

EFEKTIVITAS TEKNIK *RESTRUCTURING COGNITIVE* DALAM MENGEMBANGKAN PENALARAN MORAL

Oleh:

Royhanun Siregar¹, Ulfah Nury Batubara², Nabilah Siregar³

¹ PGSD, IPTS Padangsidimpuan

² Pendidikan Sejarah, IPTS Padangsidimpuan

³ Pendidikan Biologi, IPTS Padangsidimpuan

¹ royhanun28@gmail.com

² ulfahnury@gmail.com

³ nabilahsiregar88@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini beranjak dari fenomena masih banyaknya remaja yang masih belum mencapai penalaran moral otonom yang pada akhirnya mengakibatkan adanya perilaku *delinquent* pada remaja. Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa efektif teknik *restructuring cognitive* untuk mengembangkan penalaran moral peserta didik kelas VIII di SMP Dewi Sartika Kota Bandung tahun ajaran 2019/2020. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen yaitu *non-equivalent control-group design* dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *homogeneous sampling* pada peserta didik kelas VIII dengan jumlah 68 di SMP Dewi Sartika Kota Bandung. Pengumpulan data dengan menggunakan Instrumen penalaran moral yang berupa kuesioner (angket) dalam bentuk cerita. Hasil penelitian didapatkan: 1) secara umum profil penalaran moral peserta didik kelas VIII SMP Dewi Sartika Bandung berada pada kategori tahapan moral semi otonom; 2) intervensi konseling kelompok dengan teknik *restructuring cognitive* dalam mengembangkan penalaran moral terdiri dari komponen rasional, deskripsi kebutuhan, tujuan, sasaran, tujuan, sasaran, kompetensi guru bimbingan dan konseling, peran guru bimbingan dan konseling, struktur dan tahapan program, serta evaluasi dan indikator keberhasilan; 3) teknik *restructuring cognitive* efektif untuk mengembangkan penalaran moral.

Kata kunci : Teknik *Restructuring cognitive*, Penalaran Moral

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa. Pada periode remaja sangat rawan akan pengaruh negatif. Pada proses perkembangan, remaja akan mengalami beberapa kendala, tidak selalu berjalan mulus dan tanpa ada masalah, tidak selalu berjalan sesuai dengan harapan dan sesuai dengan nilai-nilai yang dianut, sehingga remaja sangat membutuhkan bimbingan sehingga dapat memfasilitasi dan mencapai perkembangan diri secara optimal sehingga remaja tidak mudah terjerumus ke arah perilaku yang mengandung pelanggaran-pelanggaran yang bertentangan dengan moral, norma, aturan, serta adat istiadat. Penanaman nilai-nilai moral sangat dibutuhkan pada saat asasi remaja untuk mengoptimalkan perkembangan dan pencapaian penalaran moral agar remaja secara mandiri, mampu memilah manaperbuatan yang positif dan mana yang negatif.

Hasil survei, memperlihatkan adanya gejala perilaku amoral, dengan intensitas pelanggaran-pelanggaran dan ketidaksesuaian dengan aturan norma yang ada. Yayasan Kita dan Buah Hati menjelaskan bahwa pada tahun 2012, terdapat sebanyak 76% anak SD dan SMP di Jabodetabek pernah menyaksikan materi pornografi, baik itu melalui warnet, ponsel, ataupun dari teman (Anshari, 2013). Berdasarkan sembilan klaster yang ditemukan

pada pengaduan di KPAI, terdapat bahwa anak berhadapan dengan hukum (ABH) menempati posisi tertinggi. Hingga pada April 2015, terdapat sebanyak 6.006 kasus ABH dan kekerasan terhadap anak, sementara itu sejumlah kasus pengasuhan pada anak mencapai 3.160 kasus, kemudian kasus terkait pendidikan mencapai 1.764, adapun terkait kesehatan dan NAPZA sebanyak 1.366 kasus dan terakhir terkait dengan *cybercrime* atau pornografi mencapai 1.032 kasus. (Aditya, 2015).

Hurlock (2011, hlm. 226) menjelaskan bahwa pelanggaran-pelanggaran yang dilakukan anak di sekolah maupun individu di masyarakat menunjukkan mengalami penurunan terkait pemahaman akan nilai-nilai moral dalam kehidupan. Penanaman nilai-nilai moral sangat dibutuhkan yang bertujuan untuk mengoptimalkan perkembangan penalaran moral sehingga remaja secara mandiri mampu memilah mana perilaku yang positif dan mana yang negatif (Ibung, 2009, hlm. 9).

