



📷 PENDIDIKAN holistik bukan hanya melahirkan pelajar cemerlang di atas kertas tetapi insan tenang, empati dan mampu bertindak dengan adab. - Foto Hiasan

PENDAPAT RENCANA

Pembinaan karakter melalui pengurusan emosi asas dalam sahsiah murid



Khadijah Mohamad Nor ✉ • 2 days ago 👁 118 📖 3 minutes read

DALAM era pendidikan yang semakin didorong oleh kemajuan teknologi dan pencapaian akademik, satu aspek penting yang sering tersisih ialah kemampuan murid mengurus dan memahami emosi mereka.

Keupayaan ini merupakan teras pembinaan karakter, kesejahteraan diri dan perkembangan sahsiah yang seimbang.



Tanpa pengurusan emosi yang baik, ilmu tidak membentuk akhlak, kecerdasan minda tidak diiringi hikmah dan pencapaian tidak mampu melahirkan insan beradab.

Sejak di bangku sekolah rendah, murid perlu dibimbing bukan sahaja untuk membaca, menulis dan mengira tetapi juga untuk mengenali, memahami serta mengawal perasaan.

Pendidikan holistik melahirkan bukan hanya pelajar cemerlang di atas kertas tetapi insan tenang, empati dan mampu bertindak dengan adab.

Related Articles



TikTok, Content Forum dan MCMC lancar panduan #ThinkTwice tingkat keselamatan digital remaja
🕒 1 hour ago



Sindiket panggilan telefon: Warga emas rugi lebih RM700,000
🕒 3 hours ago

Karakter murid terbina melalui cara mereka mengurus emosi ketika berhadapan cabaran.

Anak yang mampu menahan marah, menenangkan diri atau memaafkan rakan sebenarnya sedang membina asas kepimpinan dan empati.



Sejak di bangku sekolah rendah, murid perlu dibimbing bukan sahaja untuk membaca, menulis dan mengira tetapi juga untuk mengenali, memahami serta mengawal perasaan.
– Gambar hiasan

Sebaliknya apabila emosi dipendam tanpa bimbingan, pelbagai isu sosial boleh timbul seperti buli, tekanan jiwa, hilang motivasi dan keretakan hubungan sesama rakan.

[Ketahui lebih lanjut](#)[⚡ Pendidikan](#)[⚡ PENDIDIKAN](#)[⚡ Inisiatif kerajaan Madani](#)[⚡ Akses artikel premium](#)[⚡ Pelaya](#)[⚡ Analisis ekonomi Malaysia](#)[⚡ Berita agama semasa](#)[⚡ B](#)[⚡ Kolum pendapat penulis](#)

Kajian menunjukkan murid dengan kecerdasan emosi yang tinggi lebih mudah fokus, bekerjasama dan menyesuaikan diri dengan perubahan.

Mereka juga lebih berani mencuba perkara baharu tanpa takut gagal kerana memahami bahawa kecewa adalah sebahagian daripada proses pembelajaran.

Inilah asas pembinaan karakter sebenar iaitu bukan pada jatuhnya tetapi pada kebolehan bangkit dengan hati yang cekal.

[Ketahui lebih lanjut](#)[⚡ PENDIDIKAN](#)[⚡ Pendidikan](#)[⚡ Jersi Pasukan Sukan](#)[⚡ Pakej Pelancongan Sabah](#)[⚡ B](#)[⚡ PUTRAJAYA](#)[⚡ Edisi khas sastera](#)[⚡ Tudung Premium](#)[⚡](#)

Sekolah pula menjadi ruang pertama di luar rumah tempat anak-anak mempelajari dunia sosial. Setiap interaksi, teguran dan aktiviti di sekolah adalah latihan pengurusan emosi secara tidak langsung.



Guru memainkan peranan besar sebagai 'cermin emosi' bagi murid. Nada suara, cara menegur salah serta keikhlasan memberi pujian membentuk persepsi murid terhadap nilai diri mereka.

Apabila guru menunjukkan empati, murid belajar meniru reaksi yang sama dalam hubungan sosial.

Dari sudut pengajaran, bilik darjah bukan hanya pusat pembelajaran akademik tetapi medan latihan emosi.

Inisiatif seperti mewujudkan 'Sudut Emosi' membolehkan murid meluahkan perasaan melalui kad emosi atau simbol harian.

Ini membantu guru memahami keadaan murid tanpa tekanan lisan sekali gus memupuk kesedaran sendiri iaitu asas kecerdasan emosi.



Apabila guru menunjukkan empati, murid belajar meniru reaksi yang sama dalam hubungan sosial. – Gambar Hiasan

Guru juga boleh melaksanakan 'Sesi Refleksi Mingguan' bagi memberi ruang kepada murid berkongsi pengalaman emosi secara berhemah sambil belajar mendengar dengan empati.

[Ketahui lebih lanjut](#)[⚡ Pendidikan](#)[⚡ pendidikan](#)[⚡](#)[⚡ Kursus Seni Bela Diri](#)[⚡ Seminar Pemasaran Digital](#)[⚡ Be](#)[⚡ Liputan automotif teknologi](#)[⚡ Liputan sukan Harimau](#)[⚡ In](#)[⚡ Peralatan Sukan](#)

Emosi tidak dilihat sebagai kelemahan tetapi sebahagian daripada pembelajaran manusiawi.

