

PENDIDIKAN KEBAHAGIAAN DI SEKOLAH; Menyiapkan Generasi Indonesia Emas 2045

Wahyudi Setiawan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Email: wahyudisetiawan@umpo.ac.id

Abstract

Everyone's happiness has various causes. Everyone has different conditions of happiness. Human journey is always within the realm of achieving happiness during life. Schools become an important medium to teach everyone in the days of students to know and be able to achieve ways to be happy. Knowledge in this school will be a provision for every generation to get a happy and happy life. Through the literature review approach of each idea that discusses how to achieve happiness in education, this paper presents ideas for education in schools in order to prepare a golden generation of Indonesia. Indonesia has the potential to get a happy and advanced life of its people through increasing demographic bonuses and digital trends. Formal and non formal education institutions have important responsibilities to prepare happy and happy generations.

Keywords: *Pendidikan Kebahagiaan, Indonesia Emas, Generasi Emas*

PENDAHULUAN

Internet telah memunculkan mega media sosial sebagai salah satu hal yang penting untuk menjalin persahabatan baru dan pengembangan jaringan sosial bagi para remaja hingga masa transisi menuju dewasa. Sebuah penelitian menunjukkan sebuah pergeseran sosiokultural yang lebih luas dari komunitas bisa menjadi sangat erat menjadi sebuah “jaringan individualisme” yang merupakan sistem sosialitas baru yang menempatkan individu sebagai pusat sosial yang dirancang secara personal. Media sosial menjadi sebuah ajang mengembangkan diri yang nyaman dan efisien hingga mampu meningkatkan opsi otonomi pribadi bagi remaja hingga orang dewasa. Disisi lain perubahan ini bisa menjadi peluang sekaligus tantangan baru untuk sebuah kebahagiaan seseorang saat menuju masa dewasa. Misalnya terkait peluangnya adalah terjadinya peningkatan kenyamanan untuk menumbuhkan kedekatan dengan teman-teman dan meningkatkan akses jaringan informasi baru sekaligus modal sosial yang dapat menjadi

dukungan sosial yang kondusif terhadap kebahagiaan melalui dunia mobile. Tantangan sekaligus resiko yang dihadapi adalah terjadinya daya pikat sesaat tentang kesenangan sementara dari sebuah persahabatan di media sosial sekaligus meningkatnya tuntutan untuk promosi diri untuk menjadi orang lain.¹

Era revolusi industri 4 menjadikan generasi muda lebih mudah membangun jaringan dan peluang tanpa batas. Siapapun yang tidak bisa mengikuti perubahan di era ini akan tertinggal bahkan kehilangan kesempatan untuk menjadi lebih sukses. Media sosial bisa menjadi modal untuk mendapatkan kebahagiaan, mengingat waktu dalam menggunakan internet para generasi muda lebih banyak. Ketidakmampuan para pemain lama dalam dunia pendidikan dengan menggunakan cara konvensional akan menjadi bom waktu terhadap diri mereka sendiri. Generasi muda millennial lebih memilih segala sesuatu dengan sistem informasi yang lebih cepat dan aman.²

Dunia pendidikan terus dihadapkan pada persoalan baru untuk dapat mengantarkan setiap siswa menjadi seorang pribadi yang sukses. Pendidikan tidak cukup hanya berhenti pada kognitif atau rutinitas akademik yang bisa menghasilkan lulusan sebagai seorang pekerja atau ilmuwan yang memiliki kecerdasan kognitif tinggi tetapi berkepribadian dangkal. Pastinya guru dan siswa tidak hanya berhenti dalam persoalan dan diskusi kognitif. Pendidikan harus lebih mampu menyelesaikan persoalan yang kompleks hingga berhasil mengantarkan setiap siswa menjadi pribadi yang unggul berkualitas. Namun demikian memang tantangan tidak sesederhana menulis di atas kertas. Tantangan pendidikan saat ini sangat kompleks khususnya datang dari sisi internet media sosial.

Media sosial menyebar hampir kepada seluruh guru dan siswa. Tantangannya adalah harus segera ditemukan cara untuk mengurangi gangguan negatif serta penggunaan media sosial secara tidak sehat. Banyak yang men/ggunakan media sosial

¹ Manago, A. M., & Vaughn, L. (2015). Social Media, Friendship, and Happiness in the Millennial Generation. *Friendship and Happiness*, 187–206. doi:https://doi.org/10.1007/978-94-017-9603-3_11.

