

MENUMBUHKAN DISIPLIN DIRI MELALUI DISIPLIN POSITIF RESTITUSI

Adlan Surya Saputra
SD Negeri Wonokerso 02, Kandeman
adlansaputra14@guru.sd.belajar.id

ABSTRACT

The method of giving punishment in creating self-discipline in students is not effective. The punishment given will stimulate bullying in schools. The impact of punishment not only hurts physically but also mentally. They will grow into someone who is inferior and anti-social. In learning they become passive because they only focus on avoiding punishment. Likewise, giving rewards is not effective in fostering self-discipline in learners. This method actually makes learners dependent on rewards for good behavior and is counter-productive to the goal of self-discipline. Rewards do not foster internal motivation, responsibility and resilience in learners. This research uses the literature review method where data is obtained from various sources such as journals, e-books, and relevant references according to the topic raised. Positive discipline guides learners in fostering internal motivation so as to create long-term self-discipline. Positive discipline gives learners the freedom to correct and learn from their mistakes. Restitution is part of positive discipline with three steps, namely; 1) Stabilizing Identity; 2) Validating wrong actions; 3) Questioning class beliefs. The end result of the application of restitution positive discipline is the birth of self-discipline in students which is characterized by long-term good behavior. Schools that implement restitution positive discipline successfully reduce the number of offenses, learners are more likely to respect school rules and consider the consequences of their actions before violating. This indicates that restitution is successful in reducing negative behavior and bringing about long-term changes in learners' behavior.

Keywords: *self-discipline, positive discipline, restitution*

ABSTRAK

Metode pemberian hukuman dalam menciptakan disiplin diri pada peserta didik tidak efektif. Hukuman yang diberikan akan menstimulasi terjadinya tindak perundungan di sekolah. Dampak hukuman tidak hanya melukai fisik tapi juga mental peserta didik. Mereka akan tumbuh menjadi seseorang yang rendah diri dan anti-sosial. Di dalam pembelajaran mereka menjadi pasif karena mereka hanya berfokus pada menghindari hukuman. Begitu juga dengan pemberian hadiah tidak juga efektif untuk menumbuhkan disiplin diri pada peserta didik. Metode ini justru membuat peserta didik ketergantungan akan hadiah dalam berperilaku baik dan kontra produktif dengan tujuan disiplin diri. Hadiah tidak menumbuhkan motivasi internal, tanggung jawab dan ketangguhan peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode literature review di mana data diperoleh dari berbagai sumber seperti jurnal, e-book, dan referensi yang relevan sesuai dengan topik yang diangkat. Disiplin positif membimbing peserta didik dalam menumbuhkan motivasi internal sehingga tercipta disiplin diri jangka panjang. Disiplin positif memberikan kemerdekaan pada peserta didik untuk memperbaiki

dan belajar dari kesalahannya. Restitusi merupakan bagian dari disiplin positif dengan tiga langkah yaitu; 1) Menstabilkan Identitas; 2) Memvalidasi tindakan salah; 3) Menanyakan keyakinan kelas. Hasil akhir dari penerapan disiplin positif restitusi adalah lahirnya disiplin diri pada peserta didik yang ditandai dengan perilaku baik jangka panjang. Sekolah yang menerapkan disiplin positif restitusi berhasil menurunkan jumlah pelanggaran, peserta didik lebih cenderung menghormati aturan sekolah dan mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan mereka sebelum melanggar. Hal tersebut menandakan bahwa restitusi berhasil mengurangi perilaku negatif dan membawa perubahan jangka panjang pada perilaku peserta didik.

Kata Kunci: disiplin diri, disiplin positif, restitusi

A. Pendahuluan

Berbagai peristiwa yang menunjukkan krisis moral di kalangan anak sering terjadi sekarang ini. Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal yang bertugas mengembangkan nilai karakter anak perlu memberikan perhatian khusus. Manifestasi dari perhatian tersebut adalah penerapan pendidikan karakter. Dalam kurikulum merdeka peserta didik diharapkan menjadi Pelajar Pancasila yang beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, berkebinekaan global, gotong royong, mandiri, bernalar kritis, dan kreatif. Keenam dimensi Pelajar Pancasila tersebut dapat tercapai jika peserta didik memiliki disiplin diri yang kuat.

Setiap guru berjuang untuk menemukan cara yang tepat dalam menumbuhkan karakter disiplin pada diri peserta didik. Namun, terkadang

guru susah mengontrol amarah saat menghadapi anak yang ribut ataupun anak yang berperilaku buruk. Guru merasa lelah akibat banyaknya pekerjaan sehingga memilih jalur instan bagi peserta didik untuk menyelesaikan masalahnya, yaitu melalui pemberian hukuman sebagai konsekuensi atas kesalahannya. Guru menjadi “hakim” sebagai penentu keputusan dan peserta didik menjadi “tersangka” yang harus melaksanakan segala keputusan. Hal ini tentu tidak melatih peserta didik untuk mandiri dalam memikirkan, merasakan, dan mempertimbangkan sikap yang dilakukan.

