

## PENERAPAN MINDFUL, MEANINGFUL, DAN JOYFUL LEARNING DALAM PEMBELAJARAN MENDALAM SEBAGAI INOVASI PENDIDIKAN

Nurhaswinda<sup>1</sup>, Al Ikhtami Eldina Taufik<sup>2</sup>, Nisa Ul Fitriah<sup>3</sup>, Mellandary<sup>4</sup>, Naila Al Azkia<sup>5</sup>, Isamadola<sup>6</sup>, Abdullah Ahmad Azzam<sup>7</sup>  
[nurhaswinda01@gmail.com](mailto:nurhaswinda01@gmail.com)<sup>1</sup>, [eldinataufik9@gmail.com](mailto:eldinataufik9@gmail.com)<sup>2</sup>, [nisaulfitriah0@gmail.com](mailto:nisaulfitriah0@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[mellandary09@gmail.com](mailto:mellandary09@gmail.com)<sup>4</sup>, [naylanayla23aja@gmail.com](mailto:naylanayla23aja@gmail.com)<sup>5</sup>, [madollaisaisaa@gmail.com](mailto:madollaisaisaa@gmail.com)<sup>6</sup>,  
[ahmdzzm05@gmail.com](mailto:ahmdzzm05@gmail.com)<sup>7</sup>

Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

### ABSTRAK

Perkembangan pendidikan abad ke-21 menuntut adanya inovasi pembelajaran yang tidak hanya berfokus pada penguasaan materi, tetapi juga pada pengembangan karakter, keterampilan berpikir kritis, dan keterlibatan aktif peserta didik. Salah satu pendekatan yang relevan adalah penerapan konsep Mindful, Meaningful, and Joyful Learning dalam pembelajaran mendalam (deep learning). Artikel ini bertujuan untuk mengkaji penerapan ketiga konsep tersebut sebagai upaya meningkatkan kualitas proses dan hasil belajar peserta didik. Metode yang digunakan adalah studi pustaka dengan menganalisis berbagai literatur yang berkaitan dengan pembelajaran mendalam serta konsep mindful, meaningful, dan joyful learning. Hasil kajian menunjukkan bahwa mindful learning membantu peserta didik belajar secara sadar dan fokus, meaningful learning mendorong keterkaitan materi dengan pengalaman nyata sehingga pembelajaran lebih bermakna, sedangkan joyful learning menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan memotivasi. Integrasi ketiga konsep tersebut dalam pembelajaran mendalam mampu meningkatkan keterlibatan peserta didik, memperkuat pemahaman konsep, serta mendukung pengembangan kompetensi abad ke-21. Dengan demikian, penerapan Mindful, Meaningful, and Joyful Learning dapat menjadi salah satu inovasi pendidikan yang efektif dalam mewujudkan proses pembelajaran yang berkualitas dan berpusat pada peserta didik.

**Kata Kunci :** Mindful Learning, Meaningful Learning, Joyful Learning, Pembelajaran Mendalam, Inovasi Pendidikan.

### PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk manusia yang mampu berpikir, bersikap, dan bertindak secara bertanggung jawab. Namun, tantangan pendidikan saat ini tidak lagi hanya berkaitan dengan akses sekolah. Tantangan yang lebih mendesak terletak pada kualitas proses belajar di kelas. Peserta didik perlu memahami pengetahuan secara mendalam, mampu menggunakan pengetahuan tersebut dalam situasi nyata, serta memiliki kesadaran untuk terus belajar sepanjang hayat. Data PISA 2022 menunjukkan bahwa capaian peserta didik Indonesia masih berada di bawah rata-rata OECD pada bidang matematika, membaca, dan sains,<sup>1</sup> sehingga pembelajaran perlu diarahkan pada penguatan pemahaman, penalaran, dan penerapan pengetahuan.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran yang hanya berpusat pada hafalan belum cukup untuk menjawab kebutuhan pendidikan masa kini. Peserta didik memang perlu menguasai konsep dasar, tetapi penguasaan itu harus berkembang menjadi kemampuan memahami hubungan antarkonsep, menilai informasi, memecahkan masalah, dan

<sup>1</sup> OECD, *PISA 2022 Results: Country Notes Indonesia*, Paris: OECD Publishing, 2023, hlm. 1–3. [https://www.oecd.org/en/publications/pisa-2022-results-volume-i-and-ii-country-notes\\_ed6fbcc5-en/indonesia\\_c2e1ae0e-en.html?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.oecd.org/en/publications/pisa-2022-results-volume-i-and-ii-country-notes_ed6fbcc5-en/indonesia_c2e1ae0e-en.html?utm_source=chatgpt.com)

merefleksikan pengalaman belajar. Pembelajaran yang terlalu menekankan penyampaian materi sering membuat peserta didik hanya menjadi penerima informasi. Akibatnya, proses belajar belum sepenuhnya membangun rasa ingin tahu, kesadaran belajar, dan kebermaknaan materi bagi kehidupan peserta didik.