² Setiawan, W., Suud, F. M., Chaer, M. T., & Rahmatullah, A. S. (2018). Pendidikan Kebahagiaan dalam Revolusi Industri 4. *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan dan Keislaman*, 5(1), 101-120.

secara sengaja dikarenakan sebuah kebiasaan yang tidak disadari, media sosial telah menjadi kebutuhan pokok. Beberapa pengguna media sosial menyadari bahwa adanya pengaruh media sosial terhadap dirinya. Penggunaan yang berlebihan dapat mempengaruhi negatif maupun positif tergantung konten apa yang mereka dapatkan. Para guru yang menyadari bahwa media sosial memiliki peranan penting dalam dunia pendidikan, mereka harus segera membuat pedoman pedagogis sebagai upaya antisipatif yang kompleks.³

Para generasi millennial juga memiliki keyakinan tentang ekonomi berbagi dalam jumlah yang sangat besar. Mereka mengadopsi sistem dimana akses ke barang dan jasa dipandang lebih berharga daripada kepemilikan secara pribadi. Sebuah testimoni dilakukan kepada siswa yang memiliki ekonomi berbagi melalui pengalaman pembelajaran di kelas. Selama satu bulan siswa diminta untuk tidak membeli sesuatu yang baru, selain makanan dan kebutuhan pokok. Sebaliknya, mereka diharapkan mengandalkan ekonomi berbagi atau filantropi untuk memenuhi kebutuhan mereka dan kemudian menggambarkan pengalaman mereka. Meskipun temuan dalam sebuah testimoni ini tidak menggeneralisasi ke seluruh generasi millennial secara keseluruhan, tetapi mereka menunjuk ke program penelitian yang memungkinkan untuk menguji keterlibatan milenial dengan ekonomi berbagi. Hasilnya juga menunjukkan bahwa pergeseran ke arah pola pikir baru yang didorong oleh akses ini yang lebih menantang daripada asumsi populer secara umum.⁴

Ekonomi berbagi atau filantropi adalah fenomena yang tumbuh dengan cepat dan menjadi bahan diskusi banyak pihak. Studi ini memberikan gambaran tentang motivasi orang yang bersedia untuk berpartisipasi dalam berbagai bentuk ekonomi berbagi. Sebuah survei diadakan di antara 1.330 responden dari Amsterdam, Belanda.

³ Damico, N., & Krutka, D. G. (2018). Social media diaries and fasts: Educating for digital mindfulness with pre-service teachers. *Teaching Teacher Education*, 73, 109-119. doi:<https://doi.org/10.1016/j.tate.2018.03.009>.

⁴ Godelnik, R. (2017). Millennials and the sharing economy: Lessons from a 'buy nothing new, share everything month' project. *Environmental Innovation Societal Transitions* 23 (2017): 40-52.

Menggunakan data preferensi yang dinyatakan, penelitian dilakukan melalui kepentingan yang relatif dari (1) ekonomi, (2) sosial dan (3) motivasi lingkungan untuk berpartisipasi dalam berbagi dari orang ke orang. Melalui kegiatan ini mempertimbangkan perbedaan antara (a) sektor-sektor ekonomi berbagi, (b) kelompok sosial-demografis, dan (c) pengguna dan penyedia. Hasilnya secara deskriptif dan juga didasarkan pada model logit yang dipesan. Perbedaan penting diamati dalam motivasi untuk berbagi antar sektor. Pada tingkat yang lebih rendah ada variasi dalam berbagi antara kelompok sosial-demografis.⁵

PEMBAHASAN

Konsep Sekolah Bahagia

Melihat kondisi pendidikan saat ini khususnya para siswa yang apatis, guru merasa khawatir jika hal ini terus dibiarkan. Para guru memberikan gambaran bahwa siswa mereka mulai tidak peduli dengan apapun, misalnya keadaan diri sendiri, prestasi belajar, komunitas, hingga lingkungan mereka. Jika ada sekolah yang mampu merubah kondisi ini menjadi lebih baik dengan melibatkan partisipasi aktif setiap siswa, memang sangat menggembirakan. Moncton High School (New Brunswick, Kanada) memperkenalkan program di seluruh sekolah yang berakar pada prinsip keberlanjutan, dengan perhatian khusus pada kebahagiaan setiap orang di sekolah dan masyarakat. Ada sekitar 50 jenis kegiatan yang bisa dipilih oleh siswa sebagai media pengembangan diri mereka. Setiap siswa dan guru senang datang ke sekolah, dan semuanya mencintai setiap pekerjaan mereka.

