

Peran Goal Setting dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMP Islam Al-Hidayah Pasuruan

Oleh:
Fadilah Eka Febriani,
Widyastuti
Progam Studi S1 Psikologi
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
Januari, 2025

Pendahuluan

1. Motivasi belajar merupakan faktor psikologis penting yang memengaruhi keberhasilan akademik siswa.
2. Pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), siswa berada pada fase perkembangan remaja awal (usia $\pm 14-15$ tahun) yang ditandai dengan perubahan kognitif, emosional, dan sosial.
3. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami:
 - Kurang fokus saat pembelajaran
 - Menunda pengerjaan tugas
 - Belajar hanya saat ada ulangan
4. Kondisi tersebut menunjukkan motivasi belajar belum optimal dan siswa belum memiliki tujuan belajar yang jelas.



Fenomena & Masalah Penelitian

1. Berdasarkan survei awal pada siswa kelas IX:
 - 69% siswa berada pada kategori motivasi belajar sedang
 - 20% siswa berada pada kategori rendah
 - 10% siswa berada pada kategori tinggi
2. Nilai rata-rata motivasi belajar awal:
 - Mean = 83,97
 - SD = 14,44
3. Wawancara dengan guru menunjukkan siswa:
 - Kurang disiplin
 - Pasif dalam kelas
 - Tidak memiliki perencanaan belajar jangka panjang
4. Masalah utama yang teridentifikasi adalah lemahnya kemampuan goal setting pada siswa.

Kajian Teori

A. Motivasi Belajar

1. Motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal yang mendorong siswa untuk:

- Terlibat aktif
 - Tekun
 - Bertanggung jawab dalam belajar
2. Indikator motivasi belajar meliputi:
- Keinginan untuk berhasil
 - Dorongan dan kebutuhan belajar
 - Harapan dan cita-cita masa depan
 - Penghargaan dalam belajar
 - Kegiatan belajar yang menarik
 - Lingkungan belajar yang kondusif

B. Goal Setting (Locke & Latham)

1. Goal setting adalah proses menetapkan tujuan yang jelas, spesifik, dan terarah.

2. Tujuan yang jelas mampu meningkatkan:

- Usaha belajar
- Ketekunan
- Fokus
- Komitmen siswa

3. Prinsip SMART:

- Specific – tujuan jelas
- Measurable – dapat diukur
- Achievable – realistis
- Relevant – sesuai kebutuhan
- Time-bound – memiliki batas waktu

Tujuan Penelitian & Novelty

1. Mengetahui efektivitas psikoedukasi goal setting dalam meningkatkan motivasi belajar siswa.
2. Menguji perbedaan motivasi belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan pelatihan goal setting.



Hipotesis Penelitian

H_1 :

Terdapat pengaruh positif goal setting terhadap motivasi belajar siswa SMP Islam Al-Hidayah Pasuruan.



Metode Penelitian

1. Jenis penelitian:

- Eksperimen
- Desain Pre-Eksperimental One Group Pretest–Posttest

2. Subjek penelitian:

- Jumlah sampel: 26 siswa
- Kelas: IX A
- Usia: 14–15 tahun

3. Instrumen:

- Skala motivasi belajar
- Jumlah item valid: 13 aitem
- Reliabilitas: Cronbach's Alpha = 0,725

4. Intervensi:

- Psikoedukasi goal setting
- Dilaksanakan dalam 4 sesi
- Menggunakan media Dream Book berbasis SMART



Hasil Penelitian

Statistik Deskriptif

1. Pretest Motivasi Belajar

- Mean = 26,731
- SD = 5,408
- Min–Max = 17–39

2. Posttest Motivasi Belajar

- Mean = 41,692
- SD = 3,927
- Min–Max = 34–48

3. Terjadi peningkatan rata-rata sebesar +14,961 poin.

Uji Hipotesis

1. Uji Paired Sample T-Test:

- $t = -11,373$
- $df = 25$
- $p < 0,001$
- Cohen's $d = 2,230$ (efek besar)

2. Hasil menunjukkan perbedaan signifikan antara pretest dan posttest.

3. Hipotesis diterima.

Pembahasan

1. Goal setting membantu siswa:
 - Menyusun tujuan belajar secara konkret
 - Meningkatkan fokus dan konsistensi
 - Menumbuhkan rasa tanggung jawab akademik
2. Aktivitas Dream Book membuat siswa:
 - Lebih reflektif
 - Memiliki arah belajar yang jelas
 - Termotivasi secara internal
3. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa goal setting efektif meningkatkan motivasi belajar siswa SMP.

Kesimpulan

1. Psikoedukasi goal setting terbukti efektif meningkatkan motivasi belajar siswa.
2. Terjadi peningkatan signifikan skor motivasi belajar dari Mean 26,731 menjadi 41,692.
3. Goal setting dapat dijadikan strategi pendukung pembelajaran di sekolah menengah pertama.



