

# PELATIHAN *GOAL SETTING* UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI PADA *MANAGER* TINGKAT MENENGAH

## GOAL SETTING TRAINING TO IMPROVE SELF-EFFICACY IN MIDDLE LEVEL MANAGERS

Oleh :

**Prayuda Nur Rifki, Sri Muliati Abdullah**

*Program Studi Magister Profesi Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta*

**Abstract:** *This study aims to improve self-efficacy in middle-level head office department managers. The hypothesis proposed in this study is that there is an increase in self-efficacy in middle level managers of the Head Department Office in the experiment group after being given goal setting training. The subjects of this study are 6 middle-level managers in the Head Office Department of Hotel "X" Yogyakarta. The subjects were determined by means of initial selection using a self-efficacy scale to 6 employees. The data analysis methods used in this study include using a self-efficacy scale; observation; and interviews. The research design used in this study is a one group pretest-posttest design. The results of this study indicate that there are differences in the level of self-efficacy before and after being given goal setting training, the obtained values show that ( $Z = -2,207$  with *Asymp.Sig (2-tailed) = 0.005*).*

**Keywords:** *Goal setting, self-efficacy, middle level manager*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan efikasi diri pada *head office department manager* tingkat menengah. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada peningkatan efikasi diri pada *manager* tingkat menengah bagian *Head Departement Office* terhadap kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan pelatihan *goal setting*. Subjek penelitian ini adalah *manager* tingkat menengah pada bagian *Head Office Departement* di hotel "X" Yogyakarta yang berjumlah 6 orang. Penentuan pemilihan subjek dilakukan dengan cara seleksi awal menggunakan skala efikasi diri kepada karyawan yang berjumlah 6 orang. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala efikasi diri, observasi, dan wawancara. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan rancangan *one group pretest-posttest*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat efikasi diri sebelum dan sesudah diberikan pelatihan *goal setting* diketahui nilai ( $Z = -2,207$  dengan *Asymp.Sig (2-tailed) = 0,005*).

**Kata kunci:** *Goal setting, efikasi diri, manager tingkat menengah*