

UPAYA GURU TK/PLB DALAM MENGEMBANGKAN INTRA DAN INTERPERSONAL DI SEKOLAH

oleh sofyan sauri

Guru merupakan sosok pribadi yang memiliki peluang untuk melakukan bimbingan terhadap anak didiknya agar menjadi anak yang lebih baik, yakni anak yang tumbuh dan berkembang menuju dewasa.

Tujuan pendidikan di Indonesia tertuang dalam UUSPN no 20 tahun 2003 adalah.....

INTER intinya pandai bergaul.. kalau INTRA intinya pandai memahami diri sendiri..

ciri2 dari INTRApersonal adalah mampu mengetahui siapa diri kamu sendiri, pandai menargetkan dan menentukan target untuk diri sendiri, percaya diri dan tidak malu (g tau malu maksudnya? haha..) .. enggak perlu bingung dan minta pendapat orang untuk menentukan baju yang pantas di pake... enggak plin-plan--tegas sama keputusan sendiri karena dia tau apa yang dia mau. pokokna intrapersonal adalah kecerdasan yang melibatkan kemampuan untuk memahami diri sendiri.

ciri2 dari INTERpersonal adalah melibatkan kemampuan untuk bekerja dengan orang lain. kemampuan berempati, memimpin, dan mengorganisir orang lain. intinya, kalau kamu populer di antara teman2 dan mampu beradaptasi cepat dengan lingkungan, kamu termasuk orang yang interpersonal.

manusia enggak cuma punya 1 kecerdasan aja.. jadi ada kemungkinan kita gabungan antara intra dan inter. atau di tambah musik, naturalistik, logical, dll... (wah, perfect banget tuh orang!) tapi manusia memiliki kecenderungan untuk dominan ke salah satu kecerdasan.

kalau di perhatikan, gw gabungan inter dan intra... tapi gw lebih condong ke intra. gw bener2 paham soal diri. (makanya rata-rata isi dari blog ini adalah masalah yang terjadi pada diri gw yang g bisa gw ceritain ke orang lain dan langsung menemukan solusinya). Mampu mendeskripsikan diri dengan jelas.

gw juga inter walaupun sedikit. gw mampu beradaptasi dengan lingkungan. mampu berempati. gw mampu memulai pembicaraan pada orang baru. gw mampu berorganisasi dan bekerja sama dengan orang lain. Tapi, gw g famous n gw sedikit teman. maksudnya, gw bukan tipe orang yang bisa meriahkan suatu keadaan. bukan juga tipe orang yang bisa bergaul akrab dengan segala jenis golongan. Tapi berusaha netral. tapi sedikitnya teman itu akan gw bawa seumur hidup.

gw jadi inget gw punya temen sekelas di kampus yang pernah ngeluh ke gw. dya bilang, " muth, gimana sih caranya supaya dapet nilai bagus? " yah, gw jawab, " Yah..belajar lahhh.. " dya bilang, " lw mah enak pinter.. belajarnya gampang masuk. Iha gw? "

terus gw diem. gw mikir. gw g pinter. gw cuma rajin. gw anggep orang pinter adalah orang yang g perlu belajar susah payah tapi nilai selalu bagus. gw cuma dan harus rajin supaya dapet nilai bagus. apalagi caranya? inilah keuntungan INTRApersonal--dya mampu menargetkan dan mampu menentukan cara-cara yang bener2 pas untuk dirinya sendiri dan untungnya gw mampu menemukan cara belajar yang pas buat gw supaya segala materi bisa masuk ke otak. tapi sayangnya temen gw itu belum menemukan cara belajar yang pas buat dirinya sendiri jadi dya merasa kalau dirinya g pinter.

demi menyemangati temen gw yang underestimate, gw bilang, " lw pinter kalii.. malah lebih pinter dari gw... sadar g? " bahkan dya sendiri g percaya kalau dirinya lebih pinter dari gw. seakan2 yang gw bilang itu omong kosong. " Gw pinter muth? pinter dari mana? jangan ngaco dech! " gw jawab. " yeee... lw tuh pinter! pinter kan g harus pinter pelajaran. lw sadar g kalau lw punya kecerdasan interpersonal! lw pandai bergaul. temen2 lw banyak. terus, kalau ada lw suasana kelas jadi rame. sepi kalau g ada lw. semua orang mendambakan kehadiran lw. jarang lho ada orang yang kayak gitu. jadi seharusnya lw bangga ma diri sendiri. " Tapi mendengar penjelasan gw itu, temen gw malah memutarakan matanya, menegaskan kalau pinter itu ya... nilai-nilai quiz, UTS, UAS lw bagus. Kalau saja dia dan masyarakat indonesia lainnya tau bahwa kecerdasan itu banyak, pasti lebih bisa menghargai dan mengormati diri sendiri serta peng-apresiasi-an akan lebih banyak di ucapkan atas kemampuan orang lain.

kalau dya iri ma gw gara-gara nilai gw bagus, gw iri ma dya gara-gara memiliki pribadi yang menyenangkan, dya punya banyak temen, semua orang suka dya. orang interpersonal itu orang yang menyenangkan. auranya bikin orang nyaman.