Dalam konteks tersebut, pembelajaran mendalam menjadi pendekatan yang relevan untuk dikaji. Pembelajaran mendalam tidak hanya menekankan pencapaian akademik, tetapi juga membangun pengalaman belajar yang utuh. Rahmawati, Mu'ti, Suyanto, dan Herianingtyas menjelaskan bahwa pembelajaran mendalam menempatkan proses belajar sebagai transformasi yang mengembangkan pemahaman konseptual dan karakter pembelajar sepanjang hayat melalui pengalaman belajar yang berkesadaran, bermakna, dan menyenangkan.<sup>2</sup> Pendekatan ini menempatkan peserta didik sebagai subjek aktif yang memahami, mengaplikasikan, dan merefleksikan pengetahuan.

Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah menjelaskan bahwa pembelajaran mendalam memiliki tiga prinsip utama, yaitu berkesadaran atau mindful, bermakna atau meaningful, dan menggembirakan atau joyful.<sup>3</sup> Ketiga prinsip ini menjadi dasar penting karena pembelajaran tidak hanya menyentuh aspek kognitif, tetapi juga aspek emosional, sosial, moral, dan fisik peserta didik. Dengan demikian, pembelajaran mendalam mendorong proses belajar yang lebih holistik. Peserta didik tidak hanya dituntut memahami isi pelajaran, tetapi juga menyadari tujuan belajar, menemukan manfaat pembelajaran, dan mengalami suasana belajar yang mendukung pertumbuhan dirinya.

Prinsip mindful learning menekankan kesadaran penuh peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran. Peserta didik perlu sadar terhadap tujuan belajar, fokus pada kegiatan yang dilakukan, mengenali cara berpikirnya, dan mampu mengatur strategi belajar. Dalam pembelajaran mendalam, kesadaran ini berkaitan dengan kemampuan regulasi diri. Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah menjelaskan bahwa peserta didik yang belajar secara berkesadaran memahami tujuan pembelajaran, memiliki motivasi intrinsik, dan aktif mengembangkan strategi belajar.<sup>4</sup> Oleh karena itu, mindful learning dapat membantu peserta didik belajar dengan lebih terarah, bukan sekadar mengikuti instruksi guru.

Prinsip meaningful learning menekankan pentingnya hubungan antara materi pelajaran dengan pengalaman, kebutuhan, dan kehidupan nyata peserta didik. Pembelajaran akan lebih kuat ketika peserta didik dapat melihat alasan mengapa suatu materi penting untuk dipelajari. Hulleman dan Harackiewicz menemukan bahwa intervensi yang mendorong peserta didik menghubungkan materi pelajaran dengan kehidupan mereka dapat meningkatkan minat dan performa belajar siswa tertentu.<sup>5</sup> Temuan ini memperkuat gagasan bahwa kebermaknaan tidak hanya membuat pembelajaran terasa relevan, tetapi juga dapat memengaruhi motivasi dan hasil belajar.

---

<sup>2</sup> Yuli Rahmawati, Abdul Mu'ti, Suyanto, dan Nur Luthfi Rizqa Herianingtyas, "Pembelajaran Mendalam: Transformasi Pembelajaran Menuju Pendidikan Bermutu," *Jurnal Penelitian Kebijakan Pendidikan*, Vol.18, No.1, 2025, hlm.1.

<https://jpkp.kemendikdasmen.go.id/index.php/litjak/article/view/1281>

<sup>3</sup> Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, *Pembelajaran Mendalam Menuju Pendidikan Bermutu untuk Semua*, Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembelajaran, 2025, hlm. 8–9.

<https://kurikulum.kemendikdasmen.go.id/service/download.php?id=115&kategori=rujukan>

<sup>4</sup> Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, *Pembelajaran Mendalam Menuju Pendidikan Bermutu untuk Semua*, Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembelajaran, 2025, hlm. 10.

<https://kurikulum.kemendikdasmen.go.id/service/download.php?id=115&kategori=rujukan>

<sup>5</sup> Chris S. Hulleman dan Judith M. Harackiewicz, "Promoting Interest and Performance in High School Science Classes," *Science*, Vol. 326, No. 5958, 2009, hlm. 1410–1412.

