

Pelatihan Motivasi Berprestasi Siswa Kelas XII SMA N 1 Abiansemal

Ni Kadek Rini Purwati^{*1}, I Gusti Agung Ngurah Trisna Jayantika², Putu Agus Semara Putra Giri³, Ni Ketut Erawati⁴, I Wayan Widana⁵, I Made Surat⁶, I Gusti Agung Gede Wiadnyana⁷

^{1,2,4,5,6,7}Pendidikan Matematika, Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Indonesia

³Bimbingan Konseling, Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Indonesia

e-mail: ^{*1}riniapurwati@mahadewa.ac.id, ²jayantika@mahadewa.ac.id,

³girisemara279@gmail.com, ⁴ketuterawati@mahadewa.ac.id,

⁵iwayanwidana@mahadewa.ac.id, ⁶surat@mahadewa.ac.id,

⁷agunggedewiadnyana@gmail.com

Abstrak

Motivasi adalah salah satu aspek psikologis yang dapat mempengaruhi pencapaian akademik siswa khususnya bagi siswa kelas XII yang mulai dihadapkan dengan berbagai persiapan dan pilihan dalam memasuki jenjang pendidikan tinggi ataupun dunia kerja. Situasi ini kerap menimbulkan kecemasan akademik. Pelatihan motivasi berprestasi merupakan suatu program pelatihan yang bertujuan untuk mengembangkan diri, meningkatkan motivasi berprestasi siswa, serta membantu memantapkan tujuan atau target yang ingin dicapai. Pelatihan dilakukan pada siswa kelas XII SMA N 1 Abiansemal. Tahapan kegiatan pelatihan motivasi berprestasi meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap refleksi. Pelaksanaan dilakukan dengan 3 metode, yakni penyuluhan, brainstorming, dan game. Pelatihan ini mendapat respon positif dari siswa berdasarkan hasil refleksi yang dilakukan, serta dapat memberikan dampak positif dalam memantapkan tujuan dan target yang dimiliki. Peningkatan kondisi motivasi berprestasi diperoleh dari hasil analisis angket motivasi yang diberikan kepada siswa. Jika dibandingkan dengan data observasi dimana terdapat siswa yang memiliki tingkat motivasi dibawah skala 5, maka setelah pelatihan rata-rata tingkat motivasi siswa berada pada skala 8 dan tidak ada yang berada dibawah skala 5.

Kata kunci: Kecemasan Akademik, Motivasi Berprestasi, Psikologis.

1. PENDAHULUAN

Prestasi belajar siswa dapat dipengaruhi oleh kondisi psikologis. Beberapa aspek psikologis yang dimaksud adalah minat, bakat, kecerdasan, motivasi, dan kemampuan kognitif. Syafi'i [1] menyatakan terdapat dua faktor yang mempengaruhi prestasi, yaitu faktor internal meliputi faktor fisiologi, faktor psikis, faktor kematangan fisik maupun psikis, dan faktor eksternal meliputi faktor sosial, faktor budaya, dan faktor lingkungan.

Kondisi psikologis ini menjadi penting untuk diperhatikan khususnya bagi siswa kelas XII mengingat pada tahap ini siswa akan mulai dihadapkan dengan berbagai pilihan dan tantangan berkaitan dengan pilihan studi lanjut ataupun pilihan pekerjaan. Hal ini mengakibatkan siswa kelas XII lebih rentan mengalami kecemasan akademik dan stress. Kondisi inilah yang menjadi alasan pemilihan kelas XII sebagai sasaran dalam pelatihan motivasi berprestasi yang tentunya ditunjang dengan hasil observasi pada siswa tersebut. Shahmohammadi [2] menyatakan bahwa stress merupakan fenomena yang erat dengan kehidupan manusia dimana menurut penelitiannya diketahui bahwa beberapa penyebab stress di kalangan siswa berkaitan dengan masalah akademik meliputi rasa takut tidak mendapat tempat di perguruan tinggi, ujian, terlalu banyak materi yang harus dipelajari, terlalu banyak pekerjaan rumah, dan jadwal sekolah yang padat.

