

PENGUATAN MENTAL UNTUK MENINGKATKAN PRESTASI AKADEMIK DAN SOSIAL DI SMP KATOLIK SANTO ANTONIUS KALIPARE, MALANG

Andy Endra Krisna

Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Katolik Widya Karya Malang
email: krisna@widyakarya.ac.id

Abstrak

Bina Rohani dan Mental (Birontal) adalah kegiatan pengembangan spiritual dan mental. Mitra Pengabdian Masyarakat (Abdimas) menjelaskan, penyelenggaraan birontal ini sudah menjadi tradisi sekolah yang selalu dilakukan setiap tahunnya bagi siswa kelas IX di SMP Katolik Santo Antonius Kalipare Malang. Hal ini dilakukan untuk mempersiapkan dan membekali para siswa secara rohani dan mental sebelum mereka mengikuti ujian akhir atau ujian kelulusan. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan materi mengenai bimbingan atau pembekalan rohani serta bekal mental dalam menghadapi ujian akhir atau ujian kelulusan bagi mitra pengabdian masyarakat yaitu SMP Katolik Santo Antonius Kalipare Malang. Pada acara Birontal ini para peserta diberikan wawasan terlebih dahulu mengenai topik yang akan dibahas yaitu pentingnya kegiatan spiritual dan penguatan kekuatan mental dalam menghadapi permasalahan hidup. Pada sesi seminar, peserta diberikan waktu untuk tanya jawab setelah materi disampaikan oleh pemateri. Dari sesi tanya jawab ini peserta mendapatkan wawasan lebih mengenai materi yang dipelajari dari pemateri atau pelaksana pengabdian masyarakat. Oleh karena itu, ketika siswa mengikuti ujian akhir atau ujian kelulusan, mereka akan lebih siap secara rohani dan mental.

Kata kunci : *bina rohani, bina mental, smpk santo antonius kalipare.*

Abstract

Spiritual and Mental Development (Birontal) is a spiritual and mental development activity. The community service partner of community service (Abdimas) explained that holding this birontal has become a school tradition which is always carried out every year for the IX graders at Santo Antonius Catholic Middle School, Kalipare Malang. This is done to prepare and equip the students spiritually and mentally before they take the final exam or graduation exam. The aim of this community service is to provide material regarding spiritual guidance or provision as well as mental provision in facing final exams or graduation exams for community service partners, namely Santo Antonius Catholic Middle School Kalipare Malang. At this Birontal event, the participants were given prior insight into the topic that would be discussed, namely the importance of spiritual activities and strengthening mental strength in facing life's problems. In the seminar session, participants were given time for questions and answers after the material was provided by the presenter. From this question and answer session, the participants gained more insight into the material studied from the presenters (community service implementers). Therefore, when the students taking the final exam or graduation exam, they will be better prepared spiritually and mentally.

Keywords: *spiritual development, mental development, SMPK Santo Antonius Kalipare.*

1. PENDAHULUAN

Memberikan pembekalan mental dan kerohanian merupakan hal yang baik bagi para peserta didik dalam proses pembelajaran. Terlebih ketika para peserta didik hendak melaksanakan ujian akhir atau ujian kelulusan. Hal ini dilakukan oleh salah satu sekolah tingkat menengah

pertama di salah satu kabupaten Malang. Sekolah tersebut adalah Sekolah Menengah Pertama Katolik Santo Antonius Kalipare. Mitra pengabdian kepada masyarakat atau abdimas ini menjelaskan bahwa pemberian materi bina rohani dan mental atau disingkat birontal ini sudah menjadi tradisi sekolah yang selalu dilaksanakan setiap tahun bagi para siswa kelas IX. Hal ini dilakukan untuk menyiapkan dan membekali para siswa secara rohani dan mental sebelum mereka melaksanakan ujian akhir atau ujian kelulusan. Diharapkan dengan pembekalan ini para siswa tersebut mampu mengolah diri mereka masing-masing ketika harus dihapakan pada ujian demi ujian yang akan dilaksanakan sebelum mereka lulus nanti.

Sekolah Menengah Pertama Katolik Santo Antonius Kalipare adalah mitra dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Sekolah ini beralamatkan di desa Arjowilangun, kecamatan Kalipare, kabupaten Malang. SMP Katolik Santo Antonius Kalipare ini dikelola oleh Yayasan Karmel Malang milik Keuskupan Agung Malang. Yayasan Karmel ini juga mengelola 59 sekolah mulai dari Taman Kanak-Kanak hingga Sekolah menengah Atas. Untuk Yayasan Karmel ini sendiri beralamatkan di Jalan Puncak Yamin no 20 Malang.