Anak-anak di Indonesia menjadi korban kekerasan di rumah, sekolah dan masyarakat, baik dari teman sebaya maupun orang dewasa. Lembaga *Save The Children* Swedia menemukan bahwa sekolah di Indonesia menggunakan 65 bentuk

hukuman fisik dan 38 hukuman emosional (dalam Wijaya, 2015). Guru sering kali menggunakan hukuman dalam bentuk kekerasan fisik dan emosional untuk mendisiplinkan peserta didik (UNESCO, 2021). Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa sekolah telah melanggar hak anak untuk mendapat perlindungan dari kekerasan. Hak anak tersebut tercantum pada Konvensi PBB Hak Anak pasal 19, bahwa tiap anak berhak mendapat pengasuhan yang layak, dilindungi dari kekerasan, penganiayaan, dan pengabaian (Unesco, 2006). Penerapan metode tradisional yang cenderung mengandalkan hukuman fisik atau verbal, hukuman yang merendahkan, dan pendekatan otoriter dapat memiliki konsekuensi yang merugikan bagi peserta didik dan lingkungan belajar. Mereka akan belajar bahwa orang yang lebih tua atau kuat itu lebih superior sehingga menstimulus terjadinya tindak perundungan di sekolah. Selain itu, metode ini juga membuat mereka merasa malu, gelisah, agresif dan tidak peduli dengan lingkungan sekitarnya atau anti sosial (Wijaya, 2015).

Metode tradisional dalam melatih karakter disiplin peserta didik

di sekolah dasar memiliki dampak negatif dalam pembelajaran (Wijaya, 2015). Hal ini disebabkan oleh hilangnya rasa aman dan nyaman bagi peserta didik. Peserta didik mungkin merasa takut dan khawatir tentang kemungkinan menerima hukuman atau perlakuan yang tidak adil di lingkungan sekolah. Pemberian hukuman justru membuat peserta didik tidak suka dengan disiplin, karena menimbulkan rasa marah, terhina dan tidak dihargai (Murdiani, 2010). Hal ini dapat menghambat iklim belajar yang positif dan mempengaruhi keterlibatan peserta didik dalam proses pembelajaran. Hukuman dari guru yang berfokus pada kesalahan dan pelanggaran sering kali tidak mendorong peserta didik untuk belajar dengan motivasi yang tinggi. Alih-alih fokus pada pengembangan keterampilan dan pemahaman, peserta didik lebih cenderung menjadi pasif dan fokus pada bagaimana cara menghindari hukuman.

Pemberian hukuman untuk mendisiplinkan peserta didik hanya memberikan efek positif jangka pendek karena motivasi untuk disiplin berasal dari luar bukan dari dalam dirinya sendiri. Mereka berperilaku

karena adanya pengawasan saja, sehingga ketika merasa tidak diawasi terkadang pelanggaran yang sama terjadi lagi. Motivasi disiplin yang muncul tanpa ada paksaan dari orang lain akan memiliki efek jangka panjang daripada pemberian hukuman (Brand, 1995). Perilaku disiplin haruslah muncul dari diri peserta didik sendiri, bukan karena paksaan maupun rasa takut atas hukuman. Disiplin adalah modal yang utama dalam menciptakan peserta didik yang merdeka (Dewantara, 2013).

Jika metode hukuman tidak efektif, maka, apakah metode iming-iming pemberian penghargaan atau hadiah lebih efektif?. Metode iming-iming hadiah pujian tidak juga efektif dalam melatih kedisiplinan peserta didik. Sama halnya pemberian hukuman, stimulus hadiah tidak efektif dalam jangka panjang dan kontra produktif dengan tujuan utama disiplin diri. Mereka yang terbiasa diiming-imingi hadiah untuk disiplin akan merasa ketergantungan terhadap hadiah sebagai motivasi eksternal. Ketergantungan tersebut akan berimbas pada rusaknya motivasi internal yang sudah dimiliki peserta didik. Mereka tidak lagi

termotivasi melakukan perilaku tertentu tanpa hadiah (Brand, 1995).

Janji pemberian hadiah juga berkaitan dengan rasa kecewa dan gagal, ketika peserta didik berusaha keras untuk mendapatkan hadiah tapi tidak berhasil maka akan muncul rasa kesal dan rendah diri. Hal ini sejalan dengan teori perkembangan kepribadian Eriksen, masa sekolah berada pada fase *Industry vs Infeority*. Merujuk teori tersebut, perasaan gagal yang sering dialami peserta didik akan menciptakan karakter rendah diri (Thahir, 2018). Menurut Alfie Kohn dalam bukunya *Punished by Reward*, pemberian hadiah tidak membangun tanggung jawab, ketangguhan dan motivasi internal peserta didik. Justru mereka yang tidak terbiasa diberi hadiah cenderung lebih bertanggung jawab dan kreatif dalam mengerjakan tugas (Brand, 1995).

