

## PENERAPAN *SELF-REPARING* SISWA UNTUK MENINGKATKAN KARAKTER KEMANDIRIAN BELAJAR

**Siti Rahmi**

Universitas Borneo Tarakan

Email: [sitirahmi@borneo.ac.id](mailto:sitirahmi@borneo.ac.id)

Informasi Artikel	Abstrak
Diterima: 23-11-2022 Direview: 29-11-2022 Disetujui: 25-12-2022	Untuk mengetahui <i>self-reparenting</i> siswa dalam karakter kemandirian. Kurangnya kemandirian pada diri seseorang akan mengakibatkan orang tersebut memiliki kecenderungan untuk bergantung pada orang lain, kurangnya kreativitas, malas, kurang percaya diri dan tidak dapat memecahkan masalahnya sendiri. Dalam konteks proses belajar, terlihat adanya fenomena peserta didik yang kurang mandiri dalam belajar dan memiliki kebiasaan yang kurang baik dalam belajar, seperti: tidak betah belajar lama, belajar hanya menjelang ujian, membolos, menyontek dan mencari bocoran soal-soal ujian. Hal ini dapat menimbulkan gangguan mental setelah memasuki pendidikan lanjutan. Maka setiap lembaga pendidikan hendaknya memperhatikan hal ini dan menyiapkan pembinaan yang tepat agar peserta didik memiliki kemandirian yang baik. Salah satu proses belajar menuju kemandirian adalah dengan membantu melalui <i>self-reparenting</i> siswa. <i>Self-reparenting</i> adalah suatu proses pengasuhan ulang diri sendiri. Melalui <i>Self-reparenting</i> seseorang membuat pilihan terhadap kehidupan untuk mengutamakan positif dan mengabaikan yang negatif, sehingga memiliki perasaan <i>OK</i> .
<b>Kata Kunci</b> <i>Self-Reparenting,</i> <i>Karakter,</i> <i>Kemandirian</i>	

### A. Pendahuluan

Pendidikan karakter merupakan upaya pembentukan peserta didik agar mempunyai karakter yang baik dan diwujudkan dalam perilaku keseharian. Salah satu karakter ideal yang dimiliki orang Indonesia dan patut diteladani adalah mandiri. Mandiri di sini berarti sikap dan perilaku yang tidak mudah tergantung pada orang lain dalam menyelesaikan tugas-tugas. Kurangnya kemandirian pada diri seseorang akan mengakibatkan orang tersebut memiliki kecenderungan untuk bergantung pada orang lain, kurangnya kreativitas, malas, kurang percaya diri dan tidak dapat memecahkan masalahnya sendiri. Dalam konteks proses belajar, terlihat adanya fenomena peserta didik yang kurang mandiri dalam belajar dan memiliki kebiasaan yang kurang baik dalam belajar, seperti: tidak betah belajar lama, belajar hanya menjelang ujian, membolos, menyontek dan mencari bocoran soal-soal ujian. Hal ini dapat menimbulkan gangguan mental setelah memasuki pendidikan lanjutan. Maka setiap lembaga pendidikan hendaknya memperhatikan hal ini dan menyiapkan pembinaan yang tepat agar peserta didik memiliki kemandirian yang baik. Salah satu proses belajar menuju kemandirian adalah dengan membantu melalui *self-reparenting* siswa. *Self-reparenting* adalah suatu proses pengasuhan ulang diri sendiri. Melalui *Self-reparenting* seseorang membuat pilihan terhadap kehidupan untuk mengutamakan positif dan mengabaikan yang negatif, sehingga memiliki perasaan *OK* dan adanya perubahan dalam diri siswa tersebut.

Pendidikan karakter merupakan upaya pembentukan peserta didik agar mempunyai karakter yang baik dan diwujudkan dalam perilaku keseharian. Salah satu karakter ideal yang

dimiliki orang Indonesia dan patut diteladani adalah mandiri. Mandiri di sini berarti sikap dan perilaku yang tidak mudah tergantung pada orang lain dalam menyelesaikan tugas-tugas.

Nilai karakter kemandirian dalam pengembangan membutuhkan usaha agar siswa dapat memiliki pengetahuan tentang karakter kemandirian, sikap kemandirian, dan menampilkan perilaku kemandirian. Hal ini sesuai dengan pendapat Wuryandani, dkk (2016), yaitu bahwa seseorang dikatakan memiliki karakter yang baik, jika memenuhi komponen-komponen moral *knowing*, moral *feeling*, dan moral *action*. Berdasarkan penjelasan tersebut, jelaslah bahwa pendidikan karakter yang dilakukan tidak boleh hanya menyentuh salah satu aspek secara parsial, misalnya pengetahuan moral saja, tetapi harus diupayakan agar sampai pada aspek perasaan dan perilaku moral. Nilai karakter kemandirian merupakan salah satu hal penting yang harus dikembangkan sekolah guna membentuk generasi muda yang mandiri. Peserta didik yang mandiri diharapkan mampu 1) lebih percaya diri dalam bertindak, 2) mempertimbangkan pendapat dan nasihat dari orang lain, 3) memiliki kemampuan mengambil keputusan, dan 4) tidak mudah terpengaruh oleh orang lain.

