Ganesha Civic Education Journal
Volume 8, Number 1, April 2026, pp. 66-74
P-ISSN: 2714-7967 | E-ISSN: 2722-8304
DOI: https://doi.org/10.23887/gancej.v8i1.6860
Open Access: https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/GANCEJ/index

PENERAPAN PROGRAM CONSCIOUSNESS BASED EDUCATION UNTUK MEMBENTUK KARAKTER SISWA KELAS X DI SMA NEGERI BALI MANDARA

Ni Nengah Juni Ardani[1] *, I Made Yudana[2], I Putu Windu Mertha Sujana[3]

[1,2,3] Universitas Pendidikan Ganesha, *Indonesia*

A R T I C L E I N F O

Article history:
Received 19 Januari 2026
Accepted 8 April 2026
Available online 16 April 2026

Kata Kunci:
Consciousness Based Education; Pendidikan Karakter; Sekolah Berasrama, Pembinaan Karakter

Keywords:
Consciousness Based Education; Character Education; Barding School; Self-awareness; Character Development

A B S T R A K

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hasil dari implementasi Program Pendidikan Berbasis Kesadaran (consciousness based education) dalam membentuk karakter siswa di SMA Negeri Bali Mandara, menganalisis faktor-faktor yang mendukung dan menghambat pelaksanaan Program CBE dalam membentuk karakter siswa di SMA Negeri Bali Mandara, serta mendeskripsikan solusi alternatif yang dirancang mengatasi berbagai hambatan dalam pelaksanaan Program CBE , sehingga mampu memperkuat dampak positif dan meminimalisasi dampak negatif terhadap pembentukan karakter siswa di SMA Negeri Bali Mandara. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Dalam proses analisis data secara kualitatif menggunakan teknik analisis menurut Miles dan Hubermen yaitu melalui langkah pengumpulan data, reduksi data, penyajian, dan Kesimpulan. Hasil dari penelitian ini adalah pelaksanaan Program Pendidikan Berbasis Kesadaran (Consciousness-Based Education) telah terlaksana sejak tahun 2012. Dalam mendukung keberhasilan program ini terdapat beberapa kegiatan yang dilakukan yaitu Transcendental Meditation dan Kesamaptaan yang telah berhasil diterapkan hingga sekarang dalam membentuk karakter peserta didik terkhusus kelas X di SMAN Bali Mandara, selain itu terdapat faktor-faktor bahwa Program Consciousness-Based Education didukung komitmen sekolah, sarana memadai, dan pendampingan intensif, program menghadapi hambatan berupa adaptasi awal peserta didik, keterbatasan konsentrasi, dan kepadatan jadwal. Dalam menghadapi hambatan tersebut terdapat solusi alternatif yang telah dirancang dan dijalankan berupa orientasi awal, penataan jadwal, dan penguatan pendampingan yang telah terbukti dalam meningkatkan efektivitas pembentukan karakter peserta didik kelas X di SMAN Bali Mandara. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi praktis bagi satuan pendidikan, khususnya sekolah berasrama, dalam mengimplementasikan Program Pendidikan Berbasis Kesadaran (Consciousness-Based Education) untuk memperkuat pembentukan karakter disiplin dan tanggung jawab siswa.

A B S T R A C T

The purpose of this study is to determine the results of the implementation of the Consciousness-Based Education Program in shaping the character of students at SMA Negeri Bali Mandara, analyze the factors that support and hinder the implementation of the CBE Program in shaping the character of students at SMA Negeri Bali Mandara, and describe alternative solutions designed to overcome various obstacles in the implementation of the CBE Program, so as to strengthen the positive impact and minimize the negative impact on the formation of student character at SMA Negeri Bali Mandara. This study employed a qualitative descriptive method, with data collection techniques including observation, interviews, and documentation. The qualitative data analysis process employed the analysis techniques according to Miles and Hubermen, namely data collection, data reduction, presentation, and conclusions. The results of this study indicate that the Consciousness-Based Education Program has been implemented since 2012. To support the success of this program, several activities are implemented, including Transcendental Meditation and Physical Fitness, which have been successfully implemented to date in shaping the character of students, particularly in grade 10 at SMAN Bali Mandara. Furthermore, the Consciousness-Based Education Program, supported by school

* Corresponding author.
E-mail addresses: juni.ardani@student.undiksha.ac.id

commitment, adequate facilities, and intensive mentoring, faces obstacles such as initial student adaptation, limited concentration, and a busy schedule. To address these obstacles, alternative solutions have been designed and implemented, including initial orientation, schedule restructuring, and strengthened mentoring. These have been proven to increase the effectiveness of character development in grade 10 students at SMAN Bali Mandara. This research is expected to provide practical contributions for educational institutions, particularly boarding schools, in implementing the Consciousness-Based Education (CBE) program to strengthen the development of students' discipline and responsibility character.