Metode pemberian hukuman dan iming-iming hadiah adalah cara untuk mengatur, mengubah, dan membentuk perilaku peserta didik melalui rangsangan eksternal. Guru tentunya ingin peserta didik memiliki disiplin jangka panjang tanpa perlu pengawasan dan menjadi Pelajar Pancasila seutuhnya. Peserta didik mungkin belum dapat memahami sisi

baik dan buruk dari perilakunya, oleh karena itu mereka membutuhkan pendidikan karakter disiplin dari guru. Pendidikan ini harus menggunakan metode disiplin yang menekankan disiplin secara positif, menumbuhkan motivasi internal, dan menghargai orang lain.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *literature review*, data dikumpulkan dari berbagai sumber seperti jurnal nasional dan internasional, prosiding, *e-book*, dan referensi yang relevan sesuai dengan topik yang diangkat. *Literature review* ini fokus pada penelusuran tentang penerapan disiplin positif restitusi dalam menumbuhkan disiplin diri. Adapun tempat referensi yang digunakan pada pencarian daring melalui website google scholar, doaj dan sumber basis web data online lainnya, serta melalui aplikasi iPusnas dengan kata kunci “disiplin positif”, “restitusi”, “*discipline positive*”.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan Disiplin Diri

Disiplin berasal dari bahasa latin *discere* yang berarti belajar. Dari kata ini muncul kata *disciplina* yang berarti pengajaran atau pelatihan. Sekarang kata disiplin mengalami evolusi makna dalam beberapa pengertian. Pertama, disiplin diartikan sebagai kepatuhan terhadap peraturan atau pengawasan dan pengendalian. Kedua, disiplin sebagai latihan yang ditujukan untuk mengembangkan diri agar berperilaku teratur. Tujuan disiplin adalah membantu peserta didik memahami apa yang diharapkan orang lain, bagaimana mereka harus bersikap, dan apa yang terjadi ketika mereka berperilaku buruk. Disiplin juga membantu anak mengendalikan perilakunya (Hidayat, Danarti & Darwati, 2016).

Disiplin merupakan faktor kunci dalam menciptakan lingkungan belajar yang efektif di sekolah dasar. Disiplin yang baik membantu menciptakan struktur, tanggung jawab, dan pengaturan yang diperlukan bagi peserta didik untuk belajar dengan optimal. Disiplin juga berperan dalam membentuk karakter peserta didik, mengajarkan nilai-nilai

penting seperti tanggung jawab, kerjasama, dan pengendalian diri.

Disiplin diri dapat didefinisikan sebagai mengerahkan segenap kemampuan untuk berperilaku pantas di lingkungan sosial dan pengekangan diri untuk berperilaku buruk serta menunda kepuasan (Kohn, 2008). Disiplin diri bukanlah kemampuan untuk mencapai tujuan yang dianggap baik oleh orang lain. Disiplin diri adalah kemampuan untuk menggunakan tekad untuk mencapai tujuan dan mempertahankan kriteria yang diinginkan. Dengan kata lain, disiplin diri bukanlah kemampuan untuk melakukan apa yang diperintahkan orang lain. Namun, kemampuan untuk mencapai apa yang ingin dilakukan oleh diri sendiri. Hal ini berarti mengetahui bagaimana cara mengelola emosi dan pikiran serta mengetahui cara berperilaku sehingga dapat mencapai tujuan (Duckworth, 2009).

Bapak Pendidikan Indonesia menyatakan bahwa, disiplin yang kuat merupakan syarat penting untuk menciptakan peserta didik yang merdeka. Disiplin disini berarti disiplin diri yang bersumber dari motivasi internal. Disiplin diri harus dilakukan dengan kerja keras, jika tidak mampu maka wajiblah penguasa

mendisiplinkan diri kita dengan suasana yang merdeka. Sedangkan pengertian merdeka adalah bukan hanya terlepas dari perintah tetapi mampu memerintahkan atau menguasai diri sendiri (Dewantara, 2013). Sehingga dalam membentuk disiplin diri dibutuhkan motivasi internal yang kuat, jika dibutuhkan intervensi guru harus menggunakan metode yang dapat menumbuhkan motivasi internal. Guru tidak bisa mengubah dan memaksa peserta didik untuk berperilaku, mereka berhak untuk memilih perilakunya. Mengajarkan disiplin diri berarti membantu peserta didik memahami bagaimana mencapai tujuan mereka dengan cara mengatur perhatian dan emosi mereka (Duckworth, 2009).

Disiplin Positif

Disiplin positif dikembangkan oleh Dr. Jane Nelsen yang bertujuan mendidik peserta didik atau anak agar memiliki sifat bertanggung jawab, dan cerdas. Menurut Flanagan (dalam Febriandari, 2018), "Disiplin positif adalah cara guru mempererat hubungan dengan peserta didik, memahami cara pandang, menumbuhkan empati, mengenalkan pengaturan diri, menghindari hukuman, memupuk rasa percaya

dan mendukung pemecahan masalah". Disiplin positif juga dapat diartikan cara mendisiplinkan peserta didik dengan cara komunikasi tentang keyakinan dan konsekuensi logis melalui sikap tanggung jawab, empati, dan sopan (Sumantri, & Budimansyah, 2020).

