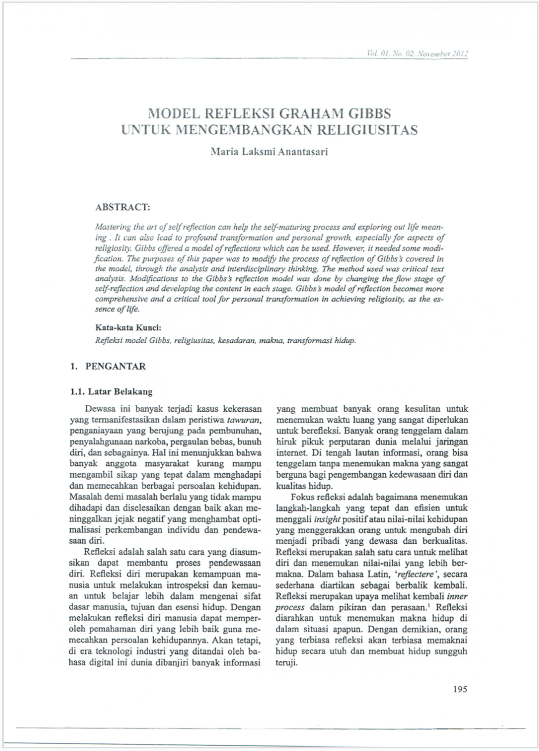
Digital Receipt

This receipt acknowledges that Turnitin received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

Submission author:	Maria Laksmi Anantasari
Assignment title:	Periksa similarity
Submission title:	MODEL REFLEKSI GRAHAM GIBBS UNTUK MENGEMBANGKA...
File name:	bs_untuk_Mengembangkan_Religiusitas_Maria_Laksmi_Anan...
File size:	50.35M
Page count:	13
Word count:	7,071
Character count:	44,543
Submission date:	02-Jun-2022 09:38AM (UTC+0700)
Submission ID:	1848830273



MODEL REFLEKSI GRAHAM GIBBS
UNTUK MENGEMBANGKAN RELIGIUSITAS

Maria Laksmi Anantasari

ABSTRACT:

Mastering the art of self reflection can help the self-maturing process and exploring out life meaning . It can also lead to profound transformation and personal growth, especially for aspects of religiosity. Gibbs offered a model of reflections which can be used. However, it needed some modification. The purposes of this paper was to modify the process of reflection of Gibbs's covered in the model, through the analysis and interdisciplinary thinking. The method used was critical text analysis. Modifications to the Gibbs's reflection model was done by changing the flow stage of self-reflection and developing the content in each stage. Gibbs's model of reflection becomes more comprehensive and a critical tool for personal transformation in achieving religiosity, as the essence of life.

Kata-kata Kunci:
Refleksi model Gibbs, religiusitas, kesadaran, makna, transformasi hidup.

1. PENGANTAR

1.1. Latar Belakang

Dewasa ini banyak terjadi kasus kekerasan yang termanifestasikan dalam peristiwa *tawuran*, penganiayaan yang berujung pada pembunuhan, penyalahgunaan narkoba, pergaulan bebas, bunuh diri, dan sebagainya. Hal ini menunjukkan bahwa banyak anggota masyarakat kurang mampu mengambil sikap yang tepat dalam menghadapi dan memecahkan berbagai persoalan kehidupan. Masalah demi masalah berlalu yang tidak mampu dihadapi dan diselesaikan dengan baik akan meninggalkan jejak negatif yang menghambat optimalisasi perkembangan individu dan pendewasaan diri.

Refleksi adalah salah satu cara yang diasumsikan dapat membantu proses pendewasaan diri. Refleksi diri merupakan kemampuan manusia untuk melakukan introspeksi dan kemauan untuk belajar lebih dalam mengenai sifat dasar manusia, tujuan dan esensi hidup. Dengan melakukan refleksi diri manusia dapat memperoleh pemahaman diri yang lebih baik guna memecahkan persoalan kehidupannya. Akan tetapi, di era teknologi industri yang ditandai oleh bahasa digital ini dunia dibanjiri banyak informasi yang membuat banyak orang kesulitan untuk menemukan waktu luang yang sangat diperlukan untuk berefleksi. Banyak orang tenggelam dalam hiruk pikuk perputaran dunia melalui jaringan internet. Di tengah lautan informasi, orang bisa tenggelam tanpa menemukan makna yang sangat berguna bagi pengembangan kedewasaan diri dan kualitas hidup.

Fokus refleksi adalah bagaimana menemukan langkah-langkah yang tepat dan efisien untuk menggali *insight* positif atau nilai-nilai kehidupan yang menggerakkan orang untuk mengubah diri menjadi pribadi yang dewasa dan berkualitas. Refleksi merupakan salah satu cara untuk melihat diri dan menemukan nilai-nilai yang lebih bermakna. Dalam bahasa Latin, '*reflectere*', secara sederhana diartikan sebagai berbalik kembali. Refleksi merupakan upaya melihat kembali *inner process* dalam pikiran dan perasaan.[3] Refleksi diarahkan untuk menemukan makna hidup di dalam situasi apapun. Dengan demikian, orang yang terbiasa refleksi akan terbiasa memaknai hidup secara utuh dan membuat hidup sungguh teruji.

Copyright 2022 Turnitin. All rights reserved.

MODEL REFLEKSI GRAHAM GIBBS UNTUK MENGEMBANGKAN RELIGIUSITAS

by Laksmi Anantasari Maria

Submission date: 02-Jun-2022 09:38AM (UTC+0700)
Submission ID: 1848830273
File name: bs_untuk_Mengembangkan_Religiusitas_Maria_Laksmi_Anantasari.pdf (50.35M)
Word count: 7071
Character count: 44543

MODEL REFLEKSI GRAHAM GIBBS UNTUK MENGEMBANGKAN RELIGIUSITAS

Maria Laksmi Anantasari

ABSTRACT:

Mastering the art of self reflection can help the self-maturing process and exploring out life meaning . It can also lead to profound transformation and personal growth, especially for aspects of religiosity. Gibbs offered a model of reflections which can be used. However, it needed some modification. The purposes of this paper was to modify the process of reflection of Gibbs's covered in the model, through the analysis and interdisciplinary thinking. The method used was critical text analysis. Modifications to the Gibbs's reflection model was done by changing the flow stage of self-reflection and developing the content in each stage. Gibbs's model of reflection becomes more comprehensive and a critical tool for personal transformation in achieving religiosity, as the essence of life.

Kata-kata Kunci:

Refleksi model Gibbs, religiusitas, kesadaran, makna, transformasi hidup.

1. PENGANTAR

1.1. Latar Belakang

Dewasa ini banyak terjadi kasus kekerasan yang termanifestasikan dalam peristiwa *tawuran*, penganiayaan yang berujung pada pembunuhan, penyalahgunaan narkoba, pergaulan bebas, bunuh diri, dan sebagainya. Hal ini menunjukkan bahwa banyak anggota masyarakat kurang mampu mengambil sikap yang tepat dalam menghadapi dan memecahkan berbagai persoalan kehidupan. Masalah demi masalah berlalu yang tidak mampu dihadapi dan diselesaikan dengan baik akan meninggalkan jejak negatif yang menghambat optimalisasi perkembangan individu dan pendewasaan diri.

Refleksi adalah salah satu cara yang diasumsikan dapat membantu proses pendewasaan diri. Refleksi diri merupakan kemampuan manusia untuk melakukan introspeksi dan kemauan untuk belajar lebih dalam mengenai sifat dasar manusia, tujuan dan esensi hidup. Dengan melakukan refleksi diri manusia dapat memperoleh pemahaman diri yang lebih baik guna memecahkan persoalan kehidupannya. Akan tetapi, di era teknologi industri yang ditandai oleh bahasa digital ini dunia dibanjiri banyak informasi yang membuat banyak orang kesulitan untuk menemukan waktu luang yang sangat diperlukan untuk berefleksi. Banyak orang tenggelam dalam hiruk pikuk perputaran dunia melalui jaringan internet. Di tengah lautan informasi, orang bisa tenggelam tanpa menemukan makna yang sangat berguna bagi pengembangan kedewasaan diri dan kualitas hidup.

