

# Miris Korban Bunuh Diri di Pasupati Pelajar 17 Tahun Warga Cimahi

Category: News

11 Februari 2026



## Miris Korban Bunuh Diri di Pasupati Pelajar 17 Tahun Warga Cimahi

**ProLite** – Korban bunuh diri di temukan usai lompat dari atas flyover Mochtar Kusumaatmadja atau Pasupati, Kota Bandung pada Selasa (10/02).

Aksi nekat seorang remaja yang diketahui masih berstatus seorang pelajar dengan usia 17 tahun warga Kota Cimahi.

Korban yang ditemukan sudah meninggal di lokasi kejadian akibat luka berat di bagian kepala.

Sebelum kejadian bunuh diri sempat ada saksi mata yang melihat

dua anggota TNI yang melintas dan berupaya untuk melakukan penyelamatan terhadap korban tersebut.

Saksi mata, Cahyadi (38), mengatakan “Tidak keburu diselamatkan, sempat berdiri baru jatuh korbannya,” ujar Cahyadi.

Menurutnya, sebelum peristiwa mengenaskan itu, korban menggunakan motor beat hitam, dengan wajah tampak pucat dan terlihat bingung.

Kejadian yang menggemparkan warga sekitar dan warga yang sedang melintas di area tersebut sontak membuat perhatian.

Kejadian ini tengah ditangani Satreskrim Polrestabes Bandung. Jasad korban telah dievakuasi ke Rumah Sakit Sartika Asih, Kota Bandung, untuk penanganan lebih lanjut.

Kapolsek Bandung Wetan AKP Bagus Yudo menuturkan, berdasarkan hasil identifikasi awal, korban merupakan warga Kota Cimahi. “Warga Cimahi, masih berstatus pelajar, berusia 17 tahun,” kata Bagus, Selasa (10/2/2026).

Bagus menjelaskan motif kejadian tersebut belum diketahui secara pasti. Saat disinggung mengenai keberadaan surat wasiat, pihaknya mengaku akan melakukan pendalaman, termasuk memeriksa ponsel milik korban. “Motif belum dapat kami sampaikan. Masih kita cek,” ujarnya.

---

# **Pentingnya Intervensi Psikologis di Sekolah untuk**

# Kesehatan Mental Siswa

Category: LifeStyle

11 Februari 2026



## **Prolite – Lebih dari Sekadar Nilai: Pentingnya Intervensi Psikologis di Sekolah untuk Kesehatan Mental Siswa**

Sekolah selama ini sering dipandang sebagai tempat menimba ilmu akademik semata. Padahal, di balik nilai rapor dan prestasi, ada satu aspek penting yang sering luput dari perhatian: kesehatan mental siswa.

Di era modern yang serba cepat dan penuh tekanan, anak-anak dan remaja menghadapi tantangan psikologis yang tidak ringan. Mulai dari tuntutan akademik, tekanan sosial, hingga masalah emosi yang kadang sulit mereka pahami sendiri.

Di sinilah peran **intervensi psikologis di sekolah** menjadi sangat krusial. Bukan hanya untuk menangani masalah yang sudah muncul, tetapi juga sebagai upaya pencegahan dan pendampingan jangka panjang. Dengan pendekatan yang tepat, sekolah bisa menjadi ruang aman bagi siswa untuk tumbuh secara akademik

sekaligus emosional.

# **Intervensi Psikologis di Sekolah: Pengertian, Tujuan, dan Pentingnya**



Intervensi psikologis di sekolah adalah serangkaian upaya sistematis yang dilakukan untuk membantu siswa mengatasi masalah psikologis, emosional, dan perilaku yang dapat menghambat perkembangan mereka. Bentuknya beragam, mulai dari konseling individu, konseling kelompok, program pengembangan keterampilan sosial, hingga edukasi kesehatan mental.

Tujuan utama intervensi ini bukan sekadar menyelesaikan masalah, tetapi juga memperkuat kapasitas siswa dalam mengenali dan mengelola emosi, membangun hubungan yang sehat, serta meningkatkan resiliensi. Di banyak negara, pendekatan ini sudah menjadi bagian penting dari sistem pendidikan modern hingga 2026, seiring meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesehatan mental anak dan remaja.

## **Mengapa Intervensi Psikologis Penting bagi Kesehatan Mental Siswa?**



Ilustrasi remaja laki-laki dan perempuan – Freepik

Masalah psikologis pada siswa sering kali tidak terlihat secara kasat mata. Banyak siswa yang tampak baik-baik saja di kelas, tetapi sebenarnya sedang berjuang secara emosional. Tanpa intervensi yang tepat, masalah ini bisa berkembang menjadi gangguan yang lebih serius.

# **Tantangan Psikologis Siswa di Era Modern**

Siswa saat ini hidup di tengah berbagai tekanan. Stres akademik akibat tuntutan nilai dan persaingan menjadi salah satu pemicu utama. Di sisi lain, dinamika sosial seperti perundungan, tekanan pertemanan, hingga pengaruh media sosial juga berdampak besar pada kesehatan mental.

Selain itu, banyak siswa mengalami kesulitan dalam mengelola emosi seperti cemas, marah, atau merasa tidak berharga. Jika tidak ditangani, kondisi ini bisa memengaruhi kepercayaan diri dan kesejahteraan psikologis mereka secara keseluruhan.

## **Dampak Masalah Psikologis terhadap Prestasi dan Perilaku**

Masalah psikologis yang tidak tertangani dapat berdampak langsung pada prestasi akademik siswa. Konsentrasi menurun, motivasi belajar hilang, hingga muncul perilaku menarik diri atau agresif. Dalam jangka panjang, kondisi ini berisiko meningkatkan angka ketidakhadiran, putus sekolah, dan masalah perilaku lainnya.

Intervensi psikologis membantu siswa memahami apa yang mereka rasakan dan mencari cara yang lebih sehat untuk menghadapinya. Dengan dukungan yang tepat, siswa memiliki peluang lebih besar untuk kembali fokus dan berkembang secara optimal.

## **Peran Sekolah dalam Deteksi Dini**

Sekolah memiliki posisi strategis dalam mendeteksi dini masalah psikologis siswa. Guru dan tenaga pendidik berinteraksi langsung dengan siswa setiap hari, sehingga bisa mengenali perubahan perilaku, emosi, atau pola belajar yang tidak biasa.

Melalui sistem observasi dan komunikasi yang baik, sekolah dapat merujuk siswa ke layanan konseling sebelum masalah

berkembang lebih jauh. Deteksi dini ini menjadi kunci keberhasilan intervensi psikologis di sekolah.

## **Peran Guru dan Konselor dalam Intervensi Psikologis Sekolah**



Guru dan konselor memiliki peran yang saling melengkapi. Guru berperan sebagai pengamat awal dan pendamping di kelas. Dengan pendekatan yang empatik, guru dapat menciptakan suasana belajar yang aman dan suportif.

Sementara itu, konselor sekolah berperan lebih spesifik dalam memberikan layanan psikologis. Mereka membantu siswa mengeksplorasi perasaan, mengembangkan strategi coping, dan membangun keterampilan sosial. Kolaborasi antara guru, konselor, dan orang tua menjadi fondasi penting dalam keberhasilan intervensi.

## **Intervensi Psikologis di Sekolah sebagai Investasi Jangka Panjang**

Intervensi psikologis di sekolah bukan sekadar solusi jangka pendek. Lebih dari itu, ini adalah investasi jangka panjang bagi masa depan siswa. Siswa yang mendapatkan dukungan psikologis yang memadai cenderung memiliki keterampilan hidup yang lebih baik, mampu mengelola stres, dan menjalin hubungan yang sehat.

