

**PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN *AWARENESS TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN
PERCAYA DIRI DAN
PRESTASI BELAJAR SISWA**

(Studi Pada Mata Pelajaran Seni Budaya Siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Lahat)

Eka Fatriyarni, Johannes Sapri

SMP Negeri 1 Lahat, Universitas Bengkulu

¹⁾ekafatriyarni@gmail.com, ²⁾johanessapri@unib.ac.id

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan penerapan model pembelajaran Awareness Training untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa pada mata pelajaran seni budaya, mendeskripsikan penerapan model pembelajaran Awareness Training untuk meningkatkan prestasi belajar siswa dan mendeskripsikan efektivitas penerapan model pembelajaran Awareness Training untuk meningkatkan prestasi belajar siswa dan mendeskripsikan efektivitas penerapan model pembelajaran Awareness Training Pelatihan model pembelajaran dalam meningkatkan prestasi belajar pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Lahat. Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dan untuk mengetahui keefektifan model pembelajaran Awareness Training dilakukan dengan menggunakan model penelitian Quasi Experiment. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan tes. Subyek Penelitian Tindakan Kelas adalah siswa kelas IX 5, penentuan kelas eksperimen dan kelas kontrol dengan pemilihan acak/random, siswa kelas IX 3 sebagai kelas eksperimen, dan siswa kelas IX 1 sebagai kelas kontrol. Berdasarkan penelitian yang dilakukan selama tiga siklus hasil analisis menunjukkan peningkatan yang signifikan. Dapat disimpulkan bahwa penerapan model awareness training dapat meningkatkan rasa percaya diri, penerapan model awareness dapat meningkatkan prestasi belajar siswa, penerapan model pembelajaran awareness training dapat efektif meningkatkan rasa percaya diri dan prestasi belajar siswa di SMP Negeri 1 Lahat.

Kata kunci : model awareness raining, rasa percaya diri dan prestasi belajar.

**APPLICATION OF THE AWARENESS TRAINING LEARNING MODEL TO IMPROVE
CONFIDENCE AND
STUDENT ACHIEVEMENT**

(Studies on Cultural Arts Subjects for Grade IX Students at SMP Negeri 1 Lahat)

Eka Fatriyarni, Johannes Sapri

SMP Negeri 1 Lahat, Universitas Bengkulu

¹⁾ekafatriyarni@gmail.com, ²⁾johanessapri@unib.ac.id

ABSTRACT

The purpose of this study is to describe the application of the Awareness Training learning model to increase student confidence in arts and culture subjects, describe the application of the Awareness Training learning model to improve student achievement and to describe the effectiveness of the application of the Awareness Training learning model in improving learning achievement in IX grade students of SMP Negeri 1 Lahat. This study uses Classroom Action Research (CAR) and to determine the effectiveness of the Awareness Training learning model is carried out using the Quasi Experiment research model. Data collection is done by observation and tests. The subjects of Classroom Action Research are students of class IX 5, the determination of the experimental class and the control class by random / random selection, students of class IX 3 as the experimental class, and students of class IX 1 as the control class. Based on research carried out for three cycles the results of the analysis showed a significant increase. It can be concluded that the application of the awareness training model can increase self-confidence, the application of the awareness model can improve student learning achievement, the application of the awareness training learning model can effectively increase the confidence and student achievement in SMP Negeri 1 Lahat.

Key word : model awareness araining, confidence and the achivement learning.

PENDAHULUAN

Proses interaksi belajar mengajar adalah inti dari kegiatan pendidikan. Sebagai inti dari kegiatan pendidikan, proses interaksi belajar mengajar adalah suatu upaya untuk mencapai tujuan pendidikan. *Awareness Training* adalah salah satu model pembelajaran yang ditujukan untuk meningkatkan kesadaran belajar siswa itu sendiri. Model pembelajaran ini menekankan pada perkembangan interpersonal dan personal. Tujuan dalam model ini agar siswa punya kesadaran pribadi dalam menyelesaikan tugasnya. Masalah belajar yang terjadi selama proses belajar salah satunya berhubungan dengan rasa percaya diri. Rasa percaya diri merupakan salah satu kondisi psikologis seseorang yang berpengaruh terhadap aktivitas fisik dan mental dalam proses pembelajaran. Prestasi belajar adalah hasil perubahan kemampuan meliputi kognitif, psikomotor dan afektif. Menurut Hamalik (1989:4) prestasi belajar adalah hal-hal yang dicapai oleh seseorang setelah melakukan kegiatan. Keberhasilan proses pembelajaran tidak terlepas dari kemampuan guru mengembangkan model-model pembelajaran yang berorientasi pada peningkatan intensitas keterlibatan siswa secara efektif di dalam proses pembelajaran.

