



Warta Pengabdian Andalas

Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan Ipteks

ISSN (Print) 0854-655X | ISSN (Online) 2797-1600

Psikoedukasi Penggunaan Internet dan *Short Course* Keterlibatan Siswa dalam Kegiatan Pembelajaran yang Efektif

Izzanil Hidayati^{1*}, Putri Sukma Deri¹ dan Serly Safitri²

¹Departemen Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang, 25131. Indonesia

²Departemen Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, 25131. Indonesia

*Corresponding author. E-mail address: izzanilhidayati@fpk.unp.ac.id

Keywords:

learning
effectiveness,
psychoeducation,
online learning,
short courses,
student
engagement

ABSTRACT

Technology and the internet can help students learn effectively. Improper use of online resources accessed for educational purposes can also hinder effective learning, as students need more participation and control. This training encourages students to participate in teaching and learning, even using internet-supported education facilities. The first part of the training was psychoeducation regarding the effectiveness of internet use among teenagers, and the second part was related to a short course regarding student engagement in learning activities. Psychoeducation uses the lecture method, and question-and-answer discussions with participants, and a short-course used the lecture method discussions in small groups of four to five students. The activity's outcomes included increases in participants' pre- and post-test knowledge of internet effectiveness (up from 51% of participants) and student involvement (up from 96.2% of participants). According to the paired sample t-test results, there was a noteworthy distinction between the short-course activities yielded pre-test and post-test scores with a $p < .001$. On the other hand, the outcomes of the psychoeducational activities pre- and post-test did not differ significantly, a p-value of 0.828. After completing this activity, students are expected to be focused on their academic work and possess the skills necessary to use the internet efficiently.

Kata Kunci:

efektivitas
pembelajaran,
keterlibatan siswa,
pembelajaran
online, psikoedukasi,
short course

ABSTRAK

Penggunaan teknologi dan internet secara tepat dapat membantu siswa untuk sukses dalam pembelajaran. Namun, kurangnya kontrol dan keterlibatan siswa dapat menjadi salah satu penghambat dalam pelaksanaan pembelajaran. Optimalisasi penggunaan internet secara efektif dan menumbuhkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran merupakan tujuan dari kegiatan pelatihan ini. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui dua bagian, yaitu bagian pertama berupa psikoedukasi terkait efektivitas penggunaan internet pada remaja, dan bagian kedua berupa *short course* mengenai keterlibatan siswa dalam kegiatan pembelajaran. Psikoedukasi dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi tanya jawab dengan siswa, dan *short-course* dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi dalam kelompok kecil (4-5 siswa). Hasil kegiatan ini berupa adanya capaian peningkatan pengetahuan dari *pre-test* dan *post-test* mengenai efektivitas internet (meningkat dari 51% peserta) maupun keterlibatan siswa (meningkat dari 96.2% peserta). Berdasarkan pengujian *paired sample t-test*, terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test* dari kegiatan *short-course*, dengan nilai signifikansi, $p < .001$, sebaliknya, tidak ada perbedaan yang signifikan untuk kegiatan psikoedukasi, $p = 0.828$. Setelah pelaksanaan kegiatan ini, siswa diharapkan dapat menggunakan internet secara efektif dan terlibat secara penuh dalam kegiatan pembelajaran.

PENDAHULUAN

Siswa yang berada di tingkat pendidikan SLTA termasuk pada tahap perkembangan remaja menengah sampai remaja akhir. Tahapan perkembangan remaja ini memiliki tugas perkembangan dan karakteristik tertentu. Pada tahapan ini siswa SLTA menunjukkan keinginan eksplorasi yang besar sebagai cara untuk pencarian identitasnya dan keinginan yang kuat untuk menjalin relasi sosial yang mendalam (Santrock, 2013). Di sisi lain, pada tahapan remaja ini kondisi emosi menjadi lebih menggebu-gebu. Kondisi ini kerap disertai dengan kurangnya kemampuan untuk mengontrol tindakan dan pengambilan keputusan yang matang (Arnett, 2006). Berdasarkan pada berbagai karakteristik khas dari remaja tersebut, maka banyak potensi permasalahan yang mungkin terjadi pada siswa. Salah satunya adalah kurang optimalnya proses pembelajaran karena banyaknya distraktor yang ditemukan seperti sulit mengontrol diri, keterpaparan teknologi digital yang berlebihan, terlalu banyak menghabiskan waktu dengan teman, dan lain sebagainya. Padahal tahapan remaja pada tingkat SLTA ini siswa diharapkan sudah mempersiapkan diri untuk memasuki jenjang karier yang lebih lanjut. Misalnya, mempersiapkan diri untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi maupun memasuki dunia kerja.

