PENGARUH PELATIHAN *GOAL SETTING* ISLAMI UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR SISWA

(Studi Eksperimen Siswa Kelas XI MAN 1 Banjarmasin)

SKRIPSI

Oleh:

HEDY LIANA

NIM. 1501450979

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI

FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

JURUSAN PSIKOLOGI ISLAM

BANJARMASIN

2020

PENGARUH PELATIHAN *GOAL SETTING* ISLAMI UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR SISWA

(Studi Eksperimen Siswa Kelas XI Man 1 Banjarmasin)

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Program Sarjana
Psikologi Islam

Oleh:

Hedy Liana

NIM. 1501450979



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI

FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

JURUSAN PSIKOLOGI ISLAM

BANJARMASIN

2020

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yeng bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Hedy Liana
NIM	: 1501450979
Tempat dan tanggal lahir	: Banjarmasin, 21 Maret 1997
Fakultas	: Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan	: Psikologi Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi saya yang berjudul "Pengaruh Pelatihan *Goal Setting* Islami Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Dalam Pengambilan Keputusan Karir Siswa (Studi Eksperimen Siswa Kelas XI MAN 1 Banjarmasin)" adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 9 April 2020

Yang membuat pernyataan,



Hedy Liana

PERSETUJUAN SKRIPSI

PENGARUH PELATIHAN *GOAL SETTING* ISLAMI UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR SISWA
(Studi Eksperimen Siswa Kelas XI Man 1 Banjarmasin)

Dipersembahkan dan disusun oleh:

Hedy Liana
NIM. 1501450979

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dapat diajukan kepada Tim Penguji

Pembimbing I	Pembimbing II
Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog	Shanty Komalasari, M.Psi. Psikolog
NIP. 198403182011012009	NIP. 198302152015032002

Mengetahui,
Ketua Jurusan Psikologi Islam

Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog
NIP. 198403182011012009

PENGESAHAN SKRIPSI

PENGARUH PELATIHAN *GOAL SETTING* ISLAMI UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR SISWA
(Studi Eksperimen Siswa Kelas XI MAN 1 Banjarmasin)

Dipersembahkan dan disusun oleh
Hedy Liana
NIM. 1501450979
Telah Diajukan pada Tim Penguji
Pada: Hari Kamis, 09 April 2020

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Dra. Mulyani, M. Ag. (Ketua)	1.
2. Mubarak, M.A. (Anggota)	2.
3. Yulia Hairina, M. Psi., Psikolog. (Anggota)	3.
4. Shanty Komalasari, M. Psi., Psikolog. (Anggota)	4.
5. Imadduddin, M. A. (Notulis)	5.

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Antasari Banjarmasin,

Dr. Irfan Noor, M. Hum
NIP. 19710414200312 1 005

ABSTRAK

Hedy Liana, 1501450979, *Pengaruh Pelatihan Goal Setting Islami Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Dalam Pengambilan Keputusan Karir Siswa (Studi Eksperimen Siswa Kelas XI MAN 1 Banjarmasin),* Pembimbing: (1) Yulia Hairina, M.Psi,. Psikolog (2) Shanty Komalasari, M.Psi,. Psikolog.
Kata Kunci: Efikasi Diri Dalam Pengambilan Keputusan Karir, Goal Setting Islami

Menentukan pilihan karir merupakan tugas perkembangan remaja di jenjang sekolah menengah atas, namun realitanya siswa-siswa mengalami ketidakmampuan dan kebingungan dalam proses menentukan pilihan karir selanjutnya seperti memilih perguruan tinggi dan jurusan. Hal itu terjadi akibat dari ketidakyakinan terhadap diri dan faktor-faktor luar lainnya seperti tidak maksimalnya pihak sekolah untuk memfasilitasi dalam memberikan layanan informasi mengenai karir. Keyakinan diri atau efikasi diri berperan penting dalam kehidupan terutama dalam proses pengambilan keputusan. Apabila efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir rendah maka akan membuat seseorang menjadi kurang yakin dan ragu-ragu dalam menentukan dan memilih karir selanjutnya. Sebagai bentuk upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan efikasi diri terhadap pengambilan keputusan karir di masa depan, maka peneliti mencoba memberikan intervensi berupa pelatihan *goal setting* Islami.

Tujuan penelitian yaitu untuk melihat seberapa efektif pengaruh dari pemberian pelatihan *goal setting* Islami untuk meningkatkan efikasi diri siswa kelas XI MAN 1 Banjarmasin dalam menentukan pilihan karir. Penelitian ini ialah penelitian eksperimen quasi, dengan desain *non-randomized pretest-posttest control group*. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 20 orang siswa, yang terbagi dalam 2 kelompok yaitu 10 orang kelompok eksperimen dan 10 orang kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dan teknik pengumpulan data dengan skala efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir.

