

Pelatihan Meningkatkan Prestasi Belajar Dengan Disiplin Belajar pada SMA Muhammadiyah Parung

Sri Dewi Nurhayani^{*1}, Najla Asla Salsabilla², Firmansyah³

^{1,2,3}Universitas Pamulang

E-mail: sridewinurhayani1@gmail.com, Najlaasla85@gmail.com, firmansaah05@gmail.com

Diterima 17/September/2025 | Direvisi 21/September/2025 | Disetujui 22/ September/2025

Abstract

This study aims to determine the effectiveness of learning discipline training in improving students' academic achievement at SMA Muhammadiyah Parung. Learning discipline is considered one of the key factors that supports academic success, as it enables students to manage their time, organize tasks, and maintain consistency in understanding learning materials. The research method employed was an experimental approach with a qualitative perspective, involving randomly selected tenth-grade students as the sample, with consideration of diverse academic backgrounds. The research instruments included observation, questionnaires, and documentation of academic scores before and after the training program. The results of the study indicate that learning discipline training has a positive influence on students' academic achievement, as participants demonstrated greater ability to manage study time, more consistency in completing assignments, and higher motivation to engage in the learning process. These behavioral changes had a significant impact on the improvement of students' academic performance. Therefore, it can be concluded that learning discipline training is effective in shaping better study habits while simultaneously enhancing academic achievement. Consequently, this training program is recommended to be implemented continuously as part of the school's strategy to improve the quality of education and to foster a stronger culture of learning discipline among students.

Keywords: Training, Learning Discipline, Learning Achievement

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pelatihan disiplin belajar dalam meningkatkan prestasi belajar siswa di SMA Muhammadiyah Parung. Disiplin belajar dipandang sebagai salah satu faktor penting yang dapat menunjang keberhasilan akademik karena melalui disiplin siswa belajar mengatur waktu, mengelola tugas, serta menjaga konsistensi dalam memahami materi. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dengan pendekatan kualitatif, dengan sampel penelitian siswa kelas X yang dipilih secara acak berdasarkan keragaman latar belakang akademik. Instrumen penelitian berupa observasi, angket, serta dokumentasi nilai prestasi sebelum dan sesudah pelatihan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan disiplin belajar memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan prestasi belajar siswa, di mana peserta pelatihan lebih mampu mengatur waktu, konsisten dalam menyelesaikan tugas, serta memiliki motivasi yang lebih tinggi dalam mengikuti pembelajaran. Perubahan perilaku belajar tersebut berdampak nyata pada peningkatan nilai akademik siswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelatihan disiplin belajar efektif dalam membentuk kebiasaan belajar yang lebih baik sekaligus mendorong pencapaian akademik yang lebih optimal. Oleh karena itu, pelatihan ini direkomendasikan untuk diterapkan secara berkelanjutan sebagai bagian dari strategi sekolah dalam meningkatkan kualitas pendidikan serta membangun budaya disiplin belajar yang lebih kuat di kalangan siswa.

Kata Kunci: Pelatihan, Disiplin belajar, Prestasi Belajar

1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kunci utama dalam membangun sumber daya manusia yang berkualitas. Melalui pendidikan yang baik, seseorang tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga keterampilan, sikap, dan nilai-nilai yang dapat menjadi bekal dalam menghadapi tantangan kehidupan. Dalam konteks pembangunan bangsa, sistem pendidikan yang efektif akan melahirkan generasi yang memiliki kompetensi unggul serta mampu beradaptasi dengan

perkembangan zaman, khususnya di era globalisasi dan revolusi industri 4.0. Kualitas pendidikan suatu negara bahkan sering dijadikan indikator kemajuan bangsa tersebut, sebab melalui pendidikan lahir individu-individu yang siap bersaing di tingkat nasional maupun internasional.

Salah satu faktor utama yang menentukan keberhasilan pendidikan adalah disiplin belajar. Disiplin belajar merupakan bentuk pengendalian diri siswa dalam menjalani proses pembelajaran secara konsisten, baik di sekolah maupun di luar sekolah. Disiplin ini mencerminkan sejauh mana siswa mampu mengatur waktu, mengelola kegiatan belajar, memahami materi pelajaran, serta mempertahankan kebiasaan belajar yang efektif. Tanpa adanya disiplin belajar, siswa cenderung mengalami kesulitan dalam mencapai prestasi akademik yang optimal. Sebaliknya, siswa dengan disiplin belajar yang baik akan lebih mudah memusatkan perhatian, tekun dalam mengerjakan tugas, serta mampu menghadapi berbagai tantangan akademik.

Dalam praktiknya, banyak siswa menghadapi kendala dalam menjaga kedisiplinan belajar. Tantangan seperti distraksi dari teknologi digital, rendahnya motivasi internal, serta kurangnya keterampilan manajemen waktu sering kali menjadi hambatan. Akibatnya, prestasi akademik yang diperoleh tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki. Oleh karena itu, sekolah sebagai lembaga pendidikan formal perlu mengambil langkah-langkah strategis untuk membentuk dan meningkatkan disiplin belajar siswa.