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Copyright © 2026 by Author. Published by Universitas Pendidikan Ganesha.

1. Pendahuluan

Pendidikan pada hakikatnya tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga memiliki tanggung jawab fundamental dalam membentuk karakter peserta didik. Tantangan pendidikan di era modern ditandai oleh meningkatnya berbagai permasalahan karakter pada remaja, seperti rendahnya disiplin, lemahnya tanggung jawab, kurangnya pengendalian diri, serta kesulitan mengelola emosi dan tekanan sosial. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa proses pendidikan yang berfokus pada aspek kognitif semata belum sepenuhnya mampu menghasilkan individu yang berkarakter utuh. Oleh karena itu, pendidikan karakter menjadi agenda strategis dalam sistem pendidikan nasional maupun global (Lickona, 2018). Dalam konteks Indonesia, pendidikan karakter telah ditegaskan sebagai bagian integral dari tujuan pendidikan nasional. Namun, implementasinya di satuan pendidikan masih menghadapi berbagai tantangan, terutama pada fase transisi peserta didik dari jenjang pendidikan sebelumnya. Tilaar (2015) menegaskan bahwa pendidikan karakter yang efektif harus dilaksanakan secara holistik, berkelanjutan, dan terintegrasi dalam keseluruhan sistem pendidikan, sehingga nilai-nilai karakter tidak hanya dipahami secara konseptual, tetapi juga diinternalisasikan melalui pembiasaan dan pengalaman nyata dalam kehidupan sehari-hari.

Permasalahan karakter tersebut tampak secara nyata pada peserta didik kelas X yang baru meranjak dari jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) ke Sekolah Menengah Atas (SMA). Masa transisi ini merupakan fase krusial dalam perkembangan remaja, karena siswa dihadapkan pada tuntutan akademik yang lebih tinggi, lingkungan sosial yang baru, serta sistem disiplin yang berbeda dari jenjang sebelumnya. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa fase transisi pendidikan sering kali disertai dengan penurunan disiplin, meningkatnya tekanan emosional, serta kesulitan adaptasi terhadap budaya sekolah baru (Wentzel & Muenks, 2016; Roziqin et al., 2024). Dalam konteks sekolah berasrama, tantangan adaptasi siswa kelas X menjadi lebih kompleks karena peserta didik tidak hanya beradaptasi dengan sistem pembelajaran SMA, tetapi juga dengan kehidupan asrama yang menuntut kemandirian, kedisiplinan, dan tanggung jawab yang lebih tinggi. Penelitian Triyono (2019) dan Salim et al. (2025) menunjukkan bahwa meskipun sistem boarding school memiliki potensi besar dalam pembinaan karakter, siswa baru sering mengalami kesulitan pada tahap awal, khususnya dalam menyesuaikan diri dengan pola hidup terstruktur dan aturan yang ketat. Kondisi ini menuntut adanya pendekatan pendidikan karakter yang tidak bersifat koersif, melainkan berbasis kesadaran dan pendampingan intensif.

Salah satu pendekatan yang relevan dalam menjawab permasalahan tersebut adalah Consciousness Based Education (CBE). Pendekatan ini menempatkan pengembangan kesadaran diri sebagai fondasi utama proses pendidikan, melalui praktik refleksi dan meditasi yang bertujuan menumbuhkan ketenangan batin, fokus, serta keseimbangan emosional peserta didik (Maharishi Mahesh Yogi, 2015). CBE sejalan dengan paradigma pendidikan holistik yang memandang peserta didik sebagai individu yang utuh, mencakup aspek intelektual, emosional, sosial, dan spiritual (Haidar et al., 2025). Berbagai penelitian mutakhir menunjukkan bahwa praktik meditasi dan mindfulness dalam pendidikan memberikan kontribusi positif terhadap regulasi emosi, konsentrasi belajar, serta perilaku prososial peserta didik, khususnya pada remaja yang berada pada fase perkembangan transisional (Phan et al., 2022; Delavari et al., 2023). Kabat-Zinn (2016) menegaskan bahwa kesadaran penuh memungkinkan individu mengenali kondisi internal dirinya secara lebih jernih, sehingga mampu merespons tantangan secara lebih adaptif dan bertanggung jawab.