Hasil yang diperoleh membuktikan bahwa pelatihan *goal setting* Islami mampu meningkatkan efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir pada siswa kelas XI MAN 1 Banjarmasin. Dengan hasil uji hipotesis menunjukkan hasil signifikan yaitu nilai W sebesar 55,000 dan nilai Z sebesar -3,781 dengan nilai sig. 0,000 < 0,05 artinya ada perbedaan skor tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hal ini juga menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan dan kelompok kontrol mengalami penurunan, dapat dilihat dari nilai rata-rata yaitu 15,20 > 7,00 artinya pelatihan *goal setting* Islami cukup berpengaruh terhadap peningkatan efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir siswa kelas XI MAN 1 Banjarmasin.

MOTTO

Jika tidak mampu berlari maka berjalan

Jika tidak mampu berjalan maka merangkak

Asal jangan pernah menyerah dan berputus asa dan libatkan Allah dalam segala prosesnya

Pasti semua akan indah pada waktunya

KATA PERSEMBAHAN



Alhamdulillahirabbil'alamin, Segala Puji bagi Allah *Subhanahu wa Ta'ala*
Tuhan Semesta Alam, Pemilik Kerajaan Langit dan Bumi,
Penghembus Segala Kebaikan Dalam Hidup.

Shalawat serta Salam tak lupa saya haturkan
Kepada Nabi Muhammad *Shalallahu 'Alaihi wa Salam*
Yang telah membawa kita dari zaman gelap gulita ke zaman terang benderang.

Saya persembahkan hadiah kecil ini kepada orang tua tercinta
"***Papah dan Mama"***
H. Akramsyah dan Hj. Marwati
yang telah membesarkan ku dengan penuh kasih sayang dan tanpa syarat
Semoga Allah *Subhanahu wa Ta'ala* membalas kebaikan keduanya dengan
pahala yang berlipat ganda dan memasukan kami dalam
Jannah-Nya.

Saya persembahkan juga pada orang-orang yang saya sayangi
Yang telah memberikan dukungan dikala suka maupun duka.
Karena kasih sayang, perhatian, dukungan, pengorbanan serta do'a dari kalian semua yang tiada henti,
saya dapat mengecap pendidikan di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.
Walau sampai habis umur, saya tidak akan pernah mampu membalas semua itu dengan apapun didunia ini.

KATA PENGANTAR



Dengan nama ALLAH Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, segala puji bagi ALLAH Swt berkat limpahan kasih sayang dan rahmat-Mu hamba masih diberikan kesehatan dan pengetahuan untuk menggali segala sesuatu yang ada di alam semesta ini. Tidak lupa juga shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad Saw, beserta keluarga, sahabat dan umat beliau hingga akhir zaman.

Sehubungan dengan terselesainya penulisan skripsi yang berjudul ***Pengaruh Pelatihan Goal Setting Islami untuk meningktkan efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir siswa kelas XI MAN 1 Banjarmasin (studi eksperimen siswa kelas XI MAN 1 Banjarmasin),*** maka dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah bersedia membantu dan memberikan dukungan baik berupa materi ataupun spirit.

Dengan segala rasa hormat penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya bagi orang-orang yang telah mendukung kelancaran dalam penulisan skripsi ini terutama kepada:

1. Bapak Dr. Irfan Noor, M.Hum selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin atas persetujuan yang diberikan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
2. Ibu Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam dan pembimbing yang sudah memberikan bantuan dan solusi serta mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog selaku pembimbing yang telah dengan senang hati dan sabar membimbing, mengarahkan dan memberikan solusi serta mengoreksi penulisan skripsi ini.
4. Para Dosen jurusan Psikologi Islam yang turut ikhlas membantu dan memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat, sehingga penulis dapat menyelesaikan studi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
5. Para Dosen dan Staf Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang turut ikhlas membantu dan memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat, sehingga penulis dapat menyelesaikan studi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
6. Kepala Perpustakaan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Banjarmasin beserta Staf yang sudah membantu penulis dalam melengkapi literatur-literatur yang diperlukan.
7. Kepala Perpustakaan UIN Antasari Banjarmasin beserta Staf yang banyak membantu penulis dalam melengkapi literatur-literatur yang diperlukan dan para Staf Administrasi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN

Antasari Banjarmasin yang telah memberikan pelayanan yang baik dalam hal membantu kelancaran penulis, baik selama perkuliahan maupun sewaktu penyelesaian skripsi ini.