Jadi, setiap manusia dilahirkan dengan potensi untuk hidup mandiri, tetapi banyak individu sulit mencapainya. Kemandirian adalah hal yang utama dan penting dalam kehidupan. Berbagai usaha yang dilakukan dalam hidup manusia akan berujung pada kemandirian. Fenomena Kemandirian atau *self-regulated* diperlukan agar siswa mempunyai tanggung jawab dalam mengatur dan mendisiplinkan dirinya, selain itu dalam mengembangkan kemampuan belajar atas kemauan sendiri. Sejalan dengan pendapat (Darma, Firdaus, & Haryadi, 2016) yang mengatakan bila semakin tinggi kemandirian belajar seseorang, maka akan semakin tinggi pula kemampuan pemecahan masalahnya. Akibat dari tingginya kemampuan pemecahan masalah tersebut, maka akan berdampak pada prestasi ataupun hasil belajarnya. Dengan hal ini kemandirian belajar penting untuk dimiliki seorang siswa.

Kemandirian belajar menunjukkan kesiapan seorang siswa dalam menentukan mampu atau tidaknya seorang siswa dalam menentukan strategi belajarnya. Menurut Sumarmo (2010) ada tiga karakteristik kemandirian belajar, (1) individu merancang belajarnya sendiri sesuai dengan keperluan atau tujuan individu yang bersangkutan; (2) individu memilih strategi dan melaksanakan rancangan belajarnya; (3) individu memantau kemajuan belajarnya sendiri, mengevaluasi hasil belajarnya dan dibandingkan dengan standar tertentu. Ketika seorang siswa memiliki kemandirian dalam belajarnya siswa tersebut akan dapat dengan mudah mendapatkan pengetahuan yang lebih luas tanpa ada batasan, serta dapat mengetahui sejauh mana kemampuan dirinya dalam belajar, dan siswa dapat mengevaluasi diri dalam belajarnya agar terus menjadi lebih baik. Dengan demikian diperlukan adanya kemandirian siswa dalam belajarnya. Hal ini dikarenakan kemandirian belajar berpengaruh terhadap hasil belajar yang mereka peroleh.

Perkembangan kemandirian merupakan persoalan penting dalam kehidupan manusia secara keseluruhan. Kemandirian sangat dipengaruhi oleh perubahan fisik, dan perubahan fisik pada gilirannya memicu perubahan emosional dan kognitif, sehingga memberikan pemikiran logis untuk pemikiran di balik perilaku, dan mengubah nilai pengasuhan melalui peran sosial dan aktivitas pribadi. Secara spesifik, masalah kemandirian menuntut individu untuk siap secara fisik dan emosional untuk bertanggung jawab dalam mengatur, mengelola, dan

melakukan aktivitasnya sendiri tanpa harus bergantung pada orang lain. Ketika siswa menemukan bahwa mereka membutuhkan tingkat kepercayaan diri tertentu, kemandirian akan muncul dan berhasil. Kemandirian adalah kemampuan untuk secara mandiri mengontrol dan mengatur pikiran, perasaan, dan perilaku sendiri, dan untuk mengatasi penghinaan dan keraguan. Eriksson mengatakan, kemandirian merupakan upaya melepaskan diri melalui penemuan jati diri yang biasanya didasarkan pada penentuan nasib sendiri, inovasi dan inisiatif, serta kemampuan mengatur perilaku dan berkembang menuju kepribadian yang stabil dan mandiri, berkarakteristik, bertanggung jawab, mampu bertahan, membuat keputusan sendiri dan mampu menyelesaikan masalah tanpa adanya pengaruh dari orang lain. Di antara siswa dengan sikap ini, kemandirian merupakan sikap otonomi. Relatif tidak terpengaruh oleh penilaian, pendapat, dan kepercayaan orang lain. (Desmita, 2014).

Berdasarkan kajian di atas, dipandang penting mengkaji lebih dalam penelitian tentang upaya meningkatkan karakter kemandirian belajar siswa melalui *self-reparenting*. Dengan *self-reparenting* diharapkan siswa dapat meningkatkan Mandiri dimana pelajar Indonesia bertanggung jawab atas proses dan hasil belajarnya yang berimplikasi pada kehidupan yang lebih baik untuk saat ini dan kehidupan selanjutnya.

