



ANFUSINA: JOURNAL OF PSYCHOLOGY

<http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/anfusina>

DOI: <http://dx.doi.org/10.24042/ajp.v1i1.3637>

Volume 1, Nomor 1, Desember Tahun 2018

Pengaruh Pelatihan *Aku Dan Targetku* Terhadap Motivasi Belajar Matematika Pada Siswa SMP “X”

Vira Sandayanti

Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

phiya.vira@gmail.com

Sumedi P. Nugraha

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

sumedi@yahoo.com

Ratna Syifa’a Rachmahana

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

ratnasyifarahmana@gmail.com

Abstract

This study aimed to determine the effect of the training called “Me and My Target” on the motivation of learning Mathematics in 36 second grade students of “X” Middle School. The data was collected through Mathematics Learning Motivation Scale, interviews, and observations. This study used a pretest-posttest control group design (18 students as the experimental group and 18 students as the control group). This research was based on quantitative and qualitative analysis. Quantitative analysis was carried out using the Mann-Whitney test in order to determine student motivation in terms of learning Mathematics after had the training “Me and My Target”. Qualitative analysis is obtained through observation, interviews, and worksheets. The results of this study showed that there is a significant differences in student motivation to learn Mathematics between the experimental group and control group ($Z = -3,216, p < 0.05$). Furthermore, there were also significant

differences in the student motivation between the experimental group and control group within two weeks after training ($Z = -3,876, p < 0.05$). In conclusion, the training called "Me and My Target" may increase the student motivation to learn Mathematics of second grade students of SMP "X".

Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk dapat mengetahui pengaruh Pelatihan Aku dan Targetku terhadap motivasi belajar Matematika pada 36 orang siswa kelas IX SMP "X". Proses pengumpulan data menggunakan skala motivasi belajar Matematika, wawancara dan observasi. Penelitian ini menggunakan desain pretest-posttest control group design (18 orang sebagai kelompok eksperimen dan 18 orang sebagai kelompok kontrol). Analisis penelitian yang digunakan adalah analisis kuantitatif dan kualitatif. Analisis kuantitatif dilakukan dengan menggunakan uji Mann-Whitney yang bertujuan untuk mengetahui motivasi belajar Matematika siswa setelah diberi pelatihan Aku dan Targetku. Analisis kualitatif diperoleh dengan cara observasi, wawancara dan lembar kerja. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan signifikan pada motivasi belajar Matematika pada siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ($Z = -3.216, p < 0,05$). Selanjutnya, terdapat perbedaan yang signifikan pula pada motivasi belajar Matematika pada siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dalam jangka waktu dua minggu setelah dilakukan pelatihan ($Z = -3.876, p < 0,05$). Kesimpulan yang diperoleh menunjukkan bahwa pelatihan Aku dan Targetku dapat meningkatkan motivasi belajar Matematika pada siswa kelas IX di SMP "X".

Keyword: *My and My Target Training; Learning Motivation; Junior High School.*

Pendahuluan

SMP "X" adalah salah satu sekolah (swasta) di Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru dan siswa diketahui bahwa terdapat banyak siswa yang motivasi belajar pada mata pelajaran Matematikanya rendah. Perilaku-perilaku yang mengindikasikan rendahnya motivasi belajar yang dimiliki siswa antara lain: siswa sering keluar masuk ruang kelas pada saat jam pelajaran matematika dengan alasan ke kamar mandi, siswa kurang memperhatikan saat diberi penjelasan mengenai

materi pelajaran karena lebih asik bercerita bersama teman. Siswa juga membolos pada jam pelajaran dan alpa dari awal masuk pelajaran hingga jam pelajaran usai, mencontek, datang terlambat, tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, belum memiliki tujuan belajar matematika, dan tidak memiliki komitmen dalam mengerjakan tugas matematika.

Selanjutnya, para siswa juga tidak mempunyai target nilai matematika yang ingin dicapai, sehingga mereka harus sering *remedial* untuk mencapai standar nilai KKM. Para siswa juga belum memikirkan tentang target nilai Ujian Nasional, belum adanya cita-cita dan tujuan yang secara spesifik ingin dicapai, serta belum mengetahui cara-cara belajar yang tepat agar matematika mudah dimengerti.