Perlu disadari juga bahwa penyebab stress di kalangan siswa ini tidak berlaku menyeluruh dan setiap siswa mungkin menghadapi masalah psikologis unik lainnya. Untuk itu, memahami kondisi psikologis siswa tentu akan sangat membantu pendidik, orang tua, dan siswa sendiri dalam memberikan dukungan dan sumber daya yang diperlukan untuk memberikan arah dan tujuan pada tahap penting pendidikan dan pengembangan diri. Sesuai pernyataan Rizani [3] bahwa pendidikan merupakan wadah bagi siswa untuk mengembangkan potensi dirinya berupa kemampuan kognitif, keterampilan mental, kemampuan emosional dan keterampilan yang berperan dalam diri siswa seperti motivasi diri.

Berkaitan dengan hal tersebut, maka penting untuk memberikan pelatihan motivasi berprestasi (*achievement motivation training*) kepada siswa kelas XII. Motivasi berprestasi dapat memberikan energi dan mengarahkan perilaku menuju prestasi, sehingga faktor ini adalah salah satu faktor yang menentukan keberhasilan akademik [4]. Lebih lanjut disampaikan oleh Sujarwo [5] bahwa motivasi berprestasi mengacu pada dorongan yang ada dalam diri seseorang untuk mencapai keberhasilan dan menghindari kegagalan, sehingga timbul kecenderungan perilaku yang bertujuan untuk mempertahankan dan meningkatkan keberhasilan yang dicapai.

Pelatihan motivasi berprestasi adalah program pelatihan yang bertujuan untuk pengembangan diri dan meningkatkan motivasi berprestasi siswa. Kegiatan ini dirancang untuk membangun kesiapan dan rasa percaya diri siswa sehingga menimbulkan motivasi yang sangat kuat dalam diri untuk melakukan perubahan. Pranungsari [6] menyatakan remaja yang termotivasi untuk berprestasi berdampak pada tujuan kegiatan yang dimiliki akan mengarah pada prestasi tersebut.

Observasi dilakukan pada siswa kelas XII SMAN 1 Abiansema dengan memberikan angket motivasi kepada siswa. Berdasarkan hasil observasi kepada siswa SMAN 1 Abiansema diperoleh informasi terkait kondisi motivasi siswa berdasarkan skala 1-10 dimana 1 adalah sangat rendah dan 10 adalah sangat tinggi. Dari 92 siswa kelas XII diperoleh data bahwa terdapat 1,1% siswa memiliki tingkat motivasi pada skala 4, 19,6% siswa pada skala 5, 17,4% siswa pada skala 6, 17,4% siswa pada skala 7, 28,3% siswa pada skala 8, 2,2% siswa pada skala 9, dan 14,1 % siswa pada skala 10. Hasil observasi juga mendata terkait tujuan akademis atau pribadi yang ingin dicapai siswa. Sebagian besar siswa telah memiliki tujuan yang ingin dicapai, namun masih memiliki keraguan. Oleh karena itu, kegiatan pelatihan ini dirancang bertujuan untuk memotivasi siswa kelas XII dalam mempersiapkan diri menghadapi ujian, persiapan tes masuk perguruan tinggi, maupun memilih pekerjaan. Melalui kegiatan ini diharapkan siswa siap mental dan termotivasi untuk mempersiapkan diri dan percaya diri dengan kemampuannya. Seperti halnya telah dibuktikan dalam penelitian Pihasnawati [7] bahwa pelatihan motivasi berprestasi efektif dalam meningkatkan optimisme. Begitupun pada pelatihan yang dilaksanakan oleh Rahmawati [8] diperoleh bahwa pelatihan motivasi dapat mengurangi rasa cemas yang sering muncul pada siswa.

2. METODE

Kegiatan pelatihan dilaksanakan dengan menerapkan metode penyuluhan, *brainstorming*, dan game. Pelatihan motivasi berprestasi dilaksanakan pada 9 November 2023 di SMA N 1 Abiansema yang beralamat di Jl. Majapahit Desa Blahkiuh Kecamatan Abiansema Kabupaten Badung Provinsi Bali. Pelatihan ini menyasar siswa kelas XII SMA N 1 Abiansema sebanyak 92 orang.

Manfaat pelatihan motivasi berprestasi adalah sebagai landasan dasar dalam menciptakan motivasi supaya lebih berprestasi, serta meningkatkan wawasan untuk mengubah hambatan menjadi suatu dasar untuk meningkatkan peluang untuk berprestasi. Prosedur pelaksanaan pengabdian ini dilaksanakan dalam 3 tahapan meliputi persiapan, pelaksanaan, refleksi.

