

REFLEKSI AKHIR PEMBELAJARAN SEBAGAI SARANA PENGEMBANGAN KARAKTER SISWA

Imelda Jelita, Fransiskus Sales Lega

Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng
imeldajelita70@gmail.com
franslega78@gmail.com

Abstract

The focus of this research is reflection at the end of learning practiced at Santa Angela Junior High School, Bandung. Three research questions were addressed: what is the role of reflection in developing student character at Santa Angela Junior High School, Bandung? How is reflection implemented in the learning process at Santa Angela Junior High School, Bandung? What is the impact of reflection activities at the end of learning at Santa Angela Junior High School? This study are to explain the role of reflection in developing student character at Santa Angela Junior High School, Bandung; to explain the implementation of reflection at the end of learning at Santa Angela Junior High School, Bandung; and to explain the impact of reflection at the end of learning on student character development at Santa Angela Junior High School, Bandung. This study used descriptive qualitative research. The primary instrument for data collection was interviews. The research was conducted at Santa Anggela Junior High School, Bandung, from September to October 2024. Fourteen subjects participated, including the principal, Catholic Religious Education teacher, Civics teacher, mathematics teacher, social studies teacher, and nine students. The data were analyzed using three steps: data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The analysis found that, first, reflection activities contribute to improving social skills and fostering reflective thinking patterns in students' lives. Second, reflection was implemented using a flexible, contextual, and adaptive approach to students' needs. Third, reflection has a positive impact on student character development, particularly in enhancing self-awareness, discipline, responsibility, empathy, and critical thinking skills. The researchers concluded that reflection activities at the end of learning are crucial for student character development. Therefore, every educational institution is expected to practice reflection at the end of learning, as it significantly contributes to the formation of student character.

Keywords: *reflection; learning; character; Junior High School students*

I. PENDAHULUAN

Refleksi merupakan aktivitas mental yang memungkinkan evaluasi terhadap tindakan maupun keputusan yang telah diambil. Proses refleksi membantu menganalisis situasi, perasaan, serta konsekuensi dari setiap keputusan sehingga mampu mendorong cara berpikir kritis dan kreatif. Melalui refleksi, pengalaman hidup dapat dimaknai secara lebih mendalam, kesalahan dapat dijadikan pembelajaran, kekuatan dan kelemahan diri dapat dikenali, serta nilai-nilai yang dimiliki dapat dievaluasi. Dalam konteks pembelajaran, refleksi membantu siswa merenungkan materi yang dipelajari, cara berinteraksi dengan teman sekelas, nilai-nilai yang diperoleh selama proses pembelajaran, serta perilaku yang masih perlu diperbaiki (Yudiyanto, et al., 2024).

Refleksi juga dipahami sebagai proses menciptakan dan mengklarifikasi pengalaman yang telah terjadi, baik yang berkaitan dengan diri sendiri maupun lingkungan tempat hidup. Pengalaman yang dieksplorasi melalui refleksi akan menghasilkan makna yang mendalam (Haris, 2023). Pembelajaran reflektif memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat aktif dalam proses belajar dengan memanfaatkan pengalaman pribadi sebagai sumber pembelajaran (Salsabila & Muqowim, 2024). Meskipun demikian, penerapan refleksi dalam praktik pendidikan masih sering terabaikan karena keterbatasan waktu maupun fokus pembelajaran yang lebih menekankan pencapaian akademik. Selain itu, belum semua pendidik memahami cara mengintegrasikan refleksi ke dalam proses pembelajaran. Padahal, refleksi pada akhir pembelajaran berpotensi menjadi sarana efektif untuk membantu siswa memahami nilai-nilai moral, tanggung jawab, empati, dan disiplin.

Ketertarikan terhadap praktik refleksi pada akhir pembelajaran di SMP Santa Angela Bandung muncul karena refleksi dipandang sebagai sarana penting dalam membantu siswa memahami pengalaman belajar, mengenali kekuatan dan kelemahan diri, serta membangun sikap positif terhadap pembelajaran. Refleksi pada akhir pembelajaran juga menjadi bagian integral dalam kurikulum sekolah. Melalui proses refleksi, pendidik memiliki kesempatan untuk mendukung pengembangan nilai inti sekolah, yaitu *serviam* (pelayanan), yang mencakup cinta dan belas kasih, integritas, persatuan, keberanian dan ketangguhan, totalitas, serta pelayanan.

Penelitian mengenai refleksi pada akhir pembelajaran telah dilakukan sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh Ismayanti, et al., (2020) menunjukkan bahwa strategi refleksi pada akhir pembelajaran mampu meningkatkan keterampilan berpikir kreatif peserta didik. Penelitian lain yang dilakukan oleh Aprilia (2016) menyimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran reflektif dapat meningkatkan pemahaman mahasiswa dalam mata kuliah strategi pembelajaran biologi. Berbeda dengan penelitian terdahulu yang berfokus pada kemampuan

berpikir dan hasil belajar, penelitian ini menitikberatkan pada pembentukan karakter siswa.

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini meliputi: bagaimana peran refleksi dalam mengembangkan karakter siswa di SMP Santa Angela Bandung; bagaimana penerapan refleksi dalam proses pembelajaran di SMP Santa Angela Bandung; serta bagaimana dampak kegiatan refleksi pada akhir pembelajaran terhadap pengembangan karakter siswa di SMP Santa Angela Bandung. Rumusan masalah tersebut menjadi pedoman dalam mengeksplorasi praktik refleksi pada akhir pembelajaran di SMP Santa Angela Bandung. Sejalan dengan rumusan masalah tersebut, tujuan penelitian ini adalah menjelaskan peran refleksi dalam mengembangkan karakter siswa di SMP Santa Angela Bandung, menjelaskan penerapan refleksi pada akhir pembelajaran di SMP Santa Angela Bandung, serta menjelaskan dampak refleksi akhir pembelajaran terhadap pengembangan karakter siswa di SMP Santa Angela Bandung.

