Jurnal

by Zaki Nur Fahmawati

Submission date: 05-Oct-2022 11:22AM (UTC+0700)
Submission ID: 1917082832
File name: Jurnal_Altruis.pdf (157.27K)
Word count: 2759
Character count: 17391

Pelatihan goal setting untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa di SMP Muhammadiyah 1 Sidoarjo

Altruis
Journal of Community Services
ISSN 2721-415X, ISSN 2721-4168
ejournal.umm.ac.id/index.php/altruis
2021, Vol 2(3):66–70
DOI 10.22219/altruis.v2i3.18044
©The Author(s) 2021
4.0 International license

Ika Wulan Ramadhani[1], Zaki Nur Fahmawati[1], dan Ghozali Rusyid Affandi[1]

Abstract

Learning motivation refers to all activities of the driving force in students that lead to learning activities and ensure the continuity of learning activities and provide direction to learning activities. Learning motivation is the driving force that can lead to a clear direction of student learning activities. One of the factors that influence learning motivation is *goal setting*. Understanding of goals triggers more interest in learning. The psychoeducation carried out showed that there was a difference in learning motivation between before and after being given psychoeducation related to *goal setting* with the average difference being -16,000 (mean difference), t-score = -8.263 and p = 0.001 $<$ 0.05. Descriptive calculations show the results that the mean value of the pretest is 99,433 and the posttest is 115,433, which means that students' learning motivation has a higher value after receiving psychoeducation related to *goal setting*.

Keywords

Learning motivation, *goal setting*, student, online learning

Pendahuluan

Kehadiran pandemi di Indonesia sejak bulan Maret 2019 dan belum juga mereda dan membuat kegiatan belajar yang semula dilakukan di sekolah menjadi di lakukan di rumah secara daring untuk melawan penyebaran virus (Fitriyani *et al.*, 2020). Namun sistem belajar daring ini membawa beberapa konsekuensi salah satunya adalah tidak adanya interaksi langsung antara guru dan siswa saat proses belajar. Sebabnya, pembelajaran dilakukan dengan diperantarai gadget. Pada satu sisi, pembelajaran daring ini dapat mengurangi interaksi langsung antara manusia dan meminimalisir penyebaran virus Corona. Namun, pada sisi yang lain pembelajaran daring ini dirasa juga memiliki dampak yang kurang positif, salah satunya adalah minimnya keterlibatan siswa saat pembelajaran dan ini merupakan indikasi menurunnya motivasi belajar siswa (Cahyani *et al.*, 2020).

Alderfer (Nashar, 2004) mengatakan bahwa motivasi belajar memberi semangat pada siswa untuk melakukan yang terbaik atas proses belajarnya. Dalam pembelajaran daring saat ini siswa dituntut untuk lebih memotivasi dirinya sendiri dikarenakan ketiadaan kehadiran guru secara fisik dan persoalan pembelajaran daring lain. Misalnya keterbatasan jam sekolah daring yang kadang membuat guru kurang optimal dalam menyampaikan materi sehingga siswa perlu belajar mandiri untuk bisa memahami materi dengan lebih baik. Kenyataannya, tidak semua siswa memiliki kemampuan untuk belajar secara mandiri dan tidak semua siswa memiliki fasilitas yang dapat menunjang optimalisasi belajar daringnya. Hal inilah yang kemudian dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa. Selain itu kreativitas guru dalam menyampaikan materi juga menjadi faktor penting karena ketika guru mampu memanfaatkan keterbatasan dalam mengajar dan mengembangkan kreativitas dalam mengajar maka siswa akan tertarik dengan materi yang disampaikan, demikian pula sebaliknya, kebanyakan guru gagal dalam berinovasi dalam penyajian topik belajar sehingga menyebabkan siswa kurang termotivasi. Padahal, motivasi merupakan kunci untuk kesuksesan studi, apalagi di dalam periode pandemi.

