya menunjukkan perhatian, rasa ingin tahu, keberanian bertanya, dan kesediaan menyelesaikan tugas. Keterlibatan ini tidak hanya bersifat fisik, seperti hadir di kelas atau mengikuti instruksi, tetapi juga bersifat kognitif dan emosional. Siswa perlu diajak berpikir, menghubungkan konsep, menyusun alasan, dan merefleksikan pengalaman belajar. Guru dapat meningkatkan keterlibatan dengan memberi pilihan aktivitas, membangun kerja

sama, dan mengaitkan materi dengan tujuan yang bermakna bagi siswa.

Keterlibatan siswa juga dapat diperkuat melalui pendekatan *student-centered learning*. Dalam pendekatan ini, siswa diberi kesempatan untuk menjadi subjek aktif yang mengeksplorasi, berdiskusi, dan menghasilkan karya. Guru tetap mengarahkan pembelajaran, tetapi memberi ruang bagi siswa untuk mengembangkan gagasan dan mengambil tanggung jawab atas proses belajarnya. Kajian tentang peningkatan kegembiraan dalam lingkungan belajar menunjukkan bahwa perubahan lingkungan belajar yang memberi ruang partisipasi, relasi, dan pengalaman positif dapat memperkuat kegembiraan siswa dalam belajar (Cronqvist, 2024).

12.2.4 Evaluasi Pembelajaran yang Menyenangkan

Evaluasi dalam pembelajaran yang menyenangkan perlu dirancang agar tidak menimbulkan tekanan berlebihan, tetapi tetap mampu mengukur perkembangan siswa secara objektif. Penilaian tidak seharusnya hanya berfokus pada hasil akhir, melainkan juga pada proses, usaha, kreativitas, kerja sama, dan kemampuan siswa memperbaiki kesalahan. Guru dapat menggunakan berbagai bentuk evaluasi, seperti portofolio, proyek, presentasi, jurnal refleksi, kuis ringan, atau penilaian teman sebaya. Bentuk evaluasi yang bervariasi memberi kesempatan kepada siswa untuk menunjukkan kemampuan melalui cara yang lebih beragam.

Evaluasi juga perlu disertai umpan balik yang jelas dan membangun. Siswa perlu mengetahui bagian yang sudah baik,

bagian yang perlu diperbaiki, dan langkah konkret untuk meningkatkan kemampuan. Umpan balik semacam ini membantu siswa melihat penilaian sebagai bagian dari proses belajar, bukan sekadar penghakiman atas kekurangan. Guru juga dapat melibatkan siswa dalam refleksi diri agar mereka mampu menilai perkembangan, kesulitan, dan strategi belajar yang paling sesuai.

12.3 Guru sebagai Fasilitator Pengalaman Belajar

Guru sebagai fasilitator pengalaman belajar merupakan peran guru dalam menciptakan kondisi, kesempatan, dan arahan agar siswa dapat membangun pengetahuan melalui keterlibatan aktif. Dalam paradigma pembelajaran modern, guru tidak lagi dipahami hanya sebagai pusat informasi yang menyampaikan materi secara satu arah. Guru justru berperan membantu siswa mengalami, mengamati, bertanya, mencoba, berdiskusi, dan merefleksikan pengetahuan yang dipelajari. Peran ini menuntut guru untuk merancang pembelajaran yang tidak hanya menekankan hasil akhir, tetapi juga proses berpikir dan pengalaman belajar siswa. Dengan demikian, pengalaman belajar menjadi lebih bermakna karena siswa tidak sekadar menghafal, melainkan memahami hubungan antara materi dan kehidupan nyata. Oleh karena itu, guru sebagai fasilitator memiliki tanggung jawab penting dalam membangun pembelajaran yang aktif, reflektif, dan berpusat pada siswa.

12.3.1 Makna Guru sebagai Fasilitator

Guru sebagai fasilitator berarti guru bertugas menyediakan dukungan agar siswa dapat belajar secara mandiri, aktif, dan terarah. Dalam peran ini, guru tidak sepenuhnya mendominasi kelas, melainkan memberi ruang bagi siswa untuk mengeksplorasi gagasan dan menemukan pemahaman melalui pengalaman. Guru tetap memiliki otoritas akademik, tetapi otoritas tersebut digunakan untuk membimbing, bukan membatasi proses berpikir siswa. Fasilitasi pembelajaran dapat dilakukan melalui pertanyaan pemantik, pengorganisasian kelompok, penyediaan sumber belajar, serta pemberian umpan balik yang membangun. Guru juga membantu siswa menghubungkan konsep yang dipelajari dengan situasi nyata di lingkungan mereka.