8. Seluruh Subjek yang telah bersedia memberikan informasi dalam rangka pencarian data serta penyelesaian skripsi ini.
9. Seluruh Pihak Sekolah MAN 1 Banjarmasin yang telah bersedia mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian
10. Untuk keluarga tercinta yaitu papah, mama, kakak dan adek yang selalu mendoakan, dan memberikan dana serta dia yang sudah memberikan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Seluruh teman-teman Psikologi Islam angkatan 2015 yang telah banyak memberikan dorongan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
12. Dan semua pihak yang turut berpartisifasi memberikan motivasi, bantuan, saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Akhirnya penulis berharap agar skripsi ini bermanfaat untuk kita semua dan atas segala bimbingan dan bantuan dari semua pihak, penulis berdoa semoga Allah Swt berkenan membalasnya dengan ganjaran pahala dan kebaikan yang berlipat ganda. *Aamiin Ya Rabbal'Alamin.*

Banjarmasin, 9 April 2020

Penulis

PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN

A. Konsonan Tunggal

No	Huruf Arab	Nama Huruf	Transliterasi	Keterangan
1	ا	Alif	……	Tidak dilambangkan
2	ب	Ba	b	
3	ت	Ta	t	
4	ث	Tsa	ts	
5	ج	Jim	j	
6	ح	Ha	h̲	Ha garis di bawah
7	خ	Kha	kh	
8	د	Dal	d	
9	ذ	Dzal	dz	
10	ر	Ra	r	
11	ز	Zai	z	
12	س	Sin	s	
13	ش	Syin	sy	
14	ص	Shad	sh	
15	ض	Dhad	dh	
16	ط	Tha	th	
17	ظ	Zha	zh	
18	ع	‘ain	…’…	Koma terbalik di atas
19	غ	Ghain	gh	
20	ف	Fa	f	
21	ق	Qaf	q	
22	ك	Kaf	k	
23	ل	Lam	l	
24	م	Mim	m	
25	ن	Nun	n	
26	و	Waw	w	
27	ه	Ha	h	
28	ء	Hamzah	…’…	Apostrop
29	ي	Ya	y	

B. Konsonan Rangkap karena *Tasydid* ditulis Rangkap

متعقدين ditulis *muta’aqqidîn*

عدة ditulis *‘iddah*

C. *Ta' marbutah* di Akhir Kata

1. Bila dimatikan ditulis h

   هبة ditulis *hibah*

   جزية ditulis *jizyah*

   (ketentuan ini tidak berlaku terhadap kata-kata Arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia, seperti salat, zakat dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya)

2. Bila dihidupkan karena berangkai dengan kata lain, di tulis terpisah;

   فتح البارى ditulis *Fath al-Bâri*

   صحيح البخاري ditulis *Shahîh al-Bukhary*

D. Vokal Pendek

Fathah ditulis a, contoh شرح ditulis *syaraha*

Kasrah ditulisi, contoh فهم ditulis *fahima*

Dhammah ditulis u, contoh شعر ditulis *Sya'ura*

E. Vokal Panjang

1. Fathah + alif, ditulis â contohnya مقارنة ditulis *muqâranah*
2. Kasrah + yâ' mati, ditulis î contohnya صحيح ditulis *shahîh*
3. Dhammah + wâw mati, ditulis û contohnya ورود ditulis *wurûd*

F. Kata Sandang Alif + Lam

Pada dasarnya setiap kata, baik *fi'il, ism,* maupun *harf* ditulis saling terpisah. Hanya kata-kata/istilah tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab.

1. Bila diikuti oleh huruf qamariyah ditulis al-, contohnya القمر ditulis *al-qamar.*
2. Bila diikuti huruf syamsiyah huruf *lam* diganti dengan huruf yang mengikutinya, contohnya الشمس ditulis *asy-syams.*

G. Huruf Besar

Huruf besar dalam tulisan latin digunakan sesuai dengan ejaan yang diperbarui (EYD).

H. Singkatan

Cet.	= cetakan
Vol.	= volume
No.	= nomor
h.	= halaman
QS.	= al-Qur'an Surah
HR.	= Hadis Riwayat
swt	= subhânahwata'âlâ
saw	= shallâAllâh 'alayhwasallam
t.th	= tanpa tahun

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING iii
PENGESAHAN iv
ABSTRAK v
MOTTO vi
KATA PERSEMBAHAN vii
KATA PENGANTAR viii
PEDOMAN TRANSLITERASI xi
DAFTAR ISI xiv
DAFTAR TABEL xvii
DAFTAR GAMBAR xix
DAFTAR LAMPIRAN.....xx

BAB I: PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....1
B. Rumusan Masalah 10
C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian 11
D. Definisi Istilah 13
E. Penelitian Terdahulu 13
F. Hipotesis 17
G. Sistematika Penulisan 17

BAB II: LANDASAN TEORI

A. Efikasi Diri Dalam Pengambilan Keputusan Karir
   1. Pengertian Efikasi Diri 19
   2. Pengertian Pengambilan Keputusan.....21
   3. Pengertian Efikasi Diri Dalam Pengambilan Keputusan 21
   4. Faktor-Faktor yang Mempengarui Efikasi Diri Dalam Pengambilan Keputusan Karir 23
   5. Sumber Terbentuknya Efikasi Diri 25
   6. Aspek-Aspek Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir 27