Berdasarkan uraian diatas, dapat kita simpulkan bahwa motivasi merupakan dorongan dalam diri siswa untuk memenuhi tanggung jawab akademiknya. Adapun salah satu faktor yang dipandang paling penting dalam mempengaruhi motivasi adalah *goal setting*. *goal setting* merujuk pada fenomena bahwa tiap-tiap individu memiliki tujuan atau target yang ingin dicapai (Haslam *et al.*, 2009). Dalam literatur, *goal setting* memiliki landasan dalam teori kognitif dimana manusia senantiasa memiliki tujuan dalam setiap tindakan, ketimbang sekedar refleks atau respon

[1] Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Korespondensi:
Ika Wulan Ramadhani, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
Email: ikawulan92@gmail.com, zakinurfahmawati@umsida.ac.id, ghozali@umsida.ac.id

instingtif-biologis (Clarke *et al.*, 2009). Tujuan dalam diri manusia mengarahkan dan memberikan dorongan yang lebih kuat pada individu untuk mencapainya(Locke & Latham, 2002; Aina, 2013). Kemudian, penetapan tujuan yang jelas akan membantu individu memproduksi tindakan yang terarah yang membawa mendekati pencapaian tujuan yang optimal. Selain itu *goal setting* dapat memotivasi siswa untuk mencapai tujuan yang diinginkan, dan dengan adanya tujuan yang telah ditetapkan atau diinginkan maka siswa akan lebih memiliki antusiasme dalam belajar.

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah sekolah yang melaksanakan pembelajaran online pada masa pandemi ini. Sekolah tersebut adalah SMP Muhammadiyah 1 Sidoarjo. SMP Muhammadiyah 1 Sidoarjo adalah sebuah lembaga pendidikan di bawah naungan dan bimbingan ormas Islam Muhammadiyah dan sekolah tersebut sudah mendapatkan akreditasi A. SMP Muhammadiyah 1 Sidoarjo ini terletak di Jl. K.H. Samanhudi No. 81, Jasem, Bulusidokare, Kecamatan Sidoarjo, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Wawancara dengan guru-guru di sekolah itu menunjukkan bahwa pembelajaran secara daring dirasa kurang efektif dikarenakan guru tidak dapat berinteraksi secara langsung dengan siswa. Selain itu terdapat beberapa kendala saat mengajar selama sekolah daring yaitu kendala jaringan dan keterlibatan atau keaktifan siswa yang kurang ketika proses pembelajaran berlangsung.

Hasil tersebut juga diperkuat oleh data pengamatan pada 3 November 2020. Ditemukan bahwa hanya seperempat dari total tiga puluh siswa yang berpartisipasi dalam ruangan *zoom*. Kemudian juga dari semuanya, hanya satu siswa yang menghidupkan kamera dan siswa itu tidak tampak hadir di depan layar. Kemudian, ketiga guru mengajukan pertanyaan mengenai pelajaran yang lalu, tidak ada respon dari siswa. Saat guru melanjutkan pemberian materi, kebanyakan siswa menguap dan nampak tidak fokus terhadap materi. Guru telah berusaha untuk mengajak berinteraksi, namun siswa memberi respon yang sangat minimal.

Berlandaskan pada data-data yang telah didapatkan diatas, maka diputuskan bahwa perlu adanya suatu psikoedukasi mengenai *goal setting* yang bertujuan akhir untuk meningkatkan semangat atau motivasi para siswa dalam belajar. Psikoedukasi tersebut dilaksanakan dengan tema,"Psikoedukasi *goal setting* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa Di SMP 1 Muhammadiyah Sidoarjo Pada Pembelajaran *Online* Pada Masa Pandemi COVID-19". Diharapkan bahwa setelah dilakukan psikoedukasi maka siswa akan lebih bersemangat dalam belajar karena telah memiliki tujuan yang lebih jelas dalam belajarnya.