Peran fasilitator juga menuntut guru memahami kebutuhan, kemampuan, dan karakteristik siswa. Setiap siswa memiliki latar belakang, gaya belajar, minat, dan tingkat kesiapan yang berbeda. Guru perlu membaca perbedaan tersebut agar kegiatan belajar tidak hanya dirancang berdasarkan standar umum, tetapi juga memperhatikan kondisi nyata kelas. Dalam pembelajaran berpusat pada siswa, guru menghadapi tantangan untuk menyeimbangkan arahan, kebebasan, dan dukungan agar siswa tetap aktif tanpa kehilangan tujuan pembelajaran (Ramey et al., 2023).

12.3.2 Perancangan Pengalaman Belajar

Perancangan pengalaman belajar merupakan proses menyusun kegiatan yang memungkinkan siswa mengalami langsung proses memahami konsep. Pengalaman belajar dapat berbentuk

diskusi, eksperimen, observasi, proyek, simulasi, studi kasus, permainan edukatif, atau kegiatan pemecahan masalah. Guru perlu memilih bentuk pengalaman yang sesuai dengan tujuan pembelajaran, usia siswa, ketersediaan waktu, serta kondisi sarana. Kegiatan yang dirancang harus membantu siswa membangun hubungan antara pengetahuan teoretis dan praktik kehidupan. Apabila pengalaman belajar hanya menarik tetapi tidak memiliki arah akademik, kegiatan tersebut dapat kehilangan makna.

Dalam merancang pengalaman belajar, guru perlu mempertimbangkan urutan kegiatan. Tahap awal dapat digunakan untuk membangkitkan pengetahuan awal siswa dan memunculkan rasa ingin tahu. Tahap inti diarahkan pada eksplorasi, pengamatan, diskusi, atau praktik yang membuat siswa terlibat secara aktif. Tahap akhir digunakan untuk refleksi, penyimpulan, dan penguatan konsep agar pengalaman tidak berhenti sebagai aktivitas semata. Pembelajaran berbasis pengalaman dan project-based learning dapat membantu siswa membangun pemahaman autentik melalui kegiatan yang berpusat pada siswa dan berlandaskan konstruktivisme (Matriano, 2020).

12.3.3 Pendampingan Proses Belajar Siswa

Sebagai fasilitator, guru perlu mendampingi siswa selama proses belajar berlangsung. Pendampingan ini tidak berarti guru memberikan semua jawaban, tetapi membantu siswa menemukan arah berpikir ketika mengalami kesulitan. Guru dapat mengajukan pertanyaan terbuka, memberi petunjuk, menyediakan contoh, atau mengarahkan siswa untuk memeriksa kembali pemahamannya.

Dengan cara ini, siswa tetap menjadi pelaku utama dalam pembelajaran, sedangkan guru berperan sebagai pengarah yang menjaga proses tetap berjalan. Pendampingan juga penting untuk memastikan bahwa kegiatan belajar tidak hanya ramai secara aktivitas, tetapi benar-benar menghasilkan pemahaman.

Pendampingan yang efektif membutuhkan komunikasi yang empatik. Guru perlu mendengarkan pertanyaan siswa, menghargai pendapat mereka, dan memberi respons yang tidak merendahkan. Siswa yang merasa didukung akan lebih berani mencoba, bertanya, dan menyampaikan kesulitan. Sebaliknya, siswa yang takut salah cenderung pasif meskipun kegiatan pembelajaran telah dirancang secara aktif.

Pendampingan juga berkaitan dengan kemampuan guru memberi feedback yang tepat. Umpan balik tidak hanya menunjukkan kesalahan, tetapi juga memberikan arahan perbaikan yang dapat dilakukan siswa. Guru dapat menyampaikan bagian yang sudah baik, bagian yang perlu diperbaiki, dan langkah konkret yang dapat ditempuh. Feedback semacam ini membantu siswa memahami perkembangan dirinya secara lebih jelas. Selain itu, siswa dapat belajar mengevaluasi proses berpikir dan strategi belajarnya sendiri.

12.3.4 Refleksi dan Evaluasi Pengalaman Belajar

Refleksi merupakan tahap penting dalam pengalaman belajar karena membantu siswa memahami makna dari kegiatan yang telah dilakukan. Tanpa refleksi, pengalaman belajar dapat berhenti sebagai aktivitas fisik atau tugas kelompok yang tidak menghasilkan pemahaman mendalam. Guru perlu memberi kesempatan kepada

siswa untuk menyampaikan apa yang dipelajari, kesulitan yang dialami, dan hubungan antara kegiatan dengan materi. Refleksi dapat dilakukan melalui diskusi kelas, jurnal belajar, pertanyaan penutup, presentasi singkat, atau lembar evaluasi sederhana. Melalui refleksi, siswa belajar menata pengalaman menjadi pengetahuan yang lebih terstruktur.

