

PERTEMUAN 1 UPDATE ON STATUS

7-11 Februari 2022

FIGHT Mengawali Formasi Humanis, aku mendengarkan dan mencermati lagu "Fight"< https://youtu.be/_PdmHdxOqvY >.

MENIMBANG-NIMBANG SITUASI DIRI (CONSIDERATIO STATUS) Satu semester menjalani pendidikan di Universitas Sanata Dharma telah terlewati. Aku perlu melihat situasi diriku saat ini, apa saja yang telah berkembang, menjadi seperti apa aku sekarang, perasaan-perasaan yang dominan selama satu semester, pengalaman suka maupun duka.

Kutulis *consideration status*-ku dalam satu paragraf singkat. Perasaan-perasaan yang dominan, apa yang telah berkembang, apa yang aku syukuri, pengalaman suka dan dukaku:

LINGKUNGAN Aku ingat juga prosesku berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan tempatku tinggal, kampusku, tuntutan belajar dan relasiku.

	di lingkungan tempatku tinggal (kos, tetangga kos, rumah, tetangga rumah)	di lingkungan kampusku (pembelajaran PJJ tidak menghalangiku untuk berinteraksi dengan kampusku)
nama orang-orang yang dekat denganku		
situasi yang aku sukai		
situasi yang menyulitkan		

Di kampus aku berusaha mengikuti proses belajar. Kulihat beberapa hal ini:

	matakuliah	suasana	dosen
yang membuatku gembira dan bersyukur			

yang membuatku kesulitan			
Secara umum mengenai proses belajarku:			

PETA SITUASI DIRI Pengalamanku satu semester ini aku beri skor 0-10. Nilai 10 adalah nilai maksimal dimana aku mengalami syukur yang mendalam, sementara nilai 0 adalah nilai minimal dimana aku mengalami perjuangan yang berat.

belajar						
kesehatan						
relasi						
keuangan						
kreativitas						
kerohanian						
	Juli	Agustus	September	Oktober	November	Desember

PERUBAHAN Aku berharap telah terjadi perubahan positif dalam diriku setelah selama satu semester aku mengikuti pendidikan di Universitas Sanata Dharma. Pada kesempatan ini, aku berusaha mendengarkan kembali yang dikatakan orang mengenai diriku.

area perkembangan	kudengar dari teman-teman dekat	kudengar dari orang-orang di lingkungan tempat aku tinggal	kudengar dari anggota keluargaku
Menjadi pribadi reflektif			
menjadi pribadi yang lurus hati			
menjadi pribadi gemar belajar			
menjadi pribadi berkomitmen			

SYUKUR Kuungkapkan doa syukur singkat atas semua pengalaman satu semester yang lalu. Aku pun mohon berkat untuk semester mendatang.

--

PENUGASAN Minggu pekan ketiga, Program Formasi Cerdas Humanis berisi webinar bersama seluruh mahasiswa semester 2, USD. Untuk itu aku mempersiapkan diri dengan membaca materi Topik 2, Pekan 3. Kulihat di halaman selanjutnya.

EKSAMEN Aku tengok lagi kegiatan Formasi Cerdas Humanis hari ini dan aku beri skor sesuai kualitas pengalamanku.

Indikator	Skor (0-100)	
	Olehku	Oleh kelompok
Latihan-latihan hari ini membantuku melihat titik-titik kemajuan yang telah aku alami.		
Sejauh kudengar dari cerita teman-teman pada hari ini, program Formasi Cerdas Humanis semester kemarin sangat membantu pengembangan diri.		
Menurutku suasana kelas pada awal semester ini sangat positif.		

PERTEMUAN 2 HUMANIORA SANATA DHARMA (WEBINAR)

21-25 Februari 2022

UNTUK DIRENUNGKAN SEBELUM WEBINAR

UNIVERSITAS JESUIT Universitas Sanata Dharma merupakan salah satu dari sekian banyak perguruan tinggi Jesuit di dunia. Dari ribuan perguruan tinggi di Indonesia dan ratusan di Yogyakarta, Universitas Sanata Dharma adalah satu-satunya universitas Jesuit. Sebagai perguruan tinggi swasta Jesuit, Universitas Sanata Dharma membangun jati dirinya atas dasar visi Ignasian mengenai dunia. Universitas Sanata Dharma terus mempertajam pilihan-pilihan sikap dan tindakannya dalam paradigma Ignasian dan menempatkan dirinya sebagai karya kerasulan (*apostolic work*) Provinsi Indonesia Serikat Yesus dalam jejaring kerja sama universitas Jesuit regional dan internasional.

Universitas Sanata Dharma secara hakiki berciri terbuka. Maka ada kesadaran mendalam bahwa Universitas Sanata Dharma merupakan bagian dari dan demi Indonesia yang majemuk yang tengah mereformasi diri menjadi negara demokratis modern. Hal ini menuntut kerelaan, partisipasi, dan keterbukaan dalam bersikap dan berkontribusi terhadap pembangunan kehidupan berbangsa. Dalam konteks hidup berbangsa, Universitas Sanata Dharma mengemban misi membantu mewujudkan kehidupan masyarakat yang semakin bermartabat di tengah berbagai tarik ulur pengaruh geopolitik-ekonomi global serta kemajuan pesat teknologi informasi.

Kontribusi Universitas Sanata Dharma sebagai universitas Jesuit di Indonesia diwujudkan dengan dinamisasi semangat Ignasian di dalam struktur, tata kelola, dan program-programnya. Dalam kerangka itu, setiap anggota civitas berkembang menjadi pribadi bermutu (*competence*), mendengarkan hati nurani (*conscience*), dan berkomitmen bela rasa (*compassionate commitment*) atau yang disebut sebagai prinsip 3C.

Competence dimaknai sebagai kemampuan akademik yang memadukan unsur-unsur pengetahuan, keterampilan, dan sikap. *Conscience* dimaknai sebagai kemampuan memahami alternatif dan menentukan pilihan (baik- buruk, benar-salah). Kemampuan ini mengandaikan kekuatan moral, prinsip, tanggung jawab, kejujuran, kemandirian, kebebasan, keterbukaan, semangat pemelajar, kesadaran, kewaspadaan, keadilan, sikap konsekuen, dan keseimbangan. *Compassionate commitment* dimaknai sebagai keterlibatan nyata dalam berbela rasa, peka, dan murah hati pada sesama dan lingkungan (*man and woman for and with others*).