SMA Muhammadiyah Parung sebagai salah satu institusi pendidikan menengah di bawah naungan organisasi Muhammadiyah memiliki komitmen dalam mencetak generasi yang unggul, berakhlak mulia, dan berprestasi. Dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran, pihak sekolah menyadari pentingnya peran disiplin belajar dalam menunjang prestasi akademik siswa. Data awal yang diperoleh menunjukkan adanya variasi signifikan dalam tingkat kedisiplinan siswa, yang berdampak pada perbedaan capaian akademik di antara mereka. Kondisi ini menjadi tantangan sekaligus peluang bagi sekolah untuk mencari solusi yang tepat.

Salah satu langkah yang ditempuh adalah melalui program pelatihan peningkatan disiplin belajar. Pelatihan ini dirancang untuk memberikan pemahaman mendalam kepada siswa mengenai arti penting disiplin dalam belajar, serta membekali mereka dengan keterampilan praktis dalam mengatur waktu, mengelola tugas, dan membangun kebiasaan belajar yang konsisten. Materi pelatihan meliputi strategi manajemen waktu, teknik konsentrasi, penyusunan jadwal belajar, serta cara mengatasi hambatan internal maupun eksternal yang dapat mengganggu proses belajar.

Pelatihan ini diharapkan tidak hanya memberikan pengetahuan teoretis, tetapi juga membentuk sikap positif siswa terhadap belajar. Dengan mengikuti pelatihan, siswa diharapkan lebih sadar akan tanggung jawab akademiknya dan termotivasi untuk menjalankan kebiasaan belajar yang lebih baik. Keberhasilan pelatihan akan terlihat dari meningkatnya kedisiplinan belajar yang tercermin dalam konsistensi kehadiran, ketepatan waktu dalam mengumpulkan tugas, kesiapan menghadapi ujian, serta kemampuan mengelola kegiatan belajar secara teratur.

Lebih jauh, peningkatan disiplin belajar melalui pelatihan ini diharapkan berdampak langsung pada prestasi akademik siswa. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara disiplin belajar dengan hasil belajar. Siswa yang mampu mengatur diri secara disiplin akan memiliki peluang lebih besar untuk memperoleh nilai yang baik dibandingkan dengan siswa yang kurang disiplin. Dengan demikian, program pelatihan ini menjadi langkah strategis dalam meningkatkan mutu pendidikan di SMA Muhammadiyah Parung.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pelatihan dalam meningkatkan disiplin belajar guna mendukung prestasi akademik siswa. Fokus utama penelitian adalah mengidentifikasi sejauh mana pelatihan dapat memengaruhi perilaku belajar siswa, serta menganalisis dampaknya terhadap pencapaian akademik mereka. Penelitian ini juga memberikan gambaran mengenai strategi implementasi pelatihan yang dapat diaplikasikan secara berkelanjutan di sekolah.

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan siswa SMA Muhammadiyah Parung tidak hanya memiliki pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya disiplin belajar, tetapi juga mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini penting tidak hanya untuk mencapai hasil

akademik yang memuaskan, tetapi juga untuk membentuk karakter siswa agar lebih mandiri, bertanggung jawab, dan siap menghadapi tantangan masa depan. Pendidikan yang berbasis pada disiplin belajar diyakini akan menghasilkan generasi muda yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga kuat dalam menghadapi persaingan global.

Dengan demikian, pelatihan disiplin belajar di SMA Muhammadiyah Parung bukan hanya sekadar program tambahan, melainkan bagian integral dari upaya membangun budaya belajar yang lebih baik di lingkungan sekolah. Apabila pelatihan ini terbukti efektif, maka dapat dijadikan model yang diterapkan secara berkelanjutan bahkan diperluas ke sekolah-sekolah lain di bawah naungan Muhammadiyah maupun lembaga pendidikan lainnya. Hal ini sejalan dengan tujuan pendidikan nasional untuk mencetak generasi bangsa yang berilmu, berkarakter, dan siap menghadapi perubahan zaman.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian terdiri dari 10 siswa kelas X SMA Muhammadiyah Parung yang dipilih secara purposif 12 mahasiswa dan dosen pembimbing 1 berdasarkan tingkat disiplin belajar yang beragam. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi langsung di lingkungan belajar, serta analisis dokumen terkait seperti catatan akademik. Analisis data dilakukan Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman mendalam tentang bagaimana pelatihan disiplin belajar memengaruhi kebiasaan belajar dan prestasi akademik siswa, serta faktor-faktor yang berperan dalam efektivitas pelatihan tersebut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam tingkat disiplin belajar dan prestasi akademik pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol. Setelah diberikan pelatihan, nilai rata-rata siswa pada kelompok eksperimen meningkat sebesar 15% dibandingkan sebelum pelatihan. Selain itu, wawancara dengan guru menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti pelatihan lebih disiplin dalam mengerjakan tugas dan lebih aktif dalam kelas. Pelatihan disiplin belajar yang diberikan di SMA Muhammadiyah Parung terbukti efektif dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. Hal ini sesuai dengan teori bahwa disiplin belajar yang baik dapat membantu siswa mengatur waktu, menjaga fokus, dan meningkatkan efisiensi dalam belajar. Pelatihan ini mengajarkan siswa bagaimana merencanakan waktu mereka dengan lebih baik, menghindari prokrastinasi, dan menjaga konsistensi dalam belajar.