Yah, karena gw tipe INTRApersonal, gw tau, cara supaya bisa menjadi INTER adalah dengan mengikuti organisasi2 di SMA atau di kampus. Dan gw mendapatkan teman yang banyak di SMA gara2 gw aktif organisasi. gw berhasil! makanya jangan heran klo gw sebegitu sayang dan cintanya ma temen2 SMA. karena untuk mendapatkan mereka, gw harus melakukan hal-hal yang sulit dan banyak rintangannya. Selain sayang untuk ditinggalkan dan dilupakan karena mereka unik dan aneh. haha. Tapi itu membuktikan kalau gw juga punya kecerdasan INTERpersonal walaupun sedikit.

dan gw lagi usaha nih buat INTERpersonal juga di kampus. Masalahnya g gampang uy! karena dunia kuliah itu luas banget. Jadi yang enggak seideologi ma gw, harus gw filter supaya g merugikan gw dan gw juga g merugikan mereka. Makanya tawaran2 buat kumpul ini itu di kampus sering banget gw ikutin supaya dapet temen banyak. belum keliatan sih hasilnya. But someday it will be works!

Bunda, aku sayang sama Bunda..." kita pasti bahagia kalau si prasekolah menyatakan perasaannya seperti itu. Namun di lain waktu, mungkin dahi kita dibuat mengerut ketika dia bilang, "Papa, aku ingin punya pacar." Ya ampun. Tapi lihatlah sisi baiknya: si kecil sangat pandai mengungkapkan perasaan dan keinginannya. Hal

ini menunjukkan kemampuannya memahami diri sendiri yang merupakan bentuk dari kecerdasan intrapersonal.

Seorang anak yang memiliki kecerdasan intrapersonal akan mengetahui kekuatan dan kelemahan dirinya, suasana hatinya, temperamennya, keinginannya, dan motivasinya. Singkatnya, yang dimaksud kecerdasan intrapersonal adalah kemampuan memahami diri sendiri dan bertindak berdasarkan pemahaman tersebut.

Namun tentu saja, tak baik hanya memikirkan diri sendiri, bukan? Jadi anak pun dituntut memahami orang lain. Kelak ia harus dapat membaca suasana hati, maksud, motivasi, perasaan, dan cara berpikir orang-orang di sekitarnya. Inilah yang dimaksud kecerdasan interpersonal. Kecerdasan ini ditunjukkan oleh kemampuan menjalin hubungan yang baik dengan orang lain disertai keterampilan berkomunikasi yang juga baik karena anak harus dapat mengungkapkan pendapat, pikiran, dan perasaannya manakala dibutuhkan.

ANAK BERBUDI Bila kemampuan personal tidak dipelajari, anak tak akan tahu dengan sendirinya mengenai etika, moral atau kebiasaan-kebiasaan yang ada dalam masyarakat. Akibatnya, dalam berinteraksi dengan lingkungan ia akan sering "membentur" sehingga orang mengeluhkan dirinya sebagai anak yang tak tahu aturan, tidak sopan, kurang ajar, dan label negatif lainnya. Bukankah itu sesuatu yang lebih menyakitkan baginya? Lagi pula, semakin sering diberi label, semakin tingkah lakunya itu akan menguat dan diulangnya kembali. Padahal, mungkin saja bukan maksud anak untuk membuat kesal orang lain. Contoh, ia punya suatu keinginan tetapi karena tak bisa menyampaikannya dengan baik, ia hanya bersungut-sungut. Orangtuanya tentu tidak mengerti keinginannya. Malah, mereka kesal dan marah melihat si anak bersungut-sungut. Bila anak membalas dan lantas menarik diri, akhirnya persoalan menjadi semakin kompleks. Nah, itu suatu gambaran dari kejadian kecil di dalam rumah. Bisa dibayangkan bagaimana bila anak berinteraksi dengan lingkungan di luar rumah nantinya. Itulah pentingnya kemampuan personal diajarkan dan dikembangkan sejak dini. Diharapkan anak bisa berhubungan atau berinteraksi secara efektif dan harmonis dengan lingkungannya. Sehingga anak bisa diterima lingkungan dengan baik dan membuatnya merasa aman serta menjadi anak yang *happy*. Selain itu, kemampuan personal akan menumbuhkan nilai-nilai kebaikan universal pada diri anak. Diharapkan ia berkembang menjadi pribadi yang berwatak dan berbudi pekerti luhur; santun, saling hormat menghormati, dan menghargai sesama. Kemampuan personal yang berkembang baik dapat mengembangkan pula kecerdasan spiritual anak. Ia akan mengerti bahwa dirinya sebagai manusia, hakikatnya adalah pencitraan dari kekuasaan Tuhan sebagai pencipta alam ini.