Metode

Tahapan Identifikasi Masalah

Pada tahap ini, tim melakukan identifikasi terkait masalah yang dihadapi oleh mitra dengan melakukan wawancara dengan beberapa warga sekolah dan juga melakukan observasi pada saat pelajaran berlangsung. Tim melakukan komunikasi beberapa kali dengan warga sekolah untuk mendapatkan informasi yang lengkap terkait masalah yang sedang dihadapi dan *resource* atau sumber daya dimiliki. Dengan data atau informasi yang lengkap, maka tim dapat merumuskan dengan benar masalah yang sedang terjadi dan mencari alternatif penyelesaian yang paling sesuai dengan masalah atau kebutuhan.

Tahapan Perencanaan

Pada tahap ini, berdasarkan hasil wawancara dan observasi diketahui bahwa masalah yang dihadapi oleh mitra adalah adanya penurunan motivasi belajar siswa selama pembelajaran daring. Setelah masalah ditemukan maka selanjutnya tim melakukan eksplorasi referensi agar tim memiliki pemahaman yang lebih baik dan mendalam terkait motivasi belajar siswa dan mencari berbagai program yang mungkin diambil untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Tim juga melakukan diskusi dengan pakar yang memiliki keahlian pada bidang psikologi pendidikan dan juga memiliki pengalaman yang memadai pada *goal setting*. Pemilihan pemateri juga didasarkan pertimbangan kesesuaian karakter pemateri/ trainer dengan karakter siswa yang akan diberikan psikoedukasi. Pemateri yang memang merupakan trainer memiliki kemampuan komunikasi yang memadai dan *style personal* yang sesuai dengan karakter siswa SMP pada umumnya.

Tahapan Pemberian Psikoedukasi

Psikoedukasi diikuti oleh total tiga puluh siswa yang sedang belajar di kelas sebelas. Penentuan populasi partisipan dilakukan dengan meminta saran dari guru terkait kelompok kelas tingkatan tertentu (entah kelas sepuluh, sebelas atau dua belas) yang paling membutuhkan intervensi. Adapun sampel adalah total dari seluruh siswa di sebuah kelas yang dipilih secara acak (Sugiyono, 2015).

Dalam sesi psikoedukasi, *trainer* menggunakan teknik *SMART* yang merujuk pada lima prinsip tujuan. *SMART* memiliki arti bahwa *goal setting* harus *specific* dalam hal tujuan tersebut tidak terlalu luas sehingga tidak jelas. Demikian pula harus tersedia cara untuk mencapai tujuan tersebut. Kemudian tujuan harus *measurable* atau dapat diukur keberhasilannya dengan suatu ukuran. Lalu tujuan harus *attainable* atau tujuan tersebut secara logis merupakan suatu hal yang realistis untuk dicapai. Keempat, tujuan harus *relevant* atau selaras dengan minat dan bakat yang seseorang miliki. Terakhir, sebuah tujuan harus memiliki *time bound* atau tenggat waktu pencapaian.

Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan psikoedukasi dilakukan secara *online* melalui *zoom meeting* yang berlangsung dari pagi sampai dengan siang. Kegiatan diawali dengan pemberian materi oleh trainer dan diakhiri dengan diskusi bersama siswa terkait apa yang dialami atau dirasakan selama proses

belajar secara daring ini. Dengan adanya sesi diskusi ini diharapkan siswa mulai menemukan *insight* terkait situasi apa yang mereka hadapi, bagaimana responnya dan apa yang idealnya harus dilakukan. Kelas psikoedukasi didampingi oleh 1 *trainer* yang memiliki kepakaran pada bidang psikologi pendidikan dan *goal setting* dan dibantu oleh tim. Pada kegiatan ini, tim juga membagikan *pre-test* dan *post-test* pada siswa sebelum psikoedukasi dan sesudah psikoedukasi berlangsung untuk kepentingan pengukuran.

Hasil

Analisa *paired sample t-test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* motivasi belajar siswa. Adapun perbedaan rata-rata sebesar -16.00 serta skor t sebesar -9.26 dengan nilai p kurang dari 0.05. Kemudian, skor cohen's d adalah sebesar -1.509 yang bermakna bahwa terdapat pengaruh yang besar dari psikoedukasi terhadap motivasi belajar siswa.

