



UNIVERSITAS INDONESIA

**PENINGKATAN KETERAMPILAN PENETAPAN TUJUAN
DAN PERENCANAAN STRATEGI BELAJAR
PADA SISWA *COASTING UNDERACHIEVER* MELALUI
PROGRAM PENETAPAN TUJUAN DAN PERENCANAAN
STRATEGI BELAJAR**

*(The Enhancement of Coasting Underachiever Goal-Setting
and Learning Strategy Planning Skill Through
Goal-Setting and Learning Strategic Planning Program)*

TESIS

**CARLA ADI PRAMONO
1006796102**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PSIKOLOG PROFESI
PEMINATAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN
DEPOK
AGUSTUS 2012**



UNIVERSITAS INDONESIA

**Peningkatan Keterampilan Penetapan Tujuan dan Perencanaan
Strategi Belajar Pada Siswa *Coasting Underachiever* Melalui
Program Penetapan Tujuan dan Perencanaan Strategi Belajar**

*(The Enhancement of Coasting Underachiever Goal-Setting
and Learning Strategy Planning Skill Through
Goal-Setting and Learning Strategic Planning Program)*

TESIS

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Magister Psikologi Peminatan Psikologi Pendidikan**

**CARLA ADI PRAMONO
1006796102**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PSIKOLOG PROFESI
PEMINATAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN
DEPOK
AGUSTUS 2012**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Tesis ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Saya bersedia menerima sanksi dari Fakultas Psikologi Universitas Indonesia apabila terbukti melakukan tindak plagiat.

Nama : Carla Adi Pramono

NPM : 1006796102

Tanda tangan:



Tanggal : 9 Agustus 2012

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Carla Adi Pramono
NPM : 1006796102
Program Studi : Psikolog Profesi Peminatan Psikologi Pendidikan
Judul Tesis : Peningkatan Keterampilan Penetapan Tujuan dan Perencanaan Strategi Belajar Pada Siswa *Coasting Underachiever* Melalui Program Penetapan Tujuan dan Perencanaan Strategi Belajar

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Magister Psikologi pada Program Studi Profesi Psikolog Peminatan Psikologi Pendidikan, Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Dra. Miranda D. Zarfiel., M. Psi ()

Penguji : Dra. Evita E. Singgih, M.Psi ()

Penguji : Drs. Gagan Hartana T.B., M.Psi ()

DISAHKAN OLEH

Depok, 9 Agustus 2012

Ketua Program Studi Psikologi Profesi
Fakultas Psikologi UI

Dekan Fakultas Psikologi UI



Dra. Dharmayati Utoyo Lubis, M.A., Ph.D
NIP. 19510327 197603 2 001



Dr. Wilman Dahlan Mansoer, M.Org.Psy
NIP. 19490403 197603 1 002

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Baik, karena atas lindungan-Nya, saya dapat menyelesaikan tesis ini. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan tesis ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan seluruh proses ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dra. Miranda D. Zarfiel, M.Psi selaku dosen pembimbing. Terima kasih untuk semua ilmu yang diajarkan dan bantuan di saat-saat genting.
2. J, yang mau 'bermain' bersama saya, dan keluarganya.
3. Kedua orang tua saya, M.C. Marlina Damian dan Hartono Adhi Pramono serta kakak saya, Fransiskus Adi Pramono. Tesis rumah sakit ini akhirnya selesai!
4. Fransiskus Pascaries Heryoso, sekali lagi, Anda ada di saat 'badai" itu datang 😊
5. Seluruh teman-teman yang menemani perjalanan kuliah kedua saya, Monica Cecilia Caroline Pangemanan, Cempaka Noviwijayanti, Pralita Kusumawardhani, Ariane O. Putri, dan teman-teman Prodik '10, khususnya Alabanyo Brebahama dan Fathana Inggina.

Akhir kata, saya berharap semoga tesis ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan memberikan manfaat praktis bagi pembaca

Depok, 9 Agustus 2012



Carla Adi Pramono

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Indonesia, saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Carla Adi Pramono
NPM : 1006796102
Program Studi : Psikolog Profesi Peminatan Psikologi Pendidikan
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Indonesia **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**Peningkatan Keterampilan Penetapan Tujuan dan
Perencanaan Strategi Belajar Pada Siswa *Coasting Underachiever*
Melalui Program Penetapan Tujuan dan Perencanaan Strategi Belajar**

beserta perangkat yang ada. Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Indonesia berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya tanpa meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 9 Agustus 2012

Yang menyatakan,



(Carla Adi Pramono)

ABSTRAK

Nama : Carla Adi Pramono
Program Studi: Psikolog Profesi Peminatan Psikologi Pendidikan
Judul : Peningkatan Keterampilan Penetapan Tujuan dan Perencanaan Strategi Belajar Pada Siswa *Coasting Underachiever* Melalui Program Penetapan Tujuan dan Perencanaan Strategi Belajar

Siswa *underachiever* adalah siswa yang sebenarnya memiliki potensi kecerdasan yang berada pada taraf rata-rata bahkan cerdas, tetapi memiliki prestasi yang rendah. Salah satu tipe siswa *underachiever* adalah *coasting underachiever*, tipe yang paling umum dialami siswa. Karakteristik khas dari mereka adalah perilaku prokrastinasi yang ekstrem. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan apakah pemberian program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar efektif untuk meningkatkan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar pada siswa *coasting underachiever*. Subjek dalam penelitian ini adalah seorang siswa *coasting underachiever* berusia 13 tahun 4 bulan. Hasilnya menunjukkan bahwa program berhasil menyentuh aspek kognitif, tetapi belum menyentuh aspek afektif dan psikomotor. Subjek menjadi tahu adanya kriteria dalam penetapan tujuan dan macam-macam strategi belajar baru yang dapat dilakukannya. Perlunya waktu pemberian program yang lebih panjang disarankan untuk mendorong perubahan dalam aspek afektif dan psikomotor juga.

Kata kunci:

coasting underachiever, keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar, program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar

ABSTRACT

Name : Carla Adi Pramono
Study Program : Magister Program Specialized in Educational Psychology
Title : The Enhancement of Coasting Underachiever Goal-Setting and Learning Strategic Planning Skill Through Goal-Setting and Learning Strategic Planning Program

Underachievers are students who actually have the potential of intelligence that are on the average level of even intelligent, but have low achievement. Coasting underachievers are the most common types of underachievers. These individuals are easily identified by their extreme procrastination. This study aims to prove whether the goal-setting and learning strategic planning program is effective to enhance coasting underachiever goal-setting and learning strategic planning skill. Subject in this study is a coasting underachiever aged 13 years 4 months. The result shows that the program succeeded to touch the cognitive aspect, failed to touch the affective and psychomotor aspects. The subject came to know the criteria in goal-setting and a variety of new learning strategies that can be done. The need for the provision of a longer program is recommended to encourage changes in affective and psychomotor aspects as well.

Keywords

coasting underachiever, goal-setting and learning strategic planning skill, goal-setting and learning strategic planning program

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	v
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
1. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.5 Sistematika Penulisan.....	7
2. TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 <i>Underachievement</i>	8
2.1.1 Definisi <i>Underachievement</i>	8
2.1.2 Karakteristik dan Tipe-Tipe Siswa <i>Underachiever</i>	9
2.1.2.1 <i>Coasting Underachiever</i>	11
2.1.3 Faktor-Faktor Penyebab <i>Underachievement</i>	12
2.1.3.1 Faktor Internal Penyebab <i>Underachievement</i>	12
2.1.3.2 Faktor Eksternal Penyebab <i>Underachievement</i>	14
2.2 Motivasi.....	16
2.2.1 Perspektif dalam Motivasi.....	17
2.2.2 Definisi Motivasi.....	19
2.2.2.1 Penetapan Tujuan.....	20
2.2.2.1.1 Karakteristik Tujuan yang Mempengaruhi Perilaku.....	20
2.2.2.1.2 Aspek-Aspek Tujuan.....	21
2.2.2.1.3 Strategi yang Efektif untuk Menetapkan Tujuan.....	23
2.2.2.2 Perencanaan Strategi Belajar.....	24
2.3 <i>Self-Regulation Empowerment Program (SREP)</i>	25
2.3.1 Komponen-Komponen SREP.....	25
2.4 Peningkatan Keterampilan Penetapan Tujuan dan Perencanaan Strategi Belajar Pada Siswa <i>Coasting Underachiever</i> Melalui Program Penetapan Tujuan dan Perencanaan Strategi Belajar.....	27
3. METODE PENELITIAN.....	29
3.1 Masalah.....	29
3.2 Desain Penelitian.....	29
3.3 Subjek Penelitian.....	30
3.4 Tahapan Penelitian.....	30

3.4.1 Tahap Perencanaan.....	31
3.4.2 Tahap Pelaksanaan.....	37
3.4.3 Tahap Evaluasi.....	37
3.5 Pengolahan Data.....	37
4. HASIL DAN ANALISIS HASIL PENELITIAN.....	38
4.1 Gambaran Umum Pelaksanaan Intervensi.....	38
4.2 Rincian Pelaksanaan Intervensi.....	40
4.3 Analisis Hasil Penelitian.....	49
4.3.1 <i>Pre-test</i>	49
4.3.2 <i>Post-test</i>	50
4.3.3 Perbandingan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	50
4.4 Evaluasi Keseluruhan Program Intervensi.....	52
4.4.1 Efektivitas Program Intervensi.....	52
4.4.2 Evaluasi dari Subjek.....	52
5. KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN.....	54
5.1 Kesimpulan.....	54
5.2 Diskusi.....	54
5.3 Saran.....	57
5.3.1 Saran Metodologis.....	57
5.3.2 Saran Praktis.....	57
DAFTAR PUSTAKA.....	59
Lampiran	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Prosedur dan Tujuan dari Komponen Pengembangan dalam SREP
Tabel 3.1	Rancangan Intervensi
Tabel 4.1	Rincian Pelaksanaan Intervensi
Tabel 4.2	Susunan Tugas dan Kegiatan Saat <i>Pre-test</i>
Tabel 4.3	Susunan Tugas dan Kegiatan Saat <i>Post-test</i>
Tabel 4.4	Perbandingan Susunan Tugas dan Kegiatan



DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Desain Penelitian



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada dasarnya proses pendidikan bertujuan untuk mengaktualisasikan potensi dan kemampuan yang dimiliki siswa (Semiawan, dalam Sunawan, 2005). Penegasan tujuan tersebut tertulis dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 Bab 2 Pasal 3, yaitu:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Tercapai atau tidaknya tujuan dari proses pendidikan tersebut dapat dilihat dari prestasi yang diraih oleh siswa. Pada umumnya, siswa dengan tingkat kecerdasan yang tinggi umumnya mudah dalam belajar dan hasilnya cenderung tinggi, sebaliknya siswa dengan tingkat kecerdasan yang rendah cenderung mengalami kesukaran dalam belajar, lambat dalam berpikir, dan memiliki prestasi yang rendah Dalyono (dalam Sulistiana, 2011). Kenyataannya, tidak seluruh siswa dengan tingkat kecerdasan yang tinggi memiliki prestasi yang tinggi pula. Kondisi di mana siswa dengan kecerdasan rata-rata, di atas rata-rata, atau bahkan tergolong berbakat menunjukkan prestasi yang lebih rendah dibandingkan kemampuan mereka dikenal sebagai *underachievement* (Rimm, 1986; Montgomery, 2009).

Rathvon (1996, dalam Wardhani, 2008) menyebutkan *underachievement* sebagai salah satu masalah yang banyak terjadi pada anak-anak usia sekolah. Pada penelitian yang dilakukan oleh Balitbang Depdiknas di 20 SMA unggulan di Indonesia, terdapat 21,75% siswa dengan kecerdasan rata-rata dan 9% siswa dengan kecerdasan luar biasa yang berprestasi lebih rendah dibandingkan potensi kecerdasannya (Depdiknas, 2001). Secara spesifik, dilakukan pula penelitian-penelitian di beberapa kota di Indonesia. Sugiyo (2009) menyatakan bahwa 50% siswa kelas V di tiga SD Negeri di Semarang merupakan siswa *underachiever*.

Hasil tersebut diperoleh dari pengamatan yang dilakukan oleh para guru. Di Jakarta, Achir (1990) melakukan penelitian di dua SMA. Dari penelitian tersebut terungkap bahwa 39% siswa dengan tingkat kecerdasan yang memadai tergolong sebagai siswa berprestasi kurang.

Siswa-siswa yang mengalami *underachievement* biasanya disebut dengan istilah *underachiever*. Untuk dapat diklasifikasikan sebagai *underachiever*, kesenjangan antara potensi dan prestasi tersebut bukan merupakan hasil diagnosa kesulitan belajar (*learning disability*) dan terjadi secara menetap pada periode yang panjang (Robinson, 2006). Siswa *underachiever* tampil dalam berbagai karakteristik. Karakteristik yang umumnya dimiliki oleh siswa *underachiever* antara lain rendahnya *academic self-perception*, sikap negatif terhadap sekolah, sikap negatif terhadap guru dan teman sekelas, rendahnya motivasi dan kemampuan regulasi diri, serta rendahnya penilaian terhadap target prestasi (*goal valuation*) (McCoach & Siegle, 2003). Wahab (2005) menambahkan beberapa karakteristik siswa *underachiever*, yaitu kurang menunjukkan usaha dalam menyimak dan menyelesaikan tugas belajar, tidak mampu untuk mempertahankan konsentrasi, tertarik atau berminat pada suatu bidang selain bidang akademik, dan memiliki persepsi yang negatif terhadap orang lain dan juga diri sendiri. Tidak seluruh karakteristik harus dimiliki oleh para siswa *underachiever*. Marcus dan Mandel (1998, dalam Chukwu-Etu, 2009) mengelompokkan lagi tipe-tipe *underachiever* berdasarkan karakteristik yang khas. Tipe *underachiever* yang paling umum dialami oleh para siswa adalah *coasting underachiever* (Mandel, Marcus, & Dean, 1995). Tipe tersebut mudah dikenali dari perilaku prokrastinasi yang ekstrem, baik terhadap tugas sekolah maupun tugas rumah. Mereka mengabaikan tugas-tugas tersebut tanpa khawatir atas nilai buruk yang akan diperolehnya.

Menurut Wardhani (2008), penting untuk membantu siswa *underachiever* agar mereka dapat mengembangkan kemampuan yang ada dalam dirinya menjadi lebih optimal. Beberapa tokoh memberikan alasan pentingnya untuk membantu siswa tersebut. Delisle & Berger (2005, dalam Wardhani, 2008) menyebutkan bahwa anak yang melihat dirinya berkali-kali mengalami kegagalan, lama kelamaan akan membatasi diri dari berbagai kemungkinan sukses yang

sebenarnya dapat ia capai. Hal ini menunjukkan bahwa *underachievement* tidak hanya mempengaruhi penguasaan siswa pada bidang akademik, tetapi juga mempengaruhi perkembangan konsep diri anak. Peters (2000) menambahkan bahwa pola perilaku *underachievement* yang berkembang hingga usia dewasa dapat menyebabkan masalah-masalah, seperti putus sekolah, berpindah-pindah pekerjaan, kesulitan menjalankan pernikahan, dan sebagainya.

Salah satu intervensi yang dapat dilakukan kepada *coasting underachiever* adalah meningkatkan motivasi mereka. Motivasi sendiri dapat dilihat melalui beberapa perspektif. Santrock (2001) dan Ormrod (2006) menyebutkan empat diantaranya, yaitu perspektif behavioristik, humanistik, kognitif, dan kognitif-sosial. Perspektif yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah perspektif kognitif-sosial. Perspektif tersebut menekankan bahwa individu digerakkan oleh tujuan yang ingin dicapainya. Tujuan tersebut tampak dari pilihan yang mereka buat dan perilaku yang muncul (Ormrod, 2006). Pada *coasting underachievement*, atau tipe pasif menurut Rimm (1995, dalam Clemons, 2008), umumnya siswa menetapkan tujuan yang kurang realistis atau bahkan tidak menetapkan tujuan. Mereka memerlukan bantuan orang lain untuk menetapkan tujuan mereka, tetapi saat diberikan tujuan oleh orang lain, para siswa tersebut tidak menunjukkan ketertarikan untuk mencapainya (Rimm, 1986). Dengan kata lain, intervensi yang dapat diberikan kepada *coasting underachiever* adalah peningkatan keterampilan penetapan tujuan agar motivasi mereka meningkat.

Menurut Gollwitzer dan Wieber (2010), intervensi penetapan tujuan dapat menurunkan prokrastinasi. Hal tersebut disebabkan karena tujuan membuat para siswa meningkatkan usaha, ketekunan, dan energi serta membimbing penggunaan pengetahuan atau strategi yang terkait relevan dengan tugas (Locke & Latham, 2002; Zimmerman & Martinez-Pons, dalam Cheung, 2004). Secara khusus, tujuan yang dibuat sendiri (*self-made goals*) membuat siswa lebih bekerja keras dalam meraihnya dibandingkan ketika diberikan tujuan oleh pihak luar (Zimmerman & Martinez-Pons, dalam Cheung, 2004).