10 PRAKTIK KESEHARIAN

Dalam mengembangkan kecerdasan personal ada 10 komponen yang harus diberikan kepada anak dan dipraktikkan dalam keseharian.

1) Komunikasi (*Communicating*)

Anak belajar menyampaikan kebutuhan, keinginan, hambatan, harapan, pendapat, dan lainnya baik secara verbal maupun nonverbal. Untuk komunikasi verbal, caranya

dengan sering memancing anak mengungkapkan pendapat mengenai berbagai hal. Sementara kemampuan komunikasi nonverbal bisa digali lewat bahasa tubuh dan ekspresi wajah atau lewat gambar. Contoh, orangtua menggambarkan beragam raut wajah yang menunjukkan emosi marah, senang dan sebagainya. Jelaskan hubungan wajah tersebut dengan emosi yang sedang dialami.

Selain itu, anak juga diajarkan bagaimana bersikap yang baik bila ada tamu dan bagaimana memahami tatapan mata orangtua yang tidak membolehkan anak mengganggu pembicaraan, isyarat tangan orangtua yang menyuruhnya diam, dan sebagainya.

Kesimpulannya, anak harus belajar mengembangkan kecerdasan personal yang tak lain adalah gabungan dari kecerdasan intrapersonal (*self smart/cerdas diri*) dan kecerdasan interpersonal (*people smart/cerdas sosial*). Untuk itu, kepedulian orangtua dan lingkungan sekitar terhadap kecerdasan personal mutlak diperlukan.

Ketahuilah, konsep diri seorang anak berasal dari pengetahuan yang baik tentang dirinya secara positif. Baik itu mengenai *moods*, temperamen, motivasi, dan intensinya dalam suatu lingkungan. Tidak cukup sampai di situ, anak juga harus dapat mengutarakan pendapatnya, keinginannya, kebutuhannya, kekecewaannya, kejengkelannya, atau apa pun yang berkecamuk dalam dirinya. Supaya apa? Supaya ia bisa dipahami dan diterima secara baik oleh lingkungan. Penerimaan ini akan membuat dirinya menjadi lebih nyaman.

Kemampuan personal harus diajarkan dan dikembangkan sejak usia dini, terlebih di usia prasekolah karena di masa ini pula kecerdasan emosinya tengah berkembang. Keduanya akan seiring sejalan karena kemampuan personal merupakan suatu keterampilan sosial yang berkaitan dengan ranah afektif dan emosi seperti masalah etika, motivasi, moral dan hati nurani. Semua "ilmu" mengenai hal tersebut akan digunakan anak untuk berinteraksi dengan lingkungannya.

2) Hubungan dengan orang lain (Relating) Anak dikenalkan pada etika, nilai, dan kebiasaan yang berlaku pada masyarakatnya. Bahwa di dalamnya ada beragam suku dan mungkin beragam bangsa dengan adat kebiasaan dan tata krama berbeda.

3) Kasih sayang (Loving) Anak diajarkan untuk memiliki rasa kasih sayang pada sesama seperti pada orangtua, teman, guru, dan orang lain. Juga terhadap makhluk hidup lainnya seperti tanaman dan binatang peliharaan. Contoh, hewan peliharaan harus diberi makan dan minum serta dibersihkan kandangnya. Kalau sakit tidak dibiarkan saja, tapi diobati atau diperiksakan ke dokter.**4) Berbagi (Sharing)** Anak perlu dibiasakan untuk mau berbagi. Ia harus tahu bahwa dalam hidup ia tidak sendirian, masih ada orang lain yang kondisinya bisa saja berbeda dan perlu dibantu. Ajari anak untuk tidak bersikap pelit lewat kerelaan berbagi bekal atau saling bertukar makanan di TK, dan cara lainnya. **5) Kepemilikan (Belonging)** Anak dikenalkan pada yang mana miliknya dan mana milik orang lain. Mintalah ia menjaga miliknya dan menghargai milik orang lain. Umpama, "Kamu diberi panca indra oleh Tuhan seperti mata dan telinga. Nah, kedua indra itu harus kamu jaga dengan baik. Maka itu gunakan mata untuk melihat yang baik-baik, gunakan telinga untuk mendengar hal yang baik-baik juga." Atau misalnya, "Ini buku punya Amri. Kalau kamu pinjam harus dikembalikan dan dijaga baik-baik. Kalau tidak, nanti rusak. Amri akan sedih, lo. Kamu juga tidak mau kan, kalau barang milikmu tidak dikembalikan dan rusak?"