Evaluasi pengalaman belajar juga perlu dilakukan secara menyeluruh. Guru tidak hanya menilai hasil akhir, tetapi juga proses partisipasi, kerja sama, kemampuan berpikir, dan perkembangan sikap siswa. Evaluasi proses penting karena pengalaman belajar sering kali menghasilkan capaian yang tidak selalu tampak dalam nilai angka. Misalnya, siswa dapat menunjukkan keberanian berbicara, kemampuan bekerja dalam kelompok, atau keterampilan menyelesaikan masalah. Guru perlu menggunakan instrumen yang sesuai, seperti rubrik, catatan observasi, penilaian diri, atau penilaian antarteman.

Pada akhirnya, guru sebagai fasilitator pengalaman belajar memiliki peran strategis dalam membentuk pembelajaran yang aktif dan bermakna. Guru tidak hanya menyampaikan materi, tetapi juga merancang pengalaman, mendampingi proses, membangun komunikasi, dan memandu refleksi. Peran ini menuntut guru untuk kreatif, adaptif, dan peka terhadap kebutuhan siswa. Pembelajaran yang difasilitasi dengan baik akan membantu siswa memahami materi melalui keterlibatan langsung dan pemaknaan pribadi. Selain itu, siswa akan belajar menjadi lebih mandiri, kritis, dan bertanggung jawab terhadap proses belajarnya.

12.4 Arah Pengembangan Pendidikan Masa Depan

Arah pengembangan pendidikan masa depan perlu dipahami sebagai upaya menyiapkan peserta didik agar mampu hidup, belajar, dan berkontribusi dalam masyarakat yang terus berubah. Perubahan teknologi, dinamika sosial, krisis lingkungan, serta perkembangan dunia kerja menuntut sistem pendidikan yang lebih adaptif dan relevan. Pendidikan tidak lagi cukup berorientasi pada penguasaan materi, tetapi harus mengembangkan kemampuan berpikir kritis, kreativitas, kolaborasi, komunikasi, dan karakter. Selain itu, pendidikan masa depan perlu menempatkan peserta didik sebagai subjek aktif yang mampu membangun pengetahuan melalui pengalaman belajar bermakna. Sekolah, guru, keluarga, pemerintah, dan masyarakat perlu membentuk ekosistem pendidikan yang saling mendukung. Dengan demikian, arah pendidikan masa depan harus menggabungkan penguatan kompetensi akademik, karakter, teknologi, dan kepedulian sosial.

12.4.1 Transformasi Digital dalam Pendidikan

Transformasi digital menjadi salah satu arah penting dalam pengembangan pendidikan masa depan. Penggunaan teknologi dapat memperluas akses belajar, memperkaya sumber informasi, dan menciptakan pengalaman pembelajaran yang lebih fleksibel. Melalui perangkat digital, peserta didik dapat mengakses materi, video pembelajaran, simulasi, perpustakaan daring, dan ruang diskusi yang tidak terbatas oleh waktu maupun tempat. Namun,

transformasi digital tidak boleh dipahami hanya sebagai penggunaan alat, melainkan sebagai perubahan cara merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran. Guru perlu memiliki kemampuan digital literacy agar mampu memilih teknologi yang sesuai dengan tujuan pembelajaran. Dengan demikian, teknologi harus ditempatkan sebagai sarana pedagogis, bukan sebagai pengganti makna pendidikan itu sendiri.

Perkembangan *artificial intelligence* juga membuka peluang baru dalam pendidikan masa depan. Teknologi ini dapat mendukung *personalized learning*, analisis kemajuan belajar, penyediaan umpan balik, serta pengelolaan administrasi pendidikan. Meskipun demikian, penggunaan *artificial intelligence* harus disertai kehati-hatian karena terdapat risiko kesenjangan akses, bias algoritmik, privasi data, dan rendahnya literasi teknologi. Dalam konteks Indonesia, pemanfaatan *artificial intelligence* dalam pendidikan dinilai dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan efisiensi kelembagaan, tetapi masih menghadapi tantangan kesenjangan digital dan kesiapan pendidik (Haetami et al., 2025).

12.4.2 Pembelajaran Berpusat pada Peserta Didik

Pendidikan masa depan perlu bergerak menuju pembelajaran yang berpusat pada peserta didik atau *student-centered learning*. Dalam pendekatan ini, peserta didik tidak diposisikan sebagai penerima informasi secara pasif, tetapi sebagai individu yang aktif mencari, mengolah, dan menerapkan pengetahuan. Guru berperan sebagai fasilitator yang membantu peserta didik menemukan makna melalui pengalaman, diskusi, eksplorasi, dan refleksi. Pembelajaran

seperti ini penting karena peserta didik masa depan akan menghadapi persoalan yang kompleks dan tidak selalu memiliki jawaban tunggal.

