

**LAPORAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG DIAJUKAN
KE LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**JUDUL
PENERAPAN KONSELING AKADEMIK UNTUK MENGEMBANGKAN MOTIVASI
BERPRESRASI SISWA DI SMA X JAKARTA**

Disusun oleh:
Ketua Tim
AGOES DARIYO / 0306076803

Nama Mahasiswa:
Dira Firliana / 70520025
Ezra Andrianputra/ 205230125

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2023**

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
Periode II Tahun 2023

1. Judul : Penerapan Konseling Akademik untuk Mengembangkan Motivasi Berprestasi Siswa di SMA X Jakarta
2. Nama Mitra PKM : Kepala SMA Negeri 42 Jakarta
3. Ketua Tim PKM
- a. Nama dan gelar : Agoes Dariyo, M.Si, Psi
 - b. NIDN/NIK : 03060768/10798001
 - c. Jabatan/gol. : Lektor
 - d. Program studi : Psikologi
 - e. Fakultas : Psikologi
 - f. Bidang keahlian : Psikologi Pendidikan
 - g. Alamat kantor : Jl. Letjend S.Parman No. 1 Jakarta
 - h. Nomor HP/Telepon : 566-1334
4. Anggota Tim PKM (Mahasiswa): Mahasiswa 2 orang
- a. Nama mahasiswa dan NIM : Dira Firliana / 70520025
 - b. Nama mahasiswa dan NIM : Ezra Andrianputra/ 205230125
 - c. Nama mahasiswa dan NIM :
 - d. Nama mahasiswa dan NIM :
5. Lokasi Kegiatan Mitra :
- a. Wilayah mitra : Lanud Halimperdana Kusuma
 - b. Kabupaten/kota : Jakarta Timur
 - c. Provinsi : DKI Jakarta
 - d. Jarak PT ke lokasi mitra : 20 Km
6. a. Luaran Wajib : Seminar Sabdamas dan Submit Sabdamas UAJ
- b. Luaran Tambahan : Naskah Sumit Jurnal Abdiel
7. Jangka Waktu Pelaksanaan : Periode II (Juli-Desember)
8. Biaya yang disetujui LPPM : Rp 8 000 000,-

Jakarta, 12 November 2023

Menyetujui,
Ketua LPPM



Ir. Jap Tji Beng, M.MSi., M.Psi., Ph.D., P.E., M.ASCE
NIK : 10381047

Ketua

Agoes Dariyo, M.Si, Psi
NIDN/NIK: 0306076803/10798001

RINGKASAN

*Pengabdian kepada masyarakat (PKM) sebagai bentuk kepedulian sebuah universitas untuk mewujudkan kesejahteraan masyarakat. Kegiatan PKM dapat diwujudkan dengan menerapkan ilmu pengetahuan maupun hasil penelitian yang relevan yang dibutuhkan oleh masyarakat. Demikian pula, kegiatan PKM ini berupaya untuk menerapkan konseling akademik untuk menumbuh-kembangkan motivasi berprestasi pada siswa SMA X di Jakarta. Metode pelaksanaan dengan menggunakan pendekatan pre-test and post-test one-group. Sebelum mengikuti kegiatan, para peserta mengisi kuesioner. Demikian pula, setelah kegiatan penyampaian materi, maka para peserta juga diminta untuk mengisi kuesioner. Teknik analisis data dengan menggunakan uji rerata setiap peserta PKM dan dibandingkan antara pre-test dan post-test. Hasilnya diketahui bahwa ada perbedaan signifikan antara total skor pre-test ($88,8 : 36 = 2,46$) dengan total skor post-test ($92,2 : 36 = 2,56$). Nilai post-test lebih tinggi daripada nilai skor pre-test ($\text{Rerata Total Pre-test} < \text{Rerata Total Post-Test}$). Artinya terjadi peningkatan skor pre-test ke post-test sebesar 0,1 ($2,56 - 2,46 = 0,1$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling akademik dapat meningkatkan motivasi berprestasi pada siswa SMA Negeri X Jakarta. Adapun pencapaian luaran wajib: **Naskah Seminar Sabdamas, Submit dan Diterima di Jurnal Sabdamas UAJ Jakarta dan luaran Tambahan: Naskah jurnal dan submit Jurnal Abdiel.***

Kata-kata kunci: konseling akademik, motivasi berprestasi.

RESUME

Community service (PKM) as a form of concern for a university to realize community welfare. PKM activities can be realized by applying relevant knowledge and research results needed by the community. Likewise, this PKM activity seeks to apply academic counseling to develop achievement motivation in SMA X students in Jakarta. The implementation method uses a one-group pre-test and post-test approach. Before participating in the activity, the participants filled out a questionnaire. Likewise, after the material delivery activity, the participants were also asked to fill out a questionnaire. The data analysis technique used the mean test for each PKM participant and compared between the pre-test and post-test. The results show that there is a significant difference between the total pre-test score ($88.8 : 36 = 2.46$) and the total post-test score ($92.2 : 36 = 2.56$). The post-test score is higher than the pre-test score ($\text{Mean Total Pre-test} < \text{Mean Total Post-Test}$). This means that there was an increase in the pre-test to post-test score of 0.1 ($2.56 - 2.46 = 0.1$). Thus it can be concluded that the application of academic counseling can increase achievement motivation in SMA Negeri X Jakarta students.

Keywords: academic counseling, performance motivation.

PRAKATA

Pengabdian kepada masyarakat merupakan bagian tridharma perguruan tinggi yang wajib dilakukan oleh setiap dosen professional yang bernaung di sebuah universitas. Pengabdian masyarakat menjadi salah satu gaya hidup mandarah daging bagi setiap dosen, sehingga tak ada alasan bagi dosen untuk tidak melakukan pengabdian masyarakat. Pengabdian masyarakat merupakan implementasi dari hasil-hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh setiap dosen, seperti pengabdian masyarakat bertema” Penerapan konseling akademik untuk mengembangkan motivasi berprestasi siswa di Siswa SMA X Jakarta”.

Kegiatan ini telah terlaksana dengan sebaik-baiknya dengan dukungan LPPM Untar maupun kepala SMA Negeri X Jakarta. Demikian pula, hasil pengabdian masyarakat ini berupa luacaan wajib yangtelah disajikan dalam Sabdamas UAJ Jakarta dan luaran tambahan yang disubmit ke Jurnal Abdiel. Karena itu, saya ucapkan terimakasih sebesar-besarnya atas berbagai dukungan tersebut. Semoga laporan ini bermanfaat bagi semua pihak. Mohon dimaafkan atas kekurangan dalam kegiatan pengabdian masyarakat maupun dalam penulisan laporan ini.

Jakarta, 12 November 2023

Hormat

Agoes Dariyo, M.Si, Psi

0306076802

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	
Halaman Pengesahan	i
Ringkasan	ii
Prakata	iii
Daftar Isi	iv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Analisis Situasi.....	1
1.2 Permasalahan Mitra.....	2
1.3 Uraian Hasil Penelitian dan PKM Terkait	3
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN DAN LUARAN.....	6
2.1 Solusi Permasalahan.....	6
2.2 Luaran Kegiatan PKM.....	6
BAB III METODE PELAKSANAAN.....	7
3.1 Langkah-Langkah/Tahapan Pelaksanaan.....	7
3.2 Partisipasi Mitra dalam Kegiatan PKM.....	9
3.3 Kepakaran dan Pembagian Tugas TIM.....	9
BAB IV HASIL DAN LUARAN YANG DI CAPAI.....	10
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	14
DAFTAR PUSTAKA.....	15
Lampiran	
1. Luaran wajib	
2. Luaran tambahan	

BAB 1

PENDAHULUAN

1. Analisis Situasi

Prestasi belajar terbaik merupakan harapan setiap peserta didik, karena prestasi belajar menjadi modal dasar bagi seorang guru untuk memutuskan apakah siswa boleh untuk memperoleh kenaikan kelas yang lebih tinggi atau tidak. Jika seorang menyelesaikan jenjang pendidikan tertentu (misalnya lulus SMP atau SMA), maka prestasi belajar menjadi modal untuk memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Jika seseorang sudah selesai dari perguruan tinggi (akademi, sekolah tinggi, atau universitas), maka prestasi belajar sebagai modal dasar untuk melamar pekerjaan tertentu. Jadi betapa pentingnya, prestasi belajar bagi setiap peserta didik yang hendak mewujudkan kehidupan masa depan yang lebih baik (Michel & Liu, 2022: 15).

Pencapaian prestasi belajar sangat dipengaruhi oleh motivasi berprestasi yang dimiliki oleh setiap peserta didik (Mendoza, Yan, & King, 2023). Jika seorang peserta didik tak memiliki motivasi berprestasi yang tinggi, mustahil baginya untuk mencapai prestasi belajar terbaik. Artinya setiap peserta didik diharapkan memiliki motivasi berprestasi yang tinggi. Motivasi berprestasi ialah sebuah dorongan yang dapat berasal dari dalam diri-sendiri (motif internal) atau dorongan dari luar diri individu (motif eksternal) yang menggerakkan individu untuk mencapai prestasi terbaik. Jika seseorang memiliki motif internal ditandai dengan kesadaran diri-sendiri bahwa pencapaian prestasi terbaik merupakan hal yang mendasar yang harus diwujudkan secara konkrit. Artinya seorang individu memang membutuhkan pencapaian prestasi terbaik (Mendoza, Yan, & King, 2023). Hidup itu harus menunjukkan prestasi terbaik, sebagai rasa tanggung-jawab pribadi yang ingin eksis diakui sebagai pribadi yang berharga di tengah masyarakat.

Jika seseorang memiliki motif eksternal, maka dorongan yang menggerakkan seseorang untuk mencapai prestasi tertentu, dipengaruhi oleh hal-hal yang berada di luar dirinya. Jika hal-hal di luar dirinya berubah dan tak berarti bagi individu, maka motif

berprestasi nya pun juga akan berubah. Akibatnya orang tersebut sulit mencapai prestasi terbaik. Karena itu, motivasi berprestasi yang terbaik ialah motivasi yang berasal dari dalam diri-sendiri, daripada motivasi yang berasal dari luar dirinya. Namun demikian, motif eksternal akan menjadi motif internal, jika motif eksternal tersebut dipahami, dan diinternalisasikan ke dalam kehidupan pribadi, maka motif tersebut akan menjadi permanen (menetap) dalam hidupnya. Salah satu cara untuk menumbuh-kembangkan motivasi berprestasi yang berasal dari luar agar dapat dijadikan sebagai motif internal adalah memberikan pelatihan, penyuluhan, atau seminar intensi yang mampu memberikan pengertian tertentu bagi setiap peserta kegiatan tersebut. Mereka dilibatkan untuk mendengarkan pemaparan mengenai topik konseling akademik, sebuah pendekatan konseling kelompok yang menjelaskan tentang pentingnya pencapaian prestasi akademik untuk menyongsong masa depan yang lebih baik. Diharapkan dengan konseling akademik mampu menumbuh-kembangkan motivasi berprestasi bagi peserta didik di SMA.

2. Permasalahan Mitra

Para peserta didik yang menjadi siswa aktif di SMA Negeri X Jakarta, berlatar-belakang pendidikan SMP terbaik. Mereka telah melalui seleksi ketat jalur Penerimaan Peserta Didik Baru (PPDB) yang diselenggarakan oleh Dinas Pendidikan Jakarta. Rata-rata mereka berasal dari sekolah negeri maupun sekolah swasta terbaik. Artinya mereka telah mampu membuktikan diri sebagai siswa-siswi yang unggul dengan nilai prestasi belajar terbaik, sehingga mereka bisa diterima di SMA negeri X Jakarta. Ketika mereka menjalani sebagai siswa-siswi yang terus belajar memperhatikan setiap pengajaran guru-gurunya, mereka merasakan betapa berat persaingan di antara siswa-siswi di dalam satu kelas, atau pun dengan kelas-kelas lain dalam satu sekolah. Mereka merasakan semacam ada tuntutan yang menghendaki agar setiap siswa mampu menunjukkan prestasi belajar terbaik, bahkan mampu melebihi dari nilai prestasi belajar siswa-siswi lainnya. Jika mereka tidak mampu menunjukkan prestasi belajar terbaik, maka mereka pun tentu dianggap kalah bersaing dan kemungkinan tidak akan diperhitungkan oleh siswa-siswi lainnya. Mereka dianggap gagal untuk dapat memenuhi

tuntutan sosial di sekolah tersebut, akibatnya mereka tersingkir dari lingkungan sosial sekolah. Mereka yang dianggap gagal inilah yang menyebabkan mereka memiliki kondisi kejiwaan yang tidak seimbang yaitu mereka merasa gagal, merasa tak memiliki kemampuan (uncapable), demotivasi (motivasi menurun atau tidak memiliki motivasi untuk maju), tidak memiliki semangat belajar. Kondisi tersebut tidak boleh dibiarkan berlarut-larut dan perlu ada solusi agar para siswa mampu keluar dari kondisi yang tak menguntungkan tersebut.

3. Uraian Hasil Penelitian dan PKM Terkait

Demotivasi ialah suatu kondisi peserta didik yang tidak termotivasi untuk mempelajari suatu materi pelajaran tertentu yang sangat dipengaruhi oleh factor luar terutama kurangnya dukungan, dorongan atau perhatian dari guru-guru bidang pelajaran tersebut (Al-Balawi & Al-Hoorie, 2021). Mereka yang mengalami demotivasi ditandai dengan rasa percaya diri yang rendah (Ren & Abhakom, 2022). Para siswa menganggap guru tidak efektif dalam menyampaikan materi pelajaran yang sulit dipahami oleh siswa, sehingga siswa tak mampu mencapai prestasi belajar terbaik, atau mereka memperoleh nilai buruk pada mata pelajaran tersebut. Guru tak mampu mengkomunikasikan materi pelajaran dengan baik di kelas, sehingga para siswa tak mampu memahami materi pelajaran tersebut. Meskipun guru tergolong orang yang cerdas dan mungkin mempunyai prestasi akademik terbaik selama menjadi mahasiswa di perguruan tinggi, namun jika mereka tak mampu mengajar dengan baik, maka murid-muridnya lah yang menjadi korban pengajarannya (Alterman et al, 2019). Jadi guru dianggap belum memiliki kompetensi pedagogi yang baik. Mereka hanya memiliki prestasi akademik terbaik, tetapi kompetensi pedagogiknya belum dikuasai dengan baik oleh guru tersebut.

Al-Balawi dan Al-Hoorie (2021) menyarankan bahwa demotivasi para siswa harus diubah sedemikian rupa agar mereka mampu bangkit dari keterpurukan dan mempunyai semangat belajar baru demi mencapai masa depan yang lebih baik. Kondisi

para siswa yang mampu menyadari akan keterpurukannya, sehingga mereka bersemangat untuk belajar demi mencapai prestasi belajar terbaik, dinamakan remotivasi (*remotivation*). Menurut Astereki et al (2023) dalam hal ini, dibutuhkan peran seorang konselor profesional yang memahami dan membangkitkan kondisi afeksi para siswa agar mereka mampu mengatasi masalah demotivasinya dengan baik. Parrzych, Generali & Yavuz (2021) menambahkan bahwa seorang konselor akan mengidentifikasi inti permasalahan para siswa dan memberi solusi yang tepat untuk mengatasi masalah demotivasi tersebut, sehingga mereka mampu bangkit dan memiliki motivasi baru dalam menghadapi pelajaran-pelajaran di sekolahnya dengan baik. Cent-Boonstra et al (2022) menyatakan bahwa konselor akademik mencoba melakukan pendekatan individu maupun klasikal untuk membantu para siswa yang memang memiliki masalah demotivasi tersebut. Dengan pendekatan individual, konselor profesional mencoba untuk menyentuh kognitif, afektif dan konatif kehidupan seorang siswa, sehingga siswa sadar diri untuk mengembangkan motivasi internal demi mencapai prestasi belajar dengan baik.

BAB II

SOLUSI PERMASALAHAN DAN LUARAN

1. Solusi Permasalahan

Solusi yang ditawarkan untuk mengatasi masalah demotivasi para siswa adalah perlunya diadakannya kegiatan konseling akademik. Konseling akademik ialah interaksi profesional yang dilakukan oleh seorang konselor agar para siswa mampu menangani masalah akademiknya dengan baik (Parrzych et al, 2021). Melalui kegiatan konseling akademik, maka mereka sebagai siswa menyadari akan tugas dan tanggung-jawabnya sebagai peserta didik yang harus belajar menguasai materi-materi pelajaran yang diajarkan oleh para guru di kelas.

Kegiatan konseling akademik dapat dilaksanakan secara individual maupun secara kelompok yang bersifat klasikal. Namun dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini, konseling akademik dilaksanakan secara klasikal dengan mempertimbangkan waktu, tenaga dan biaya. Pertimbangan waktu yaitu waktu yang dibutuhkan lebih singkat karena mampu menyampaikan pokok-pokok materi konseling akademik yang mencakup seluruh siswa yang mengikuti kegiatan konseling tersebut. Pertimbangan tenaga yaitu seorang konselor cukup menyediakan waktu khusus tertentu untuk menjalankan program kegiatan konseling akademik, sehingga sekali kegiatan maka akan segera tuntas menjalankan tugas dan tanggung-jawabnya. Pertimbangan biaya yaitu biaya yang dikeluarkan selama menjalankan kegiatan konseling akademik cenderung lebih murah karena dilaksanakan sekali kegiatan saja dan tak perlu mengulang lagi.

2. Luaran Kegiatan PKM

Luaran Wajib: Naskah yang sudah disajikan dalam Sabdamas UAJ Jakarta dan proses terbit di Jurnal Sabdamas .

Luaran tambahan: Naskah yang sudah submit Jurnal Abdiel.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

1. Prosedur kegiatan

Sebelum menjalankan kegiatan PKM, pelaksana berusaha meminta izin kepada kepala SMA Negeri X Jakarta, dan beliau pun memberi kesempatan untuk menjalankan PKM tersebut. Ada satu kelas yang dilibatkan untuk mendukung kegiatan PKM yang terdiri dari 36 orang siswa (10 laki-laki dan 26 perempuan). Mereka pun berada dalam satu ruangan kelas. Kegiatan PKM dilakukan melalui 3 tahap yaitu tahap pre-test, pelaksanaan PKM dan tahap post-test.