Sejak dulu matematika dianggap oleh siswa sebagai pelajaran yang sulit, menakutkan, dan membosankan karena matematika telah diberi label negatif di kalangan siswa. Karakteristik matematika yang abstrak menjadi salah satu alasan sulitnya siswa untuk mempelajarinya dan menjadikan matematika sebagai mata pelajaran yang paling ditakuti oleh siswa. Padahal, matematika sebagai salah satu ilmu yang memiliki manfaat untuk pemenuhan kebutuhan praktis dan memecahkan masalah dalam kehidupan sehari-hari, contohnya dalam hal mengumpulkan, mengolah, menyajikan dan menafsirkan data, menghitung isi dan berat. Oleh karena itu, siswa SMP sebaiknya mampu memahami matematika dengan baik sebagai penunjang pemahaman terhadap matematika itu sendiri dan ketrampilan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari.

Kurikulum SMP “X” yang mengacu pada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) tentang pelajaran matematika yang diatur dalam Permendiknas Nomor 24 Tahun 2006 (Departemen Pendidikan Nasional, 2008). Kompetensi dasar yang harus dimiliki siswa dalam mempelajari matematika untuk jenjang pendidikan menengah adalah siswa mampu memahami konsep dasar matematika, menyampaikan gagasan, menggunakan penalaran dan memecahkan masalah. Selain itu, matematika dapat memberikan keterampilan dalam hal menghafal, berhitung, serta memiliki sikap menghargai kegunaan

matematika dalam kehidupan sehari-hari. Siswa harus mampu memenuhi standar kompetensi dari pelajaran matematika tersebut agar dapat menyelesaikan pendidikan di SMP.

Selanjutnya, Departemen Pendidikan Nasional (2008) mensyaratkan bahwa siswa harus memenuhi standar nilai matematika yang ditetapkan agar dinyatakan lulus sekolah. Siswa SMP harus memiliki semangat dan dorongan dalam belajar matematika agar mampu menguasai matematika dengan baik, sehingga memperoleh nilai matematika yang baik. Akan tetapi, pelajaran matematika sering dianggap sulit untuk dipahami bagi para siswa dan kesulitan mempelajari pelajaran matematika ini merupakan permasalahan yang dihadapi hampir semua siswa.

Penanganan pada siswa SMP “X” untuk mengatasi permasalahan tersebut di atas dengan melalui pemberian Pelatihan *Aku dan Targetku* sebagai upaya untuk meningkatkan motivasi belajar matematika. Siswa diajarkan untuk dapat menetapkan tujuan dan langkah-langkah untuk mencapai tujuannya tersebut. Tujuan itu sendiri nantinya untuk membantu seseorang menggunakan strategi, cara berfikir serta persepsi yang lebih efisien (Locke, & Latham, 2002). Oleh sebab itu, jika siswa tidak memiliki tujuan yang ingin dicapai dapat mempengaruhi rendahnya motivasi belajar. Siswa memiliki motivasi yang rendah karena tidak mempunyai tujuan yang jelas.

Pelatihan *Aku dan Targetku* dirancang dengan memasukkan teori Johari Windows sebagai dasar untuk meningkatkan pemahaman diri siswa terhadap kemampuan diri mereka dan teori penetapan tujuan sebagai dasar untuk membantu siswa dalam menetapkan tujuan pada pelajaran matematika. Pelatihan ini dianggap relevan oleh peneliti untuk mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan motivasi belajar di SMP “X”. Pelatihan ini salah satunya bertujuan untuk mengajak siswa memahami dirinya melalui konsep teori Johari Windows. Teori Johari Windows yang dikemukakan oleh Luft dan Ingham (dalam Supratiknya, 1995), siswa diminta untuk menentukan tokoh sukses yang menjadi idolanya dan mengungkap apa yang menjadi penyebab utama tokoh tersebut sukses. Selanjutnya, siswa diminta untuk mengungkapkan kelebihan dan kekurangan yang

dimilikinya dan membandingkan dengan tokoh idolanya tersebut. Siswa mendiskusikan hal tersebut dengan teman disebelahnya.