Salah satu faktor yang dapat menjadi distraktor dalam pembelajaran siswa ialah cepatnya perkembangan teknologi pendidikan, terutama akibat peralihan dari situasi pandemik yang telah dilalui sebelumnya. Di sisi lain, penggunaan teknologi dan internet secara tepat akan membantu siswa untuk menjalani pembelajaran secara mandiri. Dengan pemanfaatan teknologi dan internet secara tepat siswa bisa membuat siswa mendapatkan pengalaman belajar yang berkualitas. Hanya saja, ketika belajar secara *online*, siswa memerlukan kontrol diri dan dorongan yang kuat agar tidak mudah terdistraksi oleh berbagai hal yang tersedia secara *online* tersebut. Kurangnya kontrol dan tingginya rasa ingin tahu mengarahkan siswa pada aktivitas menyalahgunakan aplikasi atau *website* yang tersedia. Siswa menjadi lebih banyak memainkan *game*, membuka media sosial atau bahkan berbuat kecurangan dengan memanfaatkan aplikasi yang membantunya mengerjakan tugas secara instan. Penting bagi siswa untuk bisa *engage* (terlibat aktif) dan benar-benar memanfaatkan teknologi dan internet yang tersedia dengan positif dan tepat.

Perilaku penggunaan internet siswa

Penggunaan internet sebagai media pembelajaran menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki motivasi yang tinggi, manajemen waktu, serta memiliki kenyamanan dalam menggunakan teknologi *online* akan berdampak pada keberhasilan pembelajaran siswa (Song et al., 2004). Namun, pada kenyataannya siswa cenderung memanfaatkan internet untuk menonton Youtube (47%), bermain game-online (42%), dan hanya sekitar 34% siswa yang menggunakan internet sebagai media pembelajaran dan mencari informasi terkait konten-konten pembelajaran (Puspita & Rohedi, 2018). Dengan banyaknya perilaku penggunaan internet yang tidak bijak tersebut, maka diperlukan kontrol diri yang baik dan motivasi belajar yang tinggi, agar mahasiswa dapat berhasil dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran (Hidayati & Afiatin, 2020; Susanti et al., 2021; Tara et al., 2022).

Permasalahan terkait penggunaan internet tersebut juga terjadi pada siswa yang menjalani pendidikan di SMAN 15. Sekolah ini terletak di Pauh, Limau Manis, Padang, Sumatera Barat. SMAN 15 merupakan salah satu sekolah penggerak di Kota Padang. Sekolah penggerak merupakan program yang berfokus pada pengembangan kualitas dan hasil belajar siswa secara holistik yang mencakup kompetensi dan karakteristik, serta difasilitasi oleh SDM yang unggul. Berikut dokumentasi dari SMAN 15 Padang.



Gambar 1. SMAN 15 Padang

Ketidakmampuan siswa di SMAN 15 Padang dalam menggunakan internet secara efektif menjadi salah satu masalah yang perlu untuk segera diatasi. Siswa yang dapat menggunakan internet secara efektif, dapat membantu keberhasilan dan kesuksesan dalam pembelajaran. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, diperoleh informasi bahwa siswa cenderung tidak bijak dalam menggunakan internet, seperti bermain game *online* saat guru menjelaskan materi pembelajaran, mengunggah video-video yang tidak bermanfaat, berkomentar negatif *chatting* dengan teman di jam pembelajaran, dan melakukan *scrolling* Instagram terus menerus. Selain itu, siswa juga menggunakan internet dalam menjawab soal-soal ujian maupun melaksanakan tugas-tugas dari sekolah dengan tidak menggunakan kaidah yang tepat, seperti tidak menyertakan referensi, mencari kunci jawaban tanpa mempelajari lebih lanjut, dan menggunakan aplikasi untuk memudahkan pengerjaan tugas-tugas sekolah namun tidak berupaya untuk memahami materi pembelajaran.

Perilaku keterlibatan siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran

Selain kurangnya kemampuan siswa dalam menggunakan teknologi dan internet secara efektif, ditemukan juga permasalahan terkait kurangnya keterlibatan/ partisipasi siswa dalam belajar. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada guru mata pelajaran diketahui bahwa ketika proses belajar berlangsung masih terdapat siswa yang tidak mendengarkan guru dengan seksama. Kurangnya keterlibatan siswa juga diindikasikan dengan kurangnya inisiatif siswa untuk bertanya secara aktif ketika proses belajar. Selanjutnya, juga terdapat siswa yang mengerjakan tugas yang diberikan seadanya. Hampir sama dengan permasalahan pertama, terdapat siswa yang memanfaatkan teman atau teknologi dalam penyelesaian tugasnya.

