

Mapping The Journey: Optimalisasi Goal Setting Sebagai Upaya Memetakan Jalur Kehidupan Selanjutnya

Amin Akbar^{1*}, Reno Fernandes², Rila Muspita³

^{1,2,3}Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: aminakbar@fip.unp.ac.id.

Abstrak

Siswa di kawasan 3T, termasuk Kepulauan Mentawai, menghadapi keterbatasan akses pendidikan dan bimbingan life skills yang berdampak pada rendahnya kesiapan dalam merencanakan jalur kehidupan setelah pendidikan formal. Penelitian ini mengembangkan program *Mapping The Journey* berbasis optimalisasi *goal setting* melalui pendekatan eksplorasi diri, refleksi, dan praktik langsung yang kontekstual dengan kondisi siswa di kawasan 3T. Program ini membantu siswa mengenali potensi diri, memahami peluang yang tersedia, serta menyusun rencana kehidupan yang lebih terarah dan realistis. Pendekatan berbasis life skills efektif dalam meningkatkan kesadaran perencanaan kehidupan, kemandirian, dan kesiapan siswa menghadapi tantangan masa depan di wilayah 3T.

Kata Kunci: Keterampilan Hidup; Mentawai; Pemetaan Jalan; Penetapan Tujuan; Siswa.

Abstract

Students in the 3T (Underdeveloped and Remote Areas), including the Mentawai Islands, face limited access to education and life skills guidance, resulting in low preparedness in planning their life paths after formal education. This research developed the Mapping the Journey program, based on optimizing goal setting through an approach of self-exploration, reflection, and direct practice that is contextualized to the conditions of students in the 3T (Underdeveloped and Remote Areas). This program helps students recognize their potential, understand available opportunities, and develop more focused and realistic life plans. The life skills-based approach is effective in increasing awareness of life planning, independence, and readiness for students to face future challenges in the 3T.

Keywords: Goal Setting; Life Skill; Mapping Journey; Mentawai; Student, .

How to Cite: Akbar, A., Fernandes, R. & Muspita, R. (2025). Mapping The Journey: Optimalisasi Goal Setting Sebagai Upaya Memetakan Jalur Kehidupan Selanjutnya. *Abdi: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 7(4), 1333-1337.



This is an open access article distributed under the Creative Commons Share-Alike 4.0 International License. If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original. ©2025 by author.

Pendahuluan

Pemetaan jalur kehidupan bagi siswa di kawasan 3T, seperti Kepulauan Mentawai, sangat penting untuk mempersiapkan siswa menghadapi tantangan masa depan. Keterbatasan akses terhadap pendidikan berkualitas, sumber daya yang minim, dan kurangnya bimbingan dalam pengembangan keterampilan hidup (*life skills*) menghambat siswa dalam menentukan arah setelah menyelesaikan pendidikan formal (Tamba et al, 2020). Program "Mapping the Journey" hadir sebagai solusi untuk membekali siswa dengan keterampilan yang relevan dan strategis guna meningkatkan kemandirian serta daya saing mereka. Secara demografis, Kepulauan Mentawai memiliki populasi yang didominasi oleh masyarakat dengan tingkat pendidikan yang relatif rendah. Akses transportasi yang terbatas serta infrastruktur pendidikan yang kurang memadai menghambat pemerataan kesempatan belajar. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa angka partisipasi sekolah di wilayah ini masih rendah dibandingkan daerah lain di Indonesia. Banyak siswa yang terpaksa berhenti sekolah karena faktor ekonomi dan minimnya tenaga pengajar berkualitas. Selain itu, keterbatasan fasilitas pendidikan, seperti perpustakaan dan laboratorium, semakin memperburuk kualitas pembelajaran.

