**PENGARUH PELATIHAN *GOAL SETTING* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS X SMA TAMAN MADYA IBU PAWIYATAN YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

****

**Oleh:**

**Matthias Pamoso Diwangkoro**

**13081155**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA**

**YOGYAKARTA**

**2017**

**PENGARUH PELATIHAN *GOAL SETTING* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS X SMA TAMAN MADYA IBU PAWIYATAN YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

****

**Oleh:**

**Matthias Pamoso Diwangkoro**

**13081155**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA**

**YOGYAKARTA**

**2017**

**PENGARUH PELATIHAN *GOAL SETTING* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS X SMA TAMAN MADYA IBU PAWIYATAN YOGYAKARTA**

**Matthias Pamoso Diwangkoro1, Rahma Widyana2**

1,2Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta  
Matthpamss@gmail.com

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *goal setting* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas X SMA Taman Madya Ibu Pawiyatan Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah tingkat motivasi belajar pada siswa setelah diberikan pelatihan *goal setting* lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat motivasi belajar pada siswa sebelum diberikan pelatihan *goal setting*. Penelitian ini dilakukan kepada lima (5) orang siswa kelas X SMA Taman Madya Ibu Pawiyatan Yogyakarta. Tidak terdapat kelompok kontrol dalam penelitian ini, sehingga lima siswa tersebut mendapatkan pelatihan *goal setting*. Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Hasil analisis data menggunakan Teknik analisis data *Wilcoxon matched pairs signed-ranks test* menunjukkan nilai Z yang didapat sebesar -2,032 dengan *p value* (Asymp. Sig 1 tailed) = 0,021 (p = <0,05). Hasil tersebut mengindikasikan adanya perbedaan tingkat motivasi belajar yang signifikan pada siswa antara sebelum diberikan pelatihan *goal setting* dan setelah diberikann pelatihan *goal setting*. Skor motivasi belajar subjek sebelum diberikan pelatihan lebih rendah (Mean = 82,60) dibandingkan dengan skor motivasi belajar subjek setelah diberikan pelatihan *goal setting* (Mean = 91,80). Hasil ini menunjukkan bahwa pelatihan *goal setting* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa kelas X SMA Taman Madya Ibu Pawiyatan Yogyakarta.

Kata kunci : Motivasi Belajar, Pelatihan *Goal setting*, Siswa kelas X

**EFFECT OF GOAL SETTING TRAINING TO IMPROVE STUDENT’S LEARNING MOTIVATION ON GRADE X TAMAN MADYA IBU PAWIYATAN SENIOR HIGH SCHOOL OF YOGYAKARTA**

**Matthias Pamoso Diwangkoro1, Rahma Widyana2**

1,2Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta  
Matthpamss@gmail.com

***ABSTRACT***

*This study aims to determine the effect of goal setting training to improve the learning motivation of students in grade X SMA Taman Madya Ibu Pawiyatan Yogyakarta. The hypothesis proposed in this study is the level of learning motivation in students after being given goal setting training is higher than the level of learning motivation in students before being given goal setting training. This research was conducted to five (5) students of grade X SMA Taman Madya Ibu Pawiyatan Yogyakarta. There were no control groups in this study, so the five students received goal setting training. The experimental design used in this research is One Group Pretest-Posttest Design. The result of data analysis using Wilcoxon matched pairs signed-ranks test shows that the Z value obtained is -2.032 with p value (Asymp Sig 1 tailed) = 0,021 (p = <0,05). These results indicate a significant difference in the level of learning motivation among students before being given goal setting training and after being given goal setting training. Score of motivation to learn subject before given training is more less (Mean = 82,60) compared with subject learning motivation score after given goal setting training (Mean = 91,80). These results indicate that goal setting training can improve the leraning motivation of students in grade X SMA Taman Madya Ibu Pawiyatan Yogyakarta.*

***Keywords****: Learning Motivation, Goal Setting Training, Grade X SMA*

***PENDAHULUAN***

Globalisasi sudah tidak dapat dipungkiri dan dihindari. Hal tersebut memicu adanya penyebaran ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin cepat dan luas. Di sisi lain, globalisasi membuat adanya persaingan antar negara yang tidak dapat dibendung. Salah satu contohnya pada tahun 2015 Indonesia sudah memasuki era perdagangan bebas asia tenggara atau biasa disebut *Asean Free Trade Area* (AFTA) dan pada tahun 2020 hingga 2030 Indonesia akan mengalami bonus demografi dimana penduduk usia produktif (70%) lebih tinggi dibandingkan penduduk yang memiliki usia tidak produktif (30%) (Jati, 2015). Untuk dapat bersaing dengan negara tetangga maka dibutuhkan kualitas Sumber Daya Manusia yang baik. Padahal untuk urusan Sumber Daya Manusia, Indonesia tergolong tertinggal dibandingkan negara di kawasan Asia Tenggara lainnya yaitu Indonesia menempati urutan ke-50 dimana lebih rendah dibandingkan Singapura (ke-2), Malaysia (Ke-20), dan Thailand (Ke-30) (Siagian, 2015).