Penalaran moral yang rendah menjadi salah satu penyebab adanya perilaku kenakalan remaja, semakin rendah penalaran moral remaja, maka akan semakin tinggi perilaku kenakalannya (Beerthuisen, Brugman & Basinger, 2013). Beerthuisen, Brugman & Basinger memiliki pendapat yang sama dengan yang dikemukakan oleh Kohlberg (dalam Duska & Whelan, 1982, hlm. 111) yang menjelaskan bahwa

meskipun begitu banyak faktor yang menimbulkan kenakalan remaja (*delinquency*), namun untuk tingkat penalaran moral yang tinggi sekurang-kurangnya sangat berfungsi untuk penghambat perilaku *deliquent* kenakalan. Perilaku moral dapat ditelusuri melalui penalaran moral. Artinya pengukuran moral yang benar adalah dengan tidak hanya sekedar mengamati perilaku moral yang tampak, tetapi juga harus melihat bagaimana penalaran moral remaja yang didasari akan keputusan perilaku moral.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan dan mengembangkan kualitas moral serta yang dapat menghambat tingkah laku *delinquent* remaja yaitu dengan mengembangkan penalaran moral dengan cara membenahi kembali kognitif atau cara berikir yang salah sehingga menimbulkan perilaku yang sesuai dengan nilai norma dan memperkecil tingkah laku *delinquent* yang dapat direalisasikan melalui pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah dengan memperbaiki struktur kognitif remaja menggunakan teknik *restructuring cognitive*.

Kholberg menyatakan bahwapenalaran moral dapat dialami, dipelajari dan dikembangkan melalui pembelajaran kognitif, yang didapatkan melalui interaksi dengan model orang dewasa (teladan moral), interaksi dengan rekan teman sebaya (diskusi dilema), dan interaksi dengan komunitas sekolah yang lebih luas (Nucci & Narvaez, 2014, hlm. 96). Pengembangan penalaran moral dengan pembelajaran kognitif didapatkan didalam pendekatan konseling kognitif perilaku dengan menggunakan teknik *restructuring cognitive*, yang mana teknik ini merupakan strategi yang didasarkan pada prinsip-prinsip pembelajaran yang telah dirancang untuk menghasilkan perubahan yang konstruktif pada perilaku manusia.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas teknik *restructuring cognitive* untuk mengembangkan penalaran moral peserta didik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah *quasi-experiment* dengan menggunakan *non-equivalent control-group design (pretest and posttest)*. Lokasi penelitian yaitu di SMP Dewi Sartika Bandung, alamat Jl. Keutamaan Istri No. 12, Bolonggede Kecamatan Regol, Kota Bandung, Jawa Barat. Populasi penelitian merupakan peserta didik kelas VIII di SMP Dewi Sartika Kota Bandung Tahun Ajaran 2019/2020 yang terdiri dari empat kelas dengan jumlah 68 peserta didik.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu non probabilitas dengan teknik homogeneous sampling. Adapun hasil *pretest*, dipilih 18 peserta didik dari jumlah populasi, dengan ketentuan pengambilan sampel sebanyak 10% dari masing-masing kategori tahapan penalaran moral pada setiap kelompok. Kelompok eksperimen akan

diintervensi dengan teknik *restructuring cognitive*, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan apapun. Instrument penelitian di adaptasi dari instrument penalaran moral Jean Piaget. Teknik analisis data menggunakan Anova, *post-hoc*, dan *paired sample t test*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang didapatkan sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *restructuring cognitive*, maka didapatkan sebagian besar peserta didik mengalami peningkatan pada penalaran moral di kelompok eksperimen yaitu kelas VIII.

Dasar pengambilan keputusan pada uji *Paired Sample T Test* yaitu jika $t \text{ hitung} > t \text{ tabel} (1 - \alpha)$ dengan taraf signifikansi 0,05.

Tabel 3.1

Uji *Paired Sample T Test* Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen *Paired Samples Test*

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 pre-test - post-test	4.66667	6.50128	2.65414	11.48934	2.15601	1.758	5	.139

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan SPSS maka diperoleh $t \text{ hitung}$ sebesar 2,907, diketahui $t \text{ tabel} (1 - \alpha)$ dengan taraf signifikansi 0,05 sebesar 2,015, maka $2,907 > 2,015$. Dari hasil perhitungan diketahui penalaran moral peserta didik setelah mengikuti konseling kelompok dengan menggunakan teknik *restructuring cognitive* lebih tinggi daripada sebelum mengikuti konseling kelompok dengan dengan teknik *restructuring cognitive*. Adanya perbedaan penalaran moral peserta didik antara sebelum dan setelah mengikuti konseling kelompok dengan teknik *restructuring cognitive*, maka dapat disimpulkan bahwateknik *restructuring cognitive* efektif mengembangkan penalaran moralpeserta didik.

