



Penerapan Kegiatan Refleksi untuk Meningkatkan Pemahaman Mahasiswa Terhadap Matakuliah Belajar dan Pembelajaran

Nikki Tri Sakung¹, Ana Fitriana², Fery Diawanto³, Nina Ikhwati Wahidah⁴

^{1,2,3}Dosen Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kumala Lampung Metro

⁴Dosen Universitas Nahdlatul Ulama Lampung

Abstract

Received: 07 Juli 2024

Revised: 12 Juli 2024

Accepted: 20 Juli 2024

This research aims to implement reflection activities in the learning process which aims to increase students' understanding of belajar dan pembelajaran subjects. Reflection activities in this context are a process in which students are invited to reflect on their learning experiences, evaluate the understanding they have gained, and identify areas that need improvement. The research was conducted at STKIP Kumala Lampung. The method used in this research is a quasi-experimental method with a pre-test and post-test design. The research results show that reflection activities significantly increase students' understanding of belajar dan pembelajaran subjects. Students who engage in reflection activities are able to better identify important concepts, relate material to everyday life, and develop more effective learning strategies. Thus, reflection activities can be applied to learning which is proven to be able to significantly increase students' understanding of belajar dan pembelajaran subjects in higher education.

Keywords: Reflection, improve understanding

(*) Corresponding Author:

How to Cite: Sakung, N., Fitriana, A., Diawanto, F., & Wahidah, N. (2024). Penerapan Kegiatan Refleksi untuk Meningkatkan Pemahaman Mahasiswa Terhadap Matakuliah Belajar dan Pembelajaran. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(13), 1007-1011. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13163246>

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu pilar penting dalam pembangunan suatu bangsa. Kualitas pendidikan yang baik dapat menghasilkan sumber daya manusia yang kompeten dan siap menghadapi berbagai tantangan global. Pendidikan merupakan proses budaya untuk meningkatkan harkat dan martabat manusia dimana tujuan pendidikan sarat dengan kompetensi sosial, personal dan akademis yang nantinya diharapkan akan menjadi bekal bagi siswa dalam menjalankan kehidupannya kelak di masyarakat, dimana Sumber daya manusia yang bermutu dapat terwujud dengan pendidikan yang maju (Marisda, 2016; Sakung, 2022). Pendidikan tinggi memiliki peran penting dalam membentuk mahasiswa menjadi individu yang berkompoten dan profesional di bidangnya masing-masing. Mata kuliah Belajar dan Pembelajaran merupakan salah satu mata kuliah wajib yang harus dipahami dengan baik oleh mahasiswa, dimana mata kuliah ini mengajarkan konsep-konsep dasar tentang bagaimana pembelajaran berlangsung, teori-teori belajar, dan strategi pembelajaran yang efektif. Sehingga diperlukannya upaya yang optimal agar proses pembelajaran dapat berjalan efektif serta efisien serta tujuan pembelajaran tercapai (Ojose, 2008).

