



## EFEKTIVITAS PELATIHAN GROWTH MINDSET PADA SISWA SMA

### *EFFECTIVENESS OF GROWTH MINDSET TRAINING FOR HIGH SCHOOL STUDENTS.*

<sup>1)</sup>Fatin RN Wahidah, <sup>2)</sup>Edi Joko Setyadi, <sup>3)</sup>Gisella Arnis

<sup>1,3)</sup>Program Studi PSikologi, Fakultas Psikologi,

<sup>2)</sup>Program Studi Akuntansi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis  
Universitas Muhammadiyah Purwokerto,

Jalan KH Ahmad Dahlan, Purwokerto, Jawa Tengah , 53182

\*Email: [fatinrohmahwahidah@ump.ac.id](mailto:fatinrohmahwahidah@ump.ac.id)

#### ABSTRAK

Tujuan dari program pelatihan ini adalah 1) memberikan pengetahuan tentang mindset pada siswa, 2) memberikan pengetahuan tentang pentingnya belajar dan tujuan hidup pada siswa, 3) memberikan pelatihan growth mindset dan tujuan hidup kepada siswa, dan 4) mengetahui efektifitas pelatihan growth mindset pada siswa SMA.

Sebanyak dua puluh siswa SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga kelas XII berpartisipasi dalam kegiatan ini. Materi yang diberikan terdiri dari dua tema, yaitu plastisitas otak dan pentingnya tujuan hidup. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu ceramah, tugas membaca, tugas lembar kerja, diskusi, dan tanya jawab.

Kesimpulan dari program pelatihan ini adalah 1) pengetahuan tentang mindset pada siswa bertambah, 2) pengetahuan tentang pentingnya belajar dan tujuan hidup pada siswa bertambah, 3) pelatihan growth mindset dan tujuan hidup kepada siswa terlaksana dengan baik, dan 4) pelatihan growth mindset ini efektif untuk meningkatkan growth mindset pada siswa. Terjadi peningkatan tingkat growth mindset pada peserta. Peserta pun termotivasi untuk berubah menjadi lebih baik dibanding kondisi saat ini dan mulai merencanakan tujuan hidupnya di masa mendatang agar lebih terarah dan tertata.

Kata kunci: growth mindset, siswa SMA, tujuan hidup

#### ABSTRACT

*The objectives of this program are 1) providing knowledge about the mindset to students, 2) providing knowledge about the importance of learning and life goals to students, 3) providing growth mindset training and life goals to students, and 4) knowing the effectiveness of growth mindset training for high school students.*

*Twenty students of SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga class XII participated in the activities held in this school hall. The material provided consists of two themes, namely brain plasticity and the importance of life goals. The methods used in this activity are lectures, reading assignments, worksheet assignments, discussions, and questions and answers.*

*The conclusions are 1) increased knowledge of the student's mindset, 2) increased knowledge of the importance of learning and life goals in students, 3) growth mindset training and life goals for students are carried out well, and 4) growth mindset training is effective for an increasing growth mindset in students. There was an increase in the level of a growth mindset among participants. Participants were motivated to change for the better than the current condition and began planning their life goals in the future so that they were more focused and organized.*

*Keywords: growth mindset, high school students, life goals*

#### PENDAHULUAN

*Mindset* merupakan *belief* yang memiliki kecenderungan pada *fixed mindset* atau *growth mindset* (Zeng, Hou, & Peng, 2016). Sudut pandang *incremental theory* atau *growth mindset* meyakini bahwa kemampuan yang dimiliki seseorang bersifat tidak pasti dan dapat meningkat (Dweck, 2006; Hochanadel & Finamore, 2015). Di sekolah, siswa dengan *incremental theory* percaya bahwa kemampuan mereka dapat ditingkatkan dengan kinerja. Mereka memandang situasi yang menantang sebagai peluang untuk belajar, bukan sebagai tanda rendahnya kemampuan yang dimiliki. Ketika menghadapi kesulitan akademik, mereka akan berusaha dua kali lebih keras, menetapkan strategi yang baru, dan meningkatkan performa belajarnya. *Incremental theory* mengarahkan siswa untuk berorientasi pada penyelesaian kesulitan sehingga mengajarkan kepada siswa bahwa inteligensi dapat berubah dan dapat meningkatkan prestasi akademiknya (Blackwell, Trzesniweski, & Dweck, 2007; Haimovitz, Wormington, & Corpus, 2011).