Locke dan Latham (1990, 2002, dalam Schunk, Pintrich, & Meece, 2008) mendefinisikan penetapan tujuan sebagai pembentukan standar kualitatif atau kuantitatif dari performa. Walaupun terbukti dapat meningkatkan motivasi,

adanya tujuan ternyata tidak selalu berhasil memotivasi siswa. Hal tersebut tergantung pada komitmen yang dibuat siswa untuk mencapai tujuan dan karakteristik tujuan. Karakteristik tujuan yang dimaksud adalah jangka waktu, spesifikasi, dan kesulitan (Schunk, Pintrich, & Meece, 2008). Semakin spesifik tujuan, semakin siswa termotivasi untuk mencapai tujuan tersebut. Tujuan dengan jangka waktu yang pendek juga merupakan tujuan yang baik. Selain itu, menetapkan tujuan yang menantang bagi diri sendiri turut meningkatkan usaha untuk mencapai tujuan.

Penelitian mengindikasikan bahwa penetapan tujuan dan perencanaan merupakan proses saling melengkapi karena perencanaan dapat membantu siswa menetapkan tujuan dan strategi untuk sukses (Schunk, 2001, dalam Zumbunn, Tadlock, & Roberts, 2011). Perencanaan terjadi dalam tiga tahap: menentukan sebuah tujuan untuk tugas belajar, menetapkan strategi untuk mencapai tujuan, dan menentukan berapa banyak waktu dan sumber daya akan diperlukan untuk mencapai tujuan (Schunk, 2001, dalam Zumbunn, Tadlock, & Roberts, 2011). Zumbunn, Tadlock, dan Roberts (2011) mengemukakan bahwa mengajarkan siswa untuk membuat perencanaan terhadap tugas akademik mereka adalah metode yang baik untuk mendorong *self-regulation* dan pembelajaran.

Dalam mengembangkan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar, terdapat dua intervensi yang dapat diberikan. Intervensi yang pertama adalah *self-determined learning model of instruction* (SDLMI). SDLMI merupakan pengembangan instruksi yang mendorong siswa untuk lebih mandiri, terutama pada siswa berkebutuhan khusus (Wehmeyer, Palmer, Agran, Mithaug & Martin, 2000, dalam Lee, Palmer, & Wehmeyer, 2009). Saat SDLMI diimplementasikan pada kegiatan belajar-mengajar, siswa berkebutuhan khusus diberikan kesempatan untuk membuat tujuan yang dikaitkan dengan kurikulum untuk siswa-siswa normal, merancang rencana atau tindakan untuk mencapai tujuan tersebut, dan mengawasi kemajuan pencapaian tujuan mereka (Lee, Palmer, & Wehmeyer, 2009). Adanya SDLMI terbukti mendorong siswa berkebutuhan khusus mencapai hasil yang lebih baik dari tujuan yang telah mereka buat. Selain itu, manfaat lain dari SDLMI adalah menjadi lebih teratur, menurunkan tingkat kecemasan terhadap tugas, lebih percaya diri, meningkatkan

partisipasi dalam kelas, bekerja sesuai rencana, lebih memahami tugas, dan meningkatkan kebiasaan belajar di rumah (Lee, Palmer, & Wehmeyer, 2009).

Intervensi lain yang mencakup pengembangan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar adalah *self-regulation empowerment program* (SREP) (Schunk, 1996; Wood, Bandura, & Bailey, 1990; dalam Cleary & Zimmerman, 2004). Cleary dan Zimmerman (2004) mengungkapkan bahwa SREP adalah program yang dikembangkan untuk menguatkan siswa-siswa SMP dengan memupuk keyakinan *self-motivational* yang positif, meningkatkan pengetahuan mereka tentang strategi belajar, dan membantu mereka untuk mengaplikasikan strategi tersebut pada tugas akademik secara mandiri. Program ini dapat diberikan kepada seluruh siswa, tidak hanya kepada siswa berkebutuhan khusus. Pada penelitian Cleary dan Zimmerman (2004), seorang siswa SMP yang diberikan program terbukti meningkat nilainya setelah ia diajarkan dan membuat tujuan serta mengatur sendiri strategi belajarnya. Hasil serupa juga didapatkan oleh Cleary, Platten, dan Nelson (2008) yang memberikan SREP bagi siswa SMA. Pada penelitian ini, intervensi yang akan digunakan adalah SREP karena subjek adalah siswa normal. Selain itu, SREP merupakan program yang dikembangkan dengan menggunakan perspektif kognitif-sosial (Cleary & Zimmerman, 2004).

Pada umumnya, SREP memiliki dua komponen utama, yaitu komponen penilaian diagnostik dan komponen pengembangan *self-regulated learner*. Komponen pertama dilakukan sebagai dasar penyusunan komponen kedua (Cleary & Zimmerman, 2004). Komponen kedua memiliki beberapa tahap, yaitu tahap *empowerment*, tahap strategi belajar, dan tahap *cyclical feedback loop*. Tahapan *empowerment* bertujuan untuk menyadarkan siswa bahwa prestasi yang diraih akibat dari perilakunya sendiri, tahapan strategi belajar adalah tahap pengajaran strategi-strategi belajar baru yang dapat dilakukan, dan tahap terakhir merupakan tahap pengaplikasian dari kedua tahap sebelumnya (Cleary & Zimmerman, 2004).

Meski terbukti efektif, Cleary dan Zimmerman (2004) juga menyebutkan beberapa keterbatasan dari SREP. Keterbatasan pertama adalah SREP dikembangkan untuk membantu profesional sekolah (psikolog, konselor, dan guru) untuk meningkatkan motivasi, strategi belajar, dan keterampilan mengatur

diri pada siswa remaja. Namun, perlu disadari bahwa SREP bukanlah satu-satunya proses yang mempengaruhi prestasi siswa. Ada hal-hal lain, seperti partisipasi siswa di kelas, hubungan dengan teman, dan lain-lain, yang turut mempengaruhi prestasi. Untuk mengatasi keterbatasan tersebut, maka Cleary dan Zimmerman menyarankan agar SREP dijalankan dengan intervensi akademik atau program sosial lainnya. Keterbatasan yang kedua adalah perbedaan karakteristik siswa dapat mempengaruhi hasil SREP. Karakteristik yang dimaksud dapat berupa segi kognitif, motivasional saat mengikuti program, dan budaya. Hal ini menunjukkan bahwa SREP harus dimodifikasi sesuai karakteristik siswa.

Berdasarkan uraian di atas, diharapkan siswa *coasting underachiever* memiliki keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar yang lebih baik setelah diberikan intervensi. Ketika siswa *coasting underachiever* telah mampu menetapkan tujuan sesuai kriteria dan menyusun rencana atau tindakannya untuk mencapai tujuan tersebut, diharapkan perilaku prokrastinasi mereka menurun dan motivasi mereka meningkat. Dengan demikian, para siswa tersebut akan mencapai prestasi yang sesuai dengan potensi kecerdasan yang sebenarnya mereka miliki.

1.2 Rumusan Masalah

Berkaitan dengan intervensi yang akan dilakukan, maka rumusan permasalahan penelitian adalah sebagai berikut:

*“Apakah program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar efektif untuk meningkatkan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar pada siswa *coasting underachiever*?”*

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuktikan efektifitas program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar untuk meningkatkan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar pada siswa *coasting underachiever*.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat praktis yang ingin diberikan dari penelitian ini adalah agar siswa *coasting underachiever* mampu menggunakan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi dalam kegiatan belajarnya. Dengan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar yang lebih baik, ke depannya diharapkan perilaku prokrastinasi mereka menurun dan meningkatkan motivasi mereka.

Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis, yaitu menambah khazanah penelitian dan pengetahuan mengenai keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar, khususnya intervensi terhadap kedua keterampilan tersebut, dan khazanah penelitian serta pengetahuan yang berkaitan dengan program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar dalam meningkatkan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar pada siswa *coasting underachiever*.

1.5 Sistematika Penulisan

Penelitian ini terdiri dari lima bagian, bagian pertama berisi pendahuluan yang menggambarkan latar belakang melalui pemaparan rangkaian teori yang terkait dengan kasus serta gambaran singkat kelebihan dan kelemahan intervensi.

Bagian kedua memuat tinjauan kepustakaan tentang teori-teori yang menjadi kerangka berpikir pemberian intervensi, yaitu teori tentang *underachievement*, motivasi, keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar, serta SREP, khususnya program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar.

Bagian ketiga, berisi metode penelitian yang memuat hipotesis penelitian, desain penelitian, subyek penelitian, metode pengukuran motivasi, dan rancangan penelitian.

Bagian keempat, hasil dan analisis, meliputi persiapan intervensi, hasil dan analisis intervensi.

Bagian kelima, berisi kesimpulan yang menjawab permasalahan penelitian, diskusi tentang mengapa penelitian yang berbentuk intervensi ini dapat berhasil, dan saran-saran terkait hasil penelitian.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini berisi pembahasan mengenai teori yang berkaitan dengan tujuan penelitian. Pada bagian awal akan dijelaskan tentang *underachievement* yang meliputi definisi, karakteristik, dan faktor penyebab. Selanjutnya akan dijelaskan mengenai motivasi yang meliputi perspektif yang mendasari serta keterampilan penetapan tujuan, dan perencanaan strategi belajar. Penjelasannya berikutnya mengenai SREP, khususnya penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar.

2.1 *Underachievement*

2.1.1 Definisi *Underachievement*

Reis dan McMoach (2000, dalam Robinson, 2006) mendefinisikan *underachievement* sebagai kesenjangan akut antara potensi prestasi (*expected achievement*) dan prestasi yang diraih (*actual achievement*). Sejalan dengan definisi tersebut, Davis dan Rimm (dalam Munandar, 2004) menyebutkan bahwa yang dimaksud *underachievement* adalah jika terdapat ketidaksesuaian antara prestasi sekolah dan indeks kemampuannya sebagaimana nyata dari tes intelegensi, tes prestatif atau kreativitas, atau dari data observasi, di mana prestasi sekolah nyata lebih rendah daripada tingkat kemampuan.

Kesenjangan yang terjadi bukan disebabkan oleh tingkat kecerdasan siswa yang rendah (Rimm, 1986). Siswa yang dapat digolongkan *underachiever* (sebutan bagi siswa yang mengalami *underachievement*) minimal memiliki tingkat kecerdasan dalam kategori rata-rata. Selain itu, kesenjangan antara potensi dan prestasi juga bukan merupakan hasil diagnosa kesulitan belajar (*learning disability*) dan terjadi secara menetap pada periode yang panjang (Robinson, 2006). *Underachievement* tidak dikaitkan pula dengan adanya perubahan hormonal menjelang remaja.

Dari beberapa definisi yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa *underachievement* adalah sebuah kondisi kesenjangan antara potensi prestasi dengan prestasi yang diraih, artinya prestasi yang diraih jauh lebih rendah dari potensi prestasi. Untuk dapat digolongkan sebagai siswa

underachiever, terdapat beberapa karakteristik yang akan dijelaskan pada butir selanjutnya.

2.1.2 Karakteristik dan Tipe Siswa *Underachiever*

Menurut Rimm (1986), terdapat beberapa karakteristik siswa *underachiever*, yaitu:

1. Tidak terorganisir, seperti sering lupa mengerjakan tugas, kehilangan buku, tidak menyimak, seringkali melihat ke luar jendela atau terlalu banyak mengobrol, lambat atau perfeksionis dalam mengerjakan tugas.
2. Mengumpulkan tugas dengan cepat tanpa memperhatikan kualitas dari pekerjaan.
3. Menarik diri dari pergaulan sosial, seperti terlihat tidak memiliki teman dan menangis, merengek dan mengeluh bila dipertemukan teman sebayanya.
4. Suka memerintah dan agresif, seperti cenderung suka mengatur serta mudah kehilangan kesabaran dalam pergaulan sosial.
5. Jika memiliki minat di sekolah biasanya berkaitan dengan kehidupan sosial atau kegiatan olahraga. Kemungkinan mereka memilih satu mata pelajaran atau guru yang mereka sukai, namun umumnya mereka tidak menyukai sekolah.
6. Sebagian dari mereka tidak pernah membaca buku, tetapi ada pula yang justru menghabiskan waktu dengan membaca, menonton televisi, atau bermain komputer di saat harus mengerjakan tugas.
7. Sebagian dari mereka memiliki pemikiran secara konkrit dan tidak mampu memecahkan masalah yang abstrak. Sebagian yang lain justru memiliki pemikiran yang kreatif dan memiliki pola pikir yang tidak biasa, tetapi mereka tidak mampu merealisasikan ide mereka. Ada pula yang jarang menyelesaikan apa yang mereka mulai dan melalaikan tanggung jawabnya.
8. Hampir semua siswa *underachiever* bersifat manipulatif. Mereka melakukan usaha untuk memanipulasi sehingga terjadi pertentangan antara kedua orang tua, antara orang tua dan guru, antara teman dan

teman. Misalnya memanipulasi agar guru mau memberikan bantuan atau tugas yang lebih mudah.

9. Mereka memiliki banyak alasan mengenai masalah yang dihadapi di sekolah, misalnya mereka berpendapat bahwa sekolah membosankan dan tidak sesuai untuk masa depannya nanti.
10. Tidak mampu membangun rasa percaya diri yang kuat karena belum pernah mengalami bagaimana rasanya mengerahkan usaha, seperti keengganan dalam berkompetisi.

Kesepuluh karakteristik tersebut tidak harus dimiliki oleh seorang siswa *underachiever*. Mandel dan Marcus (1988, dalam Chukwu-Etu, 2009) menjabarkan enam tipe utama siswa *underachiever* serta karakteristik khasnya, yaitu:

1. *Coasting underachiever*, siswa *underachiever* yang memiliki karakteristik seperti asyik terhadap diri dan kehidupannya sendiri, menunda-nunda pekerjaan di rumah dan di sekolah, mudah menyerah, tidak khawatir akan nilai-nilai yang rendah, mudah terganggu saat mengerjakan tugas sekolah, dan tampak tidak peduli terhadap masa depannya. *Coasting underachiever* biasanya mulai terlihat pada usia 9 atau 10 tahun.
2. *Anxious underachiever*, siswa *underachiever* yang memiliki karakteristik seperti cenderung tegang dan tidak dapat bersantai, menghindari sekolah, terlalu khawatir dan tidak realistis tentang kompetensi dan kesalahan, perlu diyakinkan terus-menerus dan membutuhkan persetujuan, serta mungkin menjadi fobia terhadap sekolah. Marcus (2007, dalam Chukwu-Etu, 2009) mencatat bahwa *anxious underachiever* umumnya merasa tidak aman, memiliki keraguan diri, dan mengalami ketegangan tingkat tinggi.
3. *Defiant underachiever*, siswa *underachiever* yang memiliki karakteristik seperti mudah marah, berdebat dengan figur otoritas dan menantang mereka, sengaja mengganggu orang lain, dan menyalahkan orang lain

atas tindakan atau kesalahan dirinya sendiri. Tipe siswa *underachiever* ini lebih sering muncul pada anak laki-laki.

4. *Wheeler-dealer underachiever*, siswa *underachiever* yang memiliki karakteristik seperti impulsif, menarik atau menakutkan, manipulatif dan *self-seeking*, dan berharap kepuasan instan. Mereka cenderung hidup untuk saat ini dan untuk hadiah langsung, berbohong, menipu atau mencuri, memanipulasi orang lain, mendapat masalah yang sama berulang kali, dan bisa saja berbicara tentang menjadi kaya dan terkenal.
5. *Identity search underachiever*, siswa *underachiever* yang memiliki karakteristik seperti sangat sibuk mencari tahu identitas mereka, *self-absorption* yang kuat, dan bergumul dengan pertanyaan "Siapakah aku?". Pencarian identitas yang terus menerus mengganggu tugas mereka.
6. *Sad or depressed underachiever*, siswa *underachiever* yang memiliki karakteristik seperti depresi, memiliki *self-esteem* yang rendah, kesulitan untuk mengambil keputusan, dan kekurangan energi untuk berkonsentrasi pada tugas sekolah.

Dari keenam tipe siswa *underachiever*, tipe yang paling umum dialami oleh siswa adalah *coasting underachiever* (Mandel, Marcus, & Dean, 1995). Oleh karena itu, penelitian ini memfokuskan pada intervensi terhadap siswa *coasting underachiever*.

2.1.2.1 Coasting Underachiever

Menurut Clemons (2008), kategori siswa *underachiever* yang dikemukakan Mandel dan Marcus memiliki keterkaitan dengan kategori siswa *underachiever* yang disusun oleh Rimm. Rimm (1986) menyatakan 16 tipe siswa *underachiever* yang disusun dari dua kontinum, yaitu konformitas hingga non-konformitas dan bergantung pada orang lain hingga dominan. Tipe *coasting underachiever* memiliki kesamaan dengan tipe pasif yang berada pada kontinum konformitas dan bergantung pada orang lain (Clemons, 2008).

Sejalan dengan Mandel, Marcus, dan Dean (1995), Rimm (dalam Clemons, 2008) juga menyatakan bahwa tipe pasif merupakan tipe *underachiever* yang memiliki perilaku prokrastinasi dan tidak memperhatikan prestasinya. Siswa *underachiever* yang berada pada kontinum konformitas dan bergantung pada orang lain umumnya memiliki sikap seperti tenang, menyenangkan, dan memanipulasi orang dewasa (Rimm, 1986). Manipulasi dilakukan untuk menghindari tekanan atau desakan. Mereka juga cenderung memilih tugas-tugas yang mudah. Selain itu, siswa-siswa ini mampu bersosialisasi meskipun jarang ditunjuk sebagai pemimpin.