II. PEMBAHASAN

2.1 Kajian Teoretis

2.1.1 Refleksi

Refleksi merupakan proses mental dalam membentuk pemikiran yang digunakan untuk tujuan tertentu berdasarkan pengetahuan dan pemahaman yang dimiliki individu (Fuady, 2017). Refleksi juga dipahami sebagai proses kognitif yang membantu meningkatkan kesadaran terhadap pengalaman pribadi serta kemampuan dalam memahami pengalaman tersebut (Anseel, et al., 2009). Dalam prosesnya, refleksi melibatkan evaluasi terhadap pengalaman yang telah dialami sehingga menghasilkan makna berdasarkan pemahaman yang dimiliki. Oleh karena itu, refleksi menjadi komponen penting dalam pembelajaran karena dapat membantu mengembangkan keterampilan belajar sekaligus meningkatkan kesadaran metakognitif (Suharyani, et al., 2023). Melalui refleksi, pengalaman yang telah dilalui dapat dipahami kembali secara lebih mendalam sehingga nilai-nilai yang terkandung di dalamnya dapat dijadikan pelajaran untuk meningkatkan kesadaran diri.

Refleksi merupakan “proses aktif” yang melibatkan penyelidikan dan pengujian gagasan serta pengalaman untuk menghasilkan makna baru (Sugrah, 2019). Tanpa adanya refleksi, proses pembelajaran menjadi kurang bermakna. Metode refleksi tidak hanya membantu mengevaluasi pengalaman belajar, tetapi juga mendukung internalisasi nilai-nilai karakter yang diharapkan setelah suatu tindakan atau kegiatan dilakukan. Dalam proses tersebut, hasil pembelajaran, keberhasilan, maupun hal-hal yang masih perlu diperbaiki dapat ditinjau kembali. Dengan demikian, refleksi memungkinkan terjadinya proses merenungkan dan

mengevaluasi pengalaman, tindakan, serta pengetahuan yang telah diperoleh guna meningkatkan pemahaman dan kinerja pada masa mendatang (Sari & Haris, 2023).

Proses refleksi merupakan mekanisme yang memungkinkan pemaknaan terhadap pengalaman yang telah dialami sehingga dapat dijadikan pelajaran untuk masa depan. Pengalaman yang muncul selama proses refleksi akan menjadi bahan perenungan yang membantu membentuk pemahaman baru (Oktaria, 2024). Proses terjadinya refleksi dimulai dari adanya *behavior*, *ideas*, dan *feelings* (Emawati, 2020). Hal tersebut menunjukkan bahwa pengalaman yang dialami dapat memunculkan perilaku, gagasan, serta perasaan sebagai bentuk tanggapan terhadap situasi yang dihadapi. Jasper dalam Dewi dan Erman (2021) mengemukakan bahwa komponen berpikir reflektif terdiri atas tiga model, yaitu pengalaman, refleksi, dan aksi. Ketiga komponen tersebut membentuk suatu proses yang berkesinambungan dalam memahami serta merespons berbagai peristiwa yang dialami.

2.1.2 Model Pembelajaran Reflektif

Model pembelajaran reflektif merupakan pendekatan dalam proses belajar yang menekankan perenungan terhadap pengalaman belajar (Rangga, 2024). Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada hasil akhir pembelajaran, tetapi juga pada proses berpikir kritis dan evaluasi diri yang dilakukan selama kegiatan belajar berlangsung. Selain itu, pembelajaran reflektif memperhatikan keberagaman gaya belajar serta tingkat perkembangan psikologis siswa secara humanis dan adaptif (Skinner dalam Uno 2023). Melalui kegiatan refleksi, pemahaman terhadap materi yang telah dipelajari, proses belajar yang dijalani, serta penerapan pengalaman belajar dalam kehidupan sehari-hari dapat berkembang secara lebih mendalam.

Dalam praktiknya, pembelajaran reflektif terdiri atas beberapa tahap. Tahap pertama adalah identifikasi pengalaman, yaitu mengenali pengalaman atau aktivitas yang menjadi bahan refleksi. Tahap kedua adalah deskripsi pengalaman, yakni menguraikan pengalaman yang telah dialami melalui jurnal, buku refleksi, diskusi, atau catatan pribadi. Tahap ketiga adalah analisis dan evaluasi, yaitu menelaah pengalaman secara lebih mendalam untuk memahami makna, kekuatan, dan kelemahan dari proses belajar yang telah dilakukan. Tahap terakhir adalah penerapan dalam kehidupan nyata, yaitu mengimplementasikan hasil refleksi dalam sikap, pengambilan keputusan, dan tindakan sehari-hari. Refleksi pada akhir pembelajaran merupakan proses sistematis yang dilakukan secara sadar untuk menganalisis pengalaman belajar guna mengevaluasi pemahaman, sikap, dan nilai-nilai yang diperoleh selama proses pembelajaran (Pranyoto, 2014).

Refleksi dalam proses pembelajaran merupakan kegiatan berpikir mendalam terhadap pengalaman belajar yang telah dialami (Ritonga, et al., 2022). Melalui refleksi, kekuatan dan kelemahan dalam proses belajar dapat dikenali sehingga memungkinkan penggunaan strategi yang lebih efektif untuk

meningkatkan pemahaman dan keterampilan akademik. Refleksi dapat dilakukan secara individu melalui jurnal atau tulisan reflektif, maupun secara kelompok melalui presentasi dan kegiatan bertukar pikiran mengenai pengalaman pembelajaran yang telah dijalani (Hotimah, 2020).