Universitas Sanata Dharma mewujudkan komitmen tersebut dengan melakukan pelayanan formasi mahasiswa yang kokoh dan terintegrasi di dalam Program Formasi Cerdas Humanis, yang menysar pembentukan kepribadian reflektif (*reflective*), lurus hati (*truthful*), gemar belajar (*studious*), dan berkomitmen (*committed*).

PENDIDIKAN IGNASIAN Pemahamanku mengenai Universitas Sanata Dharma sebagai universitas Jesuit aku refleksikan dengan menjawab pertanyaan-pertanyaan berikut:

Pribadi bermutu yang diharapkan bertumbuh pada mahasiswa di sekolah Jesuit:

Pengalamanku bertumbuh dalam kepribadian yang diharapkan tersebut:

UNTUK DIRENUNGKAN SETELAH WEBINAR

KULIAH UMUM HUMANIORA SANATA DHARMA Mendengarkan kuliah umum mengenai humaniora Sanata Dharma, aku tuliskan catatan-catatan berikut.

No.	tema-tema yang dibahas	poin-poin penting
1.	pilihan-pilihan Sanata Dharma terkait masyarakat dan bangsa Indonesia	
2.	cita-cita Sanata Dharma mengenai umat manusia	
3.	prinsip-prinsip pendidikan yang dikembangkan Universitas Sanata Dharma	

Untuk merangkum pengalamanku, aku akan menuliskan satu hal yang paling menyentuhku dari kuliah umum tentang Humaniora Sanata Dharma serta menguraikan mengapa hal tersebut menyentuh.

EKSAMEN Aku tengok lagi kegiatan Formasi Cerdas Humanis hari ini dan aku beri skor sesuai kualitas pengalamanku.

Indikator	Skor (0-100)	
	Olehku	Oleh kelompok
Latihan-latihan hari ini membantuku melihat titik-titik kemajuan yang telah aku alami.		
Sejauh kudengar dari cerita teman-teman pada hari ini, program Formasi Cerdas Humanis semester kemarin sangat membantu pengembangan diri.		
Menurutku suasana kelas pada awal semester ini sangat positif.		

PERTEMUAN 3 PEMELAJAR UNGGUL

28 Februari - 4 Maret 2022

Lagu Maudy Ayunda- Kejar Mimpi

KEJAR MIMPI Aku memulai aktivitas FCH hari ini dengan menyimak lagu “Kejar Mimpi” yang dinyanyikan oleh Maudy Ayunda <https://www.youtube.com/watch?v=kvG0jhTLbCo>.

KAGUM Teori, karya sastra dan seni, produk, serta fenomena yang pernah membuatku terpikat, terkagum-kagum, atau sangat tertarik.

halnya	hal yang membuatku kagum
Rasa kagum yang ada dalam diriku mengenai suatu teori, karya sastra dan seni, suatu produk atau fenomena, memperlihatkan secara samar- samar cita-cita atau gambaran ideal mengenai diriku. Dengan kata lain, kekaguman itu adalah cermin atas mimpi yang aku miliki.	

UNGGUL Sebagai mahasiswa Universitas Sanata Dharma, aku diajak mencurahkan tenaga dan waktuku untuk membentuk diri menjadi manusia yang utuh, yakni memiliki hati nurani yang jernih (*conscience*), keahlian dan ilmu yang terasah (*competence*), dan terlibat dalam usaha kesejahteraan bersama (*compassionate commitment*).

bidang keunggulan	dengan kata-kataku sendiri
Bekerja keras untuk menguasai bidang yang dipelajari, tidak setengah- setengah atau gampangan (<i>competence</i>)	
Berani mempertahankan prinsip dan mempunyai kekuatan kehendak untuk mengikutinya (<i>conscience</i>)	
Mudah tergerak untuk berbelas kasih dan mampu bertindak rekonsiliatif atas ketidakadilan dan pertentangan (<i>compassionate commitment</i>)	

UNGGUL BEROLAH PIKIR Maka, khususnya dalam bidang keilmuan yang hari demi hari kugeluti, aku diajak untuk memiliki keahlian dan ilmu yang teruji kedalamannya. Itu berarti, aku benar-benar menguasai ilmu yang kupelajari dan masuk ke dalam dunia akademis di bidanku.

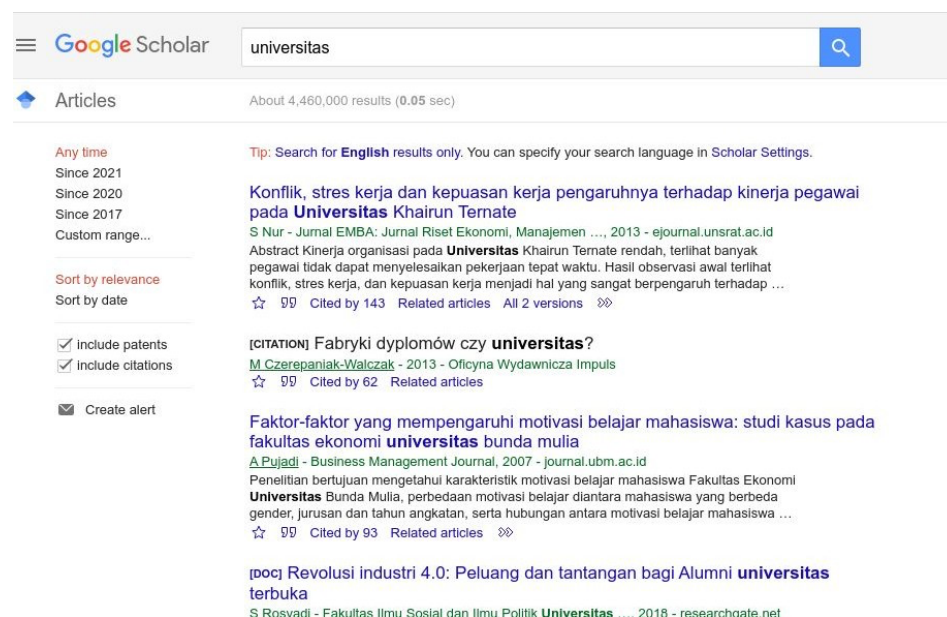
Guna setahap demi setahap terarah pada keahlian dan ilmu yang mendalam, aku menggunakan segala sumber dan media untuk memudahkanku belajar. Selain itu, aku pun perlu mengenal tema-tema terkini yang sedang dibicarakan, khasanah literatur klasik maupun kontemporer, komunitas-komunitas yang memfokuskan diri pada pendalaman tema-tema sesuai kajianku, bahkan orang-orang yang sebidang dengan ilmu yang kupelajari.