Sementara itu, seseorang yang percaya bahwa kemampuannya bersifat alami dan sudah ditentukan, disebut memiliki *entity theory* atau *fixed mindset* (Dweck, 2006; Hochanadel & Finamore, 2015). Di sekolah, siswa dengan *entity theory* cenderung melihat kesalahan dan berbagai upaya yang harus dilakukan pada tugas akademik sebagai tanda bahwa dia memiliki kemampuan menetap yang rendah. Ia juga menilai performa pembelajaran secara berlebihan dan berpandangan negatif pada kesalahan dan usaha yang dilakukan sehingga ia berespon dengan ketidakberdayaan, seperti tidak mau lebih banyak berusaha, mencontek, dan menghindari situasi serupa di masa depan (Blackwell, Trzesniweski, & Dweck, 2007). Pada akhirnya, *mindset* memiliki pengaruh yang besar pada keyakinan siswa tentang kapasitas dan kemampuan yang dimiliki, termasuk dalam strategi dan prestasi akademik siswa di sekolah (Zeng, Hou, & Peng, 2016).

Prestasi akademik merupakan salah satu tolok ukur keberhasilan siswa di sekolah. Maka, menjadi hal wajar jika banyak upaya dilakukan untuk menangani siswa-siswa yang menunjukkan prestasi akademik yang rendah. Permasalahan siswa dengan akademik rendah juga dialami oleh siswa di SMA 1 Muhammadiyah Purbalingga. Berdasarkan hasil wawancara dengan pihak sekolah, diketahui bahwa siswa dengan hasil belajar yang cenderung rendah atau di bawah rata-rata ketuntasan minimal akan diberikan remedial dan penambahan jam belajar di sekolah (les tambahan). Hanya saja, tidak semua siswa menunjukkan perubahan yang berarti. Hasil wawancara kepada siswa juga menunjukkan bahwa mereka merasa kesulitan pada beberapa pelajaran yang diterima, namun mereka merasa malas dalam belajar. Mereka kurang memiliki keinginan untuk memperbaiki prestasi belajar dan menganggap kurang penting belajar di sekolah. Mereka cenderung berpikir bahwa kondisi mereka saat ini tidak akan bisa berubah menjadi lebih baik dan cenderung menetap.

Upaya yang telah dilakukan sekolah lebih mengarah pada upaya peningkatan kemampuan akademik siswa, namun belum menyangkut pada kondisi psikologis siswa. Padahal kondisi psikologis siswa juga perlu diperhatikan, bukan hanya kemampuan akademik saja. Salah satu intervensi psikologis yang bisa diberikan kepada siswa dengan nilai prestasi akademik rendah adalah intervensi *growth mindset*. Intervensi *growth mindset* yang dilakukan Paunesku, Dweck, Romero, Smith, Yeager, dan Walton (2015) terhadap siswa SMA di Amerika menunjukkan pengaruhnya terhadap perubahan *belief* siswa mengenai tugas-tugas akademik, sebagai suatu aktivitas yang berguna untuk sarana belajar serta berkembang. Siswa juga belajar bahwa otak manusia seperti otot yang tumbuh dan berkembang lebih kuat dengan terus berlatih. Pada siswa yang beresiko tinggi terkena *drop out* (siswa yang memiliki nilai IPK 2.0 ke bawah atau gagal dalam satu atau lebih mata pelajaran inti), intervensi *growth mindset* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan nilai mereka (Paunesku, Dweck, Romero, Smith, Yeager, & Walton, 2015). Penelitian ini mengartikan bahwa *growth mindset* dapat dipelajari untuk mengubah *belief* siswa, terutama pada siswa dengan performa yang kurang baik (Rattan, Savani, Chugh, & Dweck, 2015).