Pre-test

Sebelum kegiatan penyampaian materi, semua peserta mengisi kuesioner motivasi berprestasi yang terdiri dari 5 item. Contoh: saya terdorong untuk secepat mungkin menyelesaikan pendidikan saya di sekolah ini. Masing-masing item terdiri dari 4 pilihan (SS = sangat sesuai, S = sesuai, TS = tidak sesuai, STS = Sangat tidak sesuai). Pengisian kuesioner ini membutuhkan waktu kurang lebih 3 menit.

Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan pemberian materi konseling disampaikan oleh pelaksana PKM secara langsung di depan kelas. Sebelumnya, kepala sekolah memberi sambutan mengenai pentingnya konseling akademik bagi pengembangan motivasi berprestasi siswa. Selanjutnya, kepala sekolah menyerahkan kesempatan kepada pelaksana PKM untuk menyampaikan materinya di depan kelas. Pemaparan materi konseling akademik berlangsung kurang lebih 100 menit yaitu penyampaian materi (60 menit) dan tanya-jawab (40 menit).

Post-test

Setelah mengikuti kegiatan penyampaian materi, peserta diminta lagi untuk mengisi kuesioner motivasi berprestasi. Kuesioner motivasi berprestasi juga terdiri dari 5 item. Masing-masing item terdiri dari 4 pilihan (SS = sangat sesuai, S = sesuai, TS = tidak sesuai, STS = Sangat tidak sesuai). Pengisian kuesioner memakan waktu 3 menit.

Analisis data

Analisis data menggunakan uji rerata setiap peserta PKM baik pre-test maupun post-test. Selanjutnya, digunakan uji beda yaitu mengetahui perbedaan antara pre-test dengan post-test. Langkahnya yaitu mengetahui skor hasil pre-test yang dibandingkan dengan skor hasil post-test.

Rumus penghitungan rerata setiap peserta PKM pre-test dan post-test seperti di bawah ini.

Rumus penghitungan rerata pre-test setiap peserta PKM yaitu:

$$(\text{Skor Pre-test No Item 1} + \text{Item 2} + \text{Item 3} + \text{Item 4} + \text{item 5}) : 5 = N$$

Rumus penghitungan rerata post-test setiap peserta PKM yaitu:

$$(\text{Skor Post-test No Item 1} + \text{Item 2} + \text{Item 3} + \text{Item 4} + \text{item 5}) : 5 = N$$

Rumus penghitungan total skor pre-test dan post-test yaitu:

Penghitungan Total Skor Rerata Pre-Test

$$\text{Skor rerata pre-test peserta no 1} + 2 + 3 + \dots + 36 : 36. = N$$

Penghitungan Total Skor Rerata Post-Test

$$\text{Skor rerata post-test peserta no 1} + 2 + 3 + \dots + 36 : 36. = N$$

3.Partisipasi Mitra dalam Kegiatan PKM

Mitra PKM telah bersedia untuk menyediakan tempat kegiatan PKM. Kepala SMA Negeri X Jakarta memberikan izin untuk para siswa mengikuti kegiatan konseling akademik yang diselenggarakan oleh LPPM Universitas Tarumanagara Jakarta.

4.Kepakaran dan Pembagian Tugas TIM

Pelaksana kegiatan PKM dikoordinasi dan dilaksanakan secara langsung oleh Agoes Dariyo, M.Si, Psi, seorang master di bidang psikologi pendidikan. Ia menguasai dan mampu mengimplementasikan bidang keilmuannya dengan baik untuk mengatasi masalah-masalah akademik yang dihadapi oleh para siswa di sekolah.

Adapun para mahasiswa asisten PKM akan memberi dukungan sepenuhnya untuk memperlancar kegiatan PKM dari awal sampai akhir dengan sebaik-baiknya.

BAB IV

HASIL DAN LUARAN YANG DI CAPAI

1. Hasil

Tabel 1. Deskripsi Partisipan

1	Jenis Kelamin	Jumlah	Prosentase
	Laki-laki	10	27,8 %
	Perempuan	26	72,2 %
2	Umur		
	16 tahun	15	41,66 %
	17 tahun	21	58,33 %

Tabel 2. Hasil skor pre-test dan skor post-test motivasi berprestasi

Nomor Partisipan (N= 36)	Skor Pre-test Motivasi Berprestasi	Treatment	Skor Post-test Motivasi Berprestasi	Keterangan
1	12 : 5 = 2,4	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Meningkat (0,2)
2	13:5 = 2,6	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Tetap
3	14:5 = 2,8	Konseling Akademik	13 :5 = 2,6	Turun (0,2)
4	12:5 = 2,4	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Naik (0,2)
5	11:5 = 2,2	Konseling Akademik	12:5 = 2,4	Naik (0,2)

6	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Naik (0,2)
7	$10:5 = 2,0$	Konseling Akademik	$11:5 = 2,2$	Naik (0,2)
8	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Naik (0,2)
9	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Tetap
10	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Tetap
11	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,6$	Tetap
12	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Tetap
13	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)
14	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Naik (0,2)
15	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)
16	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Naik (0,2)
17	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$11:5 = 2,2$	Tetap
18	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Tetap
19	$14:5 = 2,8$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)

20	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Naik (0,2)
21	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)
22	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Tetap
23	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Tetap
24	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Naik (0,2)
25	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Naik (0,2)
26	$14:5 = 2,8$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Tetap
27	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Tetap
28	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Naik (0,2)
29	$14:5 = 2,8$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Tetap
30	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)
31	$15:5 = 3$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Turun (0,2)
32	$14:5 = 2,8$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Tetap
33	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Naik (0,2)

34	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)
35	$10:5 = 2,0$	Konseling Akademik	$11:5 = 2,2$	Naik (0,2)
36	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)
	$88,8: 36 = 2,46$		$92,2:36 = 2,56$	Naik (0,1)

2. Pembahasan

Penyampaian materi konseling akademik dilakukan oleh pelaksana PKM untuk memberi wawasan, pengetahuan dan pengalaman praktis bagi peserta seminar tersebut. Mereka merasakan bahwa konseling akademik sebagai upaya praktis untuk membuka wawasan terkait dengan bagaimana mengembangkan potensi akademik yang bermanfaat bagi kemajuan studi di sekolah. Mereka menyadari bahwa wawasan, pengetahuan maupun pengalaman praktis dari ahli bidang psikologi bermanfaat untuk membekali mereka agar berani melangkah demi kemajuan studinya. Mereka harus berani keluar dari zona nyaman untuk membuka pikiran dan menerima saran, masukan atau nasihat-nasihat positif yang relevan dengan kebutuhan hidupnya sebagai pelajar demi masa depan yang lebih baik (Kraft, Bolves, & Hurd, 2023).

Konseling akademik sebagai kegiatan interaktif antara seorang konselor profesional dengan konselee yang sama-sama berkepentingan untuk mewujudkan kesejahteraan bersama. Seorang konselor berkewajiban untuk menjalankan tugas dan tanggung-jawab profesionalnya agar dapat membantu meningkatkan potensi konselee sehingga konselee mampu mencapai masa depan yang lebih baik. Konselor profesional telah memperoleh pendidikan khusus di bidang konseling psikologis, maka hal ini modal penting yang harus diterapkan untuk membantu kehidupan konselee. Seorang konselee juga menyadari bahwa dirinya adalah seorang yang memang membutuhkan bantuan profesional yang benar-benar bermanfaat bagi peningkatan potensi dan kompetensinya. Mungkin saja, seorang konselee tidak harus sedang dalam menghadapi suatu persoalan psikologis, ketika ia mencari pertolongan profesional. Justru ketika konselee sedang baik-

baik saja, ia membutuhkan konselor profesional dengan tujuan untuk mengantisipasi, atau mencegah kegagalan yang tidak diinginkan saat ini maupun saat yang akan datang (Rezapur-Shahkolai et al, 2022).

Dalam kegiatan konseling akademik, seorang konselor profesional menyampaikan bagaimana mengoptimalkan seluruh potensi individual seperti kecerdasan, bakat, kreativitas maupun inovatif dapat terus dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya (Tampubolon, Elazhari, & Sibuea, 2023). Konselor dapat membangkitkan motivasi konseloree untuk menghadapi masalah-masalah akademik dan non-akademik di sekolah (Bergold, & Steinmayr, 2023). Seorang pelajar yang sehari-hari menghadapi pelajaran di sekolah, memang terbiasa memanfaatkan kemampuan kognitifnya untuk menyelesaikan masalah-masalah akademik, namun ia juga harus mampu memanfaatkan kemampuan afektifnya guna menopang kognitifnya. Kemampuan kognitif terkait dengan kemampuan berpikir kritis, menganalisis, pemecahan masalah, dan sebagainya. Kemampuan afektif ialah bagaimana kemampuan mengelola emosi, perasaan, kehendak, atau dorongan internal untuk terus dibangkitkan agar seseorang bersemangat dalam menghadapi setiap kesulitan akademik maupun kesulitan non-akademik, sehingga ia dapat fokus mencapai cita-citanya demi masa depannya (Mendoza, Yan, & King, 2023). Jadi konseling akademik memang bermanfaat secara positif bagi konseloree yaitu membantu mengatasi kesulitan akademik maupun kesulitan non-akademik sehingga dapat mencegah kegagalan selama menjalani kegiatan belajarnya (Rezapur-Shahkolai et al, 2022:19; Ansyah, Paryontri, & Affandi, 2023: 19).

Adakalanya, seorang konseloree merasa sulit untuk keluar dari kemelut kehidupannya. Ia merasa terbelenggu dengan situasi dan kondisi tak menentu dalam hidupnya. Ia merasa depresi, tak berdaya, dan kadang muncul gagasan untuk bunuh diri (suicide idea). Bahkan ada saja kasus bunuh diri yang dilakukan oleh seorang pelajar atau mahasiswa, karena mereka tidak tahu bagaimana menghadapi masalah pribadinya tersebut. Ia merasa kehilangan energi dan juga kehilangan harapan untuk hidup. Akhirnya, bisa saja muncul gagasan bunuh diri. Jika ada orang tua atau orang yang lebih dewasa mengetahui anak kandungnya yang sedang mengalami depresi tersebut, maka mereka

harus segera memperoleh pertolongan intensif untuk menyelamatkan nyawanya. Kondisi depresi adalah kondisi yang mencengkram, membelenggu atau menghimpit seseorang, sehingga ia harus memperoleh pertolongan yang bertujuan untuk meringankan beban masalah hidupnya. Mungkin saja, bentuk pertolongan yang dilakukan oleh konselor profesional untuk membantu meringankan beban kehidupannya, seperti mendengar aktif terhadap cerita-cerita konselee di masa lalu. Tetapi pada prinsipnya, konseling akademik sangat membantu memberi dukungan bagi konselee untuk mengatasi berbagai masalah akademik maupun non-akademik (Ansyah, Paryontri, & Affandi, 2023) dengan tujuan agar konselee mampu meraih keberhasilan dalam hidupnya selama di sekolah (Kraft, Bolves, & Hurd, 2023; Zhang, & Tsai, 2023).

2. Luaran yang dicapai

Luaran Wajib: Naskah yang dipresentasikan dalam SABDAMAS (Seminar Pengabdian Masyarakat) yang diselenggarakan oleh Universitas Atmajaya Jakarta dan akan diterbitkan dalam jurnal pengabdian masyarakat oleh penerbit UAJ Jakarta (Naskah telampir dalam lampiran).

Luaran Tambahan: Naskah yang sudah submit dan akan diterbitkan oleh Jurnal Abdiel (Dalam Lampiran) dan Poster PKM untuk Research Week Untar 2023.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

1.Simpulan

Pemberian konseling akademik mampu menumbuh-kembangkan motivasi berprestasi pada siswa. Para siswa dapat memahami bahwa konseling akademik mampu meningkatkan wawasan, pengetahuan dan pengertian pentingnya menjadi orang yang mempunyai prestasi terbaik. Pencapaian prestasi terbaik hanya dapat dicapai oleh seseorang, jika ia mempunyai motivasi berprestasi yang sungguh-sungguh menggerakkan dirinya untuk meraih prestasi sebaik-baiknya. Karena itu, semua peserta mampu meningkatkan motivasi berprestasi setelah mereka mengikuti penyampaian materi konseling akademik.

2.Saran

Kegiatan PKM ini masih sangat terbatas oleh waktu. Pemberian materi yang dibatasi oleh waktu yang disediakan oleh pihak sekolah, sehingga hanya materi-materi penting saja yang relevan dengan kebutuhan para siswa. Namun demikian, secara umum pelaksanaan PKM berjalan lancar dan materi dapat dipahami dengan baik oleh peserta. Kegiatan PKM di masa yang akan datang dapat mempertimbangkan soal waktu pelaksanaan yang cukup memadai agar penyampaian materi berjalan efektif dan efisien.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Balawi, F. H. & Al-Hoorie, A.H. (2021). From demotivation to remotivation: A Mixed method investigation. *Sage Journal*.
<https://doi.org/10.1177/21582440211041101>.
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/21582440211041101>.
- Alterman, N., Vansteenkiste, M., Haerens, L., Soenens, B., Fontaine, JRJ., & Reeve, J. (2019). Toward integrative and fine grained insight in motivation and demotivating teaching style: The merits of a sircumplex approach. *Educational Psychology Journal*, 11, 497. <https://doi.org/10.1037/edu0000293>.
- Ansyah, E. H., Paryontri, R. A., & Affandi, G. R. (2023). The effectiveness of counseling based on Al-Fatihah psychology to reduce academic stress in students during the covid-19 pandemic. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 11(1), 19–24. <https://doi.org/10.22219/jipt.v11i1.20941>.
- Astereki, M A., Izadi, M., Mardani-Rad, M., & Bahramabadi, M. Z. (2023). The Effectiveness of Academic Counseling based on Cognitive-Behavioral Approach on Resilience, Motivation and Academic Emotions of Students with Academic Failure. *Islamic Life Style* 2023; 6 (4) :228-236
URL: <http://islamiclifej.com/article-1-1573-en.html>.
- Bergold, S., & Steinmayr, R. (2023). Teacher judgments predict developments in adolescents' school performance, motivation, and life satisfaction. *Journal of Educational Psychology*, 115(4), 642–664. <https://doi.org/10.1037/edu0000786>.
- Cent-Boonstra, M., Lichwarck-Aschoff, A., Lara, M.M., & Dennessen, E. (2022). Pattern of motivating teacher behavior and student engagement: A microanalytic approach. *European Journal of Psychology of Education*, 37, 227-255. <https://doi.org/10.1007/s10212-021-00543-3>.

- Kraft, M.A., Bolves, A. J., & Hurd, N.M. (2023). How informal mentoring by teachers, counsellors, and Coach support students' long run academic success. *Economic of Education Review*, 95. <https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2023.102411>.
- Mendoza, N., Yan, Z., & King, R.B. (2023). Supporting student intrinsic motivation for online learning tasks: The effect of need supportive tasks instruction on motivation, self-assessment and task performance. *Computers & Education*, 193, <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104663>.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0360131522002342?via%3Dihub>.
- Michel, F & Liu, L. (2022). An Exploration of community college students lived experienced with face to face and virtual academic counseling: Associating Environmental experienced to desired Educational Outcomes. *Journal of Applied Research in the Community College*, 29 (2), 15-28.
<https://www.ingentaconnect.com/content/montezuma/jarcc/2022/00000029/0000002/art00003>.
- Parrzych, J.L., Generali, M., & Yavuz, O. (2021). School counseling programs identifying academic development need. *Journal of Education*, 203 (1).
<https://doi.org/10.1177/00220574211016433>.
- Ren, X. & Abhakom, M.L.J. (2022). The psychological and cognitive process underlying college students' demotivation to learn English. *Journal of Language Teaching and Research*, 13 (2), DOI: <https://doi.org/10.17507/jltr.1302.08>.
- Rezapur-Shahkolai, F., salimi, N., parsa, P., Ezzati Rastgar, K., Gheysvandi, E., & dogonchi, M. (2022). Faculty Members' Experiences of the Challenges and Facilitators of the Student Academic Guidance and Academic Counseling Process: A Qualitative Study. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences*, 11(1), 19-26. doi: 10.22062/jqr.2021.195053.1001.
https://jqr1.kmu.ac.ir/article_91881.html.

- Tampubolon, K Elazhari, E, & Sibuea, N. (2023). The influence of supervisory work motivation and competence on the performance of school superintendents in padangsidimpuan city education office. *International Journal of Educational Review, Law And Social Sciences (IJERLAS)*, 3(1), 249–261. <https://doi.org/10.54443/ijerlas.v3i1.604>.
- Zhang, Q., & Tsai, W. (2023). Gratitude and psychological distress among first-year college students: The mediating roles of perceived social support and support provision. *Journal of Counseling Psychology*, 70(4), 415–423. <https://doi.org/10.1037/cou0000665>.

PENERAPAN KEGIATAN MENYANYI UNTUK MENGEMBANGKAN KONSEP DIRI ANAK PRA-SEKOLAH

Agoes Dariyo¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: agoesd@fpsi.untar.ac.id

ABSTRACT

Self-concept is an important term related to the way a person views all aspects of one's own life (physical, cognitive, socio-emotional, and academic aspects). Many children still do not have a positive self-concept due to the influence of a bad family environment, the result is they find it difficult to develop and actualize themselves well in the future. On this basis, community service (PKM) aims to grow and develop the self-concept of pre-school children through singing activities. PKM activities involve kindergarten students Al Hidayah, South Jakarta, using a one group pre-test – post test experimental approach Singing activities using songs specifically designed for the development of self-concept in pre-school children Collecting data using a self-concept questionnaire and given before (pre-test) and after giving singing activities for 6 meetings (Post-test). Data analysis used the mean test. The results found that singing activities are effective for developing self-concept in pre-school children. Previously, they thought of themselves as children who were ugly, stupid, insecure and lazy. However, after the post-test, they considered themselves as children who were able-bodied, smart, sociable, and diligent.

Key words: singing, self-concept, pre-school children.