Menurut Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 menyatakan pembelajaran adalah “proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar”. Pembelajaran sebagai proses belajar yang dibangun oleh guru untuk mengembangkan kreatifitas berpikir yang dapat meningkatkan kemampuan berpikir siswa, serta dapat meningkatkan kemampuan mengkonstruksikan pengetahuan baru sebagai upaya meningkatkan penguasaan yang baik terhadap materi pelajaran.

Sedangkan dikutip dari laman wikipedia, dinyatakan bahwa pengertian pembelajaran adalah proses, cara, perbuatan menjadikan orang atau makhluk hidup belajar. Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik.

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan usaha sengaja, terarah dan bertujuan agar orang lain dapat memperoleh pengalaman yang bermakna (BSNP, 2006: 30).

Secara umum pengertian pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik/siswa dengan pendidik/guru dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar yang meliputi guru dan siswa yang saling bertukar informasi. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik.

Dengan kata lain, definisi pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Atau mudahnya usaha sadar dari guru untuk membuat siswa belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada diri siswa yang belajar, dimana perubahan itu dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu tertentu dan karena adanya usaha.

Menurut Sanjaya (2011: 13-14), pembelajaran merupakan suatu sistem

yang kompleks yang keberhasilannya dapat dilihat dari dua aspek yaitu aspek produk dan aspek proses. Keberhasilan pembelajaran dilihat dari sisi produk adalah keberhasilan siswamengenai hasil yang diperoleh dengan mengabaikan proses pembelajaran.

Mata Pelajaran Seni Budaya pada dasarnya merupakan Pendidikan seni budaya yang berbasis budaya. Menurut Badan Standar Nasional Pendidikan (BNSP, 2006:169). Hal ini merupakan wujud pembentukansikap demokratis yang memungkinkan seseorang hidup secara beradab serta toleran dalam masyarakat dan budaya yang majemuk.

Mata Pelajaran Seni Budaya merupakan mata pelajaran yang membahas mengenai karya seni estetis artistik, dan kreatif yang berakar pada norma, nilai, perilaku, dan produk seni budaya melalui aktifitas berkesenian.

Mata pelajaran Seni Budaya bertujuan untuk menumbuh kembangkan kepekaan rasa estetis dan artistik, sikap kritis, apresiatif, dan kreatif pada diri setiap peserta pendidik secara menyeluruh. Sikap ini hanya mungkin tumbuh jika dilakukan serangkaian proses aktifitas pada siswa. Mata pelajaran Seni Budaya memiliki tujuan khusus, (Buku Guru Seni Budaya 2017 :2) yaitu:

1. Menumbuhkan sikap toleransi,
2. Menciptakan demokrasi yang beradab
3. Menumbuhkan hidup rukun dalam masyarakat majemuk,
4. Mengembangkan kepekaan rasa dan keterampilan,
5. Menerapkan teknologi dan berkreasi,
6. Menumbuhkan rasa cinta budaya dan menghargai warisan budaya Indonesia, dan
7. Membuat pertunjukan dan pameran karya seni. (Buku Guru Seni Budaya 2017 :2)

Sehubungan dengan tujuan khusus

pada mata pelajaran Seni Budaya itulah maka kepercayaan diri sangat dibutuhkan oleh peserta didik. Ruang lingkup Mata pelajaran seni budaya memiliki empat aspek seni sebagai berikut : seni rupa, seni musik, seni tari, dan seni teater. Fokus penelitian ini pada bidang seni tari.

a. Seni Tari

Seni tari menurut Kussudiardjo (1992:2) adalah Keindahan gerak anggota –anggota badan manusia yang bergerak berirama dan berjiwa atau dapat diberi arti bahwa seni tari adalah keindahan bentuk anggota badan yang bergerak, berirama, dan berjiwa harmonis.