Dari perspektif sekolah dan masyarakat, intervensi ini juga berdampak positif. Lingkungan belajar menjadi lebih kondusif, angka masalah perilaku menurun, dan kualitas pendidikan meningkat secara keseluruhan. Hingga 2026, banyak penelitian menunjukkan bahwa investasi pada kesehatan mental siswa memberikan manfaat yang jauh lebih besar dibandingkan biaya

yang dikeluarkan.

## **Saatnya Sekolah Peduli dengan Kesehatan Mental Siswa!**

Intervensi psikologis di sekolah bukan lagi pilihan, melainkan kebutuhan. Di tengah tantangan zaman yang semakin kompleks, siswa membutuhkan lebih dari sekadar pengajaran akademik. Mereka membutuhkan dukungan emosional dan psikologis agar dapat tumbuh menjadi individu yang sehat dan berdaya.

Yuk, mulai dari lingkungan sekolah kita sendiri, mari lebih peduli terhadap kesehatan mental siswa. Dengan intervensi psikologis yang tepat, sekolah bisa menjadi tempat yang tidak hanya mencerdaskan, tetapi juga menyehatkan jiwa.

---

## **Cari Beasiswa Nggak Pake Ribet: Ini Aplikasi & Website Andalan Tahun 2026**

Category: LifeStyle

11 Februari 2026



## **Prolite – Cari Beasiswa Nggak Pake Ribet: Ini Aplikasi & Website Andalan Tahun 2026**

Ngomongin beasiswa, banyak orang langsung mikir, “Ah, itu cuma buat yang super pintar atau anak kampus top.” Padahal, secara psikologis, hambatan terbesar justru sering datang dari rasa minder, takut gagal, dan kebingungan harus mulai dari mana.

Untungnya, tahun 2026 ini sudah banyak aplikasi dan website yang dirancang khusus untuk membantu kamu menemukan beasiswa sesuai kebutuhan dan profil.

Mulai dari beasiswa dalam negeri, luar negeri, fully funded, sampai yang berbasis komunitas dan AI. Artikel ini bakal jadi *teman curhat* sekaligus *peta jalan* buat kamu yang lagi serius (atau baru kepikiran) cari beasiswa. Yuk, kita bahas satu per satu!

## **Situs Web Populer & Terlengkap untuk Cari Beasiswa**



Kalau kamu tipe yang suka riset mandiri dan banding-bandingin peluang, website beasiswa adalah tempat paling aman buat mulai.

## **: Kalender Beasiswa Paling Rapi & Fitur AI Cerdas**

termasuk salah satu platform beasiswa paling populer di Indonesia saat ini. Kenapa? Karena mereka menyediakan kalender beasiswa yang terstruktur, info yang relatif terverifikasi, plus konten edukatif seperti kelas persiapan beasiswa.

Yang bikin beda di 2026, sudah mengembangkan fitur pencocokan beasiswa berbasis AI. Kamu cukup isi profil–jenjang pendidikan, minat studi, tujuan negara–lalu sistem akan merekomendasikan beasiswa yang paling relevan. Cocok banget buat kamu yang gampang overwhelmed sama terlalu banyak pilihan.

## **& : Gudangnya Info Beasiswa Dalam & Luar Negeri**

Dua situs ini bisa dibilang *klasik tapi konsisten*. dan rutin mengunggah info beasiswa S1, S2, S3, baik dari pemerintah, universitas, maupun lembaga swasta.

Kelebihannya, informasinya cukup **detail dan mudah dipahami**, mulai dari syarat, timeline, sampai tips pendaftaran. Buat pemula yang baru pertama kali daftar beasiswa, dua situs ini bisa jadi tempat belajar sekaligus referensi utama.

## **: Ramah Bahasa Indonesia, Cocok untuk Semua Jenjang**

Kalau kamu lebih nyaman baca penjelasan panjang dalam bahasa Indonesia, layak masuk bookmark. Situs ini memuat info beasiswa dari jenjang S1 sampai S3, lengkap dengan penjelasan

teknis yang nggak terlalu ribet.

juga sering membahas beasiswa yang *kurang terekspos* tapi realistis untuk pelajar Indonesia, jadi peluangmu nggak harus selalu bersaing di jalur yang super ketat.

## **Scholarship Positions & ASEAN Scholarships: Fokus Beasiswa Luar Negeri**

Buat kamu yang targetnya kuliah ke luar negeri, Scholarship Positions dan ASEAN Scholarships adalah platform internasional yang cukup kredibel. Mereka rutin mengunggah info beasiswa dari universitas dan lembaga pendidikan di Eropa, Australia, Amerika, dan kawasan Asia.

Walau mayoritas kontennya berbahasa Inggris, informasinya ringkas dan langsung ke poin penting. Cocok buat kamu yang sudah siap mental dan administrasi untuk studi global.

## **PPI Dunia & PPI Negara: Info Paling Dekat dengan Realita**

Portal resmi **Perhimpunan Pelajar Indonesia (PPI)** di berbagai negara sering jadi sumber info beasiswa yang underrated tapi super akurat. Selain info resmi, kamu juga bisa dapat insight dari pengalaman langsung pelajar Indonesia di negara tujuan.

Biasanya, PPI membagikan info beasiswa, webinar, sampai sesi sharing yang jujur soal kehidupan kuliah dan hidup di luar negeri.

## **Aplikasi Pencarian Beasiswa yang Praktis di Genggaman**



Kalau kamu lebih sering buka HP daripada laptop, aplikasi beasiswa jelas jadi solusi paling realistis.

## **Aplikasi LPDP: Wajib Punya Buat Pejuang Beasiswa Negara**

Aplikasi resmi **LPDP** yang tersedia di Play Store dan App Store memudahkan kamu mengakses info terbaru seputar beasiswa LPDP. Mulai dari jadwal pendaftaran, pengumuman resmi, sampai update kebijakan terbaru—semuanya langsung dari sumber utama.

Dengan notifikasi real-time, kamu nggak perlu takut ketinggalan deadline penting.

## **Scholarships & Grants App: Alternatif Global yang Sederhana**

Aplikasi ini cukup populer di Google Play untuk mencari berbagai peluang beasiswa dan hibah internasional. Interface-nya sederhana dan memungkinkan kamu melakukan pencarian berdasarkan negara, bidang studi, atau jenjang pendidikan.

Walau tidak spesifik untuk Indonesia, aplikasi ini cocok buat kamu yang ingin memperluas peluang ke skala global.

## **Pencarian Beasiswa Berbasis AI & Komunitas: Cara Baru yang Lebih Personal**



Tahun 2026, cara cari beasiswa sudah naik level. Bukan cuma soal rajin, tapi juga soal **strategi** dan **personalisasi**.

## **AI di : Beasiswa Sesuai Profil, Bukan Sekadar Populer**

Fitur AI membantu menyaring beasiswa berdasarkan kecocokan profil. Ini penting karena banyak pelamar gagal bukan karena kurang pintar, tapi karena salah target.

Dengan sistem ini, kamu bisa fokus ke peluang yang benar-benar realistis dan relevan.

