

Kode>Nama Rumpun Ilmu*	: 390/ Ilmu Psikologi
Bidang Fokus	: Sosial Humaniora - Seni Budaya - Pendidikan

**LAPORAN AKHIR PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
(Skema Undangan)**



**BANGUN DARI DEMOTIVASI SKRIPSI
PODCAST “DISKO” DISKUSI PSIKOLOGI KBR PRIME DAN INTO THE LIGHT**

TIM PENGUSUL

Gita Widya Laksmi 0411097605

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN JAYA
FEBRUARI 2021**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Pengabdian : Bangun dari Demotivasi Skripsi Podcast “Disko” Diskusi Psikologi

Peneliti/Pelaksana

a. Nama Lengkap : Gita Widya Laksmi, M.A., M.Psi., Psikolog
b. Perguruan Tinggi : Universitas Pembangunan Jaya
b. NIDN : 0411097605
c. Jabatan Fungsional : Lektor 300
d. Program Studi : Psikologi
e. Nomor HP : 081311162469
f. Alamat surel (*e-mail*) : gita.soerjoatmodjo@upj.ac.id

Institusi Mitra (Jika ada)

Nama Instutusi Mitra : KBR (Kantor Berita Radio)
Alamat : Jl. Guntur No. 70 RT 13/RW 05 Jakarta 12980
Penanggung Jawab : Citra Dyah Prastuti (Pemimpin Redaksi)
Tahun Pelaksanaan : 2021
Biaya Tahun Berjalan : Rp. 500.000
Biaya Keseluruhan : Rp. 500.000

Kota Tangerang Selatan, 22 Februari 2021

Mengetahui,
Dekan Fakultas Humaniora dan Bisnis

Ketua,



Clara Evi C. Citraningtyas, M.A., Ph.D.
NIDN: 0326076903

Gita Widya Laksmi Soerjoatmodjo
NIDN: 0411097605

Menyetujui,
Kepala Lembaga P2M



(Dr. Edi Purwanto, SE, MM)
NIK : 08.0720.014

RINGKASAN

“Disko” atau Diskusi Psikologi adalah program Kantor Berita Radio (KBR) bekerjasama dengan komunitas Into the Light yang mendorong penghapusan stigma terhadap orang dengan gangguan mental. Program ini bertujuan agar setiap individu berkesempatan untuk mengenal dirinya lebih dalam. Dengan menghadirkan pengalaman nyata dari individu sebagai penutur kisah, program ini dilengkapi dengan analisa berdasarkan bukti ilmiah. Tema Bangun dari Demotivasi Skripsi diangkat karena hampir semua mahasiswa setuju bahwa bagian terberat dari masa kuliah adalah menyelesaikan tugas skripsi. Terkadang banyaknya penelitian, beban dan tekanan yang dihadapi membuat mahasiswa tingkat akhir mengalami krisis motivasi. Podcast dengan format acara bincang-bincang yang ditayangkan pada tanggal 20 Januari 2021 ini dapat diakses melalui tautan: <https://open.spotify.com/episode/2SXNoeHGvOxvK1SfH9ptSW?si=EPND0L-HT-SofZs52r8J2w>

PRAKATA

“Disko” atau Diskusi Psikologi adalah program Kantor Berita Radio (KBR) bekerjasama dengan komunitas Into the Light yang mendorong penghapusan stigma terhadap orang dengan gangguan mental. Program ini bertujuan agar setiap individu berkesempatan untuk mengenal dirinya lebih dalam. Dengan menghadirkan pengalaman nyata dari individu sebagai penutur kisah, program ini dilengkapi dengan analisa berdasarkan bukti ilmiah. Tema Bangun dari Demotivasi Skripsi diangkat karena hampir semua mahasiswa setuju bahwa bagian terberat dari masa kuliah adalah menyelesaikan tugas skripsi. Terkadang banyaknya penelitian, beban dan tekanan yang dihadapi membuat mahasiswa tingkat akhir mengalami krisis motivasi. Podcast dengan format acara bincang-bincang yang ditayangkan pada tanggal 20 Januari 2021 ini dapat diakses melalui tautan: <https://open.spotify.com/episode/2SXNoeHGvOxvK1SfH9ptSW?si=EPND0L-HT-SofZs52r8J2w>

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
RINGKASAN.....	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	1
BAB I PENDAHULUAN	2
BAB 2 TARGET DAN LUARAN.....	4
BAB 3 METODE PELAKSANAAN	4
BAB 4 KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI.....	7
BAB 5 HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI	8
BAB 6 RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA.....	9
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN	10
DAFTAR PUSTAKA	11
LAMPIRAN	11
Lampiran 1. Materi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2. Surat Undangan	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3. Surat Tugas.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