Visualisasi data deskriptif menggunakan boxplot menampilkan bahwa kedua titik median antara skor pretest dan posttest berbeda. Selisih skor sebesar 3.00 dimana skor posttest lebih tinggi ketimbang posttest (20.00>17.00) menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa mengalami kenaikan.

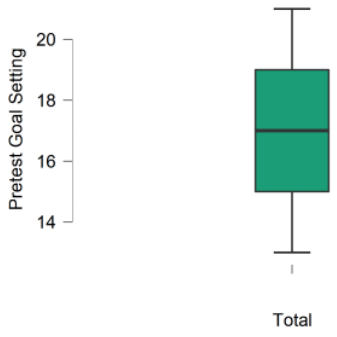
Diskusi

Hasil analisa data menunjukkan bahwa psikoedukasi *goal setting* memiliki pengaruh kepada motivasi belajar pada siswa. *goal setting* merujuk kepada penetapan tujuan-tujuan yang spesifik, konkrit, dapat tercapai, mengandung strategi pencapaian dan dibatasi oleh waktu tertentu. Penetapan tersebut membantu siswa untuk secara sadar melakukan tindakan nyata dalam memenuhi tujuan-tujuan yang bersifat kecil yang secara akumulatif kelak akan menjadi tujuan paling besar atau utama. Tujuan yang telah ditetapkan juga membantu seseorang untuk mengarahkan semua sumber daya yang dia miliki secara efektif dan efisien kepada target-target.

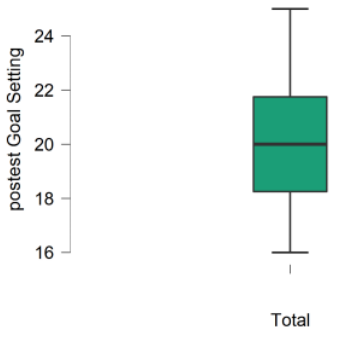
Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Morisano *et al.* (2010) yang menunjukkan bahwa keberadaan tujuan-tujuan yang telah jelas dan dirancang dengan baik akan membantu siswa untuk melakukan regulasi diri ke arah pencapaian tujuan. Lebih lanjut, Morisano *et al.* (2010) menemukan bahwa mereka yang memiliki tujuan-tujuan yang lebih jelas akan memiliki antusiasme yang lebih besar serta mampu untuk meninggalkan aktivitas non-produktif lain yang tidak membantu kepada pencapaian tujuan.

Peneliti lain seperti Locke & Latham (2002) mengungkapkan bahwa tujuan memiliki peran penting sebagai motivasi utama seseorang dalam berperilaku. Sebabnya, tujuan bekerja dengan menginisiasi dan melestarikan tindakan seseorang hingga tujuan itu dapat ia capai. Dengan demikian, psikoedukasi yang mengandung peningkatan kemampuan sekaligus penetapan tujuan akan bermanfaat langsung dalam mendorong tindakan-tindakan nyata di masa depan untuk mencapai tujuan itu (Lutfianawati *et al.*, 2013; Clarke *et al.*, 2009). Pula, ditemukan bahwa siswa yang telah menyelesaikan psikoedukasi untuk menetapkan tujuannya akan memiliki waktu yang lebih singkat untuk mengaktualisasikan dirinya (Haslam *et al.*, 2009).

Psikoedukasi yang dilakukan pada siswa SMP ini juga dapat menjadi salah satu upaya untuk memberikan pemahaman kepada siswa terkait pentingnya memiliki *goal setting*. Psikoedukasi ini juga memiliki tujuan yang jelas bahwa ketika siswa sudah memahami apa yang ingin dicapai, apa yang harus dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut dan bagaimana menumbuhkan komitmen untuk mencapai tujuan tersebut karena dalam proses pencapaian, siswa akan berhadapan dengan berbagai tantangan maka tindakan siswa akan lebih terarah. Selain itu ketika sejak jenjang pendidikan menengah pertama siswa sudah diperkenalkan dengan *goal setting* dan bagaimana menyusun *goal setting* dengan tepat, maka pada jenjang pendidikan yang lebih atas dimana tuntutan