Intervensi *growth mindset* adalah salah satu intervensi psikologis yang menyangkut pada perubahan *mindset* siswa. Intervensi ini hanya menargetkan satu dasar keyakinan sehingga dapat dilaksanakan dalam waktu singkat dan dengan materi yang ringkas, tidak melibatkan konten khusus, serta tidak bergantung dengan konteks sekolah. Intervensi ini memiliki prosedur yang praktis dan menggunakan narasi umum (misal: cerita dari siswa yang lebih tua) dan informasi objektif (misal: konsep ilmiah) untuk mengubah keyakinan inti siswa tentang sekolah. Intervensi *growth-mindset* menekankan bahwa kecerdasan dapat berkembang saat siswa bekerja keras dalam tugas yang menantang. Para siswa mendapatkan pesan bahwa kesulitan dan perjuangan adalah kesempatan untuk berkembang, bukan karena mereka tidak mampu. Pesan ini, pada sejumlah penelitian sebelumnya, telah terbukti membantu siswa meningkatkan nilai dan prestasinya.

Berdasarkan analisis situasi dan wawancara dengan pihak sekolah, maka ditentukan permasalahan yang akan diselesaikan melalui program ini. Permasalahan itu adalah: 1) kurangnya motivasi siswa untuk memperbaiki prestasi belajar, dan 2) kurangnya keyakinan siswa untuk mengembangkan kemampuan diri. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik menerapkan pelatihan *growth mindset* bagi siswa di SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga, terutama pada siswa dengan prestasi akademik rendah untuk meningkatkan motivasi belajar siswa dan lebih jauh adalah meningkatkan hasil belajar siswa di sekolah.

Tujuan dari kegiatan ini adalah 1) memberikan pengetahuan tentang *mindset* pada siswa, 2) memberikan pengetahuan tentang pentingnya belajar dan tujuan hidup pada siswa, 3) memberikan pelatihan *growth mindset* dan tujuan hidup kepada siswa, dan 4) mengetahui efektifitas pelatihan *growth mindset* pada siswa SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga. Manfaat yang diharapkan dari kegiatan ini adalah 1) memberikan pengetahuan tentang manfaat *growth mindset* pada siswa, 2) meningkatkan motivasi siswa untuk memperbaiki prestasi belajar, 3) meningkatkan keyakinan siswa bahwa kemampuan mereka saat ini dapat berubah di masa

mendatang dengan usaha dan kerja keras, dan 4) mendapatkan gambaran efektifitas pelatihan *growth mindset* pada siswa SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga.

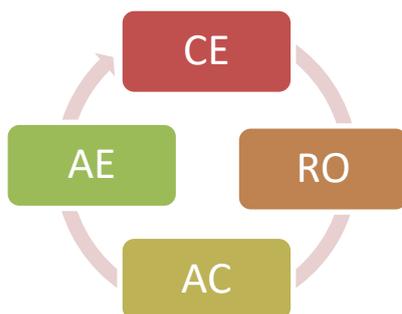
Pembelajaran adalah proses dimana pengetahuan diciptakan melalui transformasi pengalaman (Kolb, 1984 dalam Laird, Holton, & Naquin, 2003). Bagi Kolb, belajar tidak hanya melibatkan perolehan konten/teori melainkan sebagai interaksi antara konten dan pengalaman. Artinya, pembelajaran yang baik adalah ketika peserta mampu mengaitkan apa yang dia alami secara langsung, termasuk pengalaman yang terjadi pada inderanya, dengan fenomena terkait materi pembelajaran yang sedang dipelajari. Penggambaran pembelajaran ini sering disebut *experiential learning*.

Kolb (2015) menyebutkan bahwa *experiential learning* merupakan proses pembelajaran yang dilakukan melalui refleksi dan melalui suatu proses pembuatan makna dari pengalaman langsung. Oleh karena itu, pelatihan ini menggunakan *experiential learning* agar pembelajaran yang diberikan lebih bermakna dari pengalaman langsung peserta.

