



Konferensi nasional
Konsorsium Psikologi LLDIKTI 3



LLDIKTI WILAYAH III JAKARTA

PROSIDING

Konferensi Nasional I
Konsorsium Psikologi (KNiKP) LLDIKTI 3
Jakarta, 10 April 2021



Prosiding Konferensi Nasional I Konsorsium Psikologi (KN1KP) LLDIKTI 3
Jakarta, 10 April 2021

PROSIDING
KONFERENSI NASIONAL I KONSORSIUM PSIKOLOGI (KN1KP)
LLDIKTI 3 2021

**Peran Psikologi di Era Pandemi dalam Membangun Masyarakat Berkarakter dan
Berdaya Saing Global**

Sabtu, 10 April 2021
Depok

Penerbit:
Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya
Jakarta

PROSIDING

KONFERENSI NASIONAL I KONSORSIUM PSIKOLOGI (KN1KP) LLDIKTI 3 2021

Peran Psikologi di Era Pandemi dalam Membangun Masyarakat Berkarakter dan Berdaya Saing Global

©Penerbit Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

Penerbit Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya
Anggota IKAPI – **Ikatan Penerbit Indonesia – Jakarta**
Anggota APPTI – **Afiliasi Penerbit Perguruan Tinggi Indonesia**

Penerbit Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya
Jl. Jend. Sudirman Kav. 51
Jakarta 12930 Indonesia
Telepon: (021) 5703306 psw. 631
Posel : penerbit@atmajaya.ac.id
Laman : http://www.atmajaya.ac.id

Cetakan Pertama, Juni 2021

Pengarah:

Dr. Anizar Rahayu, M.Si., Psikolog	Dr. Ira Puspitawati, M.Si., Psikolog
Dr. Magdalena S. Halim, Psikolog	Muhamad Nanang Suprayogi, S.Psi., M.Si., Ph.D.
Dr. Silverius Y. Soeharso, S.E., M.M., Psikolog	Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog
Dr. Stefanus Soejanto Sandjaja, M.Si., Konselor	Dr. Yulmaida Amir, MA.

Komite Ilmiah – Penelaah Makalah (Reviewer):

Aisyah, M.Si.	Ajheng Mulamukti, A.P., M.Psi., Psikolog
Aully Grashinta, M.Si., Psikolog	Anindya Dewi Paramita, M.Psi., Psikolog
Dr. Anizar Rahayu, M.Si., Psikolog	Dr. Clara R.P. Ajisuksmo, M.Sc.
Fahrul Rozi, M.Si.	Dr. Fransisca I. R. Dewi, M.Si.
Dr. Ira Puspitawati, M.Si., Psikolog	Dr. J. Seno Aditya Utama
Dr. Magdalena S. Halim, Psikolog	Muhamad Nanang Suprayogi, S.Psi., M.Si., Ph.D.
Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Psi.T.	Dr. Stefanus Mulamukti A.P., M.Psi., Psikolog
Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog	Dr. Yasinta Astin Sokang, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Dr. Yulmaida Amir, MA.	Dr. Zahrasari Lukita Dewi, M.Si., Psikolog

Pengelola Makalah:

Anita Novianty, S.Psi., MA.	Meylisa Permata Sari, S.Psi., M.Sc.	Subhan El Hafiz, S.Psi., M.Si.
-----------------------------	-------------------------------------	--------------------------------

Penyunting Naskah: Meylisa Permata Sari, S.Psi., M.Sc.

Desain Sampul: Muhamad Nanang Suprayogi, S.Psi., M.Si., Ph.D.

PIC Makalah dan Prosiding: Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog

Anggota Makalah dan Prosiding:

Dr. Fransisca I. R. Dewi, M.Si.	Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Psi.T
Meylisa Permata Sari, S.Psi., M.Sc.	Dr. Clara R. P. Ajisuksmo, M.Sc.
Dr. J. Seno Aditya Utama	Dr. Zahrasari Lukita Dewi, M.Si., Psikolog
Dr. Yulmaida Amir, M.A.	Fahrul Rozi, M.Si.
Subhan El Hafiz, S.Psi., M.Si.	Ajheng Mulamukti A. P., M.Psi., Psikolog
Dr. Stefanus Soejanto Sandjaja, M.Si., Konselor	Dr. Yasinta Astin Sokang, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Anita Novianty, S.Psi., M.A.	Aully Grashinta, M.Si., Psikolog
Aisyah, M.Si.	Anindya Dewi Paramita, M.Psi., Psikolog

PROSIDING

KONFERENSI NASIONAL I KONSORSIUM PSIKOLOGI (KN1KP) LLDIKTI 3 2021

Peran Psikologi di Era Pandemi dalam Membangun Masyarakat Berkarakter dan Berdaya Saing Global

Jakarta: Penerbit Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, 2021

503 hlm.: 14 × 21 cm

ISBN:

Hak cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

KATA PENGANTAR

Sejalan dengan kebijakan Lembaga Layanan Pendidikan Tinggi (LLDIKTI) Wilayah III mengenai upaya meningkatkan kualitas dan kuantitas perguruan tinggi melalui publikasi ilmiah, maka sejak awal tahun 2021 telah dibentuk konsorsium berbagai bidang ilmu, termasuk salah satunya Konsorsium Bidang Ilmu Psikologi. Tugas konsorsium adalah memfasilitasi pelaksanaan publikasi dari perguruan tinggi khususnya di LLDIKTI Wilayah III. Konsorsium Psikologi yang terbentuk terdiri atas 8 Fakultas Psikologi dari perguruan tinggi, sebagai berikut: Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Universitas Bina Nusantara, Universitas Kristen Krida Wacana, Universitas Pancasila, Universitas Persada Indonesia YAI, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Universitas Gunadarma, Universitas Tarumanagara.

Tindak lanjut dari terbentuknya Konsorsium Bidang Ilmu Psikologi di LLDIKTI Wilayah III dan untuk mewujudkan tujuan dari pembentukan konsorsium tersebut, maka ke-8 Fakultas Psikologi yang tergabung dalam konsorsium ini menyepakati untuk menyelenggarakan Konferensi Nasional 1 Konsorsium Psikologi LLDIKTI 3, yang disingkat KN1KP LLDIKTI 3 pada tanggal 10 April 2021. Sebagai luaran dari penyelenggaraan KN1KP LLDIKTI 3, maka anggota konsorsium menyepakati untuk menerbitkan Prosiding dari konferensi tersebut.

Penerbitan Prosiding ini sendiri telah melalui berbagai tahap review mulai dari proses penerimaan dan seleksi makalah, makalah yang lolos seleksi dipresentasikan di KN1KP LLDIKTI 3 dan akhirnya proses penyusunan makalah ke dalam Prosiding. Sesuai publikasi KN1KP LLDIKTI 3, makalah-makalah yang diterbitkan di Prosiding ini adalah makalah ilmiah hasil penelitian empiris/*systematic review/meta-analysis* dalam bidang psikologi pendidikan, psikologi perkembangan, psikologi sosial, psikologi industri dan organisasi, psikologi klinis, psikologi kesehatan, psikologi forensik, psikometri. Selain itu, makalah dari dua Pembicara Utama dalam KN1KP yaitu Prof. Dr. Phil Hana Panggabean, dan Dr. Sonny S. Y. Soeharso, juga dimuat sebagai makalah kehormatan dalam Prosiding ini.

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung terbitnya Prosiding KN1KP LLDIKTI 3 ini, khususnya kepada:

1. Kepala LLDIKTI Wilayah III dan jajarannya.
2. Rektor Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Universitas Bina Nusantara, Universitas Kristen Krida Wacana, Universitas Pancasila, Universitas Persada Indonesia YAI, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Universitas Gunadarma, Universitas Tarumanagara
3. Semua Anggota Konsorsium bidang Ilmu Psikologi LLDIKTI 3, para Reviewer, dan seluruh panitia, khususnya kepada Meylisa Permata Sari, S.Psi., M.Sc. dan Tim yang telah menyusun Prosiding ini.