Konteks siswa kelas X, kemampuan ini menjadi sangat penting untuk membantu proses penyesuaian diri terhadap lingkungan SMA dan kehidupan berasrama. SMA Negeri Bali Mandara merupakan sekolah menengah atas berasrama yang menerapkan Program Consciousness Based Education sebagai bagian integral dari sistem pendidikannya. Program ini dilaksanakan secara rutin melalui praktik Transcendental Meditation, pembinaan disiplin berbasis kesadaran, serta pendampingan intensif oleh guru dan pembina asrama. Berdasarkan hasil pengamatan awal, permasalahan karakter seperti ketidakdisiplinan, kesulitan mengelola emosi, dan rendahnya tanggung jawab lebih dominan ditemukan pada siswa kelas X yang baru

memasuki lingkungan sekolah dan asrama. Berdasarkan kondisi tersebut, permasalahan utama dalam penelitian ini difokuskan pada bagaimana implementasi Program Consciousness Based Education dalam membentuk karakter siswa kelas X di SMA Negeri Bali Mandara yang sedang berada pada fase transisi dari SMP ke SMA, serta bagaimana program tersebut berkontribusi dalam membantu siswa beradaptasi dengan tuntutan akademik dan kehidupan berasrama. Sebagai rencana pemecahan masalah, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk menggali secara mendalam proses implementasi Program CBE, pengalaman siswa kelas X, serta peran guru dan pembina asrama dalam mendampingi proses adaptasi karakter siswa. Pendekatan ini dipandang relevan karena mampu memberikan pemahaman komprehensif mengenai dinamika pembentukan karakter dalam konteks nyata kehidupan sekolah berasrama (Creswell & Creswell, 2018).

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus kajian yang secara spesifik menempatkan siswa kelas X sebagai subjek utama dalam analisis implementasi Consciousness Based Education di sekolah menengah berasrama negeri. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang umumnya mengkaji pendidikan karakter atau mindfulness secara umum, penelitian ini menekankan fase transisi pendidikan sebagai titik kritis pembentukan karakter, sekaligus memposisikan CBE sebagai pendekatan preventif dan adaptif dalam mengatasi permasalahan karakter siswa baru. Terkait pendidikan karakter yang terbentuk memiliki hubungan erat dengan segala bentuk peristiwa dan kejadian yang mempengaruhi aktivitas dan bentuk kegiatan yang dilakukan, melalui penanaman terhadap pentingnya pendidikan karakter akan lebih diberikan bagaimana gambaran terkait materi mengenai pendidikan karakter yang sangat penting untuk kedepannya namun melalui program yang diterapkan tersebut lebih ke praktek yang dilakukan oleh siswa dengan adanya program yang ada di SMA Negeri Bali Mandara tentunya menjadi jalan dalam menciptakan generasi yang memiliki akhlak dan sikap luhur berbudi pekerti dengan landasan rmoral serta mentaati segala aturan agar memiliki sikap dan menjadi pribadi yang sesuai dengan visi dari SMA Negeri Bali Mandara yaitu "To Become The Leading School in Creating Future Leader" atau bermakna dapat menjadi sekolah terdepan dan menghaslkan seseorang pemimpin masa depan. Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan implementasi Program Consciousness Based Education dalam membentuk karakter siswa kelas X di SMA Negeri Bali Mandara, menganalisis dampaknya terhadap disiplin, tanggung jawab, dan pengendalian diri siswa pada masa transisi dari SMP ke SMA, serta mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan program sebagai dasar perumusan rekomendasi pengembangan pendidikan karakter berbasis kesadaran di sekolah berasrama.

2. Metode

Penelitian ini menerapkan metode kualitatif dengan jenis pendekatan deskriptif. Creswell (2016), yang menjelaskan bahwa metode kualitatif merupakan pendekatan yang mengeksplorasi makna dari suatu fenomena sosial dengan cara mendeskripsikan hasilnya secara kompleks dan sistematis. Metode penelitian deskriptif bertujuan untuk menjelaskan suatu fenomena, peristiwa, atau kejadian yang sedang berlangsung. Jenis penelitian ini berupaya memberikan gambaran langsung mengenai suatu kejadian dengan sifat yang nyata, realistis, serta aktual (Rukajat, 2018). Dalam penelitian deskriptif, peneliti berusaha mendeskripsikan fenomena dan peristiwa yang menjadi fokus studi tanpa melakukan intervensi terhadap kejadian tersebut. Penelitian kualitatif adalah pendekatan yang digunakan untuk menggambarkan hasil pengamatan terhadap subjek dalam bentuk deskriptif atau melalui kata-kata yang diperoleh dari pernyataan individu yang diamati Metode penelitian deskriptif bertujuan untuk menjelaskan suatu fenomena, peristiwa, atau kejadian yang sedang berlangsung.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk mengamati secara langsung pelaksanaan program serta perilaku siswa dalam kegiatan pembelajaran, asrama, meditasi, dan kesamaptaan. Wawancara dilakukan secara mendalam kepada subjek penelitian yang meliputi Kepala Sekolah, Wakil Kepala Sekolah, guru, pembina asrama, dan siswa guna memperoleh informasi terkait pelaksanaan program dan dampaknya terhadap pembentukan karakter. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa arsip, foto, jadwal kegiatan, serta dokumen sekolah yang relevan dengan penelitian. Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara interaktif dan berkesinambungan, yang meliputi tahap pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Pengumpulan data dilakukan secara sistematis selama proses penelitian berlangsung. Reduksi data dilakukan dengan memilih, memfokuskan, dan menyederhanakan data yang relevan dengan tujuan penelitian. Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian naratif untuk

memudahkan pemahaman terhadap temuan penelitian, sedangkan penarikan kesimpulan dilakukan berdasarkan pola, keterkaitan, dan makna data yang telah dianalisis.

Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan dua teknik triangulasi, yaitu triangulasi sumber dan triangulasi metode. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari berbagai informan, sedangkan triangulasi metode dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi sehingga data yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Dalam penelitian ini, data yang dikumpulkan mencakup: a) Implementasi Program Pendidikan Berbasis Kesadaran (Consciousness-Based Education) di SMA Negeri Bali Mandara, b) Cara mengukur efektivitas Program Pendidikan Berbasis Kesadaran dalam membentuk karakter siswa di SMA Negeri Bali Mandara, dan c) Faktor- faktor yang mendukung serta menghambat pelaksanaan Program Pendidikan Berbasis Kesadaran dalam membentuk karakter siswa di SMA Negeri Bali Mandara.

3. Hasil dan Pembahasan

Implementasi Program Consciousness Based Education dalam Pembentukan Karakter Siswa

a. Hasil

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di SMA Negeri Bali Mandara, ditemukan bahwa Program Consciousness-Based Education (CBE) dilaksanakan secara rutin dan terstruktur dalam kehidupan sekolah dan asrama. Observasi menunjukkan bahwa kegiatan Transcendental Meditation (TM) dilaksanakan sesuai jadwal yang telah ditetapkan, di mana siswa mengikuti kegiatan dengan tertib dan mematuhi instruksi pembina, meskipun pada sebagian siswa kelas X masih ditemukan keterlambatan dan kurangnya konsistensi fokus pada tahap awal pelaksanaan. Selain itu, kegiatan kesamaptaan dilaksanakan secara teratur dan diikuti siswa dengan disiplin, terlihat dari kepatuhan terhadap komando, kerapian, serta kesiapan fisik dalam mengikuti rangkaian kegiatan. Hasil wawancara dengan Kepala Sekolah mengungkapkan bahwa Program CBE dirancang untuk membentuk kesadaran diri siswa melalui pembiasaan yang konsisten, sedangkan wawancara dengan guru dan pembina menunjukkan adanya perubahan perilaku siswa, khususnya dalam hal kedisiplinan dan tanggung jawab dalam mengikuti kegiatan sekolah dan asrama. Sementara itu, hasil wawancara dengan siswa kelas X menunjukkan adanya proses adaptasi terhadap pelaksanaan program, di mana pada awalnya siswa mengalami kesulitan dalam mengikuti aturan dan kegiatan, namun secara bertahap menjadi lebih terbiasa dan sadar akan tanggung jawab pribadi. Temuan lapangan juga menunjukkan bahwa penerapan Program CBE tercermin dalam aktivitas keseharian siswa, seperti kebiasaan hadir tepat waktu, kepatuhan terhadap aturan asrama, serta keterlibatan aktif dalam kegiatan wajib sekolah yang dilaksanakan secara berjenjang sesuai jenjang kelas

b. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Program *Consciousness Based Education* (CBE) di SMA Negeri Bali Mandara dilaksanakan secara terencana, sistematis, dan terintegrasi dalam keseluruhan kehidupan sekolah berasrama. Program ini tidak hanya diterapkan dalam kegiatan pembelajaran formal, tetapi juga diinternalisasikan melalui berbagai aktivitas pembiasaan harian di asrama, seperti praktik Transcendental Meditation (TM), pembinaan disiplin, pendampingan personal oleh pembina asrama, serta kegiatan refleksi diri yang dilakukan secara berkelanjutan. Pola implementasi tersebut menunjukkan bahwa CBE tidak diposisikan sebagai program tambahan, melainkan sebagai kerangka filosofis yang menjiwai seluruh proses pendidikan di sekolah. Temuan ini sejalan dengan pandangan Tilaar (2015) yang menegaskan bahwa pendidikan karakter yang efektif harus bersifat holistik dan terintegrasi dalam sistem pendidikan, bukan sekadar disisipkan dalam mata pelajaran tertentu. Implementasi CBE di SMA Negeri Bali Mandara juga mencerminkan pendekatan pendidikan holistik yang menekankan keseimbangan antara aspek kognitif, afektif, dan spiritual peserta didik (Haidar et al., 2025). Dengan demikian, proses pembentukan karakter tidak hanya terjadi melalui transfer nilai secara verbal, tetapi melalui pengalaman hidup sehari-hari yang membentuk kesadaran dan kebiasaan siswa secara berkelanjutan. Praktik Transcendental Meditation yang menjadi inti dari Program CBE berperan sebagai sarana pengembangan kesadaran diri dan pengendalian emosi siswa. Berdasarkan hasil

