

**EFEKTIVITAS PELATIHAN *GOAL SETTING* UNTUK MENINGKATKAN KOMITMEN
TUGAS PADA SISWA SMPN 1 MARTAPURA TIMUR**
*EFFECTIVENESS OF GOAL SETTING TRAINING TO INCREASE TASK COMMITMENT IN SMPN
1 MARTAPURA TIMUR'S STUDENT*

Muhammad Syarif Hidayatullah* & Rika Vira Zwagery
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat
Jl. Ahmad Yani km. 36, Banjarbaru, 70714, Indonesia
*Email : mshidayatullah@ulm.ac.id
*No Handphone : 081335638549

ABSTRAK

*Permasalahan remaja pada aspek perilaku dan sosial semakin marak terjadi saat ini dan mengalami peningkatan setiap tahunnya. Permasalahan tersebut juga tidak terlepas dari permasalahan akademik. Permasalahan yang terjadi khususnya pada bidang akademik tidak dapat dibiarkan begitu saja karena selain dapat merusak masa depan dan perkembangan remaja yang bersangkutan, juga dapat merusak masa depan bangsa karena remaja merupakan generasi penerus. Oleh karena itu dibutuhkan suatu upaya penanggulangan yang dapat mengatasi masalah remaja tersebut. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan akademik siswa SMP adalah dengan meningkatkan komitmen siswa dalam mengerjakan tugas melalui pembuatan tujuan (*goal setting*). Penelitian ini merupakan penelitian quasi *experiment* dengan rancangan *one group pretest – post test design*. Subjek dari penelitian ini adalah siswa SMPN 1 Martapura Timur. Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan skala Komitmen tugas sebelum dan sesudah perlakuan berupa pelatihan *Goal setting*. Berdasarkan analisa dengan *paired samples test* menghasilkan nilai $t = 0,781$ dengan nilai signifikansi $0,439$ ($p > 0,05$). Analisis data statistik ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan komitmen tugas pada kelompok subjek sebelum dan sesudah perlakuan dilaksanakan.*

Kata kunci: goal setting, komitmen tugas, siswa

ABSTRACT

*The issues of adolescent problem on behavioral and social aspects was happened and tend to increase. The problem is also inseparable from academic problems. Academic problem needs to be treated because it's have negative impact on student's future. One of the activities that can solve the academic problems of junior high school students is by increasing the students' commitment in doing the task through goal setting. This research is a quasi *experiment* research with *one group pretest - post test design*. The subject of this research is the students of SMPN 1 Martapura Timur. The data was collected by Task Commitment Scale. Based on analysis data with *paired sample test* known that there is no different between pretest score and post test score. Its mean that the *Goal setting* training can't increase student's task commitment because there is another factor such as social and environmental factor*

Keywords: Goal Setting, Task Commitment, Student

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini, individu menghadapi situasi kompleks karena menghadapi masa pencarian jati diri dan penyesuaian diri yang lebih dinamis. Papalia, Old dan Feldman (2009)

menegaskan hal tersebut bahwa dikarenakan masa peralihan antara masa kanak-kanak akhir menuju dewasa maka individu menghadapi situasi yang lebih kompleks, untuk itu dibutuhkan penyesuaian diri yang baik.

Remaja memiliki ciri psikologis yang khas dan

resiko yang tinggi untuk mengalami permasalahan di berbagai dimensi hidupnya. Remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan sangat pesat, dari segi sosial, emosional maupun fisik. Hurlock (2011) mengemukakan bahwa umumnya perubahan yang terjadi pada masa remaja adalah peningkatan emosi, fisik yang berubah, pola perilaku, minat dan nilai-nilai yang dianut dan ditampilkan.

Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah tingkat pendidikan yang dalam tahap perkembangannya berada pada usia remaja. Permasalahan yang seringkali terjadi pada siswa SMP terutama adalah permasalahan akademik. Permasalahan tersebut berupa lainnya mengerjakan tugas sekolah hingga menurunnya bahkan buruknya kinerja akademik.

