

Agus Suprijono, Dkk

**KESIAPAN DUNIA PENDIDIKAN
MENGHADAPI ERA NEW NORMAL**



Kesiapan Dunia Pendidikan Menghadapi Era New Normal

Penulis:

Agus Suprijono, Dkk

Editor:

Rizal Mubit

Layout:

Agus Panjuwinata

Desain:

Mentari Prima

Copyright © 2020

Hak cipta dilindungi undang-undang pada penulis

Cetakan Pertama, Agustus 2020

viii +319 halaman; 14,8 x 21 cm

ISBN: 9786236622100

Diterbitkan oleh:

IAIN Parepare Nusantara Press

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

Undang-undang Nomor 28 Tahun 2014

tentang Hak Cipta

- 1) Setiap orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf i untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000.00 (seratus juta rupiah).
- 2) Setiap orang yang dengan tanpa hak dan atau tanpa izin pencipta atau pemegang hak cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi pencipta sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan atau huruf h, untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp 500.000.000.00 (lima ratus juta rupiah).
- 3) Setiap orang yang dengan tanpa hak dan atau tanpa izin pencipta atau pemegang hak melakukan pelanggaran ekonomi pencipta sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan atau huruf g, untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan atau dipidana denda paling banyak Rp 1.000.000.000.00 (satu miliar rupiah).
- 4) Setiap orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp 4.000.000.000.00 (empat miliar rupiah)

KATA PENGANTAR

Pendidikan sejatinya merupakan modal dasar bagi generasi muda untuk hidup mandiri dan meneruskan keberlangsungan Bangsa dan Negara Indonesia. Pandemi covid-19 bukanlah suatu penghalang untuk melangsungkan pendidikan, berbagai inovasi harus dilakukan untuk tetap memberikan pelayanan pendidikan yang memadai kepada peserta didik. Berlangsungnya pendidikan dengan apa adanya pada awal pandemi, menimbulkan berbagai masalah, terutama masih adanya beberapa sekolah dan peserta didik yang belum memiliki sarana dan prasarana yang memadai untuk melangsungkan pembelajaran daring. Di sisi lain pembelajaran harus mematuhi aturan *social distancing* dan belum adanya kepastian kapan bisa melangsungkan pembelajaran secara luring. Kurang lebih dua bulan berada pada masa pandemi dengan tetap tinggal di rumah, nyatanya tidak bisa berlangsung lama karena roda perputaran ekonomi-sosial harus tetap dijalankan. *Era New Normal* menjadi suatu solusi yang diterapkan oleh pemerintah untuk hidup berdampingan dengan pandemi, agar kegiatan ekonomi-sosial bisa tetap berlangsung dengan mematuhi aturan protokol kesehatan.

Hubungan sosial-emosional yang menjadi salah satu substansi pembelajaran kini sudah mulai terkikis karena tuntutan pembelajaran daring. Hidup berdampingan dengan teknologi sejatinya tidak mampu menggantikan peranan guru sepenuhnya, bagaimanapun guru tetap menjadi fasilitator untuk menanamkan nilai-nilai sosial kepada peserta didik agar mereka menjadi pribadi yang peduli dengan masyarakat dan lingkungan sekitarnya. Masih adanya beberapa kendala yang dialami dalam proses pembelajaran di *era new normal* mimbulkan suatu keresahan dan memotivasi untuk mencari sumber-sumber informasi dari para praktisi

maupun pemerhati pendidikan terkait dengan solusi yang bisa diterapkan. Kehadiran buku “Kesiapan Dunia Pendidikan Mneghadapi *Era New Normal*” merupakan suatu kompilasi dari berbagai pemikiran prkatisi pendidikan pada beberapa bidang kajian yang berbeda untuk tetap menghidupkan suasana pembelajaran di masa pandemi.

Kontibusi pemikiran penulis yang tidak hanya dari civitas akademika Fakultas Tarbiyah IAIN Parepare, tapi juga dari berbagai universitas mulai sabang sampai marauke setidaknya memberikan gambaran kepada para pembaca terkait dengan pola-pola penyelenggaraan pendidikan yang bisa dilakukan selama *Era New Normal*. Hasil-hasil penelitian yang telah dilakukan memberikan gambaran tentang keberhasilan suatu model dan bisa menjadi suatu sumber informasi bagi para pelaksana pendidikan.