2.1.3 Pembentukan Karakter

Karakter merupakan perilaku yang terbentuk dari kebiasaan, nilai-nilai, serta pengaruh interaksi sosial dalam kehidupan sehari-hari (Utami, 2021). Setiap individu memiliki nilai dan kebiasaan yang berbeda sehingga diperlukan kemampuan untuk memilah serta meminimalisir kebiasaan yang tidak sesuai dengan nilai-nilai positif. Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 menjelaskan bahwa karakter merupakan bagian dari kepribadian yang dibentuk melalui proses pendidikan dan pengalaman hidup. Perilaku yang tampak dalam diri seseorang dipengaruhi oleh nilai-nilai yang tertanam melalui kebiasaan dan interaksi sosial. Karakter bukan sekadar sifat bawaan, melainkan hasil dari pilihan dan pembiasaan yang dilakukan secara sadar. Karakter yang baik tercermin dalam tindakan positif yang perlu dipertahankan dan dikembangkan, sedangkan tindakan negatif perlu diperbaiki agar tidak menjadi kebiasaan yang menetap.

Dalam pelaksanaannya, penguatan pendidikan karakter diintegrasikan ke dalam proses pembelajaran, kegiatan ekstrakurikuler, dan interaksi sosial di lingkungan sekolah. Pendidik berperan tidak hanya sebagai penyampai pengetahuan, tetapi juga sebagai teladan dalam membentuk karakter peserta didik melalui bimbingan dan keteladanan. Selain itu, keterlibatan keluarga dan masyarakat menjadi aspek penting dalam mendukung pendidikan karakter (Sutarjo, 2023). Sinergi antara sekolah, keluarga, dan komunitas membantu peserta didik menginternalisasikan nilai-nilai positif yang akan menjadi landasan dalam kehidupan bermasyarakat.

Strategi pengembangan karakter merupakan upaya untuk menanamkan nilai-nilai positif melalui berbagai metode, seperti pembelajaran, refleksi, dan keteladanan. Strategi ini bertujuan membentuk sikap, moral, dan perilaku peserta didik agar sesuai dengan nilai-nilai yang diharapkan di lingkungan sekolah (Astutik & Aziz, 2023). Pengembangan karakter dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti memberikan keteladanan dalam perilaku sehari-hari, mengintegrasikan nilai moral dalam proses pembelajaran, mendorong partisipasi aktif dalam kegiatan sosial dan komunitas, memberikan apresiasi terhadap perilaku positif, serta menyusun aturan atau kesepakatan bersama untuk meningkatkan disiplin dalam lingkungan belajar. Penerapan strategi tersebut membantu peserta didik memahami pentingnya sikap tanggung jawab, empati, dan perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari.

Penguatan nilai karakter berbasis pembelajaran reflektif menjadi salah satu alternatif pendekatan dalam menanamkan nilai-nilai karakter pada peserta didik agar memiliki keteguhan hati dan tidak mudah terpengaruh oleh hal-hal yang dapat memicu konflik. Penguatan nilai karakter melalui refleksi mempersiapkan peserta didik untuk berkontribusi secara positif dalam masyarakat serta menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Siregar, et al., 2024). Pembentukan karakter melalui proses refleksi bertujuan mendorong peserta didik melakukan introspeksi terhadap pengalaman belajar yang diperoleh. Proses refleksi tersebut tidak hanya diterapkan pada satu mata pelajaran, tetapi mencakup seluruh kegiatan pembelajaran di berbagai disiplin ilmu (Marpaung, et al., 2023)

2.2 Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang dilakukan pada kondisi objek alamiah dengan peneliti sebagai instrumen kunci (Satori & Komariah, 2009). Selain itu, penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami fenomena yang dialami subjek penelitian, seperti perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan, melalui deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa (Creswell, 2013).

Penelitian dilaksanakan di SMP Santa Angela, Bandung, Jawa Barat. Sekolah ini dipilih karena menerapkan praktik refleksi pada akhir pembelajaran setiap hari. Selain itu, lokasi penelitian juga menjadi tempat pelaksanaan program asistensi mengajar dalam program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) melalui Program Hibah Kompetisi Kampus Merdeka (PKKM) yang diperoleh Program Studi Pendidikan Teologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP), Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng. Penelitian berlangsung selama empat bulan, mulai September 2024 hingga Mei 2025, yang mencakup kegiatan observasi, penyusunan instrumen, pengumpulan data, dan analisis data.

Subjek penelitian atau informan terdiri atas guru dan peserta didik SMP Santa Angela Bandung. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan studi dokumen. Narasumber wawancara berjumlah 14 orang, yang terdiri atas kepala sekolah, satu guru Pendidikan Agama Katolik (PAK), satu guru Matematika, satu guru Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS), satu guru Pendidikan Pancasila (PP), serta sembilan peserta didik. Setelah seluruh data terkumpul, tahap selanjutnya adalah melakukan analisis data penelitian.

Analisis data merupakan proses mencari, menyusun, dan mengorganisasikan data secara sistematis ke dalam kategori tertentu, kemudian melakukan sintesis dan menyusun simpulan (Sugiyono, 2015). Miles dan Huberman (dalam Annisa & Mailani, 2023) menjelaskan bahwa teknik analisis data dilakukan melalui tiga tahap, yaitu reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*data presentation*), dan penarikan kesimpulan (*conclusion*). Dalam penelitian ini,

analisis data difokuskan pada beberapa aspek pokok, yaitu kegiatan refleksi yang meliputi perencanaan, seperti waktu dan tempat pelaksanaan; pelaksanaan kegiatan, terutama keterlibatan peserta didik; serta evaluasi yang mencakup mekanisme dan tindak lanjut hasil refleksi. Analisis juga diarahkan pada dampak kegiatan refleksi terhadap pengembangan karakter peserta didik serta hambatan-hambatan yang muncul dalam pelaksanaan praktik refleksi.