Berdasarkan data pendahuluan yang didapat melalui observasi dan wawancara kepada pihak SMPN 1 Martapura Timur diketahui bahwa guru mengeluhkan permasalahan mengenai siswanya, baik itu masalah akademik, masalah perilaku, masalah sosial dan masalah emosi. Masalah yang tampak menonjol adalah masalah yang terkait dengan masalah akademik, misalnya seperti penurunan prestasi, rendahnya motivasi siswa dalam mengerjakan tugas, kurangnya minat siswa dalam bersekolah, minimnya kesadaran siswa untuk membaca dan faktor lingkungan seperti banjir yang mengakibatkan siswa membolos. Kurangnya motivasi siswa dalam bersekolah merupakan suatu hal yang penting untuk diperhatikan.

Renzulli (1986) menyatakan bentuk halus dari motivasi adalah komitmen. Lebih lanjut, komitmen pada tugas sebagai bentuk halus dari motivasi. Oleh karena, motivasi dianggap sebagai energi umum yang menjadi faktor pemicu pada seseorang untuk bertanggungjawab dalam menampilkan atau melaksanakan sesuatu. Secara spesifik, komitmen tugas dinyatakan oleh Renzulli (1986) sebagai energi individu yang menggambarkan ketekunan, daya tahan, kerja keras, latihan khusus serta kepercayaan pada kemampuan diri dalam menghadapi tugas penting tertentu. Adapun Hawadi (2001) menemukan bahwa komitmen tugas dipengaruhi oleh persepsi peran siswa, yakni pemahaman mengenai perilaku yang diperlukan atas peran, tanggung dan tugas seorang siswa.

Schechtman (2014) menyatakan bahwa sekolah dapat menjadi tempat remaja merasakan masalah dan sebaliknya juga dapat menjadi tempat yang menyediakan upaya penanggulangan masalah. Sekolah merupakan tempat yang paling penting dan efektif untuk mengurangi masalah perilaku (Hoagwood, dkk., 2007; Schechtman & Ifargan, 2009; Smokowski, Fraser, Day, Galinsky & Bacallao 2004) dan dapat berfungsi sebagai sumber vital dalam memberikan pelayanan psikologis (Crespi & Fischetti, 1997). Intervensi yang dilakukan di sekolah

merupakan salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk merubah perilaku siswa yang maladaptif karena sebagian besar siswa menghabiskan hampir setengah waktu mereka berada di sekolah (Reinke, Splett, Robeson, & Offutt, 2009). Selain itu, sekolah merupakan tempat sosialisasi yang penting bagi siswa dan menyediakan kesempatan untuk membentuk perilaku yang sesuai (Reinke, dkk. 2009)

Siswa sebagai peserta didik memerlukan fokus dan komitmen dalam melaksanakan tugas-tugas sekolah. Siswa SMP yang umumnya berusia remaja memerlukan fokus tujuan agar kompleksitas masa transisi dan pencarian jati diri dapat dilaluinya. Menurut teori *Goal Setting* (Locke & Latham, 2002), secara eksplisit dengan menetapkan tujuan dapat meningkatkan kinerja seseorang pada tugas yang diberikan kepadanya. Seseorang yang memiliki tujuan yang jelas akan mampu memberikan perhatian dan berupaya untuk melakukan kegiatan yang relevan dengan tujuan dan menunjukkan kapasitas yang besar untuk melakukan regulasi diri. Locke dan Latham (2002) mengungkapkan bahwa untuk memotivasi seseorang dan meningkatkan prestasi adalah dengan menetapkan targetnya atau tujuannya dengan jelas, apa yang harus dimulai dan kemudian apa yang harus dikerjakan

Teori dan berbagai hasil penelitian memberikan penegasan mengenai pentingnya tujuan. Secara terminologi, *Goal Setting* berasal dari dua suku kata yaitu goal yang artinya tujuan dan setting artinya penentuan, sehingga secara umum goal setting merupakan penentuan tujuan. Goal setting adalah penetapan sasaran atau target berorientasi hasil yang harus dicapai oleh seseorang. Tujuan mampu mengatur, memberi energi dan mengarahkan perilaku yang dibutuhkan. Di samping itu, tujuan dapat menjadi motivator sehingga segala upaya akan dikerahkan agar tujuan dapat terwujud (Cummings & Worley, 2005; Klein, Wesson, Hollenbeck, Wright & DeShon, 2001; Martin & Manning Jr, 1995; Robbins, 2005).