2.1 Tahap Persiapan

Identifikasi permasalahan dilakukan pada tahap ini. Identifikasi melalui observasi terkait kebutuhan siswa kelas XII. Selanjutnya, mengajukan penawaran solusi kepada pihak sekolah dan penetapan tanggal pelaksanaan.

2.2 Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan melalui metode penyuluhan, brainstorming, dan game. Kegiatan pelatihan diawali dengan memberikan pemaparan materi terkait motivasi, dilanjutkan dengan brainstorming terkait motivasi berprestasi, dan game.

2.3 Tahap Refleksi

Analisis kondisi siswa setelah pelatihan dilakukan pada tahap ini. Tahap kegiatan ini meliputi kegiatan monitoring dan evaluasi yang dilakukan dengan pemberian angket motivasi kepada siswa. Angket motivasi ini meliputi pertanyaan yang berkaitan dengan kondisi motivasi siswa, tujuan dan ambisi siswa, serta tanggapan terkait pelatihan yang diberikan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan motivasi berprestasi siswa kelas XII SMA N 1 Abiansema dilakukan dengan beberapa metode, yakni metode penyuluhan, brainstorming, dan game. Materi pokok yang disampaikan pada kegiatan ini berjudul “Cara Memotivasi Diri Berprestasi”. Berikut pemaparan kegiatan dari setiap metode.

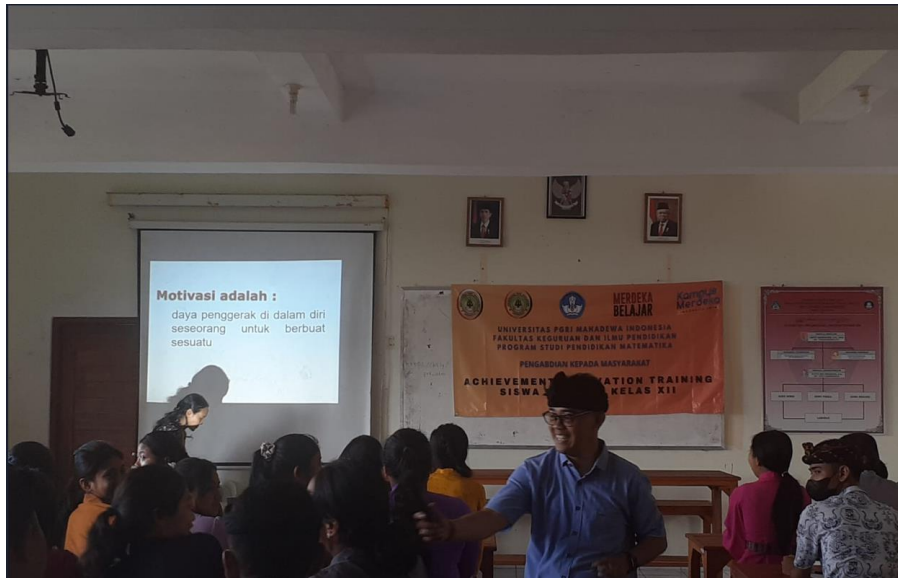
3.1 Metode Penyuluhan

Pada tahap ini siswa diberikan pemaparan materi berkaitan dengan motivasi berprestasi. Pemaparan materi ini bertujuan untuk mengenalkan siswa dengan istilah motivasi berprestasi dan untuk memberikan pemahaman berkaitan tentang tujuan dari pelatihan yang diberikan.



Gambar 1 Pemaparan Materi

Pemaparan dilakukan secara interaktif dengan mengajukan pendapat siswa seperti disajikan pada Gambar 2.



Gambar 2 Pemaparan Materi Secara Interaktif

3.2 Metode Brainstorming

Metode *brainstorming* dilaksanakan setelah pemaparan materi untuk membantu siswa mengenali tipe diri mereka. *Brainstorming* dilakukan dengan memberikan pertanyaan pemantik berkaitan dengan 3 tipe manusia, yakni *quitters*, *campers*, dan *climbers*. Tipe manusia ini berkaitan dengan konsep *adversity quotient* yang merupakan kemampuan seseorang untuk bertahan dalam menghadapi rintangan dan halangan [9]. Pertanyaan pemantik yang diajukan pada sesi ini adalah: “Berada di posisi manakah siswa?”

Kegiatan ini membantu siswa untuk mengenali potensi dirinya. Mengenali potensi diri akan bermanfaat dalam menumbuhkembangkan kualitas diri. Kartianti [10] menyatakan bahwa memahami potensi diri merupakan hal penting bagi setiap individu untuk memahami diri kekuatan dan kelemahan diri secara realistis.