Menyadari hal ini, maka Indonesia harus berbenah dengan mempersiapkan SDM yang lebih baik. Salah satu caranya adalah melalui pendidikan. Menurut UU Nomor 20 Tahun 2003 pasal 1 pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar subjek didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Di dalam pendidikan terdapat proses belajar dan mengajar. Berdasarkan pendapat Syah (2013) belajar adalah tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif. Sedangkan mengajar adalah suatu rangkaian kegiatan penyampaian bahan pelajaran kepada murid agar dapat menerima, menanggapi, menguasai, dan mengembangkan bahan pelajaran itu (Arifin dalam Syah, 2013). Proses belajar dan mengajar akan menghasilkan prestasi. Menurut Sardiman (2016) suatu hasil belajar akan optimal kalau ada motivasi yang tepat sedangkan menurut Hamdu & Agustina (2011) salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi siswa adalah motivasi. Maka dari itu untuk mewujudkan tercapainya prestasi yang baik, diperlukan motivasi belajar yang tinggi.

Sardiman (2016) mengatakan bahwa motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan, menjamin kelangsungan dan memberikan arah kegiatan belajar, sehingga diharapkan tujuan dapat tercapai. Uno (2016) menyatakan beberapa indikator motivasi belajar antara lain: adanya hasrat dan keinginan berhasil, adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, adanya harapan dan cita-cita masa depan, adanya penghargaan dalam belajar, adanya kegiatan yang menarik dalam belajar, serta adanya lingkungan belajar yang kondusif.

Sejatinya seorang siswa memiliki motivasi belajar yang tinggi agar prestasi ataupun tujuan belajarnya dapat tercapai. Namun tidak semua siswa memiliki motivasi belajar yang tinggi. Dalam penelitiannya, Handayani (2010) menemukan 63% siswa yang memiliki motivasi belajar rendah di kelas X SMA N 1 Minggir Sleman. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Risdiawati (2012) juga menemukan bahwa di antara 32 siswa terdapat 60% siswa yang memiliki motivasi belajar rendah di SMA Negeri 1 Imogiri pada pelajaran Akuntansi kelas XI IPS 4

Jex (Nurbani & Sofyan, 2015) mengungkapkan bahwa motivasi itu seperti gravitasi yang tidak bisa dilihat secara visual atau dirasakan namun hanya bisa dilihat efek yang dihasilkan olehnya. Dalam hal pendidikan, motivasi belajar sangat diperlukan bagi tiap-tiap siswa untuk menunjang keberhasilan siswa dalam pendidikannya. Penelitian yang dilakukan oleh Hamdu & Agustina (2011) dengan judul *Pengaruh Motivasi Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar IPA di Sekolah Dasar* memaparkan mengenai adanya hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan prestasi belajar pada mata pelajaran IPA, hal ini berarti jika siswa memiliki motivasi belajar yang tinggi maka prestasi belajarnya pada mata pelajaran IPA juga akan tinggi, namun jika siswa memiliki motivasi belajar yang rendah maka prestasi belajarnya pada mata pelajaran IPA juga akan rendah. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Damayanti, dkk (2015) menggambarkan bahwa 60,6% kemandirian belajar dipengaruhi oleh motivasi belajar yang berarti jika motivasi belajar siswa tinggi maka kemandiran belajarnya juga tinggi begitu juga sebaliknya. Melalui beberapa hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa motivasi belajar sangatlah penting untuk diteliti.

Indikator motivasi belajar yang paling dominan di dalam penelitian ini adalah indikator adanya harapan dan cita-cita masa depan. Harapan atau cita-cita masa depan merupakan suatu bentuk tujuan yang dimiliki siswa. Seorang siswa harus bisa membuat maupun merancang tujuannya dengan baik.