Fokus refleksi adalah bagaimana menemukan langkah-langkah yang tepat dan efisien untuk menggali *insight* positif atau nilai-nilai kehidupan yang menggerakkan orang untuk mengubah diri menjadi pribadi yang dewasa dan berkualitas. Refleksi merupakan salah satu cara untuk melihat diri dan menemukan nilai-nilai yang lebih bermakna. Dalam bahasa Latin, '*reflectere*', secara sederhana diartikan sebagai berbalik kembali. Refleksi merupakan upaya melihat kembali *inner process* dalam pikiran dan perasaan.[1] Refleksi diarahkan untuk menemukan makna hidup di dalam situasi apapun. Dengan demikian, orang yang terbiasa refleksi akan terbiasa memaknai hidup secara utuh dan membuat hidup sungguh teruji.

Proses berefleksi semestinya membantu untuk mengembangkan pribadi manusia secara utuh dalam segala aspek. Salah satu aspek penting hidup manusia adalah aspek religius. Secara etimologis, religius berasal dari kata *religio* atau (*re+legere*) yang berarti mengikat, menimbang-nimbang dan mengumpulkan kembali pengalaman batin yang tercecer.[2] Jadi aspek religius berhubungan dengan nilai-nilai yang menyatukan manusia secara utuh.

1.2. Pokok Permasalahan

Penelitian ini berfokus pada upaya memahami model refleksi Graham Gibbs untuk mengembangkan religiusitas. Walaupun istilah religius atau religiusitas sering digunakan, namun tidak semua orang memahami arti istilah itu secara jelas. Untuk itu, sebelum masuk ke dalam pemikiran dan argumentasi Graham Gibbs, perlu dijelaskan apa yang dimaksud dengan religiusitas. Kemudian ada dua permasalahan yang perlu diteliti berkaitan dengan pemikiran Graham Gibbs mengenai refleksi: model berefleksi yang ditawarkan Gibbs; dan bagaimana menggunakan langkah-langkah refleksi tersebut bagi pengembangan religiusitas. Supaya bisa melihat secara jelas kekhasan pemikiran Gibbs, akan diuraikan terlebih dahulu beberapa pengertian refleksi.

1.3. Tujuan

Tulisan ini bermaksud untuk mengkaji proses refleksi yang terliput dalam model Gibbs. Asumsi yang melandasi tujuan tulisan ini adalah refleksi diri tidak hanya dibutuhkan oleh guru, tenaga keperawatan atau ahli profesional lain yang memberikan pendampingan. Refleksi adalah suatu hal yang senantiasa harus ditumbuhkan dalam diri tiap orang. Setiap orang mengalami suatu pengalaman kehidupan oleh karenanya belajar dari pengalaman menjadi tanggung jawab masing-masing pribadi.

Dengan asumsi di atas, penelitian ini bertujuan untuk menguraikan secara sistimatis model dan langkah-langkah refleksi menurut Graham Gibbs. Penelitian ini juga bertujuan untuk menyampaikan model berefleksi yang sekiranya berguna untuk membantu memaknai hidup bagi kelompok maupun perorangan. Tujuan terakhir adalah untuk menyampaikan sebuah analisis dan pemikiran interdisipliner (studi psikologi dan spiritualitas) untuk mengembangkan religiusitas.

1.4. Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analisis kritis dan aplikatif terhadap pemikiran Graham Gibbs. Metode analisis teks secara kritis akan diaplikasikan untuk memahami pemikiran Graham Gibbs mengenai model refleksi. Selanjutnya, metode aplikatif dielaborasi dalam upaya untuk menemukan langkah-langkah refleksi Gibbs yang relevan untuk untuk mengembangkan religiusitas.

2. PENGERTIAN REFLEKSI DAN RELIGIOSITAS

2.1. Refleksi

Meskipun istilah refleksi dijelaskan dalam banyak definisi, namun ada satu titik temu, yaitu refleksi berkaitan dengan proses belajar secara kritis dari/ dan melalui pengalaman. Hotton menyebut John Dewey sebagai pemrakarsa mengenai refleksi. [3] Menurut Dewey sebagai salah satu cara untuk memecahkan masalah. Dewey meyakini bahwa pengalaman sama pentingnya dengan teori. Refleksi menurut Dewey adalah pertimbangan yang dilakukan secara aktif, hati-hati terhadap semua keyakinan atau segala bentuk pengetahuan untuk memecahkan persoalan.

Bagi Dewey, karakter individu yang reflektif adalah memiliki keterbukaan pikiran, kemauan untuk menerima tanggungjawab terhadap pandangan pribadi, keberanian menghadapi rasa takut dan ketidakpastian serta penuh antusiasme.[4] Dalam beberapa diskusi, istilah refleksi kritis sering muncul. Dalam perspektif Dewey, kritis berarti mampu membuat analisis yang menghasilkan asumsi-asumsi pencerahan untuk memecahkan masalah.

Refleksi dikembangkan Dewey dalam kaitan dengan proses pendidikan formal dan informal. Carper mengembangkan pemikiran tentang refleksi dalam dunia pelayanan medis. Ia menjelaskan refleksi sebagai usaha menggambarkan dan menganalisis cara-cara untuk memahami sesuatu.[5] Kalau Dewey mengembangkan refleksi dalam rangka praktek belajar (*learning by doing*), Caper mengembangkan refleksi dalam rangka analisis yang menghasilkan pemahaman.

Sebagian besar literatur mengenai refleksi yang dikembangkan dari gagasan Dewey berfokus pada pembelajaran individu dewasa.[6] Refleksi dilakukan dalam ranah praktik, peran-peran professional seperti dalam bidang pengajaran dan

pendidikan.[7] Refleksi juga dipelajari dalam bidang kesehatan, terutama dalam praktik keperawatan, dan bidang medis serta klinis.[8] Refleksi juga diaplikasikan di bidang industri & organisasi.[9]

Ilmu psikologi akrab dengan penggunaan istilah refleksi. Dalam bidang psikologi, refleksi didefinisikan sebagai suatu pemikiran mengenai suatu masa lalu, atau suatu introspeksi.[10] Sebagai suatu aktivitas psikologis, refleksi banyak dilakukan dalam dunia pendidikan, bidang kesehatan, kepribadian, industri, organisasi, dan hidup rohani.

Mengingat manusia berciri multi dimensi, pengembangan di satu bidang berpengaruh pada bidang lain. Perkembangan satu aspek berkaitan dengan aspek-aspek lain kehidupannya. Model refleksi Graham Gibbs dipandang cukup komprehensif dan membantu untuk mengembangkan manusia dalam keutuhan dimensinya. Selama ini model refleksi Gibbs banyak diaplikasikan bidang pendidikan dan kesehatan. Maka, penulis tertarik untuk meneliti model refleksi Gibbs dan mencoba mengaplikasikannya dalam pengembangan religiusitas manusia. Untuk itu, sebelum masuk dalam pemikiran Gibbs perlu diuraikan apa yang dimaksud dengan religiusitas itu.

2.2. Religiusitas

Mengingat refleksi dalam penelitian ini dimaksudkan sebagai sarana untuk mengembangkan religiusitas, maka akan disajikan deskripsi sederhana mengenai pengertian religiusitas. Setiap orang memiliki pengalaman religius dan pengalaman itu berkembang dalam dinamika hidupnya. Maka, membuat sebuah pengertian universal yang bisa diterapkan di mana-mana, tentu tidak mudah. Akan tetapi, deskripsi yang jelas mengenai religiusitas berguna untuk menentukan kriteria perkembangan religiusitas.

Menurut YB. Mangunwijaya, ada sebelas ciri religiusitas yang bisa dijadikan kriteria perkembangan religiusitas manusia [11]

a. Pengakuan terhadap kemahakuasaan Tuhan dan anugerah hidup yang mendorong untuk memperkembangkan diri secara dinamis dalam kesatuan dengan sesama dan alam semesta.
b. Melihat hidup sebagai tugas mulia dan panggilan penuh kasih yang diberikan oleh Tuhan yang Mahapengasih.
c. Melihat manusia dalam kesatuan dengan sesama dan seluruh alam semesta yang dianugerahi rahmat kemerdekaan untuk memelihara dan melestarikannya.
d. Melihat alam semesta sebagai sahabat yang membantu manusia untuk hidup bermartabat.
e. Melihat sejarah hidup manusia sebagai suatu proses perkembangan ke arah tujuan janji Tuhan yang Mahabaik
f. Peka terhadap segala yang terjadi di alam semesta dan inti kehidupannya. Dengan demikian manusia semakin menjunjung tinggi hal-hal yang agung dan sekaligus menghargai yang kecil dan remeh sebagai bagian dari alam semesta ini.
g. Memiliki tanggungjawab terhadap hidup pribadi dan bersama, teguh pada prinsip (tidak mudah terbawa arus), menyadari keterbatasan diri dan memahami sesama yang lemah.
h. Berjuang untuk membangun hidup sejahtera dengan segala bakat yang dimiliki (eksplorer sejati) namun menyadari bahwa segala yang diupayakan serta hal-hal material sifatnya sementara (mistikus).
i. Memiliki belarasa dengan sesama dan bertanggungjawab terhadap kehidupan bersama.
j. Mengakui adanya hidup fana dan baka dengan mengakui Tuhan yang Maharahim terlibat dalam hidup fana maupun baka.
k. Menghayati hidup secara integral (utuh) di dalam kefanaan yang berhubungan dengan kebakaan.

