

Penerapan Goal Setting Untuk Meningkatkan Self Efficacy Pada Siswa SMK : Pendekatan Non Randomized Control Trial

*(Application of Goal Setting to Increase Self Efficacy in Vocational High School Students :
Non Randomized Control Trial Approach)*

Oleh:

Wulan Dyah Lokahitta,

Ghozali Rusyid Affandi

Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Agustus, 2023



Pendahuluan

Banyak hal yang bisa mempengaruhi pola belajar siswa di sekolah baik berasal dari dalam maupun luar, yang dapat mempengaruhi dari dalam antara lain faktor psikologis seperti *self efficacy*.

Self Efficacy memegang peran yang sangat penting dalam kegiatan pembelajaran (Oktariani, 2018)

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *self efficacy* siswa ditemukan cenderung rendah atau menurun (Kurniawan & Affandi, 2022). Sejalan dengan data primer yang didapatkan oleh peneliti dari hasil wawancara terhadap guru BK

Salah satu faktor yang dianggap penting dalam meningkatkan *self efficacy* yaitu adanya *goal setting* (Mawarni et al., 2022). *Goal setting* mempengaruhi proses belajar dengan cara mengarahkan perhatian dan tindakan, mengerahkan upaya, meningkatkan durasi kerja, dan mendorong individu untuk mengembangkan strategi yang tepat untuk mencapai tujuan (Setiawan, 2017)

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah yang diambil dalam penelitian ini adalah apakah goal setting dapat meningkatkan self efficacy pada siswa?

Metode



Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan metode *non randomized control trial* dengan desain *pretest & posttest control group design*



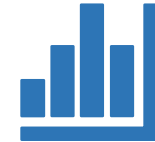
Subjek Penelitian

Siswa SMK X di Sidoarjo. Dengan jumlah 82 siswa. Yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu 41 kelompok *treat* yang terdiri dari 14 laki-laki, 27 perempuan dan 41 kelompok *control* yang terdiri dari 15 laki-laki, 26 perempuan



Instrumen Penelitian

Skala *self efficacy questionnaire for children (SEQ-C)* yang terdiri dari 24 aitem dengan reliabilitas nilai *Cronbach alpha* sebesar 0.88 yang telah diadaptasikan ke bahasa Indonesia oleh (Affandi et al., 2022)



Analisis data

Uji analisis data yang diterapkan meliputi Uji Analisis *Independent Samples T-Test* dan *Paired Samples T-Test* yang terdapat pada program JASP 0.16

Hasil

Uji Normalitas

		W	p
Self Efficacy	Control	0.959	0.143
	Treat	0.951	0.075
Note. Hasil analisis JASP.			

			W	p
Pretest	-	Posttest	0.974	0.097
Note. Hasil analisis JASP.				

Hasil analisis pada data ini menunjukkan bahwa variabel *self efficacy* adalah berdistribusi normal ($p > 0.05$).

Uji Homogenitas

	F	df	P
Self Efficacy	0.139	1	0.711

Sesuai dengan prosedur yang telah digunakan, hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa variabel *self efficacy* adalah homogen

Hasil

Uji Hipotesis

Tabel 7. Independent Samples T-Test

	t	df	p	Mean Difference	SE Difference	Cohen's d
Self Efficacy	-8.066	80	< .001	-14.195	1.76	-1.781
Note. Hasil Analisis JASP.						

Tabel 8. Paired Samples T-Test

Measure 1	Measure 2	t	df	p	Mean Difference	SE Difference	Cohen's d
Pretest	Posttest	-7.831	81	< .001	-7.817	0.998	-0.865
Note. Hasil analisis JASP.							

kedua kelompok menunjukkan bahwa ada perbedaan statistik yang signifikan antara kedua kelompok. Dan *cohen's d* menunjukkan besaran efek yang besar dari pengaruh penerapan *goal setting* terhadap peningkatan *self efficacy*.

hasil uji t sampel berpasangan menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada *self efficacy* sebelum pelatihan *goal setting* dan sesudah pelatihan *goal setting*

Hasil



dari gambar 2 di atas terlihat bahwa kelompok *treat* memiliki *self efficacy* yang lebih tinggi dibandingkan kelompok *control*. Hal ini ditunjukkan dari gambar sebelah kanan yang menunjukkan adanya peningkatan *self efficacy* setelah program pelatihan *goal setting* dilaksanakan.