Pelatihan *Aku dan Targetku* akan menitik beratkan untuk mengoptimalkan kemampuan siswa dalam menetapkan tujuan dan didasari pada beberapa aspek. Aspek yang pertama adalah prinsip SMART yang dikemukakan oleh Moran (Sukadji & Singgih, 2001) yaitu siswa mempunyai tujuan spesifik dalam belajar (*specific*) yang akan membantu penentuan sasaran belajar secara jelas, sehingga motivasi siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas dapat ditingkatkan. Terukur (*measurable*) adalah siswa semakin meningkatkan motivasi untuk mencapai sasaran belajar ketika mengetahui peningkatan belajarnya. Siswa dalam mencapai sasaran dengan membuat langkah-langkah (*action-related*) yang sesuai kemampuan, sehingga motivasinya menjadi meningkat. Siswa menetapkan sasaran yang realistis (*realistic*) agar lebih mudah untuk mencapainya. Siswa menentukan batas waktu (*time-base*), sehingga lebih terpacu untuk menyelesaikan tugas-tugasnya.

Selanjutnya, aspek kedua adalah dengan memiliki komitmen pada tujuan yang sudah dibuat, dimana siswa setuju untuk terus melakukan usaha agar mencapai tujuan (Locke dkk, 1981). Dalam hal ini, siswa diharapkan mampu menunjukkan perilaku seperti tidak keluar masuk kelas pada saat jam pelajaran matematika, memperhatikan saat diberi penjelasan mengenai materi pelajaran, dan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.

Aspek ketiga yaitu umpan balik, siswa akan mendapat umpan balik untuk menunjukkan seberapa hasil atau kemajuan yang telah dicapai dalam mencapai tujuan (Robbin, 1989). Hal ini akan membantu siswa dalam menentukan usaha yang telah dilakukan telah sesuai atau belum sesuai dalam mencapai tujuan belajar matematika. Umpan balik bertindak sebagai penunjuk tingkah laku, sehingga diharapkan siswa lebih bersemangat dan termotivasi untuk belajar matematika. Dengan demikian, siswa diharapkan mampu membuat langkah-langkah yang tepat untuk belajar matematika menjadi lebih mudah.

Pelatihan *Aku dan Targetku* ini diharapkan mampu meningkatkan motivasi belajar matematika siswa. Motivasi belajar ditingkatkan dengan adanya pemberian materi pelatihan yang terkandung dalam aspek-aspek penetapan tujuan. Siswa diberikan pengalaman-pengalaman baru yang diharapkan membuat siswa mendapatkan *insight*. Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti memperkirakan bahwa Pelatihan *Aku dan Targetku* bisa meningkatkan motivasi belajar matematika siswa SMP “X”.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh positif Pelatihan *Aku dan Targetku* terhadap motivasi belajar matematika pada siswa SMP “X”. Siswa yang mendapatkan pelatihan *Aku dan Targetku*, motivasi belajar matematikanya akan ada peningkatan dibandingkan siswa yang tidak mendapatkan pelatihan *Aku dan Targetku*.

Metode Penelitian

Penelitian ini melibatkan 36 orang siswa kelas IX di SMP “X” yang terbagi dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing kelompok terdiri dari 18 orang siswa. Penelitian ini menggunakan desain *pretest-posttest control group design* (Azwar, 2004), yaitu suatu metode eksperimen yang membandingkan keadaan variabel tergantung pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan dengan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan.

Pada desain tersebut di atas, peneliti awalnya membagi subjek penelitian menjadi dua kelompok secara acak dari suatu populasi. Seniati, dkk (2005) mengungkapkan bahwa salah satu syarat untuk meningkatkan validitas penelitian eksperimen adalah teknik *random assignment*. Pembagian kelompok ini oleh peneliti dilakukan secara acak (*random assignment*), yaitu dalam penentuan setiap subjek penelitian dimasukkan ke kelompok eksperimen atau kelompok kontrol dengan cara pengundian subjek penelitian. Pembagian subjek penelitian dengan cara menulis angka satu dan dua pada secarik kertas kecil sebanyak jumlah subjek penelitian. Subjek penelitian yang mendapatkan kertas dengan angka satu akan dimasukkan ke

kelompok eksperimen dan subjek yang mendapatkan kertas dengan angka dua akan dimasukkan ke kelompok kontrol.

Kelompok eksperimen akan diberi perlakuan berupa Pelatihan *Aku dan Targetku*, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan Pelatihan *Aku dan Targetku*. Kelompok kontrol akan diberikan Pelatihan *Aku dan Targetku* setelah penelitian berakhir, yaitu setelah pemberian pascates pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan syarat bahwa penelitian ini terbukti dapat meningkatkan motivasi belajar matematika pada subjek. Hal ini dilakukan sebagai pertanggungjawaban peneliti secara etik dan bukan sebagai rangkaian dari kegiatan penelitian.