Pemahaman merupakan indikator penting dari capaian pembelajaran. Salah satu pendekatan yang potensial untuk diterapkan dalam meningkatkan pemahaman mahasiswa adalah kegiatan refleksi. Refleksi adalah proses dimana individu mengkaji ulang dan merenungkan pengalaman atau pembelajaran yang telah mereka alami untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan bermakna. Penerapan kegiatan refleksi dalam pembelajaran memungkinkan siswa untuk membangun pengetahuan mereka sendiri serta membuat generalisasi dari pengalaman tertentu yang membantu mereka untuk menjadi lebih baik lagi (Schunk, 2012). Dalam konstruk pengajaran yang lebih luas, proses refleksi sebagai bentuk umpan balik informasi yang dapat meningkatkan kualitas hasil belajar yang diinginkan dari hasil kinerja mereka pada proses pembelajaran (Ross et al., 2002), umpan balik dari proses refleksi memiliki dampak positif pada keberhasilan peserta didik dalam belajar (Agricola et al., 2020). Refleksi dalam konteks pendidikan tinggi adalah proses di mana mahasiswa merenungkan pengalaman belajar mereka, mengidentifikasi apa yang telah mereka pelajari, mengevaluasi pemahaman mereka, dan merencanakan tindakan perbaikan. Kegiatan refleksi ini dilakukan akhir pembelajaran melalui jurnal reflektif, diskusi kelompok, dan esai reflektif.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, diketahui bahwasanya refleksi dalam pembelajaran inkuiri berdampak pada peningkatan berpikir kritis mahasiswa untuk semua gaya kognitif (Ismail, 2021). Hal ini senada dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ismayanti dkk (2020) yang menunjukkan bahwa penerapan strategi refleksi pada akhir pembelajaran mampu meningkatkan keterampilan berfikir kreatif peserta didik. Berdasarkan hal tersebut, maka hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru tentang efektivitas kegiatan refleksi dalam meningkatkan pemahaman mahasiswa terhadap mata kuliah Belajar dan Pembelajaran. Selain itu, temuan penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sebuah strategi pembelajaran yang lebih inovatif dan efektif di pendidikan tinggi,

METODE

Berdasarkan tujuan penelitian, maka penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen yaitu dilakukan pada satu kelompok saja tanpa ada kelompok kontrol (Arikuto, 2016), dengan desain penelitian *one group pretest-posttest*. Metode penelitian kuasi eksperimen dengan desain *one-group pretest-posttest* sering digunakan dalam penelitian pendidikan untuk mengevaluasi efektivitas suatu intervensi. Penelitian ini dilakukan di STKIP Kumala Lampung dengan sampel penelitian adalah mahasiswa yang mengambil mata kuliah Belajar dan Pembelajaran. Skema *one-group pretest-posttest design*:

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
T ₁	X	T ₂

Keterangan:

T₁ : pemahaman awal mahasiswa sebelum perlakuan

X : perlakuan yang diberikan dengan menerapkan kegiatan refleksi

T₂ : pemahaman akhir mahasiswa setelah perlakuan

Selain itu, untuk melihat keunggulan/tingkat efektivitas penerapan kegiatan refleksi dalam meningkatkan pemahaman mahasiswa terhadap matakuliah belajar

dan pembelajaran akan ditinjau dari perbandingan nilai gain yang dinormalisasi. Berikut nilai gain dan klasifikasinya menggunakan rumus Hake (2002):

Tabel 1. Nilai gain dan klasifikasinya berdasarkan Hake (2002)

Gain	Klasifikasi
$(g) \geq 0,7$	Tinggi
$0,7 > (g) \geq 0,3$	Sedang
$(g) < 0,3$	Rendah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai penerapan kegiatan refleksi untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap matakuliah belajar dan pembelajaran memperoleh hasil yang signifikan. Pada prosesnya, hasil penelitian diperoleh melalui beberapa tahapan, sebagaimana telah dijabarkan pada metode. Sebelum penerapan kegiatan refleksi, dilakukan pengukuran awal terlebih dahulu terhadap pemahaman mahasiswa mengenai mata kuliah belajar dan pembelajaran (*pretest*) dengan menggunakan tes. Setelah itu dilaksanakan penerapan kegiatan refleksi selama 8 kali pertemuan. Penerapan kegiatan refleksi ini berupa jurnal reflektif, diskusi kelompok serta tugas reflektif yang dirancang untuk membantu mahasiswa merenungkan dan memahami materi yang telah dipelajari. Setelah penerapan kegiatan refleksi dilaksanakan, maka selanjutnya adalah melakukan pengukuran akhir terhadap pemahaman mahasiswa mengenai matakuliah belajar dan pembelajaran (*posttest*). Berikut adalah hasil dari rekapitulasi data *pretest* dan *posttest* pada matakuliah belajar dan pembelajaran yang telah dilaksanakan.