[https://www.science.org/doi/10.1126/science.1177067?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.science.org/doi/10.1126/science.1177067?utm_source=chatgpt.com)

Meaningful learning juga penting karena peserta didik sering kesulitan memahami manfaat pengetahuan jika materi diajarkan secara terpisah dari konteks kehidupan. Dalam pembelajaran mendalam, guru perlu mengaitkan materi dengan masalah nyata, pengalaman peserta didik, lintas disiplin ilmu, serta nilai yang dapat diterapkan dalam kehidupan. Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah menempatkan kebermaknaan sebagai prinsip yang membuat peserta didik merasakan manfaat dan relevansi dari hal yang dipelajari.<sup>6</sup> Dengan cara ini, pembelajaran tidak berhenti pada penguasaan teori, tetapi bergerak menuju pemahaman yang dapat digunakan dalam tindakan nyata.

Prinsip joyful learning menekankan suasana belajar yang menggembirakan, aman, interaktif, dan menantang. Joyful learning bukan berarti pembelajaran harus selalu berisi permainan. Joyful learning berarti proses belajar memberi ruang bagi rasa nyaman, keberanian bertanya, keterlibatan aktif, keberhasilan kecil, dan pengalaman positif di kelas. UNESCO melalui inisiatif Happy Schools menegaskan bahwa kebahagiaan, kesejahteraan, dan lingkungan belajar yang mendukung berkaitan dengan pembelajaran yang lebih baik.<sup>7</sup> Dengan demikian, suasana belajar yang menggembirakan perlu dipahami sebagai bagian dari kualitas pendidikan, bukan sekadar tambahan dalam kegiatan belajar.

Selain itu, aspek emosi dalam belajar tidak dapat diabaikan. Pekrun, Lichtenfeld, Marsh, Murayama, dan Goetz menunjukkan bahwa emosi positif seperti rasa senang dan bangga memiliki hubungan positif dengan prestasi akademik, sedangkan emosi negatif seperti cemas, bosan, dan putus asa dapat berkaitan dengan capaian yang lebih rendah.<sup>8</sup> Hal ini menunjukkan bahwa joyful learning memiliki landasan ilmiah yang kuat. Ketika peserta didik merasa aman, dihargai, dan tertantang secara wajar, mereka lebih mungkin terlibat aktif dalam pembelajaran.

Penerapan mindful, meaningful, dan joyful learning dalam pembelajaran mendalam dapat disebut sebagai inovasi pendidikan karena pendekatan ini mendorong perubahan cara guru merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran. Guru tidak lagi hanya berperan sebagai penyampai materi. Guru juga berperan sebagai perancang pengalaman belajar, fasilitator refleksi, pemberi umpan balik, dan pengembang lingkungan belajar yang sehat. Dalam dokumen pembelajaran mendalam, guru diarahkan untuk merancang kegiatan yang berkesadaran, bermakna, dan menggembirakan melalui tahap memahami, mengaplikasi, dan merefleksi.<sup>9</sup>

Inovasi ini juga penting karena pendidikan perlu menyiapkan peserta didik untuk menghadapi persoalan nyata yang tidak selalu memiliki jawaban tunggal. Peserta didik membutuhkan kemampuan berpikir kritis, kolaborasi, komunikasi, kreativitas, kemandirian, dan karakter. Pembelajaran mendalam memberi ruang bagi pengembangan kemampuan tersebut karena proses belajar dirancang secara aktif, kontekstual, reflektif, dan berpusat pada peserta didik. Oleh karena itu, penerapan mindful, meaningful, dan joyful learning perlu dikaji secara sistematis agar dapat menjadi dasar pengembangan praktik pembelajaran yang lebih relevan, manusiawi, dan sesuai dengan kebutuhan pendidikan masa kini.

Berdasarkan uraian tersebut, artikel ini berangkat dari kebutuhan untuk memahami

---

<sup>6</sup> Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, *Pembelajaran Mendalam Menuju Pendidikan Bermutu untuk Semua*, Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembelajaran, 2025, hlm. 10 dan 16.

<sup>7</sup> UNESCO, "The Happy Schools Initiative: What You Need to Know?", 2026, diakses 16 Juni 2026. <https://www.unesco.org/en/education-policies/happy-schools/about>

<sup>8</sup> Reinhard Pekrun, Stephanie Lichtenfeld, Herbert W. Marsh, Kou Murayama, dan Thomas Goetz, "Achievement Emotions and Academic Performance: Longitudinal Models of Reciprocal Effects," *Child Development*, Vol. 88, No. 5, 2017, hlm. 1653–1670. [https://centaur.reading.ac.uk/65981/?utm\\_source=chatgpt.com](https://centaur.reading.ac.uk/65981/?utm_source=chatgpt.com)

<sup>9</sup> Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, *Pembelajaran Mendalam Menuju Pendidikan Bermutu untuk Semua*, Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembelajaran, 2025, hlm. 36–40.