## **Gemini AI: Asisten Pintar untuk Riset Beasiswa**

Gemini AI bisa dimanfaatkan untuk mencari dan merangkum info beasiswa dengan prompt tertentu, misalnya: *"beasiswa S2 fully funded Eropa untuk mahasiswa Indonesia 2026"*. AI akan membantu menyusun gambaran awal sebelum kamu riset lebih dalam.

## **Scholarships360 & Fastweb: Platform Global Berbasis Data Pengguna**

Dua platform ini populer di kalangan pelajar internasional karena menggunakan data pengguna untuk mencocokkan beasiswa yang sesuai. Semakin lengkap profilmu, semakin akurat rekomendasinya.

## **Beasiswa Itu Ada, Tinggal Kamu Mau Jemput atau Tidak**

Mencari beasiswa di 2026 sebenarnya jauh lebih mudah dibandingkan beberapa tahun lalu. Tantangannya bukan lagi soal akses informasi, tapi konsistensi dan keberanian untuk mencoba.

Mulailah dari satu platform, satu aplikasi, dan satu langkah kecil hari ini. Siapa tahu, dari scrolling santai malam ini, kamu justru menemukan peluang yang mengubah masa depanmu.

Jadi, siap mulai perjalanan beasiswaamu?

---

# Nugas Lebih Efisien! Ini 7 Website & AI Tools yang Jadi Andalan Mahasiswa Pintar

Category: LifeStyle

11 Februari 2026



## Prolite – 7 Website & AI Tools yang Bisa Bantu Mahasiswa Cari Jurnal dan Ngerjain Tugas Kuliah Lebih Mudah!

Sebagai mahasiswa, tugas kuliah dan pencarian jurnal kadang terasa kayak *mission impossible*. Apalagi kalau dosen minta referensi ilmiah terbaru, tapi waktu sudah mepet dan Google Scholar rasanya nggak cukup membantu.

Nah, kabar baiknya, sekarang sudah banyak banget *website* dan *AI tools* canggih yang bisa bantu kamu cari jurnal, ngerjain tugas, sampai bikin ide tulisan jadi lebih terarah. Tahun 2025 ini, teknologi pendidikan makin maju – jadi kenapa nggak dimanfaatin?

Artikel ini bakal ngebahas rekomendasi beberapa *website* dan AI yang lagi populer di kalangan mahasiswa, plus tips gimana cara pakainya biar tetap bijak dan nggak sekadar *copy-paste*.

# Nggak Hanya Google Scholar! Ada Banyak Alternatif Keren Buat Cari Jurnal



Selama ini mungkin kamu tahunya cuma **Google Scholar**, padahal ada beberapa platform riset yang bisa bantu kamu dapetin jurnal ilmiah lebih akurat dan relevan. Nih, beberapa contohnya:

- **Consensus AI** – AI ini bisa bantu kamu nyari jawaban dari ribuan jurnal ilmiah dengan hasil yang sudah disimpulkan secara otomatis. Misalnya kamu nanya “*Apakah tidur siang meningkatkan produktivitas?*”, Consensus bakal nyari studi ilmiah dan kasih kesimpulan langsung berdasarkan hasil riset nyata. Super efisien!
- **Open Read** – Cocok banget buat kamu yang pengen baca artikel atau paper ilmiah dengan tampilan yang bersih dan mudah dimengerti. Open Read juga punya fitur *AI summarizer*, jadi kamu bisa dapet intisari jurnal tanpa harus baca semuanya.
- – Ini kayak *Spotify-nya riset*. Kamu bisa *follow* topik atau peneliti tertentu, lalu AI-nya bakal kasih rekomendasi jurnal yang relevan. Bisa banget dipakai buat bikin *literature review* yang rapi dan mutakhir.

**Tips:** Saat pakai platform ini, pastikan kamu tetap baca isi jurnalnya ya! AI bisa bantu nyaring, tapi pemahaman tetap harus dari kamu.

## Buat Ngerjain Tugas Kuliah, AI Sekarang Bukan Cuma ChatGPT Doang!



Kebanyakan mahasiswa pasti udah kenal **ChatGPT**, tapi ternyata masih banyak banget alternatif lain yang bisa bantu tugas kuliah dengan cara yang lebih variatif. Misalnya:

- – Mirip ChatGPT tapi lebih fokus ke sumber terpercaya. Tiap jawaban yang dikasih Perplexity selalu disertai *link sumber*, jadi kamu bisa langsung cek keaslian informasinya. Cocok buat kamu yang butuh data valid buat makalah atau presentasi.
- – Buat kamu yang anak teknik, informatika, atau sering ngoding, Blackbox bisa bantu banget! Tool ini bisa baca kode, nyari solusi error, bahkan bantu kamu belajar sintaks baru dengan cepat.
- – Platform ini keren karena bisa bantu kamu lihat apakah suatu jurnal *disetujui* atau *diperdebatkan* oleh penelitian lain. Jadi kamu bisa tahu kredibilitas sumber yang kamu kutip.
- – AI yang dirancang khusus buat *academic research*. Kamu tinggal masukan topik riset, dan Elicit bakal bantu kamu nemuin jurnal, merangkum hasil, dan bahkan nyusun kerangka penelitian.

**Tips:** Gunakan AI untuk *mendukung* proses berpikir kamu, bukan menggantikan. Dosen bisa tahu kok mana tulisan yang pakai AI mentah-mentah.

## Tools Penunjang Produktivitas Mahasiswa yang Wajib Dicoba



Selain cari jurnal dan bantu tugas, ada juga beberapa website dan AI tools yang bisa bikin kamu lebih produktif:

- **Notion AI** – Bikin catatan kuliah, to-do list, dan ide proyek dalam satu tempat. Notion bisa bantu kamu ringkas materi kuliah otomatis pakai AI.

- **Mendeley** – Wajib banget buat manajemen sitasi dan referensi. Bisa langsung format kutipan sesuai gaya APA, MLA, atau lainnya.
- **Grammarly / LanguageTool** – Bantu banget buat ngecek grammar dan gaya bahasa, terutama buat kamu yang sering nulis laporan atau esai berbahasa Inggris.

**Tips:** Gabungkan tools ini sesuai kebutuhan kamu. Misal: cari jurnal di Consensus → simpan di Mendeley → tulis laporan di Notion → cek grammar pakai Grammarly.

## Bijak Saat Gunakan Website & AI

AI memang bikin tugas kuliah jadi jauh lebih gampang, tapi kamu juga harus tahu batasnya. Gunakan alat ini untuk:

- ☐ Menemukan referensi lebih cepat.
- ☐ Mengorganisir ide dan data.
- ☐ Memahami topik yang rumit dengan bantuan ringkasan.

Hindari untuk:

- ☐ Menyalin hasil AI mentah tanpa verifikasi.
- ☐ Mengandalkan AI tanpa berpikir kritis.
- ☐ Menggunakan AI saat ujian atau tugas individu yang dilarang dosen.

Menurut laporan **Education Technology Insights (2025)**, mahasiswa yang menggunakan AI secara *bijak* justru punya performa akademik lebih baik 30% dibanding yang tidak, karena mereka bisa memanfaatkan waktu untuk berpikir analitis, bukan cuma mencari data mentah.



Jadi, sekarang kamu nggak perlu panik lagi saat dosen kasih

tugas mendadak atau minta jurnal ilmiah terbaru. Ada banyak banget website dan AI tools yang bisa kamu manfaatkan buat bantu perkuliahan, asal dipakai dengan cerdas. Dunia pendidikan lagi berubah cepat, dan generasi mahasiswa masa kini punya keuntungan besar – tinggal mau adaptasi atau enggak.