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *goal setting* dapat meningkatkan afeksi positif dan meningkatkan *well being* (Brunstein, 1993). Selain itu, *goal setting* dapat meningkatkan efikasi diri dan meningkatkan harapan untuk menjadi seseorang yang sukses (Karakowsky & Mann, 2008). *Goal setting* memainkan peran penting dalam pembelajaran sosial kognitif khususnya dalam hal prestasi akademik (Morisano, dkk, 2010). Pintrich (2000) menyatakan bahwa regulasi kognitif dan motivasi dapat dicapai seiring dengan peningkatan efikasi dan komitmen.

Penelitian ini bertujuan menguji efektivitas pelatihan *goal setting* terhadap peningkatan komitmen tugas sekolah pada siswa SMAN 1 Martapura Timur. Peneliti mengajukan hipotesis pelatihan *goal setting* dapat

meningkatkan komitmen siswa terhadap tugas sekolah. Siswa yang berpartisipasi akan meningkat komitmennya terhadap tugas setelah pelatihan *goal setting* dilaksanakan.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan di SMPN 1 Martapura Timur. Subjek penelitian adalah para siswa terpilih berdasarkan pengamatan guru yang dianggap sesuai untuk mengikuti pelatihan dengan tema *goal setting*. Adapun keseluruhan subjek berjumlah 49 orang.

Penelitian ini adalah penelitian *quasi experiment* yang menggunakan *one group pretest – post test design* (Shadish, Cook & Campbell, 2002). Pengukuran dilakukan dua kali, di awal/sebelum perlakuan diberikan (*pre-test*) dan di akhir/ sesudah perlakuan (*post-test*). Pelatihan yang diberikan berupa pelatihan *goal setting*.

Prosedur penelitian diawali dengan penggalan informasi dari para guru mengenai kinerja akademik dari siswa-siswinya sebagai langkah awal penyusunan materi-materi yang akan disampaikan dan penentuan subjek penelitian. Peneliti menggunakan metode *purposive sampling* dalam menentukan subjek, dengan meminta wakil kepala sekolah kesiswaan untuk mengirimkan siswa-siswi yang dianggap kurang dalam hal kinerja akademiknya. Kelompok siswa tersebut diminta untuk menjadi peserta dan terlibat aktif dalam mengikuti suatu pelatihan yang disampaikan oleh tim dari peneliti.

Selanjutnya, peneliti melaksanakan perlakuan sebagaimana modul yang telah dirancang. Kelompok peserta diberikan perlakuan berupa pelatihan *goal setting*, yang terdiri dari terdiri 3 (tiga) sesi. Sesi pertama diisi dengan *ice breaking*, pemaparan materi-materi dengan ceramah dan melalui games atau permainan serta tugas-tugas individu yang bersifat menyenangkan. Ada 3 (tiga) materi pada sesi pertama, yakni pengenalan mengenai *goal setting*, bagaimana menentukan tujuan dan bagaimana mengenali diri sendiri. Sesi kedua diisi dengan energizer, pemaparan materi-materi melalui ceramah, video, diskusi dan permainan-permainan yang mengandung unsur pembelajaran atau terkait dengan materi yang ingin disampaikan. Sedangkan, sesi ketiga diisi dengan kegiatan *hipnotherapy* sebagai upaya mendorong materi-materi yang telah disampaikan agar masuk ke alam bawah dasar dari para peserta.