Teori *self-reparenting* juga telah diaplikasikan dalam kajian konseling. Berdasarkan prosedur *self-reparenting*, Nunns (2007) menyimpulkan bahwa bukan hanya Ego Orang Tua yang bisa direvisi, tetapi juga ego Anak. Melalui terapi menulis kreatif, Nunns menemukan bahwa seseorang dapat memperoleh pengajaran baru untuk diri sendiri sehingga lebih sejahtera atau bahagia. Selain itu, Peabody (2008) mengatakan *self-reparenting* adalah pendekatan terapi yang efektif untuk penyembuhan luka-luka masa kecil kita. *Self-reparenting* adalah upaya untuk mengembangkan pada diri sendiri sekarang, apa yang kita tidak tidak dapatkan Ketika anak-anak. Kajian terbaru tentang penerapan teori *self-reparenting* memperkaya kajian bahwa melalui teori ini dapat diaplikasikan dalam konseling.

Di bidang psikologi, *self-reparenting* diakui sebagai strategi yang sangat efektif untuk kesehatan mental dan mengejar kebahagiaan. Menurut James (1999) dengan diuji dengan menggunakan tes psikologi standar dan kelompok kontrol, *self-reparenting* sukses untuk meningkatkan kualitas kehidupan dengan merubah kehidupan masa lalu yang negatif. Bahkan, O'Gorman (2009) menulis tentang *self-reparenting* bahwa dua belas langkah *self-reparenting*, didasarkan pada dua belas langkah tersebut akan memandu Anda untuk memelihara anak-batin Anda sehingga bisa sehat serta hidup baik dan efektif bagi kecandung alcohol.

Pada dasarnya, *self-reparenting* telah diaplikasikan secara luas sejak ditemukannya teori *self-reparenting*. Penerapan teori ini ternyata efektif di segala bidang. Selain dalam konseling, dunia psikologi telah menerapkan dalam upaya terapi. Dengan demikian, *self-reparenting* adalah sebuah teori yang bisa diterapkan dan menjadi dasar teori untuk melakukan kajian ilmiah secara mendalam dalam kaitannya dengan kemandirian.

*Self-reparenting* dapat dimulai untuk memotivasi untuk perubahan diri. *Self-reparenting* dapat dimulai dengan bertanya pada diri sendiri. Pertanyaan yang tepat menurut James (1985) "Bagaimanakah jika seandainya Aku memiliki orangtua yang ideal yang berbeda ketika aku masih kecil? Seperti apakah orang tua ideal tersebut?" Selanjutnya, *self-reparenting* mengikuti delapan langkah dasar dari James (1985) sebagai berikut yaitu, (1) adanya kesadaran bahwa

**SALINGDIDIK IX 2022****Sains, Lingkungan dan Pendidikan**

perubahan pribadi diperlukan, bahwa beberapa hal penting dalam hidup tampaknya akan hilang dengan waktu. (2) Refleksi pada orang tua pada umumnya, gaya pengasuhan umum, dan tanggapan umum kepada mereka. (3) Analisis tokoh orangtua sendiri yang baik atau buruk yang telah dimasukkan ke dalam struktur kepribadian. (4) Menemukan apa yang dibutuhkan dan diinginkan dan bagaimana untuk mulai mendapatkannya. (5) Memutuskan apa yang memungkinkan didapatkan dan yang dapat membantu dalam proses tersebut. (6) Menjelaskan berbagai potensi kepribadian yang mampu dimobilisasi, sehingga dapat memenuhi berbagai kebutuhan dan keinginan. (7) Proses belajar bagaimana membuat kontrak dengan diri sendiri yang akan meningkatkan kehidupan. (8) Perayaan untuk menekankan keberanian baru untuk menjadi dan melakukan.

**B. Metode Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *random posttest-only control group design* dengan rancangan sebagai berikut

**Tabel 1. Desain Penelitian**

Kelompok		Perlakuan	Tes Akhir
Eksperimen	R	X	O <sub>1</sub>
Kontrol	R		O <sub>2</sub>

Sumber: Heppner *et al.* (2008:)

Keterangan :

O<sub>1</sub> = Postes setelah perlakuan.

O<sub>2</sub> = Postes tanpa perlakuan.

X = Perlakuan *Self-reparenting*

R = Random

Prosedur pengambilan sampel dalam penelitian digunakan proporsional *random sampling*. Proporsi digunakan untuk pengambilan sampel imbang antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan, sedangkan *random sampling* yang pengambilan sampelnya secara acak dengan cara gasal-genap. Proses penentuan sampel digunakan bantuan program komputer SPSS 24 dengan teknik *simple random sampling*. Dari hasil penarikan sampel ditetapkan 32 siswa SMA Negeri 4 dijadikan sampel yang kemudian dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kontrol. Ada dua jenis instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu instrumen primer berupa skala karakter kemandirian siswa (instrumen pengumpulan data) dan instrumen sekunder berupa bahan perlakuan.