Secara teoritis, partisipasi siswa dalam belajar disebut juga dengan *engagement*. Keterlibatan siswa merupakan manifestasi dari motivasi belajar siswa. *Engagement*/ partisipasi siswa akan memberikan pengaruh yang signifikan pada prestasi dan pembelajaran bermakna pada siswa. Salah satu cara untuk meningkatkan *engagement* siswa adalah dengan memenuhi kebutuhan dasar psikologisnya (Deri et al., 2019; Ryan & Deci, 2017). Kebutuhan yang perlu dipenuhi seperti perasaan berharga dan diperhatikan oleh lingkungan (*relatedness*), perasaan mampu untuk menguasai sesuatu (*competence*), dan perasaan mandiri untuk membuat pilihan ketika belajar (*autonomy*).

Untuk mengetahui ketercapaian *output* dari pengabdian ini, maka dilakukan evaluasi dengan menggunakan pendekatan evaluasi program (Kirkpatrick, J. D., & Kirkpatrick, 2016), di mana program yang dibuat dapat dievaluasi menjadi empat tahapan, *reaction*,

learning, transfer, dan results. Pada pengabdian ini akan dilakukan evaluasi sampai dengan tahapan kedua, yaitu *learning*. Tahap *reaction* adalah tahapan evaluasi yang dilakukan untuk mengetahui bagaimana perasaan peserta terhadap kegiatan yang diselenggarakan. *Reaction* penting untuk diukur untuk mengetahui seberapa terlibat peserta dalam kegiatan yang dilaksanakan. *Reaction* yang baik akan menentukan evaluasi tahapan selanjutnya. Tahapan kedua adalah *learning*. Evaluasi *learning* dilakukan untuk mendapatkan informasi terkait seberapa banyak penambahan pengetahuan peserta terkait materi yang diberikan. Untuk mendapatkan data terkait evaluasi *learning*, dapat diberikan pre-test sebelum kegiatan dan *posttest* setelah kegiatan dilaksanakan (Yellowlees & Marks, 2007). Tahapan transfer tidak dievaluasi karena terkait bagaimana peserta mengimplementasikan pengetahuannya di setting lapangan. Untuk dapat melakukan evaluasi ini maka membutuhkan waktu tiga sampai enam bulan setelah kegiatan dilaksanakan. Tahapan *behavior* pun membutuhkan waktu yang lebih lama karena terkait dengan kesuksesan implementasi untuk menimbulkan benefit tertentu bagi instansi peserta (Yellowlees & Marks, 2007).

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada Rabu, 16 Agustus 2023 di SMAN 15 Padang. Jumlah peserta pada awal kegiatan ialah sebanyak 33 orang siswa kelas XII yang terdiri dari siswa laki-laki sebanyak 13 orang dan siswa perempuan sebanyak 20 orang. Namun, siswa yang mengikuti kegiatan pelatihan hingga keseluruhan rangkaian kegiatan selesai ialah sebanyak 27 orang (siswa laki-laki 7 orang; siswa perempuan 20 orang). Pada pelaksanaan kegiatan dibantu oleh mahasiswa sebanyak dua orang dan juga guru Bimbingan dan Konseling SMAN 15 Padang sebanyak dua orang, serta menghadirkan dua orang narasumber. Kegiatan dilaksanakan di musala SMAN 15 Padang. Tahapan pelaksanaan pengabdian ini terdiri dari tiga tahap, yaitu (1) tahap perencanaan, (2) tahap pelaksanaan, dan (3) tahap evaluasi dan monitoring melalui evaluasi Kirkpatrick.

Tahap pertama yaitu tahap perencanaan meliputi penyusunan proposal pengabdian secara rinci, melakukan koordinasi dengan pihak SMAN 15 Padang terkait mekanisme pelaksanaan kegiatan di sekolah, serta mempersiapkan hal-hal yang diperlukan pada saat pelaksanaan kegiatan, seperti mengurus surat menyurat, mempersiapkan alat-alat tulis yang dibutuhkan peserta pelatihan, snack, spanduk, plakat, proyektor, *doorprize*, instrumen evaluasi *pre-test*, *post-test*, dan lembar evaluasi reaksi.

Selanjutnya, pada tahap kedua yaitu pelaksanaan kegiatan yang dilakukan dalam dua bagian. Kegiatan bagian 1, berupa psikoedukasi terkait efektivitas penggunaan internet pada remaja. Kegiatan bagian 2, berupa *short course* mengenai keterlibatan siswa (*student engagement*) dalam kegiatan pembelajaran.