2.3 Hasil Penelitian dan Diskusi

2.3.1 Deskripsi Hasil Penelitian

2.3.1.1. Deskripsi Narasumber

Narasumber dalam penelitian ini berjumlah 14 orang yang terdiri atas kepala sekolah, guru mata pelajaran, dan siswa. Kepala sekolah dipilih sebagai narasumber karena berperan sebagai penentu kebijakan sekolah, khususnya yang berkaitan dengan praktik refleksi akhir pembelajaran di SMP Santa Angela Bandung. Guru mata pelajaran dipilih karena memiliki pengetahuan mengenai praktik refleksi akhir pembelajaran di SMP Santa Angela Bandung serta terlibat secara langsung dalam pelaksanaan kegiatan refleksi tersebut. Siswa dipilih sebagai narasumber karena terlibat secara langsung dalam kegiatan refleksi akhir pembelajaran dan merasakan dampak dari pelaksanaan kegiatan tersebut. Informasi mengenai narasumber penelitian dicantumkan pada tabel 1.

Tabel 1. Data Informan

No	Nama	Kode Informan	Keterangan
1	MRR	I1	Kepala Sekolah
2	VIH	I2	Guru Waka Kurikulum/ Matematika
3	IA	I3	Guru PKN
4	AMA	I4	Guru Pendidikan Agama Katolik
5	FHH	I5	Guru IPS
6	MKV	I6	Siswa
7	IKW	I7	Siswa
8	JMA	I8	Siswa
9	DAC	I9	Siswa
10	FRB	I10	Siswa
11	JES	I11	Siswa
12	EW	I12	Siswa
13	AKP	I13	Siswa
14	AAGS	I14	Siswa

Sumber: Data Primer (2024)

2.3.1.2 Dasar Kebijakan Refleksi sebagai Bagian dari Kurikulum

Refleksi merupakan salah satu program kurikulum di SMP Santa Angela Bandung. Program ini ditetapkan oleh Yayasan untuk seluruh jenjang pendidikan, mulai dari TK hingga SMA. Meskipun tidak terdapat dokumen tertulis dari Yayasan

yang secara khusus mengatur pelaksanaan refleksi, SMP Santa Angela Bandung memasukkan program tersebut ke dalam dokumen Rencana Strategis (Renstra) sekolah. Refleksi dijadikan bagian dari kurikulum karena dipandang memiliki peran penting dalam proses pembelajaran. I1 (wawancara, 6 Desember 2024) menjelaskan bahwa refleksi diperlukan karena peserta didik pada masa sekarang mudah melupakan pengalaman yang telah dialami. Melalui refleksi, peserta didik diharapkan mampu mengetahui dan memahami kembali hal-hal yang telah dipelajari maupun dialami selama proses pembelajaran berlangsung.

Pelaksanaan refleksi dilakukan setiap hari, mulai Senin hingga Jumat, selama 10 menit terakhir setelah jam pelajaran terakhir. Kegiatan ini diterapkan pada seluruh jenjang pendidikan di Kampus Santa Angela. Tujuan pelaksanaan refleksi adalah membantu peserta didik mengendapkan berbagai hal yang telah diperoleh sepanjang hari, baik berupa perasaan, pengetahuan, peristiwa, maupun pengalaman yang dialami. I4 (wawancara, 12 Desember 2024) mengungkapkan bahwa program refleksi tidak hanya menjadi kebijakan Yayasan bagi seluruh jenjang pendidikan, tetapi juga berfungsi sebagai solusi dalam menghadapi perbedaan karakter peserta didik, terutama bagi peserta didik yang sebelumnya tidak berasal dari lingkungan Santa Angela dan belum terbiasa dengan kegiatan refleksi.

Pernyataan tersebut sejalan dengan pendapat I3 (wawancara, 12 Desember 2024) yang menyampaikan bahwa refleksi membantu peserta didik untuk lebih menyadari nilai-nilai yang dipelajari di sekolah serta mengaitkannya dengan kehidupan sehari-hari. Beberapa peserta didik juga memandang refleksi sebagai sarana untuk mengevaluasi diri, memahami diri sendiri dengan lebih baik, serta mengingat kembali keputusan-keputusan yang telah diambil sepanjang hari agar dapat menjadi pribadi yang lebih baik pada masa mendatang (I9, wawancara, 9 Desember 2024; I12, wawancara, 10 Desember 2024; dan I13, wawancara, 12 Desember 2024).

2.3.1.3 Pedoman Penulisan Refleksi

Salah satu aspek penting dalam pelaksanaan refleksi di SMP St. Angela adalah adanya pedoman penulisan refleksi yang menjadi acuan bagi siswa dalam menuangkan pikiran dan perasaan. I1 (wawancara, 6 Desember 2024) menjelaskan bahwa pedoman penulisan refleksi di SMP St. Angela pada awalnya berupa pertanyaan penuntun yang disusun oleh tim pastoral. Namun, penggunaan pertanyaan yang sama setiap hari menyebabkan siswa cenderung menyiapkan jawaban untuk hari berikutnya karena pertanyaannya tidak berubah. Kondisi tersebut mendorong pihak SMP untuk merevisi pedoman refleksi agar lebih sesuai dengan kebutuhan siswa. Refleksi tidak hanya dituangkan dalam bentuk paragraf atau kalimat, tetapi juga dapat diungkapkan melalui gambar. Hal yang dipandang

penting ialah kemampuan siswa untuk menyadari dan mengungkapkan pengalaman serta perasaan yang dialami selama menjalani kegiatan sehari-hari.

I5 (wawancara, 10 Desember 2024) menambahkan bahwa pedoman refleksi memuat beberapa pertanyaan terkait hal-hal yang diperoleh selama hari tersebut, perasaan yang dialami, nilai-nilai serviam yang telah diterapkan, serta berbagai hal yang patut disyukuri. Pedoman tersebut membantu siswa untuk lebih mudah memahami pengalaman belajar sekaligus menumbuhkan kesadaran diri terhadap nilai-nilai yang dijalankan dalam kehidupan sehari-hari.

Terkait sosialisasi pedoman refleksi kepada siswa, I9 (wawancara, 9 Desember 2024) menjelaskan bahwa setiap hari selalu diberikan arahan mengenai hal-hal yang perlu direfleksikan. Panduan tersebut mencakup refleksi melalui gambar untuk menggambarkan perasaan, penulisan pengalaman baik yang dialami selama hari itu, serta pengungkapan nilai-nilai serviam yang telah dilakukan dalam aktivitas sehari-hari.