observasi dan wawancara, siswa yang mengikuti praktik meditasi secara rutin menunjukkan sikap yang lebih tenang, mampu mengelola emosi dengan lebih baik, serta memiliki fokus yang lebih tinggi dalam kegiatan belajar. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian Phan et al. (2022) dan Delavari et al. (2023) yang menyimpulkan bahwa praktik meditasi dan mindfulness dalam konteks pendidikan berkontribusi positif terhadap regulasi emosi, perhatian, dan kesejahteraan psikologis peserta didik. Dalam konteks pendidikan karakter, kesadaran diri (self-awareness) merupakan fondasi utama terbentuknya perilaku moral yang bertanggung jawab. Lickona (2012) menyatakan bahwa karakter yang baik tidak hanya ditandai oleh pengetahuan moral, tetapi juga oleh kemauan dan kebiasaan untuk bertindak sesuai nilai moral tersebut. Program CBE di SMA Negeri Bali Mandara memperkuat aspek ini dengan menyediakan ruang refleksi batin bagi siswa, sehingga mereka tidak hanya memahami aturan dan nilai secara kognitif, tetapi juga menyadari makna dan konsekuensi dari setiap perilaku yang dilakukan

1. Dampak Program terhadap Disiplin, Tanggung Jawab, dan Pengendalian Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan Program CBE memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan disiplin dan tanggung jawab siswa, khususnya siswa kelas X yang berada pada masa transisi dari jenjang pendidikan sebelumnya. Disiplin siswa tercermin dalam kepatuhan terhadap jadwal kegiatan, ketaatan pada tata tertib sekolah dan asrama, serta kesadaran dalam menjalankan tugas akademik dan nonakademik tanpa pengawasan ketat. Hal ini mengindikasikan bahwa disiplin yang terbentuk bukan semata-mata karena kontrol eksternal, melainkan telah berkembang menjadi kesadaran internal siswa. Temuan ini memperkuat teori behavioristik modern yang menekankan pentingnya lingkungan terstruktur dalam pembentukan perilaku (Bandura, 2018). Sistem sekolah berasrama di SMA Negeri Bali Mandara menyediakan stimulus yang konsisten melalui rutinitas harian, aturan yang jelas, serta keteladanan pendidik dan pembina asrama. Namun, berbeda dengan pendekatan disiplin konvensional yang bersifat koersif, CBE menekankan disiplin berbasis kesadaran, di mana siswa memahami alasan dan tujuan dari setiap aturan yang diterapkan. Pendekatan ini sejalan dengan temuan Triyono (2019) yang menyatakan bahwa pendidikan karakter dalam sistem boarding school akan lebih efektif apabila dikombinasikan dengan pembinaan kesadaran dan refleksi diri. Selain disiplin, Program CBE juga berdampak pada peningkatan tanggung jawab siswa. Siswa menunjukkan kesadaran yang lebih tinggi terhadap kewajiban pribadi, baik dalam menjaga kebersihan lingkungan, menyelesaikan tugas belajar, maupun dalam berinteraksi sosial dengan teman sebaya. Tanggung jawab ini tidak hanya dipahami sebagai kewajiban formal, tetapi sebagai bagian dari nilai moral yang harus diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini selaras dengan penelitian Salim et al. (2025) yang menunjukkan bahwa pembinaan karakter di sekolah berasrama berkontribusi signifikan terhadap pembentukan sikap tanggung jawab dan kemandirian siswa. Lebih lanjut, hasil penelitian juga menunjukkan adanya peningkatan kemampuan pengendalian diri siswa, khususnya dalam mengelola emosi dan konflik sosial. Siswa cenderung lebih mampu menahan diri dari perilaku impulsif dan menunjukkan sikap yang lebih reflektif dalam menghadapi permasalahan. Hal ini menguatkan hasil penelitian Roziqin et al. (2024) yang menemukan bahwa praktik mindfulness dan refleksi diri berperan penting dalam meningkatkan self-regulation dan kestabilan emosional peserta didik.

2. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan Program

Keberhasilan penerapan Program CBE di SMA Negeri Bali Mandara tidak terlepas dari berbagai faktor pendukung yang saling berkelindan. Faktor utama yang mendukung efektivitas program adalah sistem sekolah berasrama yang memungkinkan pembinaan karakter dilakukan secara intensif dan berkesinambungan. Lingkungan asrama menyediakan ruang interaksi sosial yang luas serta kesempatan bagi pendidik dan pembina untuk melakukan pendampingan secara langsung dalam kehidupan sehari-hari siswa. Hal ini sejalan dengan pendapat Simbolon (2024) yang menyatakan bahwa lingkungan pendidikan yang kondusif merupakan prasyarat utama keberhasilan pendidikan karakter. Selain itu, komitmen pimpinan sekolah, guru, dan pembina asrama menjadi faktor krusial dalam menjaga konsistensi pelaksanaan Program CBE. Keteladanan yang ditunjukkan oleh pendidik memperkuat internalisasi nilai karakter pada diri siswa, sebagaimana ditegaskan oleh