Kami berharap, Prosiding ini dapat bermanfaat bagi pengembangan Ilmu Psikologi di Indonesia.

Jakarta, 25 Mei 2021

Dr. Magdalena S. Halim, Psikolog
Ketua Panitia

**KOMITE ILMIAH, PENGELOLA MAKALAH, DAN PENYUNTING
PROSIDING KN1KP LLDIKTI 3 2021**

KOMITE ILMIAH – PENELAAH MAKALAH (*REVIEWER*)

1. Aisyah, M.Si. (Universitas Pancasila)
2. Ajheng Mulamukti, A.P., M.Psi., Psikolog (Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)
3. Aully Grashinta, M.Si., Psikolog (Universitas Pancasila)
4. Anindya Dewi Paramita, M.Psi., Psikolog (Universitas Pancasila)
5. Dr. Anizar Rahayu, M.Si., Psikolog (Universitas Persada Indonesia YAI)
6. Dr. Clara R.P. Ajisuksmo, M.Sc. (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)
7. Fahrul Rozi, M.Si. (Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)
8. Dr. Fransisca I. R. Dewi, M.Si. (Universitas Tarumanagara)
9. Dr. Ira Puspitawati, M.Si., Psikolog (Universitas Gunadarma)
10. Dr. J. Seno Aditya Utama (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)
11. Dr. Magdalena S. Halim, Psikolog (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)
12. Muhamad Nanang Suprayogi, S.Psi., M.Si., Ph.D. (Universitas Bina Nusantara)
13. Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Psi.T. (Universitas Tarumanagara)
14. Dr. Stefanus Mulamukti A.P., M.Psi., Psikolog (Universitas Kristen Krida Wacana)
15. Sri Tiatry, Ph.D., Psikolog (Universitas Tarumanagara)
16. Dr. Yasinta Astin Sokang, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Universitas Kristen Krida Wacana)
17. Dr. Yulmaida Amir, MA. (Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)
18. Dr. Zahrasari Lukita Dewi, M.Si., Psikolog (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)

PENGELOLA MAKALAH

1. Anita Novianty, S.Psi., MA. (Universitas Kristen Krida Wacana)
2. Meylisa Permata Sari, S.Psi., M.Sc. (Universitas Tarumanagara)
3. Subhan El Hafiz, S.Psi., M.Si. (Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)

PENYUNTING PROSIDING

1. Meylisa Permata Sari, S.Psi., M.Sc. (Universitas Tarumanagara)

ORGANISASI KEPANITIAAN KN1KP LLDIKTI 3 2021

Pelindung

Prof. Dr. Agus Setyo Budi, M.Sc.
(Kepala LLDIKTI Wilayah III)

Penanggung Jawab

Agustinus Prasetyantoko, S.E., M.Sc., Ph.D.
(Rektor Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)

Pengarah

Dr. Anizar Rahayu, M.Si., Psikolog (Universitas Persada Indonesia YAI)
Dr. Ira Puspitawati, M.Si., Psikolog (Universitas Gunadarma)
Dr. Magdalena S. Halim, Psikolog (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)
Muhamad Nanang Suprayogi, S.Psi., M.Si., Ph.D. (Universitas Bina Nusantara)
Dr. Silverius Y. Soeharso, S.E., M.M., Psikolog
Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog (Universitas Tarumanagara)
Dr. Stefanus Soejanto Sandjaja, M.Si., Konselor (Universitas Kristen Krida Wacana)
Dr. Yulmaida Amir, MA. (Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)

Ketua

Dr. Magdalena S. Halim, Psikolog

Sekretaris

Dr. Lidia L. Hidajat, Psikolog
Yohana Febriani Koten

Bendahara

Caecilia Widya
Eny Tri Surahniatun, A.Md.

PIC Acara, IT & Live Streaming

Dr. Ira Puspitawati, M.Si., Psikolog

Anggota Team IT & Live Streaming

Prof. Dr. Budi Hermana
Endika Perdana, S.T., M.T.
Dr. Mujjyana
Dr. Tubagus Maulana Kusuma, S.Kom., M.EngSc.
Ashur Harmadi, S.E., M.M.
Dr. Reza Chandra, S.Kom., M.MSI.
Ivan Maurits, S.Kom, M.MSI.
Sandy Suryo Prayogo, S.T., M.T.
Ragiel Hadi Prayitno, S.Kom., M.T.

Koordinator Acara *Breakout Room*

Dr. Dona Eka Putri, M.Psi., Psikolog

Dr. Wahyu Rahardjo, M.Si.

Moderator Utama:

Dr. dr. Matrisya Hermita, M.Si.

MC

Astie Dharmayantie, S.T., M.MSI., M.Sc.

PIC Publikasi, Dokumentasi dan Sertifikat

Muhamad Nanang Suprayogi, S.Psi., M.Si., Ph.D.

Anggota Publikasi, Dokumentasi dan Sertifikat

Budi Sulaeman, S.Psi., M.Psi.

Chysila Tanrifaisal

Naskhya Nur Aulia

Riris Winda W.

Yola Chataline Simarmata

Alyka Naima Widyantama

Priscila Rosalid Sihotang

Fasya Kesuma P. S.

Anisa Nabila Difla Nst.

Hanny Aka Ananda

Annisa Nurul Azzahra Basjiruddin

Annisa Ramadani

Kezia Millennia Tanod

Cathrine Annastacia Haylie

Hans Christian Soegandi

Theracia Austine

PIC Registrasi

Dr. Anizar Rahayu, M.Si., Psikolog

Anggota Registrasi

Dr. Rilla Sovitriana, Psi., M.Si., Psikolog

Evi Syafrida Nasution, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Robert Yusnanto, S.Psi.

Aisya Cinintya Saichu, S.Psi.

Jafar Octo Fernas

Yuni Arie Irawan

PIC Makalah dan Prosiding

Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog

Anggota Makalah dan Prosiding

Dr. Fransisca I. R. Dewi, M.Si.

Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Psi.T

Meylisa Permata Sari, S.Psi., M.Sc.

Dr. Clara R. P. Ajisuksmo, M.Sc.

Dr. J. Seno Aditya Utama

Dr. Zahrasari Lukita Dewi, M.Si., Psikolog

Dr. Yulmaida Amir, M.A.

Fahrul Rozi, M.Si.

Subhan El Hafiz, S.Psi., M.Si.

Ajheng Mulamukti A. P., M.Psi., Psikolog

Dr. Stefanus Soejanto Sandjaja, M.Si., Konselor

Dr. Yasinta Astin Sokang, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Anita Novianty, S.Psi., M.A.

Aully Grashinta, M.Si., Psikolog

Aisyah, M.Si.

Anindya Dewi Paramita, M.Psi., Psikolog

PIC Website

Wahyu Cahyo Nugroho, S.Psi., M.Si., Psikolog

Anggota Website

Samuel Yosua, S.Kom.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR	iii
KOMITE ILMIAH, PENGELOLA MAKALAH, DAN PENYUNTING PROSIDING KN1KP LLDIKTI 3 2021	iv
ORGANISASI KEPANITIAAN KN1KP LLDIKTI 3 2021	v
MAKALAH <i>KEYNOTE SPEAKER</i> KN1KP LLDIKTI 3 2021	
RELEVANSI KEBIJAKAN MBKM TERHADAP PENGUATAN PENDIDIKAN KARAKTER PANCASILA <i>Silverius Y. Soeharso</i> <i>Fakultas Psikologi, Universitas Pancasila</i>	ix
TRANSFORMASI PEMBELAJARAN DI ERA PANDEMI DAN PELUANG MEMBANGUN DAYA SAING GLOBAL <i>Hana Panggabean</i> <i>Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya</i>	xviii
DAFTAR ISI	xxx
DAFTAR ARTIKEL	
1 HUBUNGAN <i>SELF-COMPASSION</i> DENGAN <i>QUARTER-LIFE CRISIS</i> PADA DEWASA AWAL Marsha Nadia Arifanti, Sitawaty Tjiptarini, & Yulmaida Amir	1
2 PENINGKATAN HUBUNGAN EDUKATIF DENGAN REMAJA: PELATIHAN DARING GURU LEMBAGA PENDIDIKAN NON-FORMAL 'X' Sheila Putri Fajrianti & Agustina Hendriati	9
3 RASA SYUKUR DAN BELAS KASIH PADA RELAWAN Ummi Sa'idah, Yulmaida Amir, & Ilham Mundzir	20
4 PENGARUH RELIGIUSITAS DAN TUJUAN HIDUP TERHADAP KEPUASAN HIDUP ORANG DENGAN KESULITAN HIDUP Lukman Ichlasul Amal & Yulmaida Amir	28
5 PENGARUH <i>MINDFULNESS</i> DAN PENERIMAAN DIRI TERHADAP KEBAHAGIAAN INDIVIDU PADA KESULITAN HIDUP Annisa Wulandari & Yulmaida Amir	35
6 HUBUNGAN PERBANDINGAN PENAMPILAN DENGAN KETIDAKPUASAN TUBUH DALAM PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DEWASA AWAL Sopia Waitaby & Fransisca Iriani Roesmala Dewi	43
7 RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA DI MASA PANDEMI: STUDI DESKRIPTIF PADA UNIVERSITAS X DI JAKARTA Qisthy Mirvi Farisah & Rahmah Hastuti	51
8 PENINGKATAN KEMAMPUAN <i>PUBLIC SPEAKING</i> ANAK USIA 9-13 TAHUN DENGAN PENDEKATAN PENDIDIKAN POSITIF Rosa V. Kartikarini & Agustina Hendriati	57
9 TERAPI KELOMPOK DENGAN PSIKOEDUKASI <i>SOCIAL ADJUSTMENT</i> DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN JAKARTA Shofiyah & Rilla Sovitriana	70

10	PROSES PENEMUAN MAKNA HIDUP INDIVIDU INDIGO Luvita Djauhari, Nadia Chendana, Leoti Putri, & Hana Panggabean	78
11	RESILIENSI ORANG DENGAN LUPUS (ODAPUS) PADA USIA DEWASA MUDA Devita Rona Saragi Sitio, Sihwidhiati Made Putri, Theresia Sara Cinara, Hotnida Nethania Agatha, & Fransisca Iriani Roesmala Dewi	91
12	GAMBARAN TINGKAT STRES, CEMAS, DAN DEPRESI PADA TENAGA KESEHATAN COVID-19 DI DKI JAKARTA Novela Clara & Magdalena Surjaningsih Halim	104
13	PERBEDAAN STRES AKADEMIK SISWA PADA MASA <i>NEW NORMAL</i> DITINJAU DARI JENIS KELAMIN DI SMA “X” PADANG Ifani Candra, Harri Kurniawan, & Nadhira Putri Ariesta	117
14	PENGARUH <i>SELF-COMPASSION</i> TERHADAP KEPUASAN HIDUP PADA REMAJA Marshela, Abu Bakar Fahmi, & Yulmaida Amir	125
15	<i>BURNOUT</i> DAN STRATEGI <i>COPING</i> PADA DOKTER DI MASA PANDEMI COVID-19 Rosaline Oscar, Annisa Kusindriani, Nicholas Kenji, & Hana Panggabean	133
16	PENGARUH <i>PARENTAL CONDITIONAL POSITIVE REGARD</i> TERHADAP PERFEKSIONISME: STUDI PADA REMAJA Shofia Hanifa & Dewi Trihandayani	144
17	GAMBARAN <i>COPING</i> DAN PSIKOEDUKASI MAHASISWA UNIKA ATMA JAYA DI AWAL PANDEMI COVID-19 Evelyn Tandias, Alisha Nanditaputri, Astri Parawita Ayu, & Theresia Indira Shanti	152
18	KONDISI PSIKOLOGIS MAHASISWA UNIKA ATMA JAYA PADA MASA AWAL PANDEMI COVID-19 Alisha Nanditaputri, Evelyn Tandias, Astri Parawita Ayu, & Theresia Indira Shanti	163
19	PERAN PENGALAMAN BELAJAR DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIER TERHADAP ADAPTABILITAS KARIER SISWA SMK JABODETABEK Delistina Rizki Fernanda & Yulistin Tresnawaty	175
20	GAMBARAN <i>SUBJECTIVE WELL BEINGS</i> INDIVIDU DEWASA AWAL YANG MEMILIKI IBU TUNGGAL AKIBAT PERCERAIAN Reinhart Ruben Diamanta & Penny Handayani	183
21	PERBEDAAN KONSEP DIRI SISWA SMA DI MASA PANDEMI COVID-19 DITINJAU DARI POLA ASUH ORANG TUA Fedora Helen Sumantri & Agustina	196
22	DIMENSI <i>ATTACHMENT</i> DAN KUALITAS KOMUNIKASI <i>ONLINE</i> VIA <i>SMARTPHONE</i> PADA INDIVIDU YANG MENIKAH Jovanca & Pinkan C. B. Rumondor	204
23	HUBUNGAN ANTARA LOKUS KENDALI INTERNAL DENGAN KEMATANGAN KARIER PADA MAHASISWA BIDIKMISI Bella Christianty & Ira Puspitawati	216
24	PERILAKU PERUNDUNGAN DAN RELIGIUSITAS SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA Hannah C. Susanto & Clara R. P. Ajisuksmo	225
25	GAMBARAN RESILIENSI SELAMA PANDEMI COVID-19 PADA INDIVIDU DEWASA	236

	Antonina Pantja Juni Wulandari, Naftali Naomi Karunia Aritakarina, Octavia Amandalisyana Putri, & Petrus Ece Muda	
26	GAMBARAN STRES DAN <i>COPING STRESS</i> PEREMPUAN YANG PERNAH MENGALAMI KEKERASAN DARI ORANGTUA Astria Monayati Sibarani & Clara R. P. Ajisuksmo	246
27	HUBUNGAN ANTARA <i>FEAR OF MISSING OUT (FOMO)</i> DENGAN KEPUASAN HIDUP PADA DEWASA AWAL PENGGUNA MEDIA SOSIAL Kurnia Wuri Handayani & Sandi Kartasasmita	258
28	HUBUNGAN ANTARA <i>PERCEIVED STRESS</i> DENGAN <i>COPING STRATEGIES</i> PADA SISWA SMA YANG MELAKUKAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH Hemasari Nirmala, Raja Oloan Tumanggor, & Willy Tasdin	267
29	HUBUNGAN <i>SELF COMPASSION</i> TERHADAP <i>BODY IMAGE</i> PADA DEWASA AWAL YANG MENGIKUTI STANDAR IDEAL PENAMPILAN DI MEDIA SOSIAL The Ester Angeline Suhendra, Roswiyani, & Heryanti Satyadi	277
30	KAJIAN TERAPI <i>APPLIED BEHAVIOUR ANALYSIS</i> DALAM MENINGKATKAN INTERAKSI SOSIAL PADA ANAK PENYANDANG AUTISME Levi Lythiani Resthi, Awlia Rahma, & M. Nanang Suprayogi	284
31	PENGARUH POLA ASUH ORANG TUA TERHADAP KENAKALAN REMAJA Annisa Nurul Azzahra Basjiruddin, Chairunissa Salza Nadilla, Naila Ayubiyahkan, & Budi Sulaeman	293
32	PEMBELAJARAN YANG EFEKTIF UNTUK SISWA SMA DALAM PEMBELAJARAN JARAK JAUH Amalia Runi, Aisya Inda K., Hana Adhini Putri, & Budi Sulaeman	301
33	TEKNOLOGI DAN <i>DIFFERENTIATED INSTRUCTION</i> DALAM PEMBELAJARAN Theresia, Marshanda Jeanette Mariane Massie, Giveny Militia Kristy Illene Tinangon, & Muhammad Nanang Suprayogi	310
34	GAMBARAN <i>PARENTAL ACCEPTANCE</i> PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK <i>DOWN SYNDROME</i> Rosalina & Anindya Dewi Paramita	319
35	TINGKAT KECEMASAN ANAK USIA DINI SAAT PERTAMA KALI BERSEKOLAH Sekar Putri Widyasari, Fionna Fadilah, Amanda Putri Utari, & Muhammad Nanang Suprayogi	325
36	IDENTIFIKASI EFEKTIVITAS BELAJAR MAHASISWA TERHADAP PEMBELAJARAN JARAK JAUH DAN TATAP MUKA Ratu Alifia Fatmadani, Arlieka Permatasary, & Muhamad Nanang Suprayogi	332
37	PERBEDAAN DIMENSI KESEPIAN EMOSIONAL DAN KESEPIAN SOSIAL PADA REMAJA DITINJAU BERDASARKAN JENIS KELAMIN Christela Ririn Dita & Pinkan Margaretha	343
38	TERAPI MUSIK KLASIK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR MATEM3942ATIKA SISWA SMK KESDAM JAYA Marthalina Trijayanti, Anizar Rahayu, & Erdina Indrawati	350

39 PERAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP REGULASI DIRI BELAJAR MAHASISWA DALAM PEMBELAJARAN DARING Angela Cynthia Gita Prameswari & Sri Tiatri	359
40 DUKUNGAN SOSIAL MANAKAH YANG PALING BERKAITAN DENGAN ADAPTABILITAS KARIR? Nurul Zakiah & Yulistin Tresnawaty	369
41 PERAN <i>SELF-ESTEEM</i> DAN <i>SELF-CONTROL</i> TERHADAP <i>IMPULSIVE BUYING</i> PRODUK KECANTIKAN PADA WANITA DEWASA Pocut Shazzura, Aully Grashinta, & Muhammad Akhyar	378
42 HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI BELAJAR DENGAN <i>ACADEMIC ENGAGEMENT</i> PADA MAHASISWA AKTIF DALAM ORGANISASI Tsania Khoerul Muttaqooti & Sri Tiatri	385
43 PERAN <i>EMOTION-FOCUSED COPING</i> TERHADAP TINGKAT STRES PADA IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA Evi Syafrida Nasution, Agung Rido Harmoko, & Cinthya Permata Sari	392
44 HUBUNGAN OPTIMISME DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN <i>PROBLEM FOCUSED COPING</i> PADA PEGAWAI WANITA YANG BERPERAN GANDA Siti Chaeriyah & Tjitjik Hamidah	399
45 <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i> PADA DEWASA YANG MENJALANI <i>COMMUTER MARRIAGE</i> DI MASA <i>NEW NORMAL</i> Olivia Safira Maharani & Anita Zulkaida	407
46 UPAYA Mencari Pertolongan Psikologis dari Profesional (<i>HELP-SEEKING</i>) PADA MAHASISWA Lucky Hardinugraha & Anita Zulkaida	419
47 HUBUNGAN <i>FAT TALK</i> DENGAN PERILAKU PENGENDALIAN BERAT BADAN TIDAK SEHAT PADA REMAJA PEREMPUAN Lois T. Sanemo & Anita Novianty	426
48 PEMAAFAN PADA REMAJA KORBAN KEKERASAN DALAM BERPACARAN Lusida Margaretta & Stefanus Soejanto Sandjaja	437
49 <i>THE ROLES OF HEURISTIC THINKING ON THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED SCARCITY AND IMPULSIVE BUYING DUE TO THE COVID-19 VIRUS PANDEMIC THREAT</i> Silverius Y. Soeharso, Sarah Awudya, & Auliannisa N. Ayuningtyas	445
50 PENGARUH KONTRAK PSIKOLOGIS TERHADAP KETERIKATAN KERJA PADA KARYAWAN GENERASI MILENIAL DI JABODETABEK Puji Nur Laraswati & Puti Archianti	456
51 STRESS AKADEMIK PENYUSUN SKRIPSI: ANALISIS PENGARUH STRATEGI <i>COPING</i>, EFIKASI DIRI, JENIS KELAMIN DAN SEMESTER Fakhran Azwardi & Ikhwan Lutfi	464
52 PENGARUH <i>PERSON ORGANIZATION FIT</i> DAN KEPUASAN KERJA TERHADAP <i>TURNOVER INTENTION</i> PADA KARYAWAN IT Kamilia Nur Umamah, Endro Puspo Wiroko, & Silverius Y. Soeharso	474

- 53 PERAN *PARENT ATTACHMENT* TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA SMA YANG MENJALANI BELAJAR DARI RUMAH PADA MASA PANDEMI COVID-19** 481
Norma Karlina Sari, Aully Grashinta, & Aisyah
- 54 PENGARUH KUALITAS PELAYANAN PEMBUATAN SIM TERHADAP KEPERCAYAAN MASYARAKAT DENGAN KEPUASAN MASYARAKAT SEBAGAI VARIABEL MEDIASI** 492
Beny Gielar Indrajati & Anastasia Sri Maryatmi
- 55 TERAPI REALITAS TEKNIK WDEP UNTUK MENINGKATKAN *FORGIVENESS* DI RUTAN PONDOK BAMBU JAKARTA** 498
Nursia Sirait & Rilla Sovitriana

TERAPI MUSIK KLASIK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR MATEMATIKA SISWA SMK KESDAM JAYA

Marthalina Trijayanti¹

email: 2303tosca@gmail.com

Anizar Rahayu^{1*}

email: anizar.rahayu@upi-yai.ac.id

Erdina Indrawati¹

email: erdina.indrawati@upi-yai.ac.id

¹ Fakultas Psikologi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I, Jakarta

* *corresponding author* (penulis korespondensi)

Abstrak

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh musik klasik pada peningkatan motivasi belajar matematika pada siswa SMK Kesdam Jaya. Metode penelitian menggunakan *single-case-experimental design*. Partisipan dalam penelitian ini adalah seorang siswi SMK Kesdam Jaya kelas XI. Teknik pengambilan data dilakukan dengan tes psikologi, wawancara, dan observasi. Penilaian observasi dilakukan pada pelaksanaan *baseline* -1 dan 2 dilakukan 3 sesi @45 menit pembelajaran matematika dengan kurikulum yang disesuaikan tanpa diperdengarkan musik klasik. Diantara kedua *baseline* tersebut dilakukan *treatment* (B) dengan diputarnya musik klasik selama 10 sesi @45 menit. Sebelum diterapkan terapi musik, persentase motivasi belajar matematika sebesar 21%, sedangkan setelah terapi dilakukan adalah sebesar 64%, sehingga berdasarkan hasil penelitian setelah diterapkan terapi musik klasik, maka persentase motivasi belajar matematika mengalami peningkatan sebesar 43%. Di mana persentase tertinggi adalah pada perilaku aktif bertanya yaitu sebesar 48%, berikutnya peningkatan pada fokus dengan aktivitas yang terkait dengan pembelajaran sebesar 44%, sedangkan peningkatan sebesar 40% didapat dari antusiasme dalam menjawab pertanyaan, keaktifan dalam mencatat materi serta kegigihan dalam memecahkan persoalan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi musik klasik mampu mempengaruhi motivasi belajar matematika siswa SMK Kesdam Jaya. Disarankan agar motivasi belajar matematika terus terjaga, maka penerapan terapi musik dapat berkesinambungan dari sinergitas unsur seperti siswa itu sendiri, orangtua, dan terutama institusi pendidikan terkait.