Saat duduk di SD, *coasting underachiever* baru tampak saat kelas 4 atau 5 (usia 9 atau 10 tahun) (Mandel & Marcus, 1988, dalam Chukwu-Etu, 2009). Mereka mulai melakukan manipulasi dan guru akan menurunkan tingkat kesulitan tugas mereka. Biasanya, mereka enggan menulis dengan alasan bahwa tugas tersebut terlalu sulit (Rimm, 1986). Manipulasi tersebut tidak hanya dilakukan di sekolah, tetapi juga di rumah. Mereka memanipulasi kedua orang tua sehingga terdapat satu pihak (atau keduanya) yang sangat memanjakan mereka. Hal tersebut menambah “kekuatan” siswa *coasting underachiever* untuk memanipulasi.

2.1.3 Faktor Penyebab *Underachievement*

Rimm (1986) menyebutkan bahwa *underachievement* tidak disebabkan karena pengaruh genetik. Beberapa faktor penyebab *underachievement* antara lain kondisi fisik, keadaan psikis, keluarga, sekolah, teman sebaya, dan masyarakat. Faktor tersebut dapat dikelompokkan ke dalam dua kategori, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

2.1.3.1 Faktor Internal Penyebab *Underachievement*

Faktor internal adalah faktor penyebab yang berasal dari dalam diri individu, yaitu:

1. Kondisi Fisik

Semiawan (2004) dan Meliala (2006) mengungkapkan bahwa faktor penyebab *underachievement* yang berasal dari sisi fisik antara lain anak

mengalami sakit, ada gangguan pendengaran, gangguan penglihatan, atau ada cacat fisik. Hal-hal tersebut sangat mungkin mengganggu proses belajar anak sehingga prestasinya tidak dapat menggambarkan kemampuannya yang sebenarnya.

2. Kondisi Psikis

Selain kondisi fisik, kondisi psikis juga berpeluang menjadi faktor penyebab munculnya *underachievement*. Beberapa ahli mengungkapkan pendapat mengenai kondisi psikis yang rentan menjadi penyebab *underachiever*. Menurut Munandar (2004) dan Hawadi (2004), ada beberapa kerentanan yang dapat menyebabkan seseorang menjadi *underachiever*, yaitu:

- *Perfeksionism*, yaitu dorongan untuk mencapai kesempurnaan. Keinginan untuk sempurna membuat siswa *underachiever* terus menerus memperbaiki tugasnya. Akibatnya, ia kehabisan waktu untuk menyelesaikan seluruh tugasnya.
- *Supersensitivity*, yaitu kepekaan yang berlebih.
- Kurang keterampilan sosial pada siswa *underachiever* membuat interaksi mereka dengan lingkungan menjadi terhambat. Dengan keterampilan sosial yang kurang, biasanya mereka menjadi terkucil atau menjadi bahan ejekan temannya di sekolah.
- Malu, dan rendah diri karena berbeda dengan siswa lain. Siswa yang tergolong *underachiever* terkadang memiliki pemikiran yang berbeda karena tingkat kecerdasan mereka yang cenderung tidak rendah. Hal tersebut membuat mereka merasa berbeda dengan temannya sehingga kurang dapat berinteraksi dengan mereka.
- Terlalu banyak kegiatan sehingga mereka mengabaikan tugas utama mereka sebagai siswa.

3. Faktor Motivasi

Beberapa penelitian menemukan kurangnya motivasi pada siswa yang menyebabkan kondisi *underachievement* (Gallagher, 1991; Reis dan McCoach, 2000; Sousa, 2002; dalam Chukwu-Etu, 2009)). Para siswa *underachiever* umumnya membutuhkan dorongan dari pihak luar, seperti

guru dan orang tua. Whitmore dan Rand (2000, dalam Chukwu-Etu, 2009) mengamati bahwa siswa *underachiever* yang berbakat membutuhkan dorongan dari guru karena para siswa tersebut memiliki gaya belajar yang bertentangan dengan metode instruksional yang berlaku.

Kurangnya motivasi juga dapat disebabkan karena harapan/target yang terlalu rendah sehingga membuat mereka tidak mempunyai tujuan dan nilai yang jelas (Oxford Brookes University, 2006). Hal ini membuat siswa tidak terdorong untuk mencapai prestasi sebaik-baiknya. Penyebab rendahnya harapan adalah kurangnya pemahaman siswa *underachiever* akan potensi dirinya.

4. Faktor yang Berkaitan dengan Strategi Belajar

Pada penelitian terbaru, didapatkan bahwa dua alasan penting terjadinya *underachievement* adalah (1) kurangnya pemahaman siswa *underachiever* untuk memilih, beradaptasi, dan mengawasi strategi yang mereka gunakan untuk belajar dan (2) kurangnya motivasi untuk mengaplikasikan pemahaman yang mereka miliki (Ryan, 1989, dalam Chukwu-Etu, 2009).

2.1.3.2 Faktor Eksternal Penyebab *Underachievement*

Adapun faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar individu, yaitu:

1. Keluarga

Berdasarkan uraian beberapa tokoh (Rimm, 1986; Hawadi, 2004; Munandar, 2004), faktor dari keluarga yang berpotensi menyebabkan siswa *underachiever* antara lain:

- Orang tua yang perfeksionis, kaku, dan otoriter

Sikap orang tua yang perfeksionis membuat anak menyerah sebelum mengerjakan tugas-tugasnya. Sedangkan orang tua yang kaku dan otoriter dapat menyebabkan anak sengaja membalas dendam dengan tidak menyelesaikan tugas.

- Orang tua kurang memberikan penghargaan terhadap prestasi
Kurangnya penghargaan terhadap prestasi atau proses belajar akan membuat anak merasa bahwa prestasi dan belajar bukanlah hal yang penting. Akibatnya, kecenderungan untuk mengalami *underachievement* akan semakin meningkat.
- Konflik keluarga yang serius
Situasi rumah yang kurang kondusif dengan pertengkaran orang tua terus menerus membuat anak tidak tertarik untuk belajar. Yang ada di benak mereka adalah keinginan untuk lari dari rumah karena situasi yang tidak menyenangkan.
- Status sosial ekonomi yang rendah
Pada umumnya, keadaan keluarga dengan status sosial ekonomi yang rendah akan berakibat pada pemenuhan kebutuhan belajar, seperti buku-buku. Selain itu, tingkat pendidikan orang tua juga biasanya kurang sehingga hanya sedikit stimulasi yang diberikan kepada anak untuk belajar.

2. Sekolah

Sekolah ternyata juga berpeluang menjadi salah satu faktor penyebab *underachievement*. Seperti yang diungkapkan oleh Hawadi (2004) bahwa terdapat beberapa faktor sekolah yang menjadi penyebab *underachievement*, seperti lingkungan sekolah tidak mendukung atau memberikan penghargaan terhadap keberhasilan akademik, kurikulum tidak cocok dengan siswa, lingkungan kelas yang kaku dan otoriter, penghargaan tidak dibuat sesuai dengan perbedaan individual, dan gaya belajar siswa yang tidak cocok dengan cara mengajar guru.

3. Teman Sebaya

Berdasarkan penjelasan para ahli, faktor penyebab *underachievement* yang berasal teman sebaya adalah pengaruh teman yang tidak memiliki kesamaan minat dan bakat untuk mengembangkan kemampuan intelektualnya sehingga membuat siswa *underachiever* cenderung mengabaikan kewajibannya untuk belajar (Runikasari, 2012).

4. Masyarakat

Menurut Hawadi (2004) lingkungan sekitar tempat tinggal siswa berbakat juga berpotensi menjadi salah satu penyebab *underachievement*. Adanya harapan dari lingkungan sekitar yang menuntut siswa berbakat harus memiliki prestasi yang baik dalam segala bidang, terkadang membuat siswa justru merasa terbebani. Akibatnya, siswa berbakat yang seharusnya mampu menunjukkan prestasi tinggi sesuai dengan tingkat kecerdasan, justru menunjukkan hal yang sebaliknya.

Pada tipe *coasting underachiever*, faktor penyebab eksternal kondisi *underachievement* yang dihadapi adalah sikap orang tua yang terlalu melindungi dan memanjakan (Rimm, 1986). Orang tua siswa *coasting underachiever* menjaga anak-anak mereka dari perasaan cemas akan tugas akademik atau ujian dengan menyediakan seluruh fasilitas yang mendukung atau memberikan perlakuan yang salah, seperti membiarkan anaknya untuk tidak belajar untuk menghindari stres. Sayangnya, sikap orang tua tersebut menghalangi anak dari stres yang wajar dialami saat akan ujian atau mengerjakan tugas akademik. Akibatnya, *coasting underachiever* memiliki kemampuan untuk berjuang yang kurang (Rimm, 1986). Dengan kata lain, motivasi siswa *coasting underachiever* untuk meraih prestasi terbaik tergolong kurang. Oleh karena itu, penelitian ini ditujukan untuk meningkatkan motivasi, khususnya keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar pada siswa *coasting underachiever*. Penjelasan mengenai hal tersebut dijabarkan pada bagian selanjutnya.

2.2 Motivasi

2.2.1 Perspektif dalam Motivasi

Konsep motivasi dapat dipandang melalui beberapa perspektif. Santrock (2001) dan Ormrod (2006) menyebutkan empat di antaranya, yaitu perspektif behavioristik, humanistik, kognitif, dan kognitif-sosial.

1. Perspektif behavioristik

Para tokoh behavioristik menekankan adanya hadiah atau hukuman eksternal sebagai kunci yang menentukan motivasi siswa. Dalam perspektif tersebut, dikenal istilah insentif, yaitu sesuatu yang membuat perilaku makin sering atau berkurang kemunculannya (Glynn dkk, 2005). Penggunaan insentif membuat minat dan semangat para siswa di kelas meningkat dan mengarahkan perhatian mereka secara langsung pada perilaku yang sesuai (Emmer dkk, 1997, dalam Santrock, 2001). Contoh insentif yang dapat diberikan adalah nilai atau angka hasil tugas siswa, menampilkan hasil tugas para siswa yang memiliki nilai terbaik, mendapatkan waktu tambahan untuk beristirahat, dan sebagainya.

Meskipun begitu, insentif dianggap lebih meningkatkan motivasi yang bersifat ekstrinsik. Ketika hadiah atau hukuman eksternal dihilangkan, maka motivasi mereka akan menurun. Deci, Koestner, dan Ryan (1999, dalam Glynn dkk, 2005) mengatakan bahwa saat siswa ditawarkan insentif pada tugas yang sebenarnya disukai mereka, keinginan mereka untuk mengerjakan tugas justru akan menurun. Adanya insentif eksternal juga membuat para siswa lebih terfokus pada insentif itu sendiri dibandingkan pada *feedback* yang sesungguhnya dari proses pembelajaran mereka (Glynn dkk, 2005). Selain itu, perspektif behavioristik juga tidak mempertimbangkan faktor sosial dalam proses pembelajaran sehingga muncul perilaku tertentu (Bandura, dalam Schunk, Pintrich, & Meece, 2008).

2. Perspektif humanistik

Kapasitas siswa untuk pertumbuhan pribadi (*personal growth*), kebebasan untuk memilih jalan hidup mereka, dan keinginan untuk mencapai dan menguasai merupakan titik berat dari perspektif humanistik (Reeve, 1996, dalam Glynn dkk, 2005). Pemikiran dari Abraham Maslow merupakan konsep yang sering digunakan dalam perspektif ini. Beliau percaya bahwa individu perlu untuk memenuhi kebutuhan dasar terlebih dahulu sebelum kebutuhan yang lebih tinggi terpuaskan (Santrock, 2001). Maslow mencetuskan hierarki kebutuhan yang terdiri atas kebutuhan fisiologis, kebutuhan akan rasa aman,

kebutuhan untuk dicintai, kebutuhan akan penghargaan, dan kebutuhan aktualisasi diri. Aktualisasi diri merupakan kebutuhan tertinggi manusia. Untuk mencapai aktualisasi diri, individu perlu memenuhi empat kebutuhan sebelumnya. Bila dikaitkan dengan motivasi siswa, maka siswa perlu memenuhi kebutuhan dasarnya, seperti makan, merasa aman, merasa dicintai dan dihargai, sebelum dirinya mampu berprestasi optimal.

Pandangan Maslow di atas mendapat beberapa pertentangan. White (1959, dalam Santrock, 2001) mengemukakan konsep motivasi kompetensi, yaitu gagasan bahwa individu termotivasi untuk mengatasi lingkungannya secara efektif, untuk menguasai dunia mereka, dan untuk memproses informasi secara efisien. Individu melakukan hal tersebut bukan karena mereka berusaha memenuhi kebutuhan biologis mereka, melainkan karena mereka memiliki motivasi internal untuk berinteraksi dengan lingkungannya secara efektif. Santrock (2001) juga memberi contoh di mana siswa dapat memenuhi kebutuhan kognitifnya walaupun mereka tidak merasa dicintai atau disayangi.

3. Perspektif kognitif

Perspektif ini lahir dari ketidaksetujuan para tokohnya atas perspektif behavioristik. Mereka tidak setuju karena seolah-olah individu hanya termotivasi oleh adanya insentif. Dalam perspektif kognitif, pemikiran siswa-lah yang memandu motivasi mereka (Santrock, 2001). Terdapat beberapa gagasan penting dalam perspektif kognitif, antara lain motivasi intrinsik untuk berprestasi, atribusi siswa mengenai kesuksesan atau kegagalan (khususnya mengenai persepsi bahwa usaha adalah faktor penting dalam prestasi), keyakinan siswa bahwa mereka dapat mengontrol lingkungannya secara efektif, serta pentingnya penetapan tujuan (*goal-setting*), perencanaan, dan mengontrol kemajuan tujuan (Pintrich, 2000; Schunk & Ertmer, 2000; Zimmerman, 2000; dalam Santrock, 2001).

4. Perspektif kognitif-sosial

Perspektif kognitif-sosial menggabungkan beberapa pemikiran dari perspektif behavioristik dan perspektif kognitif. Perspektif ini menekankan

pada tujuan yang ingin diraih individu (Ormrod, 2006). Tujuan tersebut tampak dalam pilihan dan perilaku yang muncul. Selain itu, bila dalam perspektif behavioristik, hadiah atau hukuman eksternal dipandang memiliki pengaruh langsung, maka dalam perspektif kognitif-sosial, faktor eksternal tersebut memberikan pengaruh secara tidak langsung terhadap proses pembelajaran dan perilaku.

Albert Bandura, tokoh yang mengembangkan teori kognitif-sosial, menambahkan peran faktor sosial sebagai salah satu determinisme yang mempengaruhi individu dan perilaku (Schunk, Pintrich, & Meece, 2008). Bandura mencetuskan model *triadic reciprocity* yang menggambarkan individu (meliputi kognitif, afektif, dan biologis), perilaku, dan lingkungan sebagai determinisme yang saling mempengaruhi (Bandura, 1999). Tidak terdapat pola tetap untuk interaksi timbal balik dalam model tersebut. Pola interaksi tergantung pada kegiatan, keadaan situasional, serta kendala dan peluang dalam struktur sosial.

Berdasarkan uraian di atas, dalam penelitian ini, motivasi dipandang melalui perspektif kognitif-sosial.

2.2.2 Definisi Motivasi

Dalam perspektif kognitif-sosial, Bandura (1986, 1993, 1997, 2001, dalam Schunk, Pintrich, & Meece, 2008) mendefinisikan motivasi sebagai:

goal-directed behavior instigated and sustained by outcome expectations concerning the anticipated consequences of actions and self-efficacy for performing those actions

Dari definisi tersebut, terdapat tiga konsep penting dalam proses motivasi, yaitu tujuan (*goal*), harapan (*expectation*), dan *self-efficacy*. Siswa yang memiliki tujuan dan *self-efficacy* untuk meraihnya ingin terlibat dalam aktivitas di mana mereka berharap akan mengarahkan pada pencapaian tujuan. Ketika mereka mendapatkan konsekuensi seperti yang diharapkan dan mencapai tujuan mereka, *self-efficacy* mereka menguat sehingga motivasi semakin meningkat dan mendorong mereka untuk menguasai keterampilan (Schunk, Pintrich, & Meece, 2008). Pencapaian tujuan akan membuat siswa

merumuskan tujuan baru. Schunk, Pintrich, dan Meece (2008) mengatakan bahwa adanya tujuan merupakan faktor terpenting dari motivasi. Dengan demikian, penelitian difokuskan pada peningkatan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar.

2.2.2.1 Penetapan Tujuan (*Goal Setting*)

Penetapan tujuan adalah pembentukan standar kualitatif atau kuantitatif pada performa (Locke & Latham, 1990, 2002, dalam Schunk, Pintrich, & Meece, 2008). Dalam proses motivasional, penetapan tujuan sangatlah penting (Bandura, 1998, 1997; Schunk, 1989a; dalam Schunk, Pintrich, & Meece, 2008).

2.2.2.1.1 Karakteristik Tujuan yang Mempengaruhi Perilaku

Tujuan akan mempengaruhi perilaku berdasarkan karakteristiknya, seperti (Bandura, 1988; Locke, Shaw, Saari, & Latham, 1981, dalam Schunk, 1990; Schunk, Pintrich, & Meece, 2008):

- **Spesifikasi**
Tujuan yang spesifik membuat individu menjadi lebih efektif dalam mengerahkan usaha agar berhasil. Contoh tujuan yang spesifik adalah “berhasil mengerjakan tugas matematika mengenai aljabar hingga selesai”.
- **Jangka waktu**
Tujuan yang diatur untuk jangka waktu yang singkat lebih memotivasi individu dibandingkan tujuan dengan jangka waktu yang panjang. Hal tersebut disebabkan karena lebih mudah memonitor perkembangan tujuan jangka waktu yang singkat sehingga meningkatkan *self-efficacy* individu. Terkait dengan contohnya sebelumnya, maka tujuan dapat dirumuskan menjadi “saat ini harus berhasil mengerjakan tugas matematika mengenai aljabar hingga selesai”, dibandingkan membuat tujuan “berhasil mencapai nilai ketuntasan pelajaran matematika”.