Mulai dari sekarang, yuk eksplor satu per satu tools yang udah disebut di atas. Siapa tahu, salah satunya bisa jadi *partner andalanmu* selama kuliah!

---

# 10 Tips Jadi Ketua Kelompok yang Efektif & Disukai Anggota

Category: LifeStyle  
11 Februari 2026



# Prolite – 10 Tips Jadi Ketua Kelompok yang Efektif & Disukai Anggota

Pernah nggak sih kamu dapet tugas kelompok terus otomatis ditunjuk jadi ketua? Kadang rasanya seperti beban berat–harus ngatur timeline, bagi tugas, pastikan semua jalan lancar, belum lagi drama internal kalau ada yang telat setor kerjaan.

Tapi tenang, jadi ketua kelompok bukan berarti harus jadi “bos galak”. Justru, kalau kamu bisa jadi pemimpin yang efektif *dan* disukai anggota, kerja kelompok bakal terasa lebih ringan dan seru.

Artikel ini bakal kasih 10 tips praktis buat kamu yang mau (atau terpaksa ☹️) jadi ketua kelompok. Yuk, kita bahas bareng!



## 1. Pahami Peran & Tanggung Jawabmu

Sebagai ketua kelompok, kamu bukan sekadar orang yang “ngatur-ngatur.” Peranmu lebih ke **fasilitator, motivator, dan pengorganisir**. Artinya, kamu harus bisa mendukung anggota, menjaga semangat, sekaligus memastikan semua berjalan sesuai rencana.

## 2. Buat Rencana & Timeline yang Jelas

Jangan tunggu deadline mepet baru ribut. Dari awal, bikin **jadwal, deadline, dan milestones**. Misalnya:

- Hari ke-3: outline selesai.
- Hari ke-5: draft masing-masing anggota.
- Hari ke-7: revisi dan finalisasi.

Dengan begitu, semua anggota tahu targetnya dan bisa menyesuaikan waktu.

### 3. Bagikan Tugas Secara Adil

Setiap orang punya kemampuan berbeda. Ada yang jago presentasi, ada yang suka riset, ada yang teliti ngedit. **Bagi tugas sesuai kekuatan masing-masing**, biar semua merasa dihargai dan kerja lebih maksimal.

### 4. Komunikasi yang Terbuka

Komunikasi adalah kunci! Pastikan kamu **mendengarkan ide anggota, memberi instruksi jelas**, dan pakai platform komunikasi yang disepakati (misalnya WhatsApp, Google Docs, atau Discord). Dengan begitu, nggak ada alasan “nggak tahu info” lagi.

### 5. Tetapkan Aturan Kelompok

Setujuin bareng-bareng **aturan dasar**, seperti:

- Deadline harus ditepati.
- Kalau nggak bisa, wajib kabarin.
- Sanksi ringan kalau ada yang lalai (misalnya gantian traktir kopi ☕).

Aturan ini bikin kerja kelompok lebih tertib dan adil.



## 6. Pantau Progres Rutin

Jangan nunggu akhir baru ngecek hasil. Adain **pertemuan singkat atau laporan progress** tiap beberapa hari. Bisa online atau offline. Tujuannya biar semua on-track dan bisa cepat mengatasi hambatan.

## 7. Kelola Konflik dengan Bijak

Dalam kelompok, beda pendapat itu wajar. Kalau ada anggota yang telat atau kurang aktif, **ajak ngobrol baik-baik**. Dengarkan alasannya dulu, baru cari solusi bareng. Ingat, kamu pemimpin, bukan hakim.

## 8. Beri Motivasi & Apresiasi

Jangan pelit bilang “terima kasih” atau kasih **feedback positif**. Hal kecil kayak bilang “good job” bisa bikin anggota semangat. Kalau ada yang kontribusinya besar, akui usahanya di depan kelompok.

## 9. Fleksibel & Adaptif

Kadang rencana nggak selalu berjalan mulus. Bisa aja anggota ada yang sakit, file hilang, atau tempat ketemu mendadak tutup. Di situ lah kamu harus **fleksibel, siap mengubah strategi**, dan tetap jaga semangat kelompok.

## 10. Evaluasi & Refleksi Setelah Selesai

Tugas selesai bukan berarti selesai juga jadi ketua. Adakan **refleksi kecil**: apa yang berhasil, apa yang bisa diperbaiki. Ini berguna banget buat tugas kelompok berikutnya.

# Jadi Ketua Itu Belajar Leadership!



Jadi ketua kelompok memang nggak mudah, tapi juga kesempatan emas buat belajar **leadership, manajemen waktu, komunikasi, dan problem solving**. Skill ini bakal berguna banget di dunia kerja nanti.

Jadi, kalau kamu kebagian jadi ketua kelompok, jangan panik. Terapkan 10 tips di atas, dan siapa tahu kamu jadi ketua yang nggak cuma efektif, tapi juga disayang anggota. Gimana, siap jadi ketua kelompok yang keren? ☐

---

## Senin 14 Juli Jam Masuk Sekolah Mulai Diterapkan Pemkot Bandung

Category: News  
11 Februari 2026



## **Senin 14 Juli Jam Masuk Sekolah Mulai Diterapkan Pemkot Bandung**

**Prolite** – Hari Senin 14 Juli 2025 merupakan hari pertama siswa di Kota Bandung memulai tahun ajaran baru, kebijakan jam masuk sekolah pun sudah sebagian besar diterapkan di sekolah-sekolah yang ada di Kota Bandung.

Hari pertama masuk sekolah seluruh siswa mengikuti Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS).

Dengan dimulainya tahun ajaran baru ini maka Pemerintah Kota Bandung mulai menerapkan sejumlah aturan terkait jam masuk sekolah dan kedisiplinan siswa.

Sesuai dengan surat edaran Gubernur Jawa Barat Dedi Mulyadi terkait peraturan jam masuk sekolah yang lebih pagi dari tahun ajaran kemain.

Wali Kota Bandung Muhammad Farhan mengatakan sejumlah kebijakan baru tersebut diharapkan dapat menciptakan proses belajar yang lebih tertib dan mendukung kelancaran lalu lintas di pagi hari.



Wali Kota Bandung, Muhammad Farhan (detik).

“Salah satu kebijakan utama yang akan mulai diterapkan pekan depan adalah pengaturan jam masuk sekolah berdasarkan jenjang pendidikan yaitu anak SD masuk pukul WIB, SMP masuk pukul WIB dan SMA masuk pukul WIB,” kata Farhan di Bandung, Senin.

Kata Wali Kota Bandung bukan hanya peraturan jam masuk yang diterapkan di seluruh siswa di Kota Bandung namun peraturan penggunaan telepon genggam oleh siswa di lingkungan sekolah juga akan diterapkan.

Dengan adanya penerapan peraturan penggunaan HP di lingkungan sekolah bertujuan agar siswa tidak terganggu konsentrasi saat belajar di kelas.

“Setiap sekolah wajib punya sistem yang memastikan HP tidak mengganggu proses pembelajaran. Misalnya, HP dikumpulkan saat pelajaran dimulai dan dikembalikan setelah selesai,” kata dia.

Peraturan yang terakhir terkait penggunaan kendaraan sendiri ke sekolah dilarang karena untuk menjaga keselamatan dan ketertiban lalu lintas bagi para pelajar.

Kita semua tau kalau peraturan penggunaan sepeda motor hanya untuk yang memiliki SIM, sedangkan siswa SMA tidak semua sudah cukup umur dan memiliki SIM yang merupakan syarat berkendara.