Salah satu cara yang bisa dilakukan adalah dengan mengajarkan suatu keterampilan penentuan tujuan. Weinberg (Rahayu & Mulyana, 2015) mengungkapkan bahwa salah satu cara yang dapat dilakukan untuk melatih siswa agar dapat menetapkan cita-cita atau tujuannya adalah melalui pelatihan, yaitu pelatihan *goal setting* sebab di dalam pelatihan *goal setting* seorang siswa akan diajarkan suatu kemampuan untuk merancang atau menetapkan suatu tujuan dengan baik agar tujuannya dapat tercapai.

*Goal setting* itu sendiri merupakan sebuah teori kognitif dengan dasar pemikiran bahwa setiap orang memiliki suatu keinginan untuk mencapai hasil spesifik atau tujuan yang diharapkan dapat tercapai (Locke dalam Yearta, Maitlis, & Briner, 1995). Adanya penentuan tujuan membantu siswa semakin lebih terarah dalam melakukan usaha-usaha yang relevan terkait tujuannya sehingga hal tersebut membuat motivasi yang ada dalam diri siswa meningkat untuk meraih tujuannya (Locke & Latham, 2002).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pelatihan *goal setting* efektif untuk meningkatkan motivasi belajar. Penelitian Lutfianawati, Nugraha dan Rachmahana (2014) menunjukkan bahwa pelatihan *goal setting* dapat meningkatkan motivasi belajar bahasa inggris pada siswa kelas XII SMK “X”. Dalam penelitiannya, siswa yang mendapatkan pelatihan *goal setting* memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi daripada siswa yang tidak mendapatkan pelatihan *goal setting*. Penelitian yang dilakukan oleh Morisano, dkk (2010) pada 85 siswa yang mengalami kesulitan akademis menunjukkan bahwa setelah diberikan pelatihan *goal setting*, siswa yang mendapatkan pelatihan *goal setting* menunjukkan peningkatan dalam prestasi akademis dan motivasi belajar dibandingkan dengan siswa yang tidak mendapatkan pelatihan *goal setting.*

Pelatihan *goal setting* disusun berdasarkan lima komponen utama *goal setting* yang dikemukakan oleh Locke, dkk (1981) yaitu: *Clarity* (Kejelasan), *Challenge* (tantangan), *Commitment* (komitmen), *Feedback* (umpan balik), dan *Task Complexity* (kerumitan tugas). Pelatihan ini diharapkan dapat membantu para siswa untuk dapat membuat atau merancang tujuannya dengan baik terkait tujuan masa depan maupun tujuan belajarnya karena pada dasarnya jika siswa dapat membuat suatu tujuan yang baik, maka hal tersebut dapat merangsang peningkatan motivasi belajar pada diri siswa (Mc.Donald dalam Sardiman, 2016).

Pelatihan ini diadakan sebanyak dua kali pertemuan dengan jumlah sesi sebanyak sebelas sesi. Metode yang digunakan dalam pelatihan ini berupa metode *game,* ceramah, audiovisual, pemberian tugas, pengulangan, dan diskusi.

Secara teoritis penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap ilmu pengetahuan psikologi terutama dalam bidang psikologi pendidikan mengenai pengaruh pelatihan *goal setting* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap ilmu pengetahuan psikologi terutama dalam bidang psikologi pendidikan yang lebih menekankan upaya kuratif pada siswa yang memiliki motivasi belajar rendah. Secara praktis jika hipotesis dalam penelitian ini diterima, maka dapat memberikan alternatif intervensi/cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa melalui pelatihan *goal setting*.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat diajukan hipotesis penelitian yaitu ada perbedaan tingkat motivasi belajar pada siswa setelah diberikan pelatihan *goal setting* dibandingkan dengan tingkat motivasi belajar pada siswa sebelum diberikan pelatihan *goal setting.* Tingkat motivasi belajar siswa setelah diberikan pelatihan *goal setting* lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat motivasi belajar siswa sebelum diberikan pelatihan *goal setting.*

***METODE***

Variabel dalam penelitian ini meliputi (1) variabel tergantug, yaitu motivasi belajar; (2) variabel bebas, yaitu pelatihan *goal setting.* Motivasi belajar dirumuskan secara operasional sebagai skor skala motivasi belajar yang disusun berdasarkan indikator Uno (2016) yang terdiri dari: adanya hasrat dan keinginan berhasil, adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, adanya harapan dan cita-cita masa depan, adanya penghargaan dalam belajar, adanya kegiatan yang menarik dalam belajar, serta adanya lingkungan belajar yang kondusif. Skor aitem dalam skala Likert yang sudah didapatkan akan dijumlahkan guna mengukur tingkat motivasi belajar tiap-tiap subjek.

Pelatihan *goal setting* merupakan pelatihan yang mengajarkan seorang siswa suatu kemampuan untuk merancang atau menetapkan suatu tujuan dengan baik agar tujuannya dapat dicapai*.* Rangkaian pelatihan *goal setting* dalam penelitian ini akan disusun berdasarkan pada teori *goal setting* yang dikemukakan oleh Locke, dkk (1981).

Pelatihan *goal setting* terdiri dari dua kali pertemuan yang dibagi menjadi sebelas sesi. Dalam menyampaikan materi pada tiap-tiap sesi, peneliti menggunakan beberapa metode yang digunakan dalam pelatihan ini yaitu : *game,* ceramah, audiovisual, pemberian tugas, pengulangan, dan diskusi.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Taman Madya Ibu Pawiyatan Yogyakarta. Karakteristik subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah : siswa yang tercatat aktif sebagai siswa kelas X di SMA Taman Madya Ibu Pawiyatan, siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dengan skor motivasi belajar kurang dari 85,4, dan siswa yang mau untuk mengikuti program pelatihan. Subjek yang diberikan perlakuan dalam penelitian ini berjumlah lima siswa.

Rancangan eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One group pretest-posttest design.* Desain eksperimen ini hanya menggunakan satu kelompok saja yang diberikan perlakuan dan tidak terdapat kelompok kontrol. Teknik analisis data yang digunakan adalah *Wilcoxon matched pairs signed-ranks test.* Tujuan digunakannya teknik analisis ini yaitu mengetahui signifikansi perbedaan skor tingkat motivasi belajar sebelum diberikan pelatihan *(pretest)* dan setelah diberikan pelatihan *(posttest).****HASIL DAN DISKUSI***

Berdasarkan uji *wilcoxon matched pairs signed-ranks test,* didapatkan nilai Z sebesar -2,032 dengan *p value* (Asymp. Sig 1 tailed) = 0,021. Skor motivasi belajar sebelum diberikan pelatihan lebih rendah dengan mean = 82,60 dibandingkan dengan skor motivasi belajar setelah diberikan pelatihan dengan mean = 91,80. Hal ini berarti bahwa pemberian pelatihan *goal setting* berpengaruh secara signifikan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu ada perbedaan tingkat motivasi belajar pada siswa setelah diberikan pelatihan *goal setting* dibandingkan dengan tingkat motivasi belajar pada siswa sebelum diberikan pelatihan *goal setting.* Tingkat motivasi belajar siswa setelah diberikan pelatihan goal setting lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat motivasi belajar siswa sebelum diberikan pelatihan goal setting.

Hasil penelitian ini senada dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lutfianawati, dkk (2014). Dalam penelitian itu terjadi perubahan yang signifikan antara motivasi belajar sebelum diberikan pelatihan *goal setting* dan setelah diberikan pelatihan *goal setting* dengan nilai Z = -4.359, p = 0,000 (p = < 0,05).

Adanya cita-cita atau tujuan merupakan perangsang munculnya motivasi belajar dalam diri siswa (Mc. Donald dalam Sardiman, 2016). Salah satu cara yang dapat digunakan untuk melatih siswa agar dapat membuat atau merancang tujuan maupun cita-citanya yaitu melalui pelatihan *goal setting* dikarenakan dalam pelatihan tersebut akan diajarkan kemampuan untuk merancang atau menetapkan suatu tujuan dengan baik (Weinberg dalam Rahayu & Mulyana, 2015). Siswa yang dapat membuat tujuannya dengan baik akan lebih termotivasi untuk meraih tujuannya karena suatu tujuan yang baik (realistis) adalah motivator yang penting bagi diri siswa (Bandura dalam Morisano, dkk, 2010).

Di dalam pelatihan *goal setting* diajarkan pengetahuan maupun keterampilan cara membuat ataupun merancang dan menetapkan suatu tujuan dengan memperhatikan komponen utama *goal setting* seperti : *clarity* (kejelasan), *challenge* (tantangan), *commitment* (komitmen), *feedback* (umpan balik), dan *task complexity* (kerumitan tugas). Para subjek diajarkan untuk selalu menggunakan komponen-komponen tersebut ketika akan merancang, membuat, atau menentukan suatu tujuan. Siswa yang dapat membuat tujuannya secara jelas, spesifik, sulit, mudah dimengerti, disertai dengan adanya komitmen yang tinggi untuk meraih tujuan dan umpan balik dari diri sendiri maupun orang lain akan lebih memiliki kesempatan yang besar untuk meraih tujuannya, sehingga motivasi meraih tujuannya meningkat, khususnya adalah motivasi belajarnya.