Adapun tahap-tahap atau daur *experiential learning* adalah *concrete experience* (CE), *reflective observation* (RO), *abstract conceptualisation* (AC), dan *active experimentation* (AE). CE merupakan tahap

Gambar 1. Kerangka Penyelesaian Masalah: Daur Kolb

awal berupa pengalaman nyata yang dialami oleh individu. RO dilakukan untuk melakukan evaluasi terhadap pengalaman nyata yang dialami atau dilakukan pada tahap sebelumnya. Pada tahap AC, peserta melakukan perbandingan antara apa yang mereka alami dengan apa yang sudah mereka ketahui atau dari teori yang mereka dapatkan. Tahap terakhir adalah AE, dimana peserta menentukan bagaimana mereka dapat menerapkan hal yang telah dipelajari ke dalam kehidupan sehari-hari.



## METODE

### Partisipan

Kegiatan ini melibatkan 20 siswa kelas XII dari SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga. Peserta adalah siswa laki-laki maupun perempuan, jurusan IPA dan IPS, serta merupakan rekomendasi guru BK untuk mengikuti pelatihan.

### Prosedur

Kegiatan dilakukan melalui tatap muka sebanyak dua kali pertemuan, dengan jarak dua minggu antarpertemuan. Setiap pertemuan dilakukan pelatihan selama kurang lebih 60 menit. Pada pertemuan pertama, terdapat 20 peserta yang hadir. Peserta diberikan sebuah artikel tentang plastisitas otak. Setelah membaca artikel, siswa diminta untuk menuliskan rangkuman dari artikel tersebut. Selanjutnya, peserta diberikan sebuah studi kasus mengenai seorang anak yang merasa kurang pandai dan tidak bisa berprestasi di sekolah. Peserta kemudian diminta untuk memberi masukan kepada anak di studi kasus tersebut, berdasarkan apa yang telah mereka ketahui.

Pada pertemuan kedua, terdapat 17 peserta yang hadir. Peserta diminta menjawab beberapa pertanyaan dalam lembar kerja terkait manfaat tugas-tugas di sekolah untuk mencapai tujuan hidup yang mulia di masa depan. Siswa kemudian diminta memikirkan tujuan hidupnya dan menuliskan bagaimana belajar dapat membantu mereka mencapai tujuan tersebut.

Media atau alat bantu yang digunakan dalam pelatihan berupa *power point* untuk menampilkan materi dan kertas lembar kerja siswa. Pelatihan ini menggunakan berbagai metode, yaitu: *reading*, studi kasus, pengerjaan tugas mandiri atau *self-discovery*, dan diskusi kelompok. Pemilihan metode yang bervariasi dimaksudkan untuk memudahkan peserta mendapatkan pembelajaran serta memudahkan fasilitator pula dalam



menarik pembelajaran terkait materi yang akan disampaikan. Selain itu, dengan adanya metode yang bervariasi, aktivitas selama pelatihan juga lebih beragam dan diharapkan memotivasi peserta untuk dapat terus terlibat hingga akhir pelatihan.

### Instrumen

Instrumen dalam kegiatan ini disiapkan untuk menjadi alat ukur pada *pre-test* dan *post-test*. Instrumen yang digunakan adalah *mindset scale*. Alat ukur ini dikembangkan oleh Chrisantiana dan Sembiring (2017), mengacu pada teori Dweck (2006), yang kemudian diadaptasi oleh Wahidah (2019) yang diujikan pada siswa SMA. Alat ukur ini terdiri dari 20 aitem, dengan nilai koefisien  $\alpha$  adalah 0,804. Setiap aitem memiliki empat pilihan jawaban (1= sangat tidak setuju hingga 4= sangat setuju), menggunakan Bahasa Indonesia. Skor yang dihasilkan merupakan skor tunggal. Semakin tinggi skor yang diperoleh seseorang, menunjukkan semakin tinggi *growth mindset* yang dimiliki.