Ucapan terima kasih kami haturkan kepada semua pihak yang telah mendukung terbitnya buku ini terutama bagi semua penulis yang bersedia berkolaborasi dengan kami untuk menyatukan hasil pemikirannya dalam sebuah buku kompilasi ini. Semoga kolaborasi kita untuk pengembangan duni pendidikan terus terjalin, karena keberlangsungan pendidikan adalah tugas kita bersama untuk generasi penerus dan keberlangsungan Negara Indonesia.

Parepare, Agustus 2020

Dekan Fakultas Tarbiyah

Dr. Saepudin, M.Pd

DAFTAR ISI

Cover Dalam	i
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	v

***New Normal* sebagai Stimulus Penguatan Pendidikan
Karakter melalui Penerapan Model Pembelajaran
Heutagogi**

<i>Agus Suprijono</i>	1
-----------------------------	----------

Sekolah dalam Menghadapi *New Normal*

<i>Muhammad Mukhtar S.....</i>	20
--------------------------------	-----------

**Nilai Edukasi Ritual *Bereque* Lombok pada Masa Pandemi
Covid-19: Sebuah Kajian Etnografi**

<i>Lalu Nasrulloh.....</i>	33
----------------------------	-----------

**Kebijakan Strategis Perguruan Tinggi Swasta Menyambut
Era *New Normal***

<i>Febri Giantara.....</i>	47
----------------------------	-----------

***New Reality* Sebagai Akibat Pandemi Global dan Tantangan
Di Era *New Normal***

<i>Rustan Efendy, Nurleli Ramli, Andi Muhammad Rismal, Amal Tasbi.....</i>	63
--	-----------

Pendidikan Era <i>New Normal</i> Berbasis Masalah <i>Sudirman</i>	81
Penggunaan Metode <i>Blended Learning</i> di Perguruan Tinggi Menuju <i>New Normal</i> <i>Junaidi dan M. Martindo Merta</i>	97
Implementasi <i>Mutual Adaptation</i> dan <i>Enactment Perspective</i> di Masa Pandemi dan Era <i>New Normal</i> <i>Hasmiah Herawaty</i>	114
Peran Perguruan Tinggi Menyikapi <i>New Normal</i> yang Diaplikasikan Ke Lahan Pertanian Padi di Karo Sumatera Utara <i>Amelia Zuliyanti Siregar, Zuah Eko Mursyid Bangun</i>	133
Upaya Manajemen Pendidikan dalam Pengembangan Pendidikan di Era <i>New Normal</i> <i>Hidayat</i>	160
Tantangan Lembaga Pendidikan Tinggi Islam Pasca Pandemi Covid 19 <i>Suriadi</i>	176
Hadapi <i>New Normal</i>, Pendidikan Karakter Melalui Transformasi Digital di Masa <i>New Normal</i> <i>Ratnasari</i>	195
Era Kenormalan Baru dan Pendidikan Perguruan Tinggi di Indonesia: Tantangan dan Peluang <i>Magdahalena Tjalla</i>	207

Penerapan Model Asig pada <i>New Normal</i> di Tengah Pandemi Covid-19	
<i>Syarifah Halifah</i>	222
<i>Facing The New Normal: Teaching English Vocabulary For Kids Using Indonesian Tradisional And Storytelling</i>	
<i>Niswatin Nurul Hidayati</i>	236
Mengkonstruksi Kesadaran Kritis dalam Pendidikan di Era <i>New Normal</i>: Telaah Perspektif Pedagogi Kritis	
<i>Ali Imron</i>	251
<i>Asertif Training dan Spiritual Connecting</i> Sebagai Resiliensi Menjalani <i>New Normal</i> di Bidang Pendidikan	
<i>Muhammad Rezza Septian</i>	262
Resiliensi Matematika Siswa Sekolah Dasar Melalui Edukasi VBA di Masa <i>New Norma</i>	
<i>Linda, Nelly Fitriani, Martin Bernard</i>	275
Laboratorium Virtual Sebagai Alternatif Implementasi Pembelajaran Praktikum IPA Pada Masa Pandemi Covid-19	
<i>Muhammad Arsyad</i>	292
Kontributor Buku	312