Sistem pendidikan kita tidak bisa terpisah dari masyarakat. Mereka mencerminkan nilai-nilai budaya kita, tetapi sektor pendidikan cenderung konservatif, lambat beradaptasi dan jarang memimpin perubahan sosial. Hal itu bisa saja menjadi kekuatan karena kita tidak akan melayani masyarakat atau siswa kita dengan baik jika kita

⁵ Böcker, L., & Meelen, T. (2017). Sharing for people, planet or profit? Analysing motivations for intended sharing economy participation. *Environmental Innovation and Societal Transitions*, 23, 28-39. doi:<https://doi.org/10.1016/j.eist.2016.09.004>.

mengadopsi setiap tren pendidikan baru. Namun demikian juga menjadi penghalang bagi transformasi progresif. Kita perlu menemukan keseimbangan yang lebih baik antara profil konservatif dan dorongan untuk membawa pendidikan ke abad ke-21. Wacana aktif tentang visi baru untuk pendidikan adalah memberi semangat. Pendidikan memang bisa menjadi bagian dari solusi - berkontribusi pada kebahagiaan yang berkelanjutan dan kesejahteraan untuk semua orang.⁶

Peran faktor afektif dalam proses pengembangan profesional guru belum diteliti secara serius. Pekerjaan emosional ini masih tetap menjadi "potensi yang belum dimanfaatkan" (DiPardo & Potter, dalam teori pendidikan Vygotsky dalam konteks budaya. Cambridge University Press, Cambridge, hlm. 317–45, 2003). Menjadi guru profesional sebagai tugas yang ditentukan sendiri yang melibatkan urutan keputusan dan tindakan secara teoritis membingkai perspektif dalam penelitian ini yang meneliti cara guru berhubungan dengan proses belajar mereka sendiri. Kuisisioner terbuka yang didistribusikan sebelum dan sesudah lokakarya guru dan wawancara kualitatif semi-terstruktur tindak lanjut digunakan untuk mengeksplorasi bagaimana sepuluh guru bahasa sebuah universitas melanjutkan pencapaian tingkat guru profesional. Empat macam tujuan guru (pengajaran, pekerjaan, perkembangan dan afektif-emosional) dan tiga pola penilaian dalam perilaku belajar guru muncul, dengan konsekuensi penting untuk dua profil guru profesional yang diidentifikasi. Hasilnya membuktikan hubungan erat antara emosi positif dan pengembangan profesional guru dan mengkonfirmasi beberapa fungsi penting emosi positif.⁷

Potensi guru profesional adalah harus bisa membuat setiap siswanya selalu bahagia. Untuk mencapai sebuah sekolah yang bahagia, maka guru dan siswa harus bahagia. Dalam bentuk dongeng bergambar di mana isu-isu identitas guru dan ruang profesional dieksplorasi, mengingat kembali ke zaman tradisional yang diidealkan dalam

⁶ O'Brien, C. (2013). Who is teaching us about sustainable happiness and well-being? *Health, Culture, and Society*, 5(1), 294-307.

⁷ Gallo, E. (2016). "I Want to Be Happy as a Teacher". How Emotions Impact Teacher Professional Development. In *Positive Psychology Perspectives on Foreign Language Learning and Teaching* (pp. 249-266): Springer.

benak guru protagonis dengan gagasan pendidikan yang ideal yang ditetapkan terhadap pendekatan mekanis dan didorong oleh penilaian. Ini menimbulkan pertanyaan tentang ruang kreatif yang terbuka untuk guru pemula dan tentang apa artinya menjadi seorang guru. Rasa kreatif yang rahasia bagi siswa dan guru terletak di jantung cerita, seperti halnya gagasan bahwa ruang kreatif di ruang kelas terkait kuat dan tidak terpisahkan dengan indera kreativitas dan identitas guru.⁸

Sebuah penelitian telah difokuskan terutama pada bagaimana guru mempengaruhi prestasi siswa pada tes standar meskipun ada bukti bahwa berbagai sikap dan perilaku sama pentingnya untuk keberhasilan jangka panjang mereka. Kami menemukan bahwa guru-guru SD memiliki efek besar pada ukuran self-efficacy siswa yang dilaporkan sendiri dalam matematika, kebahagiaan, dan perilaku positif mereka di kelas. Sikap dan perilaku siswa diprediksi dengan praktik mengajar yang paling proksimal terhadap langkah-langkah ini adalah termasuk dukungan emosional guru dan organisasi kelas. Namun guru yang efektif dalam meningkatkan nilai ujian seringkali tidak sama efektifnya dalam meningkatkan sikap dan perilaku siswa.⁹