DAFTAR GAMBAR

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Materi	13
Lampiran 2. Surat Undangan	24
Lampiran 3. Surat Tugas	25
Lampiran 4. Sertifikat	26

BAB I

PENDAHULUAN

Sanjaya (2019) menjelaskan bahwa *goal* atau tujuan merupakan uraian yang meliputi standar performansi, jumlah minimum yang dipandang layak, norma yang menjadi tolok ukur, tugas yang perlu diselesaikan sampai sasaran yang ingin dicapai di akhir serangkaian perilaku diikuti dengan tenggat waktu. *Goal setting* sendiri merupakan langkah dimana seseorang menetapkan tujuan yang jelas, sehingga mampu mengarahkan perhatian, melakukan aktivitas yang relevan, menjauhi aktivitas yang tidak relevan, serta menunjukkan kemampuan diri untuk meregulasi hidupnya (Sanjaya, 2019). Penelitian oleh Liana (2020) juga menunjukkan bahwa *goal setting* dapat meningkatkan keyakinan atau efikasi diri individu dalam mengambil berbagai keputusan, termasuk untuk menuntaskan tugas. Penelitian Sanjaya (2019) sendiri menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *goal setting* dengan motivasi belajar, artinya semakin tinggi *goal setting* pada seseorang maka motivasi belajarnya pun menjadi semakin besar.

Motivasi berprestasi sendiri, sebagaimana dijelaskan oleh Suwarsih (2018) adalah upaya yang dikerahkan oleh seseorang guna meraih keberhasilan dengan melihat tolok ukur yang dijadikan acuan, dimana muncul keinginan untuk menyelesaikan tugas sesuai standar kesuksesan tersebut. Suwarsih (2019) menjelaskan bahwa seseorang yang punya motivasi berprestasi tinggi akan bersemangat menyelesaikan tugas yang diberikan dengan sebaik-baiknya. Penelitian Suwarsih (2019) sendiri menghasilkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif antara tujuan yang dimiliki dengan motivasi berprestasi. Artinya jika tujuan jelas, maka motivasi berprestasinya pun tinggi.

Sementara hubungan antara *goal setting* dengan motivasi berprestasi sudah gamblang tergambar, bagaimana dengan konteks mahasiswa yang menyelesaikan skripsi? Sebagai karya ilmiah syarat kelulusan, skripsi wajib dituntaskan mahasiswa yang dituntut mandiri menyusun penelitian yang dapat bermanfaat bagi masyarakat dengan peran dosen yang sebatas membantu mahasiswa. Deasyanti dan Nuruzdah (2017) menjelaskan bahwa 5 dari 10 mahasiswa mengalami kendala, antara lain karena cemas saat tulisan dievaluasi dosen pembimbing sehingga justru menghindari skripsi itu sendiri. Lebih jauh lagi, penelitian Fauziah (2014) menyimpulkan bahwa kecerdasan adversitas, yaitu kemampuan individu menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup, dipengaruhi oleh empati dan persahabatan yang dimiliki oleh individu tersebut. Hariyadi, Anto, Sari (2017) menemukan hal serupa, dimana faktor-faktor yang memengaruhi penyelesaian skripsi antara lain ditentukan pada

usaha mahasiswa itu sendiri. Adapun hal-hal tersebut antara lain rendahnya penguasaan mahasiswa terhadap metode dan penguasaan tema penelitian, keterampilan menulis ilmiah sampai ke relasi dengan teman sebaya dan dosen pembimbing. Fadillah (2013) juga menemukan bagaimana stress mendapatkan buku referensi sampai menjadwalkan pembimbingan menimbulkan stress, yang diatasi dengan mengandalkan dukungan keluarga dan kondisi lingkungan.

Bercermin pada fenomena di atas, maka dosen pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat menyusun materi mengabdikan masyarakat. Materi tersebut menghasilkan podcast dengan judul Bangun dari Demotivasi Skripsi yang disiarkan dalam program “Disko” atau Diskusi Psikologi. Dalam format acara bincang-bincang yang dipandu oleh penyiar Naomi dan Bijar dari Kantor Berita Radio (KBR), dosen pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat menjelaskan kerangka teoritis dan pengalaman sebagai dosen pembimbing skripsi di dalam sebuah acara berdurasi 26 menit 46 detik yang ditayangkan pada 20 Januari 2021.

BAB 2 TARGET DAN LUARAN

Target dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah komunitas pendengar podcast Kantor Berita Radio (KBR) yang bekerjasama dengan komunitas Into the Light. KBR sendiri merupakan lembaga kantor penyedia berita radio independen pertama di Indonesia, terverifikasi oleh Dewan Pers, memproduksi program dan disiarkan ke lebih dari 500 radio jaringan di Nusantara dan 200 radio di Asia dan Australia menggunakan satelit, bahkan menjadi satu-satunya media di dunia yang pernah mendapatkan penghargaan dari Raja Belgia, King Baudouin Award (<https://kbr.id/>).

Luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah podcast Bangun dari Demotivasi Skripsi yang ditayangkan oleh KBR bekerjasama dengan Into The Light dalam program Disko atau Diskusi Psikologi pada tanggal 20 Januari 2021 yang dapat diakses melalui kanal Spotify.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini membuahkan sejumlah capaian berikut, yaitu:

1. Pelaksanaan kerjasama sebagai buah dari *Memorandum of Understanding* (MoU) dan *Memorandum of Agreement* (MoA) antara Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya dengan Kantor Berita Radio (KBR) tercapai
2. Podcast Bangun dari Demotivasi Skripsi sebagai bentuk pelaksanaan kerjasama ditayangkan di Kantor Berita Radio (KBR)
3. Materi tersampaikan dalam durasi 26 menit 46 detik yang ditayangkan pada 20 Januari 2021.
4. Integrasi kegiatan pengabdian masyarakat dosen dengan kegiatan pendidikan pengajaran melalui pengembangan materi mata kuliah Psikologi Pendidikan
5. Peningkatan animo calon mahasiswa baru meningkat dengan strategi branding kepakaran dosen
6. Pelibatan mahasiswa dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen terlaksana.

BAB 3

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat adalah berbentuk podcast. Metode ini selaras dengan arahan pemerintah untuk *Work From Home* demi memutus pandemi Covid-19. Moderator dari seminar daring ini adalah penyiar KBR yaitu Naomi dan Bijar. Adapun metode pelaksanaan webinar tersebut adalah sebagai berikut:

1. Persiapan

Tanggal 24 November 2020, dosen pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengikuti rapat penjajakan kerjasama sebagai narasumber yang mendiskusikan persiapan untuk podcast bertajuk Bangun dari Demotivasi Skripsi

2. Kajian Literatur

Tanggal 25-29 November 2020, dosen pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat melakukan kajian literatur tentang fenomena skripsi dan keterkaitannya dengan *goal setting* dan motivasi berprestasi.

3. Diskusi

Tanggal 29-30 November 2020, dosen pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat melakukan diskusi pendalaman dengan 2 (dua) orang mahasiswa bimbingan skripsi untuk menyelaraskan hasil kajian literatur dengan fenomena terkini.

4. Pelaksanaan

Tanggal 30 November 2020, dosen pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat dihubungi via Zoom oleh KBR dan melakukan tanya jawab dalam waktu 30-60 menit.

5. Penyelesaian akhir

Tanggal 30 November-20 Januari 2021, pihak KBR melakukan penyelesaian akhir sehingga materi podcast tayang.

6. Penyelesaian laporan

Tanggal 19-21 Februari 2021, dosen pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat melakukan penyelesaian laporan.

Dapat dilihat bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini pada akhirnya membutuhkan 10 (sepuluh) hari waktu pelaksanaan, mulai dari persiapan hingga penyelesaian laporan. Masa penyelesaian akhir di pihak KBR tidak diperhitungkan.

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dosen pelaksana melibatkan mahasiswa. Peran mahasiswa di dalam kegiatan ini adalah sebagai narasumber informan pemberi informasi dalam proses pengumpulan data. Peran mahasiswa ini selaras dengan kompetensi mereka yang sedang menyelesaikan mata kuliah Skripsi. Dalam skema poin Jaya Softskills Development Program (JSDP), peran mahasiswa adalah sebagai Asisten. Karena kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terhitung berskala nasional, maka sesuai dengan ketentuan poin Jaya Softskills Development Program (JSDP) sebagai Asisten, masing-masing berhak untuk mendapatkan 20 (dua puluh) poin.

Adapun mahasiswa yang terlibat di dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirinci dalam daftar di bawah ini.

1. Dimas Dear Pratama (2015031011)
2. Ines Patricia (2016031017)

BAB 4
KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI

UPJ layak menjadi pelaksana kegiatan ini mengingat hal-hal berikut:

1. Universitas Pembangunan Jaya melalui Program Studi Psikologi memiliki hubungan kerjasama dengan KBR yang ditandai dengan adanya *Memorandum of Understanding* (MoU) dan *Memorandum of Agreement* (MoA). Kegiatan ini sendiri dimaknai sebagai pelaksanaan kerjasama.
2. Dosen pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah Psikolog Pendidikan sehingga memiliki kepakaran yang relevan dengan topik yang diangkat yaitu Bangun dari Demotivasi Skripsi
3. Dosen pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat memang telah memanfaatkan media sosial sebagai materi pembelajaran, utamanya dalam mata kuliah Psikologi Pendidikan yang diampunya serta yang diangkat sebagai contoh konkret dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

BAB 5

HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

Hasil yang dicapai dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut. Podcast Bangun dari Demotivasi Skripsi telah ditayangkan pada tanggal 20 Januari 2021 sebagaimana telah direncanakan dan dipersiapkan.