Mencari Referensi Digital Pilihan Setiap bidang studi memiliki khasanah literturnya masing-masing. Aku perlu tahu ke mana aku dapat mencari literatur yang kubutuhkan. Tentu aku dapat memanfaatkan perpustakaan, namun aku juga dapat mengaksesnya melalui internet. Hanya saja tidak semua yang tertulis di dalam internet merupakan tulisan akademik. Maka aku perlu menemukan tulisan yang berstandar akademik.

Ada banyak alamat *website* yang menyediakan fasilitas untuk menemukan tulisan akademik. Di bawah ini merupakan beberapa alamat *website* pencari tulisan akademik. Situs-situs ini mampu menunjukkan alamat tulisan akademik yang aku cari. Aku bisa mencari dengan kata kunci nama penulis atau judul artikel. Lalu bila tulisan yang kucari cari tersedia, situs ini akan menunjukkan alamat tulisan itu.

Beberapa di antaranya adalah sebagai berikut:

Google scholar/google cendekia



The screenshot shows the Google Scholar interface. At the top, the Google Scholar logo is on the left, and a search bar contains the word "universitas" with a magnifying glass icon on the right. Below the search bar, it says "Articles" and "About 4,460,000 results (0.05 sec)". On the left side, there are filters: "Any time" (with sub-options: Since 2021, Since 2020, Since 2017, Custom range...), "Sort by relevance" (with "Sort by date" below it), and checkboxes for "Include patents", "Include citations", and "Create alert". The main area displays search results. The first result is titled "Konflik, stres kerja dan kepuasan kerja pengaruhnya terhadap kinerja pegawai pada Universitas Khairun Ternate" by S Nur, from Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, ..., 2013. The second result is "[CITATION] Fabryki dyplomów czy universitas?" by M Czerepaniak-Walczak, from Oficyna Wydawnicza Impuls, 2013. The third result is "Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa: studi kasus pada fakultas ekonomi universitas bunda mulia" by A Pujadi, from Business Management Journal, 2007. The fourth result is "Revolusi industri 4.0: Peluang dan tantangan bagi Alumni universitas terbuka" by S Rosvadi, from Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas, 2018.




[Log in](#) [Register](#)
[Advanced Search](#) [Browse](#) [Tools](#)
[About](#) [Support](#)

Refine Results

SEARCH WITHIN RESULTS

ACADEMIC CONTENT:

- ☒ Journals (6,298,994)
- ☐ Book Chapters (32,587)
- ☐ Research Reports (33,193)

PRIMARY SOURCE CONTENT:

- ☐ Serials (25,573)
- ☐ Documents (13,779)
- ☐ Books (759)

PUBLICATION DATE:

FROM TO

(yyyy or yyyy/mm or yyyy/mm/dd)

Showing 1-25 of 6,298,994 search results

[Search Help](#) [Search for Images](#)

Sort by: Relevance ▾

☐ JOURNAL ARTICLE

Back Matter

Statistica Sinica, Vol. 28, No. 3 (July 2018)

...[University](#) of Minnesota, [University](#) Twin Cities *Chen, H., [University](#) of California, An, W., Indiana [University](#) Davis Apanasovich, T., George Washington Chen, H., Xiamen [University](#) [University](#) Chen, H.-Y., [University](#) of Illinois, Aronow, P., Yale [University](#) Chicago Atkinson, A., London School of *Chen, K., [University](#) of Connecticut Economics Chen,...

☐ JOURNAL ARTICLE

Reviewers for Volume 46

Educational Researcher, Vol. 46, No. 9, SPECIAL ISSUE: LGBTQ ISSUES IN EDUCATION: A MULTIMETHOD RESEARCH COLLECTION (DECEMBER 2017), pp. 551-555



Improving research *around the world*

Academic Libraries Public Libraries Schools Health Care

Corporations Government Publishers Waiting Rooms

THE EBSCO APP

A Versatile "Swiss Army Knife" for Search and Discovery



PATIENTS HAVE QUESTIONS

Is the COVID-19 Vaccine the Right Choice for Me?

Microsoft Academic Search

Microsoft Academic

Sign up / Sign in

Research more, search less

Search any topic, author, journal, etc. or any combination of these

Explore Entity Analytics

249,904,285

Publications

260,847,682

Authors

739,390

Topics

4,526

Conferences

48,990

Journals

25,827

Institutions

Want to use our data?

This website is powered by Microsoft Academic Graph (MAG) data and Microsoft Academic Knowledge Exploration Service (MAKES) hosted APIs. Our data is available for offline processing through [MAG subscriptions](#). Self-hosted APIs used to create real-time applications, like the Microsoft Academic website, are available on Azure through [MAKES subscriptions](#).