Disiplin positif merupakan pendekatan yang berfokus pada pemahaman dan pengembangan karakter peserta didik, dengan mengutamakan pendekatan proaktif daripada reaktif terhadap perilaku buruk. Daripada hanya menangani perilaku negatif setelah terjadi, disiplin positif mendorong guru untuk membangun hubungan yang kuat dengan anak-anak mereka, menjelaskan harapan dan aturan dengan jelas, serta memberikan dukungan dan penguatan positif ketika anak menunjukkan perilaku yang diinginkan (Barakat & Clark, 1998). Pendekatan ini juga mendorong komunikasi yang terbuka dan empati dalam menyelesaikan masalah, sehingga membantu anak-anak mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang konsekuensi dari tindakan mereka. Melalui disiplin positif, anak-anak dapat belajar mengenali dan mengendalikan emosi mereka, memahami batasan, serta

mengembangkan keterampilan sosial yang positif

Ketika menerapkan disiplin positif, guru dituntut untuk menghormati, membimbing dan mendukung peserta didik (Erwin, 2013). Guru menyadari kenapa mereka dapat berperilaku baik atau buruk, dan juga bagaimana mereka melihat dirinya yang mungkin menjadi penyebab perilaku tersebut. Guru memahami kemampuan dan situasi di sekitar mereka. Guru menetapkan harapan yang realistis dan memahami anak-anak sebagaimana adanya, bukan sebagaimana seharusnya. Selain itu, guru harus memahami bahwa pelanggaran memberikan kesempatan untuk pembelajaran yang konstruktif. Oleh karena itu, guru percaya bahwa perilaku buruk itu wajar bagi peserta didik dan bagian alami dari perkembangan anak dan tidak mengancam otoritas guru (Unesco, 2006).

Praktik disiplin positif mengajarkan guru untuk bersikap ramah dan tegas secara bersamaan, tanpa menggunakan cara kasar atau hukuman yang berlebihan, maupun bersikap terlalu lembut. Oleh karena itu, ada beberapa prinsip yang perlu

diterapkan dalam disiplin positif, yaitu:

1. Menghargai satu sama lain. Hal ini sangat penting antara pendidik dan juga antara pendidik dan peserta didik, karena pendidik adalah contoh bagi anak-anak. Selain itu, pendidik juga harus menghargai kebutuhan peserta didik.
2. Mencari tahu alasan di balik perilaku anak. Pendekatan ini lebih efektif dalam mengubah perilaku anak, karena pendidik dapat menggali alasan di balik perilaku tersebut dan mengubah keyakinan anak, sehingga perilaku mereka dapat berubah.
3. Komunikasi yang efektif dan kemampuan dalam menyelesaikan masalah.
4. Disiplin yang mengajarkan (dan bukan bersifat permisif atau menghukum).
5. Fokus pada solusi, bukan hukuman.
6. Memberikan dorongan (bukan pujian). Dorongan menunjukkan upaya dan perbaikan, bukan hanya kesuksesan, dan dapat membantu membangun harga diri serta memberdayakan anak dalam jangka panjang.

Setiap perilaku buruk peserta didik harus dianalisis terlebih dahulu.

Guru tidak boleh gegabah dalam menentukan tindakan, karena peserta didik dikatakan tidak disiplin jika memang mereka secara sadar memilih untuk melakukan hal tersebut. Ada 3 langkah dalam melakukan analisis tindakan peserta didik (Barakat & Clark, 1998):

1. Pastikan peserta didik salah, temukan masalah atau guru hanya kehilangan kesabaran. Jika tidak ada masalah guru harus menjauh dari peserta didik dan menghilangkan stresnya. Ketika ditemukan masalah lanjutkan ke langkah selanjutnya.
2. Pikirkan kembali kemampuan peserta didik dalam meraih harapan guru. Harapan guru terhadap kemampuan berperilaku harus realistis dan adil. Jika sudah sesuai maka lanjutkan ke langkah selanjutnya, sebaliknya jika tidak sesuai maka guru harus merevisi harapan guru tersebut.
3. Pastikan kesadaran peserta didik saat berperilaku buruk. Jika peserta didik tidak merasa bersalah saat berperilaku buruk, guru harus menawarkan bantuan untuk memahami harapan guru dan cara untuk meraihnya. Berbeda ketika mereka memang sadar jika perbuatan tersebut

salah maka itu disebut perilaku buruk.

Setiap perilaku buruk peserta didik selalu memiliki alasan. Ketika guru dapat menemukan alasannya maka guru akan berhasil dalam menanggapi dan mencegah perilaku tersebut terulang lagi. Disiplin positif memiliki lima cara untuk menanggapi perilaku pelanggaran yang dilakukan peserta didik, yaitu (Hidayat, *et al*, 2016) :

1. Konsekuensi Natural

Peserta didik dibiarkan merasakan konsekuensi dari perilakunya. Ketika mereka tidak mau memasukkan buku pakatnya ke dalam tas. Maka suatu saat bukunya akan hilang. Cara ini hanya boleh digunakan saat mereka tidak membahayakan keselamatannya.

2. Konsekuensi Logis

Konsekuensi logis adalah konsekuensi yang masuk akal akibat dari tindakan pelanggaran peserta didik. Ketika mereka tidak mendengarkan instruksi dari guru saat mengadakan proyek, maka mereka akan tidak tahu langkah-langkah dalam proyek tersebut. Tidak mendengarkan adalah tindakan, sedangkan tidak tahu

langkah dalam proyek adalah konsekuensi.