Dalam presentasi yang inovatif dan meyakinkan tentang konsep kebahagiaan berkelanjutan ini, Catherine O'Brien menguraikan bagaimana rekomendasi utama untuk mentransformasikan pendidikan dapat diintegrasikan dalam visi kesejahteraan untuk semua. Berfokus pada solusi, buku ini menunjukkan bagaimana aspek-aspek dari visi ini telah direalisasikan, dan potensi untuk mempercepat transisi pendidikan yang memungkinkan orang dan ekosistem untuk berkembang. Setiap bab membantu pendidik untuk memahami bagaimana menerapkan pelajaran yang dipetik, baik secara pribadi maupun profesional. Tujuannya adalah mendukung pendidik untuk melibatkan diri mereka sebagai pembuat perubahan dengan kepercayaan yang tumbuh untuk menerapkan strategi pengajaran baru dan menginspirasi siswa mereka untuk menjadi

⁸ Diffley-Pierce, D. (2017). A fable: The Happy Teacher. In *Students, Places and Identities in English and the Arts* (pp. 148-161): Routledge.

⁹ Blazar, D., & Kraft, M. A. (2017). Teacher and teaching effects on students' attitudes and behaviors. *Educational Evaluation*.

pembuat perubahan - terlibat dalam pembelajaran mendalam yang mengembangkan karakter, koneksi dengan kehidupan, dan kolaborasi yang menyegarkan yang merevitalisasi tujuan pendidikan.¹⁰

Dalam artikel ini, kami berpendapat bahwa kebahagiaan manusia dan kepuasan hidup dapat menjadi kunci untuk pendidikan positif dan beradaptasi dengan perilaku pro-lingkungan. Penulis membahas perspektif pendidikan kebahagiaan berkelanjutan menjadi prinsip panduan pendidikan keberlanjutan. Pendidikan kebahagiaan berkelanjutan dapat menyediakan sarana untuk mendidik orang tentang cara-cara untuk mempertimbangkan kesejahteraan mereka sendiri dan orang lain secara bersamaan, sambil tetap memperhatikan aspek keberlanjutan dari tindakan mereka. Menciptakan kebahagiaan dalam diri setiap orang bukan perkara yang mudah, tetapi juga bukan sesuatu yang sulit. Sistem pendidikan harus segera dibenah untuk mencapai tujuan bersama, yaitu kebahagiaan hidup yang berkelanjutan.

Menuju Pendidikan Kebahagiaan Yang Merdeka

Pendidikan dan sekolah yang positif harus digunakan secara lebih sistematis untuk membawa perspektif baru tentang psikologi pendidikan tentang kebahagiaan keberlanjutan dalam pendidikan. Dengan demikian, pendidikan akan lebih fokus pada kesejahteraan siswa, pencegahan rasa gelisah, komunalitas, kegembiraan, optimisme, harga diri, harapan, dan keterampilan kebahagiaan lainnya untuk meningkatkan ketahanan. Akhirnya, pendidikan yang positif akan berarti perubahan dalam nilai dan perilaku, dan akan membawa kita menuju masa depan yang lebih berkelanjutan. Secara bersamaan, itu akan memperkuat konsep kebahagiaan dalam pembangunan berkelanjutan; orang yang membuat sebanyak mungkin orang bahagia adalah orang yang paling bahagia. Kami menyebutnya pendidikan kebahagiaan berkelanjutan.

Baik pendidikan keberlanjutan dan psikologi pendidikan dimaksudkan untuk berkontribusi pada kesejahteraan. Dengan bersandar pada psikologi positif,

¹⁰ Catherine, O. B. (2016). *Education for sustainable happiness and well-being*: Routledge.

dimungkinkan untuk menemukan alat baru untuk mempromosikan perubahan pendidikan seperti itu, perubahan yang saat ini diperlukan untuk kesejahteraan siswa dan guru, dan untuk kesehatan manusia dan lingkungan. Tujuannya bisa berupa kebahagiaan berkelanjutan, “kebahagiaan yang berkontribusi pada individu, komunitas dan atau kesejahteraan global tanpa mengeksploitasi orang lain, lingkungan atau generasi mendatang”, yang harus menjadi bagian pengajaran dan terlihat secara eksplisit dari pengajaran dan kurikulum di semua tingkat pendidikan. Pendidikan untuk Pembangunan Berkelanjutan (ESD) telah dimasukkan ke dalam pendidikan guru, dan rekomendasi yang lebih baru dari Ketua UNESCO untuk Mengorientasi Kembali Pendidikan Guru adalah untuk membawa kesejahteraan dan kebahagiaan.