ASERTIF TRAINING DAN SPIRITUAL CONNECTING SEBAGAI RESILIENSI MENJALANI NEW NORMAL DI BIDANG PENDIDIKAN

Muhammad Rezza Septian
IKIP Siliwangi
rezza.septian25@gmail.com

PENDAHULUAN

Virus Covid19 yang berasal dari Wuhan China telah menyebar ke segala penjuru dunia dengan pasien *suspect* mencapai ± 7 juta jiwa, dan korban kematian ± 400 ribu jiwa. Indonesia pun tak luput dari penyebaran virus Covid19 yang sampai saat ini (13/6) telah memaparkan lebih dari 30 ribu jiwa, dan menyebar ke seluruh provinsi dari Aceh hingga Papua (Worldometer)¹. Pemerintah merespon pencegahan penyebaran virus Covid19 dengan membuat kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) sejak bulan April 2020². Kebijakan PSBB mengatur bahwa setiap individu dilarang untuk berkerumun dan membatasi gerak dalam kehidupan sosial yang mengakibatkan berdampak pada setiap bidang kehidupan termasuk dalam bidang pendidikan.

¹ <https://www.worldometers.info/coronavirus/> (diakses pada 13 Juni 2020)

² https://jdih.setkab.go.id/PUUJdoc/176085/PP_Nomor_21_Tahun_2020.pdf (diakses pada 13 Juni 2020)

Dampak pandemik Covid19 dalam bidang pendidikan dirasakan langsung oleh segenap unsur pendidikan. Guru maupun siswa menyelenggarakan proses pendidikan dari rumah *study from home*)³ dengan mendayagunakan kecanggihan teknologi dan pelbagai media virtual. Kegiatan akademik pada situasi PSBB antara lain dengan melaksanakan kegiatan pembelajaran secara daring (*online*) menggunakan *Google Classroom, Meet, Zoom*, menggelar wisuda *online*, webinar, dan banyak kegiatan akademik lainnya. Hal ini dilakukan pemerintah guna meminimalisir penyebaran virus Covid19 dan menghindari terciptanya klaster penyebaran virus Covid19 dari lembaga pendidikan.

Setelah dua bulan lebih berjalan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar, akhirnya pemerintah membuat kebijakan baru dengan melakukan pelonggaran PSBB yang dinamakan dengan istilah *New Normal* (kenormalan baru)⁴. *New Normal* yakni sebuah keadaan adaptasi dan berdamai ditengah pandemi virus Covid19. Kehidupan harus terus berlanjut, begitupun dunia pendidikan di Indonesia yang akan menyongsong tahun ajaran baru. Segenap unsur pendidikan dituntut untuk beradaptasi dengan virus covid19, akan tetapi dalam pelaksanaannya di lapangan diperlukan upaya lahir batin sebagai bentuk resiliensi menjalani *new normal* di bidang pendidikan dengan *assertive training* dan *spiritual connecting*, berhubung hingga saat ini belum ditemukan vaksin untuk menyembuhkan seorang pasien terinfeksi virus covid19.

Assertive training yaitu melatih dan membiasakan individu untuk terus menerus menyesuaikan diri dengan perilaku tertentu yang diinginkan. Latihan yang diberikan bersifat pendisiplinan. Teknik *Assertive training* bertujuan untuk melatih keberanian individu dalam mengekspresikan tingkah laku-tingkah laku

³ <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/mendikbud-terbitkan-se-tentang-pelaksanaan-pendidikan-dalam-masa-darurat-covid19> (diakses pada 13 Juni 2020)

⁴ <https://indonesia.go.id/ragam/komoditas/ekonomi/mengenal-konsep-new-normal> (diakses pada 13 Juni 2020)

tertentu yang diharapkan melalui bermain peran, latihan atau meniru model-model sosial (Corey, 1995; Willis, 2013)⁵.

