

# Saya Lakukan / Mereka Merasa

Pelajaran ini sekarang akan mengajak siswa memikirkan cara untuk menunjukkan keberanian dengan mengikutsertakan, bersikap adil, dan bersikap baik kepada orang lain. Mereka akan bekerja dalam kelompok yang berbeda.

## Konsep Kebaikan

Keberanian, Kebaikan, Inklusivitas, Keadilan, Tanggung Jawab, Rasa Hormat

## Jangka Waktu Pelajaran

35-40 menit

## Bahan yang Dibutuhkan

❑ Lembar kerja I Do / They Feel

## Peta Standar

Pelajaran ini selaras dengan Kompetensi CASEL, Standar Pendidikan Kesehatan Nasional, dan Standar Negara Inti Umum. Silakan merujuk ke Peta Standar untuk informasi lebih lanjut.



**DITUNJUK OLEH CASEL  
SEBAGAI PROGRAM YANG  
DIREKOMENDASIKAN  
UNTUK PEMBELAJARAN SOSIAL DAN  
EMOSIONAL.**

Lihat halaman terakhir untuk detailnya.

## Tujuan Pelajaran

Siswa akan:

- Diskusikan cara untuk menunjukkan keberanian terhadap orang lain dengan cara tertentu.
- Identifikasi kemungkinan hasil bagi orang lain dengan memilih tindakan berani.
- Latih keterampilan presentasi kelas.

## Koneksi Guru / Perawatan Diri

Pernahkah Anda mendengar ungkapan "bayar ke depan"? Ini mengacu pada tindakan seseorang yang melakukan perbuatan baik yang tidak dikenal untuk orang asing dengan alasan bahwa penerima pada gilirannya akan "membayar" dengan melakukan perbuatan baik untuk orang lain. Mungkin orang di depan Anda telah membayar pesanan kopi Anda atau catatan positif tertinggal di meja Anda. Keduanya adalah contoh hebat dari konsep sederhana namun kuat ini. Minggu ini, cari cara untuk merespons dengan kebaikan dengan mengidentifikasi tiga cara berbeda untuk membayarnya kepada rekan kerja dengan cara tertentu. Luangkan waktu untuk melakukan brainstorming kejutan-kejutan kecil bagi orang-orang di sekitar Anda, tambahkan catatan kecil dengan perbuatan baik yang mendorong mereka untuk menjaga rantai tetap berjalan dengan menyampaikan sedikit kebaikan kepada orang lain juga.

## Kiat untuk Pembelajar yang Beragam

- Cobalah untuk memecah kelompok sehingga setidaknya ada satu penulis yang kuat dalam kelompok tersebut.
- Berikan pilihan untuk bagian presentasi, memungkinkan siswa untuk bermain peran jika mereka mau atau untuk melatih keterampilan presentasi lainnya; peka terhadap siswa yang terlalu takut untuk hadir tetapi beri mereka kesempatan untuk berdiri di samping penyaji dan mulai melihat bagaimana rasanya berada di depan sekelompok teman sebaya.



## Membagikan

5-7 menit

*Sepanjang tahun ini kita telah berbicara tentang sejumlah kekuatan super kebaikan. Kami mengulasnya di pelajaran terakhir. Mari kita tinjau lagi. Siapa yang dapat mengingat beberapa kekuatan super yang telah kita pelajari tahun ini?*

Rasa Hormat, Peduli, Inklusif, Keadilan, Ketekunan, dan Tanggung Jawab.

*Dalam pelajaran terakhir tentang keberanian, kita berbicara tentang cara-cara agar kita berani untuk diri kita sendiri. Apa saja hal berani yang dapat kita lakukan untuk diri kita sendiri?*

Undang tanggapan siswa.

*Berapa banyak dari Anda yang telah melihat poster Super ME Anda dan itu membantu Anda menjadi berani dan berani, bahkan jika Anda tidak benar-benar menginginkannya?*



## Mengilhami

5-7 menit

### **Apa itu Keberanian?**

*Dalam pelajaran ini, kita akan beralih ke jenis keberanian kedua yang kita bicarakan di pelajaran pertama: Keberanian melalui Kebaikan kepada Orang Lain.*

*Kebaikan kepada Orang Lain: Terkadang sangat sulit untuk memperlakukan orang lain dengan kebaikan. Anda bisa berani dan menggunakan keberanian untuk memfokuskan kata-kata dan tindakan Anda pada kebaikan dalam situasi apa pun. Meskipun orang lain jahat, Anda dapat memilih untuk menunjukkan keberanian melalui kebaikan. Anda mungkin terkejut melihat seberapa cepat orang lain berubah saat Anda menghujani mereka dengan kebaikan!*

*Mari masuk ke dalam kelompok kecil sekarang dan bicarakan tentang bagaimana menunjukkan keberanian melalui kebaikan kepada orang lain di semua wilayah adidaya kita. Ini berarti kita akan membagi menjadi enam kelompok kecil sekarang:*