Pembelajaran berpusat pada peserta didik dapat dikembangkan melalui berbagai strategi, seperti project-based learning, problem-based learning, pembelajaran kolaboratif, dan pembelajaran berbasis pengalaman. Strategi tersebut memungkinkan peserta didik menghubungkan materi pelajaran dengan kehidupan nyata. Peserta didik tidak hanya menghafal konsep, tetapi juga belajar menerapkannya dalam situasi yang bermakna. Misalnya, isu lingkungan dapat dipelajari melalui proyek pengelolaan sampah sekolah, sedangkan literasi ekonomi dapat dikembangkan melalui kegiatan kewirausahaan sederhana. Guru perlu memastikan bahwa kegiatan tersebut tetap terarah, memiliki tujuan jelas, dan disertai evaluasi yang membangun. Dengan cara ini, pembelajaran masa depan menjadi lebih kontekstual, aktif, dan relevan dengan kebutuhan peserta didik.

12.4.3 Penguatan Karakter dan Kompetensi Abad Ke-21

Arah pendidikan masa depan tidak dapat dilepaskan dari penguatan karakter. Kemajuan teknologi dan perubahan sosial harus diimbangi dengan nilai moral, tanggung jawab, empati, kejujuran, dan kepedulian terhadap sesama. Peserta didik perlu dibekali kemampuan akademik sekaligus kemampuan mengelola diri dalam kehidupan sosial. Kompetensi abad ke-21 seperti berpikir kritis, komunikasi, kolaborasi, kreativitas, dan literasi digital harus berjalan bersama dengan pembentukan akhlak dan integritas. Tanpa karakter

yang kuat, kecerdasan dapat digunakan secara tidak bertanggung jawab.

Penguatan karakter juga berkaitan dengan kemampuan peserta didik menghadapi ketidakpastian. Masa depan ditandai oleh perubahan pekerjaan, perkembangan teknologi, krisis iklim, dan tantangan sosial yang semakin kompleks. Peserta didik perlu memiliki daya lenting, kemampuan beradaptasi, serta kesadaran untuk terus belajar sepanjang hayat atau *lifelong learning*. UNESCO menekankan perlunya kontrak sosial baru bagi pendidikan yang mampu membangun masa depan yang damai, adil, dan berkelanjutan untuk semua (UNESCO, 2021). Gagasan tersebut menunjukkan bahwa pendidikan tidak hanya bertujuan menyiapkan tenaga kerja, tetapi juga membentuk warga dunia yang bertanggung jawab. Dengan demikian, karakter dan kompetensi abad ke-21 harus menjadi fondasi utama dalam pengembangan pendidikan masa depan.

12.4.4 Kolaborasi Ekosistem Pendidikan

Pengembangan pendidikan masa depan memerlukan kolaborasi ekosistem yang melibatkan berbagai pihak. Sekolah tidak dapat bekerja sendiri dalam menghadapi tantangan pendidikan yang semakin luas. Keluarga, masyarakat, pemerintah, perguruan tinggi, dunia usaha, komunitas, dan lembaga sosial perlu terlibat dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung. Kolaborasi ini penting karena pengalaman belajar peserta didik tidak hanya terjadi di ruang kelas, tetapi juga di rumah, lingkungan sosial, dunia digital,

dan masyarakat. Setiap pihak memiliki peran dalam membentuk nilai, kebiasaan, keterampilan, dan kesempatan belajar peserta didik.

Kolaborasi ekosistem pendidikan juga perlu diarahkan untuk memperkuat pemerataan dan keadilan pendidikan. Masih terdapat peserta didik yang menghadapi hambatan akses karena faktor ekonomi, wilayah, fasilitas, disabilitas, atau keterbatasan dukungan keluarga. Oleh karena itu, kebijakan pendidikan masa depan harus memastikan bahwa inovasi tidak hanya dinikmati oleh kelompok tertentu. Pemerintah perlu menyediakan regulasi, infrastruktur, dan pendampingan, sedangkan sekolah perlu mengembangkan budaya belajar yang inklusif.

Profil Penulis



Figo Ari Muhamad, S.Psi. lahir di Kepala Pasar pada 15 April 2001. Ia menempuh pendidikan sarjana (S1) Psikologi di Universitas Islam Indonesia. Saat ini, ia berprofesi sebagai konselor dan mahasiswa S2 Psikologi di Universitas Negeri Malang. Dalam perjalanan akademik dan profesionalnya, ia memiliki berbagai pengalaman di bidang pendidikan, konseling, dan pengembangan sumber daya manusia. Ia pernah menjabat sebagai Kepala Divisi Teaching Dimension Team di Komunitas Kakak Asuh Yogyakarta, dengan tugas melakukan pengajaran, menyusun RPP, modul ajar, pedoman ajar, proposal, presentasi PowerPoint, serta berbagai berkas pendukung lainnya pada 2 Januari 2022 hingga 20 November 2023. Ia juga pernah menjadi Kepala Divisi PSKS (Pendidik Sebaya dan Konselor Sebaya) PIKM Aushaf Universitas Islam Indonesia. Selain itu, ia memiliki pengalaman sebagai guru anak berkebutuhan khusus di Lingkaran Positif pada 18 Juli 2023 hingga 20 Desember 2023, serta pernah bekerja sebagai HRD, administrator, dan content writer & video perusahaan di PT Damai Semesta Jiwangga. Ia juga pernah menjalani pengalaman di Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten, Jawa Tengah, Kementerian Hukum dan HAM, dengan tugas melakukan observasi, analisis data, wawancara, serta administrasi