Menurut Sundel dan Sundel (2005), prates dilakukan sebelum pelatihan untuk melihat kondisi awal peserta yang dilakukan dengan menggunakan skala motivasi belajar matematika. Pascates dilakukan langsung setelah pelatihan berakhir dengan menggunakan skala motivasi belajar matematika yang sama dengan prates sebagai hasil dari pelatihan. Pengukuran motivasi belajar matematika juga dilakukan kembali dua minggu setelah pelatihan untuk mengetahui perubahan yang terjadi setelah pelatihan. Pada tindak lanjut ini subjek pelatihan diberikan skala yang sama dengan prates dan pascates. Proses perubahan perilaku dengan menggunakan prosedur penguatan positif dibutuhkan waktu selama dua minggu atau tiga minggu untuk memperoleh perubahan perilaku yang diharapkan. Selanjutnya, rancangan eksperimen murni yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

| Kelompok | Prates | Perlakuan | Pascates | Tindak Lanjut |
|-----------------|---------------|------------------|-----------------|----------------------|
| Eksperimen | 01 | X | 02 | 03 |
| Kontrol | 04 | - | 05 | 06 |

Gambar 1. Rancangan penelitian

Keterangan:

- 01 = Prates kelompok eksperimen
- 02 = Pascates kelompok eksperimen
- 03 = Tindak lanjut kelompok eksperimen
- 04 = Prates kelompok kontrol

05 = Pascates kelompok kontrol

06 = Tindak lanjut kelompok kontrol

X = Perlakuan

Langkah-langkah yang digunakan sebagai metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

a. Penyusunan Skala Ukur

Skala motivasi belajar matematika adalah skala yang digunakan dan memiliki tujuan untuk mengukur motivasi belajar matematika siswa kelas IX SMP. Pembuatan skala yang dipakai dalam penelitian ini dengan menggunakan model *summated rating method*, yaitu subjek diberikan tujuh pilihan jawaban dan diminta untuk memilih salah satunya yang sesuai dengan keadaan subjek sebenarnya. Pilihan jawaban yang diberikan dimulai dari pilihan sangat tidak sesuai (1) sampai pilihan sangat sesuai (7) dengan keadaan subjek. Hal ini berarti semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula motivasi belajar matematika yang dimiliki subjek penelitian.

b. Uji Coba Skala Motivasi Belajar Matematika

Uji coba skala motivasi belajar matematika dalam penelitian ini diberikan kepada siswa SMP kelas IX dengan karakteristik yang sama dengan subjek penelitian.

1. Uji validitas

Menurut Azwar (2013) untuk mengetahui sejauh mana ketepatan dan kecermatan alat ukur melakukan fungsi ukurnya, maka dilakukan uji validitas. Dengan demikian, apabila suatu alat ukur dapat menjelaskan fungsi ukurnya sesuai dengan tujuan pengukurannya, maka alat ukur tersebut memiliki validitas tinggi. Selanjutnya, Koefisien validitas yang pakai oleh peneliti adalah $\geq 0,300$ dengan asumsi bahwa aitem yang valid adalah aitem yang memiliki validitas $\geq 0,300$ (Azwar, 2013).

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas menurut Azwar (2013) dilakukan pada aitem-aitem yang telah dipilih dan perhitungan dengan menggunakan formula *Alpha Cronbach*. Koefisien reliabilitas yang di gunakan

adalah koefisien minimum untuk reliabilitas tes dengan angka 0,70. Artinya dibawah koefisien tersebut sebuah tes menjadi kurang memadai untuk digunakan bagi perorangan karena menunjukkan bahwa interpretasi skor menjadi meragukan (Supratiknya, 2014).

3. Wawancara

Data-data kualitatif mengenai kondisi subjek, perasaan, pengaruh yang dirasakan setelah mengikuti pelatihan diperoleh dengan wawancara kepada subjek penelitian.

4. Observasi

Data alami dan sesuai kondisi sebenarnya yang mendukung data-data yang sudah ada dari hasil pemberian skala dan wawancara dilakukan dengan cara observasi selama pelaksanaan pelatihan.