Top Authors in Computer science

Items are sorted by saliency. ⓘ

1. Yoshua Bengio

Top Institutions in Computer science

Items are sorted by saliency. ⓘ

1. IBM

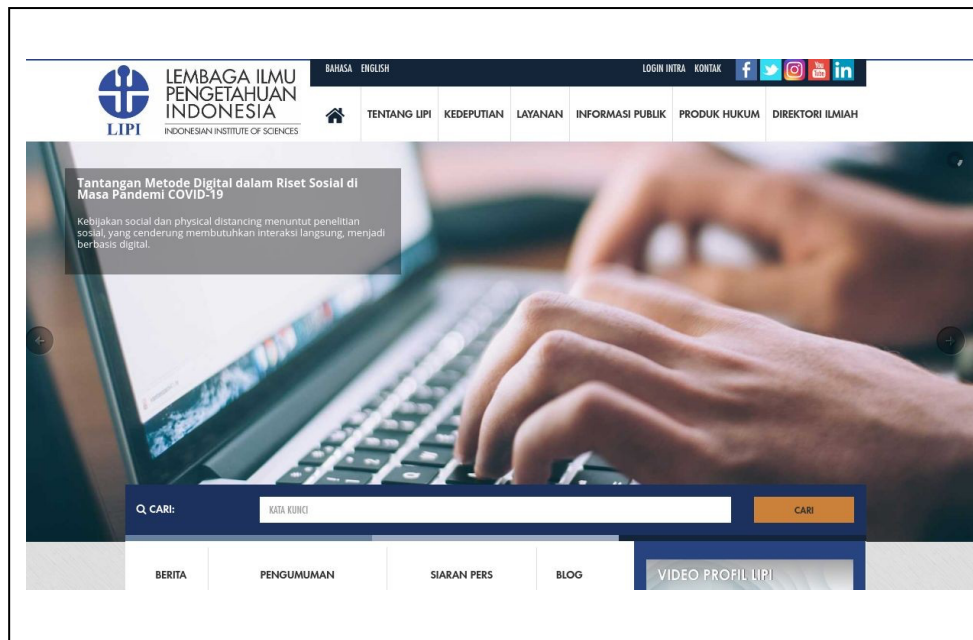
Unleash the Power of Semantic Search

Microsoft Academic understands the meaning of words, it doesn't just match keywords to content. For example, when you type "Microsoft," it knows you mean the institution, and shows you publications authored by researchers affiliated with Microsoft. Similarly, Microsoft Academic knows journal titles, conference names, and many research topics. Try these queries to understand the power of semantic search and unleash it yourself!

Jurnal Ilmiah Selain itu, tulisan akademik berupa hasil penelitian pada umumnya ditulis dalam jurnal ilmiah. Aku perlu tahu jurnal ilmiah terkait bidang ilmu yang aku dalami. Untuk itu kutemukan beberapa jurnal ini.

NO	Nama Jurnal Ilmiah
1	
2	
3	

Komunitas Akademik Salah satu komunitas akademik di Indonesia adalah LIPI. Aku mencoba membaca profil LIPI, kubaca sejarah dan bidang kajian yang kurang lebih sesuai dengan bidang kajianku.



Selama di Universitas Sanata Dharma aku tidak hanya akan belajar di dalam kelas, namun juga belajar dan masuk dalam dinamika keilmuan di sekitar kampus atau masyarakat, terutama yang sebidang dengan kuliahku.

Di luar kampus ada komunitas-komunitas akademik yang telah berkecimpung dalam kegiatan akademik maupun pengabdian kepada masyarakat. Untuk itu aku mencoba mengenal komunitas akademik sesuai bidangnya yang ada di sekitar Universitas Sanata Dharma.

Komunitas akademik ini bisa berupa kelompok diskusi, perpustakaan, organisasi kemasyarakatan, lembaga penelitian, dll. Komunitas-komunitas akademik seperti itu telah teruji baik dari segi waktu, keilmuannya, maupun pengabdianannya kepada masyarakat. Mereka biasanya memiliki kegiatan rutin bahkan ada yang sudah puluhan tahun bertekun pada fokus kajiannya, mereka juga mendekati segala persoalan dengan kerangka akademik yakni dengan suatu kerangka pikir ilmiah (*learned ministry*).

Suatu saat aku perlu datang ke tempat-tempat itu, mengenal, belajar, bahkan turut aktif dalam kegiatan mereka.

Aku mencari tahu komunitas-komunitas akademik itu khususnya di Indonesia, baik di Yogyakarta maupun di tempat lain, lalu kutuliskan di bawah ini.

Nama Komunitas	Bidang Kajian	Ciri Akademik

EKSAMEN Aku tengok lagi kegiatan Formasi Cerdas Humanis hari ini dan aku beri skor sesuai kualitas pengalamanku.

indikator	skor (0-100)	
	olehku	oleh kelompok
Aku memahami maksud dari istilah “pemelajar unggul.”		
Aku bisa menerima bahwa yang dimaksud keunggulan meliputi hati nurani yang jernih (<i>conscience</i>), keahlian dan ilmu yang terasah (<i>competence</i>), dan terlibat dalam usaha kesejahteraan bersama (<i>compassionate commitment</i>).		
Aku melihat ada tanda-tanda keinginan anggota kelas untuk mencapai keunggulan tersebut.		

PERTEMUAN 4 AS YOU SEE

7-11 Maret 2022

AKU MELIHAT WAJAH INDONESIA

YOUTUBE: <https://www.youtube.com/watch?v=H1OWqq8HKPU>

Musik oleh: Rodinda

“Aku Melihat Indonesia”

(Soekarno)

Jikalau aku berdiri di pantai Ngliyep
Aku mendengar Lautan Hindia bergelora
membanting di pantai Ngliyep itu
Aku mendengar lagu, sajak Indonesia

Jikalau aku melihat
sawah-sawah yang menguning-menghijau
Aku tidak melihat lagi
batang-batang padi yang menguning menghijau
Aku melihat Indonesia

Jikalau aku melihat gunung-gunung
Gunung Merapi, Gunung Semeru, Gunung Merbabu
Gunung Tangkuban Perahu, Gunung Kelebet
dan gunung-gunung yang lain
Aku melihat Indonesia

Jikalau aku mendengarkan
Lagu-lagu yang merdu dari Batak
bukan lagi lagu Batak yang kudengarkan
Aku mendengarkan Indonesia

Jikalau aku mendengarkan Pangkur Palaran
bukan lagi Pangkur Palaran yang kudengarkan
Aku mendengar Indonesia

Jikalau aku mendengarkan lagu Olesio dari Maluku
bukan lagi aku mendengarkan lagu Olesio
Aku mendengar Indonesia

Jikalau aku mendengarkan burung Perkutut
menyanyi di pohon ditiup angin yang sepoi-sepoi

bukan lagi aku mendengarkan burung Perkutut
Aku mendengarkan Indonesia

Jikalau aku menghirup udara ini
Aku tidak lagi menghirup udara
Aku menghirup Indonesia
Jikalau aku melihat wajah anak-anak
di desa-desa dengan mata yang bersinar-sinar
“Pak Merdeka; Pak Merdeka; Pak Merdeka!”
Aku bukan lagi melihat mata manusia
Aku melihat Indonesia

(dari buku “Bung Karno dan Pemuda”, hlm. 68-107)

Film Singkat “Masa Depan Ada di Tangan Kita Semua”(± 23 menit)

<https://www.youtube.com/watch?v=tLpp0aRPDKE>

UNGGUL BEROLAH HATI Selain berolah pikir, berolah hati merupakan metode penting formasi manusia di Universitas Sanata Dharma. Dengan berolah hati, aku menajamkan perasaan agar peka terhadap fenomena ketidakadilan dan perpecahan yang senyatanya selalu ada di depan mata. Tentu saja kemudian aku berlatih terampil mengelola kepekaan itu agar menjelma menjadi daya gerak imajinasi, pikiran, dan fisik untuk melakukan tindakan-tindakan rekonsiliasi. Seperti dikatakan:

<i>understand what you see</i>	<i>pahami apa yang kamu lihat,</i>
<i>communicate what you understand</i>	<i>komunikasikan apa yang kamu pahami,</i>
<i>practice what you communicate</i>	<i>praktikkan apa yang kamu komunikasikan</i>

Kita akan memakai metode AS YOU SEE (S = *seeing*, U = *understanding*, C = *communicating*), untuk berolah hati.