Purwatiningsih dalam sumber belajar PLPG Seni Budaya (2016:2) Seni Tari adalah Ungkapan yang disalurkan atau diekspresikan melalui gerakgerak organ tubuh yang ritmis, indah, mengandung kesusilaan dan selaras dengan gending sebagai iringannya.

Model Pembelajaran *Awareness Training*

Model *AWARENESS TRAINING* (Pelatihan Kesadaran) pencetusnya dan dikembangkan oleh William Schutz (Joyce, B. & Weil, M. 1980:189) Model ini merupakan suatu model pembelajaran yang ditujukan untuk meningkatkan kesadaran manusia. William Schutz menekankan pentingnya pelatihan interpersonal sebagai sarana peningkatan kesadaran pribadi (pemahaman individuada empat tipe perkembangan yang dibutuhkan untuk merealisasikan potensi individu secara utuh, yaitu:

- a. fungsi tubuh,
- b. fungsi personal, termasuk di dalamnya akuisisi pengetahuan dan pengalaman, kemampuan berpikir logis dan kreatif dan integrasi intelektual,
- c. perkembangan interpersonal
- d. hubungan individu dengan institusi-institusi sosial, organisasi sosial dan budaya masyarakat.

Tujuannya adalah untuk meningkatkan pemahaman diri dan kesadaran akan perilaku perang lain serta mampu meningkatkan pengetahuan yang lebih kreatif sehingga dapat membantu siswa mengembangkan perkembangan pribadi dan sosialnya. Dari empat tipe dua tipe yang akan menjadi point utama yaitu fungsi interpersonal dan personal, dimana proses pendidikan sengaja diusahakan agar seseorang mampu memahami dirinya sendiri dengan baik, sanggup memikul tanggung jawab untuk pendidikan dan lebih kreatif untuk mencapai kualitas hidup yang lebih baik, selain itu fungsi personal juga bertujuan memusatkan perhatian pada pandangan seseorang dan berusaha menggalakkan kemandirian yang produktif sehingga manusia menjadi semakin sadar diri dan bertanggung jawab atas tujuannya.

Model *Awareness Training* dapat diterapkan sebagai salah satu model pelatihan karena memiliki sintak yang sederhana dan praktis. Model pembelajaran *Awareness Training* merupakan salah satu model pembelajaran dalam rumpun model pembelajaran personal. Model pembelajaran ini merupakan salah satu dari beberapa model rumpun personal yang cocok di gunakan dalam menghadapi permasalahan siswa yang kurang aktif, tidak percaya diri, kurang mengeksplorasikan dirinya pada mata pelajaran Seni Budaya.

Yusuf Luxori (2004:4) mengatakan percaya diri adalah percampuran antara pikiran dan perasaan yang melahirkan perasaan rela terhadap diri sendiri. Seorang yang percaya diri akan selalu merasakan bahwa dirinya adalah sosok yang berguna yang memiliki kemampuan untuk bersosialisasi dan bekerja sama dengan masyarakat lainnya dalam berbagai bidang.

Thursan Hakim (2005:6) memberikan

penjelasan rasa percaya diri secara sederhana bisa dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya.

Menurut Thantaway dalam Kamus istilah Bimbingan dan Konseling (2005:87), percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri.

Prestasi belajar adalah hasil yang diperoleh berupa kesan-kesan yang mengakibatkan perubahan dalam diri individu sebagai hasil dari aktivitas dalam belajar. (Purwanto, 1988 : 85-87). Poerwanto (2007) memberikan pengertian prestasi belajar yaitu " hasil yang dicapai oleh seseorang dalam usaha belajar sebagaimana yang dinyatakan dalam raport".