- Tingkat kesulitan.
Individu akan lebih berusaha untuk mencapai tujuan yang menantang bagi dirinya dibanding tujuan yang dinilai mudah. Dalam pemberian instruksi, guru bisa saja memberikan tujuan yang mudah terlebih dahulu dan menaikkan tingkat kesulitannya secara bertahap.

2.2.2.1.2 Aspek-Aspek Tujuan

Locke dan Latham (1990, dalam Schunk, Pintrich, & Meece, 2008) menjabarkan teori penetapan tujuan dalam dua aspek penting, yaitu pemilihan tujuan dan komitmen terhadap tujuan.

1. Pemilihan tujuan, yaitu tujuan individual saat ini yang sedang dicapai dan tingkatan di mana mereka berusaha untuk mencapainya.
2. Komitmen terhadap tujuan, yaitu seberapa besar individu lekat (*attach*) dengan tujuan, seberapa antusias individu terhadap tujuannya, atau seberapa pasti individu untuk meraihnya.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pemilihan tujuan dan komitmen terhadap tujuan, yaitu faktor individu dan faktor lingkungan-sosial (Locke & Latham, 1990, dalam Schunk, Pintrich, & Meece, 2008).

1. Faktor individu

- Performa sebelumnya

Individu cenderung berusaha untuk meraih tujuan yang pernah mereka raih sebelumnya.

- Tingkat kemampuan/keterampilan saat ini

Individu cenderung menghindari tujuan yang melampaui kemampuan/keterampilannya saat ini.

- *Self-efficacy*

Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi cenderung untuk menetapkan tujuan yang lebih tinggi pula. Ia juga cenderung memiliki komitmen yang lebih kuat terhadap tujuannya.

- Atribusi

Kegagalan yang diatribusikan pada penyebab-penyebab yang tidak stabil (seperti kurangnya usaha atau kurang beruntung), akan membuat individu menetapkan tujuan yang lebih tinggi pada kesempatan berikutnya.

- Nilai

Penghayatan individu terhadap nilai pentingnya tujuan didasarkan pada minat, kegunaan, keuangan, atau pencapaian nilai keyakinan.

- *Mood*

Mood yang positif akan mengarahkan pada penetapan tujuan yang lebih tinggi.

2. Faktor lingkungan-sosial

- Faktor kelompok

- Norma kelompok dan informasi normatif

Norma kelompok akan mempengaruhi tujuan anggota kelompoknya. Semakin tinggi norma kelompok, semakin tinggi penetapan tujuan yang dilakukan anggota kelompoknya. Namun, informasi normatif mengenai seberapa banyak orang yang berhasil meraih tujuan tertentu akan mempengaruhi pula ketika individu menetapkan tujuan yang sulit diraih.

- Tujuan kelompok dan *peer group*

Peer group menekan anggota kelompoknya untuk meninggikan atau merendahkan tujuannya. Contohnya, ketika siswa dalam satu kelas menolak untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, maka masing-masing siswa dalam kelas tersebut akan cenderung tidak mengerjakannya.

- *Role modelling*

Ketika dalam satu kelas terdapat siswa-siswa yang menetapkan tujuan dan mampu meraihnya, maka siswa-siswa lain akan terpacu untuk mencontoh siswa tersebut.

- Struktur hadiah

- Sifat hadiah

Adanya insentif tidak akan mempengaruhi siswa ketika diberikan tujuan yang sulit. Sebaliknya, ketika tujuan dinilai mudah dan dapat diraih, adanya insentif dapat memberikan pengaruh yang positif.

- Kompetisi

Kompetisi dapat mempengaruhi tingkatan tujuan, tetapi tidak mempengaruhi komitmen terhadap tujuan tersebut.

- Pihak otoritas

Karakteristik pihak otoritas akan mempengaruhi tingkatan tujuan dan komitmen terhadap tujuan. Individu cenderung memiliki komitmen terhadap tujuan ketika tujuan tersebut diberikan oleh pihak yang sah, suportif, hadir secara fisik, dapat dipercaya, memiliki pengetahuan, dan disukai.

- *Feedback*

Feedback yang mempengaruhi pemilihan tujuan dan komitmen terhadap tujuan adalah *feedback* yang mencakup evaluasi terhadap kemajuan pencapaian tujuan, mendorong prestasi dan penguasaan, dan memberikan kesempatan untuk perkembangan diri.

2.2.2.1.3 Strategi yang Efektif untuk Menetapkan Tujuan

Berdasarkan karakteristik tersebut, Schunk (2001) menjabarkan beberapa strategi yang efektif dalam menetapkan tujuan. Strategi-strategi tersebut adalah:

1. Membagi tujuan jangka panjang menjadi beberapa tujuan jangka pendek. Hal ini membantu individu untuk menentukan langkah-langkah apa saja yang harus dilakukan guna mencapai tujuan jangka panjang.
2. Mendorong siswa untuk melihat bahwa tujuan yang telah ditetapkan dapat dicapai dan berkomitmen untuk mencapainya.

3. Memonitor perkembangan diri sendiri. Individu harus belajar untuk mengukur kemajuan mereka.
4. Menggunakan berbagai cara untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi dalam mencapai tujuan. Ketika individu merasa memiliki hambatan, mereka dapat melakukan beberapa cara, seperti meminta bantuan, berupaya untuk menentukan tindakan yang lebih efektif dalam mencapai tujuan, atau mengevaluasi tujuan dan jadwal.
5. Melakukan *self-evaluate*.

Rader (2005) juga mengungkapkan enam langkah yang diperlukan dalam menetapkan tujuan, yaitu:

1. Pilih tujuan yang spesifik dan tuliskan hal tersebut.
2. Tentukan kapan tujuan tersebut akan tercapai.
3. Membangun rencana untuk mencapai tujuan tersebut.
4. Visualisasikan diri sendiri saat mencapai tujuan tersebut.
5. Bekerja keras dalam mencapai tujuan.
6. *Self-evaluate*

2.2.2.2 Perencanaan Strategi Belajar

Schunk (2001, dalam Zumbunn, Tadlock, & Roberts, 2011) mengatakan bahwa penetapan tujuan dan perencanaan merupakan proses saling melengkapi karena perencanaan dapat membantu siswa menetapkan tujuan dan strategi untuk sukses. Perencanaan strategi belajar mengarahkan usaha untuk mengontrol pembelajaran dan dipengaruhi secara timbal balik oleh *feedback* terhadap usaha tersebut (Zimmerman, 1989). Dalam membuat perencanaan, terdapat tiga tahapan, yaitu menetapkan sebuah tujuan untuk tugas belajar, menentukan strategi untuk mencapai tujuan, dan menghitung berapa banyak waktu dan sumber daya akan diperlukan untuk mencapai tujuan (Schunk, 2001, dalam Zumbunn, Tadlock, & Roberts, 2011).

Strategi menjadi penting karena hal tersebut merepresentasikan alat yang digunakan siswa untuk belajar dan meningkatkan performa serta tingkat keterampilan mereka (Zimmerman & Cleary, 2009). Sebelum siswa

dapat mencapai tujuan akademik, mereka harus belajar tentang metode yang tepat untuk tugas tertentu dan dalam konteks yang spesifik (Zimmerman, 2000, dalam Zimmerman & Cleary, 2009). Strategi dapat diajarkan sebagai proses pribadi yang berguna dan perilaku yang mengarahkan pada penguasaan pengetahuan atau keterampilan.

2.3 Self-Regulation Empowerment Program (SREP)

SREP adalah program yang dikembangkan untuk menguatkan siswa SMP dengan memupuk keyakinan *self-motivational* yang positif, meningkatkan pengetahuan mereka tentang strategi belajar, dan membantu mereka untuk mengaplikasikan strategi tersebut pada tugas akademik secara mandiri. SREP dirumuskan oleh dua peneliti, yaitu Cleary dan Zimmerman (2004). Awalnya, Zimmerman mencetuskan konsep *self-regulation*. Prinsip pada *self-regulation* tersebut dikembangkan menjadi sebuah program intervensi akademik yang lebih aplikatif bagi profesional sekolah, seperti guru, psikolog, dan konselor.

Pengembangan SREP didasarkan pada dua asumsi. Asumsi pertama adalah rendahnya motivasi siswa, penggunaan strategi yang tidak efektif, dan lemahnya *self-regulation* merupakan faktor kunci yang berkontribusi pada rendahnya prestasi akademik (Gettinger & Seibert, 2002; Pintrich & Schunk, 2002; Weinstein dkk, 2000; dalam Cleary & Zimmerman, 2004). Asumsi kedua adalah karena SREP merupakan aplikasi dari teori kognitif-sosial, maka variabel kontekstual atau situasional memiliki andil dalam motivasi dan *self-regulation* siswa (Linnenbrink & Pintrich, 2002; Zimmerman, 1989; dalam Cleary & Zimmerman, 2004). Asumsi tersebut akan berpengaruh terhadap komponen SREP.

2.3.1 Komponen SREP

SREP terdiri dari dua komponen utama, yaitu penilaian diagnostik dan pengembangan *self-regulated learner*.

1. Penilaian Diagnostik

Sebelum program dijalankan, *self-regulation coach* (SRC) melakukan penilaian dulu terhadap siswa. Hal ini dilakukan sebagai bahan untuk

penyusunan komponen kedua dari SREP. Paul (1967, dalam Cleary & Zimmerman, 2004) menyebutkan bahwa pertanyaan penting dari penelitian adalah "apa perlakuan, oleh siapa, yang paling efektif untuk individu dengan masalah tertentu, dalam kondisi seperti apa?". Pertanyaan itu yang berusaha dijawab oleh SRC.

2. Pengembangan *Self-Regulated Learner*

Setelah dilakukan penilaian, maka SRC menyusun program yang terdiri dari 3 langkah, yaitu *empowerment*, menambah pengetahuan mengenai strategi belajar, dan memungkinkan siswa untuk mendapatkan umpan balik ketika mengaplikasikan pengetahuannya dalam siklus *self-regulation (cyclical feedback loop)*. Langkah tersebut dapat dilihat dalam tabel 2.2.

Tabel 2.1 Prosedur dan Tujuan dari Komponen Pengembangan dalam SREP

Langkah Intervensi	Tujuan	Intervensi
<i>Empowerment</i>	Untuk meningkatkan persepsi kontrol siswa terhadap performa akademiknya dan proses belajar	Form <i>self-monitoring</i> , grafik
Strategi belajar	Untuk mengajarkan berbagai macam strategi belajar dan <i>self-regulation</i>	<i>Cognitive modeling</i> , <i>cognitive coaching</i> , latihan dengan bimbingan
<i>Cyclical Feedback Loop</i>	Untuk mengajarkan siswa bagaimana menggunakan fase <i>forethought</i> , kontrol terhadap performa, dan <i>self-reflection</i>	Grafik <i>self-regulation</i> , <i>cognitive modeling</i> , <i>cognitive coaching</i>

Pada penelitian ini, penilaian dilakukan saat peneliti menangani kasus subjek penelitian di sekolah. Subjek termasuk *coasting underachiever* dan memerlukan peningkatan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan

strategi belajar. Kedua keterampilan tersebut merupakan fase *forethought* pada siklus *self-regulation*.

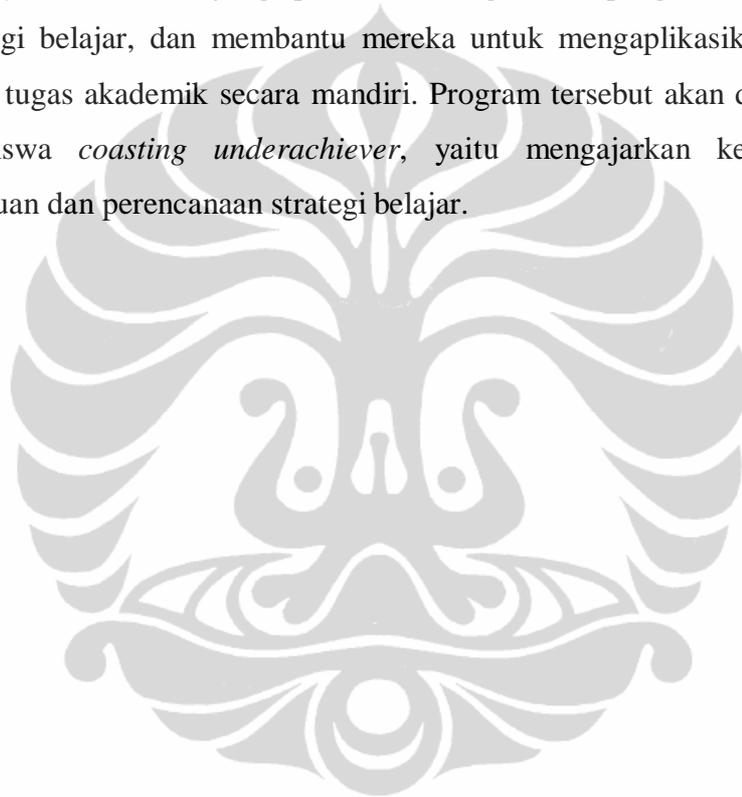
2.4 Peningkatan Keterampilan Penetapan Tujuan dan Perencanaan Strategi Belajar Pada Siswa *Coasting Underachiever* Melalui Program Penetapan Tujuan dan Perencanaan Strategi Belajar

Siswa *underachiever* merupakan siswa yang memiliki tingkat kecerdasan yang memadai, tetapi tidak memiliki prestasi sesuai dengan potensinya tersebut. Gagalnya mereka dalam meraih prestasi yang optimal bukan disebabkan adanya kesulitan belajar atau pengaruh perubahan hormonal menjelang tahap remaja. Siswa *underachiever* cenderung untuk mengabaikan tugas-tugas di sekolah atau berontak terhadap pihak otoritas. Siswa *underachiever* yang cenderung mengabaikan tugas-tugas sekolah disebut *coasting underachiever*.

Banyak hal yang menyebabkan kondisi *underachievement* tersebut. Salah satu penyebab siswa *coasting underachiever* adalah peran orang tua yang terlalu memanjakan sehingga dorongan untuk berjuang mengerjakan tugas atau belajar cenderung berkurang. Akibatnya, prestasi para siswa jauh berada di bawah prestasi yang seharusnya mampu diraih oleh mereka. Jika para siswa *coasting underachiever* memiliki motivasi yang tinggi, mereka sebenarnya mampu untuk meraih prestasi yang optimal.

Konsep motivasi dapat dipandang melalui berbagai perspektif. Dalam perspektif kognitif-sosial, tujuan-lah yang menggerakkan perilaku individu. Perspektif kognitif-sosial memandang motivasi sebagai perilaku bertujuan yang dimunculkan dan dipertahankan oleh harapan akan hasil perilaku serta keyakinan diri untuk mampu melakukan perilaku tersebut. Ketika siswa memiliki harapan dan keyakinan diri akan kemampuannya, tetapi tidak disertai dengan tujuan, maka perilakunya menjadi kurang terarah. Bila dikaitkan dengan siswa *coasting underachiever*, tampak bahwa mereka tidak memiliki tujuan dalam bidang akademik bahkan mungkin dalam hidupnya sehingga perilaku mereka tidak terarah. Tidak adanya tujuan juga membuat mereka tidak khawatir terhadap nilai-nilai rendah dan tidak peduli terhadap masa depannya.

Berdasarkan uraian sebelumnya, maka dapat dikatakan bahwa siswa *coasting underachiever* perlu diberikan intervensi untuk membantu mereka menetapkan tujuan agar motivasi mereka meningkat, khususnya dalam bidang akademik. Penetapan tujuan tidak akan ada artinya tanpa perencanaan strategi. Oleh karena itu, intervensi yang diberikan berupa modifikasi dari SREP di mana program tersebut terbukti efektif untuk meningkatkan motivasi pada siswa SMP dan SMA. SREP sendiri memberikan manfaat berupa mampu memupuk keyakinan *self-motivational* yang positif, meningkatkan pengetahuan mereka tentang strategi belajar, dan membantu mereka untuk mengaplikasikan strategi tersebut pada tugas akademik secara mandiri. Program tersebut akan disesuaikan kebutuhan siswa *coasting underachiever*, yaitu mengajarkan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar.



BAB 3

METODE PENELITIAN

Bab ini berisi penjelasan mengenai metode yang digunakan dalam penelitian ini, meliputi masalah, desain penelitian, subjek penelitian, prosedur penelitian, dan teknik analisis.

3.1 Masalah

Permasalahan dalam penelitian ini adalah:

“Apakah program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar efektif untuk meningkatkan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar pada siswa *coasting underachiever*?”

3.2 Desain Penelitian

Penelitian ini tergolong penelitian eksperimental-kuasi karena meneliti hubungan sebab-akibat tanpa dilakukannya randomisasi subjek (Seniati, Yulianto, & Setiadi, 2007). Tidak dimungkinkannya dilakukan randomisasi karena penelitian ini hanya melibatkan satu subjek. Oleh karena itu, desain penelitian ini adalah desain *single-subject*.

Engel dan Schutt (2008) menyebutkan bahwa desain *single-subject* memiliki tiga komponen, yaitu pengukuran yang berulang, fase *baseline*, dan fase perlakuan (*treatment*). Dalam penelitian ini, pengukuran akan dilakukan sebelum dilakukan perlakuan dan setelah dilakukan perlakuan. Pengukuran yang dilakukan sebelum perlakuan ditujukan untuk mendapatkan kondisi *baseline*. Perlakuan dalam penelitian ini adalah bimbingan pengembangan keterampilan penetapan tujuan kepada subjek. Setelah fase perlakuan, akan dilakukan pengukuran lagi untuk melihat perbedaannya dengan kondisi *baseline*. Desain penelitian dapat dilihat dalam gambar 3.1.