Kesadaran dan pengakuan terhadap nilai-nilai hidup bersama, yakni panggilan untuk saling mengasihi, mengembangkan persaudaraan, membela keadilan, dan bertanggungjawab terhadap perkembangan hidup bersama serta pelestarian alam merupakan inti nilai-nilai religius. Kesadaran dan pengakuan itu menghantar orang pada pengakuan akan keterbatasan hidup. Nilai-nilai itu menjadi dasar untuk mengakui kekuatan Tuhan di tengah masyarakat yang cenderung optimis terhadap kekuatan manusia dan mementingkan otonomi serta kebebasan individual. Di sini tampak hubungan antara keyakinan religius dan nilai-nilai perjuangan hidup manusia untuk mengembangkan hidup dalam kesatuan dengan sesama, alam dan Tuhan.[12]

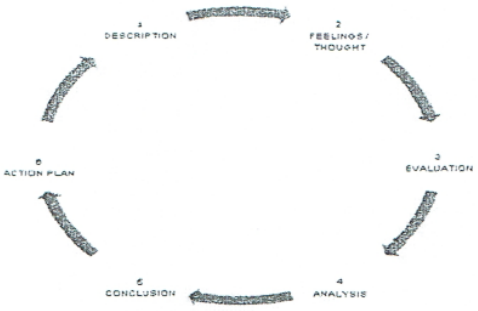
Dengan mengembangkan sebelas karakter religiusitas di atas diharapkan agama dan hidup beriman mempunyai peran yang relevan dan

aktual bagi dunia yang terus berubah. Kriteria-kriteria di atas membantu umat beriman mampu berdialog dengan situasi dan persoalan manusia secara konkret untuk menanamkan nilai-nilai religius.[13] Tantangan zaman menuntut adanya berbagai gerakan religius yang berwajah manusiawi dan merangkul banyak pihak untuk mengembangkan persaudaraan, membela keutuhan alam, kesejahteraan hidup secara integral, dan memperjuangkan nilai-nilai kehidupan. Dengan demikian, kehidupan iman akan bergema secara luas dalam proses pengembangan hidup manusia di tengah berbagai keprihatian dan persoalan nyata.[14]

3. MODEL REFLEKSI GRAHAM GIBBS

3.1. Tahap-tahap Refleksi

Gibbs, dengan nama lengkapnya Graham Gibbs, adalah seorang ahli yang bergerak dalam bidang pendidikan di Universitas Oxford. Model Gibbs merupakan pengembangan dari model siklus Kolb yang dibuat pada tahun 1984. Siklus Kolb meliputi tahap pengalaman konkrit, pengamatan reflektif, konseptualisasi abstrak dan perencanaan percobaan secara aktif. Gibbs menilai model tersebut terlalu sempit dan kurang maju, sehingga Gibbs mengajukan suatu siklus yang dipandang dapat mengembangkan studi Kolb. Kesamaan keduanya terletak dalam hal ini yakni pengalaman-refleksi dan perencanaan. Aplikasi siklus Gibbs lebih banyak digunakan dalam seting industri kesehatan. Siklus refleksi dalam pandangan Gibbs adalah sebagai berikut:[15]



Keterangan gambar :

1. *Description,* menggambarkan apa yang terjadi secara akurat dan detail.
2. *Feelings*, menggambarkan apa yang dirasakan dan dipikirkan
3. *Evaluation,* menilai hal-hal baik dan hal-hal buruk dari pengalaman tersebut.
4. *Analysis*, menggambarkan pendapat mengenai situasi tersebut, secara kritis melihat hubungan antar bagian dalam suatu peristiwa serta alternatif yang ada dan mencari maknanya.
5. *Conclusion/Synthesis*, menegaskan hal-hal yang seharusnya tidak dilakukan dan mencari hal-hal yang harus dilakukan.
6. *Action plan*, membuat penegasan, apabila hal tersebut terjadi lagi, apa yang akan dilakukan. Berdasarkan pencerahan yang telah didapatkan.

Bagi Gibbs, enam tahap itu menyatu dalam sebuah siklus refleksi diri yang membantu manusia untuk memaknai diri demi perkembangan hidupnya. Refleksi bertolak dari kesadaran akan realitas dan bagaimana pikiran serta perasaan berperan dalam memaknai realitas tersebut. Analisis terhadap peristiwa dan pengaalaman hidup sangat penting agar orang bisa menemukan nilai-nilai hidup dan menentukan langkah-langkah konkrit di masa depan untuk mewujudkan nilai-nilai tersebut.

3.2. Analisis Kritis dan Modifikasi Siklus Refleksi Gibbs

Refleksi diri merupakan suatu proses yang tidak mudah, memerlukan usaha untuk memisahkan unsur-unsur diri, harus steril, menggunakan proses kognitif tingkat tinggi. Refleksi membutuhkan tubuh, hasrat, dan sensitivitas terhadap konteks. Secara khusus Schon menyebutnya sebagai suatu seni.[16]

Analisis kritis terhadap siklus refleksi Gibbs terfokus kepada urutan tahap-tahap refleksi. Gagasan Gibbs mengenai model refleksi dalam bentuk suatu siklus patut dihargai. Refleksi diri merupakan suatu proses yang terjadi dalam lingkaran pembelajaran yang tak pernah berhenti. Model berbentuk siklus ini sejalan dengan beberapa model dari beberapa ahli lain.[17] Siklus refleksi memberi perhatian pada kesinambungan dan keterkaitan masing-masing tahap dengan tahap yang lain, Inilah kelebihannya dibandingan dengan refleksi yang tanpa siklus yang jelas.

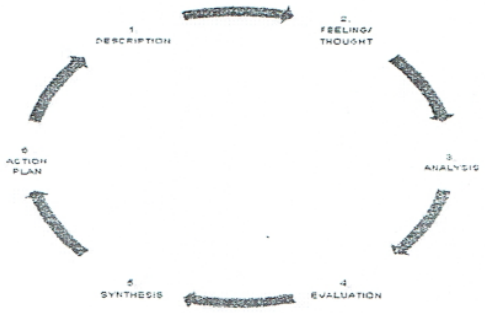
Salah satu kelebihan dari siklus yang ditawarkan Gibbs adalah siklus ini menyajikan beberapa langkah yang cukup terstruktur, sebagai panduan yang diawali dengan (1) menggambarkan peristiwa, (2) menggambarkan perasaan dan pikiran, (3) evaluasi, (4) analisis, (5) kesimpulan, dan (6) perencanaan tindakan. Meski demikian, tampaknya sistematika tahap ini perlu dicermati secara kritis.

Langkah pertama dan kedua tampaknya secara logis dapat diterima. Setelah mengalami suatu pengalaman yang akan dijadikan pembelajaran, individu terlebih dahulu harus menggambarkan pengalaman, perasaan dan pikiran yang menyertainya. Hal yang perlu dikritisi adalah munculnya tahap evaluasi sebagai tahap ke-3, yang selanjutnya diikuti dengan analisis sebagai tahap ke-4. Berdasarkan isinya evaluasi tahap ke-3 ini berisi penilaian terhadap hal-hal baik dan buruk dari pengalaman. Proses tahap ke-3 berakhir dengan ditemukannya sebuah hasil penilaian. Menurut taksnonomi Bloom, tahap evaluasi justru sangat diperlukan setelah tahap analisis.[18] Ketika menempatkan refleksi sebagai sebuah proses pembelajaran yang utuh, penulis melihat bahwa siklus ke-3 Gibbs semestinya ditempatkan dalam tahap ke-4 dengan penyesuaian isi. Evaluasi ditempatkan setelah tahap analisis.

