BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Tempat Penelitian

1. Sejarah Singkat Berdirinya Madrasah Aliyah Negeri 1 Banjarmasin

   Madrasah Aliyah Negeri 1 Banjarmasin merupakan jenjang pendidikan formal yang sederajad dengan SMA. Namun bedanya MAN dibawah naungan Departemen Agama sedangkan SMA dibawah naungan Dinas Pendidikan dan Kebudayaan. Sekolah ini merupakan sekolah MAN tertua di Banjarmasin, dulunya merupakan sekolah persiapan (SP) IAIN (Institut Agama Islam Negeri) yang disingkat dengan SP IAIN, kemudian di berubah menjadi madrasah aliyah negeri 1.

   Madrasah aliyah negeri 1 diresmikan pada tanggal 19 Juni tahun 1978 dengan NSM. 331637202072 dan SK. Dari Menteri Agama RI No.19/1978 yang ditandatangani oleh H. Mastur Jahri, MA selaku rektor IAIN dan Drs. H.A.Muchtar Sofyan selaku Kanwil Depertemen Agama Provinsi Kalimantan Selatan serta H.A.Chalik Dahlan sebagai Kepala Bidang Pendidikan Agama.

2. Lokasi MAN 1 Banjarmasin

Secara Geografis MAN 1 Banjarmasin ini terletak di Jalan Kampung Melayu Darat No. 31 Rt. 11 Banjarmasin Tengah Kota Banjarmasin Kalimantan Selatan Telp. (0511) 3250534 E-mail: mansa424333@gmail.com.