2.3.1.4 Pelaksanaan Refleksi pada Akhir Pembelajaran

SMP Santa Angela menetapkan kegiatan refleksi dilaksanakan pada sepuluh menit terakhir setelah seluruh jam pelajaran selesai dalam satu hari. Kebijakan ini diterapkan agar kegiatan refleksi tidak mengurangi waktu pembelajaran di setiap mata pelajaran yang memiliki durasi terbatas. I1 (wawancara, 6 Desember 2024) menjelaskan bahwa waktu pembelajaran selama 40 menit dinilai belum cukup untuk penyampaian materi secara optimal sehingga sekolah menetapkan sepuluh menit terakhir sebagai waktu khusus untuk refleksi bersama. Dalam penjelasannya disampaikan bahwa meskipun jam pulang siswa seharusnya pukul 13.50, tambahan waktu diperlukan untuk melakukan pengendapan melalui kegiatan refleksi secara bersama-sama.

Pandangan serupa juga disampaikan oleh I3 (wawancara, 12 Desember 2024) yang menjelaskan bahwa refleksi ditempatkan di akhir kegiatan pembelajaran agar tidak mengganggu penyampaian materi sekaligus memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengendapkan pemahaman yang diperoleh selama proses belajar. Selanjutnya, I4 (wawancara, 12 Desember 2024) dan I5 (wawancara, 10 Desember 2024) menegaskan bahwa sekolah menyediakan waktu khusus untuk refleksi setelah kegiatan pembelajaran selesai agar tidak mengambil jam pelajaran. Kegiatan tersebut dilaksanakan setiap hari, kecuali hari Jumat.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, penetapan waktu refleksi pada akhir kegiatan belajar dilakukan untuk menjaga efektivitas pembelajaran sekaligus menciptakan pelaksanaan refleksi yang teratur, seragam, dan konsisten di seluruh jenjang pendidikan di SMP Santa Angela.

2.3.1.5 Perubahan-perubahan Setelah Penerapan Refleksi

Hasil wawancara menunjukkan bahwa perubahan tidak hanya dirasakan dan disadari oleh siswa, tetapi juga diamati oleh guru. I4 (wawancara, 12 Desember 2024) mengungkapkan bahwa:

“Ada anak yang sering buat ulah, kebetulan di sekolah ada buku khusus (buku sikap), jadi segala sesuatu baik prestasi maupun pelanggaran yang dilakukan anak itu akan dimasukkan di buku itu. Dan disitu kami melihat perubahannya, makin kesini sudah tidak banyak buat masalah. Beberapa anak juga yang mulanya tertutup, sudah mulai membuka diri untuk mengungkapkan perasaannya”.

I1 (wawancara, 6 Desember 2024) dan I2 (wawancara, 10 Desember 2024) juga melihat adanya perubahan pada beberapa siswa, meskipun tidak terjadi pada seluruh siswa. Siswa yang sebelumnya hanya menuliskan sedikit refleksi mulai mampu menuliskan lebih banyak hal. Selain itu, siswa yang sebelumnya tertutup mulai berani berbaur dan membuka diri untuk bercerita kepada teman maupun guru. Menurut para informan, perubahan tersebut terjadi karena kebutuhan siswa mulai terakomodasi sehingga tumbuh kepedulian terhadap diri sendiri.

I3 (wawancara, 12 Desember 2024) menambahkan: “Perubahan itu ada. Contohnya untuk mata pelajaran saya, anak yang tadinya tidak terlalu aktif, sudah mulai aktif, semangat.. jadi menurut saya itu karena mereka sudah menyadari kewajiban mereka dengan bantuan refleksi juga”.

Selain perubahan dalam sikap dan interaksi sosial, beberapa siswa juga menyadari manfaat refleksi bagi perkembangan diri. I7 (wawancara, 4 Desember 2024) dan I8 (wawancara, 6 Desember 2024) mengungkapkan bahwa kegiatan refleksi membantu mengingat kembali pengalaman positif untuk dipertahankan serta menghindari pengulangan pengalaman negatif yang pernah dialami.

2.3.1.6 Evaluasi Hasil Refleksi Akhir Pembelajaran

Tindak lanjut terhadap hasil refleksi menjadi bagian penting karena memungkinkan pengambilan langkah konkret berdasarkan hal-hal yang disadari selama proses refleksi. Melalui tindak lanjut tersebut, efektivitas pelaksanaan refleksi juga dapat diketahui. I1 (wawancara, 6 Desember 2024) menjelaskan bahwa evaluasi pada setiap alur refleksi perlu dilakukan untuk mengetahui efektivitas pelaksanaannya. Kurangnya tanggapan, catatan, atau komentar terhadap tulisan refleksi menyebabkan siswa menganggap kegiatan tersebut hanya sebagai formalitas sekolah sehingga menurunkan motivasi untuk menulis refleksi.

Evaluasi terhadap hasil refleksi siswa dilakukan oleh bagian pastoral bersama wali kelas. Hal tersebut disampaikan oleh I2 (wawancara, 10 Desember 2024), yang menjelaskan bahwa refleksi berkaitan erat dengan introspeksi diri sehingga diperlukan tindak lanjut berupa bimbingan personal bagi siswa yang hasil refleksinya menunjukkan adanya masalah dalam kebiasaan atau sikap. Tindak

lanjut tersebut terkadang dilakukan melalui catatan yang dituliskan pada buku refleksi siswa.

Selain itu, I5 (wawancara, 10 Desember 2024) menjelaskan bahwa hasil refleksi didiskusikan bersama siswa untuk mengetahui perkembangan dan perubahan sikap dari waktu ke waktu. Setiap hari Jumat, hasil refleksi dikumpulkan untuk ditindaklanjuti sebagai bagian dari proses pendampingan dan evaluasi perkembangan siswa.