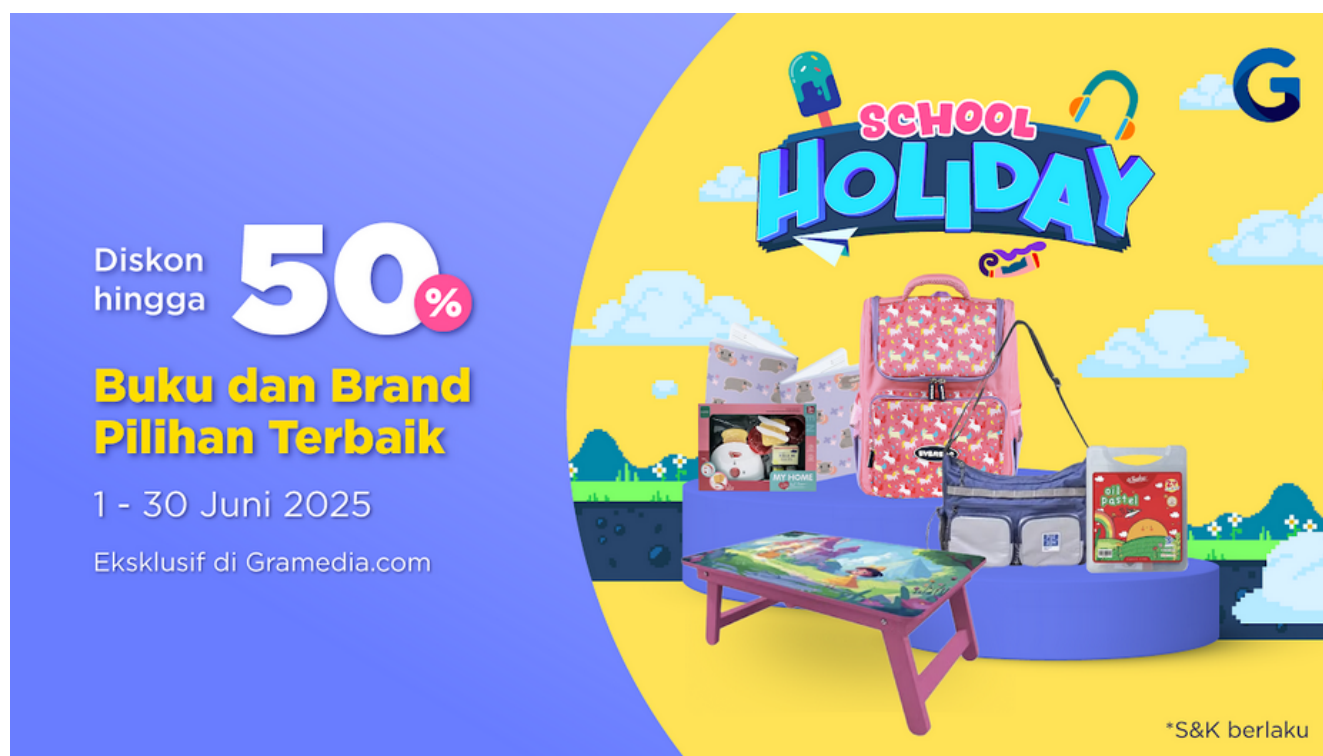
Ia mengaku Pemkot Bandung telah berkoordinasi dengan pihak kepolisian untuk memastikan aturan ini dapat ditegakkan secara optimal.

Kita ingin orang tua merasa tenang, tidak perlu menunggu lama di sekolah, dan yang terpenting, anak-anak selamat dan tertib,” kata dia.

Sementara itu, pihaknya juga sedang menyusun kerangka pendidikan karakter yang sejalan dengan arahan dari

# Liburan Sekolah Makin Seru: Gamedia “School Holiday: Siap Naik Level” – Diskon Sampai 80%!

Category: LifeStyle  
11 Februari 2026



**Prolite – Liburan Sekolah Makin Seru:  
Gamedia “School Holiday: Siap Naik  
Level” – Diskon Sampai 80%!**

Liburan sekolah segera tiba, dan Gamedia hadir sebagai sahabat keluarga lewat program spesial **School Holiday: Siap**

**Naik Level!** Berlangsung sepanjang **Juni 2025**, promo ini bisa dinikmati di seluruh toko Gramedia baik offline maupun online.

Siap-siap temukan berbagai produk edukatif dan lifestyle yang bikin liburan anak makin asyik, kreatif, dan pastinya bernilai tambah!



## **Mainan Edukatif Diskon Hingga 80%!**

Beberapa produk mainan edukatif yang mendukung perkembangan motorik, kreativitas, dan pemecahan masalah dapat dinikmati **dengan potongan harga sampai 80%**. Cocok banget untuk si kecil yang pengen tampil belajar sambil bermain! Liburan bukan hanya bersenang-senang, tapi juga meningkatkan skill lewat permainan cerdas.

## **Koleksi Buku Anak & Remaja – Baca, Explore, Berimajinasi!**

Anak-anak dan remaja bisa tambah stok bacaan dengan promo **diskon 10%** untuk buku anak dan novel pilihan dari Loveable Group. Gramedia benar-benar ngerti: liburan sekolah jadi momen tepat untuk menumbuhkan semangat membaca dan perjalanan imajinasi!

## **Perlengkapan Musik – Asah Bakat, Eksplorasi Bakat Baru**

Ada diskon **25%** untuk berbagai alat musik, seperti gitar, piano mini, dan drum. Lebih seru lagi, **gitar elektrik dari Cort** hadir dengan bonus **strap gratis** – praktis dan keren! Yuk, bantu anak mengembangkan bakat di liburan ini.

## **Lifestyle Anak Hits – Fashion & Essential**

- **Jam tangan anak:** Diskon **20%** + khusus tambahan **10%**
- **Sandal Konnichiwa:** Harga mending lagi dengan **potongan 10%**
- **Produk BT21:** Diskon sampai **30%**, pasti bikin koleksinya makin colorfull!

## **Kreativitas di Meja Belajar – Bonus Gambar Gratis**

Gramedia juga sediakan produk kreatif seperti **Estudee Drawing Table** + bonus **Estudee Sketch Book**. Plus, alat gambar dari merk top (Lyra, Artemedia, Pentel, Stabilo) tersedia dengan harga spesial—fitur lengkap untuk si kecil yang gemar praktik seni!

## **Liburan Aktif dengan Sepeda & Botol Minum**

- **Sepeda BikeNBike & London Taxi:** Diskon harga hingga **Rp900 ribu**
- **Botol Minum FITSPORT:** Potongan **20%**, sempurna buat bekal jalan-jalan sehat

## **Tas Karakter Anak – Lucu dan Fungsional!**

Tas karakter dari Eversac diskon **30%**, praktis dan imut untuk dipakai harian atau jelajah tempat baru selama liburan.