Tahap ke-6 dari siklus Gibbs adalah *action plan* yang berbicara mengenai apa yang akan dilakukan dalam situasi mendatang, terutama situasi mirip dengan apa yang pernah dialami. Tahap ke-6 merupakan salah satu kekuatan lain dari model Gibbs. Banyak tokoh menjelaskan proses berefleksi berhenti berhenti pada tahap hasil pembelajaran tanpa ada *action plan*.[19]

Dalam hal ini penulis menilai bahwa perencanaan tindakan yang diwujudkan secara eksplisit dalam satu tahap khusus berfungsi dalam tiga hal berikut. *Pertama*, hal itu menjadi penegas adanya hasil dari proses pembelajaran. *Kedua*, menjadi jembatan antara konseptualisasi menuju pemecahan masalah pada dunia senyatanya. *Ketiga*, apabila dipandang dari siklusnya, tahap ke-6 berupa perencanaan tindakan sangat tepat untuk menghantar masuk kembali ke dalam tahap pertama, yakni menggambarkan apa yang terjadi secara akurat dan detail.

Berikut ini hasil siklus refleksi yang telah mengalami modifikasi:



Setelah memodifikasi siklus refleksi Gibbs, langkah selanjutnya adalah bagaimana mengaplikasikan siklus tersebut dalam pengembangan religiusitas manusia.

4. REFLEKSI DALAM PENGEMBANGAN RELIGIUSITAS

Berikut ini akan disampaikan bagiamana mengaplikasikan langkah-langkah refleksi Gibbs dalam proses pengembangan religiusitas. Aplikasi ini didasarkan pada siklus Gibbs yang sudah dimodifikasi oleh penulis. Dalam proses aplikasi juga akan disajikan beberapa modifikasi atau pengayaan isi tiap tahap mengingat model siklus refleksi Gibbs tidak menyajikan esensi atau aspek-aspek penting yang terkandung dalam setiap tahap. Alasan lain perlunya modifikasi dan pengayaan isi dengan menambah pertanyaan-pertanyaan lain adalah karena Gibbs cenderung menuliskan beberapa daftar pertanyaan reflektif dalam beberapa tahap tertentu dan tidak memberi panduan pertanyaan pada tahap-tahap lain.

Apabila digunakan sebagai panduan untuk mengembangkan karakter religius, rasanya pokok-pokok penting dalam tiap langkah harus secara eksplisit disampaikan, dan kemudian diikuti dengan panduan pertanyaan. Berikut ini, aplikasi siklus refleksi Gibbs yang dimodifikasi dan diperkaya dengan beberapa pertanyaan reflektif untuk pengayaan isi.

4.1. Tahap Deskripsi

TAHAP 1	ISI
DESKRIPSI PERISTIWA	Apa yang terjadi ? Di mana anda saat itu? Siapa yang berada di sana saat itu? Apa yang Anda lakukan? Apa yang dilakukan orang lain dalam peristiwa itu ?

Gibbs menyebut tahap 1 sebagai deskripsi peristiwa. Dalam hal ini, penulis berpendapat bahwa dekripsi yang diperlukan lebih dari sekedar deskripsi peristiwa tetapi deskripsi pengalaman. Pengalaman memancing penghayatan fenomenologis, lebih dari sekedar peristiwa. Terkait dengan isi pada tahap pertama ini, seorang ahli lain, Johns memberikan petunjuk sistematik untuk mengungkap pengalaman yakni (1) fenomena, menggambarkan fenomena,

pengalaman di sini dan kini (2) penyebab, faktor-faktor yang berkontribusi menyebabkan pengalaman tersebut; (3) konteks, faktor latar belakang yang signifikan dengan pengalaman tersebut; (4) penjelas, sebagai kunci proses refleksi. [20] Deskripsi Gibbs bisa diperkaya dengan pertanyaan-pertanyaan reflektif Johns.

Gibbs juga tidak secara eksplisit menekankan pentingnya konteks. Konteks merupakan salah satu aspek penting dalam memahami pengalaman yang terjadi. Pengalaman harus dimasukkan dalam kerangka konteks yang ada. Pengenalan terhadap konteks dapat menjadi titik tolak dalam melakukan langkah-langkah yang tepat di masa mendatang.

Dalam kerangka kerja Rolfe,[21] tahap pertama Gibbs merupakan tahap yang diberi istilah "What", yakni pertanyaan yang mengundang jawaban deskriptif-informatif. Sementara menurut Meizirow hal yang terjadi pada tahap ini adalah refleksi isi.[22] Jadi secara ringkas, dalam tahap ini hal yang harus dideskripsikan meliputi *who? what? where? when? why?* dan *how*? Pertanyaan yang dapat diajuk , misalnya 'apa yang individu tahui meliputi : apa yang terjadi? apa yang Anda lakukan? apa yang orang lain lakukan? Faktor-faktor apa saja yang terkait dengan pengalaman ini? Apakah ini pengalaman buruk atau baik? Bagaimana konteks yang ada? (di mana, kapan, siapa dia/ saya, dalam situasi seperti apa?) Apa yang akan direfleksi? Pertanyaan-pertanyaan itu sangat membantu untuk mengembangkan kesadaran religius manusia, yakni kesadaran akan makna perkembangan hidupnya yang selalu ada dalam kesatuan dengan sesama, alam semesta dan Tuhan.

4.2. Pikiran dan Perasaan

TAHAP 2	ISI
PERASAAN & PIKIRAN	Apa yang Anda rasakan/ pikirkan saat peristiwa tersebut terjadi? Bagaimana peristiwa tersebut dapat membuat Anda merasa demikian? Apa yang Anda rasakan dan pikirkan mengenai hal tersebut, saat ini?

Secara khusus, dapat dikatakan bahwa model Gibbs memiliki kelebihan dalam hal penyediaan tahap khusus bagi eksplorasi emosi dan pikiran yang berada dalam tahap dua. Hal ini sangat berarti mengingat beberapa model lain tidak memberi ruang khusus bagi identifikasi emosi dan pikiran misalnya model Johns dan atau Smyth. [23] Isi tahap refleksi dari Gibbs sejalan dengan gagasan Atkins & Murphy[24] yakni meliputi kesadaran akan ketidaknyamanan perasaan dan pikiran, serta usaha menggambarkan situasi yang menimbulkan pemikiran dan perasaan tersebut. Menggali kesadaran pikir dan perasaan sangat membantu untuk menumbuhkan nilai-nilai religius yang menekankan pentingnya mengembangkan dinamika hidup bersama berdasarkan nilai-nilai kebersamaan (persaudaraan, keadilan dan saling menghargai). Dinamika hidup menyangkut kesatuan dinamis aspek kognitif dan afektif.

Tahap pertama dan kedua dalam siklus refleksi Gibbs memberi tekanan pada pemaknaan terhadap kesadaran diri manusia merupakan bagian dari kesadaran diri. Refleksi yang menghantar pada kesadaran diri sangat membantu untuk menumbuhkan kepekaan terhadap nilai-nilai religius. Kesadaran akan berbagai kerinduan hati yang terdalam dan akan keterbatasan diri membantu untuk memahami nilai hidup bersama, kesatuan dengan alam dan ketergantungan pada kekuatan Tuhan. Dalam kerangka pemikiran Gibbs, kesadaran bukan hanya merupakan bentukan aspek kognitif melainkan juga perasaan.

Sebagian besar literatur dan studi menekankan pada pentingnya kesadaran kritis, di mana hal itu masih berkutat pada salah satu aspek saja yakni kognitif. Oleh karena itu tahap emosi dan pikiran dalam siklus Gibbs ini menjadi hal penting. Pentingnya tahap ini terutama karena dalam pengalaman kehidupan yang negatif, seseorang cenderung akan mengalami berbagai perasaaan seperti tertekan, marah, sedih, khawatir, dan sebagainya. Refleksi membantu untuk mengambil jarak terhadap emosi negatif tersebut dan tahap demi tahap menemukan maknanya.

Apabila individu cenderung memikirkan situasi negatif tersebut secara kompulsif, dikhawatirkan yang terjadi bukan proses refleksi melainkan ruminasi. Ruminasi adalah suatu cara merespon terhadap distress yang meliputi pemusatan pikiran atau aktivitas berpikir terhadap simptom distres secara terus-menerus dan berulang-uilang, tentang penyebab dan konsekuensinya[25] Model kognitif mengenai depresi menunjukkan bahwa tipe respon ruminatif, suatu kecenderungan respon terhadap peristiwa kehidupan negatif akan menghasilkan episode depresi

mayor. Dalam penelitiannya terhadap ruminasi, Joorman menggunakan *Rumination Scales* untuk mengukur perasaan sedih yang difokuskan pada diri (kegagalan, kesalahan), pada simptom (seberapa besar tekanan yang dirasakan) dan pada konsekuensi dan penyebab (analisa penyebab depresi).[26] Hasil studinya menunjukkan bahwa ruminasi tidak hanya berkaitan dengan kecenderungan depresi akan tetapi juga fobia sosial.