3. Visi dan Misi MAN 1 Banjarmasin

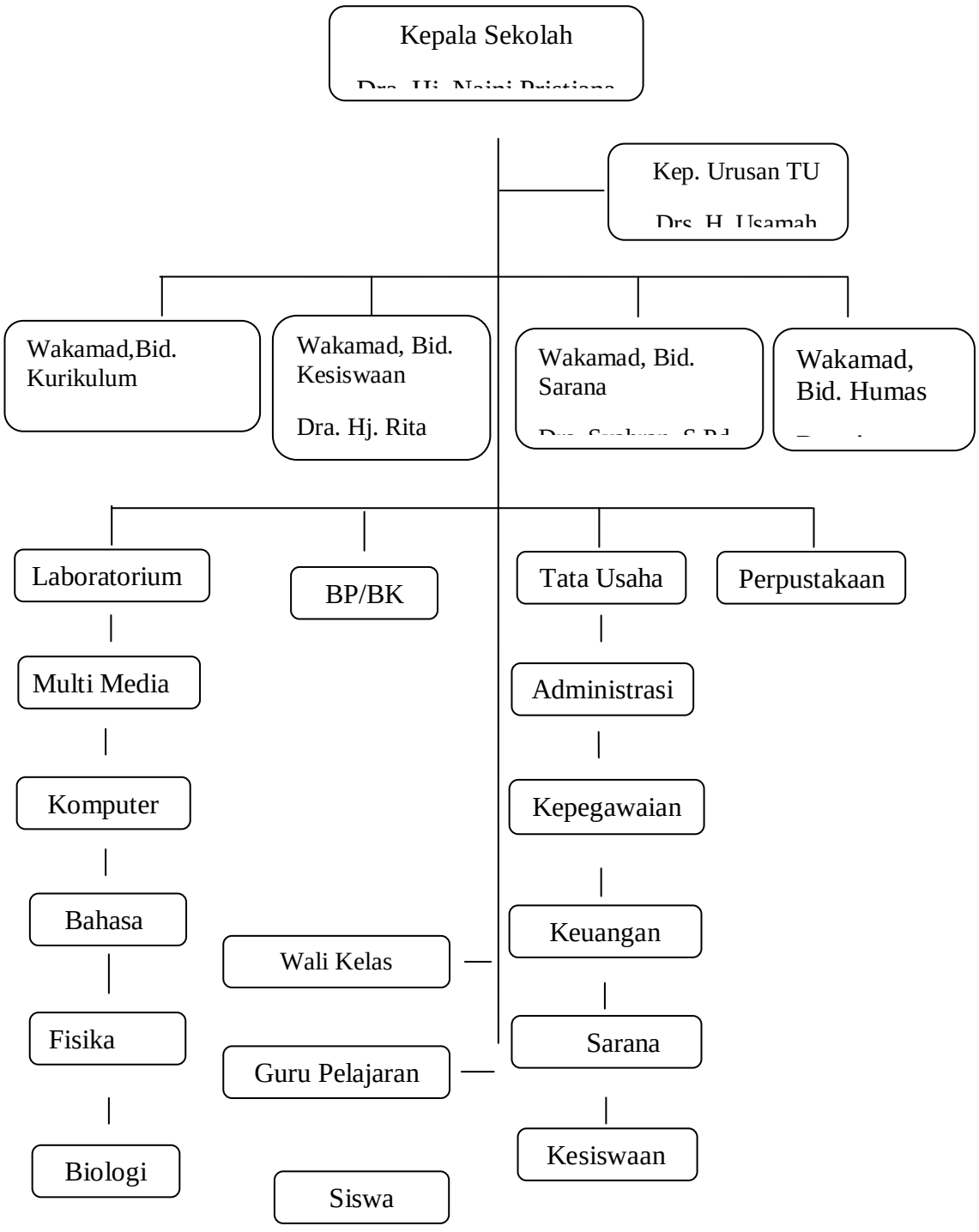
a. Visi

Menciptakan SDM yang berkualitas serta berdaya saing tinggi dan dapat merealisasikannya di masyarakat.

b. Misi

1) Mempersiapkan generasi yang kreatif, inovatif serta mampu menguasai teknologi dan sains yang berlandaskan pada keimanan dan ketaqwaan.
2) Memajukan kualitas penyelengara pendidikan yang profesional terhadap perkembangan pendidikan.
3) Menciptakan MAN 1 Banjarmasin sebagai sekolah percontohan bagi sekolah-sekolah lainnya dalam hal pengajaran ilmu pengetahuan dan teknologi yang berlandaskan pada keimanan dan ketaqwaan.

4. Struktur Organisasi Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Banjarmasin





B. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

1. Uji Validitas

   Hasil uji validitas yang dilakukan peneliti kepada siswa kelas XI MAN 2 Model Banjarmasin sebanyak 200 siswa dengan alasan karena semua siswa kelas XI MAN 1 dijadikan sebagai populasi. Skala efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir yang dibuat oleh peneliti terdiri dari 44 aitem dengan lima aspek yaitu penilaian diri (*self appraisal*), pengumpulan informasi (*gathering informastion*), pemilihan tujuan (*goal selection*), pembuatan perencanaan karir (*career planning*), dan pemecahan masalah (*problem solving*). Hasil dari uji coba yang dilakukan peneliti terdapat 4 aitem yang gugur dan 40 aitem yang valid, sebagaimana terlampir.

2. Uji Reliabilitas

Hasil uji reliabilitas diperoleh hasil untuk skala efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir sebesar 0,900. Seperti pada tabel di bawah ini:

TABEL 4.1: UJI RELIABILITAS SKALA EFIKASI DIRI DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR

Cronbach's Alpha	N of Items
0,900	44

C. Rancangan Penelitian

1. Studi Pendahuluan (*Pre eliminary research)*

   Studi pendahuluan merupakan suatu langkah awal untuk melakukan penelitian. Pada hal ini peneliti melakukan penjajakan terlebih dahulu kepada beberapa siswa kelas XI dengan melakukan wawancara pada 4 orang siswa yang berkaitan dengan keyakinan mereka untuk melanjutkan pendidikan keperguruan tinggi. Setelah melakukan studi pendahuluan, kemudian peneliti mulai menentukan masalah yang akan diangkat menjadi penelitian, masalah itu yaitu terkait tentang bagaimana peneliti dapat meningkatkan efikasi diri siswa terhadap pengambilan keputusan karir untuk masa depannya.

2. Persiapan Modul Pelatihan

   Persiapan modul diawali dengan kajian pustaka dan mempelajari teori-teori yang akan digunakan untuk masalah penelitian. Kemudian peneliti mulai menyusun modul berdasarkan aspek-aspek yang didapat dari ayat-ayat Alquran dan studi pustaka serta peneliti

mengikuti pelatihan yang dibawakan oleh Ibu Yulia Hairina, M.Psi., Psikolog di Mahad UIN Antasari Banjarmasin sebagai acuan dalam membuat modul. Selanjutnya modul dikonsultasikan kepada dosen pembimbing dan melakukan *profesional judgement* dengan Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Antasari Ibu Widiya Aris Radiani, M.Psi., Psikolog. selanjutnya diuji cobakan bersama praktisi pelatihan (*fasilitator*) Ibu Mahdia Fadhila, M.Psi., Psikolog merupakan Dosen prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora yang juga merupakan fasilitator dalam pelatihan ini dengan kualifikasi yaitu seorang psikolog dan psikolog muslim yang berkompeten atau berpengalaman dibidang pelatihan terutama pelatihan yang bernuansakan Islam, memiliki pengetahuan tentang Islam dan mempunyai keterampilan beradaptasi dengan remaja atau siswa, mempunyai keterampilan interpesonal dan merupakan pembicara yang jelas dan persuasif serta mampu menjadi pendengar secara baik dan cerdas serta mempunyai kemampuan menguasai waktu. Hal itu untuk pemantapan dan penyempurnaan konsep serta landasan berpikir penelitian pada tanggal 2 Januari 2020.