3. Perbaiki

Peserta didik yang merusak sesuatu maka harus membantu memperbaikinya. Ketika mereka membuat orang lain tertekan, mereka harus membantu menenangkannya.

4. Rehat Sejenak

Berikan waktu untuk peserta didik untuk merefleksikan pelanggaran yang mereka lakukan dengan menjauhkan dengan teman-temannya. Strategi ini memberi kesempatan peserta didik mendapatkan ketenangan dalam menstabilkan emosinya. Guru harus bersikap tenang dan tegas dalam menerapkan strategi ini.

5. Pengalihan

Strategi terakhir ini digunakan ketika peserta didik tidak bisa diajak bekerjasama. Peserta didik dialihkan perhatiannya ketika muncul perilaku menyimpang. Misalnya ketika peserta didik berebut buku bacaan, guru bisa mengalihkan dengan memberikan atau menyarankan kegiatan lain.

Restitusi

Resitusi merupakan bagian dari disiplin positif. Filosofi restitusi

dikembangkan oleh Diane Chelsom Gossen yang berlandaskan *Control Theory*, *Choice Theory* dari William Glasser, dan juga praktik-praktik kemandirian disiplin diri penduduk asli Australia (Erwin, 2003). Metode restitusi ini berarti usaha pendisiplinan peserta didik melalui pencarian solusi atas kesalahan yang dilakukan agar dapat diterima kembali oleh kelompoknya. Fungsi dari restitusi adalah sebagai alat yang dapat digunakan guru untuk menguasai kelas tanpa mengorbankan harga diri individu sehingga peserta didik akan mengakui ketika mereka melakukan kesalahan dan mencoba memperbaikinya (O'Connor & Peterson, 2013). Metode ini menitikberatkan rasa percaya dan diskusi dalam merefleksikan tindakan mereka. Sehingga mereka berpikir kritis mencari solusi untuk memperbaiki kesalahannya.

Restitusi menganggap segala perilaku peserta didik lakukan merupakan upaya untuk memenuhi salah satu kebutuhan dasar hidupnya. Dalam upaya tersebut peserta didik menggunakan berbagai cara, bisa dengan yang positif ataupun negatif, seperti melanggar peraturan. Menurut *Choice Theory*

disebutkan setidaknya ada lima kebutuhan hidup yang harus dipenuhi yaitu bertahan hidup, kesenangan, kasih sayang, kekuatan, dan kebebasan. Dengan mengenali kebutuhan tersebut, guru bertugas memenuhi kebutuhan mereka dengan cara yang dapat diterima. Guru dapat meminta peserta didik mengenali perasaan mereka dalam membantu mengenali kebutuhan dasarnya. Sebagai contoh jika mereka merasa sedih berarti mereka membutuhkan kasih sayang. Sedangkan jika merasa bosan berarti mereka membutuhkan kesenangan.

Restitusi berfokus pada solusi dalam pemecahan masalah, bukan pada masalahnya (Sugianto, 2022). Ketika peserta didik melakukan kesalahan, metode ini tidak memberikan hukuman sebagai konsekuensi tindakannya. Kesalahan dianggap wajar karena manusia berbuat salah dalam kehidupannya. Restitusi memberikan kemerdekaan untuk peserta didik dalam menyelesaikan masalahnya, bukan guru yang memutuskan. Justru mereka diberi kepercayaan dan ruang diskusi untuk mengidentifikasi segala tindakannya, sehingga mereka mampu menganalisis dan memikirkan langkah yang tepat

dalam menentukan solusi. Ketika berhasil menyelesaikan masalahnya, maka akan muncul penghargaan terhadap diri sendiri dan orang lain. Mereka yang merasa lebih berharga dan percaya diri menunjukkan masalah kedisiplinan yang lebih rendah (Tsewang, 2022), sehingga pada akhirnya muncullah disiplin diri yang bersumber dari motivasi internal (Penner, 2011). Namun perlu digaris bawahi bahwa semua solusi dari peserta didik tidak selamanya mempunyai korelasi logis untuk memecahkan masalahnya. Sehingga penting bagi guru untuk membimbing dan mengontrol peserta didik dalam proses pemecahan masalah tersebut.

Restitusi mengajarkan peserta didik memiliki tujuan memperbaiki dirinya. Restitusi tidak mengajarkan mereka untuk bersikap untuk menyenangkan orang lain, tapi bertujuan agar mereka menghargai nilai-nilai kebaikan yang mereka yakini. Sehingga penting bagi guru untuk tidak sekedar membimbing mereka untuk menebus kesalahan atau sekedar minta maaf saja (Agusta, 2022). Dalam restitusi, guru memberikan ruang yang aman untuk merefleksikan kesalahan dan berpikir apa yang dapat dilakukan untuk memperbaikinya, sehingga mereka

menjadi pribadi yang memiliki karakter lebih baik dan menghargai dirinya.