Secara prosedural, penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu:

1. Wawancara dengan guru dan siswa SMP “X” sebagai data analisis kebutuhan pelatihan.
2. Pengambilan data prates.
3. Subjek penelitian mendapatkan Pelatihan yang diberikan oleh pelatih dengan berlatar belakang psikologi pendidikan dan berpengalaman. Selain itu, ada asisten pelatih yang bertugas untuk membantu selama proses pelatihan.
4. Pengambilan data pascates.
5. Pengambilan data tindak lanjut dan survei pelatihan dengan kuesioner tipe isian pada subjek penelitian.
6. Tahap terakhir adalah seluruh data yang diperoleh dianalisis.

Setelah semua data diterima, tahap selanjutnya adalah analisa data. Analisis data dilakukan dengan menggunakan statistik non parametrik. Hipotesis diuji dengan menggunakan statistik non parametrik *The Mann-Whitney Test*. Data dianalisis berdasarkan kontribusi selisih skor data setiap kelompok. Data dianalisis berdasarkan kontribusi dua skor data setiap subjek dengan membandingkan dua rerata skor tersebut. Perhitungan seluruh data penelitian menggunakan program *SPSS 20.00 for Windows*.

Penelitian ini dilakukan dengan melakukan *intervensi*. Modul pelatihan diberi nama Pelatihan *Aku dan Targetku* bertujuan untuk meningkatkan motivasi belajar Matematika siswa kelas IX SMP “X” dan disusun dengan menggunakan teknik pemahaman diri jendela Johari yang dikemukakan oleh Luft dan Ingham (Supratiknya, 1995), konsep penetapan tujuan yang dikemukakan oleh Moran yang dilakukan beberapa modifikasi (Sukadji & Singgih, 2001), umpan balik (Robbin, 1989), komitmen (Locke dkk, 1981), dan empat level evaluasi yang dikemukakan oleh Kirkpatrick (Bates, 2004). Metode yang digunakan dalam pelatihan ini adalah ceramah, diskusi, latihan individu dan permainan. Program pelatihan dilakukan selama satu hari dengan rincian terdiri dari 6 sesi.

Hasil Penelitian

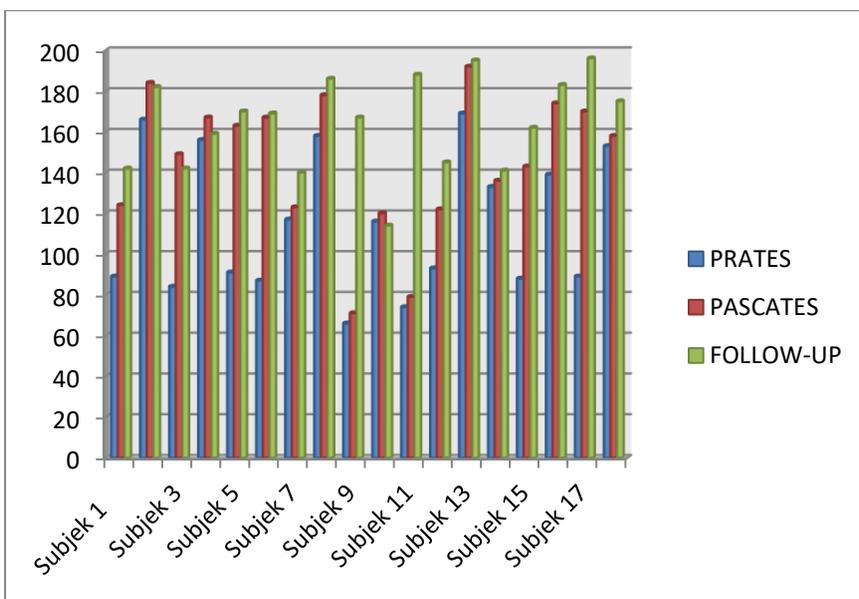
Hasil uji *Mann-Whitney* terhadap selisih skor prates - pascates kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa hipotesis diterima, yaitu terdapat perbedaan yang signifikan pada motivasi belajar Matematika pada siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ($Z = -3,216$ dengan $p = 0,001$ (nilai sig $< 0,05$)). Kemudian pengujian pada selisih skor prates – tindak lanjut menunjukkan bahwa ditemukan adanya signifikansi yang berbeda dalam motivasi belajar Matematika antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dalam jangka waktu dua minggu setelah pemberian pelatihan pada siswa ($Z = -3,876$ dengan $p = 0,000$). Hal ini menunjukkan bahwa motivasi belajar Matematika pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Berdasarkan data skor skala motivasi belajar Matematika di atas, dapat diketahui bahwa apabila subjek memiliki skor < 93 termasuk dalam kategori motivasi belajar rendah, subjek yang mendapat skor berkisar antara 93 – 155 tergolong dalam kategori motivasi belajar sedang, dan subjek yang memiliki skor > 155 termasuk dalam kategori memiliki motivasi belajar tinggi.