Pada awal kegiatan, siswa telah diberikan *paper-bag* yang berisikan pena, *notebook*, lembar *pre-test* dan *post-test*, serta materi mengenai *student engagement*. Sebelum materi kegiatan 1 dipaparkan oleh narasumber, terlebih dahulu siswa diberikan lembar *pre-test* yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan awal siswa. Pre-test terdiri dari 20 soal yang meliputi materi 1 sebanyak 10 soal dan materi 2 juga sebanyak 10 soal, dengan bentuk soal pilihan ganda yang memiliki 4 opsi pilihan jawaban. Pada lembar *pre-test* juga terdapat skrining secara umum mengenai penggunaan internet siswa, yang meliputi pertanyaan apakah siswa tersebut termasuk remaja yang menggunakan internet secara aktif, waktu (kapan saja) penggunaan internet, penggunaan internet dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah, serta aplikasi-aplikasi yang diakses dalam menggunakan internet. Lembar *pre-test* diberikan dalam bentuk *paper-based test* yang diisi oleh siswa selama 5-10

menit pengerjaan. Setelah itu, lembar *pre-test* dikumpulkan dan dilanjutkan dengan pemaparan materi oleh narasumber.

Materi 1 disampaikan melalui metode ceramah selama 45 menit dengan menggunakan media *powerpoint* yang menarik. Materi 1 terdiri dari penjelasan mengenai pengenalan dan pengetahuan kepada siswa terkait perilaku penggunaan internet yang efektif, pemaparan mengenai perilaku *problematic internet use* dan *excessive internet use*, peran kontrol diri dan motivasi dalam efektivitas penggunaan internet, serta solusi dan strategi agar efektif dalam menggunakan internet, baik sebagai media pembelajaran, komunikasi, kreativitas, dan karier. Setelah materi 1 selesai diberikan, narasumber diminta untuk memilih satu orang peserta terbaik yang berpartisipasi aktif untuk mendapat *doorprize* yang berupa *e-voucher*.

Kemudian, materi kedua dilanjutkan setelah memberikan waktu istirahat kepada siswa selama 15 menit. Materi 2 berlangsung selama 60 menit, dengan menggunakan metode ceramah selama 20 menit dan dilanjutkan dengan sesi diskusi melalui kelompok-kelompok kecil. Materi 2 terdiri dari penjelasan terkait cara meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa terkait pentingnya *engagement* dalam proses pembelajaran, faktor yang dapat meningkatkan *engagement*, seperti: pemenuhan kebutuhan dasar. Setelah narasumber selesai menyampaikan materi, kemudian siswa dibagi ke dalam lima kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari 5-6 orang. Dalam kelompok tersebut, siswa diminta untuk berdiskusi dengan melakukan identifikasi dan merencanakan secara bersama sama mengenai cara-cara yang dapat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan dasarnya. Siswa diberikan waktu diskusi selama 20 menit, dan kemudian meminta perwakilan masing-masing kelompok untuk menyampaikan hasil diskusi. Pada akhir kegiatan, narasumber kembali memilih satu orang peserta terbaik serta satu kelompok terbaik untuk kembali mendapatkan *doorprize*.

Setelah itu, peserta diminta untuk mengisi lembar *post-test* yang telah disediakan selama lebih kurang 5-10 menit, serta siswa juga mengisi lembar evaluasi reaksi kegiatan 1 dan kegiatan 2. Siswa yang mengisi lembar *post-test* mengalami perubahan jumlah dari sebelumnya di mana sebanyak 6 orang peserta meninggalkan kegiatan di saat materi kedua, sehingga total siswa yang mengikuti *post-test* sebanyak 27 orang. Pelaksanaan kegiatan ditutup dengan memberikan dana bantuan belajar kepada siswa yang hadir secara penuh pada kegiatan ini.



Gambar 2. Penyampaian materi 1 (efektivitas penggunaan internet)



Gambar 3. Penyampaian materi 2 (keterlibatan siswa)

Gambar 4. Pelaksanaan *short-course* (diskusi kelompok)Gambar 5. Pemberian *doorprize* pada peserta yang aktif

Tahap terakhir yaitu evaluasi dan monitoring. Ketercapaian tujuan dan keberhasilan dari psikoedukasi dan *short course* diketahui melalui evaluasi *reaction* dan *learning* siswa. Evaluasi *reaction* dilakukan untuk mengetahui keberhasilan pelaksanaan kegiatan dari aspek pemateri, konten, metode pelaksanaan dan keseluruhan kegiatan. Sedangkan evaluasi *learning* dilakukan dengan *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui penambahan pengetahuan siswa terkait materi yang sudah disampaikan dalam pelaksanaan kegiatan. Pada Tabel 1, terdapat pertanyaan dan indikator yang digunakan pada evaluasi *reaction* dan *learning* terkait dengan kegiatan pelatihan yang telah dilakukan.