2.3.2 Diskusi

2.3.2.1. Peran Refleksi sebagai Bagian Integral dari Kurikulum

Hasil wawancara menunjukkan bahwa refleksi merupakan salah satu program rutin yang diterapkan di SMP Santa Angela Bandung sebagai bagian integral dari kurikulum. Kegiatan ini dilakukan setiap hari selama 10 menit setelah jam pelajaran terakhir. Pihak sekolah meyakini bahwa refleksi memiliki peran penting dalam membantu siswa memahami pengalaman belajar. Refleksi diperlukan karena banyak siswa cenderung melupakan apa yang telah dialami. Dengan adanya refleksi, siswa memiliki kesempatan untuk mengendapkan pembelajaran baik dalam bentuk perasaan, pengalaman, maupun nilai-nilai yang mereka peroleh sepanjang hari.

Tujuan utama dari refleksi adalah untuk membangun kesadaran diri siswa terhadap proses pembelajaran. Hal ini memungkinkan siswa untuk mengevaluasi pemahaman terhadap materi pelajaran dan membangun kebiasaan yang lebih baik serta mengurangi pengalaman negatif. Hasil wawancara ini sejalan dengan yang dinyatakan oleh Marpaung, et al., (2023) bahwa melalui refleksi siswa dapat memahami tujuan yang ingin dicapai, menghubungkan pembelajaran dengan kehidupan nyata, mengembangkan nilai-nilai moral dan etika, serta meminimalisir kesalahan masa lalu. Dengan demikian pembelajaran tidak hanya sebatas teori tetapi juga diaplikasikan dalam keseharian hidup.

Meskipun terdapat kendala dalam pelaksanaannya, refleksi tetap memberikan dampak positif terhadap perkembangan karakter siswa. Siswa menjadi lebih terbuka dan berani untuk berbagi pemikiran dan pengalaman, lebih sadar akan konsekuensi dari tindakan, semakin peduli dengan lingkungan sosial, serta membantu dalam meningkatkan kedisiplinan dan tanggung jawab. Dengan demikian, refleksi berkontribusi dalam meningkatkan keterampilan sosial dan membentuk pola pikir reflektif dalam kehidupan siswa. Hal ini sejalan dengan yang dinyatakan oleh Aini, et al., (2024) bahwa meningkatnya tantangan sosial dan moral yang dihadapi oleh generasi muda. Saat ini, pendidikan karakter menjadi sangat relevan, yang dalam hal ini kegiatan refleksi menjadi salah satu proses yang bisa diterapkan.

Secara keseluruhan, refleksi sebagai bagian integral dari kurikulum di SMP Santa Angela memiliki manfaat besar dalam membentuk karakter dan meningkatkan kualitas pembelajaran siswa. Meskipun terdapat beberapa tantangan dalam pelaksanaannya, refleksi menjadi bagian penting dalam membantu siswa memahami diri mereka sendiri, meningkatkan kesadaran akan pembelajaran, serta menghubungkan nilai-nilai yang diperoleh dengan kehidupan sehari-hari. Melalui berbagai upaya untuk meningkatkan efektifitas refleksi, diharapkan kegiatan ini dapat terus memberikan dampak positif bagi perkembangan akademik maupun non akademik siswa.

2.3.2.2. Pelaksanaan Kegiatan Refleksi sebagai Bagian dari kurikulum

Pelaksanaan kegiatan refleksi di SMP Santa Angela merupakan bentuk konkret integrasi nilai-nilai karakter dalam kurikulum pendidikan. Refleksi tidak hanya diposisikan sebagai aktivitas tambahan, melainkan sebagai bagian strategis dari proses pembelajaran yang dirancang secara sistematis dan berkelanjutan. Hal ini mencerminkan komitmen institusi dalam membentuk peserta didik yang tidak hanya cakap secara akademis, tetapi juga mampu mengenali dan mengolah pengalaman batiniah mereka dalam kehidupan sehari-hari.

Secara teknis, pelaksanaan refleksi dilakukan setiap hari pada sepuluh menit terakhir setelah seluruh jam pelajaran selesai. Kebijakan ini dirancang dengan pertimbangan efisiensi waktu dan pemerataan kesempatan bagi seluruh guru dan siswa, agar refleksi tidak mengganggu proses pembelajaran inti, serta dapat dijalankan secara konsisten dan terarah. Sebelumnya, refleksi pernah dicoba disisipkan di dalam jam pelajaran masing-masing guru, namun pelaksanaannya tidak merata. Penetapan waktu khusus ini menjadi solusi yang adil, efektif, dan memungkinkan refleksi dilakukan secara bersama-sama di seluruh jenjang pendidikan.

Pelaksanaan refleksi juga ditunjang oleh pedoman penulisan yang fleksibel dan kontekstual. Siswa tidak hanya diarahkan untuk menulis pengalaman atau perasaan dalam bentuk narasi, tetapi juga diperbolehkan mengekspresikan refleksi melalui gambar atau simbol yang mencerminkan isi batin mereka. Hal ini menunjukkan diterapkannya pendekatan yang humanis dan adaptif terhadap keberagaman gaya belajar dan tingkat perkembangan psikologis siswa (Skinner dalam Uno, 2023).

Selain itu, sekolah secara aktif mensosialisasikan pentingnya refleksi kepada siswa maupun orang tua, serta memberikan pendampingan teknis melalui instruksi harian dari tim pastoral. Kebijakan ini menunjukkan bahwa refleksi bukan hanya dimaknai sebagai aktivitas individual, tetapi sebagai proses kolektif yang dibangun dalam ekosistem sekolah yang mendukung. Sebagaimana dijelaskan oleh Sugrah (2019), tanpa refleksi, pembelajaran tidak akan memiliki makna yang

mendalam karena siswa hanya menerima informasi tanpa meninjau kembali relevansi dan dampaknya dalam kehidupan mereka. Refleksi tidak hanya membantu siswa mengingat dan mengevaluasi apa yang mereka alami, tetapi juga membentuk kebiasaan untuk berpikir ke dalam, memahami diri, dan merencanakan tindakan yang lebih baik di masa depan.

