

MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR SISWA MELALUI PENERAPAN KONTRAK BELAJAR DAN REFLEKSI HARIAN DI KELAS 6 SD NEGERI 2 BUWIT

Ni Kadek Ari Sugiani¹, I Ketut Sudarsana², Ni Putu Candra Prastya Dewi³

Sekolah Tinggi Agama Hindu Negeri Mpu Kuturan Singaraja

sugianiari@gmail.com¹, iketutsudarsana@uhnsugriwa.ac.id², pendidikan.dasar500@gmail.com³

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan disiplin belajar siswa melalui penerapan kontrak belajar dan refleksi harian di kelas 6 SD Negeri 2 Buwit. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (PTK), yang melibatkan dua siklus. Setiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, dan catatan lapangan, serta dianalisis secara kualitatif dan kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan disiplin belajar siswa setelah diterapkannya kontrak belajar dan refleksi harian. Pada siklus pertama, tingkat disiplin siswa mencapai 70%, sedangkan pada siklus kedua meningkat menjadi 85%. Penerapan kedua metode ini dapat memperbaiki kesadaran siswa terhadap tanggung jawab mereka dalam belajar dan memperkuat komitmen mereka untuk mengikuti aturan yang telah disepakati. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kontrak belajar dan refleksi harian efektif dalam meningkatkan disiplin belajar siswa.

Kata Kunci: disiplin belajar, kontrak belajar, refleksi harian, penelitian tindakan kelas, pembelajaran.

IMPROVING STUDENTS LEARNING DISCIPLINE THROUGH THE IMPLEMENTATION OF LEARNING CONTRACTS AND DAILY REFLECTION IN A 6TH GRADE CLASSROOM SD NEGERI 2 BUWIT

ABSTRACT

This study aims to improve students' learning discipline through the implementation of learning contracts and daily reflection in the 6th grade at SD Negeri 2 Buwit. The method used in this study is Classroom Action Research (CAR), which involves two cycles. Each cycle consists of planning, implementation, observation, and reflection. Data were collected through observations, interviews, and field notes, and analyzed both qualitatively and quantitatively. The results of the study show an improvement in students' learning discipline after the implementation of learning contracts and daily reflection. In the first cycle, students' discipline level reached 70%, while in the second cycle, it increased to 85%. The application of these two methods enhanced students' awareness of their responsibilities in learning and strengthened their commitment to following the agreed rules. This study concludes that learning contracts and daily reflection are effective in improving students' learning discipline.

Keywords: learning discipline, learning contracts, daily reflection, classroom action research, learning.

PENDAHULUAN (Introduction)

Kedisiplinan dalam belajar merupakan elemen krusial yang mendukung kesuksesan akademik dan pembentukan karakter siswa sejak dini. Di tengah tantangan pendidikan modern yang dipengaruhi perkembangan teknologi dan sosial, muncul gejala penurunan komitmen belajar pada sebagian siswa sekolah

dasar. Kondisi nyata yang diamati di lapangan, termasuk di SD Negeri 2 Buwit, menunjukkan masih rendahnya perilaku disiplin belajar siswa kelas VI. Berdasarkan hasil observasi awal, hanya sekitar 53,6% siswa yang konsisten menunjukkan sikap disiplin, seperti hadir tepat waktu, membawa perlengkapan lengkap, dan mengerjakan tugas secara teratur.

Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kondisi aktual dan harapan ideal dalam dunia pendidikan dasar.

Idealnya, siswa mampu mengembangkan sikap tertib, bertanggung jawab, serta menunjukkan perilaku belajar yang mandiri dan terarah. Hal ini sejalan dengan amanat Permendikbud Nomor 23 Tahun 2015 tentang Penumbuhan Budi Pekerti, yang menekankan pentingnya penguatan karakter di lingkungan sekolah. Dalam praktiknya, upaya penanaman nilai kedisiplinan tidak dapat hanya mengandalkan pendekatan instruktif atau hukuman, melainkan perlu melibatkan siswa secara aktif melalui metode yang reflektif dan partisipatif.