SEEING Langkah pertama adalah melihat. Tentu saja, *seeing* di sini hanya suatu metafor. Isinya lebih luas, yaitu semua hal yang aku alami, entah yang aku lihat, dengar, rasa, atau pikir. Di dalam *seeing*, aku fokuskan perhatianku pada YANG MENGUSIK hatiku dari suatu kejadian atau seseorang atau suatu hal. Mengusik hati bisa kadarnya biasa, misalnya menimbulkan ketertarikan, membuatku ingin tahu, membuatku berpikir jauh. Bisa juga kadarnya berlebihan, misalnya secara spontan membuatku merasa tidak terima atau mempertanyakan, atau membuatku marah, kecewa, sedih, atau membuat badanku bereaksi berlebihan, seperti menangis, berkeringat dingin, *deg-degan*, pusing, ingin segera menjauh.

Pada kesempatan ini, aku fokuskan perhatian pada yang mengusik hatiku dari suatu perdebatan, cekcok, adu mulut, atau bahkan sampai pada suatu perpecahan, yang aku lihat akhir-akhir ini.

Untuk bisa melihat, mendengar, merasakan hal yang mengusik itu secara komprehensif, aku bedakan dengan jelas antara reaksiku sendiri dan fakta kejadiannya. Aku berusaha menempatkan diri pada posisi orang yang melakukan atau mengalami kejadian itu, melihat peristiwa dari kacamata mereka, dan mendengarkan sejeli mungkin kepentingan apa yang mereka kehendaki.

1. Relasi tidak harmonis yang sangat mengusik hatiku beberapa hari, beberapa minggu, atau beberapa bulan terakhir ini:

2. Reaksiku atas kejadian tersebut:

3. Apa yang aku rasakan dan yang aku pikirkan secara spontan?

4. Faktanya seperti apa?

5. Membayangkan jika aku berada di posisi orang lain! Apa yang aku pikirkan dan aku rasakan ketika hal itu terjadi?

UNDERSTANDING Pada tahap ini aku memahami dan menangkap inti dari kejadian, orang, atau hal yang mengusikku itu. Caranya yaitu menghubungkan diriku dengannya dengan cara merasakan kepentingan pihak-pihak yang terlibat. Urutannya secara metodis demikian.

Kepentingan-kepentingan yang diperjuangkan oleh yang bertentangan	Mengapa hal tersebut penting bagi mereka?
Apa reaksi terhadap kepentingan-kepentingan yang mereka munculkan itu	Mengapa aku bereaksi? Mengapa pertentangan itu mengena, mengusik, atau menjadi masalah bagiku?
Situasi mereka itu menuntut apa dariku?	

COMMUNICATING Bertransformasi dalam suatu peristiwa yang mengusik berarti pertama-tama diriku berubah. Transformasi diriku mulai terjadi saat aku tergerak untuk menjadi jembatan di tengah pertentangan atau perpecahan. Transformasi diri ini, yang berwujud dorongan untuk melakukan tindakan rekonsiliasi, aku komunikasi-kan agar menjadi transformasi bersama.

Rumusan tindakan rekonsiliasi dibuat dengan pola berikut:

Aku tergerak untuk _____

Titik penting usaha tersebut adalah

Berdasar rumusan di atas, aku perjelas data berikut:

1.Siapa saja yang ingin aku sapa?

Siapa saja yang perlu aku sapa?

Secara realistis, siapa saja yang bisa aku sapa secara efektif?

2. Apa media yang bisa aku pergunakan untuk dapat menyapa mereka secara efektif (lisan, tulisan, audio, visual, audio-visual)?

3. Isi seperti apa yang perlu aku persiapkan untuk dapat menyapa mereka secara efektif?

Dengan hati berkobar, aku akan membagikan hasil karyaku ini kepada sahabat-sahabat di kelasku.

EKSAMEN Aku tengok lagi kegiatan Formasi Cerdas Humanis hari ini dan aku beri skor sesuai kualitas pengalamanku.

Indikator	Skor (0-100)	
	Olehku	Oleh kelompok
Aku memahami metode <i>seeing</i> , <i>understanding</i> , dan <i>communicating</i> .		
Aku melihat anggota kelas cukup paham dengan yang dimaksud sebagai pengalaman terusik.		
Pertemuan hari ini relevan dengan arah program formasi humanis.		

PERTEMUAN 5 MENJADI MANUSIA BAGI YANG LAIN

14-18 Maret 2022

FOOD FOR THE POOR Kali ini aku menonton film singkat ini, https://www.youtube.com/watch?v=C9rVAbcQH_U yang bercerita mengenai seorang ibu dan tiga orang anaknya di Tempat Pembuangan Akhir (TPA) sampah di Guatemala. Fenomena ini juga terjadi di negaraku, Indonesia. Aku berusaha mencermati setiap perasaan, pikiran, dan kehendak yang ada di dalam diriku ketika menonton film singkat ini.

Aku memakai metode yang sama dari pertemuan minggu sebelumnya. Kali ini, aku mengerjakannya di dalam kelompok 3-5 orang dan mengenai situasi yang aku temukan di luar kampus. Aku memfokuskan diri pada rasa terusik oleh situasi, perbuatan, atau hal yang tidak adil.

SEEING Langkah pertama adalah melihat. Pada kesempatan ini, aku fokuskan perhatian pada situasi, perbuatan, atau hal yang tidak adil yang mengusik hatiku.