### Analisis Statistik

Analisis statistik yang digunakan adalah analisis deskriptif dan paired sample t-test menggunakan SPSS 26.

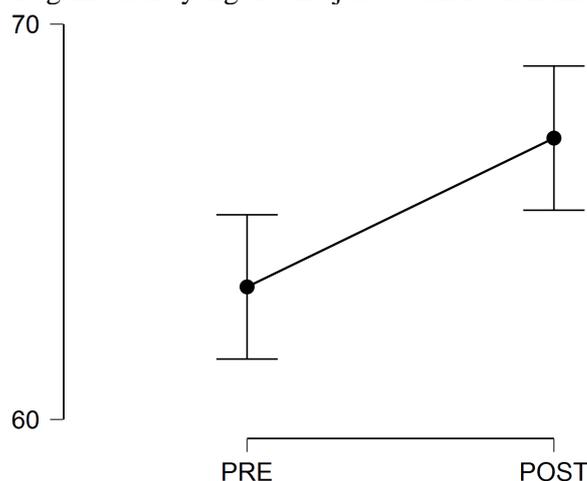
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Evaluasi kegiatan ini menggunakan *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui adanya perubahan tingkat *growth mindset* dari peserta. Selain itu, digunakan juga evaluasi terkait pelaksanaan kegiatan terkait konten materi yang disampaikan, metode yang dipilih, media/alat bantu yang digunakan, dan fasilitator dalam menyampaikan materi. Adapun luaran yang diperoleh dari kegiatan ini adalah insight yang diperoleh peserta ketika sebelum dan setelah mengikuti pelatihan. Berikut ini akan dijelaskan lebih rinci terkait hasil evaluasi dan luaran kegiatan.

**Tabel 1. Analisis Deskriptif**

	N	Mean	SD	SE
PRE	17	63.35	3.20	0.78
POST	17	67.12	4.88	1.18

Hasil *pre-test* dan *post-test* dari tabel 1 menunjukkan adanya perubahan tingkat *growth mindset* dari peserta. Peserta yang diperhitungkan dalam statistika ini hanya 17 orang. Karena hanya 17 siswa tersebut yang mengikuti rangkaian pelatihan hingga akhir. Tiga siswa yang tidak hadir di pertemuan kedua, tidak diperhitungkan dalam analisis ini. Nilai rata-rata *pre-test* adalah 63.35 dan nilai *post-test* naik menjadi 67.12. Gambar 1 menunjukkan gambaran yang lebih jelas terkait kenaikan tingkat *growth mindset* peserta.



Gambar 2. Perbandingan Rata-Rata Skor Growth Mindset

Setelah dilakukan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk, hasil pada tabel 2 menunjukkan bahwa nilai  $p = 0.59$ , dimana  $p > 0.05$ . Artinya, sampel pengukuran ini terdistribusi normal. Setelah itu, dilanjutkan dengan uji beda dari sampel berpasangan menggunakan *paired samples t-test*.

**Tabel 2. Uji Normalitas (Shapiro-Wilk)**

		W	p
PRE	- POST		0.96
			0.59

*Note.* Significant results suggest a deviation from normality.