kantor pada 30 September 2022 hingga 10 November 2022. Kepada para pembaca, ia menyampaikan bahwa buku ini lahir bukan hanya sebagai hasil penelitian akademik, tetapi juga sebagai refleksi tentang bagaimana manusia belajar, bertahan, dan bertumbuh di dalam proses pendidikan. Melalui penelitian mengenai hubungan sense of humor guru dengan motivasi belajar siswa, ia belajar bahwa pendidikan tidak hanya berbicara tentang nilai, tugas, dan kemampuan intelektual semata, tetapi juga tentang suasana emosional yang tercipta di dalam kelas. Terkadang, hal-hal sederhana seperti candaan yang hangat, senyuman tulus, atau cara guru membangun kedekatan dengan siswa mampu menjadi energi kecil yang membuat seseorang merasa nyaman untuk belajar. Dari hal tersebut, ia memahami bahwa manusia tidak hanya belajar menggunakan pikirannya, tetapi juga dengan perasaannya. Melalui buku ini, ia ingin menyampaikan bahwa motivasi belajar adalah sesuatu yang sangat kompleks dan dipengaruhi oleh banyak hal dalam kehidupan seseorang. Humor guru memang memiliki pengaruh terhadap motivasi belajar, tetapi bukan menjadi satu-satunya faktor penentu. Di balik setiap siswa, ada perjuangan yang sering kali tidak terlihat, seperti tekanan keluarga, rasa takut gagal, kelelahan mental, harapan masa depan, hingga kebutuhan untuk dipahami dan dihargai. Karena itu, pendidikan seharusnya tidak hanya menjadi ruang untuk mengukur kemampuan akademik, tetapi juga menjadi tempat yang mampu menghadirkan rasa aman, nyaman, dan penghargaan terhadap proses bertumbuh setiap individu.

Ia berharap buku ini tidak hanya dibaca sebagai kumpulan teori dan hasil penelitian, tetapi juga sebagai pengingat bahwa pendidikan pada dasarnya adalah tentang memanusiakan manusia. Menjadi pendidik bukan hanya tentang menyampaikan materi, melainkan tentang bagaimana kehadiran seseorang mampu memberi semangat, harapan, dan makna bagi orang lain. Jika buku ini dapat membuka sudut pandang pembaca bahwa hubungan emosional, empati, dan suasana belajar yang sehat memiliki peran penting dalam pendidikan, maka buku ini telah menemukan tujuannya. Sebab, ilmu yang baik bukan hanya yang dipahami oleh pikiran, tetapi juga yang mampu menyentuh hati dan meninggalkan makna dalam kehidupan.



Hazhira Qudsyi, S.Psi., M.A. lahir di Yogyakarta pada 26 Januari 1986. Saat ini, ia berdomisili di Sleman. Ia memiliki hobi olahraga, menonton, dan membaca. Kepada para pembaca, ia menyampaikan bahwa belajar bukan hanya tentang memperoleh pengetahuan, tetapi juga tentang membentuk cara berpikir dan cara memandang kehidupan. Ia berharap buku ini dapat menjadi bagian kecil dari proses belajar tersebut.

Daftar Pustaka

- Asadpour, M., Farrokhnia, M., & Järvelä, S. (2025). The motivational role of teachers: A systematic review of key factors influencing students' academic motivation. *European Journal of Psychology of Education*.
- Bardach, L., & Klassen, R. M. (2020). Smart teachers, successful students? A systematic review of the literature on teachers' cognitive abilities and teacher effectiveness. *Educational Research Review*, 30, 100312.
- Beimel, D. (2024). The impact of extent and variety in active learning methods on student course evaluations across online and face-to-face classes. *Frontiers in Education*, 9, 1432054.
- Bender, L., Renkl, A., & Endres, T. (2026). Punchline with(out) purpose: Integrating research on instructional humour and seductive details. *British Journal of Educational Psychology*.
- Bureau, J. S., Howard, J. L., Chong, J. X. Y., & Guay, F. (2022). Pathways to student motivation: A meta-analysis of antecedents of autonomous and controlled motivations. *Review of Educational Research*, 92(1), 46–72.