Spiritual connecting menurut Myers (2003) ialah sebagai sebuah kesadaran terhadap kekuatan yang melampaui aspek-aspek material dalam kehidupan di luar diri individu dan kesadaran terhadap keutuhan dan keterhubungan diri dengan alam semesta. Spiritualitas memiliki konotasi saling terhubung dan transendensi diri sebagai bentuk yang berlawanan dengan *self-centeredness*⁶. Spiritualitas juga dapat dimaknai sebagai transendensi capaian tertinggi dalam perkembangan individu, motivasi yang mendorong individu dalam mencari makna dan tujuan hidup, ciri kemanusiaan yang membedakan individu dengan makhluk yang lainnya, dan dimensi kemanusiaan yang menjadi indikator tingkat kesehatan mental individu (Ingersol & Bauer, 2004)⁷.

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur yang mengelaborasi pelbagai sumber berkaitan dengan *assertive training* dan *spiritual connecting*. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk mengurai dan menjelaskan upaya lahir dan batin sebagai resiliensi menjalani *new normal* di bidang pendidikan dengan *assertive training* dan *spiritual connecting*. Kedua aspek dalam spektrum psikologis (*assertive training*) maupun agama (*spiritual connecting*) memegang peranan penting karena saling mempengaruhi dan memperkuat satu sama lain. Individu yang memiliki tingkat agama (religiusitas) yang tinggi maka akan berdampak pada tingginya kesejahteraan psikologis⁸. Selain itu, *assertive training* dan *spiritual connecting* menjadi upaya resiliensi membangun sebuah ketahanan

⁵ Corey, G. (2007). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama.

Willis S. Sofyan. (2013). *Konseling Individual Teori dan Praktik* Bandung: CV. Alfabeta.

⁶ Myers, J. E., & Williard, K. (2003). *Integrating Spirituality Into Counselor Preparation: A Developmental, Wellness Approach. Counseling and Values, 47(2)*. 142-155. doi:10.1002/1.2161-007x.2003.tb00231.x

⁷ R. Elliott Ingersoll and Ann L. Bauer. (2004). *Professional School Counseling*. Special Issue: Spirituality And School Counseling. Vol. 7, No. 5, pp. 301-308

⁸ Fitriani, A. (2016) *Peran Religiusitas dalam meningkatkan psychological well-being*. Al-AdYaN/Vol.XI, No.1/ Januari-Juni/2016

individu yang tangguh dalam menghadapi situasi dan kondisi di tengah pandemik covid19.

PEMBAHASAN

Assertive Training

Menurut Corey (1995)⁹ dan Willis (2013)¹⁰ *Assertive Training* yakni suatu upaya melatih dan membiasakan individu untuk terus menerus menyesuaikan diri dengan perilaku tertentu yang diinginkan. Latihan yang diberikan bersifat pendisiplinan secara berkesinambungan pada jangka waktu yang telah ditentukan. Pendisiplinan menurut Tu'u (2004) berarti tertib, taat atau mengendalikan tingkah laku, penguasaan diri, kendali diri, latihan membentuk, meluruskan atau menyempurnakan sesuatu sebagai kemampuan mental atau karakter moral¹¹. *Assertive Training* memiliki dampak signifikan dan berpengaruh pada peningkatan kedisiplinan siswa di sekolah baik pada proses pembelajaran, maupun ketika siswa berada di lingkungan sekolah (Ulfa, 2018; Oktariyani, 2018)¹².

Tujuan *Assertive Training* menurut Akhmad Sudrajat (2008) antara lain berguna untuk: a) Mendorong kemampuan individu untuk mengekspresikan berbagai hal yang berhubungan dengan emosinya; b) Membangkitkan kemampuan individu dalam mengungkapkan hak asasi diri sendiri tanpa menolak atau memusuhi hak asasi orang lain; c) Mendorong individu untuk meningkatkan kepercayaan dan kemampuan diri; d) Meningkatkan

⁹ Corey, G. (2007). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama.

¹⁰ Willis S. Sofyan. (2013). *Konseling Individual Teori dan Praktik*. Bandung: CV. Alfabeta.

¹¹ Tulus, Tu'u. (2004). *Peran Disiplin Pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: Grasindo.

¹² Febti Eka Ulva dkk. (2018). *Upaya Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Melaluiteknik Assertive Adaptive pada siswa Kelas VII Smp Negeri 10 Bandar Lampung Tahun Pelajaran2018/2019*. Jurnal Ilmiah MahasiswaBimbingan dan Konseling STKIP PGRI Bandar Lampung.