Gambar 3.1 Desain Penelitian

3.3 Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah J, seorang siswa SMP berusia 13 tahun 4 bulan. Ia memiliki IQ sebesar 106 (skala Weschler). Hasil tersebut belum optimal dan potensi yang sebenarnya diperkirakan lebih tinggi dibandingkan hasil tersebut. Meski begitu, prestasi yang dimiliki J tidak sebaik potensi yang dimilikinya. Ia suka menunda pekerjaan atau mengabaikan jadwal ulangan dan remedial sehingga nilai-nilainya tidak lengkap. Sikap tersebut tidak hanya terjadi di sekolah, tetapi juga terjadi di rumah. Ia tidak peduli terhadap tugas-tugasnya dan cenderung mementingkan kepentingan non-akademiknya, seperti bermain internet atau menonton televisi.

Selain perilaku prokrastinasi, J mampu memanipulasi hubungan orang tua dengan guru. Bila J ditegur oleh guru, ia cenderung menceritakan hal yang sebaliknya sehingga orang tua menganggap pihak sekolah mendiskriminasi J. Sebaliknya, pihak sekolah akhirnya melabel orang tua J, khususnya ibu, sebagai orang tua yang terlalu melindungi anak, bahkan terhadap kesalahan J. J juga mencari berbagai alasan untuk menghindari desakan untuk mengikuti aturan sekolah. Berdasarkan uraian tersebut, J tergolong sebagai siswa *coasting underachiever*.

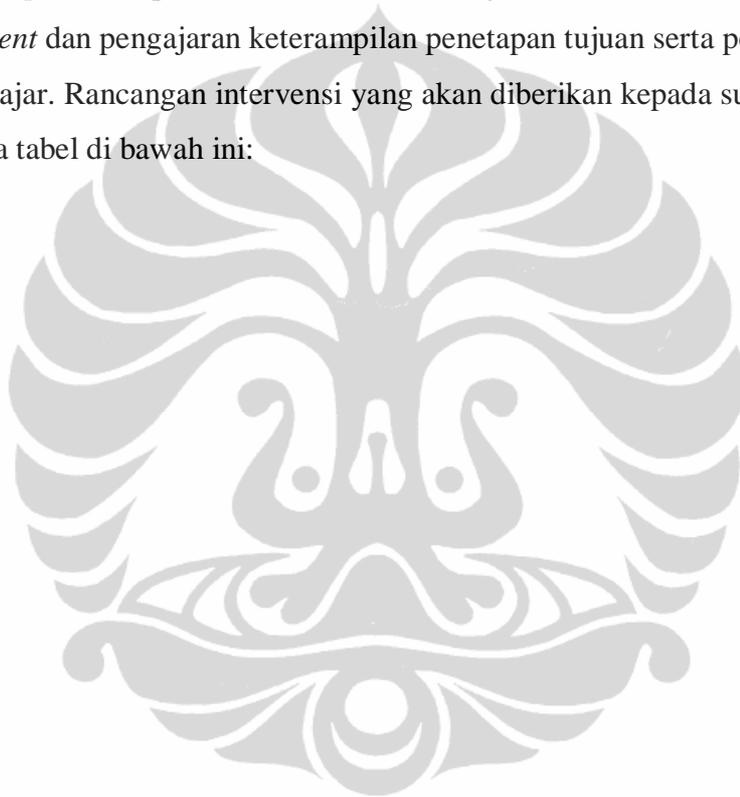
Tidak hanya penyebab yang berasal dari faktor internal, lingkungan juga mendukung kondisi *underachievement* pada J. Pada pemeriksaan yang dilakukan peneliti kepada J, diketahui bahwa J merupakan individu yang membutuhkan perhatian dari lingkungan sekitarnya. Sayangnya, orang tua dan guru cenderung memperhatikan perilaku negatif J, seperti melanggar aturan, tidak mengikuti remedial, dan sebagainya. Akibatnya, J belajar bahwa perilaku-perilaku itu-lah yang akan mendatangkan perhatian. Untuk mengatasi hal ini, peneliti telah melaksanakan konseling terhadap orang tua dan guru agar bentuk perhatian mereka terhadap J dapat diperbaiki. Gambaran J secara lengkap dapat dilihat pada bagian lampiran.

3.4 Tahapan Penelitian

Penelitian akan terbagi menjadi tiga tahap, yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

3.4.1 Tahap Perencanaan

Perencanaan penelitian dilakukan dengan melakukan kajian literatur, perancangan intervensi, dan membuat instrumen yang diperlukan dalam intervensi. Intervensi yang diberikan adalah SREP. Dalam SREP, terdapat tiga tahapan, yaitu *empowerment*, menambah pengetahuan mengenai strategi belajar, dan memungkinkan siswa untuk mendapatkan umpan balik ketika mengaplikasikan pengetahuannya dalam siklus *self-regulation (cyclical feedback loop)*. Pada penelitian ini, SREP hanya diberikan dua tahap, yaitu *empowerment* dan pengajaran keterampilan penetapan tujuan serta perencanaan strategi belajar. Rancangan intervensi yang akan diberikan kepada subjek dapat dilihat pada tabel di bawah ini:



Tabel 3.1 Rancangan Intervensi

Sesi	Tujuan	Kegiatan Utama	Metode	Instrumen	Kriteria Keberhasilan	Waktu
PERTEMUAN 1						
Sesi Pembukaan	Memotivasi J untuk mengikuti intervensi	<ol style="list-style-type: none"> Melakukan <i>ice-breaking</i> “Tusuk Kentang” Menjelaskan tujuan kegiatan kepada J Kontrak bersama dengan “Surat Warisan” Menetapkan aturan bersama tentang pelaksanaan intervensi 	<ol style="list-style-type: none"> Permainan Diskusi 	<ol style="list-style-type: none"> Kentang Sedotan Kertas HVS (2 lembar) Lembar aturan bersama Lembar jadwal kegiatan 	J lebih termotivasi untuk mengikuti intervensi dengan kesediaan membuat dan menandatangani kontrak	40 menit
Sesi <i>Pre-test</i>	Mengetahui kondisi <i>baseline</i> dari	<ol style="list-style-type: none"> Melakukan simulasi kegiatan 	<ol style="list-style-type: none"> Simulasi Diskusi 			30 menit

		motivasi J, terutama dalam penetapan tujuan dan perencanaan strategi	akademik 2. Membahas respon J					
Sesi <i>Empowerment</i>	Menimbulkan kesadaran J bahwa bahwa perilakunya yang menaikkan atau menurunkan prestasi	1. Melihat potongan film “ <i>The Art of Getting By</i> ” 2. Membahas makna dari tayangan 3. Membahas kaitan antara tayangan dengan kehidupan J saat ini	1. Menonton 2. Diskusi	1. Tayangan video 2. Lembar kerja sesi <i>empowerment</i>	J mampu menyebutkan beberapa perilakunya sebagai penyebab prestasi yang rendah, yaitu:	45 menit		
					- perilaku menunda tugas - tidak mempersiapkan diri saat ulangan - tidak memperhatikan jadwal remedial - datang terlambat			
PERTEMUAN 2								
Sesi Tujuan	Penetapan Mengajarkan keterampilan	1. Bermain <i>Goal-A-Rama</i>	1. Permainan 2. Diskusi	1. Kelereng 2. Mangkuk	J mampu membuat tujuan akademik sesuai	45 menit		

	penetapan kepada J	tujuan	2. Membahas makna dari permainan yang dilakukan sebelumnya	3. Menonton	3. Tali rafia 4. Lakban 5. Lembar kerja sesi	kriteria SMART	
			3. J menuliskan tujuan akademiknya		6. Tayangan SMART <i>Goal</i>		
			4. Melihat tayangan SMART		7. Lembar SMART <i>Goal</i>		
			5. Membahas tujuan akademik yang telah dibuat sebelumnya sesuai kriteria SMART				
Sesi Strategi Belajar	Perencanaan Mengajarkan keterampilan perencanaan strategi belajar kepada J		1. Bermain “Pemadam Kebakaran”	1. Permainan 2. Diskusi 3. Simulasi	1. Kertas koran (2 lembar) 2. Lilin ulang tahun (1 buah)	J dapat dengan tepat membuat strategi belajar untuk mencapai tujuan akademik yang telah dibuat	60 menit

- | | | |
|---|---|------------|
| terkait dengan strategi belajar | 3. Korek api (1 kotak) | sebelumnya |
| 3. Menuliskan strategi belajar yang biasa dilakukan | 4. Klip kertas (10 buah) | |
| 4. Melakukan berbagai strategi belajar | 5. Karet gelang (2 buah) | |
| 5. Membuat strategi belajar baru yang sesuai penjelasan | 6. Selotip (30 cm) | |
| | 7. Gunting | |
| | 8. Bacaan dari beberapa pelajaran | |
| | 9. Lembar kerja sesi perencanaan strategi | |

PERTEMUAN 3

<i>Post-test</i>	Mengukur motivasi J setelah perlakuan	1. Melakukan simulasi	1. Simulasi 2. Diskusi	30 menit
------------------	---------------------------------------	-----------------------	---------------------------	----------

			2. Membahas respon J				
Penutupan evaluasi	dan	Mengevaluasi intervensi yang telah diberikan	1. Membahas kembali intervensi yang telah diberikan serta meminta <i>feedback</i> mengenai intervensi	1. Diskusi	1. Lembar evaluasi program	J	mendapatkan 20 menit pemahaman mengenai penetapan tujuan dan perencanaan strategi yang ditandai dengan keberhasilan J dalam melakukan simulasi

3.4.2 Tahap Pelaksanaan

Intervensi dilaksanakan selama tiga hari di ruangan laboratorium SMP Tarakanita 5. Intervensi akan dilakukan sesuai jam sekolah. Setiap pertemuan akan berlangsung selama 90 sampai 120 menit. Penjelasan mengenai pelaksanaan intervensi akan dijelaskan pada bab selanjutnya.

3.4.3 Tahap Evaluasi

Pada awal setiap pertemuan, akan dilakukan revidu untuk mengevaluasi sejauh mana J mengingat dan memahami materi pada sesi sebelumnya. Selain itu, dilakukan pula evaluasi secara keseluruhan, yaitu pada akhir intervensi. Evaluasi tersebut dilakukan guna mendapatkan gambaran mengenai intervensi yang diberikan serta masukan dan kritik untuk perbaikan penelitian berikutnya.

3.5 Pengolahan Data

Data yang diperoleh adalah data dari simulasi saat *pre-test* dan *post-test*. Data tersebut berupa susunan daftar kegiatan dan tugas. Peneliti akan menganalisis perbedaan kedua susunan daftar kegiatan dan tugas. Adanya perbedaan secara signifikan menunjukkan adanya peningkatan motivasi J. Hasil tersebut akan dipaparkan pada bab selanjutnya.

BAB 4

HASIL DAN ANALISIS HASIL PENELITIAN

Pada bab ini akan dijabarkan hasil yang diperoleh dari penelitian ini, yang mencakup gambaran umum pelaksanaan intervensi, hasil yang ditemukan selama pengambilan data penelitian, dan analisis hasil penelitian.

4.1 Gambaran Umum Pelaksanaan Intervensi

Program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar untuk meningkatkan motivasi pada siswa *underachiever* ini dilakukan selama tiga hari, yaitu tanggal 16 – 18 Juli 2012. Pelaksanaan dilakukan di SMP Tarakanita 5, tepatnya di ruang Laboratorium Fisika. Ruangan tersebut terbilang kondusif karena tidak bising, suhu tidak terlalu panas atau dingin, dan penerangan cukup.

Secara keseluruhan program berjalan sesuai dengan prosedur. Hanya saja, intervensi dilakukan sebelum waktu yang direncanakan, yaitu pukul 13.00, karena jam pelajaran dipercepat. J diperbolehkan pulang pada pukul 10.00. Pada hari pertama, 16 Juli 2012, intervensi dilakukan pada pukul 12.00. Saat itu, peneliti sebenarnya sudah mengkonfirmasi jam pulang sekolah pada J. Tampaknya J belum sadar bahwa hari-hari pertama sekolah akan dipulangkan cepat sehingga J menyangka akan pulang pukul 13.00. Namun, saat peneliti datang, ternyata J sudah pulang dan sedang bermain di halaman sekolah. J tetap bersedia mengikuti intervensi.

Pada hari pertama, J mengikuti sesi pembukaan, sesi *pre-test*, dan sesi *empowerment*. Selama ketiga sesi tersebut, sikap J dapat dikatakan cukup kooperatif. Ia mau mendengarkan dan merespon pertanyaan serta instruksi dari peneliti. Saat diminta membuat aturan bersama, J menetapkan beberapa poin dan mau menandatangani lembar aturan. Ketika sesi berlanjut dengan sesi *pre-test*, J mengerjakan materi simulasi dengan cepat, tetapi tidak dapat menjelaskan jawabannya. Ia kemudian meminta agar lembar materi simulasi diperbolehkan untuk dibawa pulang. Namun, ketika peneliti menolak dan memperbolehkan J untuk mengganti jawabannya saat itu juga, J tidak melakukannya. Saat sesi *empowerment*, J menonton film dengan serius. Walaupun terkadang diselingi

dengan candaan dan celetukan, saat ditanya kembali mengenai adegan yang diputar, J dapat menjawab dengan tepat. J juga menyadari makna dari film tersebut.

Pada hari berikutnya, 17 Juli 2012, J terlambat hadir dan intervensi baru dimulai pukul 10.30 dari yang seharusnya dimulai pukul 10.15. Di hari tersebut, J mengikuti dua sesi, yaitu sesi penetapan tujuan dan sesi perencanaan strategi belajar. Sebelum diberikan materi baru, peneliti melakukan revidi kegiatan yang dilakukan pada hari sebelumnya. J mampu menyebutkan kegiatan dan makna dari film yang diputar pada pertemuan pertama dengan tepat. Setelah melakukan revidi, peneliti melanjutkan materi. Meski J mau mendengarkan saat peneliti menjelaskan materi, J terkesan tidak memperhatikan instruksi pada saat permainan, yaitu permainan “*goal-a-rama*” pada sesi penetapan tujuan dan permainan “pemadam kebakaran” pada sesi perencanaan strategi belajar. Sikap J tersebut membuat permainan dirasakan kurang berhasil. Meskipun J dapat menangkap makna dari permainan yang dilakukan, tetapi makna tersebut dirasa kurang mengena pada J.

Pada hari terakhir, J mengikuti sesi *post-test* dan sesi penutupan. Awalnya J mengatakan ingin bermain dengan teman-temannya terlebih dahulu. Namun, J malah memilih untuk mengikuti intervensi ketika peneliti memperbolehkannya bermain terlebih dahulu. Berbeda dengan sikapnya saat *pre-test*, J mengerjakan lembar materi simulasi dengan lebih seksama. Ia memperhatikan tugas dan kegiatan satu per satu dan membuat keterangan bila diperlukan. Ia juga mampu menjelaskan jawabannya. Saat sesi penutupan, J bersedia memberikan evaluasi dan penilaian terhadap peneliti.

Selama mengikuti intervensi, sikap J dapat dikatakan mau bekerja sama dengan peneliti, terutama saat penjelasan materi. J bersedia untuk mengikuti instruksi dan merespon pertanyaan peneliti. Namun, J menolak untuk menulis, terutama saat membuat catatan atau jawaban yang panjang pada sesi penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar. J lebih memilih untuk mengungkapkan jawabannya secara verbal. Sikap ini tidak mempengaruhi hasil intervensi karena respon J masih dapat dinilai sesuai dengan indikator keberhasilan per sesi.

4.2 Rincian Pelaksanaan Intervensi

Pelaksanaan intervensi dapat dilihat dalam tabel di bawah ini.



Tabel 4.1 Rincian Pelaksanaan Intervensi

Pertemuan 1 : Pembukaan

Waktu Pelaksanaan	Tujuan	Kegiatan Utama	Instrumen
Hari, tanggal: Senin, 16 Juli 2012 Waktu: 12.00– 12.20	Memotivasi J untuk mengikuti intervensi	1. Melakukan <i>ice-breaking</i> “Tusuk Kentang” 2. Menjelaskan tujuan kegiatan kepada J 3. Kontrak bersama dengan “Surat Warisan” 4. Menetapkan aturan bersama tentang pelaksanaan intervensi	1. Kentang 2. Sedotan 3. Kertas HVS (2 lembar) 4. Lembar aturan bersama 5. Lembar jadwal kegiatan

Deskripsi:

Pada saat pertama kali masuk ke dalam ruangan, J berekspresi biasa saja. J bertanya kegiatan apa saja yang akan dialaminya. Sebelum dijelaskan, peneliti mengajak J untuk bermain “tusuk kentang”. Awalnya J menganggap mudah menembus kentang dengan sedotan. Namun, ia tidak berhasil menembusnya. Ia menantang peneliti untuk membuktikan bahwa sedotan dapat menembus kentang. Meski tidak berhasil menembus kentang, J terkejut ketika peneliti berhasil menusuk kentang lebih dalam dibandingkan tusukkannya. Melihat itu, J ingin mencobanya kembali dan menusuk kentang dengan lebih kuat. Ia terlihat puas ketika akhirnya berhasil menembus kentang. Ia menyadari bahwa dengan tusukan berkali-kali ke arah yang sama dan tekanan yang kuat akan menyebabkan sedotan yang ringkih dapat menembus kentang yang keras. Ia juga menyadari bahwa fakta tersebut dapat diterapkan pula dalam kegiatan akademiknya. Peneliti kemudian menjelaskan tentang tujuan kegiatan yang akan dijalani J selama 3 hari. Ia menyatakan kesediaannya untuk mengikutinya dan menanyakan kegiatan apa saja yang akan dilakukan. Peneliti kemudian memberikan lembar jadwal kegiatan. Setelah itu, J dan peneliti melakukan permainan “surat warisan” untuk mengganti kontrak belajar. J tampak kebingungan saat menulis jawaban. Ketika jawaban tersebut diletakkan dalam surat warisan, J tertawa. Peneliti kemudian membahas surat tersebut dan bertanya apakah J mau menandatangani sebagai ikatan bahwa J mau mengikuti kegiatan dengan serius. J lalu membubuhkan tandatangan berkali-kali pada surat tersebut. Usai membubuhkan tandatangan pada lembar surat warisan, J diminta untuk membuat aturan bersama. Peneliti membimbing J untuk membuat butir-butir aturan, seperti waktu pelaksanaan intervensi, makan dan minum selama intervensi, sikap selama intervensi, dan kerahasiaan. Usai menyusun aturan, J bersedia untuk menandatangani lembar tersebut. Ekspresi J saat itu biasa saja.