Situasi tidak adil yang sangat mengusik hatiku adalah	
Reaksiku atas kejadian tersebut	Yang aku rasakan
	Yang terpikir secara spontan
	Yang spontan ingin aku lakukan

Aku berusaha menempatkan diri pada posisi orang yang melakukan atau mengalami kejadian itu, melihat peristiwa dari kacamata mereka, dan mendengarkan sejeli mungkin kepentingan apa yang mereka kehendaki.

Fakta kejadiannya	Kronologi
	Aspek-aspek perasaan

	Aspek-aspek kepentingan
--	-------------------------

UNDERSTANDING Pada tahap ini aku memahami dan menangkap inti situasi, perbuatan, atau hal yang tidak adil itu.

Kepentingan-kepentingan yang diperjuangkan sehingga terjadi situasi tidak adil	Mengapa hal tersebut penting bagi mereka?
Kepentingan pihak yang kuat Kepentingan pihak yang lemah	
Apa reaksiku terhadap kepentingan-kepentingan yang mereka munculkan itu?	Mengapa aku bereaksi? Mengapa pertentangan itu mengenai atau menjadi masalah bagiku? Apa yang menurutku tercederai oleh situasi tidak adil itu?
Situasi itu menuntut apa dariku?	

Untuk merangkum proses *understanding* ini dalam suatu tulisan pendek, aku memakai pola berikut ini.

Aku merasa saat melihat_____, karena peristiwa/tindakan/hal tersebut mengenai langsung kedalaman diriku yaitu_____. Menurutku, situasi tidak adil ini menciderai_____. Setelah mendengarkan dengan penuh atensi, aku memahami bahwa peristiwa ini memanggilku untuk_____bagi mereka.

COMMUNICATING Aku merumuskan tindakan rekonsiliasi untuk aku sampaikan di dalam kelompok.

Rumusan tindakan rekonsiliasi dibuat oleh pribadi dalam bentuk tulisan kecil yang memuat hal-hal berikut:

- ☐ Halnya (situasi tidak adil yang terjadi)
- ☐ Kronologi (waktu, tempat, pihak yang terlibat)
- ☐ Opsi (kepentingan yang tercederai, dorongan untuk melakukan tindakan rekonsiliasi)
- ☐ Motivasi (titik penting tindakan rekonsiliasi)

EKSAMEN Aku tengok lagi kegiatan Formasi Cerdas Humanis hari ini dan aku beri skor sesuai kualitas pengalamanku.

Indikator	Skor (0-100)	
	Olehku	Oleh kelompok
Pertemuan hari ini menarik.		
Aku memahami yang dimaksud dengan situasi tidak adil.		
Membicarakan situasi tidak adil dalam kelompok sangat membantuku memahami sisi-sisi ketidakadilan yang selama ini tak pernah aku pikirkan.		
Suasana kerjasama dalam kelompok sangat kondusif.		

PERTEMUAN 6 MENDENGAR V.S. MENDENGARKAN

21-25 Maret 2022

PERCAKAPAN TIGA PUTARAN Metode Percakapan Tiga Putaran sudah sering dipakai di dalam pertemuan-pertemuan sebelumnya. Pada kesempatan ini, secara khusus aku mempelajari strukturnya, terutama memperhatikan mengapa metode ini diangkat sebagai model percakapan yang paling dianjurkan di dalam Program Formasi Cerdas Humanis Universitas Sanata Dharma.

Alasan pertama, model Percakapan Tiga Putaran memuat putaran kedua yang melatih peserta percakapan untuk mendengarkan dengan penuh atensi ungkapan dari peserta lain. **Mendengar** berbeda dari **mendengarkan**; demikian juga, **mendengarkan** berbeda dari **mendengarkan penuh atensi**. **Mendengarkan** mengandaikan minat atau ketertarikan, apresiasi, dan kesediaan untuk dipengaruhi oleh kepentingan pihak lain. Oleh karena itu, pada putaran kedua, peserta diminta untuk mengungkapkan hanya hal-hal yang menyentuh, penting, dan inspiratif dari yang didengar di percakapan putaran pertama. Peserta tidak diminta untuk menanggapi, mendebat, menambahi yang sudah dikatakan, tetapi menyampaikan apresiasinya karena hal yang didengarnya itu bermakna, penting, dan menggerakkan. Dengan demikian, mendengarkan penuh atensi terarah ke dua tujuan, yaitu mencari hal-hal positif dari yang dikatakan orang lain dan mencermati reaksi diri sendiri ketika mendengarkan hal-hal positif itu.

Alasan kedua, Percakapan Tiga Putaran memiliki sifat egalitarian. Maksudnya, setiap peserta mendapatkan waktu dan kesempatan yang sama untuk berbicara. Aturan bahwa setiap peserta hanya boleh berbicara 3 menit misalnya, tidak memungkinkan seseorang menjadi dominan dengan idenya sendiri. Kalau pada akhir diperoleh suatu kesepakatan mengenai suatu hal, kesepakatan itu diperoleh bukan melalui dominasi seorang peserta, tetapi karena semua peserta memang terinspirasi dan tergerak oleh hal tersebut.

Kemampuan **mendengarkan secara penuh atensi** diajarkan dan dilatihkan kepada Peserta Program Formasi Cerdas Humanis Universitas Sanata Dharma karena kemampuan ini menjadi syarat agar seseorang mampu melakukan tindakan rekonsiliasi di tengah situasi tidak adil dan perpecahan.

Pokok	Tema Pertemuan 5: <i>“As You See”</i> <i>“Apa yang mengusik hatiku?”</i>
Putaran 1	

Putaran 2	Yang menyentuh, inspiratif, penting dari yang disampaikan rekan di Putaran 1
Putaran 3	Tindakan rekonsiliasi yang akan kita lakukan

PENGALAMAN MENDENGARKAN

Aku catat pengalamanku mendengarkan pada pertemuan hari ini.

Didengarkan	Kapan aku merasa didengarkan dalam percakapan tadi ?
	Apa perasaanku bahwa aku didengarkan ?
	Apa parasaanku ketika peserta dalam kelompok merujuk atau memberi respon positif atas hal-hal yang aku katakan ?
Mendengarkan	Kapan aku kesulitan mendengarkan ?
	Apa reaksiku melihat peserta lain kurang bisa mendengarkan ?
	Metode apa yang aku pelajari dari percakapan tiga putaran yang bisa dikembangkan agar pertemuan- pertemuan menjadi ajang untuk mendengarkan ?