Pengukuran terhadap komitmen terhadap tugas menggunakan skala komitmen tugas berdasarkan aspek – aspek, yaitu ketekunan, daya tahan, kerja keras, latihan khusus dan kepercayaan pada kemampuan diri (Renzulli, 1986). Penskalaan Likert (Azwar, 2011) dengan 5 pilihan jawaban digunakan dalam skala komitmen tujuan ini, dari SS (Sangat Setuju), S (Setuju), N (Netral), TS (Tidak setuju) dan STS (Sangat Tidak Setuju). Skala komitmen

tugas ini berjumlah 20 aitem dan memiliki reliabilitas koefisien alpha (α) 0,793. Adapun pengujian validitas skala dalam penelitian dilakukan dengan validitas isi oleh *professional judgement*

Data kuantitatif (skor skala komitmen tugas) dianalisis dengan menggunakan *Paired-Samples T Test*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek berjumlah 49 orang Penelitian ini adalah penelitian kuasi eksperimen dengan memberikan perlakuan kepada sekelompok subjek dan dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan diberikan. Perlakuan yang diberikan berupa pelatihan *goal setting*. Adapun hasilnya sebagai berikut:

Tabel 1. Statistik Deskriptif

	Rerata	Simpangan Baku	N
Pre	52,02	7,674	49
Post	51,06	8,503	49

Dari table 1 dapat diketahui bahwa rerata dari skor komitmen tugas sebelum perlakuan sebesar 52,02. Setelah perlakuan diberikan, skor rerata komitmen tugas menjadi 51,06. Hal ini menunjukkan adanya penurunan skor komitmen tugas dari *pre test* ke *post test*.

Tabel 2. Hasil uji Normalitas

	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
N	49	49
Kolmogorov-Smirnov Z	0,743	0,498
Signifikansi	0,693	0,965

Tabel 2. Menunjukkan hasil uji normalitas menggunakan teknik statistik *One-sample Kolmogorov-Smirnov (One-Sample K-S)* yang menunjukkan bahwa besarnya nilai K-S = 0,743 signifikan pada 0,639 untuk data *pre-test*, nilai K-S = 0,498 signifikan pada 0,965 untuk data *post-test*. Karena signifikansi > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil uji Homogenitas

<i>Levene Statistic</i>	df1	df2	Sig.
0,270	1	96	0,604

Uji homogenitas berdasarkan *Levene Statistic* (table 3) menunjukkan nilai $p = 0,604$ ($p > 0,05$). Artinya

homogenitas data dari setiap pengukuran (amatan) terpenuhi.

Tabel 4. Hasil uji *Paired Samples Test*.

<i>Paired Differences</i>		
Komitmen Tugas	t	Sig.
<i>Pre - Post</i>	0,781	0,439

Berdasarkan *paired samples test* yang telah dilakukan (table 4) hasilnya adalah $t = 0,781$ dengan nilai signifikansi 0,439 ($p > 0,05$) sehingga H_0 diterima. Analisis data statistik ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan komitmen tugas pada kelompok subjek sebelum dan sesudah perlakuan dilaksanakan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian tidak sejalan dengan hipotesis penelitian yang menyatakan pelatihan goal setting dapat meningkatkan komitmen tugas siswa di SMPN 1 Martapura Timur.

Hasil menunjukkan bahwa pelatihan *Goal Setting* tidak berpengaruh terhadap komitmen tugas pada siswa SMPN 1 Martapura Timur. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat faktor lain yang mempengaruhi komitmen tugas pada siswa yaitu faktor lingkungan baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosial (Syarifa, Mustami'ah, Sulistiani, 2011).