ABSTRAK

Konsep diri merupakan istilah penting yang terkait dengan cara seseorang memandang terhadap seluruh aspek kehidupan diri-sendiri (aspek fisik, kognitif, sosio-emosional, dan akademik). Banyak anak yang masih belum memiliki konsep diri yang positif karena pengaruh lingkungan keluarga yang tidak baik, akibatnya mereka sulit untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan diri dengan baik di masa depan. Atas dasar tersebut, maka pengabdian kepada masyarakat (PKM) bertujuan untuk menumbuh-kembangkan konsep diri anak-anak pra-sekolah melalui kegiatan menyanyi. Kegiatan PKM melibatkan anak-anak siswa TK Al Hidayah Jakarta Selatan, dengan menggunakan pendekatan eksperimen one group pre-test – post test. Kegiatan menyanyi dengan menggunakan lagu-lagu yang dirancang khusus untuk pengembangan konsep diri pada anak-anak pra-sekolah. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner konsep diri dan diberikan sebelum (pre-test) dan sesudah pemberian kegiatan menyanyi sebanyak 6 kali pertemuan (Post-test). Analisis data dengan menggunakan uji rerata. Hasilnya ditemukan bahwa kegiatan menyanyi efektif untuk menumbuh-kembangkan konsep diri pada anak-anak pra-sekolah. Sebelumnya, mereka menganggap diri sebagai anak yang bertubuh jelek, bodoh, minder bergaul dan malas. Namun setelah post-test, mereka menganggap diri sebagai anak yang berbadan sehat, pintar, pintar bergaul, dan rajin.

Kata kunci: menyanyi, konsep diri, anak pra-sekolah.

1. PENDAHULUAN

Secara singkat dapat dikatakan bahwa konsep diri (*self-concept*) ialah sebuah persepsi seorang individu terhadap diri-sendiri terkait dengan aspek fisik, kognitif, sosio-emosional maupun akademiknya (Möller et al, 2020; Mattingly, McIntire, & Lewandowsky, 2020). Bagaimana seorang individu memandang, menilai atau mengevaluasi diri-sendiri akan berdampak terhadap sikap, tindakan maupun perilakunya sehari-hari. Jika seorang individu memiliki konsep diri yang buruk (negatif), maka perkataan, sikap maupun perilakunya cenderung merendahkan potensi diri-sendiri. Perkataan yang keluar dari mulutnya lebih banyak mencela, mencaci atau berbelas-kasihan terhadap diri-sendiri. Padahal belum tentu, ia sebagai seorang pribadi yang buruk, negatif atau hal-hal yang tidak baik (Möller et al, 2020).

Di sisi lain, ada seorang individu yang memiliki konsep diri positif yaitu seorang yang dapat memahami dan menerima diri-sendiri baik kelebihan maupun kelemahan-kelemahannya. Ia bisa menempatkan diri-sendiri sesuai dengan kondisi hidupnya. Ia percaya diri, merasa yakin terhadap kemampuan diri-sendiri. Ia merasa optimis terhadap kehidupannya di masa depan. Namun di sisi lain pula, ia sadar akan kekurangan dirinya, sehingga ia terus berusaha untuk belajar sesuatu guna meningkatkan potensi dan kompetensinya (Esnaola et al, 2018). Menurut pernyataan pimpinan TK Al-Hidayah bahwa para siswa TK Al Hidayah sebagai anak-anak yang tumbuh-kembang di lingkungan masyarakat perkotaan, namun mereka kurang mendapatkan perhatian, kasih sayang atau pengasuhan yang tepat dari orang tua. Alasan klasik yang dikemukakan adalah kesibukan orangtua bekerja dan lebih banyak menyita waktu untuk mencukupi kebutuhan ekonomi keluarga, sehingga sulit bagi orangtua untuk menunjukkan kasih sayang kepada anak-anak. Selain itu, kadang-kadang orangtua kurang mampu mengontrol perkataannya ketika mengasuh anak-anaknya. Perkataan-perkataan negatif seperti jelek, bodoh, tolol, atau pemalas; muncul dari mulut orangtua. Hal ini berdampak buruk terhadap perkembangan konsep diri anak.

Kurangnya perhatian maupun pengasuhan buruk orangtua terhadap seorang anak, bisa menimbulkan permasalahan konsep diri anak-anak. Mereka merasa kurang memperoleh sentuhan kasih-sayang, sehingga seolah-olah mereka sebagai anak-anak yang telantar (*neglectfull children*). Sikap penelantaran orangtua menyebabkan seorang anak memiliki gambaran diri yang buruk terhadap diri-sendiri. Konsep diri negatif akan dapat merugikan diri-sendiri, karena menganggap diri sebagai individu yang kurang berarti, tidak berguna, merasa kecewa, dan bahkan menjadi pemicu masalah depresi (Jalal & Sari, 2023). Dampak selanjutnya, orang yang memiliki konsep diri negatif cenderung mempengaruhi perilaku pengendalian diri yang buruk, artinya perilakunya cenderung tidak terkendali dengan baik (Marsela & Supriatna, 2019), seperti perilaku nakal (*delinquency*) yang berpengaruh buruk di lingkungan sosial (Dokina, 2022). Pada kasus individu yang mengalami depresi, maka orang tersebut berperilaku membahayakan diri-sendiri, seperti upaya percobaan bunuh diri (Febrianti & Husniawati, 2021). Namun jika lingkungan sosial positif seperti orangtua yang mengajak dialog, komunikatif dan interaktif dengan anak-anak, maka hal itu akan memberi pengaruh konsep diri juga positif bagi anak-anak (Dokina, 2022).

Sebenarnya mereka berada di lingkungan perkotaan yang sangat lengkap berbagai fasilitas untuk menunjang kehidupan masa depannya, namun orangtua seringkali kurang memahami bagaimana mengasuh, mendidik atau membina anak-anak agar mereka memiliki konsep diri positif. Meskipun demikian, mereka yang masih anak-anak tetap memiliki kesempatan untuk berkembang secara positif, jika permasalahan tersebut dapat teratasi dengan baik. Artinya ada kesadaran orangtua untuk berkomunikasi dengan anak-anak di dalam keluarga, sehingga seorang anak dapat mengembangkan konsep diri positif dalam hidupnya (Putri, 2020). Orangtua menyediakan waktu khusus untuk berdialog dan berbicara dari hati ke hati dengan anaknya di rumah. Orangtua mau untuk mendengarkan dan mencoba mengerti apa yang menjadi kemauan anak-anak (Yaffe, 2023). Apa yang dilakukan oleh orangtua tersebut berperan penting terhadap pengembangan konsep diri positif bagi anaknya. Jika seorang anak memiliki konsep diri positif, maka hal ini akan memberi keuntungan bagi individu yang bersangkutan. Ia mampu mengelola diri, sikap, atau perilakunya agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya dengan baik (Hidayati & Farid, 2016; Gimenez-Serrano, Garcia & Garcia, 2022).

Menghadapi kondisi tersebut di atas, maka perlu ada solusi yang dapat ditawarkan bagi anak-anak yang bermasalah dalam pengembangan konsep dirinya. Menyanyi merupakan kegiatan positif yang

ditandai dengan upaya mengekspresikan perasaan, pikiran maupun pengalaman hidup masa kini, maupun cita-cita yang akan dicapai di masa yang akan datang. Menyanyi sebagai kegiatan yang dapat dilakukan oleh siapa pun, dari anak-anak, remaja, dewasa bahkan orang yang lanjut usianya. Menyanyi adalah kegiatan yang bersifat universal. Siapa pun dapat melakukannya di mana pun, kapan pun dan dalam situasi apa pun (Dariyo, 2022). Karena itu, menyanyi dapat dijadikan sebagai media, metode atau teknik untuk membangun, mengembangkan dan meningkatkan potensi diri-sendiri, sehingga diharapkan dapat membangun konsep diri secara positif (Boyd, von Ranson, Whidden, & Frampton, 2020).

Ketika seseorang menyanyikan sebuah lagu, maka ia memperdengarkan suaranya sendiri. Ia mengungkapkan syair, kata-kata, atau kalimat lagu yang dinyanyikan tersebut. Ia juga menghayati, mengingat dan memahami makna dari syair lagu tersebut (von Bastian, & Oberauer, 2014). Dalam hal ini, yang terpenting adalah bagaimana seorang individu memiliki fokus, perhatian atau konsentrasi terhadap syair lagu yang dinyanyikan. Ketika seseorang sungguh-sungguh memperhatikan dan menyerap isi syair lagu tersebut, maka ia mampu mengingat isi lagu tersebut dengan baik di bagian *storage* (Wass, Scerif & Johnson, 2012). Selanjutnya, ia menginternalisasikan nilai-nilai, makna atau pengertian dari syair lagu. Jika isi syair lagu mengandung makna positif, maka seseorang akan menginternalisasikan nilai-nilai positif dalam hidupnya, sehingga ia mengembangkan konsep diri positif. Sebaliknya, jika isi syair lagu mengandung makna negatif, maka seseorang menginternalisasikan nilai-nilai negatif, sehingga ia mengembangkan konsep diri negatif. Dengan demikian, kegiatan menyanyi dengan isi syair lagu yang positif, maka berpengaruh besar terhadap pembentukan konsep diri positif (Crone et al, 2022; Hapsari, Huang, & Kanita, 2023).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini penting untuk dilakukan dengan tujuan untuk memberikan masukan berharga terkait kegiatan menyanyi untuk pengembangan konsep diri anak pra-sekolah. Hasil kegiatan dapat dijadikan referensi bagi guru anak-anak pra-sekolah maupun orangtua yang memiliki anak-anak usia pra-sekolah. Demikian pula, kegiatan ini juga sekaligus dapat dijadikan bahan untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan menyanyi yang berkaitan dengan peningkatan konsep diri pada anak-anak pra-sekolah. Karena itu, kegiatan ini sangat relevan untuk dilaksanakan guna menjawab hal-hal tersebut.

2. METODE PELAKSANAAN PKM

Adapun langkah-langkah teknis yang dilakukan selama kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat sebagai berikut di bawah ini:

Pelaksana PKM memperkenalkan diri, serta menyampaikan maksud dan tujuan PKM kepada pimpinan sekolah. Lalu, pelaksana PKM melakukan koordinasi dengan pimpinan TK Al Hidayah untuk mempersiapkan segala sesuatu terkait kegiatan PKM. Pimpinan TK Al Hidayah mengumpulkan anak-anak di ruang kelas. Tentu saja, pimpinan Al Hidayah juga berkoordinasi dengan orangtua murid, sehingga kegiatan PKM juga diketahui oleh orangtua murid.

Selama pre-test: pelaksana PKM menginstruksikan agar anak-anak mengisi kuesioner konsep diri. Kuesioner konsep diri disusun berdasarkan konsep teori para ahli (Moller et al, 2020; Mattingly et al, 2020) yang terdiri dari aspek fisiologis, kognitif, sosioemosional, dan akademik. Jumlah item sebanyak 10 item. Setiap item terdiri 4 pilihan yaitu STS (Sangat tidak sesuai), TS (tidak sesuai), S (Setuju) dan SS (Sangat setuju). Rentang skor item yang positif dari 1 – 4, artinya skor STS = 1 dan skor SS = 4. Sedangkan rentang skor item negatif (unfavourable) dari 4 – 1, artinya skor STS = 4 dan skor SS = 1. Misalnya salah satu item yaitu "saya adalah seorang anak yang cerdas".

Dalam hal ini, pelaksana PKM meminta guru untuk mengisi kuesioner tersebut. Alasannya: mereka lah yang dianggap memahami anak-anak tersebut. Selama kegiatan PKM, maka pelaksana PKM memperkenalkan, dan melatih lagu-lagu yang diatur sedemikian rupa dengan isi syair bermakna positif. Anak-anak dilatih untuk menyanyikan lagu-lagu yang isi syairnya disusun/ditulis sedemikian rupa sesuai dengan maksud dan tujuan kegiatan PKM ini. Lagu-lagu ini juga sudah dikoordinasikan dan mendapat persetujuan dari pimpinan TK Al Hidayah. Kegiatan melatih dan menyanyikan lagu-lagu dilakukan selama 6 kali pertemuan, dengan durasi waktu selama 45 menit. Setiap pertemuan dengan anak-anak pra-sekolah diawali dengan doa pembukaan, latihan menyanyi dan ditutup dengan doa penutup. Salah satu lagu yang dilatihkan kepada anak-anak seperti di bawah ini:

AKU ANAK HEBAT

Cipt: Agoes Dariyo, M.Si, Psi

Aku anak hebat
Aku anak cerdas
Aku anak yang berguna

Bagi Indonesia
Bagi Nusantara
Bagi Sabang sampai Papua

Referein:

Aku maju dan bermutu
Aku belajar dengan tekun
Aku mau jadi sarjana

Aku hormat papa mama
Aku sayang adik kakak
Akulah anak yang hebat

Selama post-test: pelaksana PKM menginstruksikan agar anak-anak mengisi kuesioner konsep diri. Dalam hal ini, pelaksana PKM meminta guru untuk mengisi kuesioner konsep diri tersebut. Baik hasil perolehan pre-test dan post-test dianalisa untuk mengetahui perbedaan keduanya. Selanjutnya, dibuat laporan PKM, maupun penyusunan naskah jurnal PKM.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Konsep diri versi guru

No	Partisipan	Umur	JK	Pre-test	Perlakuan	Post-test	Keterangan
1	Ayi	5,5	L	26	Menyanyi	34	Naik 8 skor
2	Gy	5	L	27	Menyanyi	35	Naik 8 skor
3	Hy	5,7	L	26	Menyanyi	34	Naik 8 skor
4	Lkm	5,8	L	25	Menyanyi	36	Naik 11 skor
5	Hny	5,7	P	26	Menyanyi	31	Naik 5 skor
6	En	5,6	P	28	Menyanyi	33	Naik 5 skor
				158:6 = 26,33		203 : 6 = 33,83	33,83 – 26,33 = 7,5

Diketahui bahwa secara umum terdapat kenaikan skor antara pre-test dengan post-test sebesar 7,5, artinya bahwa kegiatan menyanyi memberikan pengaruh positif terhadap pembentukan konsep diri pada anak-anak pra-sekolah. Namun jika dilihat secara individual bahwa kenaikan skor yang tertinggi adalah pada partisipan bernama Lkm sebesar 11 dan terendah adalah Hny dan En sebesar 5. Partisipan Ay, Gy dan Hy memiliki kenaikan skor sebesar 8. Jadi pergerakan kenaikan skor berkisar antara 5-11. Meskipun demikian, dengan kenaikan skor tersebut menunjukkan bahwa kegiatan menyanyi dianggap efektif untuk meningkatkan konsep diri positif bagi anak-anak pra-sekolah.

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa secara umum kegiatan menyanyi memiliki pengaruh yang efektif dan signifikan terhadap peningkatan konsep diri dengan skor rerata sebesar 7,5 pada anak-anak pra-sekolah. Skor angka tersebut diperoleh melalui perhitungan kenaikan skor rerata pre-test sebesar 26,33 dan skor rerata post-test sebesar 33,83. Adapun cara melakukan hitungan sederhananya adalah $33,83 - 26,33 = 7,5$. Demikian pula, jika dilihat kenaikan skor rerata individual bahwa pergerakan angka terendah adalah 5 dan angka tertinggi adalah 11 (Tabel 1). Dengan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa kegiatan menyanyi berdampak positif bagi peningkatan perkembangan konsep diri pada anak-anak pra-sekolah.

Menyanyi merupakan kegiatan seni yang ditandai dengan lantunan suara merdu mengungkapkan syair lagu yang telah ditulis oleh penciptanya. Seorang pencipta lagu secara kreatif menuangkan isi syair tertentu, karena sang pencipta lagu tersebut hendak menyampaikan pesan tertentu yang dapat diterima, dipahami dan dihayati oleh pendengar lagu tersebut (Dariyo, 2022). Jika lagu tersebut dinyanyikan oleh orang lain, maka orang tersebut diharapkan dapat memahami dan menghayati isi syair lagu tersebut. Sebelum menyanyikan lagu tersebut, seseorang harus paham, hafal dan menguasai syair lagu. Selama menyanyikan lagu tersebut, ia dapat melantunkan lagu tersebut dengan baik, sesuai dengan lantunan yang diharapkan oleh sang pencipta lagu. Demikian pula, setelah menyanyikan lagu tersebut, maka seseorang merasakan kepuasan batin sebab telah mengekspresikan isi syair lagu tersebut yang dianggap sebagai ekspresi isi pikiran, perasaan maupun cita-cita dalam hidupnya (Boyd et al, 2020).

Seorang anak usia pra-sekolah adalah seorang individu yang mudah sekali menyerap informasi terbaru yang diajarkan oleh orang-orang terdekat yang memiliki otoritas, seperti orangtua, guru atau orang dewasa lain yang dianggap penting bagi mereka (Lin, Liao, & Li, 2022). Kemampuan kognitifnya mudah menerima dan memahami pesan informasi menarik melalui lagu-lagu yang sesuai dengan tahap perkembangan usianya (Wang et al, 2022). Apalagi jika syair lagu tersebut benar-benar sesuai dengan kehidupan pribadinya, maka seorang anak pra-sekolah mudah untuk menghafal dan cepat menguasai lagu tersebut dengan baik. Artinya seorang anak akan mudah untuk mengingat dan menyanyikan kembali lagu tersebut (Forsberg et al, 2023). Dengan demikian, dapat dikatakan kapasitas kognitifnya mampu memproses stimulasi informasi terbaru melalui syair lagu dan tersimpan sebagai memori dalam storage-nya. Memori tersebut akan mudah dipanggil kembali, ketika ia menyanyikan lagu tersebut (Miller, 2013; Pavlov & Kotchoubey, 2020).

Lantunan lagu yang dinyanyikan oleh orang lain maupun diri-sendiri, memiliki pengaruh terhadap aspek afeksinya yaitu menyentuh emosinya. Isi syair lagu yang bersifat positif ketika dinyanyikan dengan lantunan suara, maka hal itu juga akan membuat suasana hati menjadi senang, bangga dan menumbuhkan perasaan berharga dalam dirinya (Boyd et al, 2020). Bahwa isi syair lagu tersebut memang sesuai dengan keinginan dan harapan pribadinya. Apa yang menjadi isi syair lagu tersebut memang juga selalu ingin terwujud dalam kehidupannya. Artinya apa yang dinyanyikan dan didengarnya tersimpan dalam memori. Jika lagu tersebut dinyanyikan secara berulang-ulang, maka

isi syair lagu diinternalisasikan dalam pikiran, perasaan maupun perilakunya (kognitif, afektif dan konatifnya). Hal inilah yang mendorong terciptanya konsep diri positif seorang anak (Crone et al, 2022).