Gambar 1. *Boxplot* skor motivasi sebelum psikoedukasi (*pre-test*)



Gambar 2. *Boxplot* skor motivasi sesudah psikoedukasi (*post-test*)

tugas semakin kompleks, siswa diharapkan sudah memiliki kesiapan yang lebih baik. Beberapa penelitian terkait dengan *goal setting* yang dilakukan dalam beberapa waktu ini menjadikan siswa menengah keatas dan mahasiswa sebagai objek utama kajiannya.

Kesimpulan

Laporan ini menyimpulkan bahwa ada beda yang signifikan antara skor motivasi belajar siswa pada saat sebelum dan sesudah mendapatkan psikoedukasi penetapan tujuan. Dengan demikian, hal ini menunjukkan bahwa pemberian psikoedukasi dapat meningkatkan motivasi belajar pada siswa di SMP Muhammadiyah 1 Sidoarjo selaku mitra pengabdian.

Sekalipun psikoedukasi tersebut diberikan dalam durasi dan jumlah sesi yang singkat, akan tetapi ia dapat menghasilkan peningkatan motivasi belajar pada siswa. Psikoedukasi dapat membantu siswa untuk memproduksi tujuan-tujuan belajar yang sifatnya *specific, measurable, attainable, time bound*. Tujuan-tujuan itu kemudian membuat siswa memiliki alasan atau motivasi yang lebih kuat untuk mencapai hasil belajar yang lebih optimal. Hal tersebut ditunjukkan dari skor t-test dengan nilai signifikansi kurang dari 0.05.

Selain itu, motivasi belajar siswa yang berhasil diamati mengalami perubahan setelah diberikannya psikoedukasi. Hal ini didukung dengan bukti nilai signifikasi sebesar 0,001 ($P < 0,05$) yang diperoleh dari hasil pemberian instrument (alat pengumpulan data) berupa skala (*pre-test* dan *post-test*) pada siswa SMP Muhammadiyah 1 Sidoarjo untuk mengetahui motivasi belajar siswa.

Pemberian psikoedukasi ini tidak menjamin motivasi belajar siswa akan terus naik atau berada pada level yang sama seperti setelah diberikan psikoedukasi, namun motivasi belajar diprediksi dapat menurun apabila siswa tidak menerapkan materi yang telah diberikan dalam psikoedukasi secara konsisten. Dengan gambaran tersebut maka psikoedukasi ini akan memiliki dampak yang lebih kuat apabila siswa juga diberikan pelatihan yang lebih intens. Di dalam psikologi, psikoedukasi dapat menjadi intervensi tunggal, namun juga dapat diberikan bersamaan dengan beberapa intervensi lainnya untuk membuat individu memiliki pemahaman yang lebih baik terkait apa yang dapat dilakukan untuk menghadapi tantangan kehidupan. Fokus dari psikoedukasi antara lain adalah untuk mendidik individu mengenai tantangan dalam kehidupan, membantu individu mengembangkan sumber-sumber dukungan dalam menghadapi tantangan hidup, mengembangkan keterampilan koping untuk menghadapi tantangan hidup dan mengembangkan dukungan eksternal.

Sesuai dengan hasil dari pengabdian ini, maka para siswa SMP Muhammadiyah 1 Sidoarjo disarankan untuk terus meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya memiliki *goal setting* untuk mengetahui dan menetapkan tujuan dimana dengan memiliki tujuan yang jelas maka motivasi belajar di sekolah akan terus meningkat. Para siswa juga diharapkan mampu memahami dengan baik konsep dan aplikasi *goal setting* untuk menunjangnya mencapai tujuan yang spesifik atau cita-cita yang diharapkan. Sementara itu sekolah perlu melakukan upaya-upaya yang lebih spesifik untuk mengajarkan siswa membuat *goal setting* yang spesifik agar siswa memiliki tujuan yang jelas dan mengarahkan usahanya untuk mencapai tujuan tersebut. Dukungan dan pendampingan sekolah maupun guru menjadi faktor yang penting untuk membuat siswa mampu menyusun *goal setting* yang tepat dan konsisten dalam mencapainya.

