



Kindness 2027

Panduan untuk Guru, Sekolah & Koordinator

Sepuluh kartu kebaikan siap cetak dan sebuah poster kelas,
dalam tiga belas bahasa — hadiah gratis dari penulis Pemba Umoja.

Oktober 2026
pembaumoja.com

Apa ini

Kindness 2027 adalah hadiah berupa sepuluh kartu kebaikan siap cetak dan sebuah poster kelas, dari penulis Pemba Umoja untuk sekolah-sekolah di mana pun. Hadiah ini dibuat untuk Hari Internasional UNESCO melawan Kekerasan dan Perundungan di Sekolah (5 November), dan berlangsung hingga Desember 2027 — karena kebaikan menjadi pelajaran sepanjang tahun.

Semuanya gratis. Tidak ada yang perlu dibeli, tidak perlu membuat akun, tidak perlu memasang aplikasi, dan tidak ada milis. Cetak PDF-nya, gunting kartunya, gantung posternya. Itu saja.

Isi set ini

- **Sepuluh kartu kebaikan** — ungkapan singkat tentang kebaikan, rasa memiliki, dan saling memperhatikan. Setiap kartu memuat nama penulisnya.
- **Satu poster kelas** — “Berbuat baik tidak ada biayanya, tetapi berbuat jahat sangat mahal harganya.”
- **Tiga belas bahasa** — Arab, Bengali, Hindi, Indonesia, Inggris, Jepang, Jerman, Kiswahili, Mandarin (Aksara Sederhana), Portugis, Prancis, Rusia, dan Spanyol. Setiap set berupa PDF siap cetak: satu halaman poster dan empat lembar potong.
- **Cocok untuk hitam-putih** — dirancang agar bisa dicetak dengan printer apa pun.

Unduh dalam bahasamu: pembaumoja.com/id/kindness-2027

Dari siapa hadiah ini

Pemba Umoja menulis cerita pendek, puisi, dan aforisme tentang kehidupan, makna, dan hubungan yang hening. Karyanya diterbitkan secara gratis dalam tiga belas bahasa di pembaumoja.com.

Catatan tentang UNESCO: Materi ini dibagikan kepada koordinator nasional Jaringan Sekolah UNESCO (ASPnet) atas rekomendasi unit ASPnet UNESCO di Paris, dan selaras dengan Hari Internasional UNESCO melawan Kekerasan dan Perundungan di Sekolah (5 November). Materi ini bukan program atau terbitan resmi UNESCO.

Cara menggunakan kartu: Tantangan Kebaikan 10 Hari

Iramanya sederhana — **satu kartu sehari selama sepuluh hari sekolah:**

- **Bacalah bersama** — bacakan kartu hari itu dengan suara keras (satu menit).
- **Bicarakan** — dua menit diskusi, dengan pertanyaan-pertanyaan di bawah ini.
- **Jalani pesannya** — murid mencoba mempraktikkan pesan kartu itu sepanjang sisa hari.

Sepuluh kartu, sepuluh hari, satu kelas yang lebih baik.

Irama lain juga bisa. Satu kartu seminggu selama satu semester memberi ruang untuk diskusi yang lebih dalam. Kesepuluh kartu juga bisa dipakai dalam satu acara — upacara atau apel pagi, pertemuan ekstrakurikuler, atau pada tanggal 5 November itu sendiri. Yang penting kartunya, bukan kalendernya. Bapak/Ibu Guru bisa mulai kapan saja; kegiatan ini berlangsung hingga Desember 2027.

Setiap komunitas berbeda: jika ada kartu yang kurang sesuai dengan nilai atau kebiasaan di lingkungan Bapak/Ibu, silakan lewati saja — tidak perlu ada penjelasan. Kartu-kartu lainnya tetap bisa dipakai tanpa kartu itu.

Kesepuluh kartu — dengan pertanyaan diskusi

Setiap kartu sengaja dibuat terbuka — tidak ada satu tafsiran yang paling benar. Gunakan pertanyaan-pertanyaan ini sebagai titik awal, bukan naskah. Sesuaikan bahasanya dengan usia murid.

Kartu 1

Kekayaan teragung kita adalah sesama.

- Apa artinya sesama disebut “kekayaan”? Kekayaan apa yang tidak bisa dibeli dengan uang?
- Siapa yang menjadi kekayaan dalam hidupmu — orang yang membuat hidupmu terasa lebih kaya?
- Apa satu cara kamu bisa menjadi kekayaan bagi orang lain hari ini?

Kartu 2

Melihat dan dilihat adalah di antara hadiah terbesar yang dapat dipertukarkan.