18 subjek pelatihan setelah mengikuti pelatihan (pascates) mengalami peningkatan motivasi belajar matematika. Subjek

mengalami penurunan motivasi setelah tiga minggu mengikuti pelatihan, namun tidak sampai dalam kondisi semula. Diagram di bawah ini untuk melihat perbandingan skor tersebut:

Diagram 1. *Skor Skala Motivasi Belajar Siswa Sebelum, Setelah Dan Tiga Minggu Setelah Pelatihan*



Pembahasan

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Morisano, dkk (2010), dimana seseorang lebih memiliki kemampuan untuk mengarahkan perhatian secara langsung, berusaha untuk melakukan kegiatan yang sesuai dan menjauhi kegiatan yang tidak mendukung, serta menunjukkan kemampuan pengelolaan diri yang besar saat seseorang memiliki tujuan yang jelas. Antusiasme seseorang juga akan meningkat seiring dengan meningkatnya energi yang juga menjadi lebih besar dengan adanya penetapan tujuan. Selanjutnya, menurut Elliot, dkk (2005), siswa dapat mengetahui rintangan/kendala dan strategi yang efisien untuk mencapai kesuksesan final saat siswa sudah mempunyai tujuan.

Pelatihan *Aku dan Targetku* merupakan upaya pengenalan kepada siswa sebagai salah satu metode pembelajaran yang bertujuan untuk mengubah aspek kognitif, afektif serta hasil ketrampilan atau keahlian (Kirkpatrick dalam Bates, 2004). Metode pelatihan ini berdasarkan prinsip *experiential learning*, yaitu bahwa pengalaman manusia terdahulu dapat membentuk perilaku manusia yang dimodifikasi untuk menambah efektivitas, perilaku tersebut menjadi suatu kebiasaan dan otomatis, serta individu semakin berusaha memodifikasi perilaku yang sesuai dengan situasi (Johnson & Johnson, 2001).

Prinsip *experiential learning* pada pelatihan *Aku dan Targetku* mempunyai lima tahapan sebagai berikut: *experiencing*, *publishing*, *processing*, *generalizing* dan *applying* (Aryani dan Supriyanto, 2003). Tahapan pertama pada pelatihan ini adalah *experiencing*, yaitu individu atau kelompok melakukan suatu aktivitas, dalam hal ini peserta melakukan beberapa simulasi permainan yang memiliki tujuan spesifik dalam belajar Matematika, mempunyai langkah-langkah atau strategi agar tujuannya dapat tercapai, memiliki batas waktu, umpan balik, dan komitmen terhadap tujuannya yang merupakan target perilaku yang diharapkan dicapai oleh peserta.

Tahapan selanjutnya adalah *publishing*. Peserta akan membagikan pengalaman dan yang mereka rasakan selama ini dalam belajar matematika, serta apa saja yang telah mereka lakukan dalam mengatasi kendala belajar Matematika, selanjutnya peserta diminta untuk merancang tujuan dan langkah-langkah kedepan dalam belajar Matematika. Misalnya, pada aktivitas Sesi ke-3 “*SMART*” peserta diminta untuk mengisi lembar kerja yang berisikan tujuan yang ingin dicapai saat mempelajari Matematika, langkah-langkah yang akan dilakukan untuk mengatasi kendala saat belajar Matematika, dan menentukan batas waktu dalam mencapai tujuan tersebut.

Aktivitas selanjutnya adalah tahapan *processing*, sesama peserta diminta untuk saling memberikan masukan satu sama lain dari hasil diskusi sebelumnya. Misalnya aktivitas di Sesi ke-4 “*Umpan Balik SMART*” peserta diminta untuk mengisi lembar kerja yang berisikan penilaian peserta terhadap kelemahan yang dimilikinya dan

apa yang sudah dilakukan peserta untuk mengatasi kelemahan tersebut, nantinya dibandingkan dengan penilaian orang terhadap dirinya dan masukan dari orang lain dalam mengatasi kelemahannya tersebut. Dengan demikian, diharapkan peserta memiliki semangat untuk merubah diri dan menyadari bahwa mereka dapat melakukan perbaikan pada diri.