Peran guru dalam membantu menentukan solusi dan perbaikan diri peserta didik sangat diperlukan. Guru menempatkan diri sebagai manajer dalam penerapan restitusi, yang berarti guru harus mendukung peserta didik untuk mempertanggungjawabkan perilakunya dan menemukan solusi atas permasalahannya sendiri melalui ruang refleksi dan diskusi. Namun jika peserta didik belum siap diajak berdiskusi guru dapat berperan sebagai teman atau pemantau. Namun perlu dipahami bahwa peran manajer merupakan tujuan akhir karena peran ini mendukung peserta didik merdeka dan mandiri dalam memecahkan masalah (Fitri, 2016).

Menumbuhkan Disiplin Diri Melalui Disiplin Positif Restitusi

Pengelolaan restitusi membutuhkan tiga aspek yang harus diperhatikan. Pertama, guru perlu mencari tahu apa yang diinginkan oleh peserta didik dengan cara diskusi. Kedua, perlu ada kontrak sosial yang dikembangkan antara guru dan peserta didik di kelas sehingga mereka merasa menjadi

bagian dari kelompok dan ingin tetap berada di dalam kelompok tersebut. Terakhir, kesepakatan nilai-nilai baik yang ingin dikembangkan (O'Connor & Peterson, 2013). Sejalan dengan aspek tersebut, Gossen menjelaskan bahwa penerapan restitusi memiliki tiga langkah atau lebih kita kenal dengan segitiga restitusi, yaitu menstabilkan identitas, validasi tindakan, menanyakan keyakinan (Agusta, 2022).

Langkah pertama restitusi adalah menstabilkan identitas. Guru menyadarkan peserta didik bahwa wajar membuat kesalahan dan bahwa bukan hanya mereka saja yang pernah melakukannya. Bagian ini bertujuan mengubah orang yang merasa gagal, dimana mereka memilih untuk melawan atau menarik diri, menjadi orang yang sukses, dimana mereka diberdayakan untuk bergerak maju dan memperbaiki kesalahannya (Erwin, 2012). Guru harus mampu meyakinkan mereka, contohnya dengan berkata "Saya juga pernah melakukan kesalahan seperti kamu", "Bapak atau Ibu guru juga pernah melakukan kesalahan itu". Saat berkomunikasi dengan peserta didik, guru juga perlu memperhatikan bahasa tubuh dan intonasi suara. Perhatikanlah tatapan,

letak tangan, mimik wajah, intonasi suara, dan pemilihan kata. Ketika seseorang dalam kondisi emosional maka otak tidak mampu berpikir rasional. Menstabilkan identitas membantu peserta didik menjadi tenang, kembali ke suasana hati di mana penyelesaian masalah bisa dilakukan. Sehingga mereka dapat diajak diskusi secara aktif dalam memperbaiki diri dan keadaan.

Langkah kedua adalah memvalidasi tindakan yang salah. Pada langkah kedua guru terlebih dahulu memahami kebutuhan dasar yang mendasari tindakan peserta didik (Agusta, 2022). Ketika kita menolak mereka yang berbuat salah maka mereka akan tetap dalam masalah. Paling penting adalah kita memahami alasan mereka berbuat kesalahan sehingga mereka merasa dipahami. Sehingga guru dapat membantu mereka menemukan jalan yang baik untuk memenuhi kebutuhannya tanpa melanggar kebutuhan orang lain (Erwin, 2012).

Menanyakan keyakinan kelas adalah langkah selanjutnya. Ketika langkah pertama dan kedua sukses dilakukan maka anak lebih siap dikaitkan dengan nilai-nilai kebajikan yang dia percaya dan berpindah menjadi orang yang dia inginkan.

Kehidupan masa depan yang mereka inginkan sangat penting ditanyakan. Ketika gambaran masa depannya sudah ditemukan, maka guru dapat membantu mengarahkan mereka tetap fokus pada gambarannya. Segitiga restitusi dapat menumbuhkan motivasi internal murid untuk disiplin positif dan terbiasa mencari solusi dengan permasalahannya.

Berpedoman pada segitiga restitusi tersebut, maka penting bagi guru dan peserta didik berdiskusi untuk menyepakati “Keyakinan Kelas” yang memuat nilai-nilai kebaikan yang akan dikembangkan. Keyakinan kelas akan membantu guru dalam membimbing peserta didiknya dalam melakukan restitusi. Menurut Gossen (dalam Penner, 2011) keyakinan akan lebih memotivasi orang dari dalam (motivasi internal). Ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam membuat keyakinan kelas, yaitu melibatkan seluruh warga kelas, jumlah keyakinan/nilai baik tidak terlalu banyak agar mudah dipahami, menggunakan kalimat positif, keyakinan dapat diterapkan di lingkungan kelas, lakukan tinjauan agar selalu relevan. Keyakinan kelas dibuat dengan berdiskusi dengan harapan peserta didik dapat

memahami nilai dalam keyakinan kelas tersebut. Jika perlu keyakinan kelas dapat dicetak menjadi poster kemudian ditempelkan di tempat yang mudah dilihat. Harapannya poster ini menjadi pengingat apabila peserta didik lupa akan nilai-nilai yang diyakininya.