Pertemuan 1 : Pre-test

Waktu Pelaksanaan	Tujuan	Kegiatan Utama	Instrumen
Hari, tanggal: Senin, 16 Juli 2012 Waktu: 12.20– 12.40	Mengetahui kondisi <i>baseline</i> dari motivasi J, terutama dalam penetapan tujuan dan perencanaan strategi	1. Melakukan simulasi kegiatan akademik 2. Membahas respon J	1. Lembar simulasi

Pertemuan 1 : Sesi *Empowerment*

Waktu Pelaksanaan	Senin, 16 Juli 2012 (12.40 -13.15)
Tempat Pelaksanaan	Ruang Laboratorium Fisika SMP Tarakanita 5
Tujuan	Menimbulkan kesadaran J bahwa bahwa perilakunya yang menaikkan atau menurunkan prestasi
Indikator Keberhasilan Sesi	J mampu menyebutkan beberapa perilakunya sebagai penyebab prestasi yang rendah, yaitu: <ul style="list-style-type: none"> • perilaku menunda tugas • tidak mempersiapkan diri saat ulangan • tidak memperhatikan jadwal remedial • datang terlambat
Instrumen	- Tayangan video - Lembar kerja sesi <i>empowerment</i>

Prosedur	Pelaksanaan
<ol style="list-style-type: none"> 1. Melihat cuplikan film “<i>The Art of Getting By</i>” 2. Membahas makna dari tayangan 3. Membahas kaitan antara tayangan dengan kehidupan J saat ini 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peneliti mengajak J untuk melihat film sembari menjelaskan bahwa film tersebut tidak akan ditonton secara penuh, tetapi hanya beberapa adegan. Peneliti memberikan instruksi kepada J untuk memperhatikan potongan film tersebut. 2. Sembari menonton film, J memperhatikan film sambil berkomentar dan mengajak peneliti untuk mengobrol. Meski begitu, J mengetahui isi film yang sedang diputarkan. 3. Setelah adegan terakhir diputar, peneliti menanyakan kisah dari tokoh utama dan penyebab dari peristiwa yang dialami si tokoh. 4. Peneliti lalu meminta J untuk mengkaitkan antara perilaku tokoh dengan dirinya sendiri. J merasa dirinya memiliki banyak kesamaan dengan si tokoh, yaitu perilaku malas. 5. Peneliti menginstruksikan kepada J untuk mengisi lembar kerja sesi <i>empowerment</i>.

Deskripsi kegiatan :

J menonton dengan serius. Ia memandangi kegiatan para tokoh sambil sesekali berkomentar tentang kemiripan antara dirinya dengan tokoh utama. Ia mengatakan bahwa kesamaan dirinya dengan tokoh adalah kegantengannya, kemalasannya, dan kepintarannya. Ketika film selesai diputar, peneliti mencoba mengulang isi film tersebut untuk mengetahui sejauh mana J memperhatikan isi film. J dapat mengulang setiap adegan dengan tepat. Saat peneliti bertanya tentang makna film tersebut, J menyebut bahwa setiap siswa harus rajin mengerjakan tugas. Peneliti kemudian berusaha menggali lagi dan J menyatakan bahwa usaha diri sendiri yang akan mempengaruhi kelulusan seperti di dalam film tersebut. Saat peneliti meminta J untuk mengaitkan dengan dirinya, J mengakui bahwa memang dirinya-lah yang mempengaruhi prestasinya. J lalu mengisi lembar kerja sesi *empowerment*. Terlihat bahwa J lebih senang berbicara dibandingkan menulis karena setelah menjawab satu pertanyaan, J mengungkapkan kembali jawabannya dengan lebih panjang.

Evaluasi:

J menyadari bahwa perilakunya sendiri yang berpengaruh terhadap prestasinya (yang dinilai J sebagai “biasa saja”). Ia menuliskan “malas, tidak meluangkan waktu untuk belajar, terlalu banyak bercanda di kelas, tidak dapat bangun pagi, belajar tidak maksimal, malas mengikuti remedial, dan tidak mau mengerjakan tugas” sebagai perilaku yang berpengaruh terhadap prestasinya. Pernyataan tersebut memenuhi indikator keberhasilan di mana J menyebutkan semua perilaku indikator, yaitu menunda tugas, tidak mempersiapkan diri saat ulangan, tidak memperhatikan jadwal remedial, dan datang terlambat.

Pertemuan 2 : Sesi Penetapan Tujuan

Waktu Pelaksanaan	Selasa, 17 Juli 2012 (10.25 – 11.15)
Tempat Pelaksanaan	Ruang Laboratorium Fisika SMP Taranita 5
Tujuan	Mengajarkan keterampilan penetapan tujuan kepada J
Indikator Keberhasilan Sesi	J mampu membuat tujuan akademik sesuai kriteria SMART

Instrumen	<ul style="list-style-type: none"> - Kelereng - Mangkuk - Tali rafia - Lakban - Lembar kerja sesi penetapan tujuan - Tayangan SMART <i>Goal</i> - Lembar SMART <i>Goal</i>
Prosedur	Pelaksanaan
<ol style="list-style-type: none"> 1. Bermain <i>Goal-A-Rama</i> 2. Membahas makna dari permainan yang dilakukan sebelumnya 3. J menuliskan tujuan akademiknya 4. Melihat tayangan SMART 5. Membahas tujuan akademik yang telah dibuat sebelumnya sesuai kriteria SMART 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sebelum memulai materi, peneliti mengajak J untuk bermain di bagian belakang ruangan. Melihat mangkuk dan kelereng, J langsung menerka tugasnya untuk memasukkan kelereng ke dalam mangkuk-mangkuk. J membuka tempat kelereng dan melempar kelereng-kelereng sebelum diberikan instruksi. Setelah diperingatkan, J memunguti kelereng dan menunggu peneliti untuk memberikan instruksi. 2. Seusai bermain, peneliti mengajak J untuk menggali makna dari permainan. Penggalian makna tersebut dilakukan dengan berbincang-bincang. 3. Peneliti kemudian memberikan J lembar kerja sesi penetapan tujuan dan menginstruksikan untuk menuliskan tujuan akademik J saat ini. 4. Setelah menuliskan tujuan akademik, peneliti memutarakan sebuah tayangan tentang SMART <i>Goal</i> dan memberikan lembar SMART <i>Goal</i> sebagai media J untuk mencatat. Namun, J menolak untuk mencatat dan lebih memilih untuk mendengarkan saja. Ketika tayangan selesai, peneliti meminta J untuk mengulang kembali isi tayangan sebagai pengganti catatan. 5. Peneliti kembali meminta J untuk menuliskan tujuan akademiknya berdasarkan kriteria SMART, tetapi J lebih memilih untuk mengucapkan tujuannya dibandingkan menuliskannya secara lengkap pada lembar kerja.

Deskripsi:

Sikap J selama permainan cenderung tidak serius dan tidak memperhatikan instruksi dengan cermat. Pada permainan “*goal-a-rama*”, terdapat tiga kali putaran. Kelereng yang berhasil masuk ke dalam mangkuk adalah sebanyak 7 buah kelereng yang menyebar dalam tiga mangkuk. Di putaran kedua, J memasukkan hanya tiga buah kelereng saja dalam satu mangkuk. Sedangkan pada putaran ketiga, J memasukkan lima buah kelereng yang menyebar dalam tiga mangkuk. Hasil tersebut tidak sesuai dengan instruksi putaran ketiga di mana seharusnya J memasukkan sejumlah kelereng sama banyak ke dalam lima mangkuk. Saat ditanya, J mengatakan bahwa sasarannya hanya satu mangkuk. Hal itu menunjukkan bahwa J tidak memperhatikan instruksi. Akibatnya, J tidak benar-benar merasakan makna permainan yang harusnya diperoleh dari perbedaan ketiga instruksi. Meski begitu, J sadar bahwa terdapat instruksi yang jelas dan tidak.

Kegiatan dilanjutkan dengan menuliskan tujuan akademiknya. J tampak enggan menulis dan mengungkapkan jawabannya secara verbal. Namun, saat peneliti meminta J untuk menuliskannya, J bersedia. Peneliti lalu memutarakan tayangan SMART. J tertawa melihat tokoh beruang dan tupai dalam tayangan. Meski tangannya memainkan pulpen, J memperhatikan tayangan. Ketika peneliti bertanya lagi tentang singkatan SMART, J dengan cepat dan tepat menjawabnya. Saat peneliti meminta J untuk kembali menuliskan tujuannya berdasarkan kriteria SMART, J mulai merinci kriteria SMART, singkatan, dan tujuannya. Peneliti meminta J untuk menyimpulkan sebuah tujuan dalam satu kalimat berdasarkan tulisannya. J menolak dan memilih untuk mengucapkannya secara verbal.

Evaluasi:

Indikator keberhasilan dalam sesi ini tercapai, yaitu J mampu merumuskan tujuan akademik sesuai kriteria SMART. Tujuannya adalah lulus dari SMP dengan nilai sebesar 29.3 pada bulan Mei 2013. Tujuan tersebut ia buat karena sadar bahwa dirinya dapat mencapai tujuan tersebut dan akan melakukan usaha untuk mencapainya.

Pertemuan 2 : Sesi Perencanaan Strategi Belajar

Waktu Pelaksanaan	Selasa, 17 Juli 2012 (11.20 – 12.15)
Tempat Pelaksanaan	Ruang Laboratorium Fisika SMP Tarakanita 5
Tujuan	Mengajarkan keterampilan perencanaan strategi belajar kepada J
Indikator Keberhasilan Sesi	J dapat dengan tepat membuat strategi belajar untuk mencapai tujuan akademik yang telah dibuat sebelumnya
Instrumen	<ul style="list-style-type: none"> - Kertas koran (2 lembar) - Lilin ulang tahun (1 buah) - Korek api (1 kotak) - Klip kertas (10 buah) - Karet gelang (2 buah) - Selotip (30 cm) - Gunting - Bacaan dari beberapa pelajaran - Lembar kerja sesi perencanaan strategi

Prosedur	Pelaksanaan
<ol style="list-style-type: none"> 1. Bermain “Pemadam Kebakaran” 2. Membahas makna dari permainan terkait dengan strategi belajar 3. Menuliskan strategi belajar yang biasa dilakukan 4. Melakukan berbagai strategi belajar 5. Membuat strategi belajar baru yang sesuai penjelasan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peneliti menginstruksikan permainan kepada J dan menyerahkan bahan-bahan yang diperlukan J untuk memadamkan api. 2. J membuat alat-alat sebelum waktu habis. Selama menunggu, J mengajak peneliti untuk berbincang. Saat diminta untuk melihat kembali alat yang telah dibuat, J sudah merasa yakin alatnya dapat memadamkan lilin. Alat yang dibuat adalah menjadikan dua lembar kertas koran sebagai corong. Dua lembar kertas tersebut digulung secara bertindih. 3. Ketika waktu memadamkan lilin diberikan, J gagal memadamkan lilin. Saat peneliti menunjukkan strategi yang seharusnya, J memperhatikan dengan serius. 4. Setelah permainan selesai, peneliti mengajak J untuk berdiskusi mengenai makna dari permainan tersebut. J menyadari bahwa diperlukan strategi untuk memadamkan lilin. Begitu pula dengan kehidupan akademik J. Strategi yang biasa dilakukan, yaitu les tambahan dan SKS (Sistem Kebut Semalam), disadari J kurang efektif. Namun, J tidak tahu strategi lain yang dapat dilakukan. Selain itu, J juga malas untuk mencatat selama di kelas. 5. Peneliti memberikan bacaan mengenai “Negara Berkembang dan Negara Maju” (materi pelajaran Geografi) dan menjelaskan secara singkat beberapa strategi dalam belajar. J diminta untuk melakukan strategi analogi, <i>outlining</i>, dan <i>mapping</i>. Peneliti turut membantu J ketika melakukan strategi-strategi tersebut. Selesai mempraktekkan beberapa strategi, peneliti meminta J untuk menuliskan beberapa strategi yang dapat digunakan untuk dirinya sendiri. J mengaku tidak menyukai <i>note taking</i> (membuat catatan) selama pelajaran berlangsung, tetapi adanya <i>mapping</i> dapat menjadi alternatif karena lebih menyukai untuk menggambar dibandingkan menuliskan panjang lebar. J juga akan tetap melakukan strategi mengulang.

Deskripsi:

Sama seperti sebelumnya, J tidak memperhatikan instruksi permainan. Ia cenderung ingin cepat selesai sehingga dapat bermain dengan benda-benda lainnya. Saat diminta untuk memperhatikan kembali alat pemadam kebakaran yang telah dibuatnya, J mengatakan sudah selesai dan terus bermain dengan bahan-bahan yang lain. Ia gagal memadamkan api karena corong yang dibuat terlalu pendek. Sayangnya, karena ruangan berangin, api menjadi sangat besar dan sulit dipadamkan sehingga peneliti juga gagal memadamkan api. Peneliti terpaksa mengulang permainan dan mengganti letak lilin. Walaupun berhasil, J terlanjur merasa peneliti juga gagal. Hal tersebut tampak dari sikapnya yang enggan untuk mengulang pemadaman lilin. Akibatnya, makna dari permainan lagi-lagi tidak mengena. Peneliti kemudian meminta J untuk menuliskan strategi yang biasa dilakukan untuk meraih prestasi. J mengatakan bahwa ia tidak memiliki strategi karena menurutnya itu tidak diperlukan. Peneliti lalu menjelaskan beberapa strategi sambil meminta J untuk melakukan strategi

yang belum pernah ia lakukan, yaitu analogi, *mapping*, dan *outlining*. J melakukan strategi setelah dibacakan bacaan pelajaran Geografi. Saat analogi, J menganalogikan negara maju sebagai *blackberry* dan negara berkembang sebagai *nexian*. Ia menjelaskan bahwa negara maju itu memiliki banyak keunggulan seperti *blackberry* dan negara berkembang miskin fitur seperti *nexian*. Peneliti kemudian mencoba mencari kembali aspek lain yang dari *blackberry* dan *nexian* yang dapat dikaitkan dengan negara maju dan negara berkembang. Saat *mapping*, J tampak belum paham mengenai *mapping* sehingga peneliti mencoba membuatkan butir-butir awal. J kemudian memberi masukkan dan menambahkan gambar untuk melengkapi *mapping*. Saat *outlining*, J enggan melakukannya karena harus menulis. Ia melakukan strategi tersebut sambil mengungkapkan secara verbal.

Evaluasi:

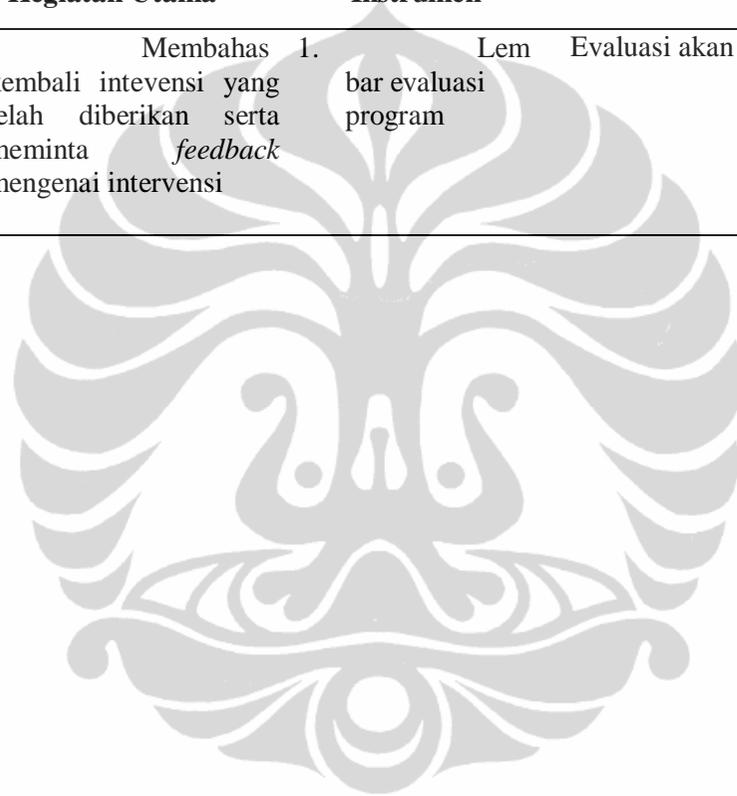
Indikator keberhasilan pada sesi ini tercapai. J mampu menyusun beberapa strategi yang sesuai dengan dirinya, yaitu *mapping*, mengulang selama 45 menit di rumah, dan PQ4R. *Mapping* dipilih J karena ia malas mencatat. Dengan *mapping*, J hanya perlu menggambar dan menulis istilah atau kata-kata singkat. Selain itu, *mapping* juga dipilih karena ia merasa dapat membuat catatan sesuai bahasanya sendiri yang lebih dipahaminya. Sedangkan mengulang dan PQ4R dipilih agar ia tidak lupa pelajaran di kelas dan lebih senang belajar sendiri.