Di sisi lain, meskipun pelatihan disiplin belajar menunjukkan hasil yang positif, terdapat tantangan dalam mempertahankan disiplin belajar tersebut dalam jangka panjang. Beberapa siswa yang telah mengikuti pelatihan awalnya menunjukkan peningkatan, namun beberapa siswa mengungkapkan kesulitan dalam mempertahankan kebiasaan baru ini tanpa adanya pengawasan lebih lanjut. Hal ini menunjukkan perlunya pelatihan yang berkelanjutan serta pengawasan dari pihak sekolah untuk menjaga agar disiplin belajar yang telah terbentuk tetap konsisten. Keberhasilan pelatihan disiplin belajar dapat dilihat dari peningkatan prestasi akademik siswa. Salah satu indikator utamanya adalah peningkatan nilai rata-rata siswa dalam evaluasi akademik, baik itu dalam ujian maupun tugas-tugas yang diberikan. Siswa yang mengikuti pelatihan diharapkan menunjukkan hasil yang lebih baik, dengan lebih banyak siswa yang mencapai nilai di atas standar minimal yang telah ditetapkan. Hal ini menjadi tanda bahwa pelatihan berhasil memberikan dampak positif terhadap pemahaman materi dan kemampuan akademik siswa.

Pelatihan disiplin belajar dapat membuka peluang untuk terus meningkatkan prestasi akademik siswa. Dengan peningkatan kedisiplinan dalam mengatur waktu belajar dan menyelesaikan tugas, siswa dapat lebih fokus dalam menghadapi ujian dan tugas sekolah. Hal ini berpotensi menghasilkan prestasi yang lebih baik dalam jangka panjang, serta memperbaiki nilai rata-rata siswa secara keseluruhan. Setelah melihat dampak positif dari pelatihan disiplin belajar, terdapat peluang untuk mengembangkan program pelatihan yang lebih komprehensif, yang mencakup berbagai aspek disiplin belajar, seperti manajemen waktu, pengelolaan stres, teknik

belajar efektif, dan motivasi diri. Program yang lebih mendalam ini dapat diimplementasikan di seluruh tingkat kelas atau bahkan menjadi bagian dari kurikulum tambahan sekolah. Salah satu peluang besar dari pelatihan disiplin belajar ini adalah meningkatkan kesadaran orang tua mengenai pentingnya kedisiplinan dalam belajar.

4. KESIMPULAN

Pelatihan disiplin belajar di SMA Muhammadiyah Parung terbukti memberikan dampak positif terhadap prestasi belajar siswa. Dengan mengikuti pelatihan, siswa mulai menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam cara mereka mengatur waktu belajar, menyelesaikan tugas, dan menjaga konsistensi dalam proses belajar. Mereka lebih terorganisir dan termotivasi, yang berdampak langsung pada kualitas akademik mereka. Peningkatan ini tidak hanya terlihat dalam nilai akademik, tetapi juga dalam motivasi siswa untuk belajar lebih giat dan fokus.

Secara keseluruhan, pelatihan disiplin belajar memiliki potensi besar untuk meningkatkan kualitas pendidikan di SMA Muhammadiyah Parung, baik dalam aspek akademik maupun karakter siswa. Keberhasilan dalam pelatihan ini tidak hanya bergantung pada penyampaian materi pelatihan, tetapi juga pada konsistensi dan dukungan dari semua pihak yang terlibat, baik guru, orang tua, dan pihak sekolah secara keseluruhan. Dengan pendekatan yang tepat dan pelatihan yang berkelanjutan, SMA Muhammadiyah Parung dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih disiplin dan produktif bagi siswa, yang pada akhirnya akan meningkatkan prestasi belajar secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Suryani, E. (2018). Pengaruh Disiplin Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan*, 10(2), 112-120.
- Pratama, R. (2019). Pelatihan Kedisiplinan dalam Proses Belajar Mengajar: Studi Kasus di SMA Negeri 5 Jakarta. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 15(3), 45-56.
- Mulyasa, E. (2017). *Manajemen Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nurgiyantoro, M. (2016). *Evaluasi Pembelajaran di Sekolah Menengah Atas*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Hidayat, R., & Gunawan, A. (2020). Strategi Pembelajaran Disiplin untuk Meningkatkan Kualitas Pendidikan. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 8(1), 34-40.