Tingkat ruminasi dapat diturunkan dengan cara berbagi rasa dan berbicara kepada orang lain, sebagai suatu bentuk penerimaan dukungan sosial sehingga mereka dapat segera mengalami pertumbuhan pribadi. Sebaliknya, seseorang yang melakukan ruminasi sendirian, berkutat pada masalah tanpa membuat kemajuan, ia akan mengalami depresi. Maka, refleksi menjadi sangat penting agar orang tidak hanya berhenti pada tahap ruminasi.

Apa beda ruminasi dan refleksi. Dari penelitiannya, Luyckx dan kawan-kawan menjelaskan perbedaan dari keduanya terletak pada motivasi yang mendorong proses.[27] Ruminasi diri dimotivasi oleh persepsi terhadap ketakutan, ancaman dan rasa kehilangan. Refleksi diri dimotivasi oleh rasa ingin tahu atau ketertarikan yang kuat terhadap diri. Refleksi diri berpengaruh terhadap kemampuan pengambilan perspektif dan keterbukaan terhadap pengalaman, sementara ruminasi terkait dengan tingginya neurotisme. Dengan demikian, refleksi membantu perkembangan hidup dan mengarahkan hidup ke depan.

Dalam refleksi, kesadaraan akan pikiran dan perasaan diharapkan akan memancing usaha untuk mengelolanya. Selanjutnya, semakin baik emosi tertangani, semakin mudah pula melakukan refleksi secara kognitif. Jadi, berdasarkan beberapa hasil studi di atas, dapat ditegaskan bahwa ada perbedaan antara ruminasi dengan perenungan dan pengolahan rasa dan pikir dalam refleksi diri, di mana ruminasi hanya akan membawa pada simptom depresi saja, sementara dalam proses refleksi, perasaan dan pikiran diberi peluang untuk disadari, digambarkan, selanjutnya dianalisis dan diolah lebih lanjut untuk suatu keadaan psikologis yang lebih baik. Kesimpulannya, pada tahap ke-2 dalam siklus refleksi Gibbs, refleksi membantu untuk menumbuhkan kesadaran diri (pikiran dan perasaan) yang membantu untuk mengarahkan hidup ke masa depan.

4.3. Tahap Analisis

TAHAP 3	ISI
ANALISIS	Eksplorasi setiap bagian kecil dari peristiwa yang terjadi. Apa yang telah berjalan dengan benar dalam peristiwa ini? Apa saja hal-hal salah yang telah terjadi? Apa hal-hal benar yang telah Anda lakukan? Apa hal-hal yang tidak seharusnya Anda lakukan? Adakah kontribusi (andil) Anda dalam hal ini?

Pertanyaan mengenai hal yang sudah benar atau salah seperti yang dikemukakan Gibbs untuk tahap ini rasanya belum cukup untuk membuat analisis yang mendalam. Pemikiran Bloom bisa dipakai untuk melengkapi pemikiran Gibbs.[28] Bagi Bloom, proses analisis meliputi aktivitas kognitif untuk mengamati secara rinci bagian-bagian dari pengalaman dan permasalahan konkret. Langkah selanjutnya adalah pencermatan pola hubungan dan faktor penyebab serta akibat. Menurut Johns, dalam proses analisis ditandai oleh pencarian faktor yang membuat seorang individu bertindak tidak kongruen.[29] Tokoh lain, Kim, menyatakan bahwa dalam tahap ini analisis reflektif dapat dimanifestasikan dalam bentuk analisis terhadap diri dan situasi, mencari penjelasan logis dari suatu pengalaman.[30]

Atkins & Murphy menyatakan pentingnya analisis terhadap perasaan dan pengetahuan yang relevan dengan situasi, melalui cara (1) mengidentifikasi pengetahuan; (2) menantang asumsi diri; (3) mengeksplorasi berbagai alternatif (dilakukan pada tahap berikutnya).[31] Dalam analisis juga dimungkinkan terjadi konfrontasi sebagai lanjutan dari proses kesadaran diri. Konfrontasi dapat muncul dalam bentuk pertanyaan 'bagaimana ini semua dapat terjadi?' Selain itu dapat juga dilakukan pertimbangan mengenai faktor-faktor yang membuat individu bertindak tidak kongruen, mencari tindakan yang sesuai dengan keyakinan diri yang dimasukkan sebagai pengetahuan moral.

Barnett mengajukan gagasan tentang pentingnya *critical being* dalam tahap analisis, meliputi ketrampilan akan *critical thinking, critical self-reflection* dan *critical action*.[32] Pemikiran kritis terkait dengan pengetahuan yang melibatkan proses penalaran abstrak untuk mendeteksi asumsi

di balik suatu hal. Refleksi kritis terkait dengan kesadaran diri, yakni suatu proses untuk melihat dari posisi orang lain. Hal ini sulit dilakukan mengingat banyaknya keyakinan dan asumsi yang selama ini telah terbentuk dan didukung oleh struktur sosial, yang telah menjadi bagian dari diri kita selama ini. Jadi dalam tahap analisis ini perlu dilakukan refleksi kritis yang membuat seorang individu berani menantang kembali suatu pola (keyakinan, harapan, kebiasaan, cara pandang) yang selama ini telah terbangun dalam diri. Arah dari refleksi kritis adalah untuk menemukan nilai-nilai yang membuat suatu tindakan lebih berarti bagi diri, orang lain dan kehidupan secara lebih luas.

Dari paparan di atas, untuk tahap analisis ini, dapat disimpulkan ada beberapa panduan yang dapat digunakan untuk melengkapi pertanyaan-pertanyaan Gibbs, yaitu pertanyaan *why* dan *how*. Menjawab pertanyaan mengapa dan bagaimana suatu hal dapat terjadi merupakan proses dari refleksi kritis. Hal ini akan dijawab dengan suatu penjelasan mengenai pengalaman yang terjadi, dalam suatu bentuk pola keterkaitan antar bagian dari pengalaman. Individu dapat menemukan suatu interpretasi tentang apa yang terjadi.

Tahap ini dilakukan dengan tujuan (1) menguji asumsi, keyakinan dan nilai yang selama ini secara kultural historis telah dipegang; (2) menemukan kontradiksi dan ketidakkonsistenan dalam diri dalam relasi dengan sesama, keterbatasan perasaan, perilaku, dan keyakinan yang ada; (3) mencari dan mempertimbangkan perspektif lain dalam memandang dunia, mencari perspektif yang hilang (belum ditemukan) selama ini (keterbukaan pikiran, menurut Dewey). Dalam proses analisis, inti nilai-nilai religius, yakni relasi manusia dengan sesama, alam semesta dan Tuhan direvitalisasi. Langkah selanjutnya adalah mengeksplorasi alternatif yang ada. Individu diharapkan dapat mencari kemungkinan atau alternati-alternatif lain dalam berpikir, merasakan dan bertindak, dan menemukan cara pandang baru terhadap pengalaman yang ada dalam konteks nyata kehidupan bermasyarakat.

Dapat disimpulkan bahwa proses analisis, bertolak dari bagaimana dan mengapa suatu hal terjadi, bagaimana memahami keterkaitan tiap aspek dari pengalaman, menginterpretasikan pengalaman dan menggali alternatif tindakan. Dalam tahap ini, refleksi kritis terjadi dalam rangka mencermati pengalaman, menemukan makna dan mencari alternatif tindakan di masa depan. Refleksi kritis mendorong proses pembaruan dan pengembangan hidup secara dinamis.

4.4. Tahap Evaluasi

TAHAP 4	ISI
EVALUASI	Buatlah penilaian mengenai peristiwa yang terjadi! Pertimbangkan hal-hal baik dan hal-hal buruk dari pengalaman tersebut! Hal apa yang berjalan tidak semestinya!

Dalam siklus Gibbs, tahap ini terletak pada tahap ketiga. Penulis membuat modifikasi dengan mempertimbangkan taksonomi Bloom yang sudah direvisi. Tahap evaluasi dilakukan setelah individu melewati tahap analisis. Dalam tahap ini, individu membuat penilaian tehadap hasil analisis, berdasarkan kriteria atau standart tertentu, misalnya berdasarkan nilai-nilai tertentu yang menjadi patokan. Dalam hal ini, nilai-nilai religius bisa ditempatkan sebagai kriteria penilaian.