bagaimana mindful, meaningful, dan joyful learning dapat diterapkan dalam pembelajaran mendalam sebagai inovasi pendidikan. Kajian ini penting karena inovasi pendidikan tidak cukup dipahami sebagai perubahan istilah atau kebijakan. Inovasi harus tampak dalam praktik pembelajaran yang membuat peserta didik sadar dalam belajar, menemukan makna dari materi, dan mengalami proses belajar yang menggembirakan. Dengan demikian, pembelajaran mendalam dapat menjadi salah satu pendekatan strategis untuk meningkatkan kualitas pengalaman belajar di sekolah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini merumuskan masalah utama mengenai bagaimana konsep mindful, meaningful, dan joyful learning diterapkan dalam pembelajaran mendalam sebagai inovasi pendidikan. Rumusan masalah ini mencakup beberapa fokus, yaitu bagaimana konsep ketiga prinsip tersebut dipahami dalam kerangka pembelajaran mendalam, bagaimana strategi penerapannya dalam proses pembelajaran, serta bagaimana kontribusinya terhadap peningkatan kualitas pengalaman belajar peserta didik. Rumusan ini penting karena inovasi pembelajaran tidak cukup berhenti pada istilah baru, tetapi harus terlihat dalam perubahan praktik belajar di kelas.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan mindful, meaningful, dan joyful learning dalam pembelajaran mendalam sebagai bentuk inovasi pendidikan. Secara lebih khusus, penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan konsep dasar ketiga prinsip tersebut, menganalisis strategi penerapannya dalam kegiatan pembelajaran, serta menguraikan kontribusinya terhadap terciptanya pembelajaran yang sadar, bermakna, menyenangkan, dan berorientasi pada pengembangan peserta didik secara utuh. Dengan tujuan tersebut, artikel ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang sistematis mengenai pentingnya perubahan pendekatan pembelajaran di sekolah.

Penelitian ini memiliki manfaat teoretis dan praktis. Secara teoretis, penelitian ini dapat memperkaya kajian tentang pembelajaran mendalam, khususnya yang berbasis pada prinsip mindful, meaningful, dan joyful learning. Kajian ini juga dapat menjadi rujukan bagi pengembangan teori pembelajaran yang menempatkan peserta didik sebagai subjek aktif dalam proses belajar. Secara praktis, penelitian ini dapat membantu guru dalam merancang pembelajaran yang lebih reflektif, kontekstual, dan menyenangkan. Bagi sekolah, hasil kajian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam membangun budaya belajar yang lebih sehat dan berpihak pada peserta didik. Bagi peneliti selanjutnya, artikel ini dapat menjadi dasar untuk mengembangkan penelitian empiris mengenai efektivitas penerapan ketiga prinsip tersebut dalam berbagai jenjang dan mata pelajaran.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kepustakaan. Pendekatan ini dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan penerapan mindful, meaningful, dan joyful learning dalam pembelajaran mendalam sebagai inovasi pendidikan. Penelitian ini tidak menggunakan data lapangan, tetapi mengkaji berbagai sumber tertulis yang relevan dengan topik penelitian. Sumber data dalam penelitian ini berasal dari data sekunder. Data tersebut diperoleh dari buku, artikel jurnal, dokumen kebijakan pendidikan, dan sumber ilmiah lain yang membahas pembelajaran mendalam, mindful learning, meaningful learning, joyful learning, serta inovasi pendidikan. Sumber-sumber tersebut dipilih berdasarkan kesesuaian isi, kredibilitas penulis atau lembaga, dan relevansinya dengan fokus pembahasan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui dokumentasi. Peneliti menelusuri, membaca, mencatat, dan mengelompokkan informasi penting dari berbagai sumber yang telah dipilih. Informasi tersebut kemudian disusun sesuai dengan tema penelitian, yaitu konsep pembelajaran mendalam, penerapan mindful learning, penerapan meaningful

learning, penerapan joyful learning, serta hubungannya dengan inovasi pendidikan. Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif. Data yang sudah terkumpul dianalisis dengan cara memilih informasi yang relevan, membandingkan beberapa sumber, menyusun hasil kajian secara sistematis, dan menarik kesimpulan. Analisis ini dilakukan untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang bagaimana mindful, meaningful, dan joyful learning dapat diterapkan dalam pembelajaran mendalam.