EKSAMEN Aku tengok lagi kegiatan Formasi Cerdas Humanis hari ini dan aku beri skor sesuai kualitas pengalamanku.

Indikator	Skor (0-100)	
	Olehku	Oleh kelompok
Pertemuan hari ini membantu aku dan anggota kelas untuk belajar mendengarkan.		
Kelompokku bisa menjalani proses Percakapan Tiga Putaran dengan baik.		
Aku percaya bisa memfasilitasi Percakapan Tiga Putaran di dalam kesempatan lain.		

PERTEMUAN 7 MAGIS:

MEMILIH YANG LEBIH MEMILIKI DAMPAK REKONSILIASI

18-22 April 2022

TIPE-TIPE ANAK KULIAH Aku adalah bagian dari 10% orang muda Indonesia yang mempunyai privilese menjalani pendidikan perguruan tinggi. Video <https://www.youtube.com/watch?v=RY7HBPhGd7M> berisi adegan-adegan sederhana pengalaman mahasiswa yang jatuh bangun menjalani kuliah. Tipe-tipe mahasiswa itu persis terkait dengan identitasku sebagai mahasiswa. Di mana sebenarnya letak jati diri sebagai mahasiswa? Pada aktivitas apa? Kualitas apa yang membuat jati diriku sebagai mahasiswa terpenuhi?

Pertanyaan-pertanyaan ini mengingatkanku bahwa seorang mahasiswa harus berkembang dalam kemampuannya membuat pilihan-pilihan.

Terkait pilihan, mahasiswa disebut humanis kalau ...

GLOSSARIUM

Magis (bahasa Latin) merujuk pada sifat “lebih” dari keputusan-keputusan yang diambil oleh seseorang. Suatu keputusan disebut *magis* kalau lebih memuliakan dan meluhurkan Tuhan serta melayani sesama. Dalam konteks Formasi Cerdas Humanis, *magis* berarti mengambil keputusan yang lebih memberi dampak rekonsiliasi.

MEMILIH YANG LEBIH Istilah magis dipakai di sini untuk menamai kesanggupan memilih yang lebih bagi terwujudnya rekonsiliasi.

Kesadaranku atas situasi tidak adil dan relasi tidak harmonis mendorongku untuk melakukan tindakan yang perlu (*acting out of necessity*). Aku mendalami topik ini dengan cara melihat isi batinku, yaitu pikiran, ingatan, dan keinginan-keinginanku. Aku mulai dengan melihat kembali kesepakatan yang dibuat oleh kelompok di dalam pertemuan sebelumnya (Mendengar v.s. Mendengarkan) untuk melakukan tindakan rekonsiliasi.

Tindakan rekonsiliasi yang disepakati kelompok
Apa yang aku perjuangkan sehingga aku pun sepakat untuk melakukan tindakan rekonsiliasi tersebut
Ingatan apa saja yang ada di sekitar motivasi tersebut

NILAI Hal-hal yang aku perjuangkan dan aku anggap penting aku sebut nilai. Aku akan gembira kalau nilai itu aku lakukan. Aku akan marah, kecewa, sedih kalau nilai itu terciderai. Nilai yang menjadi daya dorong atau alasan bagi seseorang untuk melakukan sesuatu disebut motivasi. Tindakan rekonsiliasi yang disepakati kelompok, merupakan cerminan nilai yang ada dalam diri kelompok.

Apa yang diperjuangkan oleh kelompok sehingga sepakat untuk melakukan tindakan rekonsiliasi tersebut?

KOMITMEN Komitmen diukur dari kesediaan dan konsistensi seseorang untuk terlibat memperjuangkan kebaikan. Selalu ada risiko.

Apa risiko-risiko yang akan dialami ketika melaksanakan tindakan rekonsiliasi yang sudah disepakati oleh kelompok? Konsekuensi apa yang mungkin harus ditanggung?

Seberapa tinggi *risk-appetite* (keberanian menghadapi risiko) yang aku miliki?

EKSAMEN Aku tengok lagi kegiatan Formasi Cerdas Humanis hari ini dan aku beri skor sesuai kualitas pengalamanku.

indikator	skor (0-100)	
	olehku	Oleh kelompok
Aku memahami yang dimaksud dengan <i>magis</i> sebagai standar pilihan.		
Aku berani menanggung risiko atas pilihan untuk melakukan tindakan rekonsiliasi		
Aku merasa lebih bersemangat hidup ketika berkontribusi untuk kebaikan sesama		

PERTEMUAN 8 WEBINAR

REFLEKSI (PRIBADI)

Webinar menjadi sarana bagiku untuk memahami makna tindakan merekonsiliasi dan tindakan-tindakan yang mengandung “semangat lebih” (magis). Oleh karena itu, aku berusaha menemukan hal-hal yang menyentuh dan memberi inspirasi bagiku.

No	Tiga hal yang inspiratif, menyentuh, dan penting bagi dari Webinar yang aku ikuti
1	
2	
3	

PERTEMUAN 9 MEKAR DAN MEREKONSILIASI

3-6 Mei 2022

KOMUNIKASI TINDAKAN REKONSILIASI Pada pertemuan ini, aku periksa pengalaman-pengalaman penting, inspiratif, dan menyentuh selama menjalani Program Formasi Cerdas Humanis semester ini. Webinar pada pertemuan yang lalu menjadi sarana bagiku untuk mengingat hal-hal tersebut, dan bahkan menjadi alat bantu bagiku menarik benang merah dan pola pengalaman transformatif yang terjadi pada diriku.

POIN-POIN REFLEKSI ATAS WEBINAR Aku melihat kembali poin-poin yang telah aku tulis pada pekan yang lalu setelah mengikuti webinar.

No	Tiga hal yang inspiratif, menyentuh, dan penting bagi dari Webinar yang aku ikuti

MEMAHAMI DAN MENGAPRESIASI PERKEMBANGAN DIRI Setelah melakukan apresiasi atas “produk” tindakan orang lain (webinar) kini aku menggunakannya sebagai alat bantu untuk melakukan apresiasi atas perkembangan diriku sendiri. Entah sadar atau pun tidak pastilah aku mengalami perkembangan dalam visi humanis yang cerdas, yakni menghasilkan tindakan-tindakan rekonsiliasi secara personal. Kini aku akan melihatnya kembali dan melakukan apresiasi atasnya.