Menurut Atkins dan Murphy,[33] evaluasi dilakukan terhadap tingkat relevansi pengetahuan yang dimiliki, yakni (1) sejauhmana hal tersebut dapat membantu menyelesaikan masalah; (2) sudahkah pengetahuan tersebut telah digunakan secara komplit. Selanjutnya, Johns melihat bahwa evaluasi terhadap konsekuensi dari tiap alternatif sangat penting supaya orang dibantu untuk berorientasi pada perkembangan.

Di dalam proses evaluasi terjadi aktivitas penilaian. Menurut Zimmerman & Kitsantas, penilaian meliputi dua proses, yaitu *self-judgment dan causal attribution*.[34] *Self-judgment* merupakan penilaian diri yang menunjuk pada perbandingan pengamatan terhadap performansi diri dengan beberapa standar, misalnya penampilan orang lain. *Causal atrribution* berarti keyakinan akan penyebab terjadinya kegagalan atau kesuksesan.

Berdasarkan pandangan Dewey (Hubbs & Brand, 2005) mengenai tanggungjawab, maka evaluasi juga dapat dilakukan dengan cara menilai kembali, mengidentifikasi apakah cara pandang baru berdasar pengetahuan yang diperoleh telah sungguh-sungguh bebas dari bias-bias pribadi.

Ada beberapa pertanyaan yang dapat digunakan untuk memandu seseorang dalam berefleksi. Sejauh mana suatu alternatif dapat membantu mengatasi atau memecahkan permasalahan

nyata? Apa saja konsekuensi dari alternatif tersebut? Sejauh mana alternatif tersebut dapat dipertanggungjawabkan secara pribadi, sosial, moral dan etik? Sejauh mana alternatif tersebut akan membawa kebaikan bagi diri dan sesama? Hal-hal baik dan buruk dari alternatif tersebut? Apakah alternatif tersebut sungguh-sungguh telah bebas dari bias dan kepentingan pribadi ?

4.5. Tahap Sintesis

TAHAP 5	ISI
KESIMPULAN/ SINTESIS	Melakukan eksplorasi dari sudut pandang yang berbeda. Tahap ini merupakan tahap pengembangan insight. --- Tanyakan kepada diri sendiri, hal baru apa yang Anda dapatkan dari peristiwa yang terjadi? Apa hikmahnya ?

Kata kunci pada tahap sintesis adalah eksplorasi, pengembangan insight dan kebaruan. Sintesis dalam siklus Gibbs bisa disejajarkan dengan tahap *create* pada taksonomi Bloom. Berbeda dengan gagasan Gibbs menitik beratkan pada apa yang dapat dilakukan, bagi Bloom pada tahap ini individu diharapkan mampu menyatukan segenap elemen bersama-sama dalam suatu bentuk baru, yang secara keseluruhan membuat produk original, yang meliputi perencanaan, produksi, dan hasil akhir.

Dalam proses refleksi, individu diharapkan mampu menjelaskan suatu pola dari pengalaman, yang sebelumnya belum terlihat atau mendapatkan informasi yang selama ini belum terlihat, untuk selanjutnya menghasilkan suatu pemecahan masalah.

Menurut Gibbs, tujuan refleksi adalah belajar dari pengalaman. Pada tahap analisis dan evaluasi, seorang individu melakukan eksplorasi dan mendapatkan banyak informasi dari sudut pandang diri dan dari perspektif lain. Pada tahap sintesis atau konklusi, diharapkan sorang individu mendapatkan suatu insight. Hal ini sejalan dengan pendapat Smyth dan Kross & Ayduk yang menegaskan bahwa dalam tahap ini, seseorang akan mendapatkan pemaknaan baru sebagai hasil belajar yang siap untuk diaplikasikan dalam memecahkan permasalahan dan atau mengarahkan perkembangan hidup.[35]

Gibbs tidak menyebut secara eksplisit hasil dari tahap sintesis. Untuk itu, pemikiran Kim bisa memperkaya gagasan Gibbs. Bagi Kim, hasil dari tahap sintesis adalah suatu pembelajaran bagi individu yang ditandai oleh kemampuan mengkritik diri sendiri dan menumbuhkan emansipasi terhadap sesama.[36] Johns menegaskan hasil dari tahap sintesis adalah kemampuan untuk menelaah kembali seberapa jauh pengalaman telah mengubah cara belajar yakni secara etik (pengetahuan moral) dan secara personal (kesadaran diri)[37] Kesadaran diri disertai dengan perubahan perspektif.

Sintesis, yang oleh Bloom disebut *create,* merupakan proses yang lebih kompleks dibandingkan proses pada tahap sebelumnya dengan alur induktif, yang menghasilkan penemuan baru. Kembali pada penjelasan awal mengenai refleksi, sebagai suatu proses belajar terhadap pengalaman, pada tahap sintesis kesimpulan jawaban dinyatakan. Ada beberapa pertanyaan yang dapat digunakan sebagai panduan. Apa yang dapat kupelajari dari pengalaman ini? Hal penting (hikmah) apa yang didapat dari pengalaman ini? Apa pesan yang dibawa melalui pengalaman ini? Pembaruan hidup seperti apa yang semestinya diupayakan?

4.6. Tahap Perencanaan Tindakan

TAHAP 6	ISI
PERENCANAAN TINDAKAN	Apa yang akan Anda lakukan apabila peristiwa semacam terjadi lagi di masa yang akan datang ?

Gibbs menyatakan bahwa dalam tahap ini seseorang diminta merumuskan suatu rencana tindakan yang akan dilakukan seandainya mengalami peristiwa serupa. Perencanaan tindakan didasarkan pada hal-hal baru yang ditemukan setelah mengalami proses pembelajaran. Setelah tahap ke-6, individu akan kembali pada tahap satu lagi. Dalam perspektif Schon, proses refleksi semacam ini merupakan bentuk refleksi *in action* dan *after action.*[38]

Tahap ke-6 dari Gibbs ini merupakan salah satu kelebihan lain dari model refleksi ini, mengingat tidak semua model refleksi diri menyediakan tahap khusus bagi perumusan aksi nyata dari hasil belajar secara keseluruhan. Banyak tokoh mengakhiri tahap refleksi hanya sampai sintesis atau bahkan sampai pada hasil belajar.

Refleksi membuahkan hasil belajar sampai pada penemuan makna hidup dan tindakan nyata. Refleksi mendorong proses transformasi pribadi dan sosial. Refleksi membantu pemahaman diri lebih dalam dan meningkatnya penghargaan terhadap proses,[39] meningkatnya kesadaran diri, perkembangan secara kognitif, ketrampilan kolaborasi, dan refleksi meta kognitif.[40]

Refleksi memberi pembelajaran secara empiris, etik, personal, aestetik, dan religius. Pendek kata, refleksi yang mendasarkan proses pemaknaan pengalaman bersentuhan dengan transformasi manusia secara utuh dalam segala dimensinya. Pemikiran, kesadaran diri dan tindakan kritis dalam proses refleksi menghasilkan perubahan dalam tiga domain yakni pengetahuan, *self* dan dunia yang menjadikan seseorang akan lebih memiliki semangat kritis, pribadi yang kreatif, bertanggungjawab serta mampu hidup secara lebih efektif di dunia. Dengan demikian, aplikasi hasil refleksi tidak hanya sebatas pada pengalaman serupa yang akan terjadi lagi seperti yang dikemukakan Gibbs. Dengan berpijak pada konsep generalisasi, hasil belajar dari pengalaman berupa nilai-nilai dan pengetahuan baru dapat diaplikasikan pada pengalaman lain yang memiliki akar permasalahan nilai yang sama. Sebagai contoh, seseorang yang telah belajar mengenai nilai kejujuran dalam persahabatan, dapat mengaplikasikannya pula pada dinamika kehidupan berkeluarga dan di tempat kerja.

Pertanyaan panduan yang dapat diajukan dapat ditambah dengan satu pertanyaan yakni, berdasarkan hasil belajar dari pengalaman, tindakan apa yang akan Anda lakukan dalam kehidupan selanjutnya?