7. Efikasi Diri Dalam Persfektif Islam 30
B. Pelatihan *Goal Setting* Islami
1. Pengertian *Goal Setting* 33
2. Manfaat *Goal Setting* 34
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Goal Setting* 35
4. Aspek-Aspek *Goal Setting* 36
5. Integrasi *Goal Setting* dengan Nilai Islam 39
C. Pengaruh Pelatihan *Goal Setting* Islami untuk Meningkatkan Efikasi dalam Pengambilan Keputusan Karir 51
D. Kerangka Pemikiran 55
BAB III: METODE PENELITIAN
A. Jenis Penelitian 56
B. Lokasi Penelitian 58
C. Subjek dan Objek Penelitian 58
D. Populasi dan Sampel 59
E. Data dan Sumber Data 63
F. Teknik Pengumpulan Data 64
G. Instrumen Penelitian 66
H. Teknik Analisis Instrumen 68
I. Teknik Analisis Data 69
J. Prosedur Penelitian 71
BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian 73
B. Uji Validitas dan Reliabilitas 76
C. Rancangan Penelitian 76
D. Pelaksanaan Penelitian 78
E. Analisis Data Penelitian 85
F. Pembahasan 107
G. Keterbatasan Penelitian 116

BAB V: PENUTUP

A. Kesimpulan 117

B. Saran 118

DAFTAR PUSTAKA 119

LAMPIRAN.....127

DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS.....177

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Desain Penelitian Eksperimen *Non-Randomized Pretest-Posttest Control Gorup* 57

Tabel 2. Jumlah Populasi Siswa Kelas XI MAN 1 Banjarmasin 60

Tabel 3. Skema Penentuan Sample (Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol) 62

Tabel 4. *Blue-print* Skala Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir 67

Tabel 5. Pedoman Skoring Skala Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir 70

Tabel 6. Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir 76

Tabel 7. Skor Hipotetik Skala Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir 79

Tabel 8. Kategori Normatif Skor Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir 80

Tabel 9. Jumlah Kategori Normatif Skor Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir (*Pretest)* 80

Tabel 10. Jumlah Skor Kategori Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir (*Pretest* pada Kelompok Eksperimen) 81

Tabel 11. Jumlah Skor Kategori Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir (*Pretest* pada Kelompok Kontrol) 81

Tabel 12. Kegiatan Pelaksanaan Pelatihan *Goal Setting* Islami 82

Tabel 13. Jumlah Skor Kategori Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir (*Posttest* pada Kelompok Eksperimen)..... 84
Tabel 14. Jumlah Skor Kategori Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir (*Posttest* pada Kelompok Kontrol) 85
Tabel 15. Deskripsi Statistik Subjek Penelitian 86
Tabel 16. Hasil Perbandingan Skor *Pretest* dan *Posttest* Tingkat Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol 87
Tabel 17. Uji Beda *Posttest* pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol (*Mann Whitney U*) 88
Tabel 18. Uji Pengaruh Pelatihan *Goal Setting* Islami Pretest-Posttest Pada Kelompok Ekperimen (*Wilcoxon*) 89
Tabel 19. Uji Pengaruh Pelatihan *Goal Setting* Islami Pretest-Posttest Pada Kelompok Kontrol (*Wilcoxon*) 91

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Histogram Skor *Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol..... 89

Gambar 2. Histogram Peningkatan Tingkat Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol 93

DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat Izin Studi Pendahuluan Dari Prodi Psikologi Islam.
2. Surat Izin Ambil Data Try Out Skala Penelitian Dari Prodi Psikologi Islam.
3. Surat Izin Riset Dari Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora.
4. Surat Izin Riset Dari Kementerian Agama Kota Banjarmasin.
5. Surat Disposisi Dari MAN 1 Banjarmasin.
6. *Informed Concent* Subjek Penelitian.
7. Biodata Fasilitator.
8. Skala Penelitian Efikasi Diri Dalam Pengambilan Keputusan Karir.
9. Tabulasi Data Try Out Skala Efikasi Diri Dalam Pengambilan Keputusan Karir.
10. Hasil SPSS Uji Validitas Dan Uji Reliabilitas.
11. Tabulasi Data Screening Test Subjek Penelitian.
12. Tabulasi Data *Pretest-Posttest* Subjek Eksperimen.
13. Tabulasi Data *Pretest-Posttest* Subjek Kontrol.
14. Hasil Uji Mann Whitney U.
15. Hasil Uji Wilcoxon .
16. Form Professional Judgment.
17. Foto Kegiatan Pelatihan.
18. Surat Keterangan Lulus Plagiasi.