Tabel 1. Evaluasi *reaction* dan *learning*

Evaluasi <i>Learning</i>					
Contoh Item pada psikoedukasi penggunaan internet					
1. Apa yang dimaksud dengan <i>problematic internet use</i> adalah ...					
a. Penggunaan internet secara sehat dan teratur					
b. Penggunaan internet yang tidak ada masalah					
c. Penggunaan internet yang berlebihan dan dapat mengganggu kehidupan sehari-hari					
d. Penggunaan internet yang hanya dilakukan oleh orang dewasa					
Contoh Item pada <i>short-course</i> keterlibatan siswa					
1. Perasaan mampu menyelesaikan tugas belajar, disebut dengan kebutuhan ...					
a. Relatedness					
b. Competence					
c. Affection					
d. Esteem					
Evaluasi <i>Reaction</i>					
Item Pertanyaan	Respons				
	STS	TS	N	S	SS
Apa yang masih perlu diperbaiki/ditingkatkan?					
Konten Kegiatan 1					
1. Pada awal acara, pemateri menjelaskan tujuan kegiatan dengan jelas					
2. Konten kegiatan yang diberikan sesuai dengan tujuan kegiatan					
3. Konten yang diberikan dalam kegiatan relevan dengan kebutuhan saya					

Narasumber Kegiatan 1

1. Narasumber mampu mengarahkan diskusi secara efektif
2. Narasumber memiliki pemahaman yang baik mengenai materi kegiatan
3. Narasumber mampu menjelaskan dengan baik materi kegiatan sehingga membantu menambah pemahaman saya

Metode Kegiatan 1

1. Cara pelaksanaan kegiatan tergolong efektif untuk mencapai tujuan kegiatan
2. Saya merasa puas dengan bentuk kegiatan yang ditawarkan dalam kegiatan ini
3. Cara pelaksanaan kegiatan membuat saya mampu memahami bagaimana cara menggunakan internet secara efektif dalam kegiatan pembelajaran

Keseluruhan Kegiatan 1

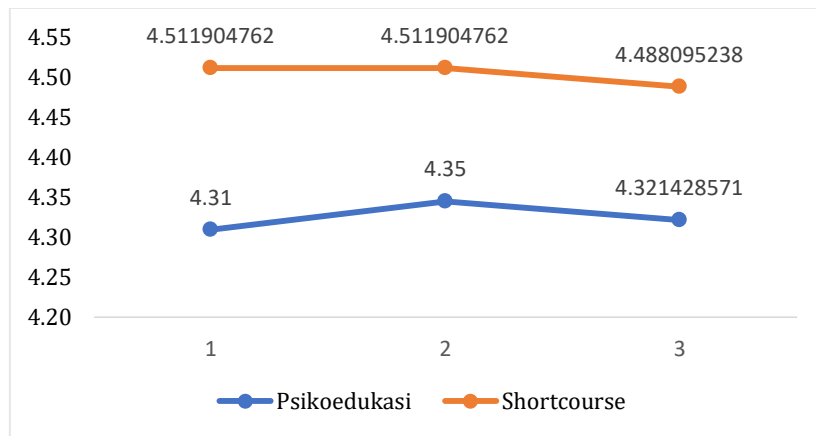
1. Secara umum, saya merasa puas dengan kegiatan ini
 2. Setelah mengikuti kegiatan ini, saya merasa lebih memahami cara untuk menggunakan internet dalam proses pembelajaran
-

Ket: Evaluasi *reaction* juga dilakukan untuk kegiatan 2

HASIL DAN PEMBAHASAN

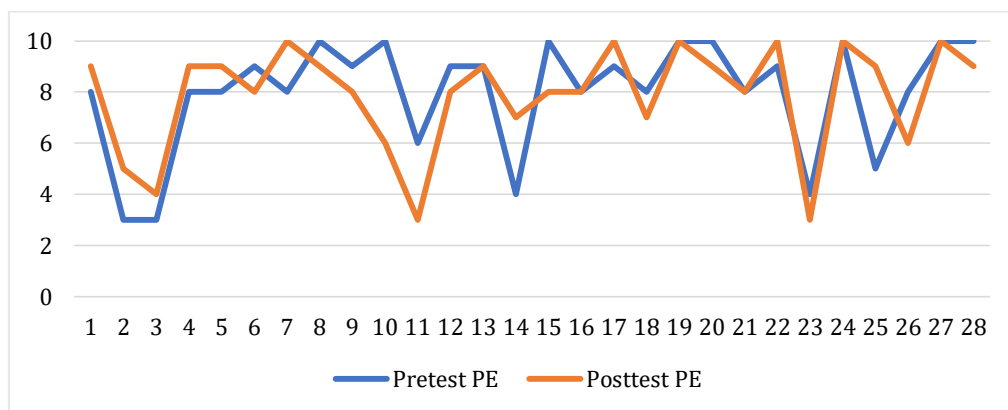
Evaluasi pada kegiatan pengabdian ini baik pada psikoedukasi dan *short-course* dilakukan dengan dua tahap Kirkpatrick, yaitu evaluasi *reaction* dan evaluasi *learning*. Evaluasi *learning* dilakukan secara terpisah untuk kegiatan psikoedukasi efektivitas penggunaan internet dan kegiatan *short-course* peningkatan *engagement* belajar siswa. Adapun aspek-aspek yang dievaluasi adalah terkait dengan konten, narasumber, dan metode dari masing-masing kegiatan. Kuesioner *reaction* terdiri dari 9 item. Item tersebut mengukur tujuan kegiatan, kesesuaian konten, relevansi dengan kebutuhan (aspek konten); kemampuan mengarahkan diskusi, membantu pengembangan pemahaman, dan kemampuan menjelaskan (aspek narasumber); efektivitas cara pencapaian tujuan, bentuk kegiatan dan strategi dalam memahami materi (aspek metode).