Pendidikan kebahagiaan berkelanjutan juga menetapkan harapan baru untuk kepemimpinan pendidikan. Mengingat kepemimpinan Finlandia dalam pendidikan, perlu dicatat bahwa rekomendasi SITRA mempengaruhi reformasi kurikulum Finlandia saat ini. Kanada juga diakui sebagai salah satu negara peringkat teratas untuk prestasi akademik siswa, dan dapat dengan mudah menunjukkan kepemimpinan lebih lanjut dengan mengadvokasi transformasi pendidikan yang menganut keberlanjutan, kebahagiaan, dan kesejahteraan.

Tujuannya adalah agar individu belajar memahami lebih dalam bagaimana hidup, menjadi diri sendiri, belajar, dan bekerja sehingga kebahagiaan datang dari nilai-nilai seseorang dan menghormati kesejahteraan diri sendiri dan orang lain, lingkungan alam, dan generasi masa depan. Ini membantu kita mencerminkan keberlanjutan sebagai bagian dari kegiatan dan keputusan kita sehari-hari. Adalah masuk akal untuk menekankan bahwa ada kebutuhan untuk bergerak maju dari menyalahkan dan bersalah dan untuk mendorong perubahan dan harapan positif.

Pada akhirnya, ini adalah pertanyaan untuk memberikan dukungan positif untuk perilaku pro-lingkungan. Namun, penting juga untuk diingat bahwa tidak semua orang memiliki kesiapan yang sama untuk bertindak pro-lingkungan. Misalnya, orang yang tinggal di daerah berkembang dipaksa untuk memilih strategi bertahan hidup jangka pendek daripada tujuan lingkungan. Ini seharusnya tidak digunakan sebagai alasan untuk

tidak mendidik orang tentang kebahagiaan keberlanjutan. Pendidikan kebahagiaan berkelanjutan dapat menyediakan sarana untuk mendidik orang tentang cara-cara untuk mempertimbangkan kesejahteraan mereka sendiri dan orang lain secara bersamaan, sambil tetap memperhatikan aspek keberlanjutan dari tindakan mereka.

Psikologi pendidikan untuk keberlanjutan dalam pendidikan dapat membantu kita dalam mengajarkan cara hidup baru yang mendorong rasa hormat dan tanggung jawab. Ini juga akan mewakili pendidikan kebahagiaan, secara inti dalam peradaban ekososial. Adalah bijaksana untuk melihat hidup kita sendiri dan orang lain sama-sama berharga, bersama dengan membangun harmoni dengan lingkungan dan menjalani kehidupan yang baik.

Artikel-artikel yang diterbitkan dalam edisi khusus ini telah dipilih dengan cermat untuk memberikan analisis multi-dimensi tentang apa perspektif psikologis pendidikan yang dapat diambil untuk pendidikan keberlanjutan, apa arti psikologi pendidikan dalam pengertian ini, dan apa perspektif pendidikan masa depan dari sudut pandang psikologis.¹¹

Pengalaman emosi positif terkait erat dengan kesejahteraan subjektif. Karena alasan ini, kampanye yang bertujuan mempromosikan nilai emosi positif telah menyebar luas. Yang jarang dipertimbangkan adalah implikasi budaya dari fokus pada kebahagiaan ini. Mempromosikan emosi positif sebagai hal yang penting untuk "kehidupan yang baik" tidak hanya memiliki implikasi untuk bagaimana individu menilai keadaan emosi ini, tetapi juga untuk bagaimana mereka percaya pada orang lain di sekitar mereka dengan menghargai emosi.¹²

Baru-baru ini, pembelajaran digital telah menarik banyak peneliti untuk meningkatkan masalah belajar kesalahan, kemampuan belajar yang rendah, kurang konsentrasi, dan kesulitan dalam memahami logika matematika. Dalam penelitian ini,

¹¹ Määttä, K., & Uusiautti, S. (2020). Educational Psychological Perspectives on Sustainability Education. *Sustainability*, 12(398). doi:<https://doi.org/10.3390/su12010398>.