Tabel 3.2

Perubahan skor Pengembangan Penalaran Moral Kelas VIII Sebelum dan Setelah Intervensi

Kode Peserta Didik	Pretest		Posttest		Nilai Beda	Keterangan
	Skor	Kategori	Skor	Kategori		
1	23	Heteronom	32	Semi otonom	9	Meningkat berdasarkan skor dan tahapan
2	23	Heteronom	38	Otonom	15	Meningkat berdasarkan skor dan tahapan
3	32	Semi otonom	41	Otonom	9	Meningkat berdasarkan skor dan tahapan
4	31	Semi otonom	40	Otonom	9	Meningkat berdasarkan skor dan tahapan
5	34	Otonom	34	Otonom	0	Bertahan berdasarkan skor dan tahapan

6	35	Otono m	35	Otono m	0	Bertahan berdasarkan skor dan tahapan
Rata- rata	29, 6	Semi otono m	36, 6	Otono m	7	Meningkat berdasarkan skor dan tahapan

Berdasarkan data yang didapat sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *restructuring cognitive*, maka secara keseluruhan terjadi peningkatan skor rata-rata penalaran moral pada peserta didik kelas eksperimen. Terdapatnya peningkatan skor dapat dilihat dari adanya perubahan skor sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *restructuring cognitive*. Berdasarkan Tabel 3.1 didapatkan peserta didik pada kelas eksperimen memiliki skor yang meningkat secara signifikan dari perolehan *pretest* dan *posttest*. Adanya peningkatan skor memberikan gambaran bahwa konseling kelompok dengan menggunakan teknik *restructuring cognitive* dapat mengembangkan penalaran moral peserta didik kelas VIII SMP Dewi Sartika Bandung pada kelompok eksperimen.

Teknik *restructuring cognitive* efektif dalam mengembangkan penalaran moral, dikarenakan proses konseling dengan teknik *restructuring cognitive* lebih berfokus terhadap menganalisis secara sistematis, memproses, serta mengatasi masalah-masalah yang terkait dengan kognitif, sehingga peserta didik dibantu dengan menginterpretasi pikiran-pikiran negatif menjadi pikiran-pikiran positif. Selain itu, teknik *restructuring cognitive* juga menggunakan *thought record* sebagai media yang digunakan untuk menuliskan situasi seperti apa yang memicu munculnya pikiran-pikiran negatif, sehingga peserta didik lebih fokus untuk memikirkan situasi-situasi seperti apa yang menyebabkan peserta didik berfikir negatif dan menuliskan pada lembar kerja *thought record*.

Peserta didik juga secara mandiri memikirkan pikiran seperti apa yang harus dimiliki dalam menghadapi situasi yang dituliskan sehingga mampu memutuskan tindakan yang lebih tepat sesuai dengan nilai-nilai norma yang dianut baik di lingkungan sekolah, lingkungan keluarga dan juga lingkungan masyarakat, dengan begitu, peserta didik akan melihat lebih jelas pikiran-pikiran negatif yang dimiliki melalui *thought record*.

Teknik *restructuring cognitive* merupakan salah satu teknik yang terdapat pada pendekatan kognitif perilaku. Asumsi dasar konseling kognitif perilaku yaitu tingkah laku individu yang terlihat (*overt behavior*) dipengaruhi oleh proses kognitif. Konseling kognitif perilaku tidak hanya berfokus pada perubahan tingkah laku, akan tetapi lebih pada adanya distorsi kognitif pada individu untuk penyelesaian permasalahan (Beck, dkk, 1961). Teknik *restructuring cognitive* merupakan teknik yang berfokus pada mengubah kebiasaan atau pola pikir negatif dan mengajarkan individu untuk menggeser pikiran irasional tentang peristiwa

kehidupan yang menyebabkan gangguan menjadi pikiran rasional untuk mencapai kepuasan hidup dan kebahagiaan.

Olufunmilola (2012, hlm. 38) mengemukakan restrukturisasi kognitif bertujuan membantu memperluas perspektif sadar individu sehingga memungkinkan terjadinya perubahan persepsi, membantu individu mempertimbangkan pola maladaptif dalam siklus berfikir, merasa dan berprilaku.