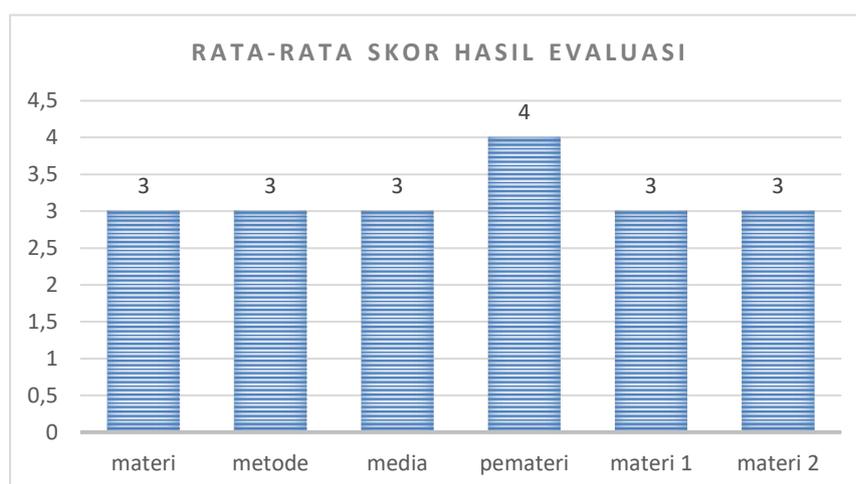
Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa uji beda menggunakan *paired samples t-test* menghasilkan nilai  $p = 0.007$ , dimana  $p < 0.05$ . Artinya, terdapat perbedaan rata-rata skor hasil *pre-test* dan *post-test*. Hal ini menjelaskan bahwa terdapat pengaruh pelatihan *growth mindset* dalam meningkatkan skor *growth mindset* pada siswa. Dengan kata lain, pelatihan ini efektif dalam meningkatkan *growth mindset* pada siswa kelas XII SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Paunesku, Dweck, Romero, Smith, Yeager, dan Walton (2015) terhadap siswa SMA di Amerika dan penelitian Zeeb, Ostertag, dan Renkl (2020) yang menunjukkan pengaruhnya terhadap perubahan *belief* siswa mengenai tugas-tugas akademik menjadi lebih positif. Akan tetapi, ada juga penelitian yang menunjukkan hasil berbeda, diantaranya penelitian Orosz, Peter-Szarka, Bóthe, Toth-Király dan R. Berger (2017) maupun Sisk, Burgoyne, Sun, Butler, dan Macnamara (2018). Keduanya menunjukkan bahwa pelatihan *growth mindset* kurang efektif. Salah satu alasannya adalah kurang sesuai konteks materi yang dipelajari siswa.

**Tabel 3. Uji Beda Paired Samples T-Test**

Measure 1	Measure 2	t	df	p
PRE	- POST	-3.09	16	0.007

Hasil rata-rata skor evaluasi pelaksanaan pelatihan pada gambar 3 menunjukkan bahwa secara umum, materi pelatihan, metode/cara yang dipilih, dan media/alat bantu yang digunakan memperoleh rata-rata skor 3. Artinya, hal-hal tersebut bermanfaat untuk siswa. Terkait dengan materi, materi pertemuan pertama mendapat rata-rata skor 3, artinya materi tersebut dinilai baik atau bermanfaat. Begitu juga materi pada pertemuan kedua mendapat rata-rata skor 3. Artinya, materi tersebut dinilai baik atau bermanfaat. Kemudian untuk fasilitator mendapatkan rata-rata skor 4. Artinya, fasilitator sangat bermanfaat atau sangat membantu dalam menyampaikan materi. Keterangan lebih jelas, ditampilkan dalam tabel 4.



Gambar 3. Rata-Rata Skor Hasil Evaluasi

Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa evaluasi pelaksanaan kegiatan ini tergolong baik dan bermanfaat. Baik dari segi materi pelatihan pertama dan kedua, metode/cara yang dipilih, media/alat bantu yang digunakan, dan fasilitator yang menyampaikan materi.



**Tabel 4. Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan**

No	Aitem	Keterangan
1.	Materi pelatihan secara keseluruhan	Bermanfaat
	a) Materi 1 : Menenal keajaiban otak	Baik
	b) Materi 2: Menenal tujuan hidup	Baik
2.	Metode/cara yang digunakan	Bermanfaat
3.	Media/alat bantu yang digunakan	Bermanfaat
4.	Pemateri/ fasilitator	Sangat bermanfaat

Hasil evaluasi menunjukkan adanya perubahan tingkat *growth mindset* siswa pelatihan, kegiatan ini menghasilkan luaran berupa *insight* yang diperoleh peserta terkait kegiatan *mindset* dan tujuan hidup pada waktu sebelum diberikan pelatihan dan setelah diberikan pelatihan. Selengkapnya dijabarkan pada tabel 5. Secara umum, *insight* peserta menunjukkan perubahan positif setelah mengikuti pelatihan, baik secara pemahaman dan penghayatan. Peserta merasa pemahamannya terkait otak dan cara kerja *mindset* bertambah. Peserta juga bertambah keyakinan untuk mencapai tujuan/ mimpinya dan meningkat kepercayaan dirinya. Selain itu, peserta menjadi termotivasi untuk berubah menjadi lebih baik dibanding kondisi saat ini dan mulai merencanakan tujuan hidupnya di masa mendatang agar lebih terarah dan tertata.