Kata Kunci: Terapi Musik, Motivasi Belajar, Psikologi Pendidikan

PENDAHULUAN

Sesuai dengan tujuan Pendidikan Nasional, Pemerintah telah memberikan perhatian yang cukup besar terhadap dunia pendidikan dengan berusaha keras meningkatkan mutu Pendidikan Nasional melalui penyiapan sumber daya manusia yang berkualitas, seperti yang tertuang

dalam Undang-Undang No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, yaitu mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan YME, berahlak mulia, sehat berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggungjawab. Tertuang dalam BAB III mengenai prinsip penyelenggaraan pendidikan yang

berbunyi bahwa pendidikan diselenggarakan dengan mengembangkan budaya membaca, menulis, dan berhitung.

Sehingga agar tujuan tersebut tercapai maka harus diciptakan suasana pembelajaran yang efektif, efisien serta menyenangkan bagi para peserta didik, dengan demikian pembelajaran yang diberikan akan menjadi bermakna. Namun, jika para siswa memiliki minat yang rendah terhadap proses pembelajaran, maka tujuan pembelajaran tersebut akan sulit terwujud. Oleh sebab itu para peserta didik membutuhkan motivasi yang tinggi. Motivasi membuat siswa terus bergerak, yang tercermin dalam keterlibatan sosial, kognitif, dan perilaku di berbagai aktivitas sekolah (Ormrod, 2009).

Sedangkan motivasi belajar adalah kondisi psikologis yang mendorong siswa untuk belajar secara sungguh-sungguh, yang pada gilirannya akan terbentuk cara belajar siswa yang sistematis, penuh konsentrasi dan dapat menyeleksi kegiatan-kegiatannya. (Hergenhatin et al., 2009). Seperti yang telah dikemukakan sebelumnya mengenai prinsip penyelenggaraan pendidikan dalam UU no 20 /2003 adalah mengembangkan budaya berhitung, di mana dalam pendidikan di sekolah kemampuan berhitung siswa dapat terasah dari pelajaran matematika. Kata matematika berasal dari bahasa Yunani yaitu *mathema* memiliki arti pengetahuan, pemikiran dan pembelajaran, dengan serapan lain *mathanein* yang bermakna berfikir (Boyer, 2019). Sehingga secara etimologis istilah *mathematics* (Inggris) atau dalam bahasa Indonesia biasa kita menyebutnya dengan matematika dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia yaitu ilmu tentang bilangan, hubungan antara bilangan, dan prosedur operasioanl yang digunakan dalam penyelesaian masalah khususnya mengenai bilangan (kbbi.web.id, 2021) sehingga dapat disimpulkan bahwa matematika adalah ilmu pengetahuan yang terbentuk dari proses berfikir dan juga merupakan dasar pemikiran untuk pengembangan

pengetahuan khususnya penyelesaian mengenai bilangan.

Supatmono (2009) mengemukakan beberapa indikator yang menjadi penyebab peserta didik memiliki motivasi rendah terhadap mata pelajaran matematika, antara lain: (a) terkait dengan sugesti dan motivasi siswa itu sendiri. Banyak siswa yang tersugesti jika matematika itu adalah sulit; (b) guru juga merupakan indikator yang menyebabkan siswa tidak memiliki minat tinggi terhadap matematika, yakni pada caranya memperlakukan siswa saat pembelajaran matematika dan bagaimana guru membawakan pelajaran matematika sebagai pelajaran yang menyenangkan dengan rumus menarik; (c) penilaian terhadap matematika, di mana guru cenderung memberi penilaian terhadap hasil berhitung para siswa, namun kurang penilaian terhadap bagaimana proses memperoleh hasil tersebut. Hal ini menyebabkan siswa tidak dapat mengetahui apakah penilaian guru telah sesuai dengan kemampuannya, sebab tidak mengukur kemampuan konsep matematika yang telah dikuasai oleh siswa; (d) pada dasarnya orang tua mempunyai cukup waktu untuk memperhatikan perkembangan belajar anaknya, namun karena banyak orang tua yang tidak menguasai matematika dan cara membelajarkannya, sehingga orangtuapun tak mampu berbuat banyak dalam membantu anak-anaknya menyelesaikan persoalan matematika; (e) faktor budaya, yang berhubungan dengan cara budaya masyarakat yang kurang tekun dengan budaya kerja keras. Sedangkan matematika membutuhkan kerja keras dan konsentrasi tinggi, sehingga membuat matematika menjadi pelajaran yang membosankan dan sulit; (f) faktor matematika itu sendiri, menuntut banyak analisa, perhitungan, dll, sehingga banyak siswa cenderung menghindari pelajaran berhitung dan lebih memilih menyukai pelajaran menghafal.

Situasi seperti ini dominan terlihat dalam situasi pembelajaran, yang pada kenyataannya banyak siswa belum

memiliki ciri antusiasme terhadap pelajaran matematika (Ormrod, 2009), sekaligus sebagai indikator perilaku yang akan diukur dalam penelitian ini, sebagai berikut: (a) aktif dan memiliki rasa penasaran sehingga antusias mengajukan pertanyaan bahkan sekedar berkomentar kepada guru; (b) semangat mencatat materi yang disampaikan; (c) mudah menjawab pertanyaan yang guru ajukan, bahkan pertanyaan yang sangat sulit sekalipun atau yang sudah lama diterangkan; (d) tidak mudah menyerah ketika diberi tugas; (e) fokus dengan aktivitas yang berkaitan dengan pelajaran matematika.

Alternatif penyelesaian untuk mengatasi kurangnya motivasi belajar matematika tersebut, antara lain adalah dengan dilakukannya variasi guru dalam penyampaian materi kepada para siswa (dapat dikombinasikan lewat metode diskusi, games, dan penyampaian teoritis normatif), dapat pula diselingi dengan pemberian games *ice breaking* untuk melepas kepenatan dan pemecah konsentrasi negatif siswa yang tidak fokus pada apa yang disampaikan, antara lain dengan pemutaran musik. Mengingat antusiasme yang tinggi para siswa terhadap musik, maka peningkatan motivasi dapat melalui pemutaran musik secara terprogram pada jam tertentu dengan jenis musik yang telah disesuaikan. Sehingga diharapkan dapat meminimalisir kebosanan dan rasa lelah terutama dalam mengikuti pelajaran matematika.

Penerapan musik dalam pembelajaran telah dibuktikan di Sekolah *St. Augustine School of Arts* (2020). Murid sekolah ini hampir semuanya berasal dari keluarga miskin dan keluarga yang kurang berpendidikan, namun di sekolah ini para murid melakukan kegiatan menyiapkan dan memainkan alat musik, mengambil les tambahan untuk meningkatkan kemampuan memainkan/menyanyikan lagu dan menghadiri konser. Alhasil murid sekolah ini memiliki prestasi akademis tertinggi di seluruh Amerika. Kata “musik” sendiri dalam terapi musik digunakan

untuk menjelaskan media yang digunakan secara khusus dalam rangkaian terapi (Djohan,2006). Terapi musik dilakukan dengan tujuan utama untuk perubahan perilaku, diikuti tujuan psikososial dan kognitif. Terapi musik adalah usaha untuk meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya yang diorganisir hingga tercipta musik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental (Schou, 2008).

Dalam analisa medis seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Michael Muller MD, *University of Maryland School of Medicine*, manakala seseorang mendengarkan musik maka bagian otak yang disebut *Striatum Ventral* akan merilis senyawa dopamin yang memberi dampak pengalaman menyenangkan serta hipnosis/kondisi mental yang diciptakan oleh ketukan musik dapat mengirim otak dalam kondisi alfa atau kondisi tenang yaitu saat di mana getaran gelombang otak manusia berada pada kisaran 7.5 – 12.5 Hz. Lalu di saat bersamaan dilepaslah hormon endorfin, yaitu morfin alami yang dihasilkan tubuh manusia diproduksi oleh kelenjar pituari dan sistem saraf pusat yaitu berfungsi sebagai pengurang nyeri, sehingga dapat berfungsi untuk pengurangan penggunaan analgetik, penurunan kadar katekolamin, membuat denyut menjadi lebih stabil, yang menghasilkan efek menenangkan.