3. Mempersiapkan Tempat Pelatihan

Tempat pelatihan adalah ruang lab biologi di MAN 1 Banjarmasin, tempat ini dipilih karena ruangan ini tidak terpakai untuk ruangan belajar dan tidak mengganggu proses belajar mengajar pihak sekolah, serta mempermudah pihak sekolah untuk mengontrol para

siswanya. Ruangan ini juga dilengkapi beberapa fasilitas diantaranya meja, kursi, LCD, pendingin ruangan, serta sound sistem. Selanjutnya peneliti meminta izin kepada penanggungjawab ruangan yaitu pihak sekolah untuk dapat mengizinkan peneliti menggunakan ruangan sebagai tempat pelatihan.

D. Pelaksanaan Penelitian

1. *Pre-test* dan *Screnning Test*

Penelitian ini diawali dengan *pre-test* sebagai bentuk *screnning test,* yaitu dengan memberikan skala efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir kepada siswa kelas XI untuk mengetahui tingkat efikasi diri siswa terhadap pengambilan keputusannya. *Pretest* ini dilakukan pada tanggal 18-19 Desember 2019 dengan cara menyebar skala di setiap kelas XI, kepada 251 siswa tahun ajaran 2019-2020. Jumlah keseluruhan siswa yang mengisi skala efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir saat *pretest* berjumlah 209 siswa, namun pada saat *pretest* ada 42 siswa yang tidak dapat berhadir dikarenakan sakit serta tanpa ada keterangan. Dari 209 orang siswa yang mengisi skala dan hanya berjumlah 139 orang siswa yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian. Setelah melakukan *pretest,* peneliti kemudian melakukan kategorisasi data, yang didasarkan pada hasil skor efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir. Kategori jenjang digunakan peneliti untuk mengelompokkan subjek. Kategori jenjang

terdiri dari tiga jenjang yaitu rendah, sedang dan tinggi. Peneliti menggunakan kategorisasi hipotetik sebagai dasar menyusun kategori tersebut:

TABEL 4.2: SKOR HIPOTETIK SKALA EFIKASI DIRI DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR

Skor Minimal	Skor Maksimal	SD	Mean Hipotetik
40	160	20	100

Berdasarkan skor hipotetik diatas kategori normatif skor sebagai berikut:

TABEL 4.3: KATEGORI NORMATIF SKOR EFIKASI DIRI DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR

Rumus	**Skor**	**Kategori**
$X < M - 1\ SD$	$X < 80$	Rendah
$M - 1\ SD \leq X \leq M + 1\ SD$	$80 \leq X < 120$	Sedang
$M + 1\ SD \leq X$	$120 \leq X$	Tinggi

Keterangan: M= Mean Hipotetik, SD= Standar Deviasi

Hasil pengkategorian skor tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir pada siswa kelas XI MAN 1 Banjarmasin sebagai berikut:

TABEL 4.4: JUMLAH KATEGORI NORMATIF SKOR EFIKASI DIRI DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR *PRETEST*

Skor	**Kategori**	**Frekuensi**	**Persentase**
40 – 80	Rendah	0	0
80 – 120	Sedang	74	54%

120 -160	Tinggi	65	46%
Jumlah		139	100%

Berdasarkan data di atas kategori dan jumlah siswa yang mempunyai efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir sebesar 65 orang atau 46% masuk kategori tinggi, 74 siswa atau 54% masuk kategori sedang dan untuk kategori rendah 0 atau tidak ada. Dari 139 orang sebanyak 20 orang dijadikan sebagai subjek pelatihan yang diambil dari 74 orang siswa yang memiliki efikasi diri dalam pengambilan keputusan sedang. selanjutnya peneliti membaginya menjadi dua kelompok yaitu 10 siswa masuk kelompok eksperimen dan 10 siswa masuk kelompok kontrol. Siswa masuk kelompok eksperimen adalah siswa yang memenuhi kriteria yang sudah ditentukan oleh peneliti dan bersedia mengikuti pelatihan *goal setting* Islami sