

Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Pada Siswa Madrasah Aliyah

Hara Permana^{1✉}, Amin Haedari²

¹²Institut Agama Islam Bunga Bangsa Cirebon

Email : harapermana25@gmail.com¹

Abstrak

Motivasi berprestasi diharapkan dimiliki oleh siswa, variabel tersebut memiliki peran dalam mendorong siswa dalam proses pembelajaran untuk memperoleh prestasi. Namun motivasi berprestasi rendah menjadi permasalahan serius pada siswa. Sehingga diperlukan teknik konseling untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi berprestasi pada siswa kelas XI MA Madania Bantul melalui teknik psikodrama. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan yang dilaksanakan dalam lima siklus menggunakan model Kemmis dan Taggart. Setiap siklusnya terdiri atas empat tahap, yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Subjek dalam penelitian ini adalah 10 siswa kelas XI MA Madania Bantul. Jenis tindakan yang dilakukan adalah teknik psikodrama yang terdiri dari tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan diskusi. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala, observasi dan wawancara. Instrumen penelitian ini adalah skala motivasi berprestasi, pedoman observasi dan pedoman wawancara. Kriteria keberhasilan dalam penelitian ini adalah 80 % dari subjek memiliki motivasi berprestasi tinggi. Analisis data yang digunakan adalah analisis data kuantitatif deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik psikodrama yang meliputi persiapan, pelaksanaan dan diskusi dapat meningkatkan motivasi berprestasi siswa kelas XI MA Madania Bantul.

Kata Kunci: *psikodrama; motivasi berprestasi; penelitian tindakan.*

Abstract

Achievement motivation is expected to be owned by students, these variables have a role in encouraging students in the learning process to gain achievement. But low achievement motivation becomes a serious problem for students. So that counseling techniques are needed to increase student

achievement motivation. This study aims to improve achievement motivation of grade XI students of MA Madania Bantul through psychodrama techniques. This study was action research carried out in five cycles using Kemmis and Taggart model. Each cycle consisted of four stages, namely planning, action, observation and reflection. The subjects in this study were 10 grade XI students of MA Madania Bantul. The type of action taken was psychodrama technique which consisted of three stages, namely preparation, implementation, and discussion. The data collection methods used was the scale, observation and interview. The instrument used in this study was the scale of achievement motivation, observation guides and interview guides. The success in this study was 80% of the subjects have high achievement motivation. The analysis of the data used in this research was the analysis of is quantitative descriptive. The results show that the technique psychodramas which included preparation, implementation, and discussion can improve achievement motivation of grade XI students of MA Madania Bantul.

Keywords: *psychodrama; achievement motivation; action research*

PENDAHULUAN

Berprestasi merupakan suatu daya tarik yang sangat kuat dan merupakan suatu kondisi yang sangat didambakan oleh setiap siswa. Tetapi dalam pencapaian prestasi belajar tersebut, tidak semua siswa dapat memaksimalkan potensi yang dimilikinya karena dalam pencapaian prestasi belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor tersebut diantaranya yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa atau berasal dari lingkungan, baik lingkungan sosial maupun lingkungan non sosial. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa itu sendiri termasuk didalamnya motivasi berprestasi.

Salah satu bentuk motivasi pada diri seseorang adalah motivasi untuk berprestasi. Motivasi berprestasi sangat penting untuk dimiliki oleh semua orang, termasuk di dalamnya adalah siswa. Hal ini sejalan dengan pendapat Purwanto (2010: 30) yang mengemukakan bahwa motivasi berprestasi sebagai dorongan untuk melakukan sesuatu dengan sebaik mungkin demi mencapai suatu keberhasilan dan keunggulan sebagai hasil dari usaha sendiri. Standar keunggulan dapat berupa tingkat kesempurnaan hasil pelaksanaan tugas, perbandingan dengan prestasi orang lain. Pendapat ini menegaskan jika motivasi berprestasi akan sangat menentukan keberhasilan siswa dalam belajar. Keberhasilan tersebut akan berdampak positif pada kehidupan di masa yang akan datang.

Motivasi berprestasi diharapkan dimiliki oleh siswa, variabel tersebut memiliki peran dalam mendorong siswa dalam proses pembelajaran untuk memperoleh prestasi. Selain itu variabel tersebut memiliki pengaruh dalam faktor keberhasilan siswa dalam akademiknya. Sejalan dengan hal tersebut terdapat penelitian yang dilakukan oleh Yusuf pada tahun 2011 dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri, Motivasi Berprestasi, Dan Regulasi Diri Tentang Strategi Belajar Pada Prestasi Akademik Siswa”. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa secara ilmiah hasil teknik langsung dan tidak langsung menunjukkan motivasi berprestasi memberikan pengaruh pada prestasi akademik siswa. Variabel tersebut secara signifikan meningkatkan pencapaian pembelajaran.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di Madrasah Aliyah (MA) Madania Bantul, diketahui terdapat beberapa siswa yang memiliki masalah motivasi berprestasi. Fakta tersebut didukung dari pernyataan pihak sekolah yang mengemukakan bahwa motivasi berprestasi

siswa cukup rendah meskipun beberapa upaya telah dilakukan namun belum ditemukan solusi yang tepat. Bentuk motivasi berprestasi siswa rendah antara lain tidak memiliki inovasi model belajar, tidak mengevaluasi hasil belajar, memiliki cita-cita namun kurang berusaha untuk merealisasikannya, tidak menyukai kompetisi atau perlombaan, dan tidak semangat untuk meraih kesuksesan. Hal ini tentu akan menjadi perosalan serius apabila tidak segera dicarikan solusinya. Beberapa indikator tersebut sesuai dengan pengamatan yang dilakukan oleh guru BK semenjak siswa berada di kelas XI. Fakta permasalahan motivasi berprestasi diperkuat dari hasil wawancara dengan beberapa siswa kelas XI. Mereka mengaku kurang semangat meraih kesuksesan terutama dapat melanjutkan pendidikan setelah lulus sekolah karena mereka sudah berfikir setelah sekolah saya akan bekerja saja.

Bimbingan dan konseling merupakan program yang disediakan sekolah untuk membantu mengoptimalkan perkembangan siswa. Upaya untuk membantu siswa yang memiliki motivasi berprestasi rendah salah satunya menggunakan metode konseling kelompok pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Secara teori pendekatan *rational emotive behavior therapy* sesuai dengan permasalahan yang terjadi di MA Madania Bantul Yogyakarta yang terkait dengan motivasi berprestasi siswa. Pendekatan ini memiliki beberapa teknik, terutama teknik *role play* (psikodrama) yang dipilih peneliti untuk memeberikan tindakan penelitian.

Sebagai bahan pendukung penelitian, terdapat penelitian tentang konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* yang digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Hariyanti pada tahun 2013 dengan judul “Penerapan Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII G SMP Yayasan Pendidikan 17 Surabaya”. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor motivasi belajar siswa antara sebelum dan sesudah penerapan konseling kelompok *rational emotive behavior therapy (REBT)*. Penelitian ini menjadikan dasar pemikiran bahwa variabel pendekatan konseling kelompok *rational emotive behavior therapy (REBT)* dapat meningkatkan variabel motivasi siswa dalam hal akademik (belajar).

Dalam pendekatan *rational emotive behaviour therapy* terdapat teknik *role play* yang dapat digunakan dalam tahap konseling kelompok. Peneliti dalam hal ini mencoba menggunakan *role play* (psikodrama) dalam meningkatkan motivasi berprestasi siswa. Teknik psikodrama merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk mengatasi permasalahan pribadi yang

berkaitan dengan masalah psikologis. Psikodrama dilakukan untuk tujuan terapi dan penyembuhan. Semiun (2006: 35) mengemukakan bahwa psikodrama merupakan dramatisasi dari konflik-konflik yang ada di dalam batin agar siswa dapat merasa nyaman dan dapat merubah perannya sesuai dengan yang diharapkan dalam kehidupan nyata. Di dalam psikodrama individu memerankan situasi dramatis yang dialaminya pada waktu lampau, sekarang danantisipasi waktu mendatang.

Penyelesaian masalah motivasi berprestasi dapat diatasi dengan layanan bimbingan dan konseling, karena layanan bimbingan dan konseling sebagai strategi dalam mengembangkan potensi siswa secara optimal. Sesuai dengan fungsi bimbingan dan konseling, yaitu pemahaman, pencegahan, pengentasan, pemeliharaan dan pengembangan dapat memfasilitasi berkembangnya prestasi belajar siswa.

Tujuan dari penulisan artikel ini adalah untuk mengetahui peningkatan motivasi berprestasi melalui psikodrama pada siswa kelas XI MA Madania. Manfaat praktis yang bisa didapat adalah memberikan informasi dalam meningkatkan motivasi berprestasi siswa, sehingga siswa dapat meningkatkan prestasi akademik yang lebih baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Peneliti secara langsung terlibat dari setiap tahap perencanaan hingga selanjutnya peneliti memantau, mencatat, dan mengumpulkan data. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan yang dilaksanakan dalam lima siklus menggunakan model *Kemmis* dan *Taggart*.

Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI yang memiliki motivasi berprestasi rendah. Rata-rata usia peserta didik tersebut adalah 16-18 tahun. Pemilihan subjek penelitian ini didasarkan pada hasil dari skala motivasi berprestasi dan hasil dari diskusi dengan wali kelas XI dan guru bagian kesiswaan MA Madania. Berdasarkan hasil rekomendasi tersebut peserta didik yang dijadikan subjek adalah peserta didik yang memiliki motivasi berprestasi rendah.

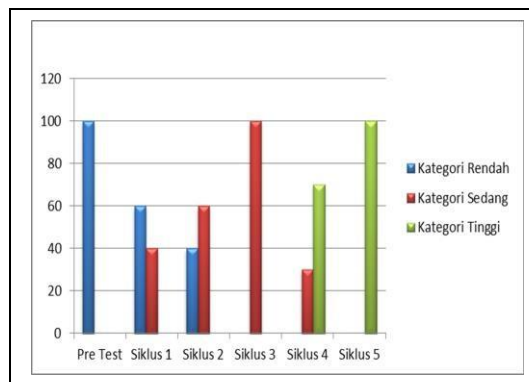
Pada penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data berupa skala. Skala pada penelitian ini menggunakan skala motivasi berprestasi dengan model *likert*. Skala ini menggunakan 4 pilihan jawaban untuk mengetahui tingkat motivasi berprestasi peserta didik. Skala ini diberikan

kepada peserta didik kelas XI MA Madania Bantul Yogyakarta. Skala motivasi berprestasi terdiri 50 item pernyataan yang disusun oleh peneliti sendiri.

Analisis data kuantitatif merupakan analisis data yang digunakan dalam penelitian ini. Data yang didapatkan dari penelitian ini menggunakan skala motivasi berprestasi, wawancara dan observasi. Teknik analisis data kuantitatif berupa skala untuk mengetahui motivasi berprestasi peserta didik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik psikodrama dilakukan oleh peneliti dan diikuti oleh 10 konseli. Hasil skor peserta didik yang mengalami peningkatan yaitu jumlah subjek yang memiliki motivasi berprestasi di siklus I 40% kategori sedang, mengalami peningkatan di siklus II menjadi 60% kategori sedang, kemudian mengalami peningkatan di siklus III menjadi 100% kategori sedang, peningkatan pada kategori tinggi terjadi pada siklus IV yaitu 70%, kemudian peningkatan pada kategori tinggi sesuai dengan target penelitian terjadi pada siklus V yaitu 100%. Artinya terdapat peningkatan dan perbedaan secara signifikan pada skor *pre test* dan *post test*, dan hipotesis terbukti bahwa teknik psikodrama efektif untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa.



Gambar 1. Grafik Motivasi Berprestasi Pada Siswa

Hasil penelitian ini sejalan dengan tujuan psikodrama yang dijelaskan oleh Moreno (Corey, 2012: 190) bahwa psikodrama merupakan pendekatan untuk terapi secara kelompok dengan cara klien mengembangkan permasalahan mereka melalui teknik bermain peran, memerankan kembali peristiwa yang telah terjadi untuk mendapatkan kesadaran, menciptakan

keaktivitas mereka sendiri dan mengeksplorasi perilaku keterampilan. Psikodrama memfasilitasi klien dengan cara kerja kelompok, setiap anggota kelompok memiliki peran sebagai agen penyembuhan (*therapeutic agent*) dalam proses kegiatannya.

Sejalan dengan pendapat Moreno bahwa teknik psikodrama diberikan sebagai *treatment* melalui konseling kelompok pendekatan *rational emotive behaviour therapy* yang diyakini mampu meningkatkan motivasi berprestasi pada siswa. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Hariyanti pada tahun 2013 dengan judul “Penerapan Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII G SMP Yayasan Pendidikan 17 Surabaya”. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor motivasi belajar siswa antara sebelum dan sesudah penerapan konseling kelompok *rational emotive behavior therapy* (REBT). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa variabel pendekatan konseling kelompok *rational emotive behavior therapy* (REBT) efektif dapat meningkatkan variabel motivasi, terutama motivasi belajar siswa.

Pelaksanaan psikodrama pada penelitian ini menerapkan beberapa konsep utama dari Moreno (Corey, 2012: 191-196) yang dilakukan dengan memberikan kesempatan bagi siswa memerankan peran tertentu pada situasi tertentu, mengajarkan cara bertingkah laku, sehingga secara langsung mendapatkan pengalaman dari peran yang dimainkannya. Melalui keterlibatan aktif dalam proses psikodrama, siswa akan terasah kemampuannya dalam mengembangkan pemahaman baru dan mempraktikkan keterampilan keterampilan yang baru.

Pelaksanaan psikodrama pada penelitian ini menerapkan beberapa konsep utama dari Moreno (Corey, 2012: 191-196) yang digunakan untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa. Pertama, konsep kreatifitas (*creativity*), siswa dilatih untuk kreatif dalam mengeksplorasi kehidupannya yang akan ditampilkan pada psikodrama. Kedua, konsep spontanitas (*spontaneity*), siswa dilatih untuk spontan dalam memerankan situasi yang dialaminya dan merespon situasi yang lama dengan respon situasi yang baru sesuai dengan yang mereka hadapi. Ketiga, konsep kenyataan (*surplus reality*), siswa dilatih untuk berbicara tentang apa yang mereka harapkan dan apa yang mereka takuti. Keempat, mencoba kenyataan (*reality testing*), siswa dilatih untuk mencoba realitas dan perilaku yang diinginkan dalam sebuah kelompok psikodrama.

Selain konsep utama psikodrama yang digunakan dalam penelitian ini peneliti menggunakan konsep pendekatan *rational emotive behavior therapy* yaitu memperbaiki dan mengubah sikap individu dengan cara mengubah cara berpikir dan keyakinan klien yang irasional menuju berpikir yang rasional. Selain itu juga menurut Ellis (Corey, 2015: 295) pendekatan *rational emotive behavior therapy* membantu siswa dalam proses mencapai penerimaan diri tanpa syarat, menerima orang lain tanpa syarat dan untuk melihat bagaimana ini saling terkait. Ketika siswa menjadi lebih mampu menerima diri mereka sendiri, mereka lebih mungkin untuk menerima orang lain tanpa syarat.

Teknik psikodrama yang dilakukan pada proses penelitian ini terdapat proses mencoba peranan baru, mempelajari perilaku baru, bahkan mengubah perilaku lama ke arah pola perilaku baru. Teknik dalam psikodrama sangat membantu dalam proses penelitian terutama meningkatkan motivasi berprestasi siswa pada setiap siklusnya.

Berdasarkan penyajian data hasil penelitian, menunjukkan bahwa telah berhasil dan sesuai dengan tujuan penelitian yaitu meningkatkan motivasi berprestasi melalui konseling kelompok dengan teknik psikodrama pada siswa kelas XI MA Madania Bantul Yogyakarta.

KESIMPULAN

Motivasi berprestasi peserta didik dapat ditingkatkan melalui konseling kelompok dengan teknik psikodrama. Kegiatan konseling kelompok dilakukan melalui lima siklus dan dalam satu siklus terdapat lima tindakan yang berisi tahap dari konseling kelompok dan psikodrama. Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik psikodrama dilakukan oleh peneliti dan diikuti oleh 10 konseli. Hasil skor peserta didik yang mengalami peningkatan yaitu jumlah subjek yang memiliki motivasi berprestasi di siklus I 40% kategori sedang, mengalami peningkatan di siklus II menjadi 60% kategori sedang, kemudian mengalami peningkatan di siklus III menjadi 100% kategori sedang, peningkatan pada kategori tinggi terjadi pada siklus IV yaitu 70%, kemudian peningkatan pada kategori tinggi sesuai dengan target penelitian terjadi pada siklus V yaitu 100%.

DAFTAR PUSTAKA

- Corey, G. (2012). *Theory & Practise of Group Counseling, Eighth Edition*. Belmont: Cengage Learning. Brooks/Cole: Cengage Learning.
- Corey, G. (2015). *Theory & Practise of Group Counseling and Psychotherapy*. Belmont-CA: Cengage Learning.

- Hariyanti, D. D. (2013). Penerapan Konseling Kelompok Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII G SMP Yayasan Pendidikan 17 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 1 (1), 358-363.
- Purwanto, M. N. (2010). *Ilmu Pendidikan Teoretis dan Praktis*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Semiun, Y. (2006). *Kesehatan Mental 1*. Yogyakarta: Kanisius.
- Semiun, Y. (2006). *Kesehatan Mental 3*. Yogyakarta: Kanisius.
- Yusuf, M. (2011). The Impact of Self-Efficacy, Achievement Motivation, and Selfregulated Learning Strategies on Students' Academic Achievement. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 2623-2626.