Tabel 2. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Mahasiswa

Mahasiswa	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Rata-rata nilai	40	77

Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* yang telah dilaksanakan, dapat dilihat adanya perbedaan pemahaman mahasiswa terhadap matakuliah belajar dan pembelajaran. Setelah diberikan perlakuan dengan menerapkan kegiatan refleksi dalam pembelajaran, pemahaman siswa mengalami perubahan yang signifikan dari 40 menjadi 77. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan kegiatan refleksi dalam pembelajaran membantu mahasiswa dalam pemahaman terhadap matakuliah belajar dan pembelajaran.

Setelah hasil *pretest* dan *posttest* didapatkan, langkah selanjutnya untuk mengetahui peningkatan (*gain*) pemahaman mahasiswa terhadap matakuliah belajar dan pembelajaran dengan menerapkan kegiatan refleksi adalah dengan menghitung besaran nilai gain yang dinormalisasi berdasarkan rumus Hake (2002). Berikut adalah hasil rekapitulasi nilai gain yang dinormalisasi pemahaman mahasiswa terhadap matakuliah belajar dan pembelajaran.

Tabel 3. Hasil Peningkatan (*gain*) Pemahaman Mahasiswa

Mahasiswa	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	n (g)
Rata-rata nilai	40	77	0,42

Berdasarkan hasil nilai gain yang dinormalisasi dihasilkan peningkatan (*gain*) pemahaman mahasiswa terhadap matakuliah belajar dan pembelajaran dengan

penerapan kegiatan refleksi sebesar 0,42 yang masuk dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwasanya penerapan kegiatan refleksi memiliki potensi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman mahasiswa terhadap matakuliah belajar dan pembelajaran.

Setelah hasil *pretest* dan *posttest* serta nilai *n-gain* didapatkan, selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis. Dikarenakan hasil perhitungan, data dinyatakan berdistribusi normal ($>0,05$) maka menggunakan uji *Paired Samples T-test*. Berdasarkan hasil uji *t* menggunakan SPSS V 21, diperoleh nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ dengan nilai sig. $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan kegiatan refleksi efektif untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa dalam matakuliah belajar dan pembelajaran.

Penerapan kegiatan refleksi dalam pembelajaran dalam matakuliah belajar dan pembelajaran dilakukan pada akhir pembelajaran sebanyak 8 kali pertemuan. Pada penerapan kegiatan refleksi, mahasiswa diarahkan serta dibimbing untuk melakukan kegiatan refleksi pada matakuliah belajar dan pembelajaran dengan (1) mengerjakan jurnal refleksi yakni mahasiswa menulis pengalaman nyata yang berkaitan dengan materi; (2) melakukan diskusi kelompok refleksi yaitu melakukan evaluasi bersama kaitannya dengan proses pembelajaran dikelas; (3) mengerjakan esai reflektif, yaitu mahasiswa diberikan kertas yang berisi pertanyaan reflektif dan mahasiswa menjawab pertanyaan tersebut. Penerapan kegiatan refleksi, membantu mahasiswa lebih memahami materi serta dapat menghubungkan materi dengan kehidupan sehari-hari. Selain itu, mahasiswa mampu mendeskripsikan konsep serta melakukan analisa secara baik dan benar. Hal ini selaras dengan hasil *pretest* dan *posttest* mahasiswa terhadap pemahaman mahasiswa yang mengalami perubahan dari 40 menjadi 77.