SMPN 1 Martapura Timur merupakan satu satunya sekolah Menengah Pertama yang berada di Kecamatan Martapura Timur dan berada di salah desa sehingga akses untuk menerima informasi cenderung sulit. Selain itu berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada guru di sekolah didapat data bahwa fasilitas yang ada di sekolah tersebut cenderung kurang memadai sehingga menjadi salah satu penghambat siswa dalam belajar dan menyelesaikan tugas. Penelitian Rustiana & Chalifah (2012) menunjukkan bahwa lingkungan fisik berupa sarana prasarana dapat mempengaruhi performa siswa di sekolah. Adanya lingkungan belajar yang baik seorang siswa akan memperoleh prestasi yang tinggi sedangkan dengan lingkungan belajar yang buruk akan menghasilkan prestasi belajar yang rendah. Lingkungan fisik yang kurang memadai ini menjadi salah satu penyebab tidak meningkatnya komitmen tugas siswa setelah diberikan perlakuan berupa pelatihan goal setting.

Faktor lain yang juga mempengaruhi adalah lingkungan Sosial karena siswa menghabiskan hampir seluruh waktunya untuk berinteraksi dengan lingkungan sosialnya sehingga dapat mempengaruhi performa belajarnya. Menurut penelitian Syarifa, Mustami'ah & Sulistiani (2011) salah satu faktor terbesar yang dapat mempengaruhi kemampuan siswa dalam mengerjakan

tugas adalah faktor lingkungan sosial. Lingkungan sosial adalah lingkungan adalah tempat siswa bergaul dan melakukan interaksi sosial khususnya dengan teman sebaya maupun dengan keluarga.

Kecamatan Martapura Timur merupakan salah satu kecamatan yang terdapat di wilayah Kabupaten Banjar. Adapun penduduk laki-laki yang tinggal di Kecamatan Martapura Timur kebanyakan memiliki tingkat pendidikan yang rendah dimana sekitar 5.821 orang laki-laki di kecamatan tersebut merupakan lulusan Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah/ sederajat. Ditinjau dari status pekerjaannya, penduduk laki-laki di Kecamatan Martapura Timur rata-rata berprofesi sebagai wirausahawan/memiliki usaha sendiri yaitu sekitar 2.934 jiwa dan sisanya berprofesi sebagai Buruh/Karyawan/Pegawai.

Berdasarkan gambaran ini, dapat diketahui bahwa siswa SMPN 1 Martapura Timur berasal dari keluarga dengan status sosial ekonomi rendah. Menurut Iskandarwassid & Sunandar (2011), status sosial ekonomi keluarga dapat menentukan keberhasilan siswa di sekolah. Keluarga yang memberikan fasilitas yang memadai dan memiliki tingkat pengetahuan yang baik dapat membuat siswa memiliki orientasi terhadap tugas yang tinggi dan memudahkan siswa untuk menyelesaikan tugas yang diberikan kepadanya (Rustiana & Chalifah, 2011). Sebaliknya, jika siswa tidak diberikan fasilitas yang memadai akan menjadikan siswa menjadi kurang menyenangkan kegiatan pembelajaran dan memiliki orientasi pada tugas yang rendah.

SIMPULAN

Analisis data statistik yang digunakan menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan komitmen tugas pada kelompok subjek sebelum dan sesudah perlakuan dilaksanakan sehingga dapat disimpulkan bahwa pelatihan goal Setting tidak berpengaruh terhadap komitmen tugas pada siswa SMPN 1 Martapura Timur. Tidak adanya perbedaan skor pre test dan post test setelah mendapatkan perlakuan menunjukkan bahwa terdapat faktor lain yang mempengaruhi komitmen tugas pada siswa yaitu faktor lingkungan baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosial. Lingkungan fisik yang dimaksud adalah kurang memadainya sarana dan prasarana di sekolah. Sedangkan lingkungan sosial adalah dukungan dari orangtua.