- Bagaimana rasanya jika ada yang benar-benar melihat dan memperhatikanmu? Dan bagaimana rasanya jika tidak ada yang melihatmu?
- Siapa di sekolahmu yang mungkin merasa tidak dilihat sekarang?
- Bagaimana kamu bisa benar-benar “melihat” seseorang hari ini?

Kartu 3

Jadikan “sang liyan” saudara.

- “Sang liyan” artinya orang yang berbeda dari kita. Siapa “sang liyan” dalam hidupmu?
- Apa yang berubah kalau kamu menganggap orang yang belum kamu kenal sebagai saudara?
- Adakah seseorang yang selama ini terasa jauh darimu, yang bisa kamu dekati sedikit demi sedikit?

Kartu 4

Berbuat baik tidak ada biayanya, tetapi berbuat jahat sangat mahal harganya.

- Mengapa berbuat jahat itu “mahal harganya” — bagi orang yang disakiti, dan bagi orang yang menyakiti?
- Pernahkah perbuatan tidak baik seseorang terus teringat olehmu?
- Kebaikan apa yang tidak ada biayanya, yang bisa kamu berikan hari ini?

Kartu 5

Sebuah sapaan adalah bentuk manusiawi dari matahari terbit.

- Mengapa sebuah sapaan disamakan dengan matahari terbit? Apa persamaannya?
- Bagaimana rasanya jika ada yang menyapamu dengan hangat — dan jika tidak ada yang menyapamu?
- Siapa yang akan kamu sapa hari ini, yang biasanya tidak kamu sapa?

Kartu 6

Jadilah rumah yang hangat di tengah badai.

- Apa “badai” dalam kalimat ini? Badai apa saja yang bisa dialami anak seusiamu?
- Siapa yang pernah menjadi rumah yang hangat bagimu?
- Bagaimana kamu bisa menjadi tempat berteduh bagi teman yang sedang mengalami masa sulit?

Kartu 7

Terkadang buah yang manis tumbuh dari benih yang pahit.

- Bisakah buah yang manis benar-benar tumbuh dari benih yang pahit? Bisakah sesuatu yang baik datang dari sesuatu yang menyedihkan?
- Coba pikirkan dalam hati: pernahkah hal yang sulit mengajarkanmu sesuatu yang berharga? Kamu tidak perlu menceritakannya.

Catatan untuk guru: tidak ada murid yang perlu menceritakan pengalaman pahitnya dengan suara keras. Kartu ini cukup dipakai untuk perenungan dalam hati; diam sejenak pun sudah cukup.

Kartu 8

Ia yang menyingkirkan orang lain akhirnya menyingkirkan dirinya sendiri.

- Mengapa orang yang menyingkirkan orang lain akhirnya menyingkirkan dirinya sendiri? Bagaimana bisa begitu?
- Pernahkah kamu melihat sebuah kelompok menjadi makin kecil dan dingin karena menyingkirkan orang lain?
- Dalam keseharian, seperti apa kelas yang merangkul semua orang?

Kartu 9

Jangan pernah remehkan arti sebuah pelukan.

- Mengapa perhatian kecil — seperti pelukan, senyuman, atau salam — bisa begitu berarti?
- Dengan cara apa saja kamu bisa menunjukkan bahwa seseorang itu berarti, tanpa kata-kata?

Catatan untuk guru: hormati batasan setiap anak — tidak semua orang ingin dipeluk, dan itu wajar. Jangan pernah memaksa siapa pun. Ikuti kebiasaan keluarga, agama, dan budaya setempat, misalnya tentang sentuhan antara anak laki-laki dan perempuan. Kepedulian bisa ditunjukkan dengan banyak cara: senyuman, salam, kata-kata yang baik, berjabat tangan bila pantas, membantu, atau mendengarkan. Ajak murid menyebutkan isyarat lain yang mengatakan “kamu berarti”.

Kartu 10

Orang-orang akan senang jika kau menyapa.

- Menyapa itu hal kecil — mengapa kadang terasa sulit?
- Siapa di sekolahmu yang akan senang jika kamu menyapanya?
- Cobalah hari ini — lalu perhatikan apa yang terjadi.