- Cahyadi, A., Hendryadi, H., Widyastuti, S., & Suryani, S. (2023). Perceived related humor in the classroom, student–teacher relationship quality, and engagement: Individual differences in sense of humor among students. *Heliyon*, 9(1), 1–10.
- Cahyadi, A., Hendryadi, H., Widyastuti, S., & Suryani, S. (2023). Perceived related humor in the classroom, student–teacher relationship quality, and engagement: Individual differences in sense of humor among students. *Heliyon*, 9(1), 1–10.
- Cahyadi, A., Hendryadi, Widyastuti, S., & Suryani. (2023). Perceived related humor in the classroom, student–teacher relationship quality, and engagement: Individual differences in sense of humor among students. *Frontiers in Education*, 7, 1111113.
- Cahyadi, A., Hendryadi, Widyastuti, S., & Suryani. (2023). Perceived related humor in the classroom, student–teacher relationship quality and engagement: Individual differences in sense of humor among students. *Heliyon*, 9(1), e13035.
- Chazan, D. J., Pelletier, G. N., & Daniels, L. M. (2022). Achievement goal theory review: An application to school psychology. *Canadian Journal of School Psychology*, 37(1), 40–56.
- consequences and prevention strategies. *Educational Technology Research and Development*.

- Cronqvist, M. (2024). Enhanced student joy in learning environment: *A participatory action research in secondary schools. European Journal of Education, 59*(4), e12671.
- De Bruijn-Smolters, M., Timmers, C. F., Gawke, J. C. L., Schoonman, W., & Born, M. P. (2024). Effective student engagement with blended learning: A systematic review and meta-analysis. *Heliyon, 10*(23), e40160.
- Erdoğan, F., & Çakıroğlu, Ü. (2021). The educational power of humor on student engagement in online learning environments. *Research and Practice in Technology Enhanced Learning, 16*, 9.
- Firdaus, N. R., Hendriani, W., & Yoenanto, N. H. (2022). Examining positive emotions on student engagement during COVID-19 situation with academic psychological capital as a mediating variable. *Jurnal Psikologi, 49*(1), 45–59.
- Fitriyah, N., Suryadi, A., & Hidayat, R. (2025). Fostering creativity in primary education: A literature review of strategies, facilitators, and barriers. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan, 17*(1), 1–15.
- Ghazali, N. H. C. M., Jaafar, W. M. W., & Nordin, M. S. (2022). Factors influencing students' motivation towards learning. *Cakrawala Pendidikan, 41*(1), 170–182.
- Guo, W., Wang, J., Li, N., & Wang, L. (2025). The impact of teacher emotional support on learning engagement among college

- students mediated by academic self-efficacy and academic resilience. *Scientific Reports*, 15, 3670.
- Guo, W., Wang, Y., & Zhang, X. (2025). The impact of teacher emotional support on learning engagement: The mediating role of academic self-efficacy and academic resilience. *Frontiers in Psychology*, 16, 1518423.
- Haetami, H., Karim, A., & Sari, N. P. (2025). AI-driven educational transformation in Indonesia: From policy to classroom practice. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 17(1), 1–16.
- Hariri, H., Karwan, D. H., Haenilah, E. Y., Rini, R., & Suparman, U. (2021). Motivation and learning strategies: Student motivation affects student learning strategies. *European Journal of Educational Research*, 10(1), 39–49.
- Held, T., & Mori, J. (2024). The role of students' perceived teacher support in student motivation: A longitudinal study of student motivation profiles. *International Journal of Educational Research Open*, 7, 100395.
- Howard, J. L., Bureau, J. S., Guay, F., Chong, J. X. Y., & Ryan, R. M. (2021). Student motivation and associated outcomes: A meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1300–1323.
- Howard, J. L., Bureau, J. S., Guay, F., Chong, J. X. Y., & Ryan, R. M. (2021). Student motivation and associated outcomes: A meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1300–1323.

- Howard, J. L., Bureau, J. S., Guay, F., Chong, J. X. Y., & Ryan, R. M. (2021). Student motivation and associated outcomes: A meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1300–1323.
- Howard, J. L., Bureau, J. S., Guay, F., Chong, J. X. Y., & Ryan, R. M. (2021). Student motivation and associated outcomes: A meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1300–1323.
- Howard, J. L., Bureau, J., Guay, F., Chong, J. X. Y., & Ryan, R. M. (2021). Student motivation and associated outcomes: A meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1300–1323.
- Jiang, F., Lu, S., Jiang, T., & Jia, H. (2020). Does the relation between humor styles and subjective well-being vary across culture and age? A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 11, 2213.
- Jiang, F., Lu, S., Jiang, T., & Jia, H. (2020). Does the relation between humor styles and subjective well-being vary across culture and age? A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 11, 2213.
- Jiang, F., Yue, X. D., & Lu, S. (2020). Different attitudes toward humor between Easterners and Westerners. *Frontiers in Psychology*, 11, 2213.
- Khuhro, N., Soomro, M. A., & Shah, S. A. A. (2024). Study of classroom climate, student engagement, self-efficacy and learning experiences: An analyses employing social