Grup Hormat  
Grup Peduli  
Kelompok inklusivitas  
Grup Keadilan  
Grup Kejujuran  
Grup tanggung jawab



## Memberdayakan

15-20 menit

*Dalam kelompok kecil Anda, Anda akan mengerjakan lembar kerja “Saya Lakukan, Mereka Merasa”.*

*Di sisi kiri lembar kerja, Anda harus bertukar pikiran dan menuliskan (pilih sekretaris atau penulis untuk kelompok Anda) sesuatu yang Anda lakukan untuk menunjukkan kekuatan super kelompok Anda. Misalnya, jika Anda berada di grup 'Hormat', tuliskan sesuatu yang dapat Anda lakukan untuk menunjukkan rasa hormat kepada orang lain. Katakanlah Anda menulis, "Saya mengikuti aturan". Kemudian, tepat di seberang tindakan yang baru saja Anda tulis, tuliskan bagaimana menurut Anda tindakan tersebut akan memengaruhi perasaan orang lain. Jadi, Anda bisa menulis, “Orang tua atau guru saya senang karena saya mengikuti aturan.”*

*Coba pikirkan kombinasi 4 atau 5 Saya Lakukan/Mereka Rasakan dan coba pikirkan “perasaan” atau reaksi yang berbeda; jangan membuat perasaan masing-masing sama. Jadilah kreatif!*

*Di akhir lembar kerja, sebagai kelompok, selesaikan kalimat: Dibutuhkan keberanian untuk menunjukkan [RESPECT] karena \_\_\_\_\_.*

*Bicarakan tentang jawaban Anda dan kemudian tuliskan di baris setelah "karena".*

Setiap lembar kerja akan memiliki topik yang berbeda di dalam tanda kurung: Rasa Hormat, Peduli, Inklusif, Keadilan, Tanggung Jawab

*Angkat tangan Anda sebagai kelompok setelah Anda selesai dengan daftar dan jawaban akhir Anda.*



## Mencerminkan

5 menit

*Mari berbagi beberapa kombinasi Saya Lakukan/Mereka Merasakan.*

Jika tahun ini Anda sudah melatih keterampilan presentasi, ini bisa menjadi saat yang tepat untuk mengundang kelompok untuk mempresentasikan di depan kelas. Mereka dapat memainkan peran kombinasi “Saya Lakukan/Mereka Merasakan” atau cukup bergiliran membacakan ide mereka dengan lantang. Ini memberi Anda kesempatan untuk memuji keberanian mereka untuk berbagi ide di depan rekan-rekan mereka, yang tidak selalu mudah dilakukan!

*Kerja bagus, semuanya! Saya sangat menyukai kombinasi I Do/They Feel Anda. Apakah Anda memperhatikan polanya? Setiap kali Anda melakukan sesuatu yang baik untuk orang lain, yang membutuhkan keberanian, mereka merasa senang. Baik tentang dirinya sendiri, tentang kamu, tentang lingkungannya, dan tentang keadaannya. Bukankah itu luar biasa? Ini benar-benar kekuatan super! Tapi, butuh keberanian untuk menggunakannya. Berani ketika harus menunjukkan kebaikan kepada orang lain. Semakin banyak Anda melakukan ini, semakin mudah jadinya!*

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®



## Ide Ekstensi

- Ide ekstensi untuk presentasi yang disediakan di atas; ini adalah kesempatan bagus untuk bermain peran atau melatih keterampilan presentasi lainnya.



DITUNJUK OLEH CASEL  
SEBAGAI PROGRAM YANG  
DIREKOMENDASIKAN  
UNTUK PEMBELAJARAN  
SOSIAL DAN EMOSIONAL.

Kolaborasi untuk Pembelajaran Akademik, Sosial, dan Emosional (**KASEL**) telah meninjau program SEL berbasis bukti sejak tahun 2003. Kindness in the Classroom® memenuhi Program SElect CASEL dan disertakan dalam Panduan CASEL untuk Program Pembelajaran Sosial dan Emosional yang Efektif.

Kebaikan di Kelas® memenuhi atau melampaui semua kriteria CASEL untuk pemrograman SEL berkualitas tinggi. Kebaikan di Kelas® menerima sebutan tertinggi CASEL untuk pemrograman SEL berkualitas tinggi.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

**I do**

**They feel**


Butuh keberanian untuk menunjukkannyamenghormati Karena:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**I do**

**They feel**


Butuh keberanian untuk menunjukkannya **merawat** Karena:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**I do**

**They feel**


Butuh keberanian untuk menunjukkannya **inklusivitas** Karena:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**I do**

**They feel**


Butuh keberanian untuk menunjukkannya **keadilan** Karena:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**I do**

**They feel**


Butuh keberanian untuk menunjukkannyatanggung jawab Karena:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