No	Hal-hal yang patut diapresiasi dari perkembangan diriku dalam visi humanis yang cerdas.

PERCAKAPAN (DALAM KELOMPOK) Kini aku akan membagikannya dalam kelompok 3-5 mahasiswa.

Putaran 1	Masing-masing mengungkapkan apa yang aku apresiasi secara positif dari perkembangan pribadiku (masing-masing maksimum 2 menit)
Putaran 2	Masing-masing diberi waktu 2 menit untuk mengungkapkan yang menyentuh, inspiratif, penting dari yang diungkapkan teman.
Putaran 3	Menimbang ungkapan-ungkapan teman dalam kelompok, aku sebut satu hal yang patut disyukuri berkait tindakan mengkomunikasikan usaha-usaha rekonsiliasi. Sebab, memiliki kawan seperti digambarkan oleh Marcus Fabius Quintilianus (35 SM-100 M), " <i>Vir bonus, dicendi peritus</i> ," "Orang berkarakter luhur dan elok dalam tutur kata" sungguh merupakan anugerah.

PLENO

Masing-masing perwakilan kelompok membagikan poin-poin penting yang dibicarakan dalam percakapan kelompok.

PERTEMUAN 10 HUMANIS

17-20 Mei 2022

Kami yang pernah tinggal di kamp konsentrasi bisa mengingat orang-orang yang pergi dari gubuk-gubuk untuk menghibur sesamanya dan yang memberikan potongan terakhir dari roti yang mereka miliki. Jumlahnya mungkin tidak banyak, tetapi mereka menjadi bukti nyata bahwa segala sesuatu dapat diambil dari seorang manusia kecuali satu hal: kepingan terakhir dari kebebasan manusia untuk menentukan sikapnya dalam situasi apapun, untuk memilih jalannya sendiri ...

Kebebasan batin yang tidak dapat direnggut inilah yang menjadikan hidup penuh arti dan tujuan.

Viktor Frankl, *Man's Search for Meaning* (1988: 86)

JEJAK KEMURAHAN HATI SESAMAKU Sebagai pribadi yang sedang bertumbuh aku menjadi sungguh manusia karena sesamaku. Tanpa kemurahan hati sesama, aku tidak akan menjadi diriku yang ada saat ini. Dalam perjalananku menjadi diriku yang berdiri tegar hari ini, ada begitu banyak jejak kemurahan hati sesama yang menyertai. Jejak-jejak itu tersembunyi dalam ruang batinku dan perlu aku ungkap kembali, terutama segala sesuatu yang diberikan kepadaku ketika aku tidak pantas untuk menerimanya.

Melalui peta perjalanan hidup di bawah ini, aku akan mencoba menelusuri kembali jejak-jejak kemurahan hati sesamaku yang hadir dalam momen- momen terpenting hidupku.

No.	peristiwa yang mengawali	kemurahan hati yang kuterima	pemberi	dampaknya bagi kehidupanku
1				
2				
3				
4				
5				

Peristiwa-peristiwa penuh syukur di atas menggambarkan lika-liku dan jatuh-bangun perjalanan hidupku.

Ternyata, bagi sesamaku, bagi orangtuaku, bagi sahabat-sahabatku, aku jauh lebih berharga daripada penilaian sempit yang sering aku tuduhkan pada diriku sendiri.

MAKNA SESAMAKU MANUSIA Kemurahan hati yang diberikan oleh sesamaku persis pada momen-momen aku tidak layak mendapatkannya memperlihatkan sisi paling indah dari kebebasan manusia. Manakala diarahkan pada hal-hal yang lebih besar dari dirinya sendiri, kebebasan menjadikan manusia mekar dan merekonsiliasi.

Di bawah ini aku akan menuliskan pengalaman rekonsiliasi yang terjadi dalam hidupku dan membuat hatiku dipenuhi dengan rasa kagum.

No.	pengalaman rekonsiliasi	yang membuatku kagum
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

Tak jarang sejarah menjadi bukti sisi buruk rupa manusia. Namun, itu bukanlah akhir dari cerita. Sejarah juga menampilkan keluhuran manusia ketika manusia mengarahkan kebebasannya pada hal-hal yang lebih besar dari dirinya.

Sembari memandang sahabat-sahabatku di sekelilingku, aku menuliskan di bawah ini apa arti sesamaku manusia bagiku.

Arti sesamaku-manusia bagiku

Keelokan pesona manusia yang sungguh merdeka inilah yang menjadi dasar dari seluruh penghargaan Universitas Sanata Dharma pada martabat manusia. Dengan penuh rasa kagum pada kemanusiaan, aku akan menyatukan langkahku dengan universitasku untuk “Menjunjung Tinggi Keluhuran Martabat Manusia”.

DOA MOHON RAHMAT Sebagai ungkapan nyata dari kesanggupanku, aku akan memohon kepada Sang Pencipta untuk memberikan segala daya yang aku butuhkan untuk membela kemanusiaan.

Doa Mohon Rahmat REKONSILIASI

MELANGKAH KE SEMESTER-SEMESTER BERIKUTNYA Aku lihat dan renungkan film pendek Soar karya Alyce Tzue berikut ini untuk menjadi inspirasi memasuki semester-semester berikutnya di Universitas Sanata Dharma.

Soar

<https://youtu.be/UUaseGrkLc>



Mara bercita-cita membuat kapal terbang. Ia menggambar model kapal terbang idamannya dan ia buat prototipenya. Ia terbangkan. Gagal. Ia terbangkan lagi dan gagal lagi. Mara berpikir apa yang keliru dari kapal terbangnya, hingga suatu hari seorang pilot cilik jatuh dari langit karena kapal terbangnya rusak. Mara adalah satu-satunya orang yang bisa menolong

pilot kecil itu dan menerbangkannya kembali ke langit sebelum ditinggalkan teman-temannya. Mara tak ingin pilot kecil itu terdampar sendirian di tempat asing dan terhempas dari kegembiraan terbang bersama sahabat-sahabatnya. Hatinya yang dibakar oleh cita-cita memberinya ide cemerlang untuk memodifikasi kapal terbang pilot kecil itu dengan model yang telah ia gambar lama. Hari itu mara melihat hasil karyanya berhasil menghapus air mata pilot kecil dan mengembalikan gelak tawanya memecah langit biru.