Tahapan yang ke empat adalah *generalizing*, bagaimana peserta dapat menggunakan pengalaman mereka untuk digunakan sebagai langkah-langkah dalam mencapai tujuan, yaitu tujuan dalam belajar matematika di sekolah. Misalnya pada aktivitas Sesi ke-4 “*Umpan Balik SMART*” peserta mengkaitkan kegiatan mereka di sekolah dengan simulasi permainan Lempar Bola, bagaimana peserta diajarkan untuk membuat strategi dalam mencapai tujuan tertentu dan memberikan masukan maupun semangat kepada teman-temannya, peserta memberikan dan mendapatkan umpan balik yang positif dengan peserta lainnya.

Goldstein menyebutkan umpan balik bertujuan agar mengajarkan subjek mengikuti langkah-langkah dengan baik untuk mencapai tujuan. Permainan peran diberikan untuk mengeksplorasi pengaruh psikologis dan memberi dorongan pada klien untuk mencoba perilaku baru yang didapatkan selama perlakuan pada situasi kehidupan (Musyafik, 2005)

Tahapan ke lima adalah *applying*, peserta dibantu untuk menerapkan yang sudah digeneralisasi pada tahap sebelumnya ke dalam keadaan nyata oleh pelatih. Peserta mulai diarahkan untuk mengerucutkan pendapat-pendapatnya dan membuatnya menjadi satu harapan kecil untuk meningkatkan motivasi mereka dalam Matematika yang ingin dicapai secara bersama. Selanjutnya, peserta menuliskan dan membacakannya komitmen pada diri mereka sendiri yang diwujudkan dalam perilaku baru saat mereka sudah berada di sekolah, sehingga dilakukan pengukuran kembali setelah dua minggu pelatihan.

Intervensi untuk memperbaiki motivasi belajar Matematika diperlukan berdasarkan rendahnya motivasi belajar Matematika pada siswa. Kompetensi dasar yang harus dimiliki siswa dalam

mempelajari matematika untuk jenjang pendidikan menengah menurut Departemen Pendidikan Nasional (2008) adalah siswa mampu memahami konsep matematika, menyampaikan gagasan, menggunakan penalaran dan memecahkan masalah, serta memiliki sikap menghargai kegunaan matematika dalam kehidupan nyata sehari-hari. Dengan demikian, siswa harus mampu memenuhi standar kompetensi dari pelajaran matematika tersebut agar dapat menyelesaikan pendidikan di SMP. Selain itu, pembelajaran matematika dapat memberikan keterampilan menghafal, berhitung, dan keterampilan menerapkan dalam kehidupan nyata sehari-hari.

Peneliti melakukan evaluasi pelatihan pada akhir pemberian Pelatihan *Aku dan Targetku* Peserta merasakan bahwa pelatihan bermanfaat baginya. Evaluasi juga dibutuhkan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh pelatihan *Aku dan Targetku* agar dapat dijadikan acuan untuk lebih menyempurnakan intervensi Pelatihan *Aku dan Targetku* pada penelitian berikutnya.

Simpulan

Kesimpulan yang didapatkan berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang dilakukan adalah motivasi belajar Matematika siswa kelas IX SMP “X” mengalami peningkatan setelah diberikan Pelatihan *Aku dan Targetku*. Hal ini dapat dilihat keinginan atau inisiatif sendiri untuk belajar, keterlibatan secara sungguh-sungguh dalam proses belajar dan tugas yang diberikan, komitmen untuk terus belajar hingga bertahan dalam pelajaran yang dapat mengindikasikan adanya peningkatan motivasi belajar siswa. Dengan demikian, dapat dikatakan Pelatihan *Aku dan Targetku* memberikan pengaruh bagi perubahan motivasi belajar Matematika siswa.

Pelatihan *Aku dan Targetku* memberikan manfaat kepada siswa, seperti memiliki tujuan yang jelas dalam belajar Matematika, mampu membuat langkah-langkah untuk mencapai tujuan tersebut, dan mendapatkan masukan atau umpan balik dari orang lain, serta saling memberikan dukungan dan semangat kepada teman-temannya.