DAFTAR PUSTAKA

Azwar, S. (2011). *Sikap manusia: Teori dan pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

- Brunstein, J. C. (1993). Personal goals and subjective well-being: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1061–1070.
- Crespi, T. D., & Fischetti, B. A. (1997). Counseling and psychotherapy in the schools: Rationale and considerations for professional practice. *NASP Communique*, 26, 18, 20.
- Cummings, T. G., & Worley, C. G. (2005). *Organization development and change* (8th ed). Mason: Thomson South-Western.
- Hawadi, R. A. (2001). *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Grasindo.
- Hoagwood, K.E., Olin, S.S., Kerker, B.D., Kratochwill, T.R., Crowe, M., & Saka, N. (2007). Empirically based school interventions targeted at academic and mental health functioning. *Journal of emotional and behavioral disorders*, 15 (2), 66–92.
- Hurlock, Elizabeth B. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Iskandarwassid & Sunandar, D. (2011). *Strategi Pembelajaran Bahasa*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Karakowsky, L., & Mann, S. L. (2008). Setting goals and taking ownership: Understanding the implications of participatively set goals from a causal attribution perspective. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 14, 260–270.
- Klein, H. J., Wesson, M. J., Hollenbeck, J. R., & Alge, B. J. (1999). Goal commitment and the goal-setting process: Conceptual clarification and empirical synthesis. *Journal of Applied Psychology*, 84 (6), 885 – 896.
- Locke, E.A dan Latham G.P, (2002). Building a Practically Useful Theory of Goal Setting and Task Motivation, A 35-Year Odyssey, *American Psychologist*
- Martin, B. A., & Manning Jr, D. J. (1995). Combined effects of normative information and task difficulty on the goal commitment-performance relationship. *Journal of Management*, 21 (1), 65 – 80.
- Morisano, D., Hirsh, J. B., Peterson, J. B., Pihl, R. O., & Shore, B. M. (2010). Setting, elaborating, and reflecting on personal goals improves academic performance. *The Journal of Applied Psychology*, 95(2), 255–264. <https://doi.org/10.1037/a0018478>
- Papalia D.E., Olds, S.W, & Feldman, R.D. (2009). Human Development (Perkembangan Manusia edisi 10 buku 2). (Penerj. Brian Marwensdy). Jakarta: Salemba Humanika
- Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in self-regulated learning. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 452–502). San Diego, CA: Academic Press
- Reinke, W.M., Splett, J.D., Robeson, E.N., Offutt, C.A. (2009). Combining school and family interventions for the prevention and early intervention of disruptive behavior problems in children: a public health perspective. *Psychology in the Schools*, 46(1) DOI: 10.1002/pits.20352
- Renzulli, J. S. (1986). The three-ring conception of giftedness: A developmental model for creative productivity. In R. J. Sternberg & J. E. Davidson (Eds.), *Conceptions of giftedness*. New York: Cambridge University Press.
- Robbins, S. P. (2005). *Organizational behavior* (11th ed). Upper Saddle River: Pearson Education, Inc.
- Shadish, W. R., Cook., T. D., & Campbell, D. T. (2002). *Experimental and quasi-experimental designs for generalized causal inference*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Shechtman, Z. (2014). Group Counseling in The School. *Hellenic Journal of Psychology*, 11, 169-183.
- Shechtman, Z., & Ifargan, M. (2009). School-based integrated and segregated interventions to reduce aggression. *Aggressive Behavior*, 35, 342-356.
- Rustiana, A & Chalifah, N. (2012). Pengaruh Lingkungan Belajar dan Kompetensi Profesional Guru terhadap Prestasi Belajar Siswa SMAN 1 Jekulo Kudus. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Dinamika Pendidikan*, 7(1), 14-28

Smokowski, P.R., Fraser, M.W., Day, S.H., Galinsky, M.J., & Bacallao, M.J. (2004). School-based skills training to prevent aggressive behavior and peer rejection in childhood: Evaluating the making choices program. *The journal of primary prevention*, 25 (2) October 2004, 233-251.

Syarifa.A., Mustami'ah, D., Sulistiani, W. Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Komitmen terhadap Tugas (*Task Commitment*) pada Siswa Akselerasi tingkat SMA. *INSAN Vol. 13 No. 01, April 2011*