- cognitive theory. *Academy of Education and Social Sciences Review*, 4(1), 1–12.
- Kim, H., & Han, S. (2022). The effect of sense of humor and empathy on the interpersonal adaptation of university students. *Personality and Individual Differences*, 190, 111531.
- Konrad, S. Č., Kukanja Gabrijelčič, M., & Vršnik Perše, T. (2024). Classroom climate and student–teacher relationship: A study among students and teachers in Slovenia. *European Journal of Educational Research*, 13(1), 221–235.
- Konrad, S. Č., Vodopivec, J. L., & Štemberger, T. (2024). Classroom climate and student-teacher relationship: A study among students and teachers in Slovenia. *European Journal of Educational Research*, 13(3), 1411–1426.
- Kuiper, N. A. (2020). Model of humor styles. Dalam V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (Ed.), *Encyclopedia of personality and individual differences*. Springer.
- Kurt, D. G., & Ergene, T. (2022). Effect of family, friends and school climate on school adjustment of middle school students. *International Journal of Progressive Education*, 18(2), 193–209.
- Li, J., & Xue, E. (2023). Dynamic interaction between student learning behaviour and learning environment: Meta-analysis of student engagement and its influencing factors. *Behavioral Sciences*, 13(1), 59.

- Li, L., Peng, Z., Lu, L., Liao, H., & Li, H. (2020). Peer relationships, self-efficacy, academic motivation, and mathematics achievement in Zhuang adolescents: A moderated mediation model. *Children and Youth Services Review, 118*, 105358.
- Liu, X. (2024). Effect of teacher–student relationship on academic engagement: The mediating roles of perceived social support and academic pressure. *Frontiers in Psychology, 15*, 1331667.
- Lu'mu, Cahyadi, A., Ramli, M., Ruslan, & Hendryadi. (2023). Perceived related humor in the classroom, student–teacher relationship quality, and engagement: Individual differences in sense of humor among students. *Heliyon, 9*(1), e13035.
- Lu'mu, Cahyadi, A., Ramli, M., Ruslan, & Hendryadi. (2023). Perceived related humor in the classroom, student–teacher relationship quality, and engagement: Individual differences in sense of humor among students. *Heliyon, 9*(1), e13035.
- Martin, F., Sun, T., Turk, M., & Ritzhaupt, A. D. (2025). Digital distractions in education: A systematic review of research on causes, Di Fabio, A., Gori, A., & Svicher, A. (2023). Relationships between humor styles and the Big Five personality traits in workers: A network analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(2), 1008.
- Matriano, E. A. (2020). Ensuring student-centered, constructivist and project-based experiential learning applying the exploration, research, interaction and creation approach.

International Online Journal of Education and Teaching, 7(1), 214–227.

Memon, S., Hafeez, M., & Khoso, F. J. (2024). Study of classroom climate, student engagement, self-efficacy and learning experiences: An analyses employing social cognitive theory. *Journal of Asian Development Studies*, 13(1), 743–753.

Miller, E., Bergmeier, H. J., Blewitt, C., O'Connor, A., & Skouteris, H. (2021). A systematic review of humour-based strategies for addressing public health priorities. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 45(6), 568–577.

Miller, E., Bergmeier, H. J., Blewitt, C., O'Connor, A., & Skouteris, H. (2021). A systematic review of humour-based strategies for addressing public health priorities. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 45(6), 568–577.

Muhibbin, M. A., & Abidin, M. Z. (2025). Pengaruh dukungan keluarga dan iklim sekolah terhadap keterlibatan siswa dalam pembelajaran di sekolah menengah. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 1–14

Palacios, D., & Berger, C. (2024). The role of academic performance, prosocial behaviour and friendships on adolescents' preferred studying partners: A longitudinal social network analysis. *British Journal of Educational Psychology*, 94(3), 914–932.

Pérez-Salas, C. P., Parra, V., Sáez-Delgado, F., & Olivares, H. (2021). Influence of teacher-student relationships and special educational needs on student engagement and

- disengagement: A correlational study. *Frontiers in Psychology*, 12, 708157.
- Plessen, C. Y., Franken, F. R., Ster, C., Schmid, R. R., Wolfmayr, C., Mayer, A.-M., Sobisch, M., Kathofer, M., Rattner, K., Kotlyar, E., Maierwieser, R. J., & Tran, U. S. (2020). Humor styles and personality: A systematic review and meta-analysis on the relations between humor styles and the Big Five personality traits. *Personality and Individual Differences*, 154, 109676.
- Ramey, K. E., Stevens, R., & Uttal, D. H. (2023). Dilemmas experienced by teachers in adapting to the role of facilitator in a student-centered, technology-supported STEAM learning environment. *Teaching and Teacher Education*, 133, 104268.
- Reeve, J. (2025). Specialized purpose of each type of student engagement. *Educational Psychology Review*, 37, 1–28.
- Robinson, H. L., Bieg, S., & Klassen, R. M. (2024). Teachers' humour use in the classroom: A scoping review. *Educational Psychology Review*, 36(3), 1–29.
- Robinson, H. L., Bieg, S., & Klassen, R. M. (2024). Teachers' humour use in the classroom: A scoping review. *Educational Psychology Review*, 36, 1–29.
- Robinson, H. L., Rose, S. E., Elliott, J. M., & Vivaldi, R. A. (2024). Teachers' humour use in the classroom: A scoping review. *Educational Psychology Review*, 36(3).