Pertemuan 3 : Post-test

Waktu Pelaksanaan	Tujuan	Kegiatan Utama	Instrumen
Hari, tanggal: Rabu, 18 Juli 2012 Waktu: 10.50 – 11.20	Mengukur motivasi J setelah perlakuan, terutama dalam penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar	1. Melakukan simulasi kegiatan akademik 2. Membahas respon J	1. Lembar simulasi

Pertemuan 3 : Sesi Penutupan dan Evaluasi

Waktu Pelaksanaan	Tujuan	Kegiatan Utama	Instrumen	Evaluasi
Hari, tanggal: Rabu, 18 Juli 2012 Waktu: 11.20 – 11.40	Mengevaluasi intervensi yang telah diberikan	1. Membahas kembali intervensi yang telah diberikan serta meminta <i>feedback</i> mengenai intervensi	1. Lembar evaluasi program	Evaluasi akan dibahas pada bagian selanjutnya.



4.3 Analisis Hasil Penelitian

Analisis hasil dilakukan dengan membandingkan kondisi sebelum diberi perlakuan (*pre-test*) dengan kondisi setelah perlakuan (*post-test*). *Pre-test* dan *post-test* diberikan dalam bentuk simulasi di mana J diberikan beberapa daftar tugas dan J diminta untuk menyusunnya. Materi yang diberikan pada saat *pre-test* dengan *post-test* merupakan materi yang sama.

4.3.1 *Pre-test*

Dalam lembar simulasi, susunan tugas dan kegiatan yang dibuat J dapat dilihat pada tabel 4.2. Saat itu, J menyusun secara cepat dan mengatakan bahwa susunan tersebut didasarkan pada keasyikannya. Ketika ditanya lebih lanjut maksud dari keasyikan, J tidak dapat menjawab dan meminta lembar untuk dibawa pulang. Alasannya agar responnya dapat dipikirkan terlebih dahulu. Peneliti tidak memperbolehkan hal tersebut dan mempersilahkan J untuk mengganti jawabannya saat itu juga. Namun, J menolak dan pasrah terhadap jawaban pertamanya.

Tabel 4.2 Susunan Tugas dan Kegiatan Saat *Pre-test*

No	Tugas	Urutan
1	Menyicil belajar untuk UN	1
2	Tugas baca materi Biologi	2
3	PR Matematika	8
4	Mengajak teman untuk ke <i>pensi</i> sekolah lain	3
5	Tugas SBK membuat pentas kelompok (pengganti UTS)	4
6	Mencari tahu syarat penerimaan SMA pilihan	6
7	Tugas sebagai anggota ekskul basket untuk memamerkan prestasi dan kegiatan ekskul	5
8	PR Fisika	7

Saat mengisi lembar simulasi, J menjawab bahwa tujuannya dalam menyusun tugas dan kegiatan tersebut adalah untuk mengetahui prioritas agar dapat lulus. Namun, J mengaku tidak memiliki strategi untuk melakukan tugas dan kegiatan tersebut. J merasa bahwa mengatur strategi terlebih dahulu tidak diperlukan untuk mencapai tujuan akademiknya. Yang diperlukan adalah usaha seiring berjalannya waktu.

4.3.2 *Post-test*

Saat *post-test*, susunan tugas dan kegiatan yang dibuat J adalah :

Tabel 4.3 Susunan Tugas dan Kegiatan Saat *Post-test*

No	Tugas	Urutan
1	Menyicil belajar untuk UN	1
2	Tugas baca materi Biologi	5
3	PR Matematika	6
4	Mengajak teman untuk ke <i>pensi</i> sekolah lain	4
5	Tugas SBK membuat pentas kelompok (pengganti UTS)	7
6	Mencari tahu syarat penerimaan SMA pilihan	3
7	Tugas sebagai anggota ekskul basket untuk memamerkan prestasi dan kegiatan ekskul	2
8	PR Fisika	8

Susunan tersebut didasarkan pada tugas atau kegiatan yang dinilai penting untuk dilakukan. Bagi J, berada di kelas IX tidak berarti belajar terus-menerus. Pergi ke *pensi* adalah salah satu penyeimbang kegiatan agar tidak bosan belajar.

Tujuan J saat menyusun tugas dan kegiatan adalah lulus SMP dan mendapatkan nilai UN 29, 3. J menjawab bahwa susunan tersebut dibuat untuk memperjelas apa yang harus dilakukan di kelas IX ini agar mencapai tujuan yang telah dibuat. Strategi yang akan dilakukan adalah *mind-mapping*, *review*, dan mengulang.

4.3.3 Perbandingan *pre-test* dan *post-test*

Bila dibandingkan, respon J pada saat *pre-test* cenderung lebih mendekati urutan yang dibuat oleh peneliti dibandingkan pada saat *post-test*. Hal tersebut dapat dilihat dalam tabel 4.4. Urutan tersebut dapat disesuaikan dengan urutan dari peneliti yang didasarkan pada prioritas J sebagai siswa kelas IX. Pada urutan pertama, baik *pre-test* dan *post-test*, J menetapkan tugas menyicil belajar untuk UN. Urutan ini sudah sesuai dengan prioritas J sebagai siswa kelas IX. Saat *post-test*, J menambahkan strategi untuk melakukan tugas tersebut, yaitu menyicilnya setiap hari semaksimal mungkin. Hal tersebut menunjukkan bahwa J sudah menyadari perlunya strategi untuk mencapai tujuan akademik.

Tabel 4.4 Perbandingan Susunan Tugas dan Kegiatan

No	Tugas	Urutan <i>Pre-test</i>	Urutan <i>Post-test</i>	Urutan dari Peneliti
1	Menyicil belajar untuk UN	1	1	1
2	Tugas baca materi Biologi	2	5	2/3/4 (tergantung tingkat kesulitan bagi J)
3	PR Matematika	8	6	2/3/4 (tergantung tingkat kesulitan bagi J)
4	Mengajak teman untuk ke <i>pensi</i> sekolah lain	3	4	8
5	Tugas SBK membuat pentas kelompok (pengganti UTS)	4	7	5/6
6	Mencari tahu syarat penerimaan SMA pilihan	6	3	5/6 (dapat dilakukan sembari mengerjakan tugas yang lain)
7	Tugas sebagai anggota ekskul basket untuk memamerkan prestasi dan kegiatan ekskul	5	2	7
8	PR Fisika	7	8	2/3/4 (tergantung tingkat kesulitan bagi J)

Meski pendapat J bahwa di kelas IX tidak harus terus menerus belajar tidak sepenuhnya salah, tugas ekskul dan *pensi* dinilai tidak sesuai dengan prioritas sebagai siswa kelas IX. Sebagai siswa kelas IX, J diperbolehkan (bahkan diharuskan) untuk tidak mengikuti kegiatan ekskul. Sedangkan mengajak teman ke *pensi* dapat dilakukan setelah mengerjakan tugas biologi dan matematika yang dikumpulkan sebelum acara *pensi* tersebut. Bila dikaitkan dengan jawaban bahwa ia menyusun berdasarkan tugas atau kegiatan yang penting, maka J masih menganggap bahwa ekskul dan *pensi* lebih penting dibandingkan tugas-tugas akademik yang lain.

Saat *post-test*, ada kemungkinan pula bahwa J tidak memperhatikan tenggang waktu ketika menyusun tugas dan kegiatan yang diberikan. J lebih memilih untuk mengerjakan tugas nomor 5 terlebih dahulu yang memiliki tenggang waktu hingga bulan Desember dibandingkan tugas nomor 8 yang dikumpulkan pada tanggal 24 Juli 2012. Padahal J menyatakan bahwa tugas-tugas nomor 2, 3, dan 8 merupakan tugas-tugas yang sama sulitnya.

Sedangkan untuk strategi, terdapat peningkatan respon dari J. Pada saat *pre-test*, J mengaku tidak memiliki strategi khusus untuk mencapai tujuannya. Respon tersebut berubah saat *post-test*. J menyatakan akan melakukan *mind-mapping*, *review*, dan mengulang untuk mencapai tujuannya. Sayangnya, J mengatakan bahwa belum tentu akan melakukan strategi-strategi tersebut pada kehidupannya sehari-hari. J masih merasa bahwa usaha seiring waktu lebih penting daripada mengatur strategi terlebih dahulu. Hanya saja, J mengaku lebih tahu dan paham mengenai strategi-strategi yang dapat dilakukan.

4.4 Evaluasi Keseluruhan Program Intervensi

4.4.1 Efektivitas Program Intervensi

Berdasarkan analisis yang telah dibuat, tampaknya program yang diberikan kepada J sebagai siswa *coasting underachiever* belum-lah efektif. Program tersebut hanya menyentuh ranah kognitif dan belum menyentuh ranah afektif dan aspek psikomotor. Hal ini terlihat ketika J tahu tentang strategi yang dapat ia lakukan, tetapi belum menunjukkan ketertarikannya untuk melakukan hal tersebut. Selain itu, urutan *post-test* yang malah menjauhi urutan dari peneliti dibandingkan urutan saat *pre-test* juga membuktikan bahwa program yang diberikan belum efektif. Penyebab belum efektifnya program akan dibahas pada bagian diskusi.

4.4.2 Evaluasi dari Subjek

Secara keseluruhan, J merasa bahwa program ini memberikan manfaat bagi dirinya, terutama untuk pengetahuan mengenai penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar. Pada sesi *empowerment*, J menilai kualitas isi materinya tergolong sangat baik. Hal tersebut didasarkan adanya film yang

dinilainya sangat bermakna. J menilai film tersebut sangat menggambarkan dirinya yang pemalas sehingga prestasinya rendah. Peneliti juga dapat menyampaikan materi dengan sangat baik pada sesi tersebut. J merasa bahwa sesi *empowerment* memiliki kegunaan praktis yang baik bagi dirinya, yaitu memberi kesadaran bahwa perilakunya sendiri yang akan berpengaruh terhadap prestasi.

Pada sesi penetapan tujuan, J menilai kualitas isi materinya sangat baik. J tertarik dengan tayangan yang diberikan dan merasa bahwa hal tersebut sangat berguna bagi dirinya dalam menetapkan tujuan. J juga menilai penyampaian materinya sangat baik. Sesi berikutnya, sesi perencanaan strategi belajar, juga mendapat penilaian yang baik dari J. Kualitas isi materi sesi perencanaan strategi belajar dinilai baik oleh J. Dengan adanya sesi tersebut, J menjadi tahu adanya strategi *mapping* yang dapat dilakukan untuk mengganti strategi mencatat yang tidak disukainya.

Secara umum, J menilai peneliti telah menyampaikan materi dengan baik. Selama program, sikap peneliti dinilai tegas, tetapi masih dapat diajak berbincang dan berdiskusi. J juga tidak keberatan dengan waktu yang telah ditentukan dan memang lebih menyukai program dilakukan saat penerimaan siswa baru karena pulang lebih cepat sehingga program tidak mengganggu waktu istirahatnya. Hanya saja, J memberikan masukan agar program dilakukan secara berkelompok supaya lebih menarik dan seru.

Selain itu, meski J mengatakan bahwa program memberikan banyak manfaat, tampaknya manfaat tersebut hanya melingkupi ranah kognitif, yaitu memberi pengetahuan baru kepada J. J masih merasa belum perlu untuk melakukan program, khususnya perencanaan strategi belajar. J masih merasa bahwa perilakunya saat kelas VIII (mengerahkan usaha ketika saat-saat akhir) dapat dilakukan lagi di kelas IX.

BAB 5

KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

Bab ini akan berisi mengenai kesimpulan untuk menjawab pertanyaan penelitian berdasarkan analisis hasil penelitian. Selain itu, peneliti juga membuat diskusi mengenai hasil penelitian serta keterbatasan pada penelitian ini. Terakhir, peneliti memberikan saran yang dapat digunakan untuk memperbaiki pada penelitian serupa di kemudian hari.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis yang telah dipaparkan di bab 4, dapat disimpulkan bahwa:

1. Program penetapan tujuan dan perencanaan strategi tidak efektif dalam meningkatkan keterampilan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar pada siswa *coasting underachiever*.
2. Program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar hanya mempengaruhi aspek kognitif siswa *coasting underachiever* dan tidak mempengaruhi aspek afektif dan psikomotor.

5.2 Diskusi

Subjek dalam penelitian ini memiliki perilaku seperti tidak memperhatikan nilai-nilainya rendah, asyik terhadap kehidupannya sendiri, lebih memikirkan pergaulannya dibandingkan tugas akademiknya, mengabaikan jadwal ulangan atau remedial, dan menunda-nunda pekerjaan sekolah serta keikutsertaannya dalam les tambahan. Perilaku-perilaku tersebut merupakan perilaku khas tipe siswa *coasting underachiever* (Mandel & Marcus, 1988, dalam Chukwu-Etu, 2009). Kondisi tersebut disebabkan oleh bentuk perhatian lingkungan yang cenderung memperhatikan perilaku negatif subjek. Akibatnya, subjek cenderung mengulang perilaku negatif tersebut untuk mendapatkan perhatian. Untuk mengatasi kondisi tersebut, peneliti telah melakukan konseling kepada orang tua subjek sebelum memberikan intervensi terhadap subjek. Konseling tersebut diberikan untuk mengubah bentuk perhatian orang tua yang diberikan kepada

subjek. Tampaknya, konseling tersebut belum sepenuhnya dilaksanakan oleh orang tua, khususnya ayah. Sebenarnya beliau sudah berusaha untuk mengapresiasi usaha subjek untuk naik kelas dengan mengajaknya pergi, tetapi beliau tidak menyatakan pujian atau apresiasi secara langsung. Informasi ini diperoleh dari subjek dan ibu subjek. Akibatnya, subjek masih belum menghilangkan pandangannya bahwa perilaku negatif-lah yang lebih mendapatkan perhatian.

McCoach dan Siegle (2003) mengatakan bahwa intervensi pada siswa *underachiever* dapat diarahkan pada kegiatan menetapkan target (*goal setting*). Intervensi itu dianggap tepat untuk diberikan kepada siswa *coasting underachiever* karena dapat menurunkan prokrastinasi (Gollwitzer & Wieber, 2010). Adanya tujuan membuat para siswa meningkatkan usaha, ketekunan, dan energi serta membimbing penggunaan pengetahuan atau strategi yang terkait relevan dengan tugas (Locke & Latham, 2002; Zimmerman & Martinez-Pons, dalam Cheung, 2004). Semakin spesifik tujuan, disusun untuk jangka waktu yang singkat, dan tingkat kesulitan yang menantang, semakin memotivasi siswa untuk mencapai tujuan tersebut (Zimmerman & Martinez-Pons, dalam Cheung, 2004). Hasilnya, para siswa tersebut memiliki prestasi yang lebih tinggi di antara siswa-siswa yang tidak memiliki tujuan. Dengan demikian, program yang dijabarkan dalam penelitian ini hanya dapat diberikan kepada siswa *coasting underachiever* dan tidak dapat digeneralisasikan kepada seluruh siswa *underachiever*.

Dalam penelitian ini, program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar yang diberikan disusun berdasarkan teori kognitif-sosial (Schunk, Pintrich, & Meece, 2008). Teori tersebut mencetuskan *vicarious learning*, pembelajaran dengan melihat dari konsekuensi perilaku model, dan *enactive learning*, pembelajaran dari konsekuensi perilaku diri sendiri. Pembelajaran tersebut dapat diberikan melalui permainan atau melihat film. Metode tersebut diberikan dalam program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar ini. Pada saat melihat film, subjek menonton dan mampu menyerap isi serta makna dari film tersebut. Ia mampu melihat konsekuensi perilaku tokoh dalam film dan mengaitkannya dengan dirinya sendiri. Sebaliknya, ketika bermain, subjek kurang mampu merasakan makna dari permainan itu karena tidak memperhatikan instruksi

dengan cermat dan kendala teknis. Permainan tersebut diberikan pada sesi penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar. Akibatnya, subjek masih belum merasakan bahwa penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar perlu dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, penyebab subjek masih belum merasakan perlu melaksanakan penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar dalam kehidupan sehari-hari adalah kurangnya kesempatan subjek untuk menerapkan kedua hal tersebut dalam kehidupannya sehari-hari selama pelaksanaan program. Program diberikan dalam waktu yang singkat, yaitu tiga hari. Selama tiga hari itu pula, sekolah belum benar-benar mengadakan kegiatan belajar-mengajar karena sedang dalam masa penerimaan siswa baru. Pada SREP yang sesungguhnya, program diterapkan dalam kehidupan sehari-hari subjek dan pengukuran dilakukan pada awal dan akhir semester sehingga terlihat apakah subjek benar-benar memahami dan melakukan program (Cleary & Zimmerman, 2004).