Gambar 3 Brainstorming Tipe Diri

Selanjutnya dilakukan brainstorming terkait 7 jurus ampuh memotivasi diri berprestasi, yakni *set your vision*, jangan pernah takut gagal, *body mind soul*, sinergikan potensi, ubah tantangan menjadi peluang, ingat kesuksesan yang pernah diraih, berdoa. Kegiatan ini bertujuan untuk memantapkan tujuan atau target yang ingin dicapai siswa.



Gambar 4 *Brainstorming Set Your Vision*

Set your vision atau menetapkan tujuan merupakan salah satu hal penting yang harus diketahui siswa. Fauzia [11] menjelaskan bahwa salah satu keterampilan terpenting yang dibutuhkan siswa untuk berhasil secara akademis adalah penetapan tujuan.

3.3 *Game*

Pada tahap *game*, siswa dibagi dalam 2 kelompok untuk mengoptimalkan kegiatan. Berikut ini *game* yang dilaksanakan pada kelompok 1. *Game* diikuti dengan antusias oleh siswa.



Gambar 5 *Game Kelompok 1*

Berikut ini *game* yang dilaksanakan pada kelompok 2. Seperti halnya pada kelompok 1, siswa antusias dalam mengikuti setiap kegiatan.



Gambar 6 Game Kelompok 2

Pelaksanaan pelatihan diakhiri dengan kegiatan refleksi untuk menganalisis kondisi siswa setelah pelatihan dilaksanakan melalui pemberian angket. Angket terdiri dari 3 pertanyaan berkaitan dengan kondisi motivasi siswa, tujuan dan ambisi siswa, serta tanggapan terkait pelatihan yang diberikan.

Berdasarkan hasil analisis diperoleh 94,8% siswa telah memiliki gagasan yang lebih jelas tentang tujuan dan ambisi setelah mengikuti pelatihan motivasi berprestasi. Rata-rata tingkat motivasi siswa berada pada skala 8, yakni sebesar 36,4%, hanya 1,3 % pada skala 5, dan tidak ada yang berada dibawah skala 5.

Pelatihan motivasi berprestasi mendapat respon positif dari siswa yang ditunjukkan oleh hasil angket bahwa rata-rata siswa merasa lebih termotivasi untuk menghadapi ujian, tugas, atau proyek akademis setelah mengikuti pelatihan ini. Beberapa alasan yang disampaikan siswa berkaitan dengan manfaat pelatihan diantaranya: siswa merasa mendapat dorongan dan wawasan untuk memantapkan tujuan atau targetnya, siswa merasa sangat termotivasi karena dalam pelatihan ini saya kembali menemukan apa sebenarnya tujuan hidup serta motivasi hidup saya, siswa lebih mulai memahami waktu, siswa merasa lebih percaya diri dan bisa menentukan pilihan saya sendiri, siswa dapat lebih terbuka tentang tujuan saya kedepannya, siswa, merasa merasa lebih termotasi dan mulai mengingat kembali impian dan tujuan yang dimiliki karena mengalami suatu kondisi tertentu yang mengakibatkan kehilangan arah tujuan dan impian, siswa mendapat cara untuk memfokuskan diri pada tujuan yg ingin saya capai dan terinspirasi untuk tetap mempertahankan apa yang ingin saya capai, siswa setelah mengikuti pelatihan ini saya menjadi sadar bahwa apa yang saya lakukan saat ini akan berdampak buat saya di masa yang akan datang

Pelatihan motivasi berprestasi memberikan manfaat yang positif bagi siswa kelas XII SMA N 1 Abiansemal. Hal ini seperti dinyatakan Adiputra [12] bahwa motivasi memberi individu kekuatan untuk memulai suatu aktivitas dan Ketika perilaku dimotivasi oleh keberhasilan belajar, hal itu membentuk motivasi individu untuk berprestasi. Penyampaian motivasi positif kepada siswa merupakan salah satu edukasi mental yang dapat berdampak pada peningkatan motivasi siswa dalam belajar [13].

4. KESIMPULAN

Pelatihan motivasi berprestasi memberikan dampak yang positif bagi siswa kelas XII SMA N 1 Abiansemal dalam memantapkan tujuan dan target yang dimiliki. Pelatihan ini juga membantu menanamkan rasa percaya diri siswa dalam proses pencapaian tujuan tersebut. Respon yang positif terhadap pelatihan ini juga ditunjukkan oleh siswa dengan antusiasnya dalam setiap sesi dan berdasarkan hasil refleksi yang diberikan.