Pada Gambar 6 dapat dilihat bahwa, pada setiap aspek ditemukan bahwa konten, narasumber, dan metode dari kegiatan *short-course* mendapatkan nilai yang lebih tinggi dari kegiatan psikoedukasi. Data pada Gambar 6 menjelaskan bahwa peserta menunjukkan penilaian yang lebih positif pada konten yang disajikan terkait *engagement*, pemateri dari kegiatan *short course*, dan metode yang digunakan dalam *short-course*. Dalam prosesnya *short-course* dilakukan dengan aktivitas yang cukup beragam dan melibatkan peserta secara aktif. Setelah diberikan materi pengantar, peserta diminta untuk berdiskusi secara berkelompok dan mempresentasikan temuannya di depan kelas. Hal ini berbeda dengan pelaksanaan psikoedukasi yang dilaksanakan dengan ceramah pemaparan materi yang dilakukan oleh narasumber.



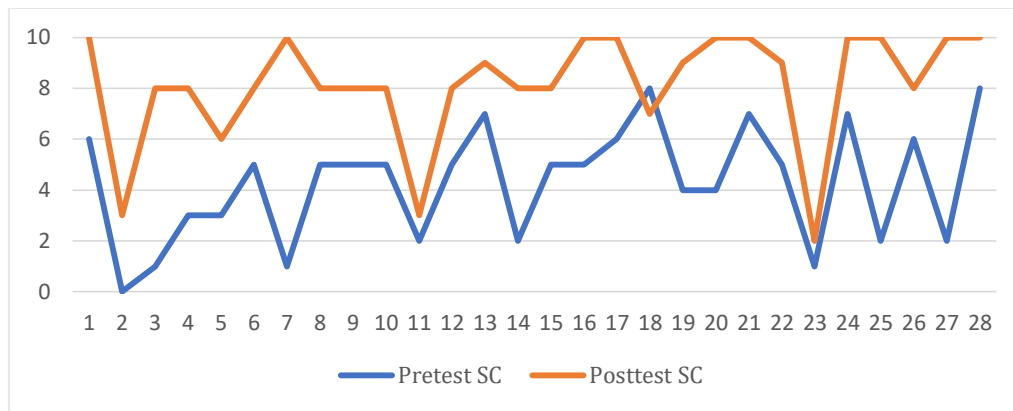
Gambar 6. Hasil evaluasi *reaction* kegiatan psikoedukasi dan *short-course* (Ket: 1 = konten, 2 = narasumber, 3 = metode, Rentang nilai likert 1-5)

Tahapan kedua dari evaluasi kegiatan ini adalah evaluasi *learning*. Sebelum pelaksanaan sudah diberikan terlebih dahulu lembar pre-test yang harus diisi oleh peserta. Setelah masing-masing kegiatan selesai, langsung diberikan lembar post-test untuk melihat apakah terjadi peningkatan pengetahuan dari peserta kegiatan. Jumlah item pada masing-masing tes terdiri dari 10 item untuk kegiatan psikoedukasi dan 10 item untuk kegiatan *short course*. Hasil evaluasi *learning* pada kegiatan psikoedukasi dapat dilihat melalui Gambar 7. Berdasarkan hasil evaluasi *learning* pada kegiatan psikoedukasi ditemukan bahwa terjadi penurunan nilai pada 12 orang (44%) peserta, dan peserta yang mendapatkan nilai yang sama sebanyak 1 orang (0,03%). Hasil observasi ketika pengerjaan *pre-test* psikoedukasi, ditemukan masih banyak peserta yang menggunakan telepon genggamnya dan diduga untuk mencari jawaban dari persoalan yang diberikan. Ketika pelaksanaan psikoedukasi pun ditemukan beberapa peserta yang juga sibuk dengan telepon genggamnya untuk mengakses media sosial dan aplikasi lainnya. Hasil evaluasi *learning* untuk kegiatan kedua juga terdapat pada Gambar 7 di atas. Diketahui bahwa sebagian besar (96,2%) dari peserta mengalami peningkatan pengetahuan, dan hanya 1 orang (0,03%) peserta yang mengalami penurunan skor sebesar 1 poin.