6) Kepedulian atau perhatian (Caring)

Di dalam komponen ini terkandung pula masalah empati, rasa sayang, dan lainnya. Anak diajarkan untuk peduli pada sesamanya. Contoh, bila ada temannya yang berulang tahun, ajari anak untuk mengucapkan selamat. Jika ada orang yang kurang mampu, ajari anak untuk membagi sebagian miliknya. Jika si prasekolah memiliki adik, mintalah ia untuk mengajaknya bermain, menjaga, dan menghiburnya bila menangis.

7) Perasaan (*Feeling*)

Anak diajarkan untuk mengenal beragam perasaan seperti sedih, senang, kesal, kecewa, takut dan lainnya. Tujuannya untuk belajar menghayati perasaan yang sama dengan yang dirasakan orang lain.

Pemilihan (*Choosing*)

Anak diajarkan untuk dapat memilih sesuatu yang benar-benar disukai secara asertif atau bukan karena tekanan atau ikut-ikutan orang lain. Orangtua pun harus dapat menghargai apa yang jadi pilihan si anak.

9) Kehidupan (*Living*)

Anak diajarkan bahwa kehidupan tak lepas dari tanggung jawab dan komitmen. Ceritakan contoh-contohnya dari masalah sehari-hari; bagaimana orangtua bekerja keras demi memenuhi tanggung jawabnya bagi keluarga. Sambil lalu Anda bisa menyelipkan pesan pada anak, jika dibelikan sesuatu hendaknya harus dijaga jangan sampai rusak. Sekali-kali bila memungkinkan ajak anak ke tempat orangtuanya bekerja. Dengan begitu anak dapat lebih memahami, bahwa uang yang dimiliki orangtua tidak semata-mata keluar dari ATM. Sebelumnya ada proses yang panjang.

10) Mengatasi Masalah (*Coping*)

Anak diajarkan bagaimana mengatasi masalah yang dihadapinya. Jika ia merasa kesal karena tidak dipinjamkan sesuatu oleh teman, orangtua bisa membantunya mengalihkan perhatian dari rasa kesal. Umpama dengan meminta anak untuk minum dulu agar merasa lebih tenang, kemudian menjelaskan bahwa mungkin saja si teman masih membutuhkan barang tersebut. Lalu, ajaklah ia melakukan aktivitas lain untuk mengurangi rasa kesalnya.

3 CARA MERAIHNYA

1. Lakukan secara bertahap sesuai perkembangan anak dan berikan secara mendalam.

Umpama, orangtua tak membolehkan anak main ke rumah teman pada siang hari tanpa menjelaskan alasannya. Seharusnya, anak pun diberi tahu mengenai kebiasaan yang umum berlaku di masyarakat, semisal siang hari biasanya untuk anak seusianya ada yang diharuskan istirahat tidur siang sehingga tak boleh diganggu. Contoh lain, anak disuruh bersalaman ketika bertemu dengan teman ibunya atau dengan nenek-kakeknya tanpa diberi tahu penjelasannya. Sebaiknya, anak juga dijelaskan bahwa bersalaman pada orang yang lebih tua merupakan tanda menghormati, misalnya.

2. Lakukan secara konkret lewat praktik keseharian atau kegiatan yang dilakukan di kelompok bermain/taman kanak-kanak maupun di rumah, dengan cara-cara sederhana.

Kegiatan yang dipilih harus menunjang pembentukan watak luhur. Misal, di sekolah, guru meminta anak-anak membawa pot bunga, lalu guru bercerita mengenai tanaman dan bertanya pada anak, bagaimana merawat tanaman tersebut, siapa yang selalu menyiramnya di rumah, dan lainnya. Atau mengenai binatang peliharaan, kemudian anak ditanya soal binatang peliharaannya masing-masing, bagaimana merawatnya, siapa yang memberi makannya, dan lain-lain. Dari kegiatan sederhana seperti itu, orangtua dapat mencari masukan dari guru mengenai anaknya. Mengapa si anak tidak sayang pada binatang peliharaan, apakah orangtua belum cukup memperkenalkan, dan sebagainya.