Dengan metodologi ini, penelitian diharapkan dapat menghasilkan pembahasan yang terarah dan mudah dipahami. Metode studi kepustakaan juga membantu peneliti memahami konsep pembelajaran mendalam secara lebih luas, sekaligus menjelaskan peran mindful, meaningful, dan joyful learning sebagai inovasi pendidikan yang dapat meningkatkan kualitas proses belajar.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Konsep Mindful, Meaningful, Dan Joyful Learning Diterapkan Dalam Pembelajaran Mendalam Sebagai Inovasi Pendidikan**

Perkembangan pendidikan abad ke-21 menuntut adanya inovasi pembelajaran yang tidak hanya berfokus pada penguasaan materi, tetapi juga pada pengembangan kemampuan berpikir kritis, kreativitas, kolaborasi, komunikasi, dan karakter peserta didik. Salah satu inovasi yang saat ini banyak dikembangkan adalah pembelajaran mendalam (deep learning). Dalam konteks pendidikan, pembelajaran mendalam bukanlah teknologi kecerdasan buatan, melainkan pendekatan pembelajaran yang menekankan pemahaman konseptual yang mendalam, refleksi, serta keterlibatan aktifpeserta didik dalam proses belajar.<sup>10</sup>

Pembelajaran mendalam dibangun melalui tiga pilar utama, yaitu mindful learning, meaningful learning, dan joyful learning. Ketiga konsep tersebut saling melengkapi dalam menciptakan pengalaman belajar yang holistik, relevan, dan berpusat pada peserta didik.

Mindful learning merupakan pembelajaran yang dilakukan dengan penuh kesadaran, fokus, refleksi, dan keterlibatan aktif terhadap proses belajar. Dalam pendekatan ini, peserta didik tidak hanya menerima informasi, tetapi juga memahami tujuan, proses, dan manfaat dari pembelajaran yang sedang berlangsung. Karakteristik mindful learning terlihat dari kemampuan peserta didik untuk memusatkan perhatian, melakukan refleksi terhadap pengalaman belajar, mengembangkan kemampuan berpikir kritis, mengelola emosi dan motivasi belajar, serta menyadari pentingnya pembelajaran bagi kehidupan mereka. Dalam pembelajaran mendalam, mindful learning berperan dalam meningkatkan kemampuan metakognitif peserta didik sehingga mereka mampu memahami dan mengendalikan proses berpikirnya sendiri.<sup>11</sup>

Meaningful learning atau pembelajaran bermakna merupakan pendekatan yang menghubungkan pengetahuan baru dengan pengalaman, pengetahuan awal, dan kehidupan nyata peserta didik. Pembelajaran menjadi lebih mudah dipahami karena peserta didik dapat melihat hubungan antara materi yang dipelajari dengan situasi yang mereka alami sehari-hari. Melalui pendekatan ini, peserta didik tidak hanya menghafal informasi, tetapi juga memahami makna dari setiap konsep yang dipelajari. Oleh karena itu, meaningful learning menjadi fondasi penting dalam pembelajaran mendalam karena memungkinkan peserta didik membangun pemahaman yang lebih relevan, kontekstual, dan berkelanjutan.<sup>12</sup>

Sementara itu, joyful learning merupakan pembelajaran yang menciptakan suasana

---

<sup>10</sup> Implementasi Prinsip Pengelolaan Meaningful, Mindful, dan Joyful Learning dalam Proses Pembelajaran Mendalam: Studi Kasus di Sekolah Dasar Islam Terpadu.

<sup>11</sup> Ful-Ful Approach: Becoming a Mindful, Meaningful, and Joyful Learner Through Deep Learning.

<sup>12</sup> Designing Mathematics Teaching through Deep Learning Pedagogy: Toward Meaningful, Mindful, and Joyful Learning.

belajar yang nyaman, menyenangkan, interaktif, dan bebas dari tekanan. Lingkungan belajar yang positif mendorong peserta didik untuk lebih aktif bertanya, berdiskusi, dan mengemukakan ide-ide kreatif. Joyful learning tidak hanya berfokus pada kesenangan, tetapi juga pada terciptanya kondisi belajar yang mendukung perkembangan potensi peserta didik secara optimal. Dalam pembelajaran mendalam, suasana belajar yang menyenangkan membantu meningkatkan motivasi, partisipasi, dan keterlibatan peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung.<sup>13</sup>

Penerapan mindful, meaningful, dan joyful learning merupakan bentuk inovasi pendidikan karena mengubah paradigma pembelajaran dari yang berpusat pada guru menjadi berpusat pada peserta didik. Pendekatan ini tidak hanya mengejar pencapaian akademik, tetapi juga mengembangkan kompetensi abad ke-21 seperti berpikir kritis, kreativitas, kolaborasi, komunikasi, serta karakter positif. Melalui penerapan ketiga konsep tersebut, peserta didik memperoleh pengalaman belajar yang lebih bermakna, mampu memahami materi secara mendalam, menghubungkan pembelajaran dengan kehidupan nyata, serta mengembangkan keterampilan belajar sepanjang hayat.<sup>14</sup>