2.3.2.3. Dampak Kegiatan Refleksi terhadap Pengembangan Karakter Siswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan refleksi pada akhir pembelajaran di SMP Santa Angela memberikan dampak signifikan terhadap pengembangan karakter siswa. Dampak ini terlihat dalam berbagai aspek, mulai dari kesadaran diri, kepekaan, perubahan sikap, peningkatan tanggung jawab, disiplin, hingga kemampuan pengendalian emosi. Refleksi memberikan ruang bagi siswa untuk meninjau kembali pengalaman harian mereka di sekolah, mengevaluasi tindakan, serta mengidentifikasi nilai-nilai moral yang perlu ditanamkan dalam kehidupan sehari-hari.

Banyak siswa mengakui bahwa kegiatan refleksi membantu menyadari perilaku yang kurang baik dan memotivasi diri untuk memperbaikinya. Misalnya, siswa yang awalnya pasif dan kurang bertanggung jawab mulai menunjukkan perubahan, menjadi lebih aktif dalam belajar dan disiplin dalam menjalankan tugas. Hal ini mencerminkan proses metakognitif sebagaimana dikemukakan oleh Suharyani et al. (2023), bahwa refleksi menumbuhkan kesadaran akan cara berpikir dan membantu mengarahkan individu untuk bertindak lebih bijaksana dan terarah.

Selain itu, siswa menjadi lebih peka terhadap perasaan orang lain dan lebih terbuka dalam menyampaikan perasaan dan pemikirannya, baik kepada guru maupun sesama teman. Hal ini sejalan dengan pendapat Sari dan Haris (2023) bahwa refleksi memungkinkan siswa menggali makna dari pengalaman, mengevaluasi tindakan, dan meresponsnya dengan perubahan sikap yang lebih positif. Kegiatan refleksi secara tidak langsung melatih empati, kejujuran, dan integritas siswa, yang merupakan bagian penting dari pendidikan karakter.

Refleksi juga menjadi sarana pembentukan karakter spiritual, khususnya dalam konteks sekolah Katolik seperti SMP Santa Angela yang mengusung nilai-nilai Serviam. Nilai-nilai seperti cinta dan belas kasih, integritas, keberanian, serta pelayanan, ditanamkan melalui proses refleksi yang dilakukan setiap hari. Siswa diajak untuk merenungkan pengalamannya tidak hanya dari aspek akademik, tetapi juga dalam hubungannya dengan nilai-nilai iman dan sosial. Hal ini memperkuat pendapat Rangga (2024) bahwa pembelajaran reflektif berperan dalam penguatan karakter melalui introspeksi terhadap pengalaman hidup yang dikaitkan dengan nilai-nilai luhur.

Lebih lanjut, refleksi berdampak pada peningkatan kemampuan pengambilan keputusan dan pemecahan masalah. Siswa dilatih untuk berpikir kritis

terhadap tindakannya dan merumuskan langkah perbaikan. Dengan demikian, siswa tidak hanya mengembangkan karakter secara afektif, tetapi juga mengasah kemampuan kognitif yang mendukung pertumbuhan intelektual mereka. Ini sesuai dengan pandangan Jasper dalam Dewi dan Erman (2021) bahwa refleksi merupakan proses yang melibatkan pengalaman, analisis, dan aksi, yang pada akhirnya mengarahkan individu untuk bertindak lebih bijak dan bertanggung jawab.

III. PENUTUP

3.1. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan data penelitian, dapat disimpulkan: pertama, kegiatan refleksi berkontribusi dalam meningkatkan keterampilan sosial dan membentuk pola pikir reflektif dalam kehidupan siswa. Kedua pelaksanaannya dilakukan secara fleksibel, menyesuaikan dengan konteks dan kebutuhan masing-masing siswa. Walaupun menghadapi tantangan seperti rendahnya motivasi dan metode yang monoton, refleksi tetap menjadi wadah ekspresif yang bersifat humanis melalui tulisan, gambar, atau simbol. Ketiga, refleksi membawa dampak positif terhadap pembentukan karakter siswa, khususnya dalam meningkatkan kesadaran diri, kedisiplinan, tanggung jawab, empati, serta kemampuan berpikir kritis. Siswa lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan, lebih peka terhadap lingkungan sosial, serta menunjukkan perubahan sikap ke arah yang lebih positif.

3.2. Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, penulis merekomendasikan tiga hal berikut: pertama, para guru hendaknya memberi perhatian khusus terhadap hasil refleksi siswa dan menggunakan hasil refleksi sebagai dasar untuk pembinaan dan pembentukan karakter siswa. Kedua, para siswa hendaknya melihat praktik refleksi akhir pembelajaran sebagai bagian integral dari proses belajar demi pengembangan dirinya. Ketiga, untuk peneliti selanjutnya. Penelitian hendaknya diperluas cakupannya terkait perubahan perilaku anak di rumah. Karena itu, narasumber harus mencakup orangtua.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, F. Q., Yuli, R., Hasibuan, A., & Gusmaneli, G. (2024). Pendidikan Karakter Sebagai Landasan Pembentukan Generasi Muda. *Dewantara: Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*. 3(4), 54-69. <https://doi.org/10.30640/dewantara.v3i4.3321>
- Annisa, I. S., & Mailani, E. (2023). Analisis Faktor Penyebab Kesulitan Siswa dalam Pembelajaran Tematik dengan Menggunakan Metode Miles dan