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, bahwa syair-syair lagu yang dipergunakan sengaja dirancang sedemikian rupa untuk menumbuhkan perasaan penting, bangga, dan berharga dalam diri seorang anak. Hal ini membuat mereka memiliki mental dan pribadi yang sehat, bahkan juga sehat secara fisik (Banos, Herrero & Vara, 2022; Lestari et al, 2022; Parker et al, 2023). Demikian pula, lantunan lagu dirancang sesuai dengan karakter, sifat dan pribadi anak-anak yang riang, ceria dan bahagia. Hal ini akan mendorong anak-anak untuk menumbuhkan imajinasi positif bahwa isi syair lagu tersebut memang mewakili dirinya. Artinya anak semakin yakin untuk memiliki konsep diri positif sesuai isi syair lagu tersebut (Husna, & Rinjani, 2022).

Demikian pula, jika ia menguasai dan mampu menyanyikan lagu baru tersebut dengan baik, maka hal ini akan menumbuhkan perasaan percaya diri (Kastanya & Watini, 2022). Dengan demikian, seorang akan mampu mengembangkan konsep diri yang positif (Hapsari, Huang, & Kanita, 2023). Konsep diri positif sebagai modal penting yang dapat dijadikan dasar pengembangan sifat, karakter maupun kepribadian yang positif bagi individu. Alasannya seseorang yang telah memiliki cara pandang atau persepsi positif terhadap diri-sendiri, maka ia juga akan mengembangkan cara pandang positif terhadap lingkungan sosialnya (Herdiati, & Saputra, 2022). Dengan demikian, seorang individu yang memiliki konsep diri positif akan mudah untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial masyarakat (Gimenez-Serrano et al, 2022).

4. KESIMPULAN

Kegiatan menyanyi dapat menumbuh-kembangkan konsep diri positif pada anak-anak pra-sekolah, karena mereka mampu menyerap dan menginternalisasikan isi syair lagu yang positif dalam hidupnya. Semua pesan informasi dari syair lagu tersimpan dengan baik dalam *storage*, dan sewaktu-waktu dipanggil lagi ke permukaan dengan cara menyanyi. Jika terus-menerus seseorang menyanyikan lagu-lagu dengan isi syair positif, maka akan membuat ia mengembangkan konsep diri positif dalam hidupnya. Sebelumnya, mereka menganggap diri sebagai anak yang bertubuh jelek, bodoh, minder bergaul dan malas. Namun setelah post-test, mereka menganggap diri sebagai anak yang berbadan sehat, pintar, pintar bergaul, dan rajin.

Direkomendasikan bagi guru taman kanak-kanak dapat membiasakan para muridnya untuk menyanyikan dan menghayati lagu-lagu yang isi syairnya positif, agar mereka mampu menumbuhkan konsep diri positif dalam hidupnya.

Ucapan Terima Kasih (Acknowledgement)

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Tarumanagara Jakarta (SPK No. 0241-Int/KLPPM/UNTAR/V/2023) yang telah menyediakan dukungan dana, sehingga kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini terlaksana dengan baik.

REFERENSI

- Banos, R., Herrero, R., & Vara, M. (2022). What is the current and future of digital mental health interventions ?. *The Spanish Journal of Psychology*, 25. E5.doi:10.1017/SJP.2022.2.Ban.
- Boyd, M., von Ranson, K. M., Whidden, C., & Frampton, N. M. A. (2020). Short-term effects of group singing versus listening on mood and state self-esteem. *Psychomusicology: Music, Mind, and Brain*, 30(4), 178–188. <https://doi.org/10.1037/pmu0000266>.
- Crone, E.A., Green, K.H., van de Groep, I. H., & van der Crujisen, R. (2022). A Neurocognitive Model of Self-Concept Development in Adolescence. *Annual Review of Developmental Psychology*. 4 (1), 273-295. <https://www.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev-devpsych-120920-023842>.
- Dariyo, A. (2022). The Development Of The Song “Jangan Kawin Muda” For Postpone Of Early Marriage In Adolescent. *Jurnal Seni Musik*, 11(2), 138-153. <https://doi.org/10.15294/jsm.v11i2.61134>.
- Dokina, G. (2022). Influence of home environment on self-concept of late childhood children. *International Journal of Home Science*, 8 (1), 221-224. <https://www.homesciencejournal.com/archives/2022/vol8issue1/PartD/8-1-52-982.pdf>.
- Esnaola, I., Sese, A., Antonio-Igere, I & Azpiazu, L. (2018). The development of multiple self-concept dimension during adolescence. *Journal of Research on Adolescent*. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jora.12451>.
- Febrianti, Dwinara & Husniawati, Neli. (2021). Hubungan tingkat depresi dan factor resiko ide bunuh diri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13 (1), 85-94. <http://journal.thamrin.ac.id/index.php/jikmht/article/view/422>.
- Forsberg, A., Guitard, D., Adams, E.J., Pattanakul D., & Cowan, N. (2023). Working Memory Constrains Long-Term Memory in Children and Adults: Memory of Objects and Bindings. *Journal of Intelligence*. 11(5):94. <https://doi.org/10.3390/jintelligence11050094>.
- Gimenez-Serrano, S., Garcia, F & Oscar F. Garcia, O.F. (2022). Parenting styles and its relations with personal and social adjustment beyond adolescence: Is the current evidence enough?. *European Journal of Developmental Psychology*, 19:5, 749-769, DOI: 10.1080/17405629.2021.1952863.
- Hapsari, HI, Huang, M-C, & Kanita, MW. (2023). Evaluating Self-Concept Measurements in Adolescents: A Systematic Review. *Children*. 10(2):399. <https://doi.org/10.3390/children10020399>.
- Herdianti, D., & Saputra, D. (2022). Song Model Development For Character Education Elementary School Students. *Jurnal Seni Musik*, 11(1), 12-18. <https://doi.org/10.15294/jsm.v11i1.51763>.
- Hidayati, Khoirul Bariyyah & Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri remaja. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 5 (02), 137-144. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/730/659>.
- Husna, N., & Rinjani, D. (2022). The Role Of Music In The Life Of Teenagers. *Jurnal Seni Musik*, 11(1), 19-25. <https://doi.org/10.15294/jsm.v11i1.57165>.
- Jalal, N., & Sari, N.N. (2023). Description Of Adolescent Self-Concept with Authoritarian Parenting. *International Journal of Education, Vocational and Social Science* , 2(01), 139-156. <https://doi.org/10.99075/ijevss.v2i01.148>.
- Kastanja, J., & Watini, S. (2022). Implementasi Metode Bernyanyi Asyik dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Anak Kelompok A1 TK Negeri Pembina Nasional. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(7), 2636-2639. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i7.735>.
- Lestari, Indri Puji., Hariyanto, Rohadi., & Aprilawati, Anita. (2022). Perbedaan efektivitas terapi musik klasik Mozart dengan terapi musik nature sound terhadap respon fisiologis. *Jurnal*

- Ilmiah Kesehatan*, 14 (1), 9-24.
<http://journal.thamrin.ac.id/index.php/jikmht/article/view/409>.
- Lin, X., Liao, Y., & Li, H. (2022) Parenting Styles and Social Competence in Chinese Preschoolers: A Moderated Mediation Model of Singleton and Self-regulation, *Early Education and Development*, 33:3,437-451, DOI: 10.1080/10409289.2021.1940643.
- Mattingly, Brent. A., McIntire, Kevin P., & Lawandowsky, Gary W. (2020). Relationship-Induced self-concept change: Theoretical perspective and methodological approaches. *Springer, Cham*. https://doi.org/10.1007/978-3-030-43747-3_1.
- Möller, J., Zitzmann, S., Helm, F., Machts, N., & Wolff, F. (2020). A Meta-Analysis of Relations Between Achievement and Self-Concept. *Review of Educational Research*, 90(3), 376–419. <https://doi.org/10.3102/0034654320919354>.
- Marsela, Ramadona Dewi & Supriatna, Mamat. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3 (2), 65-69. http://www.journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling/article/view/567/297.
- Miller, E.K. (2013). The “working” of working memory, *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 15:4, 411-418, DOI: 10.31887/DCNS.2013.15.4/emiller.
- Parker, P., Sanders, T., Anders, J., Shure, N., Jerrim, J., Noetel, M., Parker, R., Ciarrochi, J., & Marsh, H. (2023). School socioeconomic status context and social adjustment in children. *Developmental Psychology*, 59(1), 15–29. <https://doi.org/10.1037/dev0001463>.
- Pavlov, Y. G. & Kotchoubey, B. (2020). Oscillatory brain activity and maintenance verbal and visual working memory: A systematic review. *Psychophysiology*, 59 (5). <https://doi.org/10.1111/psyp.13735>.
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/psyp.13735>.
- Putri, Dianingtyas. (2020). Edukasi self-concept melalui komunikasi antarpribadi antara orangtua dengan anak pada kegiatan pengabdian “hayu urang ngobrol, dak. *Indonesian Journal of Social Responsibility (IJSR)*, 1 (2), 29-46.
- von Bastian, C.C., & Oberauer, K. (2014). Effects and mechanisms of working memory training: a review. *Psychological Research*, 78, 803–820. <https://doi.org/10.1007/s00426-013-0524-6>.
- Wang, L., Xian, Y., Dill, S-E., Fang, Z, Emmers, D., Zhang, S & Rozelle, S. (2022). Parenting style and the cognitive development of preschool-aged children: Evidence from rural China. *Journal of Experimental Child Psychology*, 223. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2022.105490>. (<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022096522001199>).
- Wass, S.V., Scerif, G & Johnson, M.H. (2012). Training attentional control and working memory- is younger, better ?. *Development review*, 32 (4), 360-387. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0273229712000305?via%3Dihub>.
- Yaffe, Y. (2023). Is Authoritative Parenting the Dominant Style in the Contemporary Western Family? A Report on a Cross-Cultural Israeli Sample. *Psychol Stud*, 68, 24–32. <https://doi.org/10.1007/s12646-022-00699-y>.

Penerapan Konseling Akademik untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Siswa SMA di Jakarta

Application of Academic Counseling to Increase High School Student Achievement Motivation in Jakarta

¹Agoes Dariyo, ²Dira Firliana, ³Ezra Andrianputra,

^{1,2}Fakultas Psikologi, ³Fakultas Hukum

Universitas Tarumanagara, Jakarta

agoesd@fpsi.untar.ac.id; dira.705200251@stu.untar.ac.id; ezraputra6@gmail.com

correspondence: agoesd@fpsi.untar.ac.id

ABSTRACT

According to the head of SMA Negeri X, some students are experiencing problems related to low achievement motivation. However, they come from students with the best academic achievements in their junior high school. However, their achievement motivation decreased when they became students at SMA Negeri X. The implementation method uses a one-group pretest and posttest approach. Before participating in the activity, the participants filled out a questionnaire. Likewise, after the material delivery activity, the participants were asked to complete a questionnaire. The data analysis technique used the mean test for each PKM participant and compared the pretest and posttest. The results show a significant difference between the total pretest score (88.8: 36 = 2.46) and the total posttest score (92.2:36 = 2.56). The posttest score is higher than the pretest score (mean total pretest < mean total posttest). This means there was an increase in the pretest to posttest score of 0.1 (2.56 – 2.46 = 0.1). Thus, applying academic counseling can increase achievement motivation in SMA Negeri X Jakarta students.

Keywords: academic counseling; performance motivation; achievement

ABSTRAK

Kondisi sebagian siswa SMA Negeri X mengalami persoalan terkait dengan rendahnya motivasi berprestasi, padahal mereka berasal dari siswa-siswi yang berprestasi akademik terbaik Ketika di SMP. Namun, ketika mereka telah menjadi siswa SMA Negeri X justru mengalami penurunan motivasi berprestasiya. Demikian pula, kegiatan PkM ini berupaya untuk menerapkan konseling akademik untuk menumbuhkembangkan motivasi berprestasi pada siswa SMA X di Jakarta. Metode pelaksanaan kegiatan ini menggunakan pendekatan *pretes and postes one-group*. Sebelum mengikuti kegiatan, para peserta mengisi kuesioner. Demikian pula, setelah kegiatan penyampaian materi, peserta juga diminta untuk mengisi kuesioner. Teknik analisis data menggunakan uji rerata setiap peserta PkM dan dibandingkan antara pretes dan postes. Hasilnya diketahui bahwa ada perbedaan signifikan antara total skor pretes (88,8: 36 = 2,46) dengan total skor postes (92,2:36 = 2,56). Nilai postes lebih tinggi daripada nilai skor pretes (rerata total pretes < rerata total postes). Artinya, terjadi peningkatan skor pretes ke postes sebesar 0,1 (2,56–2,46=0,1). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling akademik dapat meningkatkan motivasi berprestasi siswa SMA Negeri X Jakarta.

Kata kunci: konseling akademik; motivasi berprestasi; prestasi

PENDAHULUAN

Prestasi belajar terbaik merupakan harapan setiap peserta didik karena prestasi belajar menjadi modal dasar bagi seorang guru untuk memutuskan apakah siswa boleh memperoleh kenaikan kelas yang lebih tinggi atau tidak. Jika seorang menyelesaikan jenjang pendidikan tertentu (misalnya lulus SMP atau SMA), prestasi belajar menjadi modal untuk memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Jika seseorang sudah lulus perguruan tinggi (akademi, sekolah tinggi, atau universitas), prestasi belajar menjadi modal dasar untuk melamar pekerjaan tertentu. Jadi, betapa pentingnya prestasi belajar bagi setiap peserta didik yang hendak mewujudkan kehidupan masa depan yang lebih baik (Michel & Liu, 2022, p.15).

Pencapaian prestasi belajar sangat dipengaruhi oleh motivasi berprestasi yang dimiliki oleh setiap peserta didik (Mendoza, Yan, & King, 2023). Jika seorang peserta didik tidak memiliki motivasi berprestasi yang tinggi, mustahil baginya untuk mencapai prestasi belajar terbaik. Artinya setiap peserta didik diharapkan memiliki motivasi berprestasi yang tinggi. Motivasi berprestasi ialah sebuah dorongan yang dapat berasal dari dalam diri-sendiri (motif internal) atau dorongan dari luar diri individu (motif eksternal) yang menggerakkan individu untuk mencapai prestasi terbaik. Jika seseorang memiliki motif internal ditandai dengan kesadaran diri sendiri bahwa pencapaian prestasi terbaik merupakan hal mendasar yang harus diwujudkan secara konkret. Artinya seorang individu memang membutuhkan pencapaian prestasi terbaik (Mendoza, Yan, & King, 2023). Hidup itu harus menunjukkan prestasi terbaik sebagai rasa tanggung jawab pribadi yang ingin eksis diakui sebagai pribadi yang berharga di tengah masyarakat (Lee, Wong & Lee, 2022; Orth, & Robins, 2022). Pribadi yang berharga adalah pribadi yang memiliki harga diri positif sehingga seseorang mengembangkan kesadaran diri berusaha untuk tugas dan tanggung jawab demi mewujudkan prestasi akademiknya dengan sebaik-baiknya (Reitz, 2022).

Jika seseorang memiliki motif eksternal, dorongan yang menggerakkan seseorang untuk mencapai prestasi tertentu dipengaruhi oleh hal-hal yang berada di luar dirinya. Jika hal-hal di luar dirinya berubah dan tidak berarti bagi individu, motif berprestasinya pun juga akan berubah. Akibatnya orang tersebut sulit mencapai prestasi terbaik. Motivasi berprestasi yang terbaik ialah motivasi yang berasal dari dalam diri-sendiri daripada motivasi yang berasal dari luar dirinya. Namun, motif eksternal akan menjadi motif internal jika motif eksternal tersebut dipahami dan diinternalisasikan ke dalam kehidupan pribadi, maka motif tersebut akan menjadi permanen (menetap) dalam hidupnya. Salah satu cara untuk menumbuhkembangkan motivasi berprestasi yang berasal dari luar agar dapat dijadikan sebagai motif internal adalah memberikan pelatihan, penyuluhan, atau seminar intensif yang mampu memberikan pengertian tertentu bagi setiap peserta kegiatan tersebut. Mereka dilibatkan untuk mendengarkan pemaparan mengenai topik konseling akademik, sebuah pendekatan konseling kelompok yang menjelaskan pentingnya pencapaian prestasi akademik untuk menyongsong masa depan yang lebih baik (Moradi *et al.*, 2023). Diharapkan kegiatan konseling akademik mampu menumbuhkembangkan motivasi berprestasi bagi peserta didik di SMA.

Hal ini menurut Kepala Sekolah SMA X Jakarta karena sebagian siswa mengalami demotivasi, yaitu kondisi para siswa merasa tidak termotivasi untuk mencapai prestasi akademik (Folout, Elwood, & Hood, 2009), padahal mereka adalah siswa-siswi terbaik yang berasal dari lulusan terbaik sekolah menengah pertama. Sebelum menjadi siswa SMA X, mereka adalah siswa-siswi berprestasi secara akademik. Namun, kini kondisi mereka sedang tidak termotivasi dalam mencapai prestasi akademik, bukan karena kecerdasan intelektualnya, melainkan kondisi emosional yang sedang tertekan karena beban pelajaran di sekolah yang berlebihan. Oleh karena itu, mereka membutuhkan bantuan konselor profesional untuk memperoleh masukan, saran, atau nasihat yang dapat membangkitkan motivasi berprestasinya dengan baik.

METODE PELAKSANAAN

Sebelum menjalankan kegiatan PkM, pelaksana berusaha meminta izin kepada kepala SMA Negeri X Jakarta, dan beliau pun memberi kesempatan untuk menjalankan PkM tersebut. Kegiatan PkM dilaksanakan di salah satu ruang kelas pada Kamis, 10 Agustus 2023, pukul 09.00–12.00 WIB, di SMA Negeri X Jakarta. Ada satu kelas yang dilibatkan untuk mendukung kegiatan PkM tersebut yang terdiri atas 36 siswa (10 laki-laki dan 26 perempuan). Mereka pun berada dalam satu ruangan kelas. Kegiatan PkM dilakukan melalui tiga tahap, yaitu tahap pretes, pelaksanaan PkM, dan tahap postes.