Kenakalan remaja (*delinquent*) disebabkan karena tingkat penalaran moral yang rendah dapat dikembangkan melalui teknik restrukturisasi kognitif dengan mengubah pola pikir dan memperbaiki struktur kognitif yang salah sehingga mampu berfikir secara rasional dan dapat mempertimbangkan pola maladaptif dalam siklus berfikir remaja. Cormier & Cormier (1990, hlm. 403) juga menjelaskan permasalahan yang dapat ditangani dengan teknik restrukturisasi kognitif adalah permasalahan yang berasal dari pikiran-pikiran atau keyakinan yang irasional sehingga memunculkan sikap atau perilaku maladaptif.

Melalui konseling kognitif perilaku dengan teknik *restructuring cognitive* diharapkan peserta didik memiliki kemampuan secara kognitif dalam mempertimbangkan dan merespon suatu keputusan dalam menentukan tindakan yang harus dilakukan secara bertanggung jawab dan tidak melanggar aturan nilai dan norma yang telah di akui di lingkungan sekolah, keluarga, dan juga masyarakat.

4. KESIMPULAN

Intervensi dengan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *restructuring cognitive* efektif dalam mengembangkan penalaran moral peserta didik baik pada aspek kebenaran, kepatuhan, maupun keadilan. Guru bimbingan dan konseling dapat menggunakan teknik *restructuring cognitive* sebagai salah satu cara dalam mengembangkan penalaran moral peserta didik di SMP/MTS. Guru bimbingan dan konseling disarankan melakukan pengukuran tingkat penalaran moral peserta didik terlebih dahulu sebagai analisis kebutuhan penunjang, serta memberikan layanan lebih lanjut untuk peserta didik yang memiliki penalaran moral heteronom dengan memperhatikan setiap aspek penalaran moral.

5. REFERENSI

- Aditya, N. (2015). KPAI:Permasalahan Anak Semakin Kompleks, Perlu Penanganan Serius (*Kriminalitas.com*) diakses dari <http://kriminalitas.com/kpai-permasalahan-anak-semakin-kompleks-perlu-penanganan-serius/>.
- Ansari. (2013). Kompas.com KPAI: Sekolah Perlu Membangun Sistem Perlindungan Anak diakses dari <http://megapolitan.kompas.com/read/2013/11/>

- 01/2217290/KPAI.Sekolah.Perlu.Membangun .Sistem.Perlindungan.Anak.
- Beck, Medelson, Mock & Erbaugh. (1961). *Cognitive Therapy of Depression*. New York: Guilford Press.
- Beerthuizen, M. G., Brugman, D. & Basinger, K. S. (2013). "Oppositional defiance, moral reasoning and moral value evaluation as predictors of self-reported juvenile delinquency". *Journal of Moral Education*, 42 (4), hlm. 460-474.
- Corey, G. (2009). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Rafika Aditama.
- Duska, R. & Whelan, M. (1975). *Moral Development: A Guide to Piaget and Kohlberg*. New York: Paulist Press.
- Hurlock, E. B. (1980). *Child Development Sixth Edition (terjemahan)*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga.
- Ibung, D. (2009). *Mengembangkan Nilai Moral Pada Anak*. Jakarta: Gramedia.
- Ilham, W. T. (2012). "Hubungan antara tingkat penalaran moral dengan kedisiplinan siswa SMK 1 Sragen". *Naskah Publikasi Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kurtines, M. W & Gerwitz, J. L. (1992). *Morality, Moral Behavior & Moral Development*. (Alih Bahasa M.I. Solaeman). Jakarta: Universitas Indonesia Press.
- Nucci, L & Narvaez, D. (2014). *Handbook Pendidikan Moral dan Karakter*. Terjemahan. Bandung: Nusa Media.
- Olufunmilola, Adeusi. (2012). *Efficacy of cognitive restructuring and behavioural rehearsal and conduct disorder in adolescents in special correlational centres in Lagos state*. (Tesis). Departement of psychology college of development studies. Covenant University. Ota.
- Purwanti, E. L & Muhari. (2013). "Hubungan antara tingkat penalaran moral pada remaja dengan perilaku seks pranikah di kost "ad". *Journal Psikologi UNESA*. Character. 1 (2).
- Santrock, J. W. (2007). *Adolescence, Eleventh Edition*, Remaja. Edisi Kesebelas. Terjemahan. Jakarta: Erlangga.