Gambar 7. Hasil evaluasi *learning* pada kegiatan psikoedukasi

Untuk mengetahui signifikansi dari perubahan pengetahuan peserta juga dilakukan pengujian *paired sample t-test* untuk kedua kegiatan. Pada Table 1 diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari nilai *pre-test* dan *post-test* dari kegiatan *short-course*, dengan nilai signifikansi (p), sebesar $<0,001$. Sedangkan tidak ada perbedaan yang signifikan pada hasil *pre-test* dan *post-test* kegiatan psikoedukasi, dengan nilai p sebesar 0,828.

Gambar 8. Hasil evaluasi *learning* kegiatan *short-course*Tabel 2. Komparasi nilai *Pre-test* dan *Post-test* kegiatan Psikoedukasi dan *Short-Course*

Pengukuran 2		t	df	p
<i>Pre-test</i> PE	<i>Post-test</i> PE	0,220	27	0,828
<i>Pre-test</i> SC	<i>Post-test</i> SC	-8,918	27	<,001

Peningkatan pengetahuan yang signifikan pada *short-course* dapat disebabkan oleh ikut terlibatnya peserta dalam kegiatan pembelajaran secara aktif sehingga peserta terpapar langsung dan ikut mengeksplorasi materi yang disajikan selama *short-course* berlangsung dengan cara berdiskusi di dalam kelompok. Berbeda dengan pelaksanaan psikoedukasi yang lebih banyak dilaksanakan secara satu arah dengan ceramah (*lecture*). Hasil dari pengukuran *learning* pada *short-course* didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Weaver dan Qi (2005) yang mengatakan bahwa siswa yang aktif terlibat pada proses pembelajaran akan belajar lebih banyak dibandingkan siswa yang tidak terlibat. Penelitian Afurobi et al., (2015) juga membuktikan bahwa metode ceramah lebih mudah untuk membuat siswa bosan dalam menjalani proses belajar dan mencari aktivitas lainnya.

Selain faktor metode pembelajaran yang lebih partisipatif, tingginya keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran pada kegiatan *short-course* juga dapat disebabkan oleh *reward* yang disediakan untuk peserta-peserta yang dianggap aktif dalam pembelajaran. Pada pembelajaran psikoedukasi, peserta belum mengetahui bahwa akan diberikan *reward* untuk peserta yang aktif. Sebaliknya sebelum *short-course* dimulai, sudah diberitahukan terlebih dahulu *reward* yang akan diberikan pada siswa yang aktif. *Reward* dipercaya dapat mendorong siswa lebih termotivasi dalam proses pembelajaran. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Chen (2023) yang menunjukkan bahwa *reward* membuat siswa lebih tertarik, mengembangkan atmosfer belajar yang positif dan meningkatkan motivasi siswa dalam belajar.

KESIMPULAN

Dari pelaksanaan program psikoedukasi dan *shortcourse* pada 27 siswa sekolah menengah atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa pertama, pelaksanaan kegiatan *short-course* terkait dengan peningkatan *engagement* belajar siswa mendapatkan reaksi yang lebih positif pada aspek konten, narasumber dan metode pelaksanaan dibandingkan dengan kegiatan psikoedukasi terkait efektivitas penggunaan internet dan kedua, capaian peningkatan pengetahuan dari *pre-post test*, diketahui bahwa kegiatan psikoedukasi berhasil meningkatkan pengetahuan dari 51% peserta, sedangkan kegiatan *short-course*

berhasil meningkatkan pengetahuan dari 96.2% peserta. Oleh karena itu, pelaksanaan *short-course* dapat dikatakan lebih efektif dalam membantu peserta belajar dibandingkan psikoedukasi.

Pada level *learning* juga terdapat perbedaan antara capaian kegiatan *short-course* terkait dengan peningkatan *engagement* dengan kegiatan psikoedukasi terkait efektivitas penggunaan internet. Ditemukan penambahan pengetahuan yang signifikan setelah dilaksanakannya kegiatan *short-course*. Berbeda dengan psikoedukasi yang tidak memberikan penambahan pengetahuan yang signifikan pada peserta. Pemilihan aktivitas belajar yang kolaboratif dan partisipatif pada kegiatan *short-course* dapat menjadi alasan lebih efektifnya pelaksanaan *short-course* dibandingkan psikoedukasi. Adanya keinginan untuk mendapatkan *reward* juga dapat menjadi alasan meningkatnya keterlibatan peserta pada kegiatan *short-course*. Sedangkan, kurangnya keterlibatan peserta ketika psikoedukasi terlihat dari banyaknya peserta yang memainkan telepon genggam untuk mengakses media sosial.