Kadek eka Oktariyani, dkk. (2018). *Perbedaan Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Assertive Dengan Teknik Shapping Dalam Meningkatkan Disiplin Dan Percaya Diri Pada Siswa Kelas XI SMA Saraswati Seririt Tahun Pelajaran 2015/2016*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia Vol 3 No 2, Oktober 2018.

kemampuan untuk memilih tingkah laku *assertive* yang cocok untuk diri sendiri; d) Melatih keberanian individu dalam mengekspresikan tingkah laku tertentu.¹³ Dalam masa pandemic Covid19 *assertive training* melatih siswa untuk bertindak tegas terhadap dirinya sendiri dalam menghindari penyebaran virus, selain itu habituasi (pembiasaan) pola hidup sehat juga menjadi rutinitas yang diperlukan siswa dalam situasi *new normal*.

Langkah-langkah dalam melakukan *assertive training* menurut Joyce & Weil (1980) terdapat lima tahapan antara lain 1) Mengidentifikasi perilaku target; 2) Menetapkan prioritas untuk situasi dan perilaku; 3) Memerankan situasi; 4) Pengulangan; 5) Memindahkan pada situasi nyata¹⁴. Pola perilaku yang dapat menyebabkan tersebarnya virus Covid19 perlu direduksi dengan memetakan dan mengidentifikasi kegiatan-kegiatan yang beresiko di sekolah. Kemudian siswa diberikan edukasi untuk melakukan prioritas langkah-langkah protokoler kesehatan yang telah diatur oleh pemerintah. Protokoler kesehatan tersebut dilaksanakan oleh segenap unsur pendidikan dan terus dilakukan pengulangan sehingga menjadi sebuah kebiasaan baru pada situasi *new normal*.

Proses *assertive training* dengan melakukan pengulangan dan pendisiplinan ialah berkaitan dengan protokoler kesehatan virus Covid19 sesuai dengan himbauan dan arahan pemerintah. Protokoler kesehatan yang perlu disiapkan pada situasi pandemik virus Covid19 di bidang pendidikan antara lain pertama memakai masker, penggunaan masker pada situasi *new normal* atau ditengah wabah menjadi penting untuk mencegah *droplet* yang menjadi media penyebaran virus Covid19 masuk ke dalam mulut dan

¹³ Akhmad Sudrajat. (2008). *Pengertian Pendekatan, Strategi, Metode, Teknik dan Model Pembelajaran*. Bandung : Sinar Baru Algensindo.

¹⁴ Joyce, Bruce and Weil, Marsha. (1980). *Models of Teaching (Second Edition)*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall, Inc.

hidung atau sekitar area wajah¹⁵. Aktivitas mengajar dan belajar yang dilakukan oleh guru dan siswa bertumpu pada komunikasi verbal, secara otomatis inderawi yang berada disekitar wajah berperan dalam proses transformasi ilmu pengetahuan seperti mulut, hidung, mata, dan telinga. Sehingga langkah preventif awal penggunaan masker dan *face shield* menjadi teramat penting dalam melaksanakan *new normal* di sekolah.

Kedua, cuci tangan. Cuci tangan selama dua puluh detik pada air mengalir atau dengan menggunakan *hand sanitizer* terbukti efektif dalam pencegahan penyebaran virus Covid19¹⁶. Setiap unsur pendidikan diwajibkan mencuci tangan sebelum dan sesudah memasuki sekolah, sebelum dan sesudah kegiatan belajar mengajar berlangsung. Pola cuci tangan sebelum dan sesudah memegang benda atau melakukan kegiatan di lingkungan sekolah atau kegiatan belajar dilakukan untuk membunuh virus Covid19 yang menempel pada benda atau barang yang membawa virus. Apalagi siswa memiliki tingkat keaktifan dan mobilitas tinggi, tentu mencuci tangan menjadi rutinitas wajib yang perlu dilakukan di setiap lingkungan lembaga pendidikan.