Pretes

Sebelum kegiatan penyampaian materi, semua peserta mengisi kuesioner motivasi berprestasi yang terdiri atas lima item. Contoh: saya terdorong untuk secepat mungkin menyelesaikan pendidikan saya di sekolah ini. Masing-masing item terdiri atas empat pilihan (SS = sangat sesuai, S = sesuai, TS = tidak sesuai, STS = sangat tidak sesuai). Pengisian kuesioner ini membutuhkan waktu kurang lebih tiga menit.

Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan pemberian materi konseling disampaikan oleh pelaksana PkM secara langsung di depan kelas. Sebelumnya, kepala sekolah memberi sambutan mengenai pentingnya konseling akademik bagi pengembangan motivasi berprestasi siswa. Selanjutnya, kepala sekolah menyerahkan kesempatan kepada pelaksana PkM untuk menyampaikan materinya di depan kelas. Pemaparan materi konseling akademik berlangsung kurang lebih 100 menit, yaitu penyampaian materi (60 menit) dan tanya-jawab (40 menit).

Postes

Setelah mengikuti kegiatan penyampaian materi, peserta diminta lagi untuk mengisi kuesioner motivasi berprestasi. Kuesioner motivasi berprestasi juga terdiri dari 5 item. Masing-masing item terdiri dari 4 pilihan (SS = sangat sesuai, S = sesuai, TS = tidak sesuai, STS = Sangat tidak sesuai). Pengisian kuesioner memakan waktu 3 menit.

Analisis data

Analisis data menggunakan uji rerata setiap peserta PKM baik pretes maupun postes. Selanjutnya, digunakan uji beda, yaitu mengetahui perbedaan antara pretes dengan postes. Caranya dengan mengetahui skor hasil pretes yang dibandingkan dengan skor hasil postes.

Rumus penghitungan rerata setiap peserta PkM pretes dan postes adalah sebagai berikut.
Rumus penghitungan rerata pretes setiap peserta PkM:

$$(\text{Skor Pretes No Item 1} + \text{Item 2} + \text{Item 3} + \text{Item 4} + \text{item 5}) : 5 = N$$

Rumus penghitungan rerata postes setiap peserta PKM:

$$(\text{Skor Postes No Item 1} + \text{Item 2} + \text{Item 3} + \text{Item 4} + \text{item 5}) : 5 = N$$

Rumus penghitungan total skor pretes dan postes:
Penghitungan total skor rerata pretes:

$$\text{Skor rerata pre-test peserta no } 1 + 2 + 3 + \dots + 36 : 36 = N$$

Penghitungan total skor rerata postes:

$$\text{Skor rerata postes peserta no } 1 + 2 + 3 + \dots + 36 : 36 = N$$

HASIL DAN DISKUSI

Hasil

Partisipan kegiatan ini terbanyak adalah perempuan (72,2%) (Tabel 1).

Tabel 1

Deskripsi partisipan (Dariyo, Firliana, & Andrianputra, 2023)

1	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
	Laki-laki	10	27,8 %
	Perempuan	26	72,2 %
2	Umur		
	16 tahun	15	41,66 %
	17 tahun	21	58,33 %

Tabel 2

Hasil skor pretes dan skor postes motivasi berprestasi (Dariyo, Firliana, & Andrianputra, 2023)

Nomor Partisipan (N= 36)	Skor Pretes Motivasi Berprestasi	Treatment	Skor Postes Motivasi Berprestasi	Keterangan
1	12 : 5 = 2,4	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Meningkat (0,2)
2	13:5 = 2,6	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Tetap
3	14:5 = 2,8	Konseling Akademik	13 :5 = 2,6	Turun (0,2)
4	12:5 = 2,4	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Naik (0,2)
5	11:5 = 2,2	Konseling Akademik	12:5 = 2,4	Naik (0,2)
6	13: 5 = 2,6	Konseling Akademik	14:5 = 2,8	Naik (0,2)
7	10 :5 = 2,0	Konseling Akademik	11:5 = 2,2	Naik (0,2)
8	11:5 = 2,2	Konseling Akademik	12:5 = 2,4	Naik (0,2)
9	13:5 = 2,6	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Tetap
10	12:5 = 2,4	Konseling Akademik	12:5 = 2,4	Tetap
11	13:5 = 2,6	Konseling Akademik	14:5 = 2,6	Tetap
12	13:5 = 2,6	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Tetap
13	12:5 = 2,4	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Naik (0,2)
14	11:5 = 2,2	Konseling Akademik	12:5 = 2,4	Naik (0,2)
15	12:5 = 2,4	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Naik (0,2)
16	11:5 = 2,2	Konseling Akademik	12:5 = 2,4	Naik (0,2)
17	11:5 = 2,2	Konseling Akademik	11:5 = 2,2	Tetap
18	13:5 = 2,6	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Tetap
19	14:5 = 2,8	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Naik (0,2)
20	13:5 = 2,6	Konseling Akademik	14:5= 2,8	Naik (0,2)
21	12: 5 = 2,4	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Naik (0,2)
22	13:5 = 2,6	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Tetap
23	13:5 = 2,6	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Tetap
24	11:5 = 2,2	Konseling Akademik	12:5 = 2,4	Naik (0,2)
25	11:5 = 2,2	Konseling Akademik	12:5 = 2,4	Naik (0,2)

26	14:5 = 2,8	Konseling Akademik	14:5 = 2,8	Tetap
27	13:5 = 2,6	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Tetap
28	13:5 = 2,6	Konseling Akademik	14:5 = 2,8	Naik (0,2)
29	14:5 = 2,8	Konseling Akademik	14:5 = 2,8	Tetap
30	12:5 = 2,4	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Naik (0,2)
31	15:5 = 3	Konseling Akademik	14:5 = 2,8	Turun (0,2)
32	14:5 = 2,8	Konseling Akademik	14:5 = 2,8	Tetap
33	11:5 = 2,2	Konseling Akademik	12:5 = 2,4	Naik (0,2)
34	12:5 = 2,4	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Naik (0,2)
35	10:5 = 2,0	Konseling Akademik	11:5 = 2,2	Naik (0,2)
36	12:5 = 2,4	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Naik (0,2)
	88,8: 36 = 2,46		92,2:36 = 2,56	Naik (0,1)

Diskusi

Secara umum konseling akademik mampu meningkatkan motivasi berprestasi bagi siswa SMA Negeri X di Jakarta. Skor kenaikan dari skor pretes ke skor postes tergolong kecil (0,1), tetapi peningkatan skor tersebut menunjukkan pengaruh konseling akademik nyata dirasakan oleh para siswa (Tabel 2). Para siswa peserta PkM mengikuti proses kegiatan konseling dari awal sampai akhir dengan serius. Mereka memerhatikan dengan saksama karena mereka menganggap penting bahwa konseling akademik sebagai kegiatan penting yang layak, yaitu mereka ikut sebagai peserta yang memang sedang mencari pertolongan profesional atau mencari tenaga profesional yang berniat untuk menolong para siswa yang sedang mengalami demotivasi. Mereka menyadari akan kondisi sendiri dan berhasrat kuat untuk mengatasi demotivasi tersebut. Mereka harus segera bangkit dari kondisi tersebut dan menjadi siswa yang ingin memiliki motivasi internal demi mencapai prestasi belajar terbaik untuk bekal masa kehidupan depannya (Folout, Elwood & Hood, 2009).

Penyampaian materi konseling akademik dilakukan oleh pelaksana PkM untuk memberi wawasan, pengetahuan, dan pengalaman praktis bagi peserta tersebut. Adapun tujuan utama PkM ialah memberi pengetahuan konsep teoretis dan praktis tentang konseling akademik dan motivasi berprestasi. Selain itu, disampaikan pula bagaimana langkah-langkah praktis untuk meningkatkan motivasi berprestasi agar peserta dapat mencapai prestasi akademik terbaik. Mereka merasakan bahwa konseling akademik sebagai upaya praktis untuk membuka wawasan terkait dengan bagaimana mengembangkan potensi akademik yang bermanfaat bagi kemajuan studi di sekolah. Mereka menyadari bahwa wawasan, pengetahuan, dan pengalaman praktis dari ahli bidang psikologi bermanfaat untuk membekali mereka agar berani melangkah demi kemajuan studinya. Mereka harus berani keluar dari zona nyaman untuk membuka pikiran dan menerima saran, masukan, atau nasihat-nasihat positif yang relevan dengan kebutuhan hidupnya sebagai pelajar demi masa depan yang lebih baik (Kraft, Bolves, & Hurd, 2023).

Konseling akademik sebagai kegiatan interaktif antara seorang konselor profesional dan konselee yang sama-sama berkepentingan untuk mewujudkan kesejahteraan bersama. Seorang konselor berkewajiban untuk menjalankan tugas dan tanggung jawab profesionalnya agar dapat membantu meningkatkan potensi konselee sehingga konselee mampu mencapai masa depan yang lebih baik. Konselor profesional telah memperoleh pendidikan khusus di bidang konseling psikologis, maka hal ini sebagai modal penting yang harus diterapkan untuk membantu kehidupan konselee. Seorang konselee juga menyadari bahwa dirinya adalah seorang yang memang membutuhkan bantuan profesional yang benar-benar bermanfaat bagi peningkatan potensi dan kompetensinya. Mungkin saja, seorang

konselee tidak harus sedang dalam menghadapi suatu persoalan psikologis ketika ia mencari pertolongan profesional. Justru ketika konselee sedang baik-baik saja, ia membutuhkan konselor profesional dengan tujuan mengantisipasi atau mencegah kegagalan yang tidak diinginkan saat ini ataupun saat yang akan datang (Rezapur-Shahkolai *et al.*, 2022).

Dalam kegiatan konseling akademik, seorang konselor profesional menyampaikan bagaimana mengoptimalkan seluruh potensi individual, seperti kecerdasan, bakat, kreativitas, dan inovatif dapat terus dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya (Tampubolon, Elazhari, & Sibuea, 2023). Konselor dapat membangkitkan motivasi konselee untuk menghadapi masalah-masalah akademik dan nonakademik di sekolah (Bergold, & Steinmayr, 2023; Reitz, 2023). Seorang pelajar yang sehari-hari menghadapi pelajaran di sekolah memang terbiasa memanfaatkan kemampuan kognitifnya untuk menyelesaikan masalah-masalah akademik, tetapi ia juga harus mampu memanfaatkan kemampuan afektifnya guna menopang kognitifnya. Kemampuan kognitif terkait dengan kemampuan berpikir kritis, menganalisis, pemecahan masalah, dan sebagainya. Kemampuan afektif ialah bagaimana kemampuan mengelola emosi, perasaan, kehendak, atau dorongan internal untuk terus dibangkitkan agar seseorang bersemangat dalam menghadapi setiap kesulitan akademik atau kesulitan nonakademik, sehingga ia dapat fokus mencapai cita-citanya demi masa depannya (Mendoza, Yan, & King, 2023). Jadi, konseling akademik memang bermanfaat secara positif bagi konselee, yaitu membantu mengatasi kesulitan akademik dan nonakademik sehingga dapat mencegah kegagalan selama menjalani kegiatan belajarnya (Ansyah, Paryontri, & Affandi, 2023; Rezapur-Shahkolai *et al.*, 2022).

Adakalanya, seorang konselee merasa sulit untuk keluar dari kemelut kehidupannya. Ia merasa terbelenggu dengan situasi dan kondisi tak menentu dalam hidupnya. Ia merasa depresi, tidak berdaya, dan kadang muncul gagasan untuk bunuh diri (*suicide idea*) (Ohtani *et al.*, 2023). Bahkan, ada saja kasus bunuh diri yang dilakukan oleh seorang pelajar atau mahasiswa karena mereka tidak mengetahui bagaimana menghadapi masalah pribadinya tersebut. Ia merasa kehilangan energi dan juga kehilangan harapan untuk hidup (Rim, Hill, & Kivlighan, 2022). Akhirnya, dapat saja muncul gagasan bunuh diri. Jika ada orang tua atau orang yang lebih dewasa mengetahui anak kandungnya yang sedang mengalami depresi tersebut, mereka harus segera memperoleh pertolongan intensif untuk menyelamatkan nyawanya. Kondisi depresi adalah kondisi yang mencengkram, membelenggu, atau menghimpit seseorang sehingga ia harus memperoleh pertolongan yang bertujuan untuk meringankan beban masalah hidupnya (Duffy *et al.*, 2022). Mungkin saja, bentuk pertolongan yang dilakukan oleh konselor profesional untuk membantu meringankan beban kehidupannya hanya mendengarkan aktif terhadap cerita-cerita konselee pada masa lalu. Akan tetapi pada prinsipnya, konseling akademik sangat membantu memberi dukungan bagi konselee untuk mengatasi berbagai masalah akademik dan nonakademik (Ansyah, Paryontri, & Affandi, 2023) dengan tujuan agar konselee mampu meraih keberhasilan dalam hidupnya selama di sekolah (Kraft, Bolves, & Hurd, 2023; Zhang, & Tsai, 2023).

Tidak ada hambatan yang berarti selama menjalankan kegiatan PkM karena dukungan kepala sekolah rela untuk hadir di tengah keberlangsungan kegiatan. Para siswa perlu untuk mengikuti kegiatan konseling akademik karena mereka memang membutuhkan bantuan profesional. Atas dasar saran kepala sekolah bahwa tindak lanjut dari kegiatan ini direncanakan untuk dilanjutkan pada masa depan, terutama ditujukan pada siswa-siswi yang belum memperoleh konseling akademik secara profesional.

SIMPULAN DAN SARAN

Pemberian konseling akademik mampu meningkatkan motivasi berprestasi pada siswa. Para siswa dapat memahami bahwa konseling akademik mampu meningkatkan wawasan, pengetahuan, dan pengertian pentingnya menjadi orang yang mempunyai prestasi terbaik. Pencapaian prestasi terbaik hanya dapat dicapai oleh seseorang jika ia mempunyai motivasi berprestasi yang sungguh-sungguh menggerakkan dirinya untuk meraih prestasi belajar sebaik-baiknya. Diharapkan semua siswa mampu meningkatkan motivasi berprestasi setelah mereka mengikuti penyampaian materi konseling akademik.

Kegiatan PkM ini masih sangat terbatas oleh waktu. Pemberian materi dibatasi oleh waktu yang disediakan oleh pihak sekolah sehingga materi-materi penting saja yang relevan dengan kebutuhan para siswa yang diberikan. Meskipun demikian, secara umum pelaksanaan PkM berjalan lancar dan materi dapat dipahami dengan baik oleh peserta. Kegiatan PkM pada masa yang akan datang dapat mempertimbangkan soal waktu pelaksanaan yang cukup memadai agar penyampaian materi berjalan efektif dan efisien. Kegiatan ke depan dapat mengombinasikan dengan konseling akademik secara individual untuk melihat pengaruh konseling tersebut terhadap peningkatan motivasi berprestasi siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pelaksana PkM mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Tarumanagara Jakarta (ST No. 0658-Int-KLPPM/UNTAR/IX/2023) yang telah memberi dukungan dana sehingga kegiatan PkM ini terlaksana dengan sebaik-baiknya.

DAFTAR REFERENSI

- Ansyah, E. H., Paryontri, R. A., & Affandi, G. R. (2023). The effectiveness of counseling based on Al-Fatihah psychology to reduce academic stress in students during the covid-19 pandemic. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 11(1), 19–24. <https://doi.org/10.22219/jipt.v11i1.20941>.
- Bergold, S., & Steinmayr, R. (2023). Teacher judgments predict developments in adolescents' school performance, motivation, and life satisfaction. *Journal of Educational Psychology*, 115(4), 642–664. <https://doi.org/10.1037/edu0000786>.
- Dariyo, A., Firliana, D. & Andrianputra, E. (2023). Penerapan konseling akademik untuk pengembangan motivasi berprestasi pada siswa Negeri X Jakarta. *Laporan PKM LPPM Untar*. Jakarta: Universitas Tarumanagara.
- Duffy, K. E. M., Simmonds-Buckley, M., Saxon, D., Delgadillo, J., & Barkham, M. (2022). Early response as a prognostic indicator in person-centered experiential therapy for depression. *Journal of Counseling Psychology*, 69(6), 803–811. <https://doi.org/10.1037/cou0000633>.
- Kraft, M.A., Bolves, A. J., & Hurd, N.M. (2023). How informal mentoring by teachers, counsellors, and Coach support students' long run academic success. *Economic of Education Review*, 95. <https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2023.102411>.
- Lee, M.Y., Wong, H.S., & Lee, T.Y. (2022). Psychosocial stress, self-esteem and social adjustment: A moderated mediation analysis in Taiwanese adolescents with tourette syndrome. *Journal of Pediatric Nursing*, 62, 684-690. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0882596321002177>.
- Mendoza, N., Yan, Z., & King, R.B. (2023). Supporting student intrinsic motivation for online learning tasks: The effect of need supportive tasks instruction on motivation, self-assessment and task performance. *Computers & Education*, 193, <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104663>.