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah dalam bentuk pemberian materi pengayaan seputar pembinaan rohani dan pembinaan mental. Pengayaan yang dimaksud adalah dengan memberikan informasi seputar perkembangan mental, permainan-permainan yang sifatnya mengolah mental, serta kegiatan-kegiatan yang bersifat kerohanian bagi para siswa kelas IX SMP Katolik Santo Antonius Kalipare. Pembinaan ini sendiri lebih menitikberatkan pada keterlibatan para siswa secara keseluruhan dalam hal keberanian, unjuk diri, kolaborasi, dan perilaku dalam kegiatan-kegiatan kerohanian.

Permasalahan yang biasanya dihadapi mitra pada para peserta didiknya kelas IX yang akan menghadapi ujian akhir adalah kurangnya minat peserta didik dalam mengikuti pengayaan demi pengayaan pada kegiatan bimbingan belajar untuk menghadapi ujian akhir. Selain itu adanya laporan yang masuk dari hasil konseling klasikal dan juga konseling individu bahwa masih didapati hubungan yang kurang baik antara siswa dengan orang tua siswa. Hal ini dikarenakan beberapa faktor yang mayoritas berasal dari keluarga.

Terdorong untuk memberikan sumbang sih kepada mitra dalam kondisi seperti ini maka pelaksana abdimas bekerjasama dengan mitra untuk membuat program bina rohani dan mental. Kegiatan ini bertujuan untuk membekali para siswa dalam mempersiapkan diri menghadapi ujian akhir atau ujian kelulusan. Selain itu juga memberikan konseling-konseling baik yang bersifat klasikal maupun yang bersifat individu. Konseling yang bersifat klasikal diberikan pada sesi akhir di hari pertama. Sesi ini berlanjut dengan sesi konseling yang bersifat individu. Pada hari kedua, peserta diberikan juga penyegaran-penyegaran melalui berbagai permainan di alam bebas atau outbond training. Tidak hanya sebatas bermain saja, namun setiap siswa juga diminta untuk memberikan pemaknaan dari setiap permainan yang sudah mereka mainkan. Hal ini bertujuan untuk memberikan penekanan atas materi-materi yang diberikan kepada para siswa melalui permainan demi permainan yang dimainkan.

2. METODE ABDIMAS

Metode pembelajaran yang digunakan dalam abdimas ini adalah dengan menggunakan metode seminar tanya jawab, pembelajaran berbasis proyek, dan juga diskusi kelompok. Pada acara birontal ini para peserta diberikan wawasan terlebih dahulu mengenai topik yang akan dibahas yaitu tentang pentingnya kegiatan kerohanian serta penguatan mental yang teguh dalam menghadapi permasalahan-permasalahan kehidupan. Pada sesi seminar, para peserta diberikan waktu untuk tanya jawab setelah materi diberikan oleh pemateri. Dari sesi tanya jawab inilah para peserta

mendapatkan lebih banyak wawasan seputar materi yang dipelajari dari pemateri yaitu pelaksana abdimas. Hal ini dikarenakan pelaksana abdimas mulai berkecimpung dalam seminar dan pembekalan bina rohani dan mental mulai tahun 2010 hingga sekarang. Sehingga beberapa pengalaman lapangan bisa dibagikan kepada para peserta. Hal ini dimaksudkan supaya para peserta benar-benar mengenal, mengerti, dan memahami tentang kegiatan-kegiatan kerohanian beserta manfaatnya dalam kehidupan ini serta pentingnya memiliki mental yang tangguh dalam menghadapi kehidupan ini. Dengan demikian, pada waktu menjelang dan saat mengerjakan ujian akhir atau ujian kelulusan mereka akan lebih siap secara rohani dan juga mental.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelaksanaan program abdimas ini telah dilaksanakan pada tanggal 2 Februari hingga 4 Februari 2023. Pelaksanaannya bertempat di Rumah Retreat Passionis yang beralamatkan di jalan Bendungan Sigura-gura Barat nomor 4 Malang. Acara pada hari pertama dimulai pukul 12 siang. Namun para peserta diwajibkan sudah hadir 1 jam sebelumnya yaitu pukul 11 siang. Ada pengarahan singkat dan perkenalan singkat dari panitia yaitu para guru yang memperkenalkan tim pelaksana program abdimas ini.

Pertemuan pada hari pertama berlangsung selama sepuluh jam. Pertemuan ini dimulai pukul 12.00 siang sampai dengan pukul 10 malam. Pada pukul 12 siang dimulai dengan makan siang bersama. Baru pada pukul 1 siang materi pertama diberikan. Pada sesi ini, pelaksana pengabdian memulai sesi pertamanya dengan perkenalan lebih lanjut dengan para peserta. Dimulai dengan perkenalan diri pelaksana abdimas. Dilanjutkan dengan perkenalan tim dari mahasiswa Universitas Katolik Widya Karya Malang yang terlibat. Selanjutnya perkenalan dengan para peserta birontal. Mereka diminta memperkenalkan diri satu persatu dengan menyampaikan informasi singkat tentang nama, keluarga, serta minat dan bakat yang dimiliki, serta tujuan atau cita-cita di kelak kemudian hari.