Menurut katalog tahun 2024 pada publikasi BPS Mentawai "Kabupaten Kepulauan Mentawai Dalam Angka 2024" oleh BPS, jumlah sekolah di wilayah ini terdiri dari 137 SD/ sederajat, 40 SMP/ sederajat, 17 SMA/ sederajat, dan 3 SMK/ sederajat, namun jumlah ini belum sebanding dengan kebutuhan masyarakat setempat, mengingat tantangan geografis dan keterbatasan infrastruktur yang ada (BPS Mentawai, 2024). Untuk mengatasi disparitas pendidikan di daerah 3T, pemerintah telah mengimplementasikan berbagai program, seperti Program Sekolah Terpadu yang mengombinasikan pendidikan formal dengan keterampilan hidup dan vokasional. Program sekolah terpadu dirancang untuk memberikan pendidikan yang lebih holistik dan relevan dengan kebutuhan lokal, membantu siswa di daerah 3T untuk lebih siap menghadapi tantangan hidup dan pekerjaan (Ratnawati, 2024; Supardi, 2015). Program "Mapping the Journey" dapat berperan sebagai katalisator dalam mengintegrasikan berbagai inisiatif tersebut. Program ini berfokus pada pengembangan keterampilan hidup, program ini dapat membantu siswa di Kepulauan Mentawai untuk lebih mandiri dan kompetitif. Kolaborasi antara pemerintah, lembaga pendidikan, dan masyarakat lokal sangat diperlukan untuk memastikan keberhasilan program ini. Peningkatan kualitas pendidikan di daerah 3T tidak hanya akan meningkatkan kesejahteraan individu tetapi juga berkontribusi pada pembangunan sosial dan ekonomi wilayah secara keseluruhan.

Pemetaan karier bagi siswa di daerah 3T (Tertinggal, Terdepan, dan Terluar) menjadi kebutuhan mendesak dalam membekali mereka dengan wawasan dan keterampilan untuk masa depan (Alminata & Naqiyah, 2017). Minimnya akses terhadap informasi membuat banyak siswa hanya mengenal pekerjaan tradisional yang ada di sekitar mereka, tanpa mengetahui peluang yang lebih luas sesuai dengan minat dan potensi mereka (Iswarni et al, 2024). Kurangnya bimbingan karier di sekolah juga semakin memperparah kondisi ini, karena tenaga pendidik yang tersedia umumnya lebih fokus pada mata pelajaran akademik dibandingkan pengembangan karier. Selain itu, banyak siswa di daerah 3T terpaksa putus sekolah akibat keterbatasan ekonomi dan kurangnya pemahaman tentang pentingnya pendidikan bagi masa depan mereka. Jika mereka mendapatkan pemetaan karier sejak dini, mereka dapat melihat hubungan antara pendidikan dan peluang kerja yang lebih baik, sehingga lebih termotivasi untuk menyelesaikan pendidikan mereka. Program ini juga dapat membekali siswa dengan keterampilan hidup dan keterampilan kerja yang relevan, baik untuk dunia kerja maupun wirausaha. Lebih jauh lagi, pemetaan karier dapat berkontribusi dalam pembangunan daerah, sehingga dengan memiliki rencana karier yang jelas, siswa tidak hanya meningkatkan taraf hidup mereka sendiri, tetapi juga dapat menjadi motor penggerak ekonomi lokal dan membantu mengurangi kesenjangan sosial.

Metode Pelaksanaan

Pengabdian kepada Masyarakat dengan judul Mapping The Journey: Pentingnya Siswa Memetakan Jalur Kehidupan Selanjutnya (Studi Pengembangan Life Skill di Kawasan 3T Kepulauan Mentawai) dapat terlaksana secara efektif, maka ditetapkan rencana yang jelas yang terdiri dari beberapa tahapan mulai dari awal hingga akhir program. Tahapan ini akan menguraikan langkah-langkah dan tindakan yang diperlukan untuk keberhasilan pelaksanaan dan pemantauan inisiatif. Implementasi Penuh dengan tujuan memperluas cakupan program & melakukan evaluasi progres, serta melakukan implementasi Luas Bimbingan Karier di Sekolah dan Semua sekolah yang menjadi sasaran menggunakan modul bimbingan karier.