## **Kolaborasi Bank – Lebih Banyak Keuntungan!**

Mereka juga bekerja sama dengan **Bank BRI dan CIMB Niaga:**

- Diskon untuk buku tulis

- Cashback **20%** untuk buku dari Gramedia, GEN, PGI, dan Waterlily
- Ini berlaku hingga **30 Juni 2025**, berlaku di toko dan

## Seru-Seruan di Toko – Aktivitas Anak Gratis!

Nggak cuma promo, Gramedia juga menyediakan kegiatan seru:

- **Lomba mewarnai**
- **Kelas kreativitas**
- **Sesi mendongeng**

Kegiatannya bikin liburan keluarga makin berkesan dan mendidik—cek jadwal lengkap di



## Cara Ikutan Promo & Triknya!

1. **Offline:** Datang aja ke Gramedia terdekat, ambil voucher atau langsung tunjukkan promo saat bayar.
2. **Online:** Kunjungi atau aplikasi; cek kategori ‘School Holiday’.
3. **Bank offer:** Pastikan bawa atau gunakan kartu debit/kredit BRI atau CIMB Niaga untuk ekstra diskon.
4. **Aktif di acara:** Cek jadwal mewarnai dan mendongeng via website.

Liburan sekolah bukan cuma soal liburan—ini saatnya keluarga seru-seruan, belajar bareng, dan jadi lebih kreatif. Gramedia “School Holiday: Siap Naik Level” hadir jadi solusi tepat

untuk edukasi dan hiburan anak di rumah. Yuk, kemas liburanmu dengan belajar, berkreasi, dan berkualitas bersama Gramedia! □

Jangan tunggu akhir bulan ya, promo berlaku selama **Juni 2025** di seluruh toko Gramedia dan online. Siapkan wishlist-nya, ajak keluarga atau sahabat, dan nikmati liburan yang lebih bermakna!

---

## 3 Masalah Mental yang Perlu Dihadapi Remaja di Zaman Sekarang

Category: LifeStyle  
11 Februari 2026



# **Prolite – Overthinking, Insecure, dan Lelah Mental: Ketika Remaja Kehabisan Energi Emosional**

Pernah gak sih ngerasa capek banget, tapi bukan karena habis olahraga atau begadang semalam suntuk karena ngerjain tugas? Rasanya kayak otak penuh, hati sesak, dan kamu cuma pengen... hilang sejenak.

Tenang, kamu gak sendirian kok. Banyak remaja di luar sana juga ngerasain hal yang sama: overthinking, insecure, dan kelelahan mental. Di balik senyum tipis yang dipaksakan dan status Instagram yang kelihatan “fine-fine aja”, ada hati yang sedang bingung, takut, dan merasa gak cukup.

Artikel ini ditulis buat kamu yang lagi merasa kehabisan tenaga secara emosional. Yuk, kita bahas bareng-bareng semua perasaan validmu itu dan gimana cara menghadapinya dengan lebih sehat!

## **Remaja dan Bebananya: Akademik, Pertemanan, Keluarga, dan Takut Akan Masa Depan**



Remaja bukan cuma soal duduk manis di bangku sekolah, punya tongkrongan asik, atau outfit of the day saat jalan-jalan bareng temen. Di balik semua itu, banyak remaja yang memikul beban yang berat banget, mulai dari:

- **Tugas sekolah yang gak ada habisnya**
- **Tekanan dari orang tua dan guru buat jadi “anak sukses”**
- **Drama pertemanan yang kadang bikin hati nyesek**

- Rasa minder ngeliat pencapaian orang lain di medsos
- Ketakutan soal masa depan: “Aku nanti bisa apa ya?”

Semua itu gak jarang bikin overthinking sampe tengah malam, mikirin hal-hal yang belum tentu kejadian. Lama-lama muncul perasaan insecure: ngerasa gak cukup, gak pantas, dan gagal. Dan kalau itu terus dipendam, pelan-pelan mental bisa aja runtuh.

## **Overthinking Itu Bukan Cuma “Kebanyakan Pikiran”**

Kadang orang bilang, “Kamu tuh cuma mikir terlalu jauh,” padahal overthinking itu bukan sekadar banyak mikir. Ini adalah **alarm** bahwa mental kita lagi butuh pertolongan.

Overthinking bisa ngebuat kita:

- Susah tidur, padahal lagi capek banget
- Gak bisa fokus belajar
- Sering merasa bersalah terus menerus
- Menyangkal kebahagiaan karena mikirin hal negatif terus

Dan parahnya, overthinking ini bisa menjebak kita dalam lingkaran toxic yang gak kelar-kelar. Kita jadi overanalisis ucapan teman, mikirin “apa kata orang”, atau takut ngambil keputusan karena takut salah. Padahal, semua orang juga pernah salah, dan itu bagian dari proses.

## **Healing Gak Selalu Bekerja? Kamu**

# Butuh Lebih dari Sekadar Me Time!



Kita sering banget denger kata “healing” buat ngilangin beban-beban yang ada di pundak. Jalan-jalan ke pantai, minum kopi cantik, maskeran, atau rebahan seharian sambil nonton drama Korea. Tapi... kok kadang abis itu masih ngerasa hampa ya?

**Ini jawabannya!**

## □ “Healing adalah Perjalanan, Bukan Destinasi”

Karena healing itu **bukan sulap**, dan gak semua masalah selesai cuma dengan me time. Kadang yang kita butuhin bukan liburan, tapi didengar. Bukan skincare, tapi pelukan. Bukan tidur panjang, tapi ruang aman buat cerita.

Healing itu bukan checklist satu hari selesai, tapi **perjalanan panjang yang butuh kesabaran dan proses**.

Coba kita bedain ya:

- **Healing instan:** jalan-jalan, beli makanan favorit, skincare, rebahan
- **Pemulihan emosional sesungguhnya:** mengenali luka batin, menerima diri, memperbaiki pola pikir, dan punya support system

Yang pertama bisa bikin kita bahagia sementara, tapi yang kedua adalah proses yang benar-benar ngebantu kita pulih dari dalam. Gak instan, tapi nyata. Dan itu gak harus berjuang sendirian kok, ada banyak cara buat mulai pemulihan emosional ini.

# Journaling, Support System, dan Psikolog: Teman Baik dalam Proses Pulih



Ilustrasi berkonsultasi dengan ahli – Ist

## 1. Journaling: Nulis Buat Ngeluarin Isi Kepala

Kadang kita gak bisa cerita ke orang, tapi kertas dan pena bisa jadi tempat paling aman. Journaling bisa bantu kita:

- Mengenal perasaan sendiri
- Ngeluarin unek-unek tanpa takut dihakimi
- Ngeliat pola pikir negatif dan mulai memperbaikinya

## 2. Support System: Dikelilingi Orang yang Peduli

Teman yang gak nge-judge, keluarga yang mau dengerin, atau komunitas yang sepemikiran bisa jadi penolong banget. Jangan ragu buat reach out. Kita gak harus kuat sendirian.

*“Tapi, aku gak punya teman ataupun keluarga yang bisa ngertiin aku..”*

Gak apa-apa kalau teman atau keluargamu belum bisa jadi support system yang kamu harapkan. Kamu tetap berhak punya tempat aman dan bisa pulih. Ada banyak bentuk cinta dan dukungan di luar sana, dan kamu pantas menerimanya.

Berikut ini daftar komunitas dan platform online yang aman dan ramah untuk kesehatan mental remaja di Indonesia. Cocok buat

kamu yang lagi cari tempat cerita, belajar tentang kesehatan mental, atau sekadar agar merasa tidak sendirian.