### **Strategi Penerapan Konsep Mindful, Meaningful Dan Joyful Learning Dalam Proses Pembelajaran,**

Dalam pembelajaran mendalam, penerapan mindful learning dapat dilakukan dengan membangun fokus dan konsentrasi peserta didik sejak awal pembelajaran. Guru dapat memulai kegiatan dengan apersepsi, refleksi singkat, atau aktivitas pengamatan yang mendorong peserta didik memusatkan perhatian terhadap materi yang akan dipelajari. Selain itu, guru perlu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melakukan refleksi terhadap pengalamannya, misalnya melalui jurnal refleksi atau pertanyaan evaluatif di akhir pembelajaran. Strategi lain yang dapat diterapkan adalah memberikan pertanyaan terbuka yang mendorong kemampuan berpikir kritis serta melatih regulasi diri peserta didik dalam merencanakan dan mengelola target belajarnya.<sup>15</sup>

Penerapan meaningful learning dilakukan dengan menghubungkan materi pembelajaran dengan pengalaman dan kehidupan sehari-hari peserta didik. Guru dapat menggunakan pendekatan kontekstual, menghadirkan permasalahan nyata, atau menerapkan model pembelajaran berbasis proyek sehingga peserta didik dapat melihat manfaat langsung dari materi yang dipelajari. Selain itu, guru juga perlu mengaitkan pengetahuan baru dengan pengetahuan yang telah dimiliki peserta didik sebelumnya agar proses pembelajaran menjadi lebih bermakna dan mudah dipahami. Melalui strategi ini, peserta didik tidak hanya memahami konsep secara teoritis, tetapi juga mampu menerapkannya dalam berbagai situasi kehidupan.<sup>16</sup>

Sementara itu, joyful learning dapat diterapkan dengan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan melalui penggunaan media pembelajaran yang menarik, permainan edukatif, serta aktivitas kolaboratif. Guru dapat memanfaatkan video, gambar, aplikasi pembelajaran interaktif, maupun diskusi kelompok untuk meningkatkan keterlibatan peserta didik. Selain itu, pemberian apresiasi terhadap usaha dan pencapaian peserta didik juga menjadi strategi penting dalam membangun motivasi belajar. Dengan suasana belajar yang positif dan mendukung, peserta didik akan merasa lebih nyaman untuk berpartisipasi aktif

---

<sup>13</sup> Implementation of Deep Learning in Education: Towards Mindful, Meaningful, and Joyful Learning Experiences.

<sup>14</sup> Penerapan Pembelajaran Mendalam Melalui Joyful, Meaningful, dan Mindful Learning: Tinjauan Literatur.

<sup>15</sup> Ahmad Syafi'i dan Darnanengsih, Pendekatan Pembelajaran Berbasis Deep Learning: Mindful Learning, Meaningful Learning, dan Joyful Learning.

<sup>16</sup> Strategi Penerapan Prinsip Deep Learning (Meaningful, Mindful, Joyful) untuk Mewujudkan Pembelajaran Bermakna dalam Konteks Kurikulum Merdeka di Sekolah Dasar.

dalam proses pembelajaran.<sup>17</sup>

### **Kontribusi Konsep Mindful, Meaningful Dan Joyful Learning Terhadap Peningkatan Kualitas Pengalaman Belajar Peserta Didik.**

Konsep mindful, meaningful, dan joyful learning merupakan tiga pilar utama dalam pembelajaran mendalam (deep learning) yang berorientasi pada pengalaman belajar yang berkualitas. Ketiga konsep tersebut saling melengkapi dalam menciptakan proses pembelajaran yang tidak hanya berfokus pada penguasaan materi, tetapi juga pada keterlibatan aktif, kesadaran belajar, serta kenyamanan peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung.<sup>18</sup>

Mindful learning adalah pembelajaran yang mendorong peserta didik untuk belajar secara sadar, fokus, dan reflektif. Dalam pendekatan ini, peserta didik tidak sekadar menerima informasi, tetapi juga memahami proses berpikir yang mereka lakukan selama belajar. Ellen J. Langer menjelaskan bahwa mindful learning membantu individu lebih peka terhadap konteks, terbuka terhadap informasi baru, dan mampu melihat suatu permasalahan dari berbagai sudut pandang<sup>19</sup>. Pendekatan ini berkontribusi dalam meningkatkan konsentrasi, kemampuan berpikir kritis, kreativitas, serta kesadaran diri peserta didik terhadap proses belajar yang mereka jalani.<sup>20</sup>

Meaningful learning atau pembelajaran bermakna menekankan keterkaitan antara pengetahuan baru dengan pengalaman atau pengetahuan yang telah dimiliki peserta didik sebelumnya. Konsep ini berakar pada teori belajar bermakna yang dikemukakan oleh David Ausubel. Melalui pendekatan ini, peserta didik tidak hanya menghafal informasi, tetapi memahami makna dan relevansi materi dalam kehidupan sehari-hari.<sup>21</sup> Akibatnya, pemahaman konsep menjadi lebih mendalam dan bertahan lebih lama dalam ingatan peserta didik.