5. PENUTUP

Sebagai panduan refleksi diri, model siklus refleksi Gibbs memiliki beberapa kelebihan di antaranya menyediakan tahap khusus bagi proses identifikasi perasaan dan pikiran. Selain itu Gibbs juga memberi ruang bagi perencanaan tindakan di dalam tahap terakhirnya, berdasarkan pemaknaan dan perspektif baru terhadap pengalaman yang terjadi. Meski demikian, berdasarkan taksonomi Bloom yang telah direvisi, beberapa urutan tahap model Gibbs dapat dimodifikasi sedemikian rupa sehingga lebih memungkinkan alur proses refleksi diri berjalan searah. Modifikasi dilakukan dengan mengubah urutan deskripsi-perasaan/ pikiran-evaluasi-analisis-sintesis-perencanaan aksi menjadi dekripsi-perasaan/ pikiran-analisis-evaluasi-sintesis-perencanaan aksi. Beberapa tambahan dilakukan untuk melengkapi *content* dari setiap tahap Gibbs, sehingga model ini menjadi lebih sistematis, komprehensif dan mendalam.

Model refleksi dari Gibbs yang telah dimodifikasi ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif panduan refleksi. Refleksi atas pengalaman membantu untuk memahami (menumbuhkan kesadaran) diri secara lebih utuh dalam segala dimensinya, memahami tanggungjawab hidup dalam kebersamaan di tengah dunia ini. Menemukan nilai-nilai hidup merupakan bagian dari proses refleksi yang mendorong transformasi hidup. Hal penting yang layak digarisbawahi adalah perencanaan tindakan nyata sebagai upaya mewujudkan nilai-nilai kehidupan secara utuh termasuk nilai-nilai meta kognitif. Kesadaran akan nilai meta kognitif inilah yang menjadi inti religiusitas. Artinya, meskipun hidup manusia serba terbatas namun hidup tidak hanya dipahami sebagai pengalaman empiris-historis melainkan juga panggilan dari Sang Pencipta untuk membangun persaudaraan, melestarikan alam dan meningkatkan kualitas hidup bersama.[41]

Maria Laksmi Anantasari

Dosen Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma; Sedang menempuh program doktorat ilmu Psikologi di Universitas Gajah Mada: ananta_ml@yahoo.com

CATATAN AKHIR

1 Gagasan tentang hal ini bisa dibaca dalam artikel A. Bleakley yang berjudul "From reflective practice to holistic reflexivity.

2 A. Sudiarja, *Agama (di zaman) Yang Berubah,* 145-147.

3 Gagasan ini diambil dari artikel yang ditulis N., Hatton, & Smith, D, dengan judul "Reflection in teacher education: toward definition and implementation".

4 Mengacu pada pemikiran D.L. Hubbs & C.F. Brand dalam artikelnya yang berjudul "The paper mirror: Understanding reflective journaling".

5 Diinspirasikan dari pemikiran B. Carper dalam artikelnya yang berjudul "Fundamental patterns of knowing in nursing".

6 Mengacu pada tulisan J. Meizerow yang berjudul *Fostering critical reflection A guide to transformative and emancipator learning*.

7 Diantara para pemikir yang mengembangkan model refleksi di bidang pendidikan adalah Hatton & Smith,

1995; Scanlan, Care & Udod, 2002; Hubbs & Brand, 2005; Quezada & Christopherson, 2005; Kreber, 2004; Mann, Gordon & MacLeod, 2009; dan Sandars, 2009.

8 Contoh pemikir yang mengembangkan refleksi di bidang keperawatan adalah Burton, 2000, Cotton, 2001, bidang medis adalah Teno, 2002; Donald, 2002: Mann, 2009, dan bidang klinis Thorpe & Barsky, 2001, Joorman, Dkane & Gollib, 2006; dan Kross & Ayduk, 2009.

9 Tentang refleksi dalam bidang industri bisa dibaca tulusan R.Loo, "A learning tool for project management training and team-building", *The Project Management Institute, 33, (4),* 61-66.

10 Dictionary of Psichology 2012.

11 YB. Mangunwijaya, *Manusia, pascamodern, Semesta-[illegible]: Tuhan: Renungan Filsafat Hidup Manusia Modern*, 1127-131.

12 W. P. Alston, "Religious Belief and Values", 37-38.

13 J.B. Chethimattam, "New Religius Movements and Popular Religiusity", 641.

14 J.B. Chethimattam, "New Religius Movements and Popular Religiusity", 642.

15 Siklus refleksi ini disarikan dari pemikiran Graham Gibbs (G. Gibbs, *Learning by doing: A guide to teaching and learning methods,* Oxford: Oxford Further Education Unit 1988).

16 Gagasan tentang hal itu bisa di baca dalam buku D.A. Schon yang berjudul *The Peflective Practitioner.*.

17 Proses berefleksi sebagai sebuah siklus berkesinambungan secara kontinyu juga disampaikan oleh Johns (1995), Kolb's (1984), dan Atkins & Murphy (1994).

18 A. Amer, *Reflections on Bloom's Revised Taxonomy*, 213-230.

19 Beberapa tokoh yang tahap refleksinya tidak sampai pada *action plan* adalah Johns (1995), Atkins & Murphy (1994), dan Scanlon & Chernomas (Loo, 2002).

20 Pemikiran Johns tentang refleksi yang disertai pertanyaan-pertanyaan sebagai [illegible]na berefleksi bisa ditemukan dalam artikelnya , C. Johns, "Framing learning through reflection within Carper's fundamental ways of knowing in nursing", *Journal of Advanced Nursing, 22*(2, 1995), 226-234.

21 [illegible]gasan tentang …. Dapat dibaca dalam S. Mantzoukas, A review of evidence-based practice, nursing research and reflection: leveling the hierarchy. *Journal of clinical [illegible]sing,* 17 (2008) 214-223.

22 J. Mezirow, *Fostering critical reflection A guide to transformative and emancipator learning.* San Francisco: Josse-Bass 1990.

23 Smyth mengembangkan model refleksi dalam bidang pendidikan yang menghantar manusia pada kesadaran kognitif. (J., Smyth, Developing and sustaining critical reflection in teacher education. *Journal of Teacher Education, 40*(2, 1989) 2-9)

24 Atkins dan Murphy mengembangkan refleksi dalam dunia keperawatan (S. Atkins & K. Murphy, "Reflective Practice", *Nursing standard,* 8 (39, 1994), 49-56).

25 S. Nolen-Hoeksema, "Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes", 569–[illegible]

26 J. Joormann, M. Dkane, dan I.H. Gotlib, "Adaptive and Maladaptive Components of Rumination? Diagnostic Specificity and Relation to Depressive Biases", 269–[illegible]0.

27 K. Luyckx, Schwartz, M.D. Berzonsky, B. Soenens, M. Vansteenkiste, I. Smits, & L. Goossens, " Capturing ruminative exploration: Extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence", 58–82.

28 A. Amer, *Reflections on Bloom's Revised Taxonomy*, 213-230.

29 C. Johns, "Framing learning through reflection within Carper's fundamental ways of knowing in nursing", 226-234.

30 H.S. Kim, "Critical reflective inquiry for knowledge development of nursing practice", 205-213.

31 S. Atkins & K. Murphy, "Reflective Practice", 49-56

32 B.G. Barnett, "Developing reflection and expertise:…..?", 45-59.

33 [illegible]ins & K. Murphy, "Reflective Practice", 49-56.

34 B.J. Zimmerman & A. Kitsantas, "Developmental phases in self-regulation…", 29-36.

35 Gibbs, Smyth and Kroos sependapat bahwa proses refleksi menghantar seorang individu menemukan makna hidup yang mendorongnya untuk mengembangkan kualitas hidupnya di masa depan (E. Kross, & O. Ayduk, O. "Making meaning out of negative experiences by self-distancing". 187-191 dan J., Smyth, "Developing and sustaining critical reflection in teacher education", 2-9).

36 H.S. Kim, "Critical reflective inquiry for knowledge development of nursing practice", 205-213.

37 C. Johns, "Framing learning through reflection within Carper's fundamental ways of knowing in nursing", 226-234.

38 Mengacu pada pemikiran D.A. Schon dalam bukunya yang berjudul *The Peflective Practitioner.*

39 Bennet-Levy, F. Turner, T. Bearty, M. Smith, B. Paterson, & S. Farmer, "The value of self-practice of cognitive therpy techniques and self-reflection in the training [illegible]ognitive therapists". 203–220.

40 R.L Quezada, & R.W. Christopherson, "Adventure-Based Service Learning: University Students' Self-Reflection Accounts of Service With Children". 1-16

41 Vincent Pizzuto, "Religious Terror and the Prophetic Voice of Reason…", 48.

DAFTAR PUSTAKA

Alston,W. P., 2001. "Religious Belief and Values", *Faith and Philosophy.* 18, 1, (Januari), 36-49.