**Tabel 5. Insight Peserta**

Sebelum Pelatihan	Setelah Pelatihan
Belum tahu tentang keajaiban otak dan bagaimana cara berpikir/ <i>mindset</i> di dalam otak.	Menjadi tahu tentang keajaiban otak bahwa otak dapat berkembang jika terus diasah dan mampu menerapkan cara berpikir / <i>mindset</i> yang lebih baik.
Beranggapan bahwa kemampuan dan karakter diri tidak bisa berubah karena 'inilah saya', tidak bisa berubah lagi.	Cara berpikir / <i>mindset</i> jadi berbeda, ingin memiliki <i>growth mindset</i> untuk mencapai apa yang diinginkan. Menjadi percaya bahwa karakter bisa berubah menjadi lebih baik dengan usaha.
Kurang yakin pada kemampuan diri	Menjadi yakin bahwa dengan belajar, bekerja keras, dan berdoa akan bisa menambah kemampuan dan lebih percaya diri.
Memiliki mimpi besar tapi kadang lalai mencapainya dan masih malas mengusahakan. Belum menganggap tujuan hidup itu penting dan perlu digambarkan dari sekarang. Belum memiliki gambaran langkah-langkah yang dilakukan untuk membuat tujuan hidup. Beranggapan bahwa hidup hanya mengalir saja mengikuti takdir.	Lebih mengetahui betapa penting tujuan hidup dan menjadikannya lebih tertata dan terarah. Lebih termotivasi untuk mengejar mimpi, menentukan langkah yang bisa dilakukan, dan ada keinginan untuk mengubah kondisi saat ini menjadi lebih baik daripada sekarang, berkeinginan lebih keras berusaha mencapai mimpi dan tujuan.
Mimpi, semangat, dan kepercayaan diri sempat hilang. Belum menentukan arah dan tujuan hidup.	Mimpi, semangat, dan kepercayaan diri itu Kembali muncul. Mulai berpikir untuk masa depan, akan melakukan apa kemudian.



Dalam pelaksanaan kegiatan ini, terdapat beberapa faktor yang mendukung maupun menghambat. Faktor pendukung tersebut, diantaranya: sikap sekoah yang positif pada kegiatan sehingga kegiatan dapat terselenggara dengan dukungan penuh pihak sekolah. Selain itu, antusiasme peserta menjalankan kegiatan dari awal hingga akhir. Meski ada siswa yang akhirnya tidak dapat mengikuti kegiatan pada pertemuan kedua, sebagian besar siswa lainnya tetap mengikutinya.

Sementara itu, faktor penghambat yang ditemukan, diantaranya: kondisi pandemi yang membatasi peserta untuk berkerumun sehingga metode diskusi kelompok dan *ice breaking* untuk mencairkan suasana kegiatan kurang bisa terlaksana optimal. Hal ini membuat peserta kurang aktif selama mengikuti sesi. Selain itu, media proyektor dan laptop yang digunakan kurang berfungsi optimal karena gangguan teknis yang seringkali muncul sehingga mengganggu fokus peserta ketika mendapat penjelasan materi.

## KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah 1) pengetahuan tentang *mindset* pada siswa bertambah, 2) pengetahuan tentang pentingnya belajar dan tujuan hidup pada siswa bertambah, 3) pelatihan *growth mindset* dan tujuan hidup kepada siswa terlaksana dengan baik, dan 4) pelatihan *growth mindset* ini efektif untuk meningkatkan *growth mindset* pada siswa SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga. Terjadi peningkatan tingkat *growth mindset* pada peserta Peserta pun termotivasi untuk berubah menjadi lebih baik dibanding kondisi saat ini dan mulai merencanakan tujuan hidupnya di masa mendatang agar lebih terarah dan tertata.