Bandura (2018) bahwa proses pembelajaran sosial sangat dipengaruhi oleh model perilaku yang diamati peserta didik. Namun demikian, penelitian ini juga menemukan sejumlah faktor penghambat dalam pelaksanaan Program CBE. Hambatan utama berasal dari perbedaan latar belakang sosial, budaya, dan kebiasaan siswa yang berasal dari berbagai daerah. Kondisi ini menyebabkan adanya perbedaan tingkat adaptasi siswa terhadap sistem disiplin dan praktik meditasi yang diterapkan. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Alinafiah et al. (2024) yang menunjukkan bahwa heterogenitas latar belakang siswa dapat memengaruhi efektivitas pembinaan karakter di sekolah berasrama. Hambatan lainnya adalah resistensi awal sebagian siswa kelas X terhadap rutinitas Program CBE, terutama pada tahap awal pelaksanaan. Resistensi ini umumnya bersifat sementara dan berkurang seiring dengan meningkatnya pemahaman siswa mengenai manfaat program. Oleh karena itu, pendekatan persuasif dan pendampingan intensif menjadi strategi penting untuk mengatasi hambatan tersebut.

c. Implikasi Teoritis dan Praktis

Secara teoretis, temuan penelitian ini memperkuat pandangan bahwa pendidikan karakter yang efektif harus berangkat dari pengembangan kesadaran diri peserta didik. Program CBE menunjukkan bahwa praktik refleksi batin dan meditasi dapat menjadi strategi pedagogis yang relevan dalam konteks pendidikan modern, khususnya dalam upaya membangun karakter yang berkelanjutan. Hal ini sejalan dengan kajian Barus et al. (2024) yang menegaskan bahwa pendekatan mindfulness memiliki potensi besar dalam manajemen pendidikan karakter. Secara praktis, penelitian ini memberikan implikasi bagi pengelola pendidikan, khususnya sekolah berasrama, untuk mengintegrasikan pendekatan pendidikan berbasis kesadaran dalam pembinaan karakter siswa. Penguatan pendampingan siswa kelas X, peningkatan literasi siswa mengenai tujuan program, serta keterlibatan orang tua menjadi langkah strategis untuk mengoptimalkan keberhasilan Program CBE di masa mendatang. Bentuk kebaruan solusi dalam menghadapi berbagai hambatan pelaksanaan Program Pendidikan Berbasis Kesadaran (Consciousness-Based Education), peneliti merekomendasikan penerapan Penunjukan Siswa Teladan Berbasis Kesadaran (Peer Role Model) sebagai strategi penguatan karakter disiplin dan tanggung jawab. Solusi ini dirancang dengan menjadikan peserta didik yang menunjukkan konsistensi dalam kedisiplinan, tanggung jawab, dan pengendalian diri sebagai agen perubahan di lingkungan sebaya. Kebaruan pendekatan ini terletak pada pergeseran peran siswa dari sekadar objek pembinaan menjadi subjek aktif dalam proses pendidikan karakter berbasis kesadaran. Melalui mekanisme ini, internalisasi nilai disiplin dan tanggung jawab tidak lagi bertumpu sepenuhnya pada otoritas guru atau pembina, tetapi diperkuat melalui interaksi horizontal antarsiswa yang lebih egaliter dan kontekstual. Pengaruh teman sebaya yang kuat pada fase remaja dimanfaatkan secara positif untuk membangun iklim kesadaran kolektif, di mana perilaku disiplin dan bertanggung jawab dipersepsikan sebagai kebutuhan bersama, bukan sekadar kewajiban institusional. Dengan demikian, solusi ini diyakini mampu meminimalisasi hambatan berupa resistensi peserta didik, ketergantungan pada kontrol eksternal, serta inkonsistensi perilaku ketika pengawasan berkurang, sekaligus memperkuat dampak positif Program Pendidikan Berbasis Kesadaran secara berkelanjutan di lingkungan sekolah dan asrama