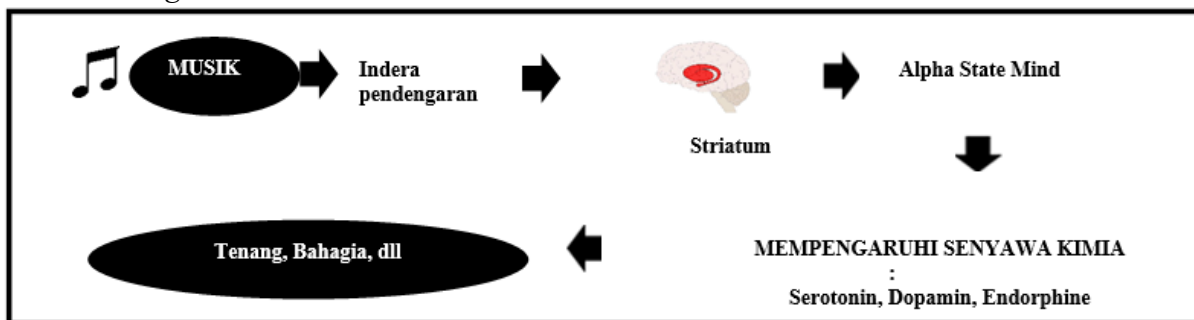
Selain itu juga mampu memberikan pengalaman menyenangkan, dan musik juga dapat menghasilkan efek menenangkan pikiran (terutama ketika seseorang mengalami depresi), mengangkat mood dan mampu mengobati masalah gangguan kecemasan. Sedangkan serotonin adalah neurotransmitter yang proses kerjanya saling mengimbangi dengan kerja dopamin. Di mana kadar serotonin yang dimiliki manusia mampu mempengaruhi 50 juta sel otak, serotonin yang tidak seimbang akan berdampak pada rasa cemas, khawatir, penurunan penalaran dan mampu mengacaukan sistem kerja

otak, kesulitan tidur, *moodswing* dan juga menyebabkan nafsu makan menjadi tidak teratur (Oliver, 2013)

Terdapat hubungan yang sangat erat antara musik dan matematika. Jika musik terdiri dari ketukan irama dan nada, maka

matematika adalah sebuah angka. Irama dan nada memiliki ketukan frekuentif yang berpola, semua itu tak terlepas dari perhitungan angka-angka, dan dalam matematika perhitungan terhadap sebuah angka juga memiliki pola.

Gambar 1
Proses Biologis Penerimaan Musik



Hasil riset 1993 oleh Irvin seorang *scientist* di *University of California* membuktikan bahwa IQ seseorang dapat ditingkatkan 8 hingga 9 poin. Hal ini dicapai hanya dengan mendengarkan musik Mozart yang berjudul “*Sonata for Two Pianos in D Major, K.448*” selama 10 menit. (<https://www.classicfm.com/music-news/the-mozzart-effect>). Selain itu, hasil riset DR. Alfred Tomatis, seorang anggota terkemuka dari *The French Academy of Medicine* dan *Academy of Science*, membuktikan bahwa sel otak akan mendapatkan *recharge energy* apabila mendengarkan suara dengan frekuensi antara 5.000 Hz hingga 8.000 Hz. Hasil risetnya juga menemukan bahwa karya - karya dari komposer klasik Mozart memiliki kecenderungan frekuensi 5.000Hz – 8.000Hz. Sedangkan musik irama keras seperti Heavy Metal dan Hard Rock hanya mengandung frekuensi 5Hz-8Hz.

Untuk mata pelajaran di bidang logika atau eksakta seperti matematika, maka perlu musik yang bisa menenangkan pikiran dan membantu konsentrasi. Sehingga musik klasik dapat membuat pikiran lebih jernih karena iramanya dapat menenangkan otak, membuat kerja jantung lebih rileks. Musik klasik memiliki

ketukan dan frekuensi sesuai dengan detak jantung manusia yang santai dan dalam kondisi belajar optimal yaitu 60 sampai 80 kali permenit, dan para siswa akan lebih mudah dalam menerima pembelajaran jika berada dalam kondisi santai atau rileks. Gelombang otak yang diperlukan dalam kegiatan belajar adalah gelombang alpha atau dalam keadaan rileks 8-13Hz /detik. (Schuster dan Gritton, 2001).

Referensi musik klasik yang sekiranya dapat diputar ketika pelajaran matematika berlangsung adalah piano concerto 21-mozart, Fur Elise- Beethoven, Toccata and Fugue in D Minor- S.Bach, Swan Lake- Tchaikovsky, dan Largo-Handel. (Dwiputra & Irma 2013). Musik klasik memiliki ketukan dan frekuensi sesuai dengan detak jantung manusia yang santai dan dalam kondisi belajar optimal yaitu 60 - 80 /menit, para pelajar akan lebih mudah dalam menerima pembelajaran jika berada dalam kondisi santai atau represif. Gelombang otak yang diperlukan dalam kegiatan belajar adalah saat kondisi gelombang alpha atau dalam keadaan rileks 7.5Hz-12.5Hz /detik. (Schuster dan Gritton, 2010). Musik klasik mampu meluaskan fungsi otak dan menstimulasi pertumbuhan. Jenis musik ini memiliki jenis nada yang tenang

sehingga mampu menstimulasi gelombang di otak dan dapat merangsang sistem jaringan neuron untuk menenangkan (Campbell, 2009). Sehingga pada proses belajar matematika yang seringkali dipandang sulit dan menyeramkan, penggunaan musik klasik dianggap tepat untuk lebih membuat nyaman dan relaks.

Penelitian terapi musik ini diterapkan kepada remaja siswi SMK Kesdam Jaya kelas XI berusia 15-16 tahun, karena musik merupakan suatu hal yang sangat akrab bagi mereka, apalagi jika didasarkan pada ciri khas masa remaja tersebut. Salah satunya adalah masa remaja merupakan saat terjadinya perubahan utama dan penting dalam diri yaitu perubahan emosi, tubuh, minat, perilaku dan nilai. Terkait dengan hasil penelitian sebelumnya yang mengemukakan bahwa musik dapat mempunyai efek terhadap hormon dan sistem kerja otak, serta mampu mempengaruhi emosi dan tubuh sehingga dapat mengarahkan perilakunya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan terapi musik klasik terhadap peningkatan motivasi belajar matematika pada siswa SMK Kesdam Jaya.

METODE

Penelitian menggunakan tipe *single-case experiment*, yaitu penelitian yang melihat perubahan perilaku pada subjek tunggal. Dengan A-B-A design untuk mengetahui pengaruh variabel eksperimen dilakukan melalui pengamatan secara terus menerus terhadap perilaku subjek tunggal sebelum dan sesudah diberikan *treatment* (Posavac&Zeichmeister, 2003). Pada fase *baseline* (A1) dilakukan 3 sesi @45 menit dengan 9 kali interval pada setiap sesinya, dilakukan pembelajaran matematika dengan kurikulum yang disesuaikan tanpa diperdengarkan musik klasik. Selanjutnya peneliti melakukan intervensi/*treatment* (B) dengan diputarnya musik klasik selama 10 sesi @45 menit dengan 9 kali interval pada setiap sesinya. Selama

intervensi (B) perilaku subjek kembali diobservasi. Kemudian pada saat intervensi dihentikan, maka akan dilakukan fase *baseline* yang kedua (A2), dengan tehnik yang sama seperti pada *baseline* pertama (A1).