Berdasarkan simpulan di atas, maka dapat disarankan sebagai berikut: (1) perlu usaha lebih untuk membuat peserta lebih *engage* dalam proses pembelajaran. Pemberian materi dengan metode ceramah akan membuat peserta lebih mudah bosan dan mencari kegiatan lain selama pembelajaran. Variasi dari aktivitas belajar penting untuk dilakukan, khususnya aktivitas-aktivitas yang dapat membuat peserta berpartisipasi lebih dan memudahkan peserta untuk berkolaborasi dalam proses pembelajaran; (2) diperlukan suasana yang dapat menghindarkan peserta dari distraksi selama proses pembelajaran. Aturan-aturan belajar yang disepakati bersama dapat menjadi alternatif agar peserta dapat lebih atentif dalam mengikuti kegiatan pembelajaran dan tidak melakukan aktivitas lain di luar proses pembelajaran; (3) psikoedukasi efektivitas penggunaan internet pada remaja dapat ditingkatkan dengan memberikan pengetahuan yang lebih spesifik terkait internet, tidak hanya memaparkan penjelasan atau pengetahuan yang bersifat umum; (4) metode pembelajaran yang dilaksanakan melalui diskusi kelompok dapat membantu proses pembelajaran siswa lebih optimal, sehingga hasil belajar yang didapatkan lebih memuaskan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Negeri Padang yang telah membiayai kegiatan pengabdian ini dengan nomor kontrak 2012/UN35.15/PM/2023. Selanjutnya, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada mitra kegiatan pengabdian yaitu SMAN 15 Padang yang telah mengizinkan dan memfasilitasi kegiatan ini, sehingga dapat terlaksana dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Afurobi, A., Izuagba, A., Obiefuna, C., & Ifegbo, P. (2015). Effects of the use of lecture method and wordle on the performance of students taught curriculum studies 1: EDU222. *Journal of Education and Practice*, 6(18), 142–149. www.iiste.org
- Arnett, J. J. (2006). G. Stanley Hall's Adolescence: Brilliance and nonsense. *History of Psychology*, 9(3), 186–197. <https://doi.org/10.1037/1093-4510.9.3.186>
- Chen, Z. (2023). The Influence of School's Reward Systems on Students' Development. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 8, 1822–1827. <https://doi.org/10.54097/ehss.v8i.4591>

- Deri, P. S., Cahyadi, S., & Susiati, E. (2019). *Pemenuhan Kebutuhan Dasar Psikologis dan Engagement Siswa pada Pelajaran Matematika*. 3(1), 32–47. <http://jip.fk.unand.ac.id>
- Hidayati, I., & Afiatin, T. (2020). Peran Kontrol Diri dan Mediasi Orang Tua terhadap Perilaku Penggunaan Internet Secara Berlebihan. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 6(1), 43. <https://doi.org/10.22146/gamajop.52744>
- Kirkpatrick, J. D., & Kirkpatrick, W. K. (2016). *Kirkpatrick's four levels of training evaluation*. Atd Press.
- Puspita, R. H., & Rohedi, D. (2018). The Impact of Internet Use for Students. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 306, 012106. <https://doi.org/10.1088/1757-899X/306/1/012106>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (Eds.). (2017). *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. Guilford Press. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
- Santrock, J. . (2013). *Life-span development* (14th ed.). McGraw-Hill.
- Song, L., Singleton, E. S., Hill, J. R., & Koh, M. H. (2004). Improving online learning: Student perceptions of useful and challenging characteristics. *The Internet and Higher Education*, 7(1), 59–70. <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2003.11.003>
- Susanti, M., Hidayati, I., Anggreiny, N., & Maputra, Y. (2021). School from Home during COVID-19 Pandemic, a Descriptive Study: Effectivity of Learning towards High School Students in West Sumatra. *KnE Social Sciences*. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8231>
- Tara, L., Hidayati, I., & Susanti, M. (2022). High School Students' Motivation and Engagement in Online Learning. *Journal of Psychological Perspective*, 4(2), 65–68. <https://doi.org/10.47679/jopp.424062022>
- Weaver, R. R., & Qi, J. (2005). Classroom Organization and Participation: College Students' Perceptions. *The Journal of Higher Education*, 76(5), 570–601. <https://doi.org/10.1353/jhe.2005.0038>
- Yellowlees, P. M., & Marks, S. (2007). Problematic Internet use or Internet addiction? *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1447–1453. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2005.05.004>.