4. Simpulan dan saran

a. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa Program Consciousness-Based Education (CBE) di SMA Negeri Bali Mandara telah dilaksanakan secara terencana, terintegrasi, dan berkelanjutan dalam sistem pendidikan berasrama. Program ini diwujudkan melalui berbagai kegiatan pembinaan kesadaran diri, seperti Transcendental Meditation ™, TM Sidhi, Yogic Flying, kesamaptaan, serta kegiatan pembiasaan lainnya yang mendukung pembentukan karakter siswa. Hasil implementasi Program CBE menunjukkan dampak positif terhadap pembentukan karakter siswa, khususnya dalam aspek disiplin, tanggung jawab, pengendalian diri, dan kesadaran sosial. Meskipun pada siswa kelas X masih ditemukan kendala dalam proses adaptasi dan konsistensi penerapan nilai karakter, program ini secara bertahap mampu membentuk karakter siswa secara holistik melalui pengalaman langsung dan pembiasaan berkelanjutan. Keberhasilan pelaksanaan Program CBE didukung oleh komitmen

pimpinan sekolah, peran aktif guru dan pembina asrama, sistem boarding school yang kondusif, serta budaya sekolah yang berorientasi pada kesadaran diri. Adapun hambatan yang ditemukan meliputi perbedaan latar belakang karakter siswa, keterbatasan pemahaman awal terhadap program, serta keterbatasan waktu dan stamina siswa. Untuk mengatasi hambatan tersebut, diperlukan penguatan orientasi dan pendampingan siswa kelas X, peningkatan pemahaman konseptual mengenai Program CBE, serta penguatan kolaborasi antara sekolah, pembina asrama, dan orang tua agar pelaksanaan program dapat berjalan lebih optimal.

b. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penjelasan tersebut, peneliti menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Peserta Didik
   Peserta didik diharapkan dapat mengikuti seluruh rangkaian Program *Consciousness Based Education* dengan kesadaran penuh dan komitmen pribadi, serta menginternalisasi nilai-nilai yang diperoleh ke dalam sikap dan perilaku sehari-hari. Peserta didik juga disarankan untuk lebih terbuka terhadap proses pembiasaan, mampu melakukan refleksi diri secara berkelanjutan, dan menjadikan program ini sebagai sarana pengembangan karakter, khususnya dalam membangun kedisiplinan, tanggung jawab, serta pengendalian diri.
2. Bagi Koordinator Program
   Koordinator Program *Consciousness Based Education* disarankan untuk terus meningkatkan kualitas perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi program secara sistematis dan berkelanjutan. Penguatan pendampingan, khususnya bagi siswa kelas X pada masa awal adaptasi, perlu menjadi perhatian utama. Selain itu, koordinator program diharapkan mampu mengembangkan strategi pembinaan yang lebih kontekstual, komunikatif, dan adaptif terhadap karakteristik peserta didik, sehingga tujuan pembentukan karakter dapat tercapai secara optimal.
3. Bagi Sekolah
   Pihak sekolah disarankan untuk memberikan dukungan yang konsisten terhadap pelaksanaan Program *Consciousness Based Education*, baik dalam bentuk kebijakan, penguatan budaya sekolah, maupun penyediaan sarana dan prasarana yang memadai. Sekolah juga diharapkan dapat mendorong sinergi antara guru, pembina asrama, dan orang tua guna menciptakan lingkungan pendidikan yang kondusif bagi pembentukan karakter siswa secara holistik dan berkelanjutan.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
   Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji Program Consciousness-Based Education dengan pendekatan yang lebih beragam, seperti metode campuran (mixed methods) yang mengombinasikan penelitian kualitatif dan kuantitatif. Penelitian lanjutan juga dapat difokuskan pada pengukuran dampak kuantitatif CBE terhadap variabel karakter tertentu, seperti tingkat disiplin, tanggung jawab, atau pengendalian diri siswa, menggunakan instrumen skala sikap atau angket terstandar. Selain itu, penelitian komparatif antarjenjang kelas atau antar sekolah berasrama dan non-berasrama juga dapat dilakukan untuk memperoleh gambaran efektivitas Program CBE secara lebih luas dan objektif

Daftar Rujukan

Antoni, A., (2024). Implementasi Teori Operant Conditioning BF Skinner Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, 5(1), pp.181-191

Arifin, M.T.S., Suastika, I.N. and Sanjaya, D.B., (2023). Internalisasi Nilai-Nilai Karakter Siswa Pada Pondok Pesantren Madrasah Aliyah Syamsul Huda Desa Tegallinggah–Sukasada-Buleleng-Bali. Jurnal Media Komunikasi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, 5(1), pp.1-12

Annisa, M., (2023). "Upaya Pembentukan Karakter Peserta Didik Melalui Program Sekolah Berasrama di Kelas VIII MTs Negeri 4 Jakarta" (Bachelor's thesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta)

Alifah, S., (2021). Peningkatan kualitas pendidikan di Indonesia untuk mengejar ketertinggalan dari negara lain. Cermin: Jurnal Penelitian, 5(1), pp.113- 123

Billa, B.D.S., (2024). Peran Grha Di Sma Negeri Bali Mandara Sebagai Agen Sosialisasi Dalam Pembentukan Karakter Siswa Dan Potensinya Sebagai Sumber Belajar Sosiologi Di Sma (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Ganesha)

Darmin, S., Sanjaya, D.B. and Landrawan, I.W., (2022). Strategi Guru Dalam Pembentukan Karakter Religus Dan Toleransi Pada Siswa Kelas X Ips SMA NEGERI 2 CIBAL (Studi Kasus Di Sma Negeri 2 Cibal Kec. Cibal Barat Kab. Manggarai). Ganesha Civic Education Journal, 4(1), pp.44-54.