Oleh karena itu, penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan Pelatihan *Aku dan Targetku* diharapkan dapat lebih menyempurnakan

pelatihan ini agar dapat dapat memberikan hasil yang lebih optimal. Adapun saran yang dapat diberikan sebagai berikut:

1. Pihak sekolah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi belajar Matematika pada siswa SMP dapat ditingkatkan, salah satu caranya adalah dengan memberikan Pelatihan *Aku dan Targetku*. Oleh karena itu, Pelatihan *Aku dan Targetku* perlu diberikan pada siswa yang mengalami masalah kurangnya motivasi belajar Matematika.

2. Praktisi dan peneliti selanjutnya.

- a. Pelatih yang akan memberikan Pelatihan *Aku dan Targetku* diharapkan telah memiliki pengalaman dalam memberikan atau meningkatkan motivasi belajar siswa.
- b. Peneliti berikutnya diharapkan untuk memastikan terlebih dahulu bahwa subjek penelitian yang akan diberikan Pelatihan *Aku dan Targetku* memiliki motivasi yang rendah, sehingga dapat diketahui ada atau tidaknya peningkatan motivasi belajar subjek setelah mengikuti pelatihan.
- c. Pelatihan *Aku dan Targetku* ini sebaiknya tidak diberikan secara langsung kepada subjek dengan kondisi khusus, seperti siswa berkebutuhan khusus dan anak jalanan. Hal ini dikarenakan subjek-subjek tersebut membutuhkan penanganan yang lebih spesifik sesuai kebutuhannya untuk meningkatkan motivasi belajarnya, yaitu dengan penanganan secara individual.

Referensi

- Ancok, D. 2002. *Outbond Management Training*. Yogyakarta: UII Press
- Ariyani, D & Supriyanto, S. 2003. Peningkatan Efektivitas Tim Kerja Asuhan Keperawatan Melalui Metode Arung Alam. *Jurnal Administrasi, Kebijakan, Kesehatan*, 1(3), 140-145
- Azwar, S. 2004. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Azwar, S. 2013. *Penyusunan Skala Psikologi*. Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bates, R. 2004. A Critical Analysis of Evaluation Practice: The Kirkpatrick Model and The Principle Of Beneficence. *Evaluation and Program Training Journal*, 27 (4), 341-347
- Departemen Pendidikan Nasional. 2008. *Analisis SI dan SKL Mata Pelajaran Matematika SMP/MTs untuk Optimalisasi Tujuan Mata Pelajaran Matematika*. Yogyakarta: Tim Penulis
- Elliot, A. J., et all. 2005. Achievement goal, performance contingencies, and performance attainment: An experimental test. *Journal of educational psychology*, 97 (4), 630-640
- Johnson, D.W & Johnson, F.P. 2001. *Joining Together: Group Theory and Group Skills*. Boston: Allyn & Bacon.
- Locke, E.A., et all. 1981. Goal Setting and Task Performance:1969-1980. *Psychology Buletin*, 90, 125-152
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building A Practically Useful Theory of Goal Setting and Task Motivation: A 35-year Odyssey. *American Psychologist*, 57, 705-717.
- Morisano, D., Hirsh, J. B., Peterson, J., R.O. & Shore, B.M. 2010. Setting, Elaborating, And Reflecting on Personal Goal Improves Academic Performance. *Journal of Applied Psychology*, 95 (2), 255-264
- Robbin, S.P. 1989. *Organizational Behavior: Concept, Controversies, and Application*.4 Edition.Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Seniati, L., dkk. 2005. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: Tunas Jaya Lestari.
- Sukadji, S. & Singgih, E.E. 2001. *Sukses di Perguruan Tinggi (Edisi Khusus)*. Depok: Psikologi Pendidikan Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Sundel, M. & Sundel, S. 2005. *Behavior Change in the Human Service, Behavioral and Cognitive Principles and Applications. Fifth Edition*. New York: Sage Publications.
- Supratiknya, A. 1995. *Komunikasi Antar Pribadi Tinjauan Psikologi*. Yogyakarta: Kanisius
- Supratiknya, A. 2014. *Pengukuran Psikologis*. Yogyakarta: Penerbit Universitas Sanata Dharma