Amer, A., 2006. "Reflections on Bloom's Revised Taxonomy". *Electronic journal of research in educational psychology.* 4, 1, 213-230.

Atkins, S. & Murphy, K., 1994. "Reflective practice", *Nursing standard.* 8, 39, 49-56.

Barnett, B.G., 1995, "Developing reflection and expertise: Can mentors make the of difference?", *Journal of Educational Administration,* 33, 5, 45-59.

Bennet-Levy, Turner, F., Bearty, T, Smith, M, Paterson, B & Farmer, S., 2001. "The value of self-practice of cognitive therpy techniques and self-reflection in the training of cognitive therapists", *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*. 29, 203–220.

Bleakley, A., 1999. "From reflective practice to holistic reflexivity", *Studies in Higher Education.* 24, 3, 315-330.

Burton, A.J., 2000. "Reflection: nursing's practice and education panacea?", *Journal of Advanced Nursing.* 31, 5, 1009-1017.

Chethimattam, J.B., 1998. "New Religius Movements and Popular Religiusity", *Rethinking New Religious Movements.* Roma: Research Center On Cultures and Religions- Pontifical Gregoriana University, 631-644.

Carper, B., 1978. "Fundamental patterns of knowing in nursing", *Advances in mursing science.* 1, 1, 13-23.

Cotton, A.H., 2001. "Private thoughts in public spheres: issues in reflection and reflective practices in nursing". *Journal of Advanced Nursing,* 36, 4, 512-519.

Dictionary of Psychology, 2012. *Psychology Dictionary.* Ditemu kembali pada tanggal 20 Januari 2012 dalam http://dictionary-psychology.com/.

Donald W. B., Corbie, G, Smith, M.D.,Branch, W.T., 2002. "What's Important to You?": The Use of Narratives To Promote Self-Reflection and To Understand the Experiences of Medical", *Annals of Internal Medicine.* 137, 3, 220-223.

Gibbs, G., 1988. *Learning by doing: A guide to teaching and learning methods*. Oxford: Oxford Further Education Unit.

Hatton, N., & Smith, D., 1995. "Reflection in teacher education: toward definition and implementation", *Teaching and teacher education. 11*(1), 35-49.

Hubbs, D.L. & Brand, C.F., 2005. "The paper mirror: Understanding reflective journaling", *The Journal of Experiential Education. 28,* 1, 60-71.

Johns, C., 1995. "Framing learning through reflection within Carper's fundamental ways of knowing in nursing", *Journal of Advanced Nursing.* 22, 2, 226-234.

Joormann, J., Dkane, M.,Gotlib, I.H., 2006. "Adaptive and Maladaptive Components of Rumination? Diagnostic Specificity and Relation to Depressive Biases", *Behavior Therapy.* 37, 269–280.

Kim, H.S, 1999. "Critical reflective inquiry for knowledge development of nursing practice". *Journal of Advanced Nursing,* 29, 5, 1205-1213.

Kreber, C., 2004. "An Analysis of Two Models of Reflection and their Implications for Educational Development", *International Journal for Academic Development.* 9, 1, 29–49.

Kross, E. & Ayduk, O., 2011. "Making meaning out of negative experiences by self-distancing", *Current Directions in Psychological Science.* 20,3, 187-191.

Loo, R., 2002, "A learning tool for project management training and team-building", *The Project Management Institute,* 33, 4, 61-66.

Luyckx, K., Schwartz, S.J. Berzonsky, M.D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Smits, I & Goossens, L., 2008. "Capturing ruminative exploration: Extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence", *Journal of Research in Personality.* 42, 58–82.

Mangunwijaya, YB., 1999. *Manusia, pascamodern, Semesta dan Tuhan: Renungan Filsafat Hidup Manusia Modern.* Yogyakarta: Kanisius.

Mann, K, Gordon, J. & MacLeod, A., 2009. "Reflection and reflective practice in health professions education: a systematic review". *Adv in Health Science Education.* 14, 595–621.

Mantzoukas, S., 2008. "A review of evidence-based practice, nursing research and reflection: leveling the hierarchy", *Journal of clinical nursing.* 17, 214-223.

Mezirow, J., 1990. *Fostering critical reflection A guide to transformative and emancipator learning.* San Francisco: Josse-Bass.

Nolen-Hoeksema, S., 1991. "Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes", *Journal of Abnormal Psychology.* 100, 569–582.

Pizzuto, Vincent, 2007. "Religious Terror and the Prophetic Voice of Reason:

Unmasking Our Myths of Righteousness". *Biblical Theology Bulletin.* 37, 2, 47-53.

Quezada, R.L & Christopherson, R.W., 2005. "Adventure-Based Service Learning: University Students' Self-Reflection Accounts of Service With Children", *Journal of Experiential Education.* 28,1, 1-16.

Scanlan, J.M., Care, W.D. & Udod, S., 2002. "Unravelling the unknowns of reflection in classroom teaching", *Journal of Advanced Nursing.* 38, 2, 136–143.

Schon, D.A. 1983. *The Reflective Practitioner.* New York: Basic Books.

Smyth, J., 1989. "Developing and sustaining critical reflection in teacher education", *Journal of Teacher Educatio.* 40, 2, 2-9.

Sudiarja, A., 2006. *Agama (di Zaman) Yang Berubah.* Yogyakarta: Kanisius.

Teno, J.M., 2002. "Palliative Care Teams: Self-Reflection — Past, Present, and Future", *Journal of Pain and Symptom Management.* 23, 2, 94-95.

Thorpe, K & Barsky, J., 2001. "Healing through self-refection", *Journal of Advanced Nursing,* 35, 5, 760-768.

Whitmer, A.J and Banich, M.T., 2007. "Inhibition Versus Switching. Deficits in Different Forms of Rumination", *Psychological Science.* 18, 6, 546-553.

Webster Online Dictionary, 2012. Ditemu kembali pada 20 Januari 2012, dalam www.webster-dictionary.org/.

Zimmerman, B.J., & Kitsantas, A., 1997. "Developmental phases in self-regulation: shifting from process to outcome goals", *Journal of Educational Psychology.* 89, 29-36.

MODEL REFLEKSI GRAHAM GIBBS UNTUK MENGEMBANGKAN RELIGIUSITAS

ORIGINALITY REPORT

12%	11%	2%	3%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	www.coursehero.com Internet Source	3%
2	adoc.pub Internet Source	2%
3	puisiperawat.blogspot.com Internet Source	1%
4	www.scribd.com Internet Source	1%
5	Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya Student Paper	1%
6	Submitted to UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Student Paper	<1%
7	digilib2.unisayogya.ac.id Internet Source	<1%
8	blackwolf1966.wordpress.com Internet Source	<1%
	ejournal.iainsurakarta.ac.id	

9	Internet Source	<1%
10	mafiadoc.com Internet Source	<1%
11	Elizabeth E. Blair, Sherry L. Deckman. ""We cannot imagine": US preservice teachers' Othering of trans and gender creative student experiences", Teaching and Teacher Education, 2019 Publication	<1%
12	visir.maxwell.vrac.puc-rio.br Internet Source	<1%
13	www.jstage.jst.go.jp Internet Source	<1%
14	Submitted to Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta Student Paper	<1%
15	Lynette Stockhausen. "Métier Artistry: Revealing reflection-in-action in everyday practice", Nurse Education Today, 2006 Publication	<1%
16	hdl.handle.net Internet Source	<1%
17	mantovanny.wordpress.com Internet Source	<1%

18	Janet Hargreaves. "So how do you feel about that? Assessing reflective practice", Nurse Education Today, 2004 Publication	<1 %
19	bogor.kompas.com Internet Source	<1 %
20	id.scribd.com Internet Source	<1 %
21	docplayer.info Internet Source	<1 %
22	edoc.site Internet Source	<1 %
23	oda.oslomet.no Internet Source	<1 %
24	primary.ejournal.unri.ac.id Internet Source	<1 %
25	researchspace.csir.co.za Internet Source	<1 %
26	2medicalcare.com Internet Source	<1 %
27	Banich, M.T.. "Cognitive control mechanisms, emotion and memory: A neural perspective with implications for psychopathology", Neuroscience and Biobehavioral Reviews, 200905	<1 %

Publication

28	downloads.hindawi.com Internet Source	<1%

Exclude quotes	On	Exclude matches	< 5 words
Exclude bibliography	On		