Winkel (Nasukha, 2008: 18) Prestasi belajar adalah suatu hasil usaha yang telah dicapai oleh siswa yang mengadakan suatu kegiatan belajar di sekolah dan usaha yang dapat menghasilkan perubahan pengetahuan ,sikap dan tingkah laku. Hasil perubahan itu diwujudkan dengan nilai atau skor.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini desain yang digunakan adalah desain penelitian tindakan kelas (PTK). Metode kuantitatif dengan teknik penelitian tindakan kelas(classroom action research). Menurut Suyanto (dalam Muslich ,2009:9) PTK adalah suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif dengan melakukan tindakan tindakan-tindakan tertentu agar

dapat memperbaiki dan meningkatkan praktek-praktek pembelajaran dikelas secara profesional, data tersebut kemudian dianalisis melalui tahapan dalam siklus tindakan. Menurut Suharsimi Arikunto (2006). Menjelaskan Penelitian Tindakan Kelas sebagai suatu pencerminan terhadap kegiatan pembelajaran berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersamaan. PTK yang merupakan suatu kegiatan ilmiah terdiri dari Penelitian-Tindakan-Kelas.

- a. Penelitian merupakan kegiatan mencermati suatu obyek dengan menggunakan aturan metodologi untuk memperoleh data atau informasi yang bermanfaat dalam meningkatkan mutu suatu hal yang menarik minat dan penting bagi si peneliti.
- b. Tindakan merupakan suatu gerak kegiatan yang sengaja dilakukan dengan tujuan tertentu yang dalam penelitian berbentuk rangkaian siklus kegiatan.
- c. Kelas merupakan sekelompok peserta didik yang sama dan menerima pelajarannya yang sama dari seorang pendidik.

Dalam penelitian ini tes dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum perlakuan diberikan (*pretest*) dan sesudah perlakuan (*post test*). Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya peningkatan dari pembelajaran model *Awareness Training* dan prestasi belajar siswa. Penelitian kuasi eksperimen dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari "sesuatu" yang dikenakan pada subjek selidik (Arikunto, 2010:68).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian menunjukkan bahwa kemampuan percaya diri siswa selama

proses pembelajaran yang menerapkan model *Awareness Training* peningkatan dari siklus pertama sampai siklus ketiga secara berurutan kearah yang lebih baik. Kemampuan percaya diri siswa pada siklus pertama belum optimal dengan hasil observasi selama proses pembelajaran diperoleh skor rata-rata kelas dan berada pada kategori cukup hal ini mempengaruhi karena belum maksimal penerapan model *Awareness Training* yang dilakukan oleh gurusedangkan siswa yang memiliki kemampuan akademik yang lebih rendah masih merasa kurang percaya diri dan tidak semangat karena mereka belum mengerti dan belum mendapat bimbingan yang maksimal dari guru, namun setelah beberapa kali dibimbing dan pemahaman mereka menjadi meningkat, maka pada siklus kedua sikap kemampuan percaya diri sudah mengalami peningkatan dengan skor rata-rata berada pada kategori baik.

Pada siklus ketiga sikap kemampuan percaya diri sudah menunjukkan hal yang lebih baik hasil observasi kemampuan percaya diri siswa selama proses pembelajaran memiliki skor rata-rata berada pada kategori sangat baik. Pada hasil siklus pertama hingga siklus ketiga kemampuan percaya diri selama proses pembelajaran mengalami peningkatan yang signifikan dan membuktikan bahwa penerapan model *Awareness Training* dapat meningkatkan kemampuan percaya diri siswa. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa model *Awareness Training* dapat meningkatkan percaya diri siswa.

Penelitian menggambarkan bahwa penerapan model *Awareness Training* dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas IX SMP Negeri 1 Lahat. Aspek yang dinilai yaitu 1) Siswa tenang, 2) siswa memiliki kemampuan, 3) siswa optimis, 4) siswa berani, 5) siswa yakin, 6) siswa mampu bersosialisasi, 7) sadar diri, 8) Bermental kuat .

Dari perkembangan setiap siklus, hal ini membuktikan bahwa percaya diri siswa telah mengalami peningkatan dalam proses pembelajaran menggunakan model *Awareness Training*. Dari hasil pengamatan menggunakan observasi guru bahwa percaya diri siswa dapat dilihat dari rasa ingin tahu siswa dalam pembelajaran, siswa sudah dapat menyatakan pendapat secara spontan dan tidak malu-malu ketika menjawab, menanggapi dan bertanya dalam proses pembelajaran, aktif dalam melaksanakan tugas, bekerja sama dan berinteraksi dengan teman sekelompoknya secara optimal.