Joyful learning merupakan pendekatan pembelajaran yang menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, nyaman, dan tidak menimbulkan tekanan. Dalam pembelajaran yang menyenangkan, peserta didik lebih berani mengemukakan pendapat, bertanya, dan terlibat aktif dalam berbagai kegiatan belajar.<sup>22</sup> Suasana belajar yang positif juga dapat meningkatkan motivasi, minat belajar, serta mengurangi kejenuhan sehingga pengalaman belajar menjadi lebih efektif dan bermakna.

Integrasi mindful, meaningful, dan joyful learning menghasilkan pengalaman belajar yang holistik. Mindful learning membantu peserta didik belajar dengan penuh kesadaran, meaningful learning membuat pembelajaran lebih relevan dan bermakna, sedangkan joyful learning menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan. Penerapan ketiga konsep tersebut secara terpadu dapat meningkatkan kualitas pengalaman belajar peserta didik sekaligus mendukung terwujudnya pembelajaran mendalam yang berpusat pada peserta didik.

---

<sup>17</sup> Strategi Penerapan Prinsip Deep Learning (Meaningful, Mindful, Joyful) untuk Mewujudkan Pembelajaran Bermakna dalam Konteks Kurikulum Merdeka di Sekolah Dasar.

<sup>18</sup> Ahmad Syaf'i dan Darnanengsih, "Pendekatan Pembelajaran Berbasis Deep Learning: Mindful Learning, Meaningful Learning, dan Joyful Learning," *Al-Mumtaz: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 2025.

<sup>19</sup> Ellen J. Langer, "Mindful Learning," *Current Directions in Psychological Science*, Vol. 9, No. 6, 2000.

<sup>20</sup> Ade Ramadhan, "Pengaruh Meaningful, Joyful, dan Mindful Learning sebagai Pilar Deep Learning terhadap Hasil Belajar: Literature Review," 2025.

<sup>21</sup> David P. Ausubel, *Educational Psychology: A Cognitive View*, New York: Holt, Rinehart and Winston, 1968.

<sup>22</sup> Heny Kusmawati dkk., "Pemanfaatan Mindful, Meaningful, dan Joyful Learning untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar," *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 2025.

## KESIMPULAN

Penerapan *mindful*, *meaningful*, dan *joyful learning* dalam pembelajaran mendalam merupakan salah satu inovasi pendidikan yang relevan untuk menjawab tuntutan pembelajaran abad ke-21. Ketiga konsep tersebut saling melengkapi dalam menciptakan pengalaman belajar yang berpusat pada peserta didik, tidak hanya berorientasi pada penguasaan materi, tetapi juga pada pengembangan kemampuan berpikir kritis, kreativitas, komunikasi, kolaborasi, serta pembentukan karakter.

*Mindful learning* mendorong peserta didik belajar secara sadar, fokus, dan reflektif sehingga mampu memahami proses berpikir serta mengembangkan kemampuan regulasi diri. *Meaningful learning* membantu peserta didik menghubungkan materi pembelajaran dengan pengalaman dan kehidupan nyata sehingga pengetahuan yang diperoleh menjadi lebih bermakna dan mudah diterapkan. Sementara itu, *joyful learning* menciptakan suasana belajar yang nyaman, menyenangkan, dan mendukung keterlibatan aktif peserta didik dalam proses pembelajaran.

Penerapan ketiga konsep tersebut dapat dilakukan melalui berbagai strategi, seperti kegiatan refleksi, pembelajaran kontekstual, pembelajaran berbasis proyek, penggunaan media yang menarik, serta aktivitas kolaboratif yang mendorong partisipasi peserta didik. Integrasi *mindful*, *meaningful*, dan *joyful learning* terbukti mampu meningkatkan kualitas pengalaman belajar, memperkuat pemahaman konsep, meningkatkan motivasi belajar, serta mendukung terwujudnya pembelajaran mendalam yang holistik dan berkelanjutan.