Secara umum keseluruhan proses pelatihan *goal setting* sudah sesuai dengan harapan tim, namun ada beberapa hambatan yang perlu mendapatkan perhatian, antara lain adalah pelaksanaan psikoedukasi secara daring melalui *zoom* dengan waktu yang terbatas. Pelaksanaan psikoedukasi secara daring sebenarnya masih dapat diikuti dengan baik oleh siswa peserta psikoedukasi, namun akan lebih optimal dan dampaknya akan semakin kuat ketika psikoedukasi ini dilakukan secara *offline* atau luring dengan waktu yang lebih banyak. Psikoedukasi secara *offline* memungkinkan *trainer* memiliki interaksi yang lebih intens dengan peserta.

Referensi

Aina, M. (2013). Efektifitas Pemanfaatan Multimedia Interaktif Pembelajaran Ipa-Biologi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pria Dan Wanita Smp 19 Kota Jambi. *Prosiding SEMIRATA 2013, 1*(1). p. 125-130.

Cahyani, A., Listiana, I. D., & Larasati, S. P. (2020). Motivasi belajar siswa SMA pada pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. *IQ (Ilmu Al-qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 123-140. https://doi.org/10.37542/iq.v3i01.57

Clarke, S. P., Crowe, T. P., Oades, L. G., & Deane, F. P. (2009). Do goal-setting interventions improve the quality of goals in mental health services?. *Psychiatric rehabilitation journal, 32*(4), 292. https://doi.org/10.2975/32.4.2009.292.299

Fitriyani, Y., Fauzi, I., & Sari, M. Z. (2020). Motivasi belajar mahasiswa pada pembelajaran daring selama pandemik covid-19. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran, 6*(2), 165-175. doi:https://doi.org/10.33394/jk.v6i2.2654

Haslam, S. A., Wegge, J., & Postmes, T. (2009). Are we on a learning curve or a treadmill? The benefits of participative group *goal setting* become apparent as tasks become increasingly challenging over time. *European Journal of Social Psychology, 39*(3), 430-446. https://doi.org/10.1002/ejsp.546

Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation. A 35-year odyssey. *The American psychologist, 57*(9), 705–717. https://doi.org/10.1037//0003-066x.57.9.705

Lutfianawati, D., Nugraha, R., & Rachmahana, R. (2013). Pengaruh pelatihan goal setting terhadap motivasi belajar

bahasa inggris siswa. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi), 5*(2), 275-288. https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol5.iss2.art8

Morisano, D., Hirsh, J. B., Peterson, J. B., Pihl, R. O., & Shore, B. M. (2010). Setting, elaborating, and reflecting on personal goals improves academic performance. *Journal of Applied Psychology, 95*(2), 255–264. https://doi.org/10.1037/a0018478

Nashar, H. (2004). *Peranan Motivasi dan Kemampuan Awal.* Jakarta: Delia Press

Sugiyono (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods).* Bandung: Alfabeta

Jurnal

ORIGINALITY REPORT

13%	13%	3%	%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	www.kompasiana.com Internet Source	3%
2	repository.unair.ac.id Internet Source	2%
3	eprints.umm.ac.id Internet Source	2%
4	psikologi.umsida.ac.id Internet Source	1%
5	adoc.pub Internet Source	1%
6	media.neliti.com Internet Source	1%
7	id.scribd.com Internet Source	1%
8	pendkimia.fmipa.unm.ac.id Internet Source	1%
9	ejournal.undiksha.ac.id Internet Source	1%

10	repository.radenintan.ac.id Internet Source	1 %

Exclude quotes	On	Exclude matches	< 1%
Exclude bibliography	On		