Analisis data deskriptif digunakan untuk mengetahui karakter kemandirian siswa setelah perlakuan (Variabel dependen) dengan rumus:

$$\bar{X} = \frac{\sum x \sum x}{N N}$$

Keterangan:

$\bar{X}$  = mean score

$\sum x$  = the sum of all score

N = the number of subjects or respondents

(Cohen. 2007: 334)

### C. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diuraikan dalam tabel, yaitu:

**Tabel 2. Reliability Statistics**

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.878	.879	40

Perbedaan hasil analisis data secara deskriptif lebih jelas digambarkan pada tabel 3.2 sebagai berikut:

**Table 3. Hasil Analisis Deskriptif**

Kelompok responden	Hasil Analisis Deskriptif					
	Mean	Median	Std. Deviation	Minimum	Range	N
Eksprimen	132.56	136.00	10.801	110	40	16
Kontrol	120.75	118.50	16.230	89	62	16

Hasil uji deskriptif pada tabel 3.2 menunjukkan informasi perbedaan hasil analisis deskriptif data hasil posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil deskriptif data posttest kelompok eksperimen diperoleh nilai mean (rata-rata) 132.56 dari 16 sampel dengan nilai standar deviasi 10.801 dengan range 40 dan nilai minimum 110. Kelompok kontrol diperoleh data nilai mean (rata-rata) 120.75 dari 16 sampel dengan nilai standar deviasi 16.230 dengan range 62 dan nilai minimum 89. Data empirik hasil analisis deskriptif diperoleh informasi yang menunjukkan adanya perbedaan rata-rata hasil postes antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Berdasarkan data deskriptif dan data frekuensi dapat diperoleh informasi adanya perbedaan secara umum antara kelompok yang diberi perlakuan dan kelompok kontrol. Data kelompok eksperimen diperoleh mean yang lebih tinggi sedangkan kelompok control mean yang diperoleh rata-rata rendah. Berdasarkan data distribusi frekuensi diperoleh informasi yang menggambarkan interpretasi tingkat kemandirian belajar siswa bahwa tingkat kemandirian pada kelompok eksperimen dapat dikategorikan "tinggi" sedangkan pada kelompok kontrol dapat dikategorikan "rendah".

### D. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan analisis data deskriptif menunjukkan bahwa tingkat kemandirian tinggi pada kelompok siswa yang mendapatkan intervensi *self-reparenting* lebih banyak jika dibandingkan dengan yang tidak mendapatkan *self-reparenting*. Berdasarkan kategori tingkat kemandirian siswa yang mendapat *self-reparenting* dikategorikan "tinggi", sedangkan yang tidak mendapatkan dikategorikan "rendah". Hasil tersebut menggambarkan bahwa tingkat kebahagiaan siswa rata-rata tinggi dengan intervensi *self-reparenting* dan rata-rata rendah tanpa *self-reparenting*.

### **E. Ucapan Terima kasih**

Artikel ini didanai oleh DIPA Universitas Borneo Tarakan, ST No. 120/UN51/KPT/2022. Kami mengucapkan terima kasih kepada Rektor Universitas Borneo Tarakan atas penghargaan penelitian ini

### **F. Daftar Pustaka**

- \_\_\_\_\_. 1985. *It's never Too Late To Be Happy*. New York: Addison-Wesley.
- Cohen, L. Manion, L. & Morrison, K. 2007. *Research Methods in Education. Sixth Edition*. New York: Routledge
- Darma, Y., Firdaus, M., & Haryadi, R. (2016). Hubungan Kemandirian Belajar Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Mahasiswa Calon Guru Matematika. *Jurnal Edukasi*, 14(1), 169–178.
- Desmita. 2014. *Psikologi Perkembangan Siswa.. Cet. V*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Heppner, P., Wampold, B. E., & Kivlighan, D. M. 2008. *Research Design in Counseling. Third Edition*. Thomson: Brooks/cole
- James, M. 1990. Self-Reparenting Theory and Process for Group Leaders. *Transactional Analysis Journal*, 97, 105-121
- Nunns, S. H. 2007. *Making Soup; Reflexive Writing Group for Counselors and Therapists*. New York: Time Inc
- O'Gorman, P. 2009. *The 12 Steps to Self-Parenting for Adult Children*. London: quickfiles
- Peabody, S. 2008. *Reparenting the Inner Child*. New York: Soberrecovery
- Sumarmo, Utari. (2010). "Kemandirian Belajar: Apa, Mengapa, dan Bagaimana Dikembangkan Pada Peserta Didik". Makalah/Jurnal Pendidikan Matematika
- Wuryandani, dkk. (2016). Implementasi Pendidikan Karakter Kemandirian Di Muhammadiyah Boarding School. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 2.