Perluasan Kelas Inspirasi & Program Mentorship, jumlah siswa dalam program mentorship menjadi 25 orang. Program bimbingan karier diterapkan secara luas di sekolah sasaran. 2) Siswa mendapatkan wawasan lebih luas tentang peluang karier. Siswa mulai menunjukkan keterampilan kerja/wirausaha yang

nyata. Pengabdian mencoba memberikan beberapa bukti kedatangan dan proses pengabdian peneliti di kepulauan Mentawai.



Gambar 1. Pelaksanaan Pengabdian

Hasil dan Pembahasan

Program pengabdian ini dilaksanakan selama 1 hari di SMA Negeri 2 Sipora di wilayah Kepulauan Mentawai, yang merupakan bagian dari kawasan 3T (Tertinggal, Terdepan, Terluar). Peserta terdiri dari 25 siswa kelas X yang dipilih berdasarkan rekomendasi guru dan kepala sekolah. Modul ini dikembangkan berbasis prinsip SMART Goal Setting (Doran, 1981) dan Life Skill Education Framework dari WHO (1999), terdiri dari: Mengenali diri & potensi, menyusun tujuan hidup (jangka pendek – jangka panjang, strategi dan rencana aksi, visualisasi masa depan & refleksi. Setiap sesi berlangsung selama 90 menit dengan metode kombinasi *experiential learning*, diskusi kelompok, dan refleksi individu melalui *Life Mapping Sheet*. Dari sesi refleksi terbimbing, ditemukan narasi-narasi berikut bahwa siswa menyatakan bahwa “Sekarang saya tahu langkah apa yang harus saya ambil untuk bisa kuliah di Padang” dan “saya sadar ternyata cita-cita itu bisa direncanakan dari sekarang, bukan hanya mimpi. Sebagian besar siswa menyebut bahwa ini adalah pengalaman pertama mereka menyusun tujuan hidup secara tertulis.

Program ini berhasil menunjukkan bahwa intervensi sederhana berbasis goal setting dapat menjadi pendekatan efektif dalam meningkatkan life skill siswa di wilayah 3T, terutama dalam konteks di mana bimbingan karier belum menjadi bagian dari kurikulum formal secara menyeluruh. Peningkatan signifikan pada aspek *goal setting* dan *future planning* memperkuat temuan sebelumnya bahwa pelatihan tujuan hidup mampu meningkatkan orientasi masa depan dan efikasi diri remaja (Locke & Latham, 2002; Nurmi, 2004). Lebih jauh, pengalaman ini memperlihatkan bahwa dengan fasilitasi yang tepat, siswa dari daerah dengan keterbatasan akses informasi dan sumber daya pun dapat membangun visi masa depan yang terstruktur (UNESCO, 2021). Dalam penerapannya, penetapan tujuan merupakan bentuk introspeksi, di mana tujuan didefinisikan sebagai gagasan tentang masa depan, keadaan yang diinginkan, dan keadaan akhir yang memainkan aturan sebab-akibat dalam tindakan yang memengaruhi niat, tenggat waktu, tujuan, dan sasaran (Larsen & Engell, 2013). Siswa dapat menentukan beberapa bagian dari tindakan untuk mencapai tujuan, yang dapat memengaruhi perilaku mereka. Dalam hal ini, penetapan tujuan dapat memengaruhi siswa dalam beberapa aspek, seperti fakta bahwa aktivitas dan perilaku cenderung berorientasi pada tujuan, sehingga dapat memberi energi untuk berinvestasi pada diri mereka sendiri untuk mencapai tujuan, dapat membuat atlet mengerahkan lebih banyak upaya sesuai dengan tingkat kesulitan tujuan, dan dapat membuat siswa menghasilkan strategi yang relevan dengan tugas mereka sendiri (Jeong et al., 2021). Itulah mengapa penetapan tujuan dapat memengaruhi perilaku dan tindakan individu.