Meningkatnya percaya diri siswa ini juga dikarenakan model pembelajaran *Awareness Training* adalah suatu pembelajaran yang merangsang siswa untuk terlibat langsung secara maksimal dalam kegiatan belajar, sehingga dapat meningkatkan kemampuan siswa tersebut dan mengembangkan sikap percaya diri yang dimiliki oleh siswa tersebut sedangkan keunggulan model *Awareness Training*.

Keberhasilan penelitian ini mendukung hasil penelitian terdahulu yang dilakukan Siyenti (2017), Penerapan Model Inkuiri Terbimbing Untuk meningkatkan Percaya Diri siswa dan Prestasi Belajar Siswa pada mata pelajaran IPA kelas V SDN gugus VIII Bengkulu Menyimpulkan penerapan model pembelajaran inkuiri Terbimbing dapat meningkatkan percaya diri dan prestasi belajar siswa.

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran *Awareness Training* dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas IX SMP Negeri 1 Lahat.

1. Penerapan model *Awareness Training* dalam pembelajaran Seni Budaya dapat meningkatkan Prestasi Belajar Siswa kelas SMP Negeri 1 Lahat

Berdasarkan hasil observasi pada kegiatan pembelajaran melalui penerapan

model pembelajaran *Awareness Training* yang telah dilaksanakan sebanyak 3 siklus, diperoleh gambaran bahwa prestasi belajar siswa dalam pembelajaran telah meningkat. Peningkatan hasil belajar dapat dilihat berdasarkan hasil analisis yang dilakukan terhadap hasil pre test dan post test setiap siklusnya. Perkembangan prestasi belajar siswa mencapai KKM dan kriteria ketuntasan belajar secara klasikal dengan nilai pre test dan post test diperoleh pada siklus I siswa yang mendapatkan nilai 70 ke atas sebanyak 11 siswa, pada siklus II mengalami peningkatan sebanyak 23 siswa, siklus III mengalami peningkatan sebanyak 26 siswa. Menurut Mulyasa (2007: 56) menyatakan bahwa prestasi belajar pada hakekatnya merupakan suatu kegiatan untuk mengukur perubahan perilaku yang telah terjadi. Sehingga dapat dikatakan bahwa dengan menerapkan model *Awareness Training* dapat meningkatkan prestasi belajar siswa dikarenakan berdasarkan observasi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada peningkatan prestasi belajar pada setiap siklusnya.

Meningkatkan prestasi belajar siswa pada pembelajaran Seni Budaya dengan menerapkan model pembelajaran *Awareness Training* sesuai dengan pendapat Sahrul (2009: 53) kelebihan pembelajaran *Awareness Training* adalah membantu peserta didik untuk mengembangkan kesiapan serta penguasaan keterampilan dalam proses kognitif. Peserta didik memperoleh pengetahuan secara individual sehingga dapat dimengerti dan mengendap dalam pikirannya.

Dapat membangkitkan motivasi dan gairah belajar peserta didik untuk belajar lebih giat lagi. Memberikan peluang untuk berkembang dan maju sesuai dengan kemampuan dan minat masing-masing. Memperkuat dan menambah kepercayaan

pada diri sendiri dengan proses menemukan sendiri karena pembelajaran berpusat pada peserta dengan peran guru yang sangat terbatas.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran *Awareness Training* dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas IX SMP Negeri 1 Lahat.

2. Efektivitas penerapan model *Awareness Training* dalam pembelajaran Seni Budaya dapat meningkatkan prestasi belajar siswa kelas IX SMP Negeri 1 Lahat

Penerapan model pembelajaran *Awareness Training* mempunyai efek yang baik terhadap prestasi belajar siswa. Dilihat dari hasil *pre test* dan *post test* siswa setiap siklus menunjukkan peningkatan yang baik pada siklus I, siklus II maupun siklus III.