Tidak hanya diberikan selama satu semester, pada umumnya, SREP diberikan khusus pada satu materi di mata pelajaran tertentu (Cleary & Zimmerman, 2004). Hal itu tidak dilakukan pada penelitian ini sehingga program cenderung tidak fokus. Menurut Cleary dan Zimmerman (2004), tahap pembelajaran strategi belajar merupakan tahapan yang sangat terstruktur. SRC harus benar-benar mengamati keakuratan siswa dalam menyusun dan mengaplikasikan strategi spesifik. Spesifikasi strategi tersebut bergantung pada materi yang ingin diperbaiki. Misalnya, strategi belajar *mind-mapping* hanya dapat diberikan pada materi-materi bacaan dan tidak dapat diberikan pada materi berhitung.

Penyebab lain dari kurang efektifnya program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar dapat dikaitkan dengan keterbatasan SREP. Cleary dan Zimmerman (2004) menyebutkan bahwa SREP memiliki keterbatasan. Keterbatasan tersebut akan mempengaruhi keberhasilan program, yaitu pengaruh dari perbedaan karakteristik siswa. Karakteristik yang dimaksud adalah segi kognitif, motivasional saat mengikuti program, dan budaya. Dari segi kognitif, subjek sebenarnya tidak memiliki masalah. Ia memiliki tingkat kecerdasan yang berada pada taraf rata-rata. Namun, tampaknya motivasi subjek saat mengikuti

program tidak terlalu tinggi. Hal ini tampak dari sikap subjek yang ingin cepat selesai. Ia juga enggan menulis.

SREP sendiri pernah dimodifikasi dan dilakukan oleh Nurhasanah (2011) kepada seorang siswa *underachiever* di Jakarta. Saat itu, program tersebut juga tidak efektif dan hanya menyentuh ranah kognitif. Selain itu, Nurhasanah juga menyebutkan adanya pengaruh lingkungan yang turut berpengaruh terhadap hasil. Pada penelitian Nurhasanah (2011), lingkungan membuat label terhadap anak sehingga terlanjur menempel pada anak tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan program juga harus didukung lingkungan. Artinya, saat program berlangsung, sebaiknya terdapat kesinambungan antara apa yang dilakukan saat program dan lingkungan. Pengaruh lingkungan sesuai dengan konsep *triadic reciprocity* (Bandura, 1986, dalam Schunk, Pintrich, & Meece, 2008) di mana lingkungan, perilaku, kognisi dan faktor pribadi lainnya adalah determinisme yang saling mempengaruhi dua arah.

5.3 Saran

5.3.1 Saran Metodologis

Berdasarkan diskusi yang diberikan, ada baiknya bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dalam jangka waktu yang lebih panjang. Pemberian program selama satu semester tampaknya akan lebih menyentuh aspek afektif dan psikomotor karena memberi kesempatan bagi subjek untuk melakukan apa yang diajarkan dalam program pada kehidupannya sehari-hari. Selain itu, dalam analisis hasil *pre-test* dan *post-test*, sebaiknya dilakukan *interrater* oleh orang lain agar hasilnya lebih objektif.

5.3.2 Saran Praktis

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini dapat menjadi masukan kepada para profesional sekolah, baik guru, konselor, atau psikolog sekolah, untuk memberikan sebuah program penetapan tujuan dan perencanaan strategi belajar yang berlangsung sejak awal tahun ajaran baru pada seluruh siswa. Adanya program yang diberikan sepanjang tahun dapat memberi kesempatan bagi

siswa untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, hasil dari program akan lebih nyata terlihat pada siswa-siswa.



DAFTAR PUSTAKA

- Achir, Y. (1990). *Bakat dan Prestasi*. Disertasi, tidak diterbitkan. Depok : Universitas Indonesia.
- Altman, T.W. (2005). *Improving Intrinsic Motivation through Counseling*. Tesis, tidak diterbitkan. New York : The College at Brockport.
- Bandura, A. (1989). Social Cognitive Theory. Dalam Vasta, R. (Ed.), *Annals of Child Development*, Vol.6, 1-60.
- Cheung, E. (2004). Goal Setting as Motivational Tool in Student's Self-Regulated Learning. *Educational Research Quarterly*, Vol. 27, 3-9.
- Chukwu-Etu, Ogbonnia. (2009). Underachieving Learners : Can They Learn At All?. *ARECLS*, Vol. 6, 84-102.
- Cleary, Timothy J, Platten, Peter, & Nelson, Amy. (2008). "Effectiveness of the Self-Regulation Empowerment Program With Urban High School Students". *Journal of Advanced Academics*, Vol. 20, No. 1, 70-107.
- Cleary, Timothy J & Zimmerman, Barry J. (2004). "Self Regulation Empowerment Program : A School-Based Program To Enhance Self-Regulated and Self-Motivated Cycles of Student Learning". *Psychology in The Schools*, Vol. 41, No. 5, 537-550.
- Clemons, T.L. (2008). *Underachieving Gifted Students : A Social Cognitive Model*. Virginia : University of Virginia.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2001). *Laporan Penelitian SMU Unggulan di Indonesia*. Jakarta : Balitbang.
- Engel, R.J. & Schutt, R.K. *The Practice of Reseach of Social Work 2nd ed*. New York : McGrawHill.
- Glynn, S.M, Aultman, L.P., & Owens, A.M. (2005). Motivation to Learn in General Education. *Journal of General Education*, Vol. 54, No. 2, 150-170.
- Gollwitzer, P.M. & Wieber, F. (2010). *Overcoming Procrastination throught Planning*. Dalam C. Andreou, M.D. White (Eds.), *The Thief of Time, Philosophical Essays on Procrastination*. New York : Oxford University Press.

- Hawadi, Reni. (2004), *Akselerasi: A – Z Informasi; Program Percepatan Belajar dan Anak Berbakat Intelektual*. Jakarta : Grasindo.
- Lee, S., Palmer, S.B., & Wehmeyer, M.L. (2009). Goal Setting and Self-Monitoring for Students With Disabilities. *Intervention in School and Clinic*, Vol. 44, No. 3, 139-145.
- Locke, E.A., & Latham, G.P. (2002). Building a Practically Useful Theory of Goal Setting and Task Motivation. *American Psychologist*, Vol. 57, 705-717.
- Mandel, H.P., Marcus, S.I., & Dean, L. (1995). *Could Do Better*. New York : John Wiley & Sons, Inc.
- McCoach, D. Betsy & Siegle, Del. (2003). Factors That Differentiate Underachieving Gifted Students From High Achieving Gifted Students. *Gifted Child Quarterly*, Vol. 47, No. 2, 144-154.
- Montgomery, Diane. (2009). *Able, Gifted and Talented Underachievers Second Edition*. West Sussex : John Wiley and Sons, Ltd.
- Munandar, U. (2004). *Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nuurhasanah, Nyayu. (2011). *Intervensi Peningkatan Motivasi Belajar Melalui Pemanfaatan Umpan Balik Pada Siswa Underachievement*. Tesis, tidak diterbitkan. Depok : Universitas Indonesia.
- Ormrod, Jeanne Ellis. (2006). *Educational Psychology : Developing Learners 5th Ed*. New Jersey : Pearson Prentice Hall.
- Oxford Brookes University. (2006). “Underachievement: What do We Mean by Underachievement?”.
[Http://www.brookes.ac.uk/schools/education/rescon/cpdgifted/docs/secondarylaunchpads/4underachievement.pdf](http://www.brookes.ac.uk/schools/education/rescon/cpdgifted/docs/secondarylaunchpads/4underachievement.pdf). Diakses pada 14 Juni 2012.
- Peters, R. (2000). *Overcoming Underachieving*. New York : Broadway Books.
- Santrock, John W. (2001). *Educational Psychology International Ed*. New York : McGraw-Hill.
- Schunk, D.H. (2001). Self-Regulation through Goal Setting. *ERIC/CASS Digest*.
- Schunk, D.H, Pintrich, P.R., & Meece, J.L. (2008). *Motivation and education: Theory, Research, and Applications*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.

- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. (2007). *Psikologi Eksperimen*. Jakarta : Indeks.
- Sugiyono. (2009). Meminimalkan Siswa *Underachievers* Melalui Optimalisasi Kecerdasan Emosional Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, Vol. 10 No. 2, 142 -152.
- Sulistiana, Dewang. (2011). *Program Bimbingan Bagi Siswa Underachiever (Studi Pengembangan Program Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 11 Bandung)*. Skripsi, tidak diterbitkan. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sunawan. (2005). "Beberapa Bentuk Underachievement dari Teori Perspektif Self Regulated Learning." *Jurnal Ilmu Pendidikan*, Jilid 12, 128-142.
- Rader, L. (2005). *Goal Setting for Students and Teachers : Six Steps to Success. ERIC/CASS Digest*.
- Rimm, Sylvia B. (1986). *Underachievement Syndrome : Causes and Cures*. Wisconsin : Apple Publishing Company.
- Robinson, Linda. (2006). "Combining Achievement barriers for Adolescent Underachieving Learners". *Journal of Cognitive Affective Learning*, Vol. 2, No. 2, 27-32.
- Runikasari, Septiana. (2012). "Memotivasi Remaja *Underachiever*". <http://www.lptui.com/artikel.php?fl3nc=1¶m=c3VpZD0wMDAyMDAwMDAwNzcmZmlkQ29udGFpbmVyPTY2&cmd=articleDetail>. Diakses pada 15 Juni 2012.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Wahab, Rohmat. (2005). *Anak Berbakat Berprestasi Kurang (The Underachieving Gifted) dan Strategi Penanganannya*. Direktorat Pendidikan Luar Biasa, Dirjen Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah, Departemen Pendidikan Nasional, Jakarta.
- Wardhani, Adinda T. (2008). *Program Peningkatan Keterampilan Membuat Perencanaan Belajar dan Pengaturan Waktu pada Siswa Underachiever*. Tugas Akhir, tidak diterbitkan. Depok : Universitas Indonesia.

- Zimmerman, B.J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, Vol. 81, No. 3, 329-339.
- Zumbrunn, S., Tadlock, J., & Roberts, E.D. (2011). *Encouragin Self-Regulated Learning in the Classroom : A Review of the Literature*. Virginia : Virginia Commonwealth University.



ATURAN BERSAMA

- Dimulai pada pukul 10.15

- Boleh makan saat pertemuan

- Memperhatikan selama penjelasan

- Saling menjaga kerahasiaan

-

Carla

Carla Adi

Pada tahun ajaran baru, di kelas baru (kelas IX), Anda diberikan beberapa tugas oleh pihak sekolah dan teman. Tentukan susunan tugas yang akan Anda kerjakan. Saat ini tanggal 16 Juli 2012.

No	Tugas	Kuantitas	Batas Pengumpulan
1	Menyicil belajar untuk UN	Setiap Hari SEMaksimal mungkin	Mei 2013
2	Tugas baca materi Biologi	1 bab → 15-20 halaman	19 Juli 2012
3	PR Matematika	20 soal	18 Juli 2012
4	Mengajak teman untuk ke pensi sekolah lain	Pensi tertentu saja	Pensi berlangsung tanggal 23 Juli 2012
5	Tugas SBK membuat pentas kelompok (pengganti UTS)	Menunjukkan karya seni (tarian, nyanyian, dll) berdurasi 10 menit bersama empat orang teman lainnya	Desember 2012
6	Mencari tahu syarat penerimaan SMA pilihan	SECEPATNYA	Januari 2013
7	Tugas sebagai anggota ekskul basket untuk memamerkan prestasi dan kegiatan ekskul	SECEPATNYA	18 Juli 2012
8	PR Fisika	30 soal	24 Juli 2012

Pertanyaan diskusi :

1. Bagaimana Anda membuat susunan kegiatan? Apa alasannya?
2. Apa tujuan Anda membuat susunan tersebut?
3. Strategi apa saja yang akan Anda lakukan?

1. Berdasarakan yang menurut saya lebih penting diutamakan
2. Agar jelas apa yang harus saya lakukan di kelas gini
3.
 - mind mapping
 - review
 - mengulang

Pada tahun ajaran baru, di kelas baru (kelas IX), Anda diberikan beberapa tugas oleh pihak sekolah dan teman. Tentukan susunan tugas yang akan Anda kerjakan. Saat ini tanggal 16 Juli 2012.

No	Tugas	Kuantitas	Batas Pengumpulan	
1	Menyicil belajar untuk UN		Mei 2013	1
2	Tugas baca materi Biologi	1 bab → 15-20 halaman	19 Juli 2012	2
3	PR Matematika	20 soal	18 Juli 2012	8
4	Mengajak teman untuk ke pensi sekolah lain		Pensi berlangsung tanggal 23 Juli 2012	3
5	Tugas SBK membuat pentas kelompok (pengganti UTS)	Menunjukkan karya seni (tarian, nyanyian, dll) berdurasi 10 menit bersama empat orang teman lainnya	Desember 2012	4
6	Mencari tahu syarat penerimaan SMA pilihan	OK	Januari 2013	6
7	Tugas sebagai anggota ekskul Basket untuk memamerkan prestasi dan kegiatan ekskul	OK	18 Juli 2012	5
8	PR Fisika	30 soal	24 Juli 2012	7

Pertanyaan diskusi :

1. Bagaimana Anda membuat susunan kegiatan? Apa alasannya?
2. Apa tujuan Anda membuat susunan tersebut?
3. Strategi apa saja yang akan Anda lakukan?

1. Saya menyusun berdasarkan keasyikannya
2. supaya saya bisa tahu prioritas
3. Tidak ada

Lembar Kerja - Sesi Empowerment

Apakah perilaku saya merupakan faktor utama yang berpengaruh terhadap prestasi saya? ya.

Menurut Anda, prestasi Anda saat ini : TINGGI BIASA SAJA RENDAH

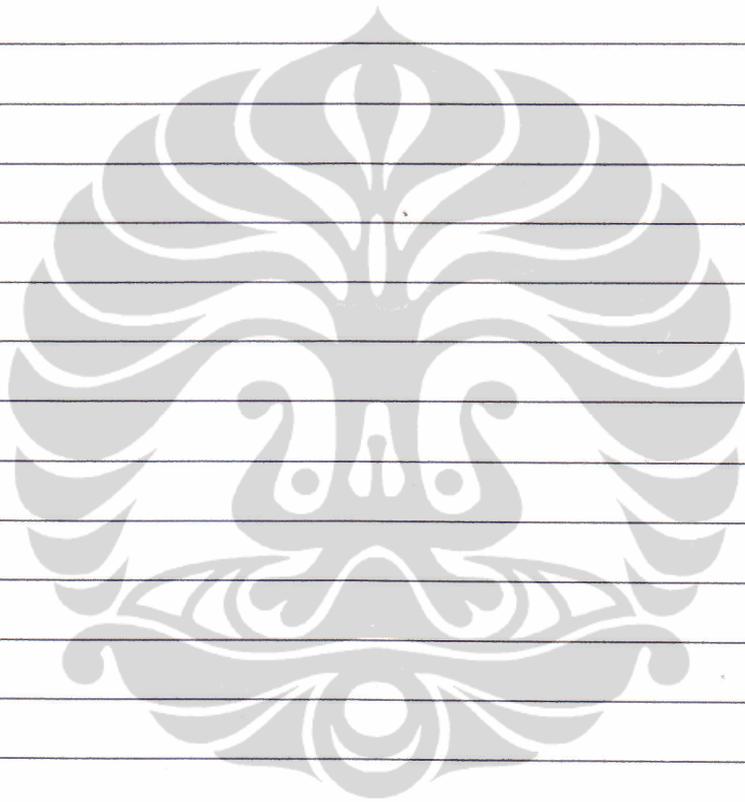
Perilaku apa saja yang menyebabkan _____ prestasi Anda :

Malas, tidak meluangkan waktu untuk belajar, terlalu banyak ber-canda di kelas
tidak dapat bangun pagi, belajar tidak maksimal, malas mengikuti remedial,
tidak mau mengerjakan tugas

Lembar Kerja - Sesi Penetapan Tujuan

Apakah tujuan akademik Anda saat ini?

Belajar dengan giat, supaya dapat lulus dengan NEM yang tinggi



Lembar Kerja - Sesi Penetapan Tujuan

Sekarang, apakah tujuan akademik Anda?

S → Specific : Belajar sehingga dapat lulus dari smp tanpa Mengulang

M → measurable: NEM = 29,3 / Belajar setiap hari

A → Actionable: Belajar yang rajin

R → Realistic: harus, mengukur kemampuan diri sendiri

↓
bisa

T → Timely : Saat akan adanya batas waktu = Mei 2013

Lembar Kerja - Sesi Perencanaan Strategi

Strategi apa yang akan Anda gunakan untuk mencapai tujuan yang telah disusun sebelumnya?

Sehari Belajar 45 menit Nyantet (maling) Dikelas → tdk tergantung pada bahasa guru, bisa membuat bahasa sendiri

Kerjakan tugas

Kerjakan PR

Mendengarkan Dikelas

mengulang di rumah

PQ4R

↳ agar tdk lupa pelajaran di kelas

↳ lebih nyaman belajar sendiri

Lembar Evaluasi Kegiatan

Berilah nilai dengan memberi skor antara 1 sampai 5. Nilai 1 berarti sangat buruk dan nilai 5 berarti sangat baik.

SESI	KUALITAS ISI MATERI	KUALITAS PENYAMPAIAN	KEGUNAAN PRAKTIS
Empowerment	5	5	4
Penetapan Tujuan	5	5	5
Perencanaan Strategi Belajar	4	5	5

Berikan penilaian terhadap sikap coach selama kegiatan

Baik