¹² Bastian, B., Kuppens, P., De Roover, K., & Diener, E. (2014). Is valuing positive emotion associated with life satisfaction? *Emotion*, 14(4), 639.

sistem pembelajaran digital berdasarkan sistem somatosensori Kinect diusulkan untuk membuat anak-anak dan remaja dengan senang hati belajar selama permainan dan meningkatkan kinerja pembelajaran. Kami mengusulkan dua permainan geometri dan puzzle interaktif. Permainan somatosensori yang diusulkan dapat membuat pelajar merasa penasaran dan meningkatkan motivasi mereka untuk menemukan solusi untuk masalah yang membosankan melalui ekspresi fisik yang melimpah dan operasi interaktif. Para pemain diminta untuk memilih operasi tertentu dengan gerakan dan ekspresi fisik dalam waktu tertentu. Dengan melakukan itu, peserta didik dapat merasakan kesenangan bermain game dan melatih kemampuan logika mereka sebelum mereka sadar. Hasil eksperimen menunjukkan bahwa sistem somatosensori yang diusulkan dapat secara efektif meningkatkan kinerja belajar siswa.

Sistem Somatosensori adalah sistem media interaktif yang telah naik baru-baru ini. Karena keterusterangannya, pengguna mendapatkan lebih banyak umpan balik selama operasi. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, kami mengusulkan sistem pembelajaran berbasis somatosensori dan membahas pengaruh dan perubahan yang dibawa oleh sistem somatosensori. Dalam sistem somatosensori, kami membuat permainan puzzle yang cocok untuk siswa, yang dibangun oleh kerangka tubuh dan perilaku manusia. Juga, dengan melakukan ini, kami mengamati bagaimana permainan somatosensori sangat membantu dan jika peserta didik dapat belajar dengan senang hati selama permainan somatosensori ini. Dari hasilnya, sebagian besar peserta didik memiliki sikap positif ketika menggunakan pendekatan baru ini untuk belajar. Di antara semua faktor, termasuk minat / kesenangan, kompetensi yang dirasakan, upaya / kepentingan, tekanan / ketegangan, faktor kenikmatan adalah peserta didik mendapatkan yang terbaik. Karena kekhasan dan kesenangan dari permainan somatosensori menarik minat pelajar, mereka belajar dan bermain secara bersamaan. Sistem somatosensori semacam ini memberi pengguna berbagai cara untuk berinteraksi dengan komputer dan menarik

lebih banyak perhatian dari pengguna. Sementara itu, pengguna dapat mengoperasikannya dengan lebih lancar dan interaktif.¹³

Hill menjelaskan bahwa pengaruh pendidikan pengampunan pada kesejahteraan psikologis dan kebahagiaan ibu dari siswa dengan gangguan belajar khusus di Tabas. Penelitian ini adalah desain pretest-posttest dua kelompok semi-eksperimental. Populasi statistik semua ibu dengan anak-anak dengan gangguan belajar khusus berada di kota Tabas selama tahun akademik 1396-1396. Untuk mengumpulkan data, sampel 30 orang dipilih dengan simple random sampling. Alat yang digunakan untuk mencapai tujuan penelitian adalah Oxford Happiness Questionnaire (Hill dan Argyle, 2002) dan Reif's Psychological Well-Being Scale (1989). Untuk analisis data, statistik deskriptif seperti rata-rata, deviasi standar, dan analisis kovarian tunggal, Variabel dan Multivariat. Temuan menunjukkan bahwa rata-rata kelompok eksperimen dalam komponen kesejahteraan psikologis dan kebahagiaan meningkat dibandingkan dengan kelompok kontrol. Dapat dikatakan bahwa pendidikan pengampunan telah efektif pada kesejahteraan psikologis dan kebahagiaan ibu-ibu siswa dengan gangguan belajar khusus, oleh karena itu hasilnya mewakili cakrawala baru dalam intervensi klinis dan dapat digunakan sebagai metode intervensi yang efektif.¹⁴

Menurut teori pengaruh neuropsikologis yang dominan, emosi menandakan arti penting dari berbagai peristiwa dan pada gilirannya memfasilitasi berbagai pilihan respons atau kecenderungan tindakan. Untuk menguji ide ini, kami membandingkan kinerja perilaku dari tiga kelompok peserta yang semuanya menyelesaikan varian tugas belajar probabilistik standar, tetapi yang berbeda mengenai keadaan mood mana yang sebenarnya diinduksi dan dipertahankan (bahagia, sedih atau netral). Meskipun perubahan suasana hati berhasil, kinerja pembelajaran seimbang antara ketiga

¹³ Chuang, C.-H., Chen, Y.-N., Tsai, L.-W., Lee, C.-C., & Tsai, H.-C. (2014). Improving Learning Performance with Happiness by Interactive Scenarios. *The Scientific World Journal*, 2014(807347). doi:<http://dx.doi.org/10.1155/2014/807347>.