Berikutnya dilanjutkan dengan sosialisasi peraturan yang wajib dilaksanakan oleh seluruh peserta. Namun demikian, sebelum sesi ini dimulai, para siswa diberi materi *ice-breaking* atau *energizer*. Selain sosialisasi tentang peraturan-peraturan juga diberikan jadwal-jadwal untuk kegiatan demi kegiatan yang akan berlangsung. Selain itu juga diberikan informasi seputar alat tulis yang harus dibawa serta *dress-code* yang harus dikenakan. Peraturan-demi peraturan itu sangatlah penting dikarenakan berhubungan dengan materi kedisiplinan dan ketertiban. Sesi-sesi ini diakhiri pukul 3 sore. Peserta bisa memanfaatkan waktu dari 15.00-16.30 untuk istirahat sebentar dan melakukan bersih diri.



Penyampaian Materi Sesi 1

Acara dimulai lagi pada pukul setengah lima sampai pukul enam sore. Pada sesi berikutnya, pemateri mulai dengan penggalian potensi demi potensi yang dimiliki oleh para peserta. Selain itu juga menggali informasi mengenai latar belakang keluarga para peserta. Hal ini berhubungan erat dengan materi-materi berikutnya terlebih pada hari kedua pelaksanaan birontal. Dengan memiliki data potensi dan latar belakang para peserta, pelaksana pengabdian pada masyarakat ini akan menjadi lebih memahami karakter demi karakter dari para peserta acara. Pada pukul enam sore ini semua peserta diajak untuk melaksanakan ibadah sore hingga pukul tujuh dimana mereka harus sudah siap kembali di ruang makan untuk makan malam bersama. Pada pukul delapan hingga pukul sepuluh malam para peserta diajak untuk mempelajari tentang potensi diri serta manfaatnya dalam kehidupan ini. Acara demi acara tersebut dilaksanakan dengan santai tapi tetap serius dan berfokus pada tujuan yang akan dicapai dalam pembelajaran tersebut. Hal ini dimaksudkan supaya suasana tetap cair meski waktu kegiatan cukup padat. Kegiatan pada hari pertama ini ditutup dengan ibadah malam hari sebelum mereka beristirahat.



Penyampaian Materi Sesi 2

Pertemuan hari kedua berlangsung selama 17 jam yaitu dimulai pukul 05.00 pagi sampai dengan pukul 10 malam. Pada pertemuan hari kedua ini, pelaksana pengabdian memulai sesi pertama dengan kegiatan kerohanian. Kegiatan yang dimaksud adalah kegiatan ibadah pagi bagi seluruh peserta tanpa terkecuali. Untuk peserta yang beragama Katolik, pelaksanaan ibadah pagi dilakukan secara terpimpin di kapel yang berada di lokasi kegiatan birontal. Bagi peserta yang beragama Kristen, kegiatan ibadah pagi ini juga dilakukan secara terpimpin di ruang pertemuan lantai dua. Bagi yang beragama Islam, kegiatan ibadah pagi ini dilakukan di masjid yang terletak tidak jauh dari lokasi kegiatan. Untuk peserta yang beragama Hindu, kegiatan ibadah pagi ini juga dilaksanakan secara terpimpin oleh guru pembina di ruang pertemuan di lantai satu. Untuk ibadah pagi ini memang tidak ada kegiatan ibadah bagi yang beragama Budha dan Konghucu karena memang tidak ada peserta yang memeluk kedua agama tersebut. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi demi sesi yang berkaitan dengan pembekalan mental bagi peserta. Setelah peserta melaksanakan

ibadat pagi, mereka diminta untuk bersih diri atau mandi pagi. Pada pukul tujuh pagi mereka sudah harus siap di ruang makan untuk makan pagi bersama. Setelah itu mereka diajak untuk melaksanakan sesi materi di hari kedua ini.

Pada hari kedua ini para peserta diajak untuk mulai berlatih mental. Pada sesi awal peserta diberikan materi tentang pentingnya mengasah dan memiliki mental yang tangguh dalam menjalani kehidupan ini. Setelah itu sesi demi sesi berikutnya mereka harus berani tampil untuk mengekspresikan diri, mengemukakan pendapat, berlatih tentang kepemimpinan, dan organisasi. Kegiatan pada hari kedua ini juga ditutup dengan ibadat malam sebelum para peserta beristirahat.