Ketiga menjaga jarak (*social and physical distancing*). Jarak aman untuk mencegah penyebaran virus Covid19 ialah berada pada rentang 1-2 meter antara satu individu dengan individu lainnya guna menghindari *droplet* yang berterbangan dan bertebaran dari penyebaran virus. Selain itu, menjaga dan menghindari kontak tubuh selama masa pandemik Covid19 penting karena dikhawatirkan virus dapat menular lewat kontak antar individu

¹⁵Vincent Chi-ChungCheng, et.al. (2020). *The role of community-wide wearing of face mask for control of coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic due to SARS-CoV-2*. Volume 81, Issue 1, July 2020, Pages 107-114

¹⁶Water, sanitation, hygiene and waste management for the COVID-19 virus
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331305/WHO-2019-NCoV-IPC_WASH-2020.1-eng.pdf (diakses 13 Juni 2020)

seperti salaman, berjabat tangan, dll¹⁷. Sekolah, kampus atau lembaga pendidikan yang menjadi pusat berkumpulnya siswa/pelajar dalam melakukan kegiatan belajar perlu menerapkan *social and physical distancing*. Pembiasaan kedisiplinan yang merubah perilaku, kebiasaan, dan kebudayaan yang telah lama mengakar menjadi perlu dilakukan perubahan tata kebiasaan selama masa pandemik Covid19.

Spiritual Connecting

Myers (2003) mendefinisikan spiritualitas sebagai sebuah kesadaran terhadap kekuatan yang melampaui aspek-aspek material dalam kehidupan di luar diri individu dan kesadaran terhadap keutuhan dan keterhubungan diri dengan alam semesta. Spiritualitas memiliki konotasi saling terhubung dan transendensi diri sebagai bentuk yang berlawanan dengan *self-centeredness*.¹⁸ Spiritualitas juga dapat dimaknai sebagai transendensi capaian tertinggi dalam perkembangan individu, motivasi yang mendorong individu dalam mencari makna dan tujuan hidup, ciri kemanusiaan yang membedakan individu dengan makhluk yang lainnya, dan dimensi kemanusiaan yang menjadi indikator tingkat kesehatan mental individu (Ingersol & Bauer, 2004).¹⁹

Menurut Glock & Stark (2004) spiritualitas memiliki lima aspek, yaitu keyakinan, praktek agama, pengetahuan agama, pengalaman dan konsekuensi. aspek keyakinan mengindikasikan sejauh mana individu menerima hal-hal yang dogmatik dalam agamanya, seperti tingkat keyakinannya terhadap Allah SWT, takdir, surga, neraka, dan sebagainya. Aspek praktik agama meliputi

¹⁷Michael Greenstone, Vishan Nigam. (2020). Does Social Distancing Matter? **University of Chicago, Becker Friedman Institute for Economics Working Paper No. 2020-26**

¹⁸Myers, J. E., & Williard, K. (2003). *Integrating Spirituality Into Counselor Preparation: A Developmental, Wellness Approach. Counseling and Values, 47(2), 142-155.* doi:10.1002/j.2161-007x.2003.tb00231.x

¹⁹R. Elliott Ingersoll and Ann L. Bauer. (2004). *Professional School Counseling*. Special Issue: Spirituality And School Counseling, Vol. 7, No. 5, pp. 301-308

sejauh mana individu melakukan kewajiban ritual dalam agamanya, seperti shalat, puasa dan ritual ibadah lainnya. Sementara aspek pengalaman (eksperiensial) merupakan perasaan dan pengalaman yang pernah dialami seseorang tentang agamanya serta kedekatannya dengan Allah SWT. Aspek pengetahuan agama menyiratkan pemahaman seseorang tentang ajaran agama dalam kitab suci. Sementara itu aspek pengamalan menunjukkan sejauhmana perilaku individu dimotivasi oleh ajaran agama di dalam kehidupan.²⁰

Tahap perkembangan spiritualitas menurut Heber (1987, dalam Azzan) ditandai dengan kepercayaan orang tua dimana remaja dapat menerima atau bahkan menolaknya. Secara alami, remaja bingung ketika menemukan perilaku dan *role model* yang tidak konsisten. Pada tahap ini kepercayaan pada kelompok paling tinggi perannya daripada keluarga. Haber (1987, dalam Azzan) mengatakan bahwa tahap perkembangan spiritualitas ditandai dengan kepercayaan yang berkembang dengan mencoba bereksperimen dalam hidup.²¹