Musik yang diputar selama intervensi adalah musik klasik dengan tempo *adagio-andante-moderato*, mayoritas hasil komposer Mozart seperti *Symphony No.40 in GMinor-KV.550*, *Concerto-21, Flute Harp Concerto inMajor-K 299:II. Andantino*, *Sonata K 331*, *Sonata No.8in AMinor-K310*, *Kegestaltt Trio in E Flat-KV498*, selain karya Mozart juga dikombinasikan dengan karya komposer lain seperti *Fur Elise* dan *Andante Favori in F-Wo057* by Beethoven, *Noctune op.9No.2* dan *Andante Spianato&Grande Polonaise Brillante* by Chopin, dan variasi dari kompilasi "4 Hours Classical Music For Studying, Relax and Concentration. Diputar sepanjang pembelajaran matematika, dengan volume disesuaikan dengan aktifitas yang sedang berlangsung. Saat memecahkan persoalan volume pada level low-medium (10-25db), dan dibuat lebih rendah saat guru menerangkan.

Sampel/partisipan dalam penelitian ini seorang siswi kelas XI SMK, berusia 16 tahun yang memiliki kegemaran olahraga dan berkreasi, juga minatnya yang luas terhadap musik, ia juga telah menoreh banyak prestasi non akademis antar sekolah bahkan nasional dalam bidang olahraga karate, namun motivasi belajar matematika tidak sebaik pelajaran lain. Hal ini terlihat dari prestasi belajar pada pelajaran matematika memiliki nilai raport minimal KKM (7,4, nilai matematika NZ = 7,5) sedangkan pada pelajaran lain nilainya jauh di atas KKM dan mampu bersaing dengan para juara kelas. Subjek dipilih karena peneliti mendapat data dan rekomendasi bahwa yang bersangkutan memiliki kriteria variabel yang akan diteliti dan yang bersangkutan bersedia untuk menjadi bagian dalam penelitian ini.

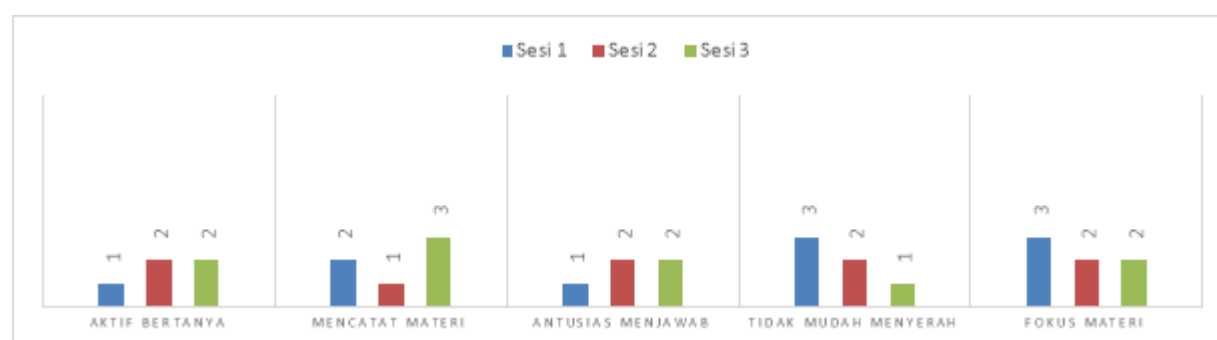
Indikator yang akan diukur dalam penelitian ini mengacu pada ciri antusiasme terhadap pelajaran matematika (Ormrod, 2009): (a) aktif dan memiliki rasa penasaran sehingga antusias mengajukan pertanyaan bahkan sekedar berkomentar kepada guru; (b) semangat mencatat materi yang disampaikan; (c) mudah menjawab pertanyaan yang guru ajukan, bahkan pertanyaan yang sangat sulit sekalipun atau yang sudah lama diterangkan; (d) tidak mudah menyerah ketika diberi tugas; (e) fokus dengan aktivitas yang berkaitan dengan pelajaran matematika.

HASIL

Hasil observasi pada *baseline* (A1) diperoleh total mean persentase keaktifan subjek dalam mengajukan pertanyaan yang tak dipahaminya sebesar 18,33%, lalu keaktifan perilaku mencatat materi yang dianggap penting sebesar 22%, kemudian persentase antusiasme NZ dalam menjawab pertanyaan guru adalah sebesar 14,66%, persentase perilaku tidak mudah menyerah dalam mengerjakan soal matematika sebesar 22%, fokus yang berkaitan dengan aktivitas pembelajaran matematika sebesar 25,66%. Seperti yang divisualkan dalam bentuk diagram dan tabel berikut ini.

Gambar 2.

Baseline 1 (A1). Motivasi Belajar Matematika Pada Tiap Sesi



Tabel 1

Baseline 1 (A1) Motivasi Belajar Matematika

Indikator Perilaku	Total Interval	Frekuensi Motivasi Belajar Matematika	Persentase Motivasi Belajar Matematika
Aktif bertanya	9	5	18.33%
Aktif Mencatat Materi	9	6	22%
Antusias Menjawab Pertanyaan	9	4	14.66%
Tidak mudah Menyerah	9	6	22%
Fokus Pada Aktifitas Pembelajaran	9	7	25.66%

Hasil observasi pada pelaksanaan intervensi (B) diperoleh total mean persentase keaktifan subjek dalam mengajukan pertanyaan yang tak dipahaminya sebesar 55%, lalu keaktifan perilaku mencatat materi yang dianggap penting sebesar 45.1%, kemudian persentase antusiasme dalam menjawab

pertanyaan guru adalah sebesar 45.1%, persentase perilaku tidak mudah menyerah dalam mengerjakan soal matematika sebesar 46.2%, fokus yang berkaitan dengan aktivitas pembelajaran matematika sebesar 58.3%. Setiap sesi yang dilakukan divisualkan dalam tabel berikut ini.

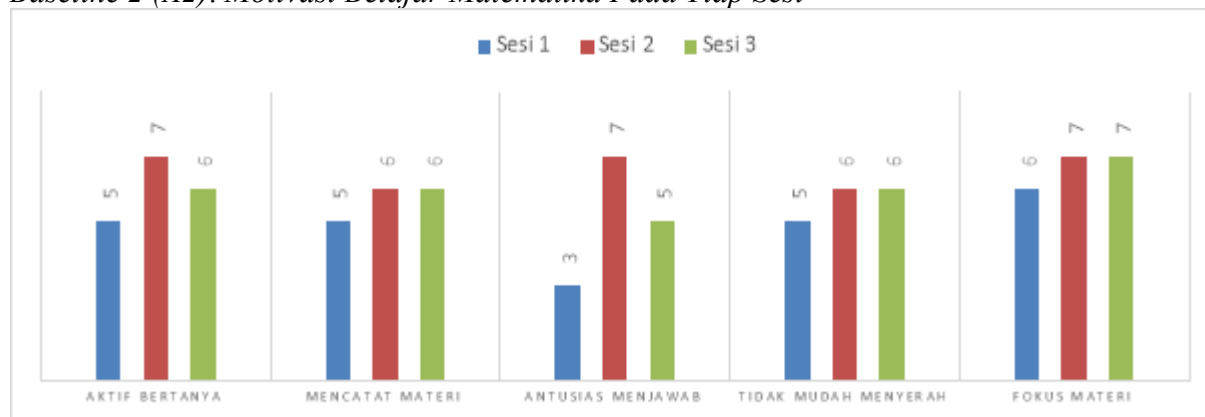
Tabel 2
Intervensi (B) Motivasi Belajar Matematika

Sesi	Total Interval	Frekuensi Motivasi Belajar Matematika	Persentase Motivasi Belajar Matematika
1	45	12	27%
2	45	16	35%
3	45	17	37%
4	45	17	37%
5	45	22	49%
6	45	25	55%
7	45	25	55%
8	45	29	64%
9	45	29	64%
10	45	32	71%
TOTAL		224	
Mean Persentase			49%

Hasil observasi pada *baseline* (A2) diperoleh total mean persentase keaktifan subjek dalam mengajukan pertanyaan yang tak dipahaminya sebesar 66%, lalu keaktifan perilaku mencatat materi yang dianggap penting sebesar 62.3%, kemudian persentase antusiasme NZ dalam menjawab pertanyaan guru adalah sebesar

55%, persentase perilaku tidak mudah menyerah dalam mengerjakan soal matematika sebesar 62.33%, fokus yang berkaitan dengan aktivitas pembelajaran matematika sebesar 69.6%. Seperti yang tervisualkan dalam bentuk diagram dan tabel berikut ini.