Dengan demikian, *mindful*, *meaningful*, dan *joyful learning* tidak hanya menjadi prinsip dalam pembelajaran mendalam, tetapi juga menjadi landasan penting dalam menciptakan proses pendidikan yang lebih relevan, manusiawi, dan mampu mempersiapkan peserta didik menghadapi berbagai tantangan di masa depan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ade Ramadhan, "Pengaruh Meaningful, Joyful, dan Mindful Learning sebagai Pilar Deep Learning terhadap Hasil Belajar: Literature Review," 2025.
- Ahmad Syafi'i dan Darnanengsih, "Pendekatan Pembelajaran Berbasis Deep Learning: Mindful Learning, Meaningful Learning, dan Joyful Learning," *Al-Mumtaz: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 2025.
- Chris S. Hulleman dan Judith M. Harackiewicz, "Promoting Interest and Performance in High School Science Classes," *Science*, Vol. 326, No. 5958, 2009, hlm. 1410–1412. [https://www.science.org/doi/10.1126/science.1177067?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.science.org/doi/10.1126/science.1177067?utm_source=chatgpt.com)
- David P. Ausubel, *Educational Psychology: A Cognitive View*, New York: Holt, Rinehart and Winston, 1968.
- Designing Mathematics Teaching through Deep Learning Pedagogy: Toward Meaningful, Mindful, and Joyful Learning.
- Ellen J. Langer, "Mindful Learning," *Current Directions in Psychological Science*, Vol. 9, No. 6, 2000.
- Ful-Ful Approach: Becoming a Mindful, Meaningful, and Joyful Learner Through Deep Learning.
- Heny Kusmawati dkk., "Pemanfaatan Mindful, Meaningful, dan Joyful Learning untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar," *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 2025.
- Implementasi Prinsip Pengelolaan Meaningful, Mindful, dan Joyful Learning dalam Proses Pembelajaran Mendalam: Studi Kasus di Sekolah Dasar Islam Terpadu.
- Implementation of Deep Learning in Education: Towards Mindful, Meaningful, and Joyful Learning Experiences.
- Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, *Pembelajaran Mendalam Menuju Pendidikan Bermutu untuk Semua*, Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembelajaran, 2025, hlm. 36–40.

- Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, Pembelajaran Mendalam Menuju Pendidikan Bermutu untuk Semua, Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembelajaran, 2025, hlm. 10 dan 16.
- Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, Pembelajaran Mendalam Menuju Pendidikan Bermutu untuk Semua, Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembelajaran, 2025, hlm. 8–9.  
<https://kurikulum.kemendikdasmen.go.id/service/download.php?id=115&kategori=rujukan>
- Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, Pembelajaran Mendalam Menuju Pendidikan Bermutu untuk Semua, Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembelajaran, 2025, hlm. 10.  
<https://kurikulum.kemendikdasmen.go.id/service/download.php?id=115&kategori=rujukan>
- OECD, PISA 2022 Results: Country Notes Indonesia, Paris: OECD Publishing, 2023, hlm. 1–3.  
[https://www.oecd.org/en/publications/pisa-2022-results-volume-i-and-ii-country-notes\\_ed6fbcc5-en/indonesia\\_c2e1ae0e-en.html?utm\\_source](https://www.oecd.org/en/publications/pisa-2022-results-volume-i-and-ii-country-notes_ed6fbcc5-en/indonesia_c2e1ae0e-en.html?utm_source)
- Penerapan Pembelajaran Mendalam Melalui Joyful, Meaningful, dan Mindful Learning: Tinjauan Literatur.
- Reinhard Pekrun, Stephanie Lichtenfeld, Herbert W. Marsh, Kou Murayama, dan Thomas Goetz, “Achievement Emotions and Academic Performance: Longitudinal Models of Reciprocal Effects,” *Child Development*, Vol. 88, No. 5, 2017, hlm. 1653–1670.  
[https://centaur.reading.ac.uk/65981/?utm\\_source](https://centaur.reading.ac.uk/65981/?utm_source)
- Strategi Penerapan Prinsip Deep Learning (Meaningful, Mindful, Joyful) untuk Mewujudkan Pembelajaran Bermakna dalam Konteks Kurikulum Merdeka di Sekolah Dasar.
- Strategi Penerapan Prinsip Deep Learning (Meaningful, Mindful, Joyful) untuk Mewujudkan Pembelajaran Bermakna dalam Konteks Kurikulum Merdeka di Sekolah Dasar.
- UNESCO, “The Happy Schools Initiative: What You Need to Know?”, 2026, diakses 16 Juni 2026.  
<https://www.unesco.org/en/education-policies/happy-schools/about>
- Yuli Rahmawati, Abdul Mu’ti, Suyanto, dan Nur Luthfi Rizqa Herianingtyas, “Pembelajaran Mendalam: Transformasi Pembelajaran Menuju Pendidikan Bermutu,” *Jurnal Penelitian Kebijakan Pendidikan*, Vol. 18, No. 1, 2025, hlm. 1.  
<https://jpkp.kemendikdasmen.go.id/index.php/litjak/article/view/1281>