Pada penerapan restitusi ini terkadang ditemukan peserta didik yang tidak ingin menjawab atau diajak berdiskusi. Mereka memilih diam atau menjawab tidak tahu pada semua pertanyaan kita. Jika ditemukan kasus seperti ini, guru dapat melakukan teknik 30 detik bertanya. Teknik ini merupakan cara cepat untuk mengembalikan peserta didik tanpa melakukan semua langkah restitusi. Bertanyalah secara singkat dan tetap memonitor mereka saat sesi tanya jawab. Beri jeda waktu untuk menjawab pertanyaan, sabarlah dalam menunggu, dan pakailah kalimat yang positif. Beberapa pertanyaan yang dapat digunakan guru yaitu: 1) Menurutmu, apakah yang kamu lakukan itu benar?; 2) Apakah kamu ingat nilai-nilai yang kita percayai?; 3) Apa tugasmu di sekolah?; 4) Apakah aku dapat membantumu?; 4) Apa yang seharusnya kita lakukan untuk memperbaiki situasi ini?; 5)

Menurutmu apa yang kamu lakukan sekarang ini membantu atau melanggar kesepakatan?. Namun, jika mereka tetap memilih diam, berikanlah waktu tambahan selama tiga menit. Guru harus tetap tenang dan menghindari pertanyaan seperti “Kamu tahu kan, kamu tidak boleh melakukan itu?”, sehingga mereka akan menutup diri. Jika tetap tidak berhasil, terimalah dulu keadaannya. Kemudian kita jelaskan bahwa keadaan ini akan kembali dibahas ketika semuanya sudah lebih tenang. Ungkapkan juga kepada mereka harapan di pertemuan selanjutnya, seperti “Semoga kita bisa mendapatkan solusi yang terbaik nanti?”. Jika tidak ada perubahan pada diskusi lanjutan, guru dapat membuka ruang empati dengan menceritakan refleksi dari kesalahan yang pernah kita perbuat.

Dalam menerapkan segitiga restitusi, guru dapat mengidentifikasi pelanggaran keyakinan kelas yang dilakukan oleh peserta didik dan memberikan kesempatan kepada mereka untuk memperbaiki kesalahan yang dilakukan. Guru juga dapat memberikan umpan balik yang positif dan memberikan dukungan untuk membantu peserta didik memperbaiki kesalahan yang

dilakukan. Selain itu, guru dapat membantu peserta didik memahami dampak dari kesalahan yang dilakukan dan mengevaluasi nilai-nilai kebaikan yang diyakini

Implikasi Disiplin Positif Restitusi

Hasil akhir dari penerapan disiplin positif restitusi adalah lahirnya disiplin diri pada peserta didik yang ditandai dengan berkurangnya temuan perilaku buruk dan bertambahnya perilaku baik tanpa pelibatan hukuman maupun iming-iming hadiah. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Mulatsih (2015), mengungkapkan bahwa restitusi berhasil menurunkan jumlah pelanggaran. Peserta didik lebih cenderung menghormati aturan sekolah dan mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan mereka sebelum melanggar. Mereka sepenuhnya sadar akan konsekuensi dari tindakan mereka dan tidak menunjukkan perilaku anti-sosial. Mereka saling membantu dan membimbing rekannya dengan penguatan yang positif sehingga tindak perundungan pun berkurang (Tshewang, 2022). Mereka juga dapat mempelajari perbedaan antara perilaku yang baik dan buruk, mencari apa yang positif dan mengambil keputusan dengan hati-

hati dan tepat (Fitri, 2016). Selain itu restitusi berhasil meningkatkan kehadiran peserta didik dan hasil belajar (O'Connor & Peterson, 2013).

Restitusi tidak hanya menguntungkan peserta didik, tetapi juga menguntungkan bagi guru. Hal ini sesuai dengan *Control Theory* William Glasser tentang *win - win solution* (Sugianto, 2022). Hasil program percontohan penerapan disiplin positif di provinsi Papua Barat yang dilakukan UNICEF menunjukkan bahwa, disiplin positif berhasil menurunkan penggunaan hukuman fisik dan emosional oleh guru, dari 20,57% dan 13,47% menjadi 4% seluruhnya (UNICEF, 2021). Selain itu, mereka menyatakan bahwa mereka dapat berkonsentrasi dalam mengajar, tidak bekerja terlalu keras, tidak terlalu lelah di penghujung hari, merasa lebih sehat sehingga jarang izin, dan memiliki kepuasan kerja yang lebih besar (Penner, 2011; O'Connor & Peterson, 2013).

D. Kesimpulan

Metode hukuman dan iming-iming hadiah hanya memiliki dampak positif jangka pendek, karena sikap tersebut muncul karena motivasi eksternal. Dalam disiplin positif

restitusi dengan pola manajerial, peserta didik diberikan hak untuk memecahkan masalahnya sendiri dan belajar dari kesalahan tersebut sesuai dengan nilai-nilai kebaikan yang diyakini. Hal ini akan menumbuhkan motivasi internal peserta didik sehingga tercipta disiplin diri yang kuat dan jangka panjang. Pada akhirnya mereka akan menjadi anak yang sukses dalam kehidupannya.