Hasil penelitian penerapan kegiatan refleksi untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa terhadap matakuliah belajar dan pembelajaran menunjukkan keberhasilan yang signifikan. Selain dilihat dari hasil *pretest* dan *posttest*, hal tersebut didukung juga dengan hasil peningkatan (*gain*) pemahaman mahasiswa terhadap matakuliah belajar dan pembelajaran sebesar 0,42. Hal ini selaras dengan hasil uji hipotesis yang dengan penelitian pendahuluan yang menyatakan bahwa kegiatan refleksi dapat meningkatkan pemahaman mahasiswa. (Bramasta&Irawan, 2021; Selvia, 2022). Selain meningkatkan pemahaman, penerapan refleksi dalam pembelajaran juga mampu meningkatkan keterampilan, salah satunya keterampilan berfikir kritis (Ismayanti dkk, 2021).

KESIMPULAN

Penerapan kegiatan refleksi pada matakuliah belajar dan pembelajaran membantu mahasiswa dalam mendeskripsikan konsep, menghubungkan materi dengan kehidupan sehari-hari serta membantu mahasiswa dalam melakukan analisa. Terjadinya perubahan pada hasil *pretest* dan *posttest* serta peningkatan pada hasil *n-gain* menunjukkan bahwasanya penerapan kegiatan refleksi memberikan dampak positif bagi pemahaman mahasiswa terhadap matakuliah belajar dan pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Agricola, B. T., Prins, F. J., & Sluijsmans, D. M. A. (2020). Impact of feedback request forms and verbal feedback on higher education students' feedback perception, self- efficacy, and motivation. *Assessment in Education: Principles, Policy & Practice*, 27(1), 6– 25. <https://doi.org/10.1080/0969594X.2019.1688764>
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bramastha, Dhi dan Irawan, D. (2021). Peningkatan Pemahaman Mahasiswa pada Mata Kuliah Perkembangan Masyarakat dan Budaya dengan Metode Field Trip. *JP2SD (Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Sekolah Dasar)* Vol. 9 , No. 1, April 2021, Hlm. 1-15
- Hake R.R. (2002). Relationship of Individual Student Normalized Learning Gains in Mechanics with Gender, High School *Physis*, and *Pretest Scores on Mathematic and Spatial Visualization*. *Physis Education Research Conference*.(1 14); <https://www.physics.indiana.edu/~hake>.
- Ismail. 2021. Refleksi dalam Pembelajaran Inkuiri: dampaknya pada Penguatan Berpikir Kritis Mahasiswa ditinjau dari Gaya Kognitif. *Lensa : Jurnal Kependidikan Fisika*, Vol. 9, No. 2, hal. 192-197.
- Ismiyanti, dkk. (2021). Penerapan Strategi Refleksi pada Akhir Pembelajaran untuk Meningkatkan Keterampilan Berfikir Kreatif Peserta didik pada Materi Fluida. *Jurnal Pendidikan Fisika dan Terapannya* Volume 3, Nomor 1, halm 27-30.
- Marisda, D.H. (2016). Pengembangan Modul Fisika Kesehatan Materi Getaran, Gelombang, dan Bunyi melalui Model Pembelajaran Langsung di SMK Kesehatan Terpadu Mega Rezky Makassar. *Jurnal Pendidikan Fisika*, 4(3), hal. 267-275.
- Ojose, B.(2008). Applying Piaget's Theory of Cognitive Development to Mathematics Instruction. *The Mathematics Educator*, Vol.18, No.1, pp.26-30.
- Ross, J. A., Rolheiser, C., & Hogaboam-Gray, A. (2002). Influences on Student Cognitions About Evaluation. *Assessment in Education: Principles, Policy & Practice*, 9(1), 81–95.
- Sakung, N.T, Wahidah, N.I, Fitriana, A. (2022). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Keterampilan Sosial Siswa. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8 (12), Hal. 532537
- Schunk. H. Dale. (2012). *Learning Theories an Educational Perspective: Teori-Teori Pembelajaran Perspektif Pendidikan*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Selvia, F dan Hemas Haryas H.S. (2022). Penerapan Refleksi Dalam Pembelajaran Matematika Pada Siswa Kelas X SMK Mambaul Ulum. *Proceeding: The 1st Conference On Educational scientific* halm. 113-119