- Robinson, H. L., Rose, S. E., Elliott, J. M., & Vivaldi, R. A. (2024). *Teachers' humour use in the classroom: A scoping review. Educational Psychology Review, 36*(3).
- Robinson, H., Rose, S. E., Elliott, J. M., & Vivaldi, R. A. (2024). Teachers' humour use in the classroom: A scoping review. *Educational Psychology Review, 36*, 94.
- Robinson, H., Rose, S. E., Elliott, J. M., & Vivaldi, R. A. (2024). Teachers' humour use in the classroom: A scoping review. *Educational Psychology Review, 36*, 94.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology, 61*, 101860.
- Sahayu, W., & Friyanto, F. (2022). Children's humor development: A case of Indonesian children. *Indonesian Journal of Applied Linguistics, 12*(2), 1–12.
- Simione, L., & Gnagnarella, C. (2023). Humor coping reduces the positive relationship between avoidance coping strategies and perceived stress: A moderation analysis. *Behavioral Sciences, 13*(2), 179.
- Singh, M. (2022). Impact of cognitive-behavioral motivation on student engagement. *Heliyon, 8*(7), e09843.
- St-Amand, J., Smith, J., & Goulet, M. (2024). Is teacher humor an asset in classroom management? Examining its association with students' well-being, sense of belonging, and engagement. *Current Psychology, 43*, 1–14.

- St-Amand, J., Smith, J., & Goulet, M. (2024). Is teacher humor an asset in classroom management? Examining its association with students' well-being, sense of belonging, and engagement. *Current Psychology*, 43, 1–14.
- Thomas, E. F., McGarty, C., & Mavor, K. I. (2020). “That’s not funny!” Standing up against disparaging humor. *Journal of Experimental Social Psychology*, 86, 103901.
- Tianli, Z. (2024). A systematic review of humor employed in teaching English as a second language in Asia. *SAGE Open*, 14(2), 1–15.
- Tianli, Z., Mansor, N. S., Liu, G., & Junhua, P. (2024). A systematic review of humor employed in teaching English as a second language in Asia. *SAGE Open*, 14(2).
- UNESCO. (2021). *Reimagining our futures together: A new social contract for education*. UNESCO Publishing.
- UNESCO. (2023). *Global education monitoring report 2023: Technology in education: A tool on whose terms?* UNESCO.
- Wang, C. C., Toh, Y. L., Christensen, S., Lee, A. Y., Lee, J., & Tewari, K. S. (2022). Adaptive and maladaptive humor styles are closely associated with burnout and professional fulfillment in members of the Society of Gynecologic Oncology. *Gynecologic Oncology Reports*, 42, 1–7.
- Yang, X., Cheng, L., & Wang, M. (2025). A systematic review of factors influencing K-12 teachers' creative teaching. *Thinking Skills and Creativity*, 57, 101789.

- Zhao, Y., Li, Y., Ma, S., Xu, Z., & Zhang, B. (2025). A meta-analysis of the correlation between self-regulated learning strategies and academic performance in online and blended learning environments. *Computers & Education*, 230, 105279.
- Zhou, W., & Lee, J. C. (2025). Teaching and learning with instructional humor: A review of five-decades research and further direction. *Frontiers in Psychology*, 16, 1469358.
- Zhou, W., & Lee, J. C. (2025). *Teaching and learning with instructional humor: A review of five-decades research and further direction. Frontiers in Psychology*, 16, 1445362.
- Zulfatunnisa, S., & Maknun, L. (2022). The importance of the teacher's role in the learning process. *Jurnal Gentala Pendidikan Dasar*, 7(2), 199–213.

Buku referensi yang berjudul *Humor dalam Pembelajaran untuk Motivasi Belajar Siswa* membahas bagaimana humor dapat digunakan sebagai strategi efektif untuk meningkatkan minat dan motivasi belajar siswa. Buku ini menekankan pentingnya suasana belajar yang menyenangkan agar siswa lebih aktif, kreatif, dan mudah memahami materi pelajaran.

Disusun dengan bahasa yang jelas dan mudah dipahami, buku ini membahas mulai dari teori penggunaan humor, teknik penerapan dalam kelas, hingga tips menciptakan interaksi yang positif antara guru dan siswa. Dilengkapi contoh praktis, studi kasus, dan panduan langkah demi langkah, buku ini menjadi referensi penting bagi guru, mahasiswa pendidikan, dan masyarakat umum yang ingin meningkatkan kualitas pembelajaran melalui pendekatan yang menyenangkan dan motivatif.