5. SARAN

Pelatihan motivasi berprestasi sebaiknya rutin dilakukan untuk dapat menanamkan pikiran dan kebiasaan positif kepada siswa. Perubahan yang terjadi tidak instan, memerlukan proses sehingga dengan rutin dilaksanakan akan berdampak baik bagi perkembangan psikologis siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada SMA N 1 Abiansemal yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dan tim pelatihan untuk melaksanakan program pelatihan motivasi berprestasi. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Program Studi Pendidikan Matematika dan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia yang atas dukungannya dalam memastikan program pelatihan terlaksana sesuai harapan dan tujuan yang diinginkan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] A. Syafi'i *et al.*, "Studi Tentang Prestasi Belajar Siswa dalam Berbagai Aspek dan Faktor yang Mempengaruhi," *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, vol. 2, no. 2, 2018.
- [2] N. Shahmohammadi, "Students' coping with Stress at high school level particularly at 11 th & 12 th grade," in *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2011, pp. 395–401. doi: 10.1016/j.sbspro.2011.10.078.
- [3] D. A. Rizani, T. Boleng, and T. R. Hapsari, "Analisis Karakteristik Peserta Didik Ditinjau dari Perkembangan Motivasi Belajar dan Sosial Emosional," 2022.
- [4] R. Steinmayr, A. F. Weidinger, M. Schwinger, and B. Spinath, "The importance of students' motivation for their academic achievement-replicating and extending previous findings," *Front Psychol*, vol. 10, no. JULY, 2019, doi: 10.3389/fpsyg.2019.01730.
- [5] Sujarwo, "Motivasi Berprestasi Sebagai Salah Satu Perhatian Dalam Memilih Strategi Pembelajaran," *Majalah Ilmiah Pembelajaran*, vol. 2, 2011.
- [6] F. Tentama, *Achievement Motivation Training (AMT) Sebagai Upaya Mencegah Kenakalan Remaja*. 2016. [Online]. Available: <https://www.researchgate.net/publication/320620394>
- [7] Pihasniwati, Slamet, and H. L. Muslimah, "Program Pelatihan Motivasi Berprestasi Guna Meningkatkan Efikasi Diri Dan Optimisme Pada Mahasiswa Aktivis Organisasi Sebagai Pengurus Organisasi Di 'Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga' Yogyakarta," *Jurnal Psikologi Integratif*, vol. 2, no. 2, pp. 72–90, 2014.
- [8] S. Rahmawati *et al.*, "Pelatihan Motivasi Bagi Siswa Kelas XI SMA dalam Mempersiapkan Diri Menghadapi Ujian Nasional," 2017. [Online]. Available: <http://megapolitan.kompas.com>;
- [9] A. Gaffar, R. Saputra Mahmud, S. Satriani, S. Nur, and H. Halim, "Proses Berpikir Matematika Siswa Tipe Climber dan Tipe Camper Berdasarkan Langkah Bransford Stein," *Delta-Pi: Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika*, vol. 10, no. 2, pp. 254–268, 2021.

- [10] S. Kartianti and S. Asgar, "Pelatihan Mengenal Potensi Diri dan Kualitas Pribadi bagi Siswa SMK," *HIRONO : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 1, no. 1, pp. 33–38, 2021, [Online]. Available: <http://e-jurnal.lppmunhena.ac.id/index.php/hirono>
- [11] J. H. Fauzia and F. Kurniawati, "Efektivitas Program Pelatihan Penetapan Tujuan pada Siswa Sekolah Menengah Atas," *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, vol. 11, no. 1, p. 1, Sep. 2020, doi: 10.26740/jptt.v11n1.p1-16.
- [12] S. Adiputra and M. Mujiyati, "Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa di Indonesia: Kajian Meta-Analisis," *Konselor*, vol. 6, no. 4, p. 150, Dec. 2017, doi: 10.24036/02017648171-0-00.
- [13] D. Saroh and U. Uswatusolihah, "Peningkatan Kualitas Pembelajaran Siswa SD Melalui Program Bimbingan Belajar Pada Masa Pandemi," *Jurnal Abdimas PHB*, vol. 5, no. 2, pp. 278–286, 2022.