Meskipun penetapan tujuan sepanjang pengembangan pemain itu penting, beberapa siswa mungkin mengalami kesulitan dalam menetapkan tujuan yang efektif. Erkina dan Kiens (2013) menyatakan bahwa hambatan dalam menerapkan penetapan tujuan disebabkan oleh kurangnya pemahaman tentang prinsip dan proses penetapan tujuan, kurangnya waktu, dan kurangnya motivasi. Dalam pengembangan, pelatih harus menetapkan tujuan dengan siswa sebagai bagian dari pelatihan untuk mendukung pengembangan penetapan tujuan. Selain efek menguntungkannya pada kinerja siswa, penetapan tujuan juga merupakan bagian yang efektif dari pelatihan. Ketika siswa memiliki tujuan bersama yang ingin dicapai, motivasi mereka untuk berlatih meningkat karena mereka menganggap materi pelatihan yang sama memfasilitasi pemenuhan tujuan mereka, yang dapat meningkatkan kemauan mereka untuk terlibat dan berpartisipasi lebih banyak dalam aktivitas yang dianggap sesuai. Beberapa aspek harus dipertimbangkan dalam menetapkan tujuan instruksional, termasuk bahwa tujuan tersebut harus spesifik, terukur, berorientasi pada tindakan, realistis, dan tepat waktu (Maitland & Gervis, 2010).

Secara umum, ada dua jenis tujuan pencapaian: pertama, penguasaan, yang melibatkan tugas, dan kedua, ego, yang melibatkan hasil. Penguasaan adalah suatu kondisi di mana siswa mampu meningkatkan performa mereka sendiri, dan ego adalah suatu kondisi di mana atlet merasa lebih unggul dari orang lain (Pop, Grosu, & Zadic, 2021). Untuk mengembangkan pemain sepak bola, pelatih harus menekankan tujuan penguasaan, karena hal ini dapat bermanfaat bagi pengembangan performa pemain. Proses penetapan tujuan yang ingin dicapai dapat dilakukan dalam jangka pendek atau panjang karena juga mencakup rasa takut akan kegagalan, yang merupakan kecenderungan motif pencapaian yang dapat diubah melalui pengalaman pencapaian (Wikman et al, 2014). Dalam konteks pengabdian masyarakat, kegiatan ini tidak hanya memberikan transfer pengetahuan, tetapi juga mentransformasi cara berpikir dan merencanakan masa depan siswa. Hal ini sangat penting bagi generasi muda di daerah 3T yang kerap mengalami keterputusan informasi dan motivasi akibat kondisi geografis dan ekonomi. Implikasi pengabdian diharapkan dirasakan oleh peserta dan sekolah secara umum. Selain itu, guru BK dan wali kelas dapat melanjutkan program ini secara mandiri dengan modul sederhana dan lembar kerja terstruktur. Program ini dapat direplikasi dengan pendekatan berbasis budaya lokal, misalnya mengaitkan rencana masa depan dengan potensi desa seperti pariwisata, perkebunan, atau maritim. Pengabdian ini memiliki beberapa kelemahan yaitu waktu pelaksanaan relatif singkat dan terbatas pada satu angkatan. Belum dilakukan evaluasi jangka panjang terhadap keberlanjutan perilaku.