Luaran yang dicapai di dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut.

1. Pelaksanaan kerjasama sebagai buah dari *Memorandum of Understanding* (MoU) dan *Memorandum of Agreement* (MoA) antara Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya dengan Kantor Berita Radio (KBR) tercapai.
2. Podcast Bangun dari Demotivasi Skripsi sebagai bentuk pelaksanaan kerjasama ditayangkan di Kantor Berita Radio (KBR).
3. Materi tersampaikan kepada para pendengar podcast dalam durasi 26 menit 46 detik yang ditayangkan pada 20 Januari 2021.
4. Integrasi kegiatan pengabdian masyarakat dosen dengan kegiatan pendidikan pengajaran melalui pengembangan materi mata kuliah Psikologi Pendidikan yang diampu di Semester Genap 2020/2021.
5. Peningkatan animo calon mahasiswa baru meningkat dengan strategi *branding* kepakaran dosen dengan menjadikan kegiatan ini bagian dari konten media sosial Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya.
6. Pelibatan mahasiswa dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen terlaksana dengan poin Jaya Softskills Development Program (JSDP) sebesar 20 poin.

BAB 6

RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA

Rencana tahap berikut dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Kerjasama KBR dengan Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya terus dilanjutkan untuk topik-topik lain yang relevan dengan kondisi kekinian
2. Integrasi kegiatan pendidikan dan pengajaran ke dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilanjutkan.

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut:

Luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat, yaitu pelaksanaan kerjasama sebagai buah dari *Memorandum of Understanding (MoU)* dan *Memorandum of Agreement (MoA)* antara Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya dengan Kantor Berita Radio (KBR), yang dicapai melalui podcast Bangun dari Demotivasi Skripsi sebagai bentuk pelaksanaan kerjasama ditayangkan di Kantor Berita Radio (KBR), dimana dosen pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat menyampaikan materi kepada para pendengar podcast dalam durasi 26 menit 46 detik yang ditayangkan pada 20 Januari 2021. Selain itu, integrasi kegiatan pengabdian masyarakat dosen dengan kegiatan pendidikan pengajaran melalui pengembangan materi mata kuliah Psikologi Pendidikan yang diampu di Semester Genap 2020/2021. Diharapkan hal ini membuahkan peningkatan animo calon mahasiswa baru meningkat dengan strategi *branding* kepakaran dosen dengan menjadikan kegiatan ini bagian dari konten media sosial Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya. Selain itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen ini juga melibatkan mahasiswa yang terlaksana dengan poin Jaya Softskills Development Program (JSDP) sebesar 20 poin.

Saran yang dirumuskan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut. Ke depan mengingat podcast menjadi salah satu media yang berkembang pesat di masa pandemi, ada baiknya pihak Pemasaran, Hubungan Masyarakat dan Admisi juga masuk ke dalam kanal media baru ini sambil bekerjasama dengan Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya baik dosen maupun mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Deasyanti & Nuruzdah, M. (2017). Orientasi tujuan menyusun skripsi dan kecemasan dalam menulis skripsi. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 6 (2).
- Fadillah, A.E.R. (2013). Stress dan motivasi belajar pada mahasiswa psikologi Universitas Mulawarman yang sedang menyusun skripsi. *Psikoborneo*, 1 (3).
- Fauziah, N. (2014). Empati, persahabatan dan kecerdasan adversitas pada mahasiwa yang sedang skripsi. *Jurnal Psikologi Undip*, 13 (1).
- Hariyadi, S., Anto, A.H.F. dan Sari, W.A. (2017). Identifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi penyelesaian skripsi pada mahasiswa S1 psikologi di kota Semarang. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 34 (2).
- KBR.ID (2021). Tentang Kita.
- Liana, H. (2020). *Pengaruh pelatihan goal setting islami untuk meningkatkan efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir siswa (Studi eksperimen siswa kelas XI MAN 1 Banjarmasin)*. Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Jurusan Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.
- Suwarsih (2018). *Kontribusi mastery goal orientation terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa tahfizh Universitas Muhammadiyah Malang*. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sanjaya, A. (2019). *Hubungan antara goal setting dengan motivasi belajar siswa*. Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Radin Intan Lampung.