Siswa yang dapat membuat tujuannya dengan jelas dan spesifik akan memiliki motivasi belajar yang tinggi dikarenakan ia sudah mengetahui dengan nyata apa yang menjadi tujuannya. Dengan adanya tujuan yang jelas, maka siswa terbantu untuk membuat langkah-langkah maupun strategi pencapaian tujuan. Alhasil siswa menjadi termotivasi sebab tujuannya sudah jelas, terarah, beserta langkah-langkah nyata yang sudah dibuatnya.

Begitupun juga, suatu tujuan harus bersifat menantang dalam arti tujuan itu sulit namun realistis. Hal ini bertujuan untuk memantik motivasi belajar yang ada dalam diri siswa agar ia mengeluarkan potensi diri secara maksimal untuk meraih tujuan yang realistis. Selain itu tujuan sulit yang realistis juga meminimalisir adanya kemungkinan kegagalan dalam meraih tujuan tersebut sehingga siswa menjadi optimis dan termotivasi untuk meraihnya.

Dalam menentukan suatu tujuan, seorang siswa juga harus memiliki komitmen yang tinggi. Komitmen yang tinggi ini menggambarkan seberapa kuat siswa terhadap tujuannya, dan seberapa teguh siswa meraih tujuannya. Dengan adanya komitmen yang tinggi siswa akan terdorong untuk melakukan usaha-usaha terkait tujuannya dan meraih tujuannya hingga berhasil. dorongan-dorongan inilah yang disebut sebagai motivasi, khususnya motivasi belajar.

Jika menentukan suatu tujuan, maka diperlukan juga umpan balik. Umpan balik dapat berasal dari diri sendiri maupun dari orang lain. Hal ini berguna untuk evaluasi diri dan mengetahui perkembangan usaha pencapaian tujuannya. Selain itu adanya umpan balik juga dapat memunculkan perasaan positif dalam diri siswa sehingga siswa menjadi bersemangat maupun termotivasi untuk terus berusaha meraih tujuannya (Latham & Locke, 1991).

Suatu tujuan yang baik juga harus memiliki karakteristik yang sederhana dan mudah dimengerti. Hal ini berarti bahwa tugas-tugas yang harus dilakukan untuk meraih tujuan dibuat sesederhana mungkin dan dibuat semudah mungkin untuk dimengerti. Hal ini berguna untuk mendorong siswa untuk mengerjakan tugas tersebut dan merangsang motivasi belajar yang ada di dalam diri siswa untuk meraih tujuannya karena pada dasarnya tugas yang sederhana dan mudah dimengerti akan lebih menarik perhatian siswa untuk mengerjakannya daripada tugas yang rumit dan sulit untuk dimengerti (Schunk, dkk, 2012).

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa pelatihan *goal setting* dapat dijadikan sebagai media yang efektif untuk meningkatkan motivasi belajar.

***PENUTUP***

**Simpulan dan Saran**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan diketahui bahwa ada perbedaan tingkat motivasi belajar siswa kelas X SMA Taman Madya Ibu Pawiyatan Yogyakarta setelah diberikan pelatihan *goal setting* dengan sebelum diberikan pelatihan *goal setting.* Tingkat motivasi belajar siswa kelas X SMA Taman Madya Ibu Pawiyatan Yogyakarta setelah diberikan pelatihan *goal setting* lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat motivasi belajar siswa kelas X SMA Taman Madya Ibu Pawiyatan Yogyakarta sebelum diberikan pelatihan *goal setting*. Hal ini ditunjukkan dengan semakin tingginya skor motivasi belajar siswa setelah mendapatkan pelatihan *goal setting* dibanding dengan sebelum mendapatkan pelatihan *goal setting*. Pelatihan *goal setting* merupa kan sebuah intervensi yang diberikan dengan mengajarkan pengetahuan, keterampilan dan sikap untuk melaksanakan suatu pekerjaan yang berhubungan dengan tugas tertentu dengan tujuan agar subjek dapat menetapkan suatu tujuan. Pelatihan ini mengajarkan subjek untuk menetapkan tujuan dengan memperhatikan komponen-komponen utama dalam *goal setting* yaitu : *clarity* (Kejelasan), *challenge* (tantangan), *commitment* (komitmen), *feedback* (umpan balik), dan *task complexity* (kerumitan tugas). Melalui pelatihan ini subjek dapat menentukan tujuannya dengan baik sehingga motivasi belajarnya meningkat.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Pelatihan *goal setting* terbukti dapat meningkatkan motivasi belajar siswa, sehingga dapat direkomendasikan sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan motivasi belajar para siswa melalui penetapan tujuan dengan memperhatikan komponen-komponen *goal setting*.