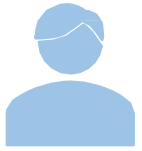
Pembahasan

Hasil analisis data menunjukkan bahwa penerapan *goal setting* berdampak pada *self efficacy* siswa. Dari hasil yang ditunjukkan mengalami peningkatan *self efficacy* setelah diberikan *treatment*.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Liana et al., 2022), (Pratiningsih & Sahrah, 2016), (Bloom, 2013) dan (Fauzia & Kurniawati, 2020) yang menyatakan bahwa *goal setting* berpengaruh signifikan terhadap *self efficacy*.

Pelatihan penerapan *goal setting* yang diselenggarakan dapat menjadi upaya untuk memberikan pemahaman kepada siswa tentang pentingnya menetapkan tujuan. Menetapkan tujuan akan meningkatkan perkembangan strategi baru. Selain itu ketika siswa sudah mempunyai *goal* yang jelas dan spesifik maka akan lebih fokus terhadap tujuan dan ketika dihadapkan pada pilihan maka akan bisa yakin menentukan jalan mana yang harus dipilih untuk mencapai tujuannya

Manfaat Penelitian



Sesuai dengan latar belakang masalah dan tujuan penulisan yang telah dipaparkan sebelumnya, diharapkan semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca, khususnya bagi para siswa dalam meningkatkan self efficacy.



Bagi sekolah, penerapan *goal setting* dapat digunakan sebagai salah satu treatment untuk meningkatkan self efficacy pada siswa



Bagi peneliti adalah dapat mendapatkan pengalaman langsung untuk mengeksplor lebih mengenai keilmuan dalam bidang psikologi dan menjadikan evaluasi diri bahwa perlu adanya peningkatan dan penguasaan materi.

Referensi

Abraham, I., & Supriyati, Y. (2022). Desain kuasi eksperimen dalam pendidikan: literatur review. *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, 8(3), 2442–9511. <https://doi.org/10.36312/jime.v8i3.3800/http>

Affandi, G. R., Widyastuti, W., & Amir, M. F. (2022). Adaptation and validation of the self-efficacy questionnaire for children (SEQ-C) for Indonesian orphanage students. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, 8(3), 521. <https://doi.org/10.33394/jk.v8i3.5809>

Bandura, A., Freeman, W. H., & Richard, L. (1999). Self efficacy: The exercise of control. *Journal of Cognitive Therapy*, 13(2), 158–166. <https://doi.org/https://doi.org/10.1891/0889-8391.13.2.158>

Bantam, D. J., & Syah, M. E. (2022). Pelatihan goal setting : Upaya meningkatkan keputusan karier siswa. *Journal of Community Services*, 3(1), 108–115. <https://doi.org/10.22219/altruis.v3i1.20358>

Bloom, M. (2013). Self-regulated learning: Goal setting and self-monitoring. *The Language Teacher*, 37(4), 46. <https://doi.org/10.37546/jalttl37.4-6>

Fauzia, J. H., & Kurniawati, F. (2020). Efektivitas program pelatihan penetapan tujuan pada siswa sekolah menengah atas. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(1), 1. <https://doi.org/10.26740/jppt.v11n1.p1-16>

Ferdiansyah, A., Rohaeti, E. E., & Suherman, M. M. (2020). Gambaran self efficacy siswa terhadap pembelajaran. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 3(1), 16. <https://doi.org/10.22460/fokus.v3i1.4214>

Honicke, T., & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational Research Review*, 17, 63–84. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2015.11.002>

Referensi

Kurniawan, A., & Affandi, G. R. (2022). Description of academic self-efficacy of " x " sidoarjo high school students. *Inquest Journal*, 01(01). <https://doi.org/https://doi.org/10.53622/ij.v1i01.135>

Liana, H., Hairina, Y., & Komalasari, S. (2022). Pelatihan islamic goal setting untuk meningkatkan efikasi diri siswa dalam pengambilan keputusan karier. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 5(1), 11–22. <https://doi.org/10.15575/jpib.v5i1.11949>

Lianto, L. (2019). Self-efficacy: A brief literature review. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>

Manuaba, I. B. P. A., & Susilawati, L. K. P. A. (2019). Hubungan dukungan sosial dan efikasi diri dengan motivasi berprestasi pada remaja awal dan tengah yang tinggal di panti asuhan di bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 161–170. <https://doi.org/https://doi.org/10.24843/JPU.2019.v06.i01.p16>