Gambar 3
Baseline 2 (A2). Motivasi Belajar Matematika Pada Tiap Sesi



Tabel 3
Baseline 2 (A2) Motivasi Belajar Matematika

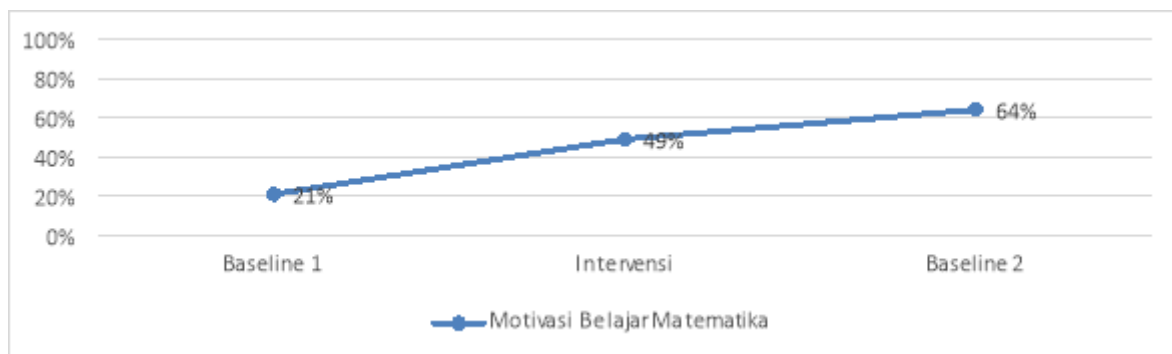
Indikator Perilaku	Total Interval	Frekuensi Motivasi Belajar Matematika	Persentase Motivasi Belajar Matematika
Aktif bertanya	9	18	66%
Aktif Mencatat Materi	9	17	62.33%
Antusias Menjawab Pertanyaan	9	15	55%
Tidak mudah Menyerah	9	17	62.33%
Fokus Pada Aktifitas Pembelajaran	9	17	69,6%

Sehingga jika dituangkan ke dalam grafik motivasi belajar matematika dapat terlihat perubahan persentase perilaku motivasi belajar matematika, dalam semua

tahapan, dimulai dari percobaan / *baseline* 1 (A1) lalu saat 10 kali sesi intervensi hingga saat *baseline* 2 (A2), dengan perolehan sebagai berikut:

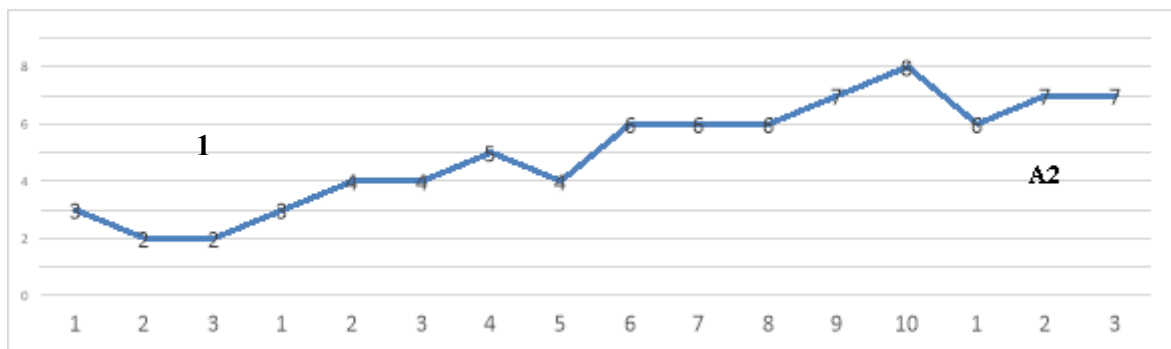
Gambar 4

Persentase Motivasi belajar matematika pada seluruh tahapan Baseline (A1), Intervensi (B) dan Baseline 2 (A2)



Gambar 5

Persentase Motivasi belajar matematika pada seluruh tahapan per sesi Baseline (A1), Intervensi (B) dan Baseline 2 (A2)



Setelah dilakukan intervensi selama proses belajar matematika berlangsung, terdapat perubahan persentase mean pada tahap *baseline* (A1), tahap intervensi (B), dan pada tahap *baseline* 2 (A2). Di mana pada pelaksanaannya menunjukkan perubahan motivasi belajar dari sebelum diterapkannya terapi musik menjadi lebih termotivasi dan antusias dalam belajar matematika setelah dilaksanakannya intervensi pemutaran musik klasik selama 10 sesi intervensi dan intervensi tersebut mampu bertahan sampai dengan tahap follow up. Kenaikan yang paling signifikan adalah pada perilaku aktif bertanya yang mengalami peningkatan

sebesar 48%, serta fokusnya yang juga mengalami peningkatan sebesar 44%, serta kegigihannya dalam memecahkan persoalan matematika yang diberikan, antusiasme dalam menjawab pertanyaan, serta keaktifannya dalam mencatat materi mengalami peningkatan yang sama yaitu sebesar 40%.

DISKUSI

Bahwa penerapan terapi musik klasik terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi belajar matematika pada siswa SMK Kesdam Jaya. Hal ini terlihat dari peningkatan

persentase karakteristik motivasi belajar, di mana pada saat baseline 1 motivasi belajar matematika adalah sebesar 21%, lalu setelah dilakukan terapi musik klasik selama 10 sesi, maka persentase motivasi tersebut meningkat sebesar 43% sehingga persentase motivasi belajar yang dimiliki oleh adalah sebesar 64%.

Sehingga agar motivasi belajar matematika terus terjaga, maka penerapan terapi musik dapat berkesinambungan dari sinergitas unsur seperti siswa itu sendiri, orangtua, dan terutama institusi pendidikan terkait. Sedangkan untuk referensi saran penelitian berikutnya diharapkan agar membuat inovasi baru terkait terapi musik dengan memodifikasi jenis musik, sampel, maupun perilaku yang diteliti. Sehingga pada masa akan datang terapi ini dapat memberikan manfaat serta kemudahan dalam dunia pendidikan dan psikologi pendidikan pada khususnya.

REFERENSI

- Boyer, C. B. (2011). *A history of mathematics* (3rd ed.). Wiley & Sons, Inc.
- Djohan. (2006). *Terapi musik*. Galang Press.
- Abadi, J. D., & Irma, R. (2013). Musik klasik dan peningkatan hasil belajar matematika pada kelas tinggi. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 2(1).
- Campbell, D. (2009). *The mozzart effect: Tapping the power of music to heal the body*. Harper Collins
- Hergenhahn, B. R., & Olson, M. H. (2009). *Theories of learning (teori belajar)*. Kencana.
- Kbbi.web.id. (2021). Ma-te-,a-ti-ka.: Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kamus versi online/daring
- Ormrod, J. E. (2009). *Psikologi pendidikan. membantu siswa tumbuh kembang. (Edisi Keenam jilid 1, terjemahan Bahasa Indonesia)*. Erlangga
- Posavac, E. J & Zechmeister, E. B (2003). *Data analysis and interpretation in behavioral sciences*. Wadsworth
- Sacs, O. (2013). *Musikofilia, kisah-kisah tentang musik dan otak*. PT. Indeks.
- Schou, K. (2008). *Music therapy for post operative cardiac patiens, a randomized controlled trial evaluating guided relaxation with musicand music listening on anxiety, pain and mood* [Disertasi]. Aalborg University.
- Schuster, D. H & Gritton, C. E. (2001). *Suggestive accelerative learning tehniques*. Gordon and Breath Science Publishers.
- Supratmono, C. (2009). *Matematika asyik*. PT. Grasindo
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.