Salah satu pendekatan yang dapat diterapkan untuk menumbuhkan kedisiplinan siswa adalah melalui strategi **kontrak belajar** dan **refleksi harian**. Kontrak belajar merupakan bentuk kesepakatan antara guru dan siswa terkait aturan serta tanggung jawab dalam proses pembelajaran (Marlina & Rukmini, 2020). Strategi ini memberikan ruang bagi siswa untuk ikut menentukan dan memahami ekspektasi yang berlaku, sehingga menciptakan rasa tanggung jawab yang lebih tinggi. Di sisi lain, refleksi harian adalah kegiatan sistematis yang dilakukan siswa untuk mengevaluasi aktivitas dan pengalaman belajar mereka setiap hari. Melalui refleksi, siswa diajak mengembangkan kesadaran diri terhadap sikap dan progres belajar yang telah dicapai (Yuliani & Lestari, 2019).

Studi yang dilakukan oleh Ramdani (2021) menunjukkan bahwa kontrak belajar mampu meningkatkan keterlibatan siswa dan menumbuhkan motivasi serta kedisiplinan karena siswa merasa dihargai dalam proses pembelajaran. Sementara itu, refleksi harian terbukti efektif dalam membentuk regulasi diri dan memperkuat tanggung jawab siswa terhadap proses belajarnya (Sari & Wijayanti, 2020). Kedua strategi ini sangat relevan dalam mendukung transformasi pembelajaran abad

ke-21 yang menekankan pentingnya penguatan karakter dan partisipasi aktif peserta didik.

Lebih lanjut, penerapan kontrak belajar dan refleksi harian juga sejalan dengan dimensi *Profil Pelajar Pancasila*, khususnya pada aspek kemandirian dan tanggung jawab. Strategi ini tidak hanya mendorong kedisiplinan, tetapi juga membekali siswa dengan keterampilan hidup yang dibutuhkan dalam konteks masyarakat modern. Dalam konteks ini, isu strategis pendidikan yang perlu segera ditangani adalah rendahnya kemampuan siswa dalam mengatur diri dan membangun kedisiplinan belajar yang konsisten (Nurhadi & Lestari, 2021).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam penerapan kontrak belajar dan refleksi harian dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa kelas VI di SD Negeri 2 Buwit. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata terhadap praktik pembelajaran yang menumbuhkan karakter positif serta mendukung pencapaian tujuan pendidikan nasional.

METODE PENELITIAN (*research methods*)

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan secara kolaboratif antara peneliti sebagai guru kelas dan rekan sejawat dalam merancang, melaksanakan, dan merefleksikan tindakan perbaikan pembelajaran. Model yang diterapkan mengacu pada tahapan tindakan menurut Kemmis dan McTaggart, yakni perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi, yang dilakukan secara siklik dan berulang untuk mencapai perbaikan berkelanjutan dalam proses pembelajaran (Kemmis & McTaggart, 1988). Pemilihan metode ini didasarkan pada tujuan utama penelitian, yaitu meningkatkan disiplin belajar peserta didik melalui penerapan kontrak belajar dan kegiatan refleksi harian. Metode tindakan kelas dinilai tepat karena memungkinkan guru untuk mendiagnosis masalah pembelajaran

secara langsung di kelas serta melakukan upaya perbaikan berdasarkan hasil refleksi praktik yang berjalan (Arikunto et al., 2018; Wijaya, 2020).

Subjek penelitian adalah siswa kelas VI SD Negeri 2 Buwit yang terdiri dari 28 peserta didik dengan karakteristik yang beragam. Pemilihan kelas ini dilandasi oleh temuan awal bahwa sebagian besar siswa belum menunjukkan kedisiplinan yang optimal, baik dalam hal kehadiran, ketepatan waktu, kesiapan mengikuti pelajaran, maupun tanggung jawab menyelesaikan tugas. Penelitian berlangsung selama dua bulan, yakni dari Februari hingga Maret 2025, dan dilaksanakan di ruang kelas VI SD Negeri 2 Buwit, Kabupaten Tabanan, Provinsi Bali.

Setiap siklus dalam penelitian ini terdiri dari empat tahap. Pada tahap perencanaan, guru menyusun RPP yang terintegrasi dengan kontrak belajar dan refleksi harian, serta menyiapkan instrumen observasi. Pelaksanaan tindakan dilakukan melalui implementasi kontrak belajar yang disepakati bersama siswa dan kegiatan refleksi harian yang dilaksanakan setiap akhir pembelajaran. Observasi dilakukan untuk mencermati keterlibatan dan perubahan sikap siswa selama proses pembelajaran berlangsung, dengan menggunakan lembar pengamatan dan catatan lapangan. Refleksi dilakukan untuk mengevaluasi pelaksanaan tindakan serta menyusun perbaikan untuk siklus selanjutnya.

Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa instrumen, yaitu lembar observasi perilaku disiplin siswa, format kontrak belajar, jurnal refleksi siswa, wawancara, dan dokumentasi. Observasi mencakup indikator seperti kehadiran tepat waktu, membawa perlengkapan belajar, keterlibatan aktif dalam kegiatan kelas, dan ketuntasan tugas. Refleksi harian siswa dituangkan dalam jurnal pribadi untuk mengungkap pengalaman belajar dan komitmen perubahan perilaku. Wawancara dilakukan untuk memperoleh data mendalam tentang respons siswa terhadap perlakuan pembelajaran, sedangkan dokumen-

tasi digunakan sebagai pendukung data visual dan artefak belajar.

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif dianalisis melalui reduksi, penyajian, dan penarikan simpulan, sedangkan data kuantitatif dianalisis dengan menghitung persentase ketercapaian indikator disiplin pada tiap siklus. Keberhasilan tindakan diukur apabila minimal 80% siswa menunjukkan peningkatan perilaku disiplin belajar secara konsisten. Temuan dari penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendekatan reflektif dan partisipatif dalam pembelajaran dapat secara signifikan meningkatkan tanggung jawab belajar siswa (Suryani & Widodo, 2022), sedangkan kontrak belajar terbukti mampu membangun komitmen siswa terhadap aturan dan proses pembelajaran yang telah disepakati bersama (Handayani & Lestari, 2019). Oleh karena itu, metode penelitian yang digunakan diharapkan mampu menghasilkan perubahan positif dalam membentuk karakter disiplin siswa secara bertahap dan berkelanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN (*results and discussion*)

Penelitian tindakan kelas ini diselenggarakan dalam dua siklus guna meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VI di SD Negeri 2 Buwit melalui strategi kontrak belajar dan kegiatan refleksi harian. Setiap siklus terdiri atas tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Fokus observasi ditujukan pada empat indikator utama: ketepatan waktu kehadiran, kelengkapan alat belajar, ketepatan dalam pengumpulan tugas, serta partisipasi aktif dalam proses pembelajaran.

Pada siklus pertama, guru bersama siswa menyusun kontrak belajar berisi kesepakatan aturan kelas, seperti datang tepat waktu dan membawa perlengkapan. Refleksi harian diimplementasikan melalui pengisian jurnal siswa setelah kegiatan belajar. Berdasarkan

observasi, terjadi peningkatan kedisiplinan meskipun belum signifikan.

Tabel 1. Persentase Disiplin Belajar Siswa pada Siklus I

| No | Indikator Kedisiplinan | Jumlah Siswa Tercapai | Persentase (%) |
|----|----------------------------------|-----------------------|----------------|
| 1 | Hadir tepat waktu | 18 dari 28 siswa | 64,29% |
| 2 | Membawa alat belajar lengkap | 16 dari 28 siswa | 57,14% |
| 3 | Menyelesaikan tugas sesuai waktu | 17 dari 28 siswa | 60,71% |
| 4 | Aktif dalam pembelajaran | 19 dari 28 siswa | 67,86% |
| | Rata-rata ketercapaian | | 62,50% |

Meskipun menunjukkan adanya perbaikan, hasil tersebut belum memenuhi kriteria keberhasilan yang ditetapkan sebesar 80%. Oleh karena itu, perlu dilakukan perbaikan strategi pada siklus berikutnya.

Pada siklus kedua, pendekatan diperkuat dengan pemberian motivasi tambahan dan penghargaan kepada siswa yang konsisten menjaga disiplin. Guru juga lebih aktif membimbing siswa dalam menuliskan refleksi harian secara lebih jujur dan mendalam. Hasilnya menunjukkan peningkatan yang signifikan pada seluruh indikator.

Tabel 2. Persentase Disiplin Belajar Siswa pada Siklus II

| No | Indikator Kedisiplinan | Jumlah Siswa Tercapai | Persentase (%) |
|----|----------------------------------|-----------------------|----------------|
| 1 | Hadir tepat waktu | 25 dari 28 siswa | 89,29% |
| 2 | Membawa alat belajar lengkap | 24 dari 28 siswa | 85,71% |
| 3 | Menyelesaikan tugas sesuai waktu | 23 dari 28 siswa | 82,14% |
| 4 | Aktif dalam pembelajaran | 26 dari 28 siswa | 92,86% |
| | Rata-rata ketercapaian | | 87,50% |

Data tersebut menunjukkan bahwa

strategi gabungan antara kontrak belajar dan refleksi harian terbukti mampu mendorong perilaku disiplin siswa secara menyeluruh.