'Projek Nilai' seperti membantu rakan, menulis surat penghargaan atau melakukan aktiviti sukarelawan kecil dapat menyuburkan nilai ihsan, hormat dan tanggungjawab sosial.



Apabila emosi murid dirai dan difahami, suasana kelas menjadi lebih tenang dan terbuka. Mereka berasa dihargai bukan kerana markah tetapi kerana nilai diri mereka diiktiraf.

Pengurusan emosi bukanlah tanggungjawab sekolah semata-mata tetapi kesinambungan pendidikan hati yang bermula di rumah.

[Ketahui lebih lanjut](#)[⚡ pendidikan](#)[⚡ PENDIDIKAN](#)[⚡](#)[⚡ Video berita eksklusif](#)[⚡ Langganan e-mel berita](#)[⚡ Be](#)[⚡ Berita Malaysia Tribune](#)[⚡ Pakej Haji Umrah](#)[⚡ Iklan pe](#)[⚡ Berita hiburan terkini](#)

Keluarga adalah madrasah pertama tempat anak belajar meniru dan memahami makna kasih sayang serta kawalan diri.

Ibu bapa yang mendengar dengan empati menjadi cermin awal pembentukan emosi anak. Apabila anak hanya dimarahi tanpa ruang meluahkan rasa, mereka belajar menyembunyikan emosi, bukan mengurusnya.



Ibu bapa perlu memainkan peranan utama dalam memantau dan mendidik anak-anak terutama dalam pengawalan emosi – Gambar Hiasan

Sebaliknya soalan lembut seperti “Apa yang kamu rasa ketika itu?” mengajar anak bahawa emosi bukan ancaman tetapi sesuatu yang boleh difahami dan diperbaiki.

Ketahui lebih lanjut

⚡ PENDIDIKAN

⚡ pendidikan

⚡ Galeri foto berita

⚡ Buku Sastera

⚡ Berita agar

⚡ Inisiatif kerajaan Madani

⚡ Langganan akhbar digital

⚡ Lap

⚡ Berita terkini sukan

‘Check-in emosi’ selepas makan malam atau sebelum tidur dapat mengukuhkan ikatan keluarga serta memberi ruang selamat untuk anak meluahkan perasaan.

Komuniti turut menjadi ekosistem sokongan penting. Surau, sekolah, kelab belia atau taman perumahan boleh menganjurkan program seperti ‘Jom Luah Rasa’ atau bengkel kesedaran emosi untuk ibu bapa dan anak.

Aktiviti gotong-royong, lawatan ziarah dan projek khidmat masyarakat mengajar anak menghayati perasaan dan usaha orang lain.

[Ketahui lebih lanjut](#)[⚡ PENDIDIKAN](#)[⚡ pendidikan](#)[⚡ Berita antarabangsa pilihan](#)[⚡ Edisi khas sastera](#)[⚡ Vic](#)[⚡ Jersi Pasukan Sukan](#)[⚡ Berita semasa harian](#)[⚡ Inisiat](#)[⚡ Pakej Pelancongan Sabah](#)

“

Apabila masyarakat berfungsi sebagai jaringan peduli, nilai hormat dan ihsan tidak lagi sekadar slogan tetapi budaya hidup yang menyuburkan ketenteraman dan kematangan sosial.

Kesimpulannya, dunia hari ini tidak kekurangan manusia bijak tetapi sangat memerlukan manusia yang bijak mengawal hati dan perasaan.

Dalam dunia serba pantas dan penuh tekanan, pengurusan emosi adalah kemahiran hidup paling penting yang perlu disemai sejak kecil.

Apabila sekolah dan rumah memberi ruang kepada pembelajaran emosi, mereka sedang membina generasi pemimpin masa depan yang sabar, berani dan penuh empati.

Mereka ialah anak-anak yang bukan hanya tahu berfikir tetapi mampu menenangkan diri, mendengar dengan hati dan bertindak dengan adab.





Kejayaan sebenar pendidikan bukan sekadar menghasilkan pelajar cemerlang tetapi insan yang memahami diri, menghargai perbezaan dan mempunyai tindakan beradab.

Pendidikan emosi mengajarkan bahawa setiap murid mempunyai nilai diri yang tidak boleh diukur melalui markah.

Anak yang memahami perasaannya akan lebih mudah memahami orang lain; mereka membina jambatan, bukan tembok.

Di sinilah letaknya asas kesejahteraan sosial iaitu apabila individu belajar mengurus hati, masyarakat semua akan lebih harmoni.



Justeru, kejayaan sebenar pendidikan bukan sekadar menghasilkan pelajar cemerlang tetapi insan yang memahami diri, menghargai perbezaan dan mampu menyembuhkan luka sosial dengan tindakan beradab.

Pengurusan emosi bukan kelemahan tetapi kekuatan yang membentuk karakter.

Dalam setiap senyuman guru, pelukan ibu dan dukungan komuniti, terselit misi besar membina generasi yang mampu berfikir dengan akal dan merasa dengan hati.

- Artikel ini adalah pandangan peribadi penulis dan tidak mewakili pendirian Malaysia Tribune