- <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0360131522002342?via%3Dihub>.
- Michel, F & Liu, L. (2022). An exploration of community college students lived experienced with face to face and virtual academic counseling: Associating Environmental experienced to desired educational outcomes. *Journal of Applied Research in the Community College*, 29(2), 15-28. <https://www.ingentaconnect.com/content/montezuma/jarcc/2022/00000029/0000002/art00003>.
- Moradi, B., Brewster, M. E., Grzanka, P. R., & Miller, M. J. (2023). The hidden curriculum of academic writing: Toward demystifying manuscript preparation in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 70(2), 119–132. <https://doi.org/10.1037/cou0000650>.
- Ohtani, K., Tamura, A., Sakaki, M., Murayama, K., Ishikawa, S.-i., Ishii, R., Nakazato, N., Suzuki, T., & Tanaka, A. (2023). Parental perception matters: Reciprocal relations between adolescents' depressive symptoms and parental perceptions. *Journal of Counseling Psychology*, 70(1), 103–118. <https://doi.org/10.1037/cou0000632>.
- Orth, U., & Robins, R. W. (2022). Is high self-esteem beneficial? Revisiting a classic question. *American Psychologist*, 77(1), 5–17. <https://doi.org/10.1037/amp0000922>.
- Rezapur-Shahkolai, F., Salimi, N., Parsa, P., Ezzati Rastgar, K., Gheysvandi, E., & dogonchi, M. (2022). Faculty Members' Experiences of the Challenges and Facilitators of the Student Academic Guidance and Academic Counseling Process: A Qualitative Study. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences*, 11(1), 19-26. doi: 10.22062/jqr.2021.195053.1001. https://jqr1.kmu.ac.ir/article_91881.html.
- Reitz, A.K. (2022). Self-esteem development and life event: A review and integrative process framework. *Social and Personality Psychology Compass*. <https://doi.org/10.1111/spc3.12709>. <https://compass.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/spc3.12709>.
- Rim, K. L., Hill, C. E., & Kivlighan, D. M., Jr. (2022). Changes in meaning in life, working alliance, and outcome in psychodynamic psychotherapy: What leads to what? *Journal of Counseling Psychology*, 69(6), 835–844. <https://doi.org/10.1037/cou0000636> (Retraction published 2023, *Journal of Counseling Psychology*, 70[4], 423).
- Tampubolon, K Elazhari, E, & Sibuea, N. (2023). The influence of supervisory work motivation and competence on the performance of school superintendents in padangsidempuan city education office. *International Journal of Educational Review, Law And Social Sciences (IJERLAS)*, 3(1), 249–261. <https://doi.org/10.54443/ijerlas.v3i1.604>.
- Zhang, Q., & Tsai, W. (2023). Gratitude and psychological distress among first-year college students: The mediating roles of perceived social support and support provision. *Journal of Counseling Psychology*, 70(4), 415–423. <https://doi.org/10.1037/cou0000665>.

LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG DIAJUKAN KE LEMBAGA
PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



**PSIKOEDUKASI PENCEGAHAN KECEMASAN BERSEKOLAH
SISWA DI SEKOLAH DASAR**

Disusun oleh:

Ketua Tim

Agoes Dariyo, M.Si. Psi [0306076803/10798001]

Anggota:

Michael Housen [705200108]

Ezra Andrianputra (205230125)

PRODI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
DESEMBER 2023

Halaman Pengesahan
Laporan Pengabdian kepada Masyarakat

- | | |
|-----------------------------|---|
| 1. Judul PKM | : Psikoedukasi pencegahan kecemasan bersekolah Siswa Di Sekolah Dasar |
| 2. Nama Mitra PKM | : SDN Rancabendem, Tasikmalaya, Jabar |
| 3. Ketua Tim Pelaksana | : Agoes Dariyo, M.Si, Psi |
| A. Nama dan Gelar | : Agoes Dariyo, M.Si, Psi |
| B. NIDN/NIDK | : 0306076803/10798001 |
| C. Jabatan/Gol. | : Lektor |
| D. Program Studi | : Psikologi |
| E. Fakultas | : Psikologi |
| F. Bidang Keahlian | : Psikologi Pendidikan |
| G. Alamat Kantor | : Letjend. S.Parman No 1 Jakarta |
| H. Nomor HP/Tlp | : 021-566-1334 |
| 3. Anggota Tim PKM | |
| A. Jumlah Mahasiswa | : 2 orang |
| B. Nama & NIM Mahasiswa 1 | : Michael Housen (705200108) |
| C. Nama & NIM Mahasiswa 2 | : Ezra Andrianputra (2052030125) |
| D. Nama & NIM Mahasiswa 3 | : |
| 4. Lokasi Kegiatan Mitra | : |
| A. Wilayah Mitra | : Rancabendem |
| B. Kabupaten/Kota | : Tasikmalaya |
| C. Provinsi | : Jawa Barat |
| 5. Metode Pelaksanaan | : Luring (on site, off line) |
| 5. Luaran yang dihasilkan | : Naskah Serina, 7 Desember 2023 |
| 6. Jangka Waktu Pelaksanaan | : Agustus - Desember 2023 |
| 7. Pendanaan | |
| Biaya yang disetujui | : Rp.3 000 000,- |

Jakarta, 1 Desember 2023

Menyetujui,
Ketua LPPM

Ketua Pelaksana



Ir. Jap Tji Beng, MMSI., M.Psi., Ph.D., P.E., M.ASCE. Agoes Dariyo, M.Si, Psi
NIK:10381047 0306076803/10798001

BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Sekolah dasar sebagai mitra kegiatan PKM mengeluhkan Sebagian siswa mengalami kecemasan di sekolah. Ada beberapa alasan yang menjadi sebab terjadinya kecemasan siswa antara lain: mereka menjadi korban perundungan oleh teman-teman sekolah, sehingga mereka cemas, kuatir atau takut menjadi korban perundungan berangkat ke sekolah. Setiap hari ada laporan siswa, guru atau orangtua yang menceritakan pengalaman anak-anaknya yang sering diolok-olok, caci maki, dikata-katai kotor, atau dihina di depan umum. Atas dasar pertimbangan tersebut, maka mitra memberi kesempatan akademisi untuk membantu permasalahan tersebut, sehingga siswa korban perundungan bangkit dan mampu menghadapi kenyataannya.

B. Masalah Mitra dan Solusinya

Kecemasan bersekolah ialah kondisi psikologis yang mengganggu keseimbangan jiwa seorang siswa, sehingga ia merasa takut, kuatir atau cemas untuk berangkat ke sekolah (Robson, Johnstone, Putwain & Howart, 2023) . Mereka memiliki pengalaman buruk masa lalu, sebagai korban perundungan oleh teman-teman kelas atau sekolah; sehingga mereka lebih baik memilih untuk mengatasi rasa cemas sekolahnya. Memang pengalaman tersebut bersifat pribadi dan individual, sehingga hanya diri mereka lah yang merasakan pengalaman buruk tersebut. Tentu saja, setiap orang tidak mau menjadi korban perundungan orang lain, namun terkadang seseorang tak mampu menghadapi seorang diri, karena pelaku perundungan cenderung berkelompok, atau tidak dilakukan seorang diri saja.

Kecemasan bersekolah yang dialami oleh sebagian siswa harus segera memperoleh perhatian dari akademisi untuk ditangani secara profesional (Ali, 2009). Salah satu upaya konkrit untuk mengatasi kecemasan bersekolah adalah

dengan menumbuh-kembangkan konsep diri positif pada diri siswa. Guru sekolah dapat berperan membantu para siswa dalam hal pengembangan konsep diri tersebut (Neil, & Christensen, 2009; Darmiany dkk, 2021). Mereka yang mempunyai konsep diri positif ialah mereka mampu memandang diri sebagai manusia pribadi yang positif, berharga, dan tidak gentar menghadapi kesulitan apa pun, termasuk perlakuan buruk dari teman-teman sekolah (Sari, & Irdamurni, 2019). Hidup itu sebuah kesempatan untuk melakukan hal-hal positif agar berdampak positif terhadap orang lain. Caranya, seseorang harus mampu membangun konsep diri positif.

BAB II

PELAKSANAAN

A. Deskripsi Kegiatan

Pengabdian kepada masyarakat (PKM) merupakan penerapan tri dharma perguruan tinggi yang wajib dilakukan oleh setiap dosen demi mewujudkan kesejahteraan sosial masyarakat. PKM berupa psikoedukasi pencegahan kecemasan bersekolah siswa sekolah dasar merupakan penerapan dari ilmu psikologi pendidikan yang ditujukan secara khusus pada siswa sekolah dasar. Kegiatan PKM telah terlaksana sesuai dengan rencana yang awal-mulanya diikuti sebanyak 31 siswa, namun setelah melalui penyaringan untuk mengetahui kecemasan bersekolah, maka diperoleh 11 orang siswa.

B. Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Para siswa berkumpul dalam satu ruang kelas . Mereka duduk sesuai dengan arahan guru kelas. Jumlah siswa sebanyak 31 orang yaitu 15 laki-laki dan 16 perempuan.
2. Kepala sekolah memberi sambutan dan membuka kegiatan PKM. Selanjutnya, guru kelas ikut memberi sambutan singkat dan memberi pesan agar para murid dapat mengikuti kegiatan PKM dari awal sampai akhir dengan sebaik-baiknya.
3. Penulis selaku pembawa materi memperoleh kesempatan untuk menyampaikan pemaparan materi “ Membangun konsep diri untuk mengatasi kecemasan bersekolah siswa korban perundungan di sekolah dasar”.
4. Sebelum menyajikan materi utama, penulis memberikan alat ukur kuesioner untuk diisi oleh para siswa (pre-test). Pengisian kuesioner cukup singkat dan membutuhkan waktu 10 menit. Pre-test berupa kuesioner kecemasan bersekolah dan hasilnya sebanyak 11 siswa mempunyai skor tergolong tinggi, artinya mereka tergolong mempunyai kecemasan bersekolah. Selanjutnya, sebanyak 20 siswa lain diperbolehkan meninggalkan ruang kelas, dan 11 siswa ini diminta untuk mengikuti sesi PKM.

5. Penulis segera menyampaikan materi “ Konsep Diri dan Kecemasan Bersekolah”. Materi disampaikan dengan Teknik ceramah dan tanya jawab. Namun, juga disajikan dalam sebuah lagu “ Cemas Bersekolah” dengan tujuan untuk membangkitkan motivasi, semangat dan kesadaran untuk mengatasi kecemasan bersekolah. Penyampaian materi membutuhkan waktu 80 menit.
6. Setelah selesai materi disampaikan di kelas, penulis segera memberikan kuesioner agar diisi oleh para siswa. Waktu pengisian singkat yaitu selama 10 menit.

Tabel 1. Hasil pre-test dan post-test Kecemasan Bersekolah

No.	Partisipan	JK	Umur	Pre-test Kocemasan Bersekolah	Materi	Post-test Kecemasan Bersekolah
1	Hanan	L	11	33: 10 = 3,3	Materi	3,2
2	Fajri	L	11	35: 10 = 3,5	Materi	3,3
3	Arief	L	11	32: 10 = 3,2	Materi	3,0
4	Satya	L	11	36: 10 = 3,6	Materi	3,5
5	Ahmad	L	11	37: 10 = 3,7	Materi	3,3
6	Ninin	P	10	38: 10 = 3,8	Materi	3,1
7	Laila	P	11	35:10 = 3,5	Materi	3,2
8	Leny	P	11	36: 10 = 3,6	Materi	3,0
9	Nindya	P	11	37: 10 = 3,7	Materi	3,1
10	Nabila	P	11	36: 10 = 3,6	Materi	3,4
11	Salsa	P	10	35: 10 = 3,5	Materi	3,2
				39 : 11 = 3, 545		35,3 : 11= 3,209

Kecemasan bersekolah merupakan sebuah kondisi psikologis yang tidak seimbang yang dapat mengganggu kehidupan seorang siswa sekolah dasar, sehingga mereka tak mampu berkonsentrasi terhadap pelajaran-pelajaran di sekolah (Ali, 2009; Ingles, et al, 2016; Robson, Johnstone, Putwain & Howart, 2023). Jika mereka terganggu konsentrasi belajarnya, maka mereka pun tak mampu menangkap pelajaran dari gurunya, akibatnya nilai pelajarannya buruk (Kartika, 2020). Kecemasan bersekolah berpengaruh buruk terhadap penyesuaian diri di lingkungan sosial (Wood, 2006; Madyawati & Nurdjannah, 2021) Kecemasan bersekolah tidak boleh dibiarkan berlarut-larut, tetapi harus segera

diatasi secepatnya, demi menyelamatkan para siswa sebagai generasi muda penerus bangsa. Caranya adalah para siswa yang mengalami perundungan dari teman-teman sekolah, maka mereka dilibatkan untuk mengikuti kegiatan pengembangan diri yaitu membangun konsep diri positif. Mereka telah menjadi korban perundungan, maka mereka jangan sampai menjadi korban lagi. Mereka harus sadar diri untuk bangkit dari permasalahan hidupnya. Selanjutnya, sebanyak 11 siswa korban perundungan yang mengalami kecemasan bersekolah pun dilibatkan untuk mengikuti kegiatan pengembangan konsep diri positif. Selama pre-test bahwa rata-rata nilai kecemasan bersekolah sebesar 3,5; selanjutnya mereka mengikuti pelatihan pengembangan diri dengan sebaik-baiknya. Setelah itu, diberikan kuesioner *post-test* dan hasilnya pun sebesar 3,2. Dengan skor pre-test (3,5) > skor *post-test* (3,2), maka diketahui bahwa ada penurunan angka kecemasan siswa korban perundungan, setelah mereka mengikuti pelatihan pengembangan konsep diri. Jadi pengembangan konsep diri positif cukup efektif dapat menurunkan kecemasan bersekolah pada siswa sekolah dasar.

Konsep diri merupakan pandangan seorang individu terhadap diri-sendiri (Shavelson, & Bolus, 1982; Rosenberg, 1989). Konsep diri bersifat multi-dimensi, artinya pandangan seseorang terhadap diri-sendiri meliputi berbagai aspek dalam hidupnya. Seseorang dapat memandang diri-sendiri dari aspek fisik, kognitif, afektif, maupun konatif. Aspek fisik terkait dengan seluruh kondisi fisiknya (tinggi badan, berat badan, warna kulit), aspek kognitif (kecerdasan, kreativitas, pengambilan keputusan), aspek afektif (perasaan emosi, cinta, rindu), aspek konatif (perilaku, perbuatan), aspek psikososial (ketrampilan berkomunikasi, bersosialisasi).

Seseorang yang mempunyai konsep diri positif adalah individu yang mampu berpikir, berikap dan bertindak positif terhadap diri-sendiri maupun orang lain. Ia juga mampu melakukan kegiatan bersosialisasi, bergaul dan menyesuaikan diri di lingkungan sosial dengan sebaik-baiknya (Lee, Wong, & Lee, 2022). Sebaliknya, bagi individu yang mempunyai konsep diri negatif, ditandai dengan pemikiran, maupun sikap yang negatif terhadap diri-sendiri. Ia memandang sisi negatif terhadap segenap potensi dan kompetensi dalam dirinya. Akibatnya ia

mudah merasa kuatir, cemas atau takut ketika ia menghadapi suatu masalah dalam hidupnya (Wood, 2006; Neil & Christiansen, 2009).

Betapa pentingnya bagi setiap individu untuk membangun dan mengembangkan konsep diri positif dalam hidupnya (Sari, & Irdamurni, 2019). Konsep diri positif sebagai modal penting bagi seorang individu untuk menyikapi setiap persoalan hidupnya. Seseorang menyadari bahwa setiap individu dipastikan memiliki persoalan hidup masing-masing. Setiap persoalan kehidupan akan menjadi stimulus individu untuk berpikir rasional, logis dan objektif agar dapat mengambil keputusan tepat. Demikian pula, konsep diri positif akan dapat membantu seseorang untuk berpikir kritis, percaya diri dan mengambil sikap tenang menghadapi setiap persoalan hidupnya (Madhy, Purba, & Nafeesa, 2022). Itulah sebabnya, mereka mengalami mempunyai konsep diri positif akan mudah untuk mengatasi kecemasan sekolah.

C. Luaran: Naskah untuk Serina, 7 Desember 2023

BAB III

KESIMPULAN

1. Kesimpulan

Membangun dan menumbuhkan konsep diri positif sebagai solusi efektif untuk dapat menurunkan kecemasan bersekolah korban perundungan siswa sekolah dasar. Mereka mampu memandang diri sebagai seorang individu yang berharga yang dapat membuat mereka dapat membangun pribadi positif, tangguh dan berani menghadapi orang lain yang berniat jahat terhadap diri mereka. Mereka berani untuk berterus-terang untuk melawan teman-teman yang melakukan perundungan terhadap mereka. Mereka tidak mau menjadi korban perundungan lagi, karena itu mereka harus berani bangkit melawan mereka.

2. Saran-saran

Disarankan para siswa yang sudah mengikuti kegiatan PKM ini, agar mereka mempertahankan kualitas pribadi yang pemberani menghadapi teman-teman sekolah yang melakukan perundungan kepada mereka. Kegiatan PKM ini juga dapat dilanjutkan untuk para siswa yang telah melakukan perundungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Muh. Nur. (2009). Faktor-faktor proses belajar mengajar pencetus kecenderungan kecemasan bersekolah. *Doctoral Thesis*. Malang: Universitas Negeri Malang. <http://repository.um.ac.id/64908/>.
- Darmiany, Darmiany., Karma, I Nyoman., Widiada, I Ketut., Nurmawanti., & Novitasari, Setiani. (2021). Sosialisasi pentingnya ketrampilan sosial guru dalam kegiatan pembelajaran untuk mencegah kecemasan siswa bersekolah. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Berkemajuan*, 4 (2), 329-333. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/3431/2568>.
- Ingles, Candido., Garcia-Fernando, Jose Manuel., Vincent, Maria., Gonzavales, Carolina, & Sanmartin, R. (2016). Profiles of Perfectionism and School Anxiety: A Review of the 2 × 2 Model of Dispositional Perfectionism in Child Population. *Education Psychology*, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01403>.
- Lee, M-Y., Wong, H-S., & Lee, T-Y. (2022). Psychosocial stress, self-esteem, and social adjustment: A moderated mediation analysis in Taiwanese adolescents with tourette syndrome. *Journal of Pediatric Nursing*, 62, 684-690. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0882596321002177>.
- Neil, Alison L.& Christensen, Helen (2009). Efficacy and effectiveness of school-based prevention and early intervention programs for anxiety. *Clinical Psychology Review*, 29 (2), 208-215. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.01.002>.
- Madyawati, Lilis & Nurdjannah, Nurjannah. (2021). Kecemasan anak usia dini dan intervensinya (Studi kasus di TK Majaksingi). *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4 (1), DOI : [10.31004/aulad.v4i1.84](https://doi.org/10.31004/aulad.v4i1.84).
- Madhy, M.A., Purba, A.D., & Nafeesa, N. (2022). Hubungan antara konsep diri dengan kepercayaan diri pada mahasiswa/I stambuk 2019 Universitas Medan Area. *Jouska: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1 (1), <https://mail.jurnalmahasiswa.uma.ac.id/index.php/jouska/article/view/1094>.
- Kartika, Difa. (2020). Faktor – Faktor Kecemasan Akademik Selama Pembelajaran Daring Pada Siswa SMA di Kabupaten Sarolangun. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 3544–3549. Retrieved from <https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/view/891>.