Mawarni, A., Sugiharto, D. Y. P., & Mulawarman, M. (2022). The effectiveness of psychoeducational group of goal-setting training to improve self-efficacy and learning motivation. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(3), 206–214. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jubk.v11i3.61152>

Muris, P. (2001). A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youths. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assesment*, 23(3), 145–149. <https://doi.org/https://doi.org/10.1023/A:1010961119608>

Ningsih, W. F., & Hayati, I. R. (2020). Dampak efikasi diri terhadap proses dan hasil belajar matematika. *Journal on Teacher Education*, 1(2), 26–32. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jote/article/view/514>

Ogbeiwi, O. (2017). Why written objectives need to be really smart. *British Journal of Health Care Management*, 23(7), 324–336. <https://doi.org/10.12968/bjhc.2017.23.7.324>

Referensi

Oktariani. (2018). Peranan self efficacy dalam meningkatkan prestasi. *Jurnal Psikologi Kognisi*, 3(1), 41–50

Patras, Y. E., Horiah, S., Zen, D. S., & Hidayat, R. (2021). Pengaruh efikasi diri terhadap kemandirian belajar siswa. *Edum Journal*, 4(2), 69–75. <https://doi.org/10.31943/edumjournal.v4i2.99>

Pratiningsih, & Sahrah, A. (2016). Pengaruh pelatihan goal setting terhadap efikasi diri manajer tingkat menengah di pt bat yogyakarta. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 18(2), 191. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v18i2.396>

Pratiwi, I. W. (2022). Gambaran efikasi diri mata pelajaran matematika pada siswa kelas VII mts al mujahiddin, cikarang utara. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan SDM*, 11(1), 1–11.

Putri, A. E., Soenarno, S. M., & Suryana, A. (2022). Analisis efikasi diri dalam pembelajaran biologi di smk bunda auni. *EduBiologia: Biological Science and Education Journal*, 2(2), 101. <https://doi.org/10.30998/edubiologia.v2i2.12924>

Ramadhani, I. W., Fahmawati, Z. N., & Affandi, G. R. (2021). Pelatihan goal setting untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa di smp muhammadiyah 1 sidoarjo. *Altruis: Journal of Community Services*, 2(3), 1–5. <https://doi.org/10.22219/altruis.v2i3.18044>

Santosa, E. I., & Himam, F. (2014). Pengaruh berbagi pengetahuan perencanaan karir terhadap efikasi diri dalam membuat keputusan karir. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 6(1), 1–24. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol6.iss1.art1>

Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2021). Self-efficacy and human motivation. In *Advances in Motivation Science* (1st ed., Vol. 8). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/bs.adms.2020.10.001>

Referensi

Setiawan, N. A. (2017). Pengaruh pelatihan penetapan tujuan (goal setting) untuk meningkatkan motivasi belajar agama islam pada mahasiswa. *Jurnal Studi Lintas Agama*, 12(1), 31–51. <https://doi.org/https://doi.org/10.24042/ajsla.v12i1.1443>

Sunawan, S., Ahmad Yani, S. Y., Anna, C. T., Kencana, T. I., Mulawarman, -, & Sofyan, A. (2017). Dampak efikasi diri terhadap beban kognitif dalam pembelajaran matematika dengan emosi akademik sebagai mediator. *Jurnal Psikologi*, 44(1), 28. <https://doi.org/10.22146/jpsi.22742>

Tyasning, D. M., & Fadhilah, A. (2020). Efektivitas kolaborasi qr code dan edmodo (qrce) terhadap motivasi serta hasil belajar materi konsep mol pada siswa kelas x smk kesehatan purworejo tahun pelajaran 2018/ 2019. *INKUIRI: Jurnal Pendidikan IPA*, 9(1), 13. <https://doi.org/10.20961/inkuiri.v9i1.41376>

Winata, I. K. (2021). Konsentrasi dan motivasi belajar siswa terhadap pembelajaran online selama masa pandemi covid-19. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 5(1), 13. <https://doi.org/10.32585/jkp.v5i1.1062>

Yudhistira, S., Deasyanti, D., & Muzdalifah, F. (2020). Analisis model pengaruh goal orientation, general self-efficacy dan jenis kelamin terhadap self-regulated learning dalam pembelajaran jarak jauh. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 4(2), 358. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v4i2.8849.2020>