2. Bagi Pihak Sekolah

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa pelatihan *goal setting* dapat meningkatkan motivasi belajar, maka pelatihan ini dapat menjadi salah satu alternatif upaya yang dapat digunakan oleh sekolah untuk meningkatkan motivasi belajar siswa terutama bagi siswa kelas X yang akan menjalani penjurusan di kelas XI.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk:

a. Pastikan bahwa definisi dari tiap-tiap indikator harus lebih eksplisit/jelas sehingga memudahkan peneliti untuk membuat aitem skala.

b. Memberikan follow up pada subjek sehingga dapat mengetahui seberapa lama perlakuan tersebut dapat berpengaruh

c. Mengadakan briefing secara mendalam bagi tim penelitian supaya tidak terjadi kesalahan prosedur ketika menjalankan pelatihan.

***DAFTAR PUSTAKA***

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioralchange. *Psychological Review, 84,* 191–215.

Damayanti, N., Siregar, M., & Harahap, P. E. (2015). Hubungan Antara Motivasi Belajar dan Kemandirian Belajar Pada Mahasiswa Universitas Sumatera Utara. *Jurnal Psikologia, 10 (2),* 18 24.

Jati, W. R. (2015). Bonus Demografi Sebagai Mesin Pertumbuhan Ekonomi: Jendela Peluang Atau Jendela Bencana Di Indonesia? *Populasi, 23 (1),* 1-19.

Handayani, R. (2010). Hubungan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Geografi Siswa Kelas X dan XI IPS SMA N 1 Minggir Sleman Tahun Ajaran 2009/2010. *Skripsi.* Yogyakarta: Fakultas Ilmu Sosial dan Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta.

Kompri. (2015). *Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru dan Siswa.* Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Locke, E. A., Shaw, K. N., Saari, L. M., & Latham G. P. (1981). *Goal setting* and task performance : 1969-1980. *Psychology Bulletin,* *90,* 125- 152.

Locke, E. A. & Latham, G. P. (2002). Building a Practically Useful Theory of *Goal setting* and Task Motivation. *Journal of American Psychology, 57(9),* 705- 717.

Morisano, D., J. B., Peterson, J., Phil, R. O., & Shore, B. M. (2010). Setting, Elaboranting, and Reflecting on Personal Goals Improves Academic Performance. *Journal of Applied Psychology, 95 (2),* 255 264.

Nurbani & Sofyan, H. (2015). Efektivitas Metode Pembelajaran Quiz Team Pada Matakuliah Logika Komputer Ditinjau Dari Motivasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Vokasi, 5 (2),* 261-272.

Rahayu, E. & Mulyana, P. (2015). Hubungan antara *Goal Setting* dan Motivasi Berprestasi dengan Prestasi Atlet Renang. *Jurnal Character, 3(2),* 1-5.

Risdiawati, Y. (2012). Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Student Teams Achievement Divisions (STAD)* Untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Akuntansi Siswa Kelas Xi IPS 4 SMA Negeri 1 Imogiri Tahun Ajaran 2011/2012. *Skripsi.* Yogyakarta: Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta.

Sardiman, A. M. (2016). *Interkasi & Motivasi Belajar Mengajar*. Bandung: Rajawali Pers.

Schunk, D. H., Pintrich, P. R. & Meece, J. L. (2012). Motivasi dalam Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Aplikasi (edisi ketiga). Jakarta: Indeks.

Siagian, R. (2015). AFTA 2015 dan Ketidaksiapan SDM Indonesia. Perpustakaan.bap ennas.go.id/lontar/file/diakses pada tanggal 2 Desember 2016.

Syah, M. (2013). *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru.* Bandung: Rosdakarya.

Uno, H. B. (2016). *Teori Motivasi dan Pengukurannya.* Jakarta: PT. Bumi Aksara.

Yearta, S. K., Maitlis, S., & Briner, R. B. (1995). An Exploratory Study of Goal Setting in Theory and Practice: A Motivational Technique That Works? *Journal Occupational and Organizational Psychology, 68,* 237-252*.*