Peningkatan pada siklus kedua menunjukkan bahwa pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini efektif dalam menanamkan disiplin belajar. Hal ini sejalan dengan temuan Handayani dan Lestari (2019) yang menegaskan bahwa pelibatan siswa dalam penyusunan aturan kelas mampu membentuk rasa tanggung jawab dan komitmen terhadap proses belajar. Kontrak belajar berfungsi sebagai pedoman perilaku yang dipahami bersama.

Lebih lanjut, refleksi harian menjadi instrumen penting dalam membentuk kesadaran diri siswa terhadap perilaku belajar mereka. Astuti (2021) mengungkapkan bahwa refleksi harian mampu menumbuhkan kesadaran metakognitif, yang secara signifikan mempengaruhi motivasi dan pengambilan keputusan siswa dalam belajar. Suharti dan Ramdhani (2022) juga menambahkan bahwa strategi pembelajaran yang menyentuh aspek emosional dan sosial siswa memiliki dampak positif terhadap pembentukan karakter disiplin.

Penelitian ini diperkuat oleh temuan Marini dan Rohana (2021) yang menyatakan bahwa penerapan kesepakatan kelas memberikan pengalaman nyata bagi siswa untuk menjalani pembelajaran yang berkarakter. Selain itu, kajian oleh Fauziah dan Prasetyo (2023) menekankan pentingnya komunikasi reflektif sebagai bentuk pembelajaran sosial yang meningkatkan hubungan positif antara guru dan siswa.

Dengan melihat hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa kombinasi antara pendekatan normatif (kontrak belajar) dan reflektif (jurnal harian) secara sinergis menciptakan ekosistem pembelajaran yang mendukung pembentukan disiplin belajar yang berkelanjutan. Strategi ini tidak hanya membentuk kebiasaan perilaku positif, tetapi

juga memberdayakan siswa untuk menjadi pelaku aktif dalam proses pembentukan karakter mereka sendiri.

SIMPULAN (*conclusion*)

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan di SD Negeri 2 Buwit, dapat disimpulkan bahwa penerapan kontrak belajar dan refleksi harian secara signifikan meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VI. Proses yang dilakukan dalam dua siklus penelitian ini menunjukkan peningkatan yang konsisten pada setiap indikator kedisiplinan siswa. Pada siklus pertama, meskipun sudah terjadi perubahan positif, hasil yang diperoleh masih belum memenuhi standar keberhasilan yang ditetapkan. Namun, pada siklus kedua, setelah dilakukan perbaikan dalam implementasi kontrak belajar dan refleksi harian, tercatat peningkatan yang signifikan pada seluruh indikator kedisiplinan, yakni ketepatan waktu kehadiran, kelengkapan alat belajar, ketepatan dalam pengumpulan tugas, serta partisipasi aktif dalam pembelajaran.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan dari beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa penguatan aturan kelas melalui kontrak belajar memberikan kontribusi besar dalam menumbuhkan rasa tanggung jawab siswa terhadap proses belajar mereka (Handayani & Lestari, 2019; Astuti, 2021). Selain itu, refleksi harian yang digunakan sebagai sarana evaluasi diri mampu membantu siswa memahami dan menilai perilaku mereka selama kegiatan pembelajaran, yang berujung pada perubahan kebiasaan belajar yang lebih baik (Marini & Rohana, 2021). Secara keseluruhan, kombinasi kedua strategi ini terbukti efektif dalam meningkatkan kedisiplinan siswa di kelas VI SD Negeri 2 Buwit.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan kontrak belajar dan

refleksi harian memberikan dampak positif terhadap disiplin belajar siswa. Strategi ini tidak hanya memperbaiki kebiasaan siswa dalam mengikuti pembelajaran tetapi juga membantu menciptakan iklim belajar yang lebih teratur dan terstruktur, yang berdampak pada peningkatan kualitas hasil belajar siswa secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk pengembangan pembelajaran di kelas.