Saran untuk kegiatan selanjutnya adalah pertama, terkait teknis peralatan yang digunakan, sebaiknya lebih disiapkan lagi media dan alat bantu yang digunakan sehingga tidak ada lagi masalah teknis yang muncul. Kedua, pada pelatihan sejenis yang mungkin dilakukan selanjutnya, ada baiknya luaran kegiatan ditambahkan berupa praktik pembuatan tujuan hidup pada sesi kedua agar peserta memiliki gambaran pembuatan tujuan hidup. Ketiga, pelatihan ini alangkah baik dapat diberikan pada peserta dengan jumlah yang lebih banyak dan dengan latar belakang siswa yang beragam, sehingga dapat diketahui efektivitasnya pada sampel yang lebih general.

## DAFTAR PUSTAKA

- Blackwell, K. L., Trzesniewski, K. H., & Dweck, C. S. (2007). Implicit theories of intelligence predict achievement across an adolescent transition: A longitudinal study and an intervention. *Child Development*, 78(1), 246–263
- Chrisantiana, T. G., & Sembiring, T. (2017). Pengaruh Growth dan Fixed Mindset terhadap Grit pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(2), 133. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.422>
- Dweck, C. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. New York: Random House
- G. Orosz, S. Peter-Szarka, B. Bóthe, I. Toth-Király, & R. Berger. (2017). How not to do a mindset intervention: learning from a mindset intervention among students with good grades. *Frontiers in Psychology*, 8
- Haimovitz, K., Wormington, S. V., & Corpus, J. H. (2011). Dangerous mindsets: How beliefs about intelligence predict motivational change. *Learning and Individual Differences*, 21(6), 747–752. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2011.09.002>
- Hochanadel, A., & Finamore, D. (2015). Fixed And *growth mindset* in education and how grit helps students persist in the face of adversity. *Journal of International Education Research (JIER)*, 11(1), 47. <https://doi.org/10.19030/jier.v11i1.9099>
- Kolb, D.A. (2015). *Experiential Learning: Experience as the source of learning and development* 2nd Ed. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Laird, D., Holton, E. F., & Naquin, S. S. (2003). Approaches to training and development: revised and updated. Basic Books
- Paunesku, D., Walton, G. M., Romero, C., Smith, E. N., Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2015). Mind-set interventions are a scalable treatment for academic underachievement. *Psychological science*, 26(6), 784-793.



- Rattan, A., Savani, K., Chugh, D., & Dweck, C. S. (2015). Leveraging mindsets to promote academic achievement: Policy recommendations. *Perspectives on Psychological Science*, 10(6), 721–726. [https://doi.org/10,1177/1745691615599383](https://doi.org/10.1177/1745691615599383)
- V. F. Sisk, A. P. Burgoyne, J. Sun, J. L. Butler, and B. N. Macnamara. (2018). To what extent and under which circumstances are growth mind-sets important to academic achievement? Two meta-analyses. *Psychological Science*, 29(4), 549–571
- Wahidah, F. R., & Royanto, L. R. (2019). Peran kegigihan dalam hubungan growth mindset dan school well-being siswa sekolah menengah. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 4(2), 133-144.
- Zeeb, Helene & Ostertag, Julia & Renkl, Alexander. (2020). Towards a Growth Mindset Culture in the Classroom: Implementation of a Lesson-Integrated Mindset Training. *Education Research International*. 2020. 1-13. 10.1155/2020/8067619.
- Zeng, G., Hou, H., & Peng, K. (2016). Effect of *growth mindset* on school engagement and psychological well-being of chinese primary and middle school students: The mediating role of resilience. *Frontiers in Psychology*, 7. [https://doi.org/10,3389/fpsyg.2016.01873](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01873)