Cara lain menggunakan kartu dan poster

- **Ambil satu, tinggalkan satu:** murid mengambil satu kartu untuk diri sendiri dan meninggalkan satu bagi orang yang belum dikenal — di atas meja, di dalam buku perpustakaan, atau di dinding kebaikan.
- **Poster** digantung di tempat yang dilihat murid setiap hari: dinding kelas, lorong, perpustakaan, kantin.
- **Upacara dan ekstrakurikuler:** bacakan satu kartu di awal upacara atau apel pagi; jadikan satu kartu sebagai bahan kegiatan klub debat atau teater.
- **Bimbingan dan konseling:** kartu-kartu ini bisa menjadi pembuka yang lembut untuk percakapan empat mata.
- **Dipimpin murid:** biarkan murid memilih kartu hari itu, memimpin diskusi dua menit, atau merancang dinding kebaikan mereka sendiri.
- **Gambarkan sebuah ungkapan:** ajak murid menggambar, melukis, atau merancang versi mereka sendiri dari sebuah kartu — seperti apa ungkapan itu di mata mereka? Galeri kelas berisi karya tafsiran murid pasti akan indah sekali.
- **Bagikan riak kebaikan:** foto dinding kelas, karya murid, atau kartu favorit mereka, lalu bagikan secara daring — setiap kartu memuat nama penulisnya, sehingga setiap unggahan mengantar orang ke karya-karya lainnya. (Mohon lindungi privasi murid: jangan tampilkan nama atau wajah tanpa izin yang biasa berlaku di sekolah Bapak/Ibu.) **Kirimkan juga fotonya kepada kami** — lewat surel ke press@pembaumoja.com, beserta nama sekolah Bapak/Ibu. Kami akan senang menampilkan sekolah Bapak/Ibu di pembaumoja.com.

Jika murid bercerita tentang perundungan atau kekerasan

Kartu-kartu ini kadang membuka pintu. Jika seorang murid bercerita bahwa ia dirundung atau disakiti:

- Dengarkan dengan tenang. Ucapkan terima kasih karena ia sudah percaya kepada Bapak/Ibu. Jangan mendesak untuk mendapatkan detail, dan jangan memintanya bercerita di depan orang lain.
- Ikuti prosedur perlindungan anak dan penanganan kekerasan di sekolah Bapak/Ibu (misalnya melalui Tim Pencegahan dan Penanganan Kekerasan/TPPK) — untuk itulah prosedur itu ada.
- Kartu-kartu ini adalah ajakan untuk berbuat baik, bukan terapi. Guru BK (Bimbingan dan Konseling), psikolog sekolah, atau petugas perlindungan anak yang ditunjuk sekolah akan menindaklanjutinya.

Hak dan izin — dalam bahasa sederhana

- **Silakan:** cetak, fotokopi, tempel di dinding, bacakan, tampilkan dengan proyektor, bagikan foto pajangan Bapak/Ibu secara daring, dan masukkan ke buletin sekolah. Kami menghargai pencantuman nama Pemba Umoja — nama itu sudah tercantum di setiap kartu.
- **Jadikan milik Bapak/Ibu:** ambil kata-katanya dan buat desain sendiri — tambahkan logo sekolah, biarkan murid menggambar, melukis, atau mengilustrasikan makna sebuah ungkapan bagi mereka, atau menuliskan pemahaman mereka sendiri di sekitar ungkapan aslinya. Kami senang sekali dengan kreasi bersama: satu-satunya aturan adalah ungkapan itu sendiri tetap persis seperti yang tertulis, dengan nama Pemba Umoja tercantum.
- **Bahasa baru dipersilakan:** saat ini tersedia tiga belas bahasa. Jika bahasa Bapak/Ibu belum ada — misalnya bahasa daerah — terjemahkan kartunya dan kirimkan terjemahannya kepada kami. Kami akan memeriksanya bersama penutur asli, dan jika terjemahannya indah, kami akan menambahkannya ke situs web dengan mencantumkan nama sekolah Bapak/Ibu.
- **Mohon jangan:** menjual kartu-kartu ini atau memakainya dalam produk komersial.

Kartu-kartu ini © Pemba Umoja. Hak cipta dilindungi. Kartu ini gratis dibagikan dengan atribusi — itulah intinya.

Pertanyaan yang sering diajukan

Apakah benar-benar gratis? Apa syaratnya?

Gratis. Kartu-kartu ini adalah hadiah dari penulisnya. Tidak ada yang perlu dibeli, tidak perlu membuat akun, dan tidak perlu mendaftar ke milis.

Apakah ini program resmi UNESCO?

Bukan. Materi ini dibagikan kepada koordinator ASPnet atas rekomendasi unit ASPnet UNESCO dan selaras dengan Hari Internasional UNESCO melawan Kekerasan dan Perundungan di Sekolah (5 November). Materi ini bukan terbitan UNESCO dan tidak mendapat dukungan resmi dari UNESCO.

Untuk usia berapa?