## 1. @IntoTheLightID (Instagram & Website)

- Fokus: Edukasi dan advokasi kesehatan mental & pencegahan bunuh diri
- Kelebihan: Kontennya ringan, relatable, dan banyak info soal dukungan emosional
- Website:
- IG: @intothelightid

## 2. Save Yourself Indonesia (@)

- Fokus: Edukasi psikologi populer & penguatan diri
- Ada fitur **curhat online anonim** yang gratis!
- IG: @
- Link curhat: tersedia via link in bio IG

## 3.

- Platform yang menyediakan ruang untuk **konsultasi dengan psikolog profesional**, tapi juga sering ngadain edukasi gratis di media sosial
- Website:
- Bisa akses konsultasi dengan tarif bersahabat untuk pelajar

## 4. Peduli Remaja – Sehat Jiwa (Kemenkes RI)

- Ada layanan konseling gratis via chat
- Cocok buat kamu yang butuh bantuan darurat atau konseling dasar
- Info bisa dicek di IG @

## 5. Konseling di Ruang BK Sekolah

- Jangan remehkan guru BK!  
Kalau kamu punya guru BK yang terbuka dan pengertian, mereka bisa jadi tempat awal yang aman untuk cerita.

## 3. Konsultasi ke Psikolog: Langkah Berani dan Bijak

Kalau perasaan negatif makin berat dan ganggu aktivitas, gak ada salahnya curhat ke psikolog. Ini bukan berarti kamu “gila” atau “lemah”. Justru itu bukti kamu peduli sama kesehatan mentalmu. Psikolog bisa bantu kasih perspektif yang sehat dan solusi yang tepat.

## Yuk, Pulih Bareng-Bareng dan Lewati Masa Remaja dengan Suka Cita!



Kalau kamu lagi ngerasa kosong, capek, dan gak tau harus ngapain... tarik napas dalam-dalam. Kamu gak sendirian. Perasaanmu valid, dan kamu berhak buat sembuh.

Kesehatan mental itu sama pentingnya kayak kesehatan fisik. Gak keliatan bukan berarti gak nyata. Jadi, yuk mulai rawat

diri sendiri, pelan-pelan aja gak apa-apa. Gak usah buru-buru bahagia. Tapi pastikan kamu terus jalan, sekecil apa pun langkahnya.

Dan yang paling penting: **jangan takut buat minta bantuan**. Kamu layak dicintai, didengar, dan dipahami—termasuk oleh dirimu sendiri ☐

---

Kalau kamu ngerasa artikel ini relate, boleh banget share ke teman-temanmu yang mungkin juga lagi ngerasain hal yang sama. Siapa tau, bisa jadi jembatan buat saling menguatkan!

---

# Jalan Kaki ke Sekolah Bisa Bikin Otak Makin Pintar, Lho!

Category: LifeStyle  
11 Februari 2026



## **Prolite – Jalan Kaki ke Sekolah Bisa Bikin Otak Makin Pintar, Lho!**

Pernah nggak sih kamu kepikiran buat jalan kaki ke sekolah? Mungkin banyak yang bakal bilang, “Duh, capek!” atau “Males banget, mending naik motor atau ojek online aja!”

Tapi, siapa sangka kalau jalan kaki ke sekolah ternyata bisa bikin otak makin pintar? Yup, aktivitas simpel ini punya segudang manfaat buat fungsi kognitif dan kesehatan mental kita.

Yuk, simak alasannya kenapa jalan kaki itu bukan cuma sekadar langkah menuju sekolah, tapi juga langkah menuju kecerdasan!

## **Siapa Bilang Jalan Kaki ke Sekolah Bikin Capek dan Ngantuk?**



Banyak yang beranggapan kalau jalan kaki itu melelahkan dan bikin energi cepat habis. Padahal, justru sebaliknya! Jalan kaki di pagi hari bisa bikin tubuh lebih segar dan otak lebih siap menerima pelajaran.

Gerakan ringan saat berjalan membantu memperlancar aliran darah dan oksigen ke otak, sehingga kita lebih fokus dan nggak gampang mengantuk di kelas.

Selain itu, paparan sinar matahari pagi saat jalan kaki juga membantu tubuh memproduksi vitamin D yang baik untuk kesehatan tulang dan meningkatkan mood. Jadi, bukannya lelah dan mengantuk, justru kita jadi lebih semangat menghadapi hari!

## **Hubungan Antara Jalan Kaki dan Peningkatan Fungsi Kognitif**

Fungsi kognitif mencakup kemampuan berpikir, mengingat, dan memahami informasi. Nah, jalan kaki ternyata punya dampak besar dalam meningkatkan kemampuan ini.

Saat kita berjalan, otak akan aktif bekerja untuk menjaga keseimbangan tubuh, mengatur pernapasan, serta memproses informasi dari lingkungan sekitar.

Sebuah studi dari University of Illinois menemukan bahwa aktivitas fisik seperti jalan kaki dapat meningkatkan konektivitas antara sel-sel otak, terutama di bagian hippocampus yang berperan dalam memori dan pembelajaran.

Jadi, kalau kamu mau otak tetap tajam dan responsif, coba deh biasakan jalan kaki setiap pagi!

## **Bagaimana Aktivitas Fisik Membantu**

# Meningkatkan Fokus dan Daya Ingat?



Pernah merasa susah fokus saat belajar? Atau gampang lupa materi pelajaran yang baru saja dibaca? Mungkin tubuhmu butuh lebih banyak bergerak!

Jalan kaki adalah salah satu bentuk olahraga ringan yang bisa meningkatkan produksi hormon endorfin dan dopamin, yang membantu meningkatkan konsentrasi serta daya ingat.

Nggak cuma itu, jalan kaki juga membantu mengurangi stres dan kecemasan, yang sering kali jadi penghambat dalam proses belajar. Dengan rutin berjalan kaki, otak akan lebih rileks dan mampu menyerap informasi dengan lebih baik.

## Penelitian Tentang Kaitan Antara Olahraga Ringan dan Prestasi Akademik



Banyak penelitian yang membuktikan bahwa olahraga ringan, termasuk jalan kaki, punya korelasi positif dengan prestasi akademik.

Salah satunya adalah penelitian dari Harvard Medical School yang menyebutkan bahwa siswa yang rutin berolahraga memiliki performa akademik lebih baik dibandingkan mereka yang kurang aktif secara fisik.

Penelitian lain dari British Journal of Sports Medicine juga menunjukkan bahwa anak-anak yang berjalan kaki atau bersepeda ke sekolah cenderung memiliki nilai lebih tinggi dalam mata pelajaran sains dan matematika.

Hal ini karena aktivitas fisik membantu meningkatkan aliran darah ke otak, sehingga proses berpikir jadi lebih optimal.

## **Segudang Manfaatnya untuk Kesehatan Mental Anak dan Remaja**

Nggak hanya buat kecerdasan, jalan kaki juga punya manfaat luar biasa untuk kesehatan mental. Berjalan kaki di pagi hari bisa meningkatkan produksi serotonin, yaitu hormon yang berperan dalam menjaga mood tetap stabil.

Selain itu, aktivitas ini juga bisa membantu mengurangi risiko depresi dan kecemasan yang sering dialami anak-anak dan remaja.

Ditambah lagi, jalan kaki bisa jadi momen untuk menikmati suasana sekitar, merenung, atau sekadar mendengarkan musik favorit sebelum memulai aktivitas sekolah.

Dengan begitu, kita bisa lebih siap menghadapi tantangan sehari-hari dengan pikiran yang lebih jernih dan tenang.

## **Yuk, Biasakan Jalan Kaki ke Sekolah!**



Jalan kaki ke sekolah mungkin terdengar sepele, tapi manfaatnya luar biasa besar! Nggak cuma bikin badan lebih sehat, tapi juga meningkatkan fungsi otak, daya ingat, dan prestasi akademik. Plus, jalan kaki juga bikin mental lebih kuat dan mood lebih stabil.