Kesimpulan

Program pengabdian masyarakat ini membuktikan bahwa optimalisasi *goal setting* dapat menjadi pendekatan yang efektif dan kontekstual untuk memperkuat keterampilan hidup (life skills) siswa di wilayah 3T, khususnya dalam membantu mereka memetakan arah masa depan secara lebih sadar dan terstruktur. Melalui sesi-sesi yang menekankan pada pengenalan diri, penyusunan tujuan hidup, serta perencanaan langkah konkret, siswa menunjukkan peningkatan kesadaran terhadap potensi pribadi dan mulai memiliki orientasi jangka panjang yang lebih jelas. Lebih dari sekadar intervensi pendidikan, kegiatan ini menjadi ruang aman bagi siswa untuk bermimpi, merencanakan, dan menyuarkan masa depan mereka. Pengalaman ini menegaskan pentingnya menghadirkan pendekatan pengembangan life skills yang sederhana, relevan, dan kontekstual di sekolah-sekolah pelosok Indonesia. Ke depan, keberlanjutan program ini dapat diperkuat melalui pelatihan bagi guru bimbingan konseling, integrasi dalam kegiatan kesiswaan, serta kolaborasi lintas sektor yang memperkuat dukungan terhadap tumbuhnya generasi muda yang reflektif, tangguh, dan terarah.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Negeri Padang untuk mendanai pekerjaan ini dengan nomor kontrak: 2449/UN35.15/PT/2025.

Daftar Pustaka

- Alminata, V., & Naqiyah, N. (2024). Strategi Konselor Sekolah Dalam Perencanaan Karier Siswa di SMA. *Jurnal BK UNESA*, 14(3).
- BPS Mentawai. (2024). *Kepulauan Mentawai*. BPS Mentawai
- Doran, G. T. (1981). There's a SMART Way to Write Management's Goals and Objectives. *Management Review*, 70(11), 35–36.
- Erkina, E., & Kiens, K. (2013). Enchancing coaches' professional development through a goal setting program: an action research cross-case study (master's thesis). University of Jyväskylä
- Iswarni, N., Rizky, M. C., Samsura, F., & Saragih, G. B. (2024). Pengembangan Manajemen Sumber Daya Manusia Dalam Aspek Lingkup Pekerjaan. *Economics Learning Experience & Social Thinking Education Journal*, 4(2), 111-115.
- Jeong, Y. H., Healy, L. C., & McEwan, D. (2021). The application of Goal Setting Theory to goal setting interventions in sport: a systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 16(1), 474–499.
- Larsen, C. H., & Engell, C. (2013). The Art of Goal Setting: A tale of doing sport psychology in professional football. *Sport Science Review*, 22(1–2), 49–76.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation. *American Psychologist*, 57(9), 705–717.

-
- Maitland, A., & Gervis, M. (2010). Goal setting in youth football. Are coaches missing an opportunity? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 15(4), 323–343.
- Miles, B., & Huberman, A. (1992). *Qualitative Data Analysis*. Jakarta: UI Press.
- Nurmi, J. E. (2004). Socialization and self-development: Channeling, selection, adjustment, and reflection. In *Handbook of Adolescent Psychology* (pp. 85–124).
- Pop, R., Grosu, E. F., & Zadic, A. (2021). A systematic review of goal setting interventions to improve sports performance. *Educatio Artis Gymnasticae*, 66(1), 35–50.
- Ratnawati D, Haryati T. (2024). Analisis Pemetaan Mutu Pendidikan SMP 3 N 3 Singorojo Kabupaten Kendal. *Metta J Penelit Multidisiplin Ilmu* [Internet]. 2867–76. Available from: <https://melatijournal.com/index.php/Metta>
- Supardi. (2015). Arah Pendidikan di Indonesia dalam Tataran Kebijakan dan Implementasi. *Form J Ilm Pendidik MIPA*. 2(2):111–21.
- Tamba W, Rizka MA, Andriani I. (2020). Implementasi Pendidikan Masyarakat Melalui Pemberdayaan Perempuan Berbasis Life Skill Education. *J Paedagogy* [Internet]. 7(3):237–43. Available from: <http://ojs.ikipmataram.ac.id/index.php/pedagogy/index>
- UNESCO. (2021). *Transforming education for marginalized youth: Global insights*. UNESCO
- WHO. (1999). *Partners in Life Skills Education: Conclusions from a United Nations Inter-Agency Meeting*. Geneva
- Wikman, J. M., Stelter, R., Melzer, M., Hauge, M. L. T., & Elbe, A. M. (2014). Effects of goal setting on fear of failure in young elite athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12(3), 185–205.