Spiritualitas dapat ditempuh dengan menjalankan ritual ibadah, sehingga hati senantiasa “*online*” aktif terhubung (*connecting*) dengan menyandarkan segala urusan dan keadaan hanya kepada Allah SWT. Ritual ibadah yang mengaktifasi hati dan menjadi “resiliensi syariah” ketahanan tubuh (*irodah*) di tengah pandemik Covid19 antara lain pertama wudhu. Dalam pandangan medis mencuci tangan menjadi hal wajib ketika sebelum dan sesudah melakukan suatu perkara, akan tetapi dalam pandangan islam wudhu bukan hanya menjadi syariat bersuci melainkan sebuah peristiwa ruhani dimana individu membasuh dan

²⁰Stark, Rodney and Glock, Charles Y. (2004). *American Piety: The nature of religious commitment*. Berkeley, Los Angeles, London: University Of California Press.

²¹Azzan, R. Perkembangan spiritual. Jakarta: Muhammadiyah University. Diunggah online http://www.academia.edu/7107231/Spiritually_care_spiritual_care_spiritual_carespi_ritual_care_contents.

membersihkan segenap alat inderawi yang ada pada diri manusia seperti area wajah, tangan, dan kaki. Inderawi yang disucikan dengan membasuh dari mulai mulut (perasa), hidung (penciuman), telinga (pendengaran), mata (penglihatan), serta kulit (sentuhan) pada tangan dan kaki. Maka dengan berwudhu penjagaan baik pada fisik maupun batin atas individu pada situasi *new normal* di bidang pendidikan dapat dilakukan oleh segenap unsur yang berperan dalam menyelenggarakan proses pembelajaran.

Kedua shalat. Sehari semalam ada lima ritual ibadah wajib yang diperintahkan oleh Allah SWT yakni ibadah shalat, bahkan selain itu ada shalat sunat yang dapat ditunaikan seperti rawatib, dhuha, hajat dan tahajud. Dalam praktiknya shalat selain berperan dalam mengolah batin yakni mencegah dari perilaku "*fahsyah* dan *munkar*", ketepatan dalam gerakan shalat juga bermanfaat pada pengolahan jiwa dan raga terhadap aspek fisik dan psikis sehingga akan menumbuhkan imunitas dalam tubuh²².

Ketiga puasa. Ibadah yang diperintahkan untuk menahan lapar dan haus yakni puasa. Lebih dari itu ibadah puasa juga melatih aspek batin untuk mengendalikan hawa nafsu, segala keinginan negatif yang berimplikasi pada menurunnya kualitas kehambaan pada tingkat "*asfalasafilin*" maka dengan beribadah puasa dapat meningkatkan pada level "*ahsanuttaqwim*". Pada saat berpuasa tubuh mengalami pengolahan organisme secara otomatis, sehingga akan terjadi *up-grade* metabolisme tubuh dan berdampak pada meningkatnya imunitas²³.

Keempat, menjaga kebersihan. Dalam Islam individu diperintahkan untuk senantiasa menjaga kebersihan, bahkan di dalam kebersihan terdapat dimensi Iman. *Annadzofatu minal iman*

²²Suparman, Deden. (2015). *Pembelajaran Ibadah Shalat Dalam Perspektif Psikis Dan Medis*: Vol 9, No 2

²³Sadek, K. M., Saleh, E. A., Exp, H. and Version, O. (2014). *Fasting ameliorates metabolism, immunity, and oxidative stress in carbon tetrachloride-intoxicated rats*. Human & Experimental Toxicology'. doi: 10.1177/0960327114527629.

(Hadits Qudsi), bunyi teks hadits tersebut menginformasikan bahwa setiap individu umat islam untuk menjaga kebersihan baik dalam skala diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya. Kebersihan tidak hanya dimaknai dalam aspek fisik yang menjadi sumber penyebaran penyakit termasuk virus Covid19, akan tetapi kebersihan aspek batiniah dimana bersumber dari kedalaman jiwa dan batin yang akan menimbulkan perilaku negatif pada melemahnya imunitas, sehingga tubuh akan rentan terpapar oleh penyakit.