Sesi mengenal potensi diri melalui permainan

Pertemuan hari ketiga berlangsung selama tujuh jam yaitu pukul lima pagi sampai dengan pukul dua belas siang. Kegiatan ini dimulai sama seperti kegiatan pagi di hari kedua yaitu ibadat pagi. Kemudian sesi-demi sesi berikutnya lebih bersifat kegiatan-kegiatan yang bersifat indoor dan outdoor (outbond). Kegiatan demi kegiatan di hari ketiga ini lebih dititik beratkan pada terjalannya kerja sama antara sesama, membangun relasi dan persaudaraan yang baik satu sama lain, serta koordinasi yang baik dalam satu tim untuk menyelesaikan masalah atau *problem solving*.



Sesi foto bersama

4. SIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian pada masyarakat dengan kegiatan pembekalan dan pembinaan rohani serta mental bagi mitra yaitu SMP Katolik Santo Antonius Kalipare kabupaten Malang ini telah dilaksanakan sesuai dengan rencana, dan berjalan lancar. Berdasarkan pengakuan dari mitra abdimas, kegiatan ini memberikan nilai positif kepada para siswa. Mitra abdimas juga menyatakan puas dan senang atas terselenggaranya acara birontal ini yang difasilitasi oleh pelaksana abdimas. Sedangkan dari sudut pandang pelaksana abdimas, kegiatan ini memang sepenuhnya didesain untuk memberikan nilai positif bagi para siswa. Secara lebih khusus lagi kepada para siswa yang tergabung acara bina rohani dan mental atau birontal ini. Nilai-nilai itu adalah: diperolehnya tambahan pengetahuan serta latihan atau praktek langsung untuk asah rohani atau pembinaan rohani dan juga asah mental atau pembinaan mental. Selain itu materi yang berbentuk modul juga diberikan oleh pelaksana abdimas kepada mitra yaitu SMP Katolik Santo Antonius Kalipare kabupaten Malang.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih ditujukan kepada yang pertama SMP Katolik Santo Antonius Kalipare Kabupaten Malang yang telah berkenan menjadi mitra dalam kegiatan abdimas ini. Terimakasih kepada Kepala Sekolah dan para guru yang menjadi pendamping para siswa, serta kepada para siswa kelas IX yang telah mengikuti acara birontal ini dengan sangat baik. Ucapan terima kasih yang kedua ditujukan kepada Universitas Katolik Widya Karya Malang yang telah mengizinkan pelaksana abdimas untuk melaksanakan kegiatan ini bersama mitra abdimas selama beberapa hari di lokasi kegiatan.

6. REFERENSI

- Keller, Cynthia. "Storytelling? Everyone Has a Story," *School Library Monthly* 28, no. 5 (February 2012): 10–12; Jerry Pinkney, "The Power of Storytelling," *Horn Book Magazine* 91, no. 3 (June 2015): 29–30.
- Labu, Nobertus. "Analisis Karakteristik Gaya Belajar VAK (Visual, Auditori, Kinestetik) Siswa Kelas X SMAK St. Petrus Ende Tahun Ajaran 2019/2020", Volume 1 No. 1, 2021.
<https://jurnalppak.or.id/ojs/index.php/jppak/article/view/3/2>
- Luthans, Fred. 2006. *Perilaku Organisasi*. Yogyakarta: Andi.
- Mones, Anselmus Yata. "Pengaruh Pendidikan karakter Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja Kelas XI di SMA Negeri 1 Malaka Barat Besikama", Volume 1 No. 1, 2021.
<https://jurnalppak.or.id/ojs/index.php/jppak/article/view/3/2>
- Ndraha, Taliziduhu. 2012. *Pengantar Teori Pengembangan Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sembiring, Mimpin, Abdi Guna Sitepu, Aser Wiro Ginting, Paulinus Tibo. "Peran Guru Pendidikan Agama Katolik Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Peserta Didik SMA Swasta Santa Maria Kabanjahe", Volume 2 no. 1
<https://jurnalppak.or.id/ojs/index.php/jppak/article/view/30/15>

Sitorus, Musa Hotmatua, Apri Suryanta, Sunarno Adi. “ Peran Pembinaan Mental Komando Armada 1 Dalam Meningkatkan Kesiapan Operasi Prajurit”.

Sturm, Brian W. “The Enchanted Imagination: Storytelling’s Power to Entrance Listeners,” *School Library Media Research 2* (1999), accessed August 8, 2015, www.ala.org/ala/mgrps/divs/aasl/aaslpubsandjournals/slmrb/slmrcontents/volume21999/vol2sturm.cfm.