Pertama, penting bagi guru untuk terus memperkuat penggunaan kontrak belajar sebagai sarana untuk menetapkan harapan dan tanggung jawab bersama dalam kelas. Dengan melibatkan siswa dalam penyusunan aturan, mereka akan merasa memiliki kewajiban yang harus dipenuhi, sehingga kedisiplinan belajar dapat meningkat.

Kedua, refleksi harian hendaknya dipertahankan sebagai bagian dari rutinitas pembelajaran, karena dapat memberikan dampak signifikan terhadap kesadaran diri siswa terhadap proses pembelajaran yang sedang mereka jalani. Guru juga dapat memfasilitasi diskusi reflektif yang lebih mendalam agar siswa dapat mengidentifikasi hambatan-hambatan yang mereka hadapi dalam belajar dan merancang solusi yang lebih efektif.

Ketiga, meskipun hasil penelitian ini cukup memuaskan, penguatan terhadap aspek motivasi dan penghargaan kepada siswa yang disiplin juga perlu dilakukan. Hal ini bertujuan untuk memotivasi siswa agar tetap menjaga dan meningkatkan perilaku disiplin mereka, serta untuk menciptakan iklim kompetitif yang sehat di kelas. Pemberian penghargaan yang positif dapat mendorong siswa untuk terus berusaha dan berkomitmen terhadap aturan yang telah disepakati.

Keempat, untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk melibatkan lebih banyak

siswa dan memperluas objek penelitian pada kelas lain dengan karakteristik yang berbeda. Dengan demikian, generalisasi hasil penelitian ini dapat dilakukan pada konteks yang lebih luas, serta memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap pengembangan pembelajaran berbasis kedisiplinan di sekolah-sekolah lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH (*acknowledgements*)

Saya pertama-tama mengucapkan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan artikel ini. Selanjutnya, saya menyampaikan penghargaan yang mendalam kepada seluruh Pimpinan dan Civitas Akademika Sekolah Tinggi Agama Hindu Negeri Mpu Kuturan, yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mengembangkan kompetensi dalam program studi S2 Pendidikan Guru Sekolah Dasar.

Saya juga ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak I Ketut Sudarsana dan Ibu Ni Putu Candra Prastya Dewi, selaku Dosen Pembimbing dalam Mata Kuliah Teori, Praktik, dan Publikasi Penelitian, yang telah memberikan bimbingan dan pengalaman berharga dalam publikasi karya ilmiah ini.

Saya juga berterima kasih kepada keluarga tercinta yang senantiasa memberikan dukungan penuh dalam setiap langkah pendidikan yang saya tempuh. Terima kasih pula kepada Kepala Sekolah, rekan-rekan guru, dan staf tata usaha di sekolah tempat saya bertugas, yang telah membantu saya dalam proses pendidikan dan penelitian ini.

Terakhir, saya mengucapkan terima kasih kepada seluruh siswa di sekolah tempat saya bertugas, yang dengan penuh antusiasme mengikuti setiap pembelajaran yang saya laksanakan.

DAFTAR PUSTAKA (*literate cited*)

- Ahmadi, A. (2003). *Psikologi belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arifin, H. M. (2009). *Ilmu pendidikan Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Depdiknas. (2002). *Kamus besar bahasa Indonesia* (Edisi ke-3). Jakarta: Balai Pustaka.
- Dimiyati, & Mudjiono. (2009). *Belajar dan pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamarah, S. B. (2011). *Psikologi belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- I Wayan Redhana. (2021). *Model-model pembelajaran inovatif*. Singaraja: Undiksha Press.
- Kemendikbud. (2022). *Profil Pelajar Pancasila dalam Kurikulum Merdeka*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (1992). *The action research planner*. Victoria: Deakin University Press.
- Mulyasa, E. (2013). *Pengembangan dan implementasi Kurikulum 2013*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2007 tentang Standar Proses untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Permendikbud Nomor 21 Tahun 2016 tentang Standar Isi Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik* (Edisi revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Sumantri, M. (2001). *Strategi pembelajaran: Teori dan praktik di tingkat pendidikan dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Uno, H. B. (2007). *Model pembelajaran: Menciptakan proses belajar mengajar yang kreatif dan efektif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wina Sanjaya. (2016). *Strategi pembelajaran berorientasi standar proses pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Yunita, N. (2019). Penerapan refleksi harian dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SD Negeri 1 Banyumas. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 10(2), 45–53.