SIMPULAN

Pelonggaran Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang dinamakan dengan istilah *new normal* yang menekankan pada adaptasi dan berdamai di tengah pandemic Covid19 tentu membutuhkan upaya lahir dan batin untuk menjalaninya. Ada dua spectrum yang ditawarkan yakni pertama psikologis dengan menjalani *assertive training*, sebuah upaya kedisiplinan fisik dan psikis secara berkesinambungan berbasis pada protokoler kesehatan seperti penggunaan masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak (*social and physical distancing*). Spectrum kedua yakni agama yakni *spiritual connecting*, sebuah upaya *irodah* batin untuk senantiasa terkoneksi dan bersandar hanya pada Allah SWT, upaya yang dapat dilakukan antara lain dengan berwudhu, shalat, puasa, dan menjaga kebersihan.

DAFTAR PUSTAKA

Akhmad Sudrajat. (2008). *Pengertian Pendekatan, Strategi, Metode, Teknik dan. Model Pembelajaran*. Bandung : Sinar Baru Algensindo.

Azzan, R. (NN). *Perkembangan spiritual*. Jakarta: Muhammadiyah University.

- Corey, G. (2007). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Febti Eka Ulva dkk. (2018). *Upaya Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Melalui teknik Assertive Adaptive pada siswa Kelas VII SMP Negeri 10 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling STKIP PGRI Bandar Lampung.
- Fitriani, A. (2016) *Peran Religiusitas dalam meningkatkan psychological well-being*. Al-AdYaN/Vol.XI, No.1/Januari-Juni/2016
- Joyce, Bruce and Weil, Marsha. (1980). *Models of Teaching (Second Edition)*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Kadek eka Oktariyani, dkk. (2018). *Perbedaan Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Assertive Dengan Teknik Shapping Dalam Meningkatkan Disiplin Dan Percaya Diri Pada Siswa Kelas XI SMA Saraswati Seririt Tahun Pelajaran 2015/2016*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia Vol 3 No 2, Oktober 2018.
- Michael Greenstone, Vishan Nigam. (2020). *Does Social Distancing Matter? University of Chicago, Becker Friedman Institute for Economics Working Paper No. 2020-26*
- Myers, J. E., & Williard, K. (2003). *Integrating Spirituality Into Counselor Preparation: A Developmental, Wellness Approach*. *Counseling and Values*, 47(2), 142–155. doi:10.1002/j.2161-007x.2003.tb00231.x

R. Elliott Ingersoll and Ann L. Bauer. (2004). *Professional School Counseling*. Special Issue: Spirituality And School Counseling, Vol. 7, No. 5, pp. 301-308

Sadek, K. M., Saleh, E. A., Exp, H. and Version, O. (2014). *Fasting ameliorates metabolism, immunity, and oxidative stress in carbon tetrachloride-intoxicated rats*. 'Human & Experimental Toxicology'. doi: 10.1177/ 0960327114527629.

Suparman, Deden. (2015). *Pembelajaran Ibadah Shalat Dalam Perspektif Psikis Dan Medis*. **Vol 9, No 2**

Stark, Rodney and Glock, Charles Y.(2004). *American Piety: The nature of religious commitment*. Barkeley, Los Angeles, London: University Of California Press.

Tulus, Tu'u. (2004). *Peran Displin Pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: Grasindo.

Vincent Chi-Chung Cheng, et.al. (2020). *The role of community-wide wearing of face mask for control of coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic due to SARS-CoV-2*. Volume 81, Issue 1, July 2020, Pages 107-114

Willis S. Sofyan. (2013). *Konseling Individual Teori dan Praktik*. Bandung: CV. Alfabeta.

Internet

<https://www.worldometers.info/coronavirus/> (diakses pada 13 Juni 2020)

[https://jdih.setkab.go.id/PUUdoc/176085/PP Nomor 21 Tahun 2020.pdf](https://jdih.setkab.go.id/PUUdoc/176085/PP%20Nomor%2021%20Tahun%202020.pdf) (diakses pada 13 Juni 2020)

<https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/mendikbud-terbitkan-se-tentang-pelaksanaan-pendidikan-dalam-masa-darurat-covid19> (diakses pada 13 Juni 2020)

<https://indonesia.go.id/ragam/komoditas/ekonomi/mengenal-konsep-new-normal> (diakses pada 13 Juni 2020)

Water, sanitation, hygiene and waste management for the COVID-19 virus [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331305/WHO-2019-NCoV-IPC WASH-2020.1-eng.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331305/WHO-2019-NCoV-IPC_WASH-2020.1-eng.pdf) (diakses 13 Juni 2020).