- Robson, D., Johnstone, S.J., Putwain, D.W. & Howard, S. (2023). Test anxiety in primary school students: A 20 year systematic review and meta-analysis. *Journal of School Psychology*, 98, 39-60. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022440523000158>.
- Rosenberg, M. (1989). Self-Concept Research: A Historical Overview, *Social Forces*, Volume 68, Issue 1, September 1989, Pages 34–44, <https://doi.org/10.1093/sf/68.1.34>.
- Sari, K.P. & Irdamurni (2019). Pengembangan kreativitas dan konsep diri anak SD. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, VII (1), 44-50. <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/pendas/article/view/7371/3614>.
- Shavelson, R. J., & Bolus, R. (1982). Self concept: The interplay of theory and methods. *Journal of Educational Psychology*, 74(1), 3–17. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.74.1.3>.
- Wood, J. (2006). Effect of anxiety reduction on children's school performance and social adjustment. *Developmental Psychology*, 42(2), 345–349. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.345>.

**LAPORAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG DIAJUKAN
KE LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**JUDUL
PENERAPAN KONSELING AKADEMIK UNTUK MENGEMBANGKAN MOTIVASI
BERPRESRASI SISWA DI SMA X JAKARTA**

Disusun oleh:
Ketua Tim
AGOES DARIYO / 0306076803

Nama Mahasiswa:
Dira Firliana / 70520025
Ezra Andrianputra/ 205230125

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2023**

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
Periode II Tahun 2023

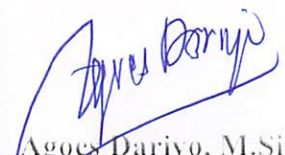
1. Judul : Penerapan Konseling Akademik untuk Mengembangkan Motivasi Berprestasi Siswa di SMA X Jakarta
2. Nama Mitra PKM : Kepala SMA Negeri 42 Jakarta
3. Ketua Tim PKM
 - a. Nama dan gelar : Agoes Dariyo, M.Si, Psi
 - b. NIDN/NIK : 03060768/10798001
 - c. Jabatan/gol. : Lektor
 - d. Program studi : Psikologi
 - e. Fakultas : Psikologi
 - f. Bidang keahlian : Psikologi Pendidikan
 - g. Alamat kantor : Jl. Letjend S.Parman No. 1 Jakarta
 - h. Nomor HP/Telepon : 566-1334
4. Anggota Tim PKM (Mahasiswa): Mahasiswa 2 orang
 - a. Nama mahasiswa dan NIM : Dira Firliana / 70520025
 - b. Nama mahasiswa dan NIM : Ezra Andrianputra/ 205230125
 - c. Nama mahasiswa dan NIM :
 - d. Nama mahasiswa dan NIM :
5. Lokasi Kegiatan Mitra :
 - a. Wilayah mitra : Lanud Halimperdana Kusuma
 - b. Kabupaten/kota : Jakarta Timur
 - c. Provinsi : DKI Jakarta
 - d. Jarak PT ke lokasi mitra : 20 Km
6. a. Luaran Wajib : Seminar Sabdamas dan Submit Sabdamas UAJ
b. Luaran Tambahan : Naskah Sumit Jurnal Abdiel
7. Jangka Waktu Pelaksanaan : Periode II (Juli-Desember)
8. Biaya yang disetujui LPPM : Rp 8 000 000,-

Jakarta, 12 November 2023

Menyetujui,
Ketua LPPM

Ketua

Ir. Jap Tji Beng, MMSI., M.Psi., Ph.D., P.E., M.ASCE
NIK : 10381047


Agoes Dariyo, M.Si, Psi
NIDN/NIK: 0306076803/10798001

RINGKASAN

*Pengabdian kepada masyarakat (PKM) sebagai bentuk kepedulian sebuah universitas untuk mewujudkan kesejahteraan masyarakat. Kegiatan PKM dapat diwujudkan dengan menerapkan ilmu pengetahuan maupun hasil penelitian yang relevan yang dibutuhkan oleh masyarakat. Demikian pula, kegiatan PKM ini berupaya untuk menerapkan konseling akademik untuk menumbuh-kembangkan motivasi berprestasi pada siswa SMA X di Jakarta. Metode pelaksanaan dengan menggunakan pendekatan pre-test and post-test one-group. Sebelum mengikuti kegiatan, para peserta mengisi kuesioner. Demikian pula, setelah kegiatan penyampaian materi, maka para peserta juga diminta untuk mengisi kuesioner. Teknik analisis data dengan menggunakan uji rerata setiap peserta PKM dan dibandingkan antara pre-test dan post-test. Hasilnya diketahui bahwa ada perbedaan signifikan antara total skor pre-test ($88,8 : 36 = 2,46$) dengan total skor post-test ($92,2 : 36 = 2,56$). Nilai post-test lebih tinggi daripada nilai skor pre-test ($\text{Rerata Total Pre-test} < \text{Rerata Total Post-Test}$). Artinya terjadi peningkatan skor pre-test ke post-test sebesar 0,1 ($2,56 - 2,46 = 0,1$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling akademik dapat meningkatkan motivasi berprestasi pada siswa SMA Negeri X Jakarta. Adapun pencapaian luaran wajib: **Naskah Seminar Sabdamas, Submit dan Diterima di Jurnal Sabdamas UAJ Jakarta dan luaran Tambahan: Naskah jurnal dan submit Jurnal Abdiel.***

Kata-kata kunci: konseling akademik, motivasi berprestasi.

RESUME

Community service (PKM) as a form of concern for a university to realize community welfare. PKM activities can be realized by applying relevant knowledge and research results needed by the community. Likewise, this PKM activity seeks to apply academic counseling to develop achievement motivation in SMA X students in Jakarta. The implementation method uses a one-group pre-test and post-test approach. Before participating in the activity, the participants filled out a questionnaire. Likewise, after the material delivery activity, the participants were also asked to fill out a questionnaire. The data analysis technique used the mean test for each PKM participant and compared between the pre-test and post-test. The results show that there is a significant difference between the total pre-test score ($88.8 : 36 = 2.46$) and the total post-test score ($92.2 : 36 = 2.56$). The post-test score is higher than the pre-test score ($\text{Mean Total Pre-test} < \text{Mean Total Post-Test}$). This means that there was an increase in the pre-test to post-test score of 0.1 ($2.56 - 2.46 = 0.1$). Thus it can be concluded that the application of academic counseling can increase achievement motivation in SMA Negeri X Jakarta students.

Keywords: academic counseling, performance motivation.

PRAKATA

Pengabdian kepada masyarakat merupakan bagian tridharma perguruan tinggi yang wajib dilakukan oleh setiap dosen professional yang bernaung di sebuah universitas. Pengabdian masyarakat menjadi salah satu gaya hidup mandarah daging bagi setiap dosen, sehingga tak ada alasan bagi dosen untuk tidak melakukan pengabdian masyarakat. Pengabdian masyarakat merupakan implementasi dari hasil-hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh setiap dosen, seperti pengabdian masyarakat bertema” Penerapan konseling akademik untuk mengembangkan motivasi berprestasi siswa di Siswa SMA X Jakarta”.

Kegiatan ini telah terlaksana dengan sebaik-baiknya dengan dukungan LPPM Untar maupun kepala SMA Negeri X Jakarta. Demikian pula, hasil pengabdian masyarakat ini berupa luacaan wajib yangtelah disajikan dalam Sabdamas UAJ Jakarta dan luaran tambahan yang disubmit ke Jurnal Abdiel. Karena itu, saya ucapkan terimakasih sebesar-besarnya atas berbagai dukungan tersebut. Semoga laporan ini bermanfaat bagi semua pihak. Mohon dimaafkan atas kekurangan dalam kegiatan pengabdian masyarakat maupun dalam penulisan laporan ini.

Jakarta, 12 November 2023

Hormat

Agoes Dariyo, M.Si, Psi

0306076802

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	
Halaman Pengesahan	i
Ringkasan	ii
Prakata	iii
Daftar Isi	iv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Analisis Situasi.....	1
1.2 Permasalahan Mitra.....	2
1.3 Uraian Hasil Penelitian dan PKM Terkait	3
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN DAN LUARAN.....	6
2.1 Solusi Permasalahan.....	6
2.2 Luaran Kegiatan PKM.....	6
BAB III METODE PELAKSANAAN.....	7
3.1 Langkah-Langkah/Tahapan Pelaksanaan.....	7
3.2 Partisipasi Mitra dalam Kegiatan PKM.....	9
3.3 Kepakaran dan Pembagian Tugas TIM.....	9
BAB IV HASIL DAN LUARAN YANG DI CAPAI.....	10
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	14
DAFTAR PUSTAKA.....	15
Lampiran	
1. Luaran wajib	
2. Luaran tambahan	

BAB 1

PENDAHULUAN

1. Analisis Situasi

Prestasi belajar terbaik merupakan harapan setiap peserta didik, karena prestasi belajar menjadi modal dasar bagi seorang guru untuk memutuskan apakah siswa boleh untuk memperoleh kenaikan kelas yang lebih tinggi atau tidak. Jika seorang menyelesaikan jenjang pendidikan tertentu (misalnya lulus SMP atau SMA), maka prestasi belajar menjadi modal untuk memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Jika seseorang sudah selesai dari perguruan tinggi (akademi, sekolah tinggi, atau universitas), maka prestasi belajar sebagai modal dasar untuk melamar pekerjaan tertentu. Jadi betapa pentingnya, prestasi belajar bagi setiap peserta didik yang hendak mewujudkan kehidupan masa depan yang lebih baik (Michel & Liu, 2022: 15).

Pencapaian prestasi belajar sangat dipengaruhi oleh motivasi berprestasi yang dimiliki oleh setiap peserta didik (Mendoza, Yan, & King, 2023). Jika seorang peserta didik tak memiliki motivasi berprestasi yang tinggi, mustahil baginya untuk mencapai prestasi belajar terbaik. Artinya setiap peserta didik diharapkan memiliki motivasi berprestasi yang tinggi. Motivasi berprestasi ialah sebuah dorongan yang dapat berasal dari dalam diri-sendiri (motif internal) atau dorongan dari luar diri individu (motif eksternal) yang menggerakkan individu untuk mencapai prestasi terbaik. Jika seseorang memiliki motif internal ditandai dengan kesadaran diri-sendiri bahwa pencapaian prestasi terbaik merupakan hal yang mendasar yang harus diwujudkan secara konkrit. Artinya seorang individu memang membutuhkan pencapaian prestasi terbaik (Mendoza, Yan, & King, 2023). Hidup itu harus menunjukkan prestasi terbaik, sebagai rasa tanggung-jawab pribadi yang ingin eksis diakui sebagai pribadi yang berharga di tengah masyarakat.

Jika seseorang memiliki motif eksternal, maka dorongan yang menggerakkan seseorang untuk mencapai prestasi tertentu, dipengaruhi oleh hal-hal yang berada di luar dirinya. Jika hal-hal di luar dirinya berubah dan tak berarti bagi individu, maka motif

berprestasi nya pun juga akan berubah. Akibatnya orang tersebut sulit mencapai prestasi terbaik. Karena itu, motivasi berprestasi yang terbaik ialah motivasi yang berasal dari dalam diri-sendiri, daripada motivasi yang berasal dari luar dirinya. Namun demikian, motif eksternal akan menjadi motif internal, jika motif eksternal tersebut dipahami, dan diinternalisasikan ke dalam kehidupan pribadi, maka motif tersebut akan menjadi permanen (menetap) dalam hidupnya. Salah satu cara untuk menumbuh-kembangkan motivasi berprestasi yang berasal dari luar agar dapat dijadikan sebagai motif internal adalah memberikan pelatihan, penyuluhan, atau seminar intensi yang mampu memberikan pengertian tertentu bagi setiap peserta kegiatan tersebut. Mereka dilibatkan untuk mendengarkan pemaparan mengenai topik konseling akademik, sebuah pendekatan konseling kelompok yang menjelaskan tentang pentingnya pencapaian prestasi akademik untuk menyongsong masa depan yang lebih baik. Diharapkan dengan konseling akademik mampu menumbuh-kembangkan motivasi berprestasi bagi peserta didik di SMA.

2. Permasalahan Mitra

Para peserta didik yang menjadi siswa aktif di SMA Negeri X Jakarta, berlatar-belakang pendidikan SMP terbaik. Mereka telah melalui seleksi ketat jalur Penerimaan Peserta Didik Baru (PPDB) yang diselenggarakan oleh Dinas Pendidikan Jakarta. Rata-rata mereka berasal dari sekolah negeri maupun sekolah swasta terbaik. Artinya mereka telah mampu membuktikan diri sebagai siswa-siswi yang unggul dengan nilai prestasi belajar terbaik, sehingga mereka bisa diterima di SMA negeri X Jakarta. Ketika mereka menjalani sebagai siswa-siswi yang terus belajar memperhatikan setiap pengajaran guru-gurunya, mereka merasakan betapa berat persaingan di antara siswa-siswi di dalam satu kelas, atau pun dengan kelas-kelas lain dalam satu sekolah. Mereka merasakan semacam ada tuntutan yang menghendaki agar setiap siswa mampu menunjukkan prestasi belajar terbaik, bahkan mampu melebihi dari nilai prestasi belajar siswa-siswi lainnya. Jika mereka tidak mampu menunjukkan prestasi belajar terbaik, maka mereka pun tentu dianggap kalah bersaing dan kemungkinan tidak akan diperhitungkan oleh siswa-siswi lainnya. Mereka dianggap gagal untuk dapat memenuhi

tuntutan sosial di sekolah tersebut, akibatnya mereka tersingkir dari lingkungan sosial sekolah. Mereka yang dianggap gagal inilah yang menyebabkan mereka memiliki kondisi kejiwaan yang tidak seimbang yaitu mereka merasa gagal, merasa tak memiliki kemampuan (uncapable), demotivasi (motivasi menurun atau tidak memiliki motivasi untuk maju), tidak memiliki semangat belajar. Kondisi tersebut tidak boleh dibiarkan berlarut-larut dan perlu ada solusi agar para siswa mampu keluar dari kondisi yang tak menguntungkan tersebut.

3. Uraian Hasil Penelitian dan PKM Terkait

Demotivasi ialah suatu kondisi peserta didik yang tidak termotivasi untuk mempelajari suatu materi pelajaran tertentu yang sangat dipengaruhi oleh factor luar terutama kurangnya dukungan, dorongan atau perhatian dari guru-guru bidang pelajaran tersebut (Al-Balawi & Al-Hoorie, 2021). Mereka yang mengalami demotivasi ditandai dengan rasa percaya diri yang rendah (Ren & Abhakom, 2022). Para siswa menganggap guru tidak efektif dalam menyampaikan materi pelajaran yang sulit dipahami oleh siswa, sehingga siswa tak mampu mencapai prestasi belajar terbaik, atau mereka memperoleh nilai buruk pada mata pelajaran tersebut. Guru tak mampu mengkomunikasikan materi pelajaran dengan baik di kelas, sehingga para siswa tak mampu memahami materi pelajaran tersebut. Meskipun guru tergolong orang yang cerdas dan mungkin mempunyai prestasi akademik terbaik selama menjadi mahasiswa di perguruan tinggi, namun jika mereka tak mampu mengajar dengan baik, maka murid-muridnya lah yang menjadi korban pengajarannya (Alterman et al, 2019). Jadi guru dianggap belum memiliki kompetensi pedagogi yang baik. Mereka hanya memiliki prestasi akademik terbaik, tetapi kompetensi pedagogiknya belum dikuasai dengan baik oleh guru tersebut.

Al-Balawi dan Al-Hoorie (2021) menyarankan bahwa demotivasi para siswa harus diubah sedemikian rupa agar mereka mampu bangkit dari keterpurukan dan mempunyai semangat belajar baru demi mencapai masa depan yang lebih baik. Kondisi

para siswa yang mampu menyadari akan keterpurukannya, sehingga mereka bersemangat untuk belajar demi mencapai prestasi belajar terbaik, dinamakan remotivasi (*remotivation*). Menurut Astereki et al (2023) dalam hal ini, dibutuhkan peran seorang konselor profesional yang memahami dan membangkitkan kondisi afeksi para siswa agar mereka mampu mengatasi masalah demotivasinya dengan baik. Parrzych, Generali & Yavuz (2021) menambahkan bahwa seorang konselor akan mengidentifikasi inti permasalahan para siswa dan memberi solusi yang tepat untuk mengatasi masalah demotivasi tersebut, sehingga mereka mampu bangkit dan memiliki motivasi baru dalam menghadapi pelajaran-pelajaran di sekolahnya dengan baik. Cent-Boonstra et al (2022) menyatakan bahwa konselor akademik mencoba melakukan pendekatan individu maupun klasikal untuk membantu para siswa yang memang memiliki masalah demotivasi tersebut. Dengan pendekatan individual, konselor profesional mencoba untuk menyentuh kognitif, afektif dan konatif kehidupan seorang siswa, sehingga siswa sadar diri untuk mengembangkan motivasi internal demi mencapai prestasi belajar dengan baik.

BAB II

SOLUSI PERMASALAHAN DAN LUARAN

1. Solusi Permasalahan

Solusi yang ditawarkan untuk mengatasi masalah demotivasi para siswa adalah perlunya diadakannya kegiatan konseling akademik. Konseling akademik ialah interaksi profesional yang dilakukan oleh seorang konselor agar para siswa mampu menangani masalah akademiknya dengan baik (Parrzych et al, 2021). Melalui kegiatan konseling akademik, maka mereka sebagai siswa menyadari akan tugas dan tanggung-jawabnya sebagai peserta didik yang harus belajar menguasai materi-materi pelajaran yang diajarkan oleh para guru di kelas.

Kegiatan konseling akademik dapat dilaksanakan secara individual maupun secara kelompok yang bersifat klasikal. Namun dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini, konseling akademik dilaksanakan secara klasikal dengan mempertimbangkan waktu, tenaga dan biaya. Pertimbangan waktu yaitu waktu yang dibutuhkan lebih singkat karena mampu menyampaikan pokok-pokok materi konseling akademik yang mencakup seluruh siswa yang mengikuti kegiatan konseling tersebut. Pertimbangan tenaga yaitu seorang konselor cukup menyediakan waktu khusus tertentu untuk menjalankan program kegiatan konseling akademik, sehingga sekali kegiatan maka akan segera tuntas menjalankan tugas dan tanggung-jawabnya. Pertimbangan biaya yaitu biaya yang dikeluarkan selama menjalankan kegiatan konseling akademik cenderung lebih murah karena dilaksanakan sekali kegiatan saja dan tak perlu mengulang lagi.