Kartu-kartu ini cocok untuk berbagai usia — gurulah yang membingkai diskusinya. Anak-anak kecil mudah menangkap gambaran dan tindakan sederhana (menyapa, tersenyum, memberi salam); murid yang lebih besar bisa menggali lebih dalam lewat pertanyaan-pertanyaan di atas.

Sekolah kami tidak punya printer / hanya bisa mencetak hitam-putih.

PDF-nya cocok untuk dicetak hitam-putih. Jika sama sekali tidak ada printer, bacakan kartunya atau tampilkan dengan proyektor — diskusinyalah yang paling penting.

Apakah ini bersifat keagamaan atau politik?

Bukan keduanya. Kartu-kartu ini tidak terikat pada agama tertentu dan bersifat universal — tentang kebaikan, rasa memiliki, dan saling memperhatikan.

Bolehkah kami melewati kartu yang kurang sesuai dengan komunitas kami?

Tentu saja. Jika ada kartu yang kurang sesuai dengan nilai atau kebiasaan di lingkungan Bapak/Ibu, silakan lewati saja — kartu-kartu lainnya tetap bisa dipakai tanpa kartu itu.

Bolehkah kami menerjemahkan kartu ke bahasa daerah kami?

Silakan — dan kirimkan terjemahannya kepada kami. Kami akan memeriksanya bersama penutur asli, dan jika terjemahannya indah, kami akan menambahkannya ke situs web dengan mencantumkan nama sekolah Bapak/Ibu, agar sekolah lain juga bisa memakainya.

Bolehkah kami menambahkan logo sekolah atau mengubah desainnya?

Boleh — jadikan desainnya milik Bapak/Ibu. Tambahkan logo sekolah, biarkan murid mengilustrasikan ungkapannya, buat tata letak baru di sekitar kata-katanya. Satu-satunya aturan: ungkapannya sendiri tetap persis seperti yang tertulis, dengan nama Pemba Umoja tercantum.

Apakah harus tanggal 5 November? Lalu bagaimana setelah 10 hari?

Tidak — Bapak/Ibu bisa mulai kapan saja hingga Desember 2027. Setelah 10 hari, kunjungi lagi kartu-kartu favorit, biarkan murid memilih kartu baru, atau ulangi tantangannya bersama kelas baru.

Bisakah sekolah kami ditampilkan di situs web?

Kami akan senang sekali. Kirimkan foto dinding kelas atau karya murid lewat surel ke press@pembaumoja.com beserta nama sekolah Bapak/Ibu, dan kami mungkin akan menampilkannya di pembaumoja.com. Pastikan Bapak/Ibu sudah memiliki izin foto yang biasa berlaku di sekolah — jangan tampilkan nama atau wajah murid tanpa izin tersebut.

Ke mana kami bisa bertanya?

Balas surel yang menyertai materi ini, atau tulis ke press@pembaumoja.com. Kami senang menerima pertanyaan — dalam bahasa mana pun dari ketiga belas bahasa ini.

Untuk koordinator: apa yang kami mohon

Jika Bapak/Ibu adalah koordinator nasional yang menerima materi ini, permohonan kami sederhana — **rekomendasikan set kartu ini kepada sekolah-sekolah ASPnet Bapak/Ibu** untuk Hari Internasional UNESCO melawan Kekerasan dan Perundungan di Sekolah (5 November), atau untuk sepuluh hari sekolah mana pun hingga 2027, melalui saluran yang biasa Bapak/Ibu gunakan untuk menjangkau mereka.

Apa yang bisa disampaikan kepada kepala sekolah (silakan teruskan pesan ini): “Seorang penulis bernama Pemba Umoja menawarkan kepada sekolah-sekolah satu set gratis berisi sepuluh kartu kebaikan siap cetak dan sebuah poster dalam tiga belas bahasa, yang dibuat untuk Hari Internasional UNESCO melawan Kekerasan dan Perundungan di Sekolah (5 November). Tanpa biaya, tanpa pendaftaran — cukup cetak dan gunakan. Tersedia juga panduan singkat untuk guru beserta pertanyaan diskusi.”

Kindness 2027 · Oktober 2026 – Desember 2027 · pembaumoja.com

Kartu ini gratis dibagikan dengan atribusi. © Pemba Umoja. Hak cipta dilindungi.

Panduan ini disusun dengan cermat dalam bahasa Indonesia. Jika Bapak/Ibu menemukan kesalahan atau ungkapan yang terasa kurang wajar, mohon kabari kami di press@pembaumoja.com — kami akan memperbaikinya dan berterima kasih atas bantuan Bapak/Ibu.