3. Lakukan dengan memberikan *reward*.

Ketika anak bisa menunjukkan sikap dan perilaku yang baik, orangtua boleh memberinya *reward* atau hadiah. Jika anak tak menunjukkan sikap dan perilaku yang baik, orangtua memberinya sanksi. Semakin usianya bertambah, anak sudah bisa berpikir apa yang akan dilakukannya sehingga tidak lagi tergantung pada *reward*. Anak sudah bisa berpikir, bahwa bersikap sopan adalah memang bagian dari hakikatnya sebagai manusia yang punya martabat. Cara berpikir seperti itu jika dipupuk dari sekarang nanti akan muncul seiring bertambahnya usia dan mencapai puncak di usia 13 tahun.

Menurut Arthur (1975) siklus estrus terdiri dari empat fase yaitu : proestrus, estrus, metestrus dan diestrus. Siklus estrus tersebut dapat kita ketahui dengan melakukan pemeriksaan ovarium secara perrektal. Jika kita sudah mengetahui siklus estrus maka kita akan mudah menentukan kapan waktu yang tepat untuk melakukan IB. Berikut ini ciri-ciri deteksi estrus dari masing-masing siklus estrus:

Proestrus

Pada pemeriksaan perrektal, sapi-sapi yang proestrus terlihat mencari dengan tonus uteri meningkat, tegang, dan teraba melingkar. Servik mengalami relaksasi gradual dan makin banyak mucus yang tebal. Vulva membengkak, keluar leleran jernih transparan. Ovarium pada fase ini akan teraba corpus albikan yang berasal dari korpus luteum yang mengalami atrofi, mengecil dan diganti oleh masa yang menyerupai tenunan pengikat. Corpus albikan ini teraba sangat keras dan kecil. Pada fase ini juga akan teraba folikel de graaf yang tumbuh cepat oleh pengaruh FSH, mulai matang dan akan mencapai puncaknya pada fase estrus dan akhirnya folikel tersebut akan mengovulasikan sebuah ovum pada waktu 10-15 jam sesudah akhir estrus.

Estrus

Sapi yang birahi (fase estrus) ditandai dengan adanya kemerahan, kebengkakan dan alat kelamin luar yang hangat, adanya lendir yang kental dan bersih yang menggantung keluar dari alat kelamin dan diikuti dengan tingkah laku homoseksual, suara bengah-bengah pada sapi tersebut. Jika dipalpasi perrektal maka uterus terasa kontraksi, tegang, mengeras dengan permukaan tidak rata, cervik relaksasi dan pada ovarium terdapat folikel de graaf yang membesar dan sudah matang.

Metestrus

Menjelang pertengahan sampai akhir metestrus, uterus menjadi agak lunak karena pengendoran otot uterus. Kontraksi uterus intermitten. Folikel sudah mengalami ovulasi. Ovarium akan teraba cekung karena folikel mengalami ovulasi dan terbentuk korpus luteum baru dengan konsistensi menyerupai jantung. Tiga ekor sapi dalam fase metestrus awal, dimana korpus luteum belum terbentuk dan pada ovarium akan teraba ada cekungan bekas ovum yang sudah diovulasikan dari folikel yang sudah matang. Pada fase ini sekresi mukus vagina berkurang dan epitel karunkula uterus hiperemis.

Diestrus

Pada fase ini ovarium didominasi oleh korpus luteum yang teraba dengan bentuk permukaan yang tidak rata, menonjol keluar serta konsistensinya agak keras dari korpus luteum pada fase metestrus. Korpus luteum ini tetap sampai hari ke 17 atau 18 dari siklus estrus. Uterus pada fase ini dalam keadaan relax dan serviks dalam kondisi mengalami kontraksi. Fase diestrus biasanya diikuti pertumbuhan folikel pertama tapi akhirnya mengalami atresia sedangkan pertumbuhan folikel kedua nantinya akan mengalami ovulasi.

http://books.google.com/books?id=UgRK0UM3d00C&pg=PA79&lpg=PA79&dq=REPRODUKSI+BURUNG+MERAK&source=bl&ots=tz_wJuVwlM&sig=A0v00lieVRP0z-eqIxTFqgfbIMw&hl=en&ei=ZaENS9rbD5Lg7APY4fHYBQ&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=10&ved=0CDUQ6AEwCTgo#v=onepage&q=REPRODUKSI%20BURUNG%20MERAK&f=false