Dewi, N.M.W.A., Yudana, I.M. and Sanjaya, D.B., (2025). Implementasi Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) terhadap Pembentukan Karakter Disiplin dan Tanggung Jawab pada Peserta Didik. JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 8(2), pp.2376-2385

Ekbal, S., (2023). Pendidikan Budi Pekerti Dalam Teori Behavioristik: Membangun Karakter Unggul Melalui Proses Pembelajaran Berbasis Perilaku. Cakrawala Pendidikan, 27(2), pp.1-9

Iskandar, M.Y., (2024). Implementasi Teori Belajar Behavioristik dalam Proses Pembelajaran Abad 21. Murabby: Jurnal Pendidikan Islam, 7(1), pp.57- 70

Kolis, N., & Artini, A. F. P. (2022). Studi Komparatif : Teori Edward Lee Thorndike Dan Imam Al Ghazali Dalam Implementasinya Di Pembelajaran Anak Usia Dini. ABATA (Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini), 2(1), 128–141

Lonto, A.L., Umbase, R.S., Sanjaya, D.B. and Wua, T.D., (2024). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kinerja Guru Pendidikan Kewarganegaraan. Academy of Education Journal, 15(1), pp.948-958

Monika, K.A.L., Suastika, I.N. and Sanjaya, D.B., (2023). Penerapan Project Based Learning Berbasis Kearifan Lokal Tri Hita Karana Meningkatkan Sikap Gotong Royong. Dharmas Education Journal (DE_Journal), 4(1), pp.7-15.

McGeown, S., Oxley, E., Ricketts, J. and Shapiro, L., (2023). Working at the intersection of research and practice: The love to read project. International journal of educational research, 117, p.102134

Melati, R.S., Ardianti, S.D. and Fardani, M.A., (2021). Analisis karakter disiplin dan tanggung jawab siswa sekolah dasar pada masa pembelajaran daring. Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 3(5), pp.3062-307

Nuraeni, F. and Lubis, M., (2022). Pola asuh orang tua dan implikasinya terhadap pembentukan karakter anak. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha, 10(1), pp.137-143

Pristiwanti, D., Badariah, B., Hidayat, S. and Dewi, R.S., (2022). Pengertian pendidikan. Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK), 4(6), pp.7911- 7915

Puspayanti, A., Lasmawan, I.W. and Suharta, I.G.P., (2023). Konsep Tri Hita Karana untuk Pengembangan Budaya Harmoni melalui Pendidikan Karakter. Andragogi: Jurnal Diklat Teknis Pendidikan Dan Keagamaan, 11(1), pp.87-98

Reksamunandar, R.P. and Hadirman, H., (2022). Pembentukan Karakter Siswa melalui Pembiasaan dan Keteladanan Guru. Cendekia, 14(01), pp.27-38

Susanto, D. and Jailani, M.S., (2023). Teknik pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian ilmiah. QOSIM: Jurnal Pendidikan, Sosial & Humaniora, 1(1), pp.53-61

Saifullah, A., (2023). Kurikulum Merdeka dalam Perspektif Filsafat Pendidikan Ki Hajar Dewantara. Innovative: Journal Of Social Science Research, 3(5), pp.10821-10832

Sudewi, I.G.A.A.K., (2021). Pengembangan buku panduan konseling kognitif behavioral teknik self-management untuk meningkatkan self-control siswa sma (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Ganesha)

Sujana, I.P.W.M., (2020). Menggagas Pendidikan Kewarganegaraan Berbasis Budaya Spiritual Hindu pada Perguruan Tinggi. Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha, 8(2), pp.197-207

Sujana, I.P.W.M., Sukadi, S., Cahyadi, I.M.R. and Sari, N.M.W., (2021). Pendidikan karakter untuk generasi digital native. Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha, 9(2), pp.518-524

Tandana, E.A., Yowa, E.K. and Manik, N.D.Y., (2022). Character education in forming student behavior: A viewpoint of christian religious education learning. Didache: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen, 3(2), pp.161-176

Wiratnyana, I.M., Yudana, I.M. and Divayana, D.G.H., (2020). Evaluasi pelaksanaan program penguatan pendidikan karakter. Jurnal Administrasi Pendidikan Indonesia, 11(2), pp.139-148.,

Wattimena, M., (2021). Mengimplementasikan Pendidikan Karakter di SMA Negeri 13 Makassar. EDULEC: Education, Language, and Culture Journal, 1(1), pp.59-66

Yudana, I.M., 2024. Buku Ajar : Pendidikan Karakter Esensi-Prinsip-dan Pendekatan Dalam Pembelajaran Pancasila. Undiksha Press.