¹⁴ Safara, M., & Bakhshizade, M. (2018). Effectiveness of Forgiveness Psychological well-being and happiness of Mother with children specific learning disorder in Tabas. *Psychology of Exceptional Individuals*, 7(28). doi:10.22054 / JPE.2018.24899.1627.

kelompok. Yang penting, ketika fokus hanya pada pembelajaran yang didorong oleh eksploitasi, mereka juga tidak berbeda. Selain itu, valensi suasana hati tidak mengubah tingkat belajar atau eksplorasi. Hasil-hasil ini menantang asumsi bahwa valensi suasana hati saja sudah cukup untuk membuat perubahan kuat dalam cara eksploitasi atau eksplorasi pada akhirnya dilakukan selama pembelajaran (probabilistik). Dalam konteks ini, kami membahas kemungkinan bahwa valensi dan rangsangan sebenarnya merupakan komponen yang diperlukan dari keadaan mood emosional untuk menghasilkan perubahan dalam penggunaan dan eksplorasi isyarat insentif.¹⁵

Indonesia Emas 2045 Yang Bahagia Dan Membahagiakan

Visi Indonesia 2045 memiliki empat pilar utama. Pilar Pertama: Pembangunan Manusia dan Penguasaan IPTEK, dengan peningkatan taraf pendidikan rakyat Indonesia secara merata, peran kebudayaan dalam pembangunan, sumbangan IPTEK dalam pembangunan, derajat kesehatan dan kualitas hidup rakyat, serta reformasi ketenagakerjaan. Pilar Kedua: Pembangunan Ekonomi yang Berkelanjutan, melalui peningkatan iklim investasi, perdagangan luar negeri yang terbuka dan adil, industri sebagai penggerak pertumbuhan ekonomi, pengembangan ekonomi kreatif dan digital, peran pariwisata Indonesia sebagai destinasi unggulan, pembangunan ekonomi maritim, pemantapan ketahanan pangan dan peningkatan kesejahteraan petani, pemantapan ketahanan air, peningkatan ketahanan energi, dan komitmen terhadap lingkungan hidup.

Pilar Ketiga: Pemerataan Pembangunan, dengan percepatan pengentasan kemiskinan, pemerataan pendapatan, pemerataan wilayah, dan pembangunan infrastruktur yang merata dan terintegrasi. Pilar Keempat: Pemantapan Ketahanan Nasional dan Tata Kelola Pemerintahan, dengan meningkatkan demokrasi Indonesia menuju demokrasi yang mengemban amanat rakyat, reformasi birokrasi dan

¹⁵ Bakic, J., Raedt, R. D., Jepma, M., & Pourtois, G. (2015). What is in the feedback? Effect of induced happiness vs. sadness on probabilistic learning with vs. without exploration. *Frontiers in Human Neuroscience*. doi:10.3389/fnhum.2015.00584.

kelembagaan, memperkuat sistem hukum nasional dan antikorupsi, pelaksanaan politik luar negeri yang bebas aktif, serta penguatan pertahanan dan keamanan .¹⁶

Capaian kehidupan yang bahagia dan membahagiakan adalah cita-cita setiap bangsa. Upaya membahagiakan setiap orang, dipastikan Negara terus berupaya agar kebahagiaan bisa merata. Berbagai strategi khususnya melalui program ekonomi, pendidikan, kesehatan, pemerintah memaksimalkan diri untuk hadir dan menjamin kebahagiaan rakyatnya. Pendidikan menjadi media terpenting untuk menyadarkan dan membekali setiap siswa yang pada akhirnya akan menjadi bagian dari masyarakat yang bahagia hingga mampu membahagiakan orang lain.