Penerapan disiplin positif restitusi ini bukanlah cara instan, kita perlu mengupayakan pelan-pelan agar peserta terbiasa menganalisis kesalahan dan dapat memperbaikinya sehingga dampaknya mungkin tidak terlihat langsung. Dalam penerapannya dibutuhkan kerja keras dan konsistensi, sehingga guru harus sabar dalam menghadapi peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, H. G. P. (2022, November). Building Student Character Through Positive Discipline. In *The International Conference on Technology, Education, and Science* (Vol. 4, No. 1, pp. 8-13).
<https://seminar.ustjogja.ac.id/index.php/InCoTES/article/view/539>
- Ann O'Connor & Reece L. Peterson. 2013. Restitution,

- University of Nebraska-Lincoln.
https://k12engagement.unl.edu/strategy-briefs/Restitution%2011-25-2013_0.pdf
- Barakat, I. S., & Clark, J. (1998). Positive discipline and child guidance. *University of Missouri Extension Publication# GH*.
<https://extension.missouri.edu/media/wysiwyg/Extensiondata/Pub/pdf/hesguide/humanrel/gh6119.pdf>
- Brandt, R. (1995). Punished by rewards. *Educational Leadership*, 53(1), 13-16.
<https://msca.edu.au/wp-content/uploads/2021/08/alfie-kohn-article-excerpt.pdf>
- Dewantara, K. H. (2013). Pemikiran, konsepsi, keteladanan, sikap merdeka I (Pendidikan). Yogyakarta: UST Press & Majelis Luhur Persatuan Tamansiswa.
<http://www.library.usd.ac.id/web/index.php?pilih=search&p=1&q=0000134339&go=Detail>
- Duckworth, A. L. (2009). Self-discipline is empowering. *Phi Delta Kappan*, 90(7), 536.
http://www.pdkmembers.org/members_online/publications/Archive/pdf/k0903duc.pdf
- Erwin, J. C. (2003). Giving students what they need. *Educational Leadership*, 61(1), 19-23.
http://www.my-ecoach.com/online/resources/3916/Article_Giving_Students_What_They_Need.pdf
- Febriandari, E. I. (2018). Penerapan metode disiplin positif sebagai bentuk pembinaan pendidikan karakter disiplin anak. *Karya Ilmiah Dosen*, 1(1).
<https://journal.stkippgritrenggal.ek.ac.id/index.php/kid/article/view/132>
- Fitri, R. (2016). Developing Early Childhood Discipline Approach to Restitution. *Jurnal TEKPEN*, 1(2).
<https://journal.unesa.ac.id/index.php/jtp/article/view/1132>
- Hidayat, N., Danarti & Darwati, S. (2016). Disiplin Positif; Membentuk Karakter Tanpa Hukuman. *The Progressive and Fun Education Seminar. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta*
<https://publikasiilmiah.ums.ac.id/handle/11617/7840?show=full>
- Kohn, A. (2008). Why self-discipline is overrated. *Phi Delta Kappan*, 90(8), 168-176.
<https://www.alfiekohn.org/article/self-discipline-overrated/?print=print>
- Mulatsih, H. (2022). Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Melalui Penerapan Segitiga Restitusi di Kelas VII. 1 SMP Negeri 51 Batam Tahun Pelajaran 2022/2023. *BIODIDAK: Journal of Biology Education and Learning*, 2(2), 77-86.
<https://journal.unrika.ac.id/index.php/BioDidak/article/view/4862>
- Penner, C. (2011). School attachment theory and restitution processes: Promoting positive behaviors in middle years schools. *University of Manitoba (Canada)*.
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ996777.pdf>
- Sugianto, A. (2022). "Restitusi Sebuah Cara Menanamkan Disiplin Positif pada Siswa". Kompasiana. Diakses pada 12 Juni 2023

- <https://www.kompasiana.com/agus41524/630db4739566064881698da2/restitusi-sebuah-cara-menanamkan-disiplin-positif-pada-siswa?page=all#sectionall>
- Sumantri, E., & Budimansyah, D. (2020). Penerapan Disiplin Positif dalam Mewujudkan Pendidikan Anti Kekerasan di Sekolah. *Jurnal Civicus*, 20(1), 40-50.
<https://ejournal.upi.edu/index.php/civicus/article/view/16353/2643>
- Thahir, A. (2018). Psikologi perkembangan, *UIN Raden Intan*
<http://repository.radenintan.ac.id/11010/1/PSIKOLOGI%20PERKEMBANGAN.pdf>
- Tshewang, C. (2022). Outcomes of Positive Discipline on Student's behaviors. *RABSEL*, 23(1).
<http://journal.pce.edu.bt/index.php/rabsel/article/view/35>
- UNESCO. (2006). Buku khusus 1: Disiplin Positif dalam Kelas Inklusif Ramah Pembelajaran: Panduan bagi Pendidik, *UNESCO DOC*
https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000149284_ind
- UNICEF. (2021). ACTION TO END VIOLENCE AGAINST CHILDREN IN SCHOOLS: UNICEF Review of Programme Interventions Illustrating Actions to Address Violence against Children in and around Schools 2018-2020. UNICEF. New York
<https://www.unicef.org/media/101891/file/CSAE-Programme-Review-2021.pdf>