2. Luaran Kegiatan PKM

Luaran Wajib: Naskah yang sudah disajikan dalam Sabdamas UAJ Jakarta dan proses terbit di Jurnal Sabdamas .

Luaran tambahan: Naskah yang sudah submit Jurnal Abdiel.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

1. Prosedur kegiatan

Sebelum menjalankan kegiatan PKM, pelaksana berusaha meminta izin kepada kepala SMA Negeri X Jakarta, dan beliau pun memberi kesempatan untuk menjalankan PKM tersebut. Ada satu kelas yang dilibatkan untuk mendukung kegiatan PKM yang terdiri-dari 36 orang siswa (10 laki-laki dan 26 perempuan Mereka pun berada dalam satu ruangan kelas. Kegiatan PKM dilakukan melalui 3 tahap yaitu tahap pre-test, pelaksanaan PKM dan tahap post-test.

Pre-test

Sebelum kegiatan penyampaian materi, semua peserta mengisi kuesioner motivasi berprestasi. yang terdiri dari 5 item. Contoh: saya terdorong untuk secepat mungkin menyelesaikan pendidikan saya di sekolah ini. Masing-masing item terdiri dari 4 pilihan (SS = sangat sesuai, S = sesuai, TS = tidak sesuai, STS = Sangat tidak sesuai). Pengisian kuesioner ini membutuhkan waktu kurang lebih 3 menit.

Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan pemberian materi konseling disampaikan oleh pelaksana PKM secara langsung di depan kelas. Sebelumnya, kepala sekolah memberi sambutan mengenai pentingnya konseling akademik bagi pengembangan motivasi berprestasi siswa. Selanjutnya, kepala sekolah menyerahkan kesempatan kepada pelaksana PKM untuk menyampaikan materinya di depan kelas. Pemaparan materi konseling akademik berlangsung kurang lebih 100 menit yaitu penyampaian materi (60 menit) dan tanya-jawab (40 menit).

Post-test

Setelah mengikuti kegiatan penyampaian materi, peserta diminta lagi untuk mengisi kuesioner motivasi berprestasi. Kuesioner motivasi berprestasi juga terdiri dari 5 item. Masing-masing item terdiri dari 4 pilihan (SS = sangat sesuai, S = sesuai, TS = tidak sesuai, STS = Sangat tidak sesuai). Pengisian kuesioner memakan waktu 3 menit.

Analisis data

Analisis data menggunakan uji rerata setiap peserta PKM baik pre-test maupun post-test. Selanjutnya, digunakan uji beda yaitu mengetahui perbedaan antara pre-test dengan post-test. Langkahnya yaitu mengetahui skor hasil pre-test yang dibandingkan dengan skor hasil post-test.

Rumus penghitungan rerata setiap peserta PKM pre-test dan post-test seperti di bawah ini.

Rumus penghitungan rerata pre-test setiap peserta PKM yaitu:

$$(\text{Skor Pre-test No Item 1} + \text{Item 2} + \text{Item 3} + \text{Item 4} + \text{item 5}) : 5 = N$$

Rumus penghitungan rerata post-test setiap peserta PKM yaitu:

$$(\text{Skor Post-test No Item 1} + \text{Item 2} + \text{Item 3} + \text{Item 4} + \text{item 5}) : 5 = N$$

Rumus penghitungan total skor pre-test dan post-test yaitu:

Penghitungan Total Skor Rerata Pre-Test

$$\text{Skor rerata pre-test peserta no 1} + 2 + 3 + \dots + 36 : 36. = N$$

Penghitungan Total Skor Rerata Post-Test

$$\text{Skor rerata post-test peserta no 1} + 2 + 3 + \dots + 36 : 36. = N$$

3.Partisipasi Mitra dalam Kegiatan PKM

Mitra PKM telah bersedia untuk menyediakan tempat kegiatan PKM. Kepala SMA Negeri X Jakarta memberikan ijin untuk para siswa mengikuti kegiatan konseling akademik yang diselenggarakan oleh LPPM Universitas Tarumanagara Jakarta.

4.Kepakaran dan Pembagian Tugas TIM

Pelaksana kegiatan PKM dikoordinasi dan dilaksanakan secara langsung oleh Agoes Dariyo, M.Si, Psi, seorang master di bidang psikologi pendidikan. Ia menguasai dan mampu mengimplementasikan bidang keilmuannya dengan baik untuk mengatasi masalah-masalah akademik yang dihadapi oleh para siswa di sekolah.

Adapun para mahasiswa asisten PKM akan memberi dukungan sepenuhnya untuk memperlancar kegiatan PKM dari awal sampai akhir dengan sebaik-baiknya.

BAB IV

HASIL DAN LUARAN YANG DI CAPAI

1. Hasil

Tabel 1. Deskripsi Partisipan

1	Jenis Kelamin	Jumlah	Prosentase
	Laki-laki	10	27,8 %
	Perempuan	26	72,2 %
2	Umur		
	16 tahun	15	41,66 %
	17 tahun	21	58,33 %

Tabel 2. Hasil skor pre-test dan skor post-test motivasi berprestasi

Nomor Partisipan (N= 36)	Skor Pre-test Motivasi Berprestasi	Treatment	Skor Post-test Motivasi Berprestasi	Keterangan
1	12 : 5 = 2,4	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Meningkat (0,2)
2	13:5 = 2,6	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Tetap
3	14:5 = 2,8	Konseling Akademik	13 :5 = 2,6	Turun (0,2)
4	12:5 = 2,4	Konseling Akademik	13:5 = 2,6	Naik (0,2)
5	11:5 = 2,2	Konseling Akademik	12:5 = 2,4	Naik (0,2)

6	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Naik (0,2)
7	$10:5 = 2,0$	Konseling Akademik	$11:5 = 2,2$	Naik (0,2)
8	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Naik (0,2)
9	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Tetap
10	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Tetap
11	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,6$	Tetap
12	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Tetap
13	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)
14	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Naik (0,2)
15	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)
16	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Naik (0,2)
17	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$11:5 = 2,2$	Tetap
18	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Tetap
19	$14:5 = 2,8$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)

20	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Naik (0,2)
21	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)
22	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Tetap
23	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Tetap
24	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Naik (0,2)
25	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Naik (0,2)
26	$14:5 = 2,8$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Tetap
27	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Tetap
28	$13:5 = 2,6$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Naik (0,2)
29	$14:5 = 2,8$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Tetap
30	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)
31	$15:5 = 3$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Turun (0,2)
32	$14:5 = 2,8$	Konseling Akademik	$14:5 = 2,8$	Tetap
33	$11:5 = 2,2$	Konseling Akademik	$12:5 = 2,4$	Naik (0,2)

34	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)
35	$10:5 = 2,0$	Konseling Akademik	$11:5 = 2,2$	Naik (0,2)
36	$12:5 = 2,4$	Konseling Akademik	$13:5 = 2,6$	Naik (0,2)
	$88,8: 36 = 2,46$		$92,2:36 = 2,56$	Naik (0,1)

2. Pembahasan

Penyampaian materi konseling akademik dilakukan oleh pelaksana PKM untuk memberi wawasan, pengetahuan dan pengalaman praktis bagi peserta seminar tersebut. Mereka merasakan bahwa konseling akademik sebagai upaya praktis untuk membuka wawasan terkait dengan bagaimana mengembangkan potensi akademik yang bermanfaat bagi kemajuan studi di sekolah. Mereka menyadari bahwa wawasan, pengetahuan maupun pengalaman praktis dari ahli bidang psikologi bermanfaat untuk membekali mereka agar berani melangkah demi kemajuan studinya. Mereka harus berani keluar dari zona nyaman untuk membuka pikiran dan menerima saran, masukan atau nasihat-nasihat positif yang relevan dengan kebutuhan hidupnya sebagai pelajar demi masa depan yang lebih baik (Kraft, Bolves, & Hurd, 2023).

Konseling akademik sebagai kegiatan interaktif antara seorang konselor profesional dengan konselee yang sama-sama berkepentingan untuk mewujudkan kesejahteraan bersama. Seorang konselor berkewajiban untuk menjalankan tugas dan tanggung-jawab profesionalnya agar dapat membantu meningkatkan potensi konselee sehingga konselee mampu mencapai masa depan yang lebih baik. Konselor profesional telah memperoleh pendidikan khusus di bidang konseling psikologis, maka hal ini modal penting yang harus diterapkan untuk membantu kehidupan konselee. Seorang konselee juga menyadari bahwa dirinya adalah seorang yang memang membutuhkan bantuan profesional yang benar-benar bermanfaat bagi peningkatkan potensi dan kompetensinya. Mungkin saja, seorang konselee tidak harus sedang dalam menghadapi suatu persoalan psikologis, ketika ia mencari pertolongan profesional. Justru ketika konselee sedang baik-

baik saja, ia membutuhkan konselor profesional dengan tujuan untuk mengantisipasi, atau mencegah kegagalan yang tidak diinginkan saat ini maupun saat yang akan datang (Rezapur-Shahkolai et al, 2022).

Dalam kegiatan konseling akademik, seorang konselor profesional menyampaikan bagaimana mengoptimalkan seluruh potensi individual seperti kecerdasan, bakat, kreativitas maupun inovatif dapat terus dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya (Tampubolon, Elazhari, & Sibuea, 2023). Konselor dapat membangkitkan motivasi konselee untuk menghadapi masalah-masalah akademik dan non-akademik di sekolah (Bergold, & Steinmayr, 2023). Seorang pelajar yang sehari-hari menghadapi pelajaran di sekolah, memang terbiasa memanfaatkan kemampuan kognitifnya untuk menyelesaikan masalah-masalah akademik, namun ia juga harus mampu memanfaatkan kemampuan afektifnya guna menopang kognitifnya. Kemampuan kognitif terkait dengan kemampuan berpikir kritis, menganalisis, pemecahan masalah, dan sebagainya. Kemampuan afektif ialah bagaimana kemampuan mengelola emosi, perasaan, kehendak, atau dorongan internal untuk terus dibangkitkan agar seseorang bersemangat dalam menghadapi setiap kesulitan akademik maupun kesulitan non-akademik, sehingga ia dapat fokus mencapai cita-citanya demi masa depannya (Mendoza, Yan, & King, 2023). Jadi konseling akademik memang bermanfaat secara positif bagi konselee yaitu membantu mengatasi kesulitan akademik maupun kesulitan non-akademik sehingga dapat mencegah kegagalan selama menjalani kegiatan belajarnya (Rezapur-Shahkolai et al, 2022:19; Ansyah, Paryontri, & Affandi, 2023: 19).

Adakalanya, seorang konselee merasa sulit untuk keluar dari kemelut kehidupannya. Ia merasa terbelenggu dengan situasi dan kondisi tak menentu dalam hidupnya. Ia merasa depresi, tak berdaya, dan kadang muncul gagasan untuk bunuh diri (suicide idea). Bahkan ada saja kasus bunuh diri yang dilakukan oleh seorang pelajar atau mahasiswa, karena mereka tidak tahu bagaimana menghadapi masalah pribadinya tersebut. Ia merasa kehilangan energi dan juga kehilangan harapan untuk hidup. Akhirnya, bisa saja muncul gagasan bunuh diri. Jika ada orang tua atau orang yang lebih dewasa mengetahui anak kandungnya yang sedang mengalami depresi tersebut, maka mereka

harus segera memperoleh pertolongan intensif untuk menyelamatkan nyawanya. Kondisi depresi adalah kondisi yang mencengkram, membelenggu atau menghimpit seseorang, sehingga ia harus memperoleh pertolongan yang bertujuan untuk meringankan beban masalah hidupnya. Mungkin saja, bentuk pertolongan yang dilakukan oleh konselor profesional untuk membantu meringankan beban kehidupannya, seperti mendengar aktif terhadap cerita-cerita konselee di masa lalu. Tetapi pada prinsipnya, konseling akademik sangat membantu memberi dukungan bagi konselee untuk mengatasi berbagai masalah akademik maupun non-akademik (Ansyah, Paryontri, & Affandi, 2023) dengan tujuan agar konselee mampu meraih keberhasilan dalam hidupnya selama di sekolah (Kraft, Bolves, & Hurd, 2023; Zhang, & Tsai, 2023).

2. Luaran yang dicapai

Luaran Wajib: Naskah yang dipresentasikan dalam SABDAMAS (Seminar Pengabdian Masyarakat) yang diselenggarakan oleh Universitas Atmajaya Jakarta dan akan diterbitkan dalam jurnal pengabdian masyarakat oleh penerbit UAJ Jakarta (Naskah telampir dalam lampiran).

Luaran Tambahan: Naskah yang sudah submit dan akan diterbitkan oleh Jurnal Abdiel (Dalam Lampiran) dan Poster PKM untuk Research Week Untar 2023.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

1.Simpulan

Pemberian konseling akademik mampu menumbuh-kembangkan motivasi berprestasi pada siswa. Para siswa dapat memahami bahwa konseling akademik mampu meningkatkan wawasan, pengetahuan dan pengertian pentingnya menjadi orang yang mempunyai prestasi terbaik. Pencapaian prestasi terbaik hanya dapat dicapai oleh seseorang, jika ia mempunyai motivasi berprestasi yang sungguh-sungguh menggerakkan dirinya untuk meraih prestasi sebaik-baiknya. Karena itu, semua peserta mampu meningkatkan motivasi berprestasi setelah mereka mengikuti penyampaian materi konseling akademik.

2.Saran

Kegiatan PKM ini masih sangat terbatas oleh waktu. Pemberian materi yang dibatasi oleh waktu yang disediakan oleh pihak sekolah, sehingga hanya materi-materi penting saja yang relevan dengan kebutuhan para siswa. Namun demikian, secara umum pelaksanaan PKM berjalan lancar dan materi dapat dipahami dengan baik oleh peserta. Kegiatan PKM di masa yang akan datang dapat mempertimbangkan soal waktu pelaksanaan yang cukup memadai agar penyampaian materi berjalan efektif dan efisien.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Balawi, F. H. & Al-Hoorie, A.H. (2021). From demotivation to remotivation: A Mixed method investigation. *Sage Journal*.
<https://doi.org/10.1177/21582440211041101>.
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/21582440211041101>.
- Alterman, N., Vansteenkiste, M., Haerens, L., Soenens, B., Fontaine, JRJ., & Reeve, J. (2019). Toward integrative and fine grained insight in motivation and demotivating teaching style: The merits of a sircumplex approach. *Educational Psychology Journal*, 11, 497. <https://doi.org/10.1037/edu0000293>.
- Ansyah, E. H., Paryontri, R. A., & Affandi, G. R. (2023). The effectiveness of counseling based on Al-Fatihah psychology to reduce academic stress in students during the covid-19 pandemic. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 11(1), 19–24. <https://doi.org/10.22219/jipt.v11i1.20941>.
- Astereki, M A., Izadi, M., Mardani-Rad, M., & Bahramabadi, M. Z. (2023). The Effectiveness of Academic Counseling based on Cognitive-Behavioral Approach on Resilience, Motivation and Academic Emotions of Students with Academic Failure. *Islamic Life Style* 2023; 6 (4) :228-236
URL: <http://islamiclifej.com/article-1-1573-en.html>.
- Bergold, S., & Steinmayr, R. (2023). Teacher judgments predict developments in adolescents' school performance, motivation, and life satisfaction. *Journal of Educational Psychology*, 115(4), 642–664. <https://doi.org/10.1037/edu0000786>.
- Cent-Boonstra, M., Lichwarck-Aschoff, A., Lara, M.M., & Dennessen, E. (2022). Pattern of motivating teacher behavior and student engagement: A microanalytic approach. *European Journal of Psychology of Education*, 37, 227-255. <https://doi.org/10.1007/s10212-021-00543-3>.

- Kraft, M.A., Bolves, A. J., & Hurd, N.M. (2023). How informal mentoring by teachers, counsellors, and Coach support students' long run academic success. *Economic of Education Review*, 95. <https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2023.102411>.
- Mendoza, N., Yan, Z., & King, R.B. (2023). Supporting student intrinsic motivation for online learning tasks: The effect of need supportive tasks instruction on motivation, self-assessment and task performance. *Computers & Education*, 193, <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104663>.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0360131522002342?via%3Dihub>.
- Michel, F & Liu, L. (2022). An Exploration of community college students lived experienced with face to face and virtual academic counseling: Associating Environmental experienced to desired Educational Outcomes. *Journal of Applied Research in the Community College*, 29 (2), 15-28.
<https://www.ingentaconnect.com/content/montezuma/jarcc/2022/00000029/0000002/art00003>.
- Parrzych, J.L., Generali, M., & Yavuz, O. (2021). School counseling programs identifying academic development need. *Journal of Education*, 203 (1).
<https://doi.org/10.1177/00220574211016433>.
- Ren, X. & Abhakom, M.L.J. (2022). The psychological and cognitive process underlying college students' demotivation to learn English. *Journal of Language Teaching and Research*, 13 (2), DOI: <https://doi.org/10.17507/jltr.1302.08>.
- Rezapur-Shahkolai, F., salimi, N., parsa, P., Ezzati Rastgar, K., Gheysvandi, E., & dogonchi, M. (2022). Faculty Members' Experiences of the Challenges and Facilitators of the Student Academic Guidance and Academic Counseling Process: A Qualitative Study. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences*, 11(1), 19-26. doi: 10.22062/jqr.2021.195053.1001.
https://jqr1.kmu.ac.ir/article_91881.html.

- Tampubolon, K Elazhari, E, & Sibuea, N. (2023). The influence of supervisory work motivation and competence on the performance of school superintendents in padangsidimpuan city education office. *International Journal of Educational Review, Law And Social Sciences (IJERLAS)*, 3(1), 249–261. <https://doi.org/10.54443/ijerlas.v3i1.604>.
- Zhang, Q., & Tsai, W. (2023). Gratitude and psychological distress among first-year college students: The mediating roles of perceived social support and support provision. *Journal of Counseling Psychology*, 70(4), 415–423. <https://doi.org/10.1037/cou0000665>.