Selanjutnya, hasil belajar yang diperoleh kemudian dilakukan analisis statistik menggunakan uji t dua sampel yang berpasangan. Hal ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas penerapan model pembelajaran *Awareness Training* terhadap prestasi belajar siswa. Setelah dilakukan analisis dapat dilihat dengan hasil uji t kuasi eksperimen. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara selisih pada prestasi belajar kelas eksperimen dan prestasi belajar kelas kontrol.

Hasil penelitian ini mendukung pendapat pendapat Menurut Noller dalam Suryosubroto (2009: 199) bahwa dalam implementasinya, *Awareness Training* memiliki banyak alternatif pemecahan masalah dan keberanian menyampaikan pendapat dalam upaya pemecahan masalah sehingga meningkatkan percaya diri siswa. Sama halnya dengan percaya diri siswa, prestasi siswa pun dapat meningkat, ini terlihat dari meningkatnya nilai siswa di setiap siklus dan Menurut Mulyasa (2007: 56)

menyatakan bahwa prestasi belajar pada hakekatnya merupakan suatu kegiatan untuk mengukur perubahan perilaku yang telah terjadi.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Penerapan model *Awareness Training* dalam pembelajaran Seni Budaya dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas IX SMP Negeri 1 Lahat .
2. Penerapan model *Awareness Training* dalam pembelajaran Seni Budaya dapat meningkatkan prestasi belajar siswa kelas IX SMP Negeri 1 Lahat. Peningkatan hasil belajar siswa dapat dilihat berdasarkan hasil analisis yang dilakukan terhadap hasil *pre test* dan *post test* setiap siklusnya.
3. Penerapan model *Awareness Training* efektif untuk meningkatkan prestasi belajar Seni Budaya untuk meningkatkan prestasi belajar Seni Budaya siswa kelas IX SMP Negeri 1 Lahat. Ini dapat dilihat dari analisis terhadap prestasi belajar siswa antara kelas eksperimen dan kelas kontrol jika dilihat prestasinya kelas eksperimen mengalami peningkatan dari *pre test* bila dibandingkan dengan kelas kontrol.

Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi dalam penelitian ini, maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut :

1. Bagi Guru agar Penerapan model *Awareness Training* memerlukan persiapan yang matang. Guru harus bisa memilih topik yang sesuai untuk meningkatkan percaya diri siswa.
2. Siswa hendaknya menyadari akan

- dirinya sendiri, mengenali dirinya, mengerti kekurangan dan kelebihan dirinya sehingga siswa dapat mengoptimalkan dirinya dalam proses pendewasaan agar percaya atas dirinya.
3. Kepala sekolah diharapkan untuk mendukung guru melanjutkan studinya ke jenjang yang lebih baik, memikirkan kebutuhan guru dalam bentuk sarana mengajar, dan melakukan pembinaan rutin kepada guru dalam memperbaiki proses pembelajarannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Penerbit Rineka Cipta.
- Depdiknas. 2003. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Dirjen Dikdasmen Direktorat Tenaga Kependidikan. Jakarta: Depdiknas.
- Dwi, Dora Amalia. 2015. *Penerapan Model Latihan kesadaran Untuk meningkatkan kecerdasan Interpersonal Dan Intra personal Anak*.
- Hakim , Thursan, 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri* . Jakarta: Puspa Swara
- Hamzah. 2010. *Model Pembelajaran Menciptakan Proses Belajar Mengajar Yang Kreatif Dan Efektif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Kartina, 2018, *Pengaruh Model Pembelajaran Awareness Training terhadap Motivasi Belajar Fisika Siswa Kelas X1 MIA SMA Negeri 3 Takalar*".
- Kunandar, 2008. *Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Pengembangan Profesi Guru*. Jakarta: PT Raja grafindo Persada.
- Luxori, Yusuf. 2004. *Percaya Diri*. Jakarta Timur : KHALIFA
- Rusman. 2012. *Model – Model Pembelajaran*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada. Rosyidi
- Sagala, 2007. *Perencanaan Pembelajaran*. PT. Remaja Rosda karya. Bandung.
- Sanjaya, Wina. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Kencana.
- Sanjaya, Wina. 2012. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Kompetensi Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Sanjaya, Wina. 2012. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Kompetensi Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Trianto. 2010. *Model Pembelajaran terpadu*. Surabaya: PT. Bumi Aksara.