- Huberman di Kelas IV SD Negeri 060800 Medan Area. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 6460-6477. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/1130/839>
- Anseel, F., Lievens, F., & Schollaert, E. (2009). Reflection as a Strategy to Enhance Task Performance After Feedback. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 110(1), 23–35. <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2009.05.003>
- Aprilia, N. (2016). Implementasi Model Pembelajaran Reflektif untuk Meningkatkan Kemampuan Pemahaman Mahasiswa Pendidikan Biologi pada Mata Kuliah Strategi Pembelajaran di Program Studi FKIP Universitas Ahmad Dahlan. *Jurnal Bioedukatika*, 4(1), 27-30. <https://doi.org/10.26555/bioedukatika.v4i1.4739>
- Astutik, F. A. F., & Aziz, R. (2023). Strategi Pengembangan Karakter Peduli Sosial Melalui Aktivitas Kelas pada Siswa Tingkat Sekolah Menengah Pertama. *Research and Development Journal of Education*, 9(2), 852-859. <http://dx.doi.org/10.30998/rdje.v9i2.16152>
- Creswell, J. (2013). Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed. *Journal of Marketing Research* 33(2), 252-255. <https://doi.org/10.2307/3152153>
- Dewi, V. A. K., & Erman, E. (2021). Model-model Praktik Berpikir Reflektif dalam Pembelajaran IPA: Sebuah Studi Perbandingan. *PENSA: E-Jurnal Pendidikan Sains*, 9(1), 119-126. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/pensa/article/view/38511>
- Emawati. (2020). Innovations of Indonesian Language and Literature Learning in the Era of Society 5.0. *SeBaSa: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 3(1), 9-18. <https://doi.org/10.29408/sbs.v3i1.2173>
- Fuady, A. (2017). Berfikir Reflektif dalam Pembelajaran Matematika. *JIPMat*, 1(2), 104-112. <https://doi.org/10.26877/jipmat.v1i2.1236>
- Haris, H. M. (2023). Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Akhir dalam Menghadapi Quarter Life Crisis. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 8(2), 87-94.
- Ismayanti, I., Arsyad, M., & Marisda, D. H. (2020). Penerapan Strategi Refleksi Pada Akhir Pembelajaran Untuk Meningkatkan Keterampilan Berpikir Kreatif Peserta Didik Pada Materi Fluida. *Karst : Jurnal Pendidikan Fisika dan Terapannya*, 3(1), 117–121. <https://doi.org/10.46918/karst.v3i1.573>
- Marpaung, F. N., Nadeak, B., & Naubaho, L. (2023). Teknik Peningkatan Mutu Pendidikan. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(1), 3761–3772. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/11614>

- Oktaria, D. (2024). *Mendidik Hati: Cara Jitu Meredam Badai Emosi*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Pranyoto, Y. H. (2014). Paradigma Pedagogi Refleksi (PPR): Suatu Alternatif Pendekatan Pembelajaran dalam Dunia Pendidikan. *Jurnal Masalah Pastoral*, 3(1), 68-86.
<https://ojs.stkyakobus.ac.id/index.php/JUMPA/article/view/14>
- Rangga, O. (2024). Pembelajaran Agama Kristen Berbasis Pengalaman: Membangun Iman Melalui Narasi Hidup. *PEADA: Jurnal Pendidikan Kristen*, 5(2), 81-99. <https://peada.iakn-toraja.ac.id/index.php/ojsdatapeada/article/view/216>
- Ritonga, R., Harahap, R., & Lubis, R. A. (2022). Pelatihan metode refleksi bagi guru sekolah penggerak dalam proses pembelajaran. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 995-1002.
<https://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/8666>
- Salsabila, Y. R., & Muqowim, M. (2024). Korelasi Antara Teori Belajar Konstruktivisme Lev Vygotsky Dengan Model Pembelajaran Problem Based Learning (Pbl). *LEARNING : Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(3), 813-827.
<https://doi.org/10.51878/learning.v4i3.3185>
- Sari, M., & Haris, M. (2023). Penanaman Nilai-Nilai Agama Islam dalam Pembentukan Karakter dan Etika Siswa di Tingkat Sekolah Dasar. *Islamic Education Journal*, 1(1), 54-71.
- Satori, D., & Komariah, A. (2009). Metodologi penelitian kualitatif.
- Siregar, I. N., Siagian, P. T., Dasuha, R. J. D., & Ria, R. R. (2024). Menumbuhkan Karakter, Etika, dan Moral Melalui Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) di SD. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(3), 9.
<https://doi.org/10.47134/pgsd.v1i3.436>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D*, Edisi ketujuh. Bandung: Alfabeta.
- Sugrah, N. (2019). Implementasi teori belajar konstruktivisme dalam pembelajaran sains. *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 19(2), 121-138.
- Suharyani, L. A., Nugroho, A. S., & Dewi, E. R. S. (2023). Profil keterampilan berpikir kritis siswa SMA pada materi perubahan lingkungan berbasis strategi metakognitif. *Practice of The Science of Teaching Journal: Jurnal Praktisi Pendidikan*, 2(1), 37-44.
<https://doi.org/10.58362/hafecspost.v2i1.30>
- Sutarjo, S. (2023). Mengoptimalkan Pendidikan Karakter Siswa Sebagai Fondasi Kebangkitan Generasi Emas 2045. *Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (JKIP)*, 1(4), 257-262.
<https://jurnalcendekia.id/index.php/jkip/article/view/187>

- Uno, H. B. (2023). *Orientasi baru dalam psikologi pembelajaran*. Bumi Aksara.
- Utami, F. (2021). Pengasuhan Keluarga terhadap Perkembangan Karakter Disiplin Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1777–1786. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.985>
- Utari, N. K. S. E. (2023). Penerapan Disiplin Positif Melalui Kesepakatan Kelas Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunagrahita. *Jurnal Pendidikan Inklusi Citra Bakti*, 1(1), 11–19. <https://doi.org/10.38048/jpicb.v1i1.2101>
- Yudiyanto, M., Riyanti Agustini, N. A. F., Subiyono, S. K., Amaliya, M. F., Sa'diah, S., Sulastri, A. S., & Khoerunnisa, Z. (2024). *Strategi Membangun Percaya Diri Peserta Didik*. CV. Intake Pustaka