KESIMPULAN

Setiap orang terus berupaya mendapatkan kebahagiaan dalam hidup. Pendidikan dalam hal ini sekolah harus hadir menyuguhkan metode, materi, cara, hingga strategi praktis tentang pencapaian kebahagiaan seseorang. Melalui pendidikan kebahagiaan di sekolah maka setiap siswa akan mampu menjadikan dirinya sendiri selalu bahagia dan mereka akan berupaya membahagiakan orang lain. Orang yang mampu membahagiakan orang lain adalah orang yang paling bahagia. Kehadiran model pendidikan kebahagiaan di sekolah akan memberikan kontribusi positif pada setiap individu dan Negara untuk mencapai visi Indonesia Emas 2045.

¹⁶ Bappenas. (2020). Visi Indonesia 2045: Manfaatkan Bonus Demografi Demi Wujudkan Indonesia Maju. Retrieved from <https://www.bappenas.go.id/id/berita-dan-siaran-pers/jakarta-menteri-pnkepala-bappenas-bambang-brodjonegoro-berbicara-mengenai-pentingnya-penyelarasan-visi-indonesia-2045-dengan-vi/>.

DAFTAR PUSTAKA

- Bakic, Jasmina, Rudi De Raedt, Marieke Jepma, and Gilles Pourtois. "What Is in the Feedback? Effect of Induced Happiness Vs. Sadness on Probabilistic Learning with Vs. Without Exploration." *Frontiers in Human Neuroscience* (2015).
- Bappenas. "Visi Indonesia 2045: Manfaatkan Bonus Demografi Demi Wujudkan Indonesia Maju." <https://www.bappenas.go.id/id/berita-dan-siaran-pers/jakarta-menteri-ppnkepala-bappenas-bambang-brodjonegoro-berbicara-mengenai-pentingnya-penyelarasan-visi-indonesia-2045-dengan-vi/>.
- Bastian, Brock, Peter Kuppens, Kim De Roover, and Ed Diener. "Is Valuing Positive Emotion Associated with Life Satisfaction?." *Emotion* 14, no. 4 (2014): 639.
- Blazar, David, and Matthew A Kraft. "Teacher and Teaching Effects on Students' Attitudes and Behaviors." *Educational Evaluation* *Policy Analysis* 39, no. 1 (2017): 146-70.
- Böcker, Lars, and Toon Meelen. "Sharing for People, Planet or Profit? Analysing Motivations for Intended Sharing Economy Participation." *Environmental Innovation and Societal Transitions* 23 (2017): 28-39.
- Catherine, O'Brien. *Education for Sustainable Happiness and Well-Being*. Routledge, 2016.
- Chuang, Chi-Hung, Ying-Nong Chen, Luo-Wei Tsai, Chun-Chieh Lee, and Hsin-Chun Tsai. "Improving Learning Performance with Happiness by Interactive Scenarios." *The Scientific World Journal* 2014, no. 807347 (2014).
- Damico, Nicole, and Daniel G Krutka. "Social Media Diaries and Fasts: Educating for Digital Mindfulness with Pre-Service Teachers." *Teaching Teacher Education* 73 (2018): 109-19.
- Diffley-Pierce, Deirdre. "A Fable: The Happy Teacher." In *Students, Places and Identities in English and the Arts*, 148-61: Routledge, 2017.
- Gallo, Elena. "'I Want to Be Happy as a Teacher'. How Emotions Impact Teacher Professional Development." In *Positive Psychology Perspectives on Foreign Language Learning and Teaching*, 249-66: Springer, 2016.
- Godelnik, Raz. "Millennials and the Sharing Economy: Lessons from a 'Buy Nothing New, Share Everything Month' project." *Environmental Innovation Societal Transitions* 23 (2017): 40-52.
- Määttä, Kaarina, and Satu Uusiautti. "Educational Psychological Perspectives on Sustainability Education." *Sustainability* 12, no. 398 (2020).
- Manago, Adriana M., and Lanen Vaughn. "Social Media, Friendship, and Happiness in the Millennial Generation." *Friendship and Happiness* (2015): 187-206.
- O'Brien, C "Who Is Teaching Us About Sustainable Happiness and Well-Being?." *Health, Culture, and Society* 5, no. 1 (2013): 294-307.
- Safara, Maryam, and Mohammad Bakhshizade. "Effectiveness of Forgiveness Psychological Well-Being and Happiness of Mother with Children Specific Learning Disorder in Tabas." *Psychology of Exceptional Individuals* 7, no. 28 (2018).
- Setiawan, Wahyudi, Fitriah M Suud, Moh Toriquel Chaer, and Azam Syukur Rahmatullah. "Pendidikan Kebahagiaan Dalam Revolusi Industri 4." *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan dan Keislaman* 5, no. 1 (2018): 101-20.