Jadi, mulai sekarang, yuk coba biasakan jalan kaki ke sekolah! Kalau jaraknya terlalu jauh, setidaknya luangkan waktu untuk berjalan kaki beberapa menit sebelum dan setelah sekolah. Dijamin, tubuh dan otakmu bakal berterima kasih atas kebiasaan

baik ini!

Gimana, tertarik buat mulai jalan kaki ke sekolah? Yuk, ajak teman-temanmu buat bareng-bareng biar makin seru! ☺☺☺☺

---

# Teacher-Centered vs. Student-Centered: Mana yang Lebih Efektif Tingkatkan Motivasi Siswa?

Category: LifeStyle  
11 Februari 2026



**Prolite – Teacher-Centered vs. Student-Centered: Pendekatan pembelajaran seperti apa sih yang paling efektif? Fokus pada guru atau siswa? Yuk, simak ulasannya dan temukan jawabannya!** Sebelum masuk ke pembahasan, coba bayangin ada dua kelas. Di kelas pertama, gurunya jadi pusat perhatian, guru menjelaskan

materi dan siswa sibuk mencatat. Sementara di kelas kedua, siswa malah sibuk diskusi, presentasi, dan bikin proyek seru.

Nah, kedua kelas ini menggambarkan dua pendekatan belajar yang populer banget: **Teacher-Centered Learning** dan **Student-Centered Learning**.

Tapi, pendekatan mana ya yang lebih efektif buat memotivasi siswa? Apakah pembelajaran yang dipimpin guru bikin siswa lebih fokus, atau malah pembelajaran berbasis siswa yang bikin mereka lebih semangat?

So, di artikel ini, kita bakal bahas dua pendekatan ini dan pengaruhnya terhadap motivasi belajar siswa. Yuk, simak!

## Apa Itu Teacher-Centered Learning?



Pendekatan **Teacher-Centered Learning** adalah gaya pembelajaran di mana **guru jadi pusat segalanya**. Guru bertugas menyampaikan informasi, memberikan arahan, dan memegang kendali penuh selama proses belajar.

## Karakteristik Teacher-Centered Learning:

- Guru sebagai **sumber utama pengetahuan**.
- Metode pembelajaran biasanya berupa ceramah, presentasi, atau penjelasan materi di depan kelas.
- Siswa cenderung pasif: mendengar, mencatat, dan menghafal.
- Penilaian fokus pada hasil, seperti nilai ujian atau tugas individu.

Pendekatan ini cocok banget buat siswa yang butuh struktur jelas, terutama untuk pelajaran dengan konsep kompleks. Tapi, apakah selalu efektif? Yuk, kita bahas pendekatan sebaliknya dulu!

# Apa Itu Student-Centered Learning?



Di sisi lain, pendekatan **Student-Centered Learning** lebih mengutamakan **peran aktif siswa** dalam proses belajar. Guru di sini lebih berfungsi sebagai fasilitator atau pendamping, sementara siswa didorong untuk mengeksplorasi, berpikir kritis, dan menemukan solusi sendiri.

## Karakteristik Student-Centered Learning:

- Siswa jadi pusat pembelajaran: mereka bertanya, berdiskusi, dan menyelesaikan masalah.
- Guru membantu mengarahkan, bukan sekadar memberikan jawaban.
- Pembelajaran sering dilakukan lewat proyek, diskusi kelompok, atau simulasi.
- Penilaian lebih beragam, bisa dari proses belajar, hasil proyek, hingga kolaborasi.

Pendekatan ini bertujuan meningkatkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran dan membantu mereka merasa lebih “memiliki” atas apa yang mereka pelajari.

## Teacher-Centered vs. Student-Centered: Perbandingan Mendalam



Female High School Teacher Standing By Student Table Teaching Lesson

### 1. Proses Pembelajaran

- **Teacher-Centered:** Fokus pada penyampaian materi oleh guru, siswa lebih pasif.
- **Student-Centered:** Fokus pada eksplorasi dan interaksi,

siswa jadi lebih aktif.

## 2. Peran Guru dan Siswa

- **Teacher-Centered:** Guru dominan, siswa mengikuti arahan.
- **Student-Centered:** Guru sebagai pendamping, siswa lebih mandiri.

## 3. Tujuan Pendidikan

- **Teacher-Centered:** Menekankan pemahaman konsep dengan cara tradisional.
- **Student-Centered:** Meningkatkan keterampilan berpikir kritis, kerja tim, dan kreativitas.

## Keunggulan **Student-Centered Learning**: Rasa Memiliki terhadap Pembelajaran

Salah satu alasan pendekatan **Student-Centered Learning** sering dianggap lebih efektif adalah karena siswa merasa **lebih memiliki pembelajaran** mereka. Saat siswa diberi ruang untuk bertanya, berpendapat, dan memecahkan masalah, mereka jadi lebih terlibat dan termotivasi.

Misalnya, ketika siswa diberikan proyek untuk menyelesaikan masalah nyata, mereka cenderung merasa lebih bangga terhadap hasil kerjanya. Hal ini juga membantu mereka memahami bahwa belajar itu relevan dengan kehidupan nyata, bukan sekadar untuk nilai di rapor.

## Alasan **Teacher-Centered** Masih Dibutuhkan: Arahan yang Jelas

Meskipun pendekatan berbasis siswa terdengar ideal, pendekatan **Teacher-Centered Learning** tetap punya tempatnya. Siswa dengan

gaya belajar tertentu, terutama yang membutuhkan struktur dan arahan jelas, seringkali lebih nyaman dengan pendekatan ini.

Contohnya, untuk pelajaran seperti matematika atau fisika, konsep dasar yang rumit kadang lebih mudah dipahami lewat penjelasan langsung dari guru. Selain itu, guru yang berpengalaman bisa membantu siswa fokus dengan memberikan metode yang terarah dan sistematis.

## Kombinasi Dua Pendekatan: Jalan Tengah yang Efektif



Jadi, mana yang lebih efektif? Jawabannya mungkin nggak sesederhana memilih satu pendekatan. **Kombinasi antara Teacher-Centered dan Student-Centered Learning** bisa jadi solusi terbaik.

- Di awal pembelajaran, guru bisa menggunakan pendekatan Teacher-Centered untuk menyampaikan konsep dasar.
- Setelah itu, siswa diajak berpartisipasi aktif lewat diskusi, proyek, atau tugas kolaboratif (Student-Centered).
- Pendekatan ini memastikan siswa memahami materi sekaligus meningkatkan keterlibatan mereka dalam pembelajaran.

Dengan cara ini, motivasi siswa tetap terjaga, sementara mereka juga mendapatkan manfaat dari kedua pendekatan.

## Mana yang Lebih Efektif?

Pada akhirnya, nggak ada pendekatan yang benar-benar sempurna. Baik **Teacher-Centered** maupun **Student-Centered Learning** punya kelebihan masing-masing, tergantung situasi, jenis pelajaran, dan kebutuhan siswa.

Kalau kamu seorang guru, jangan takut mencoba pendekatan berbeda sesuai kebutuhan kelasmu. Dan buat siswa, jangan ragu untuk lebih aktif dalam pembelajaran. Karena, pada akhirnya, motivasi belajar itu tumbuh dari dalam diri sendiri.

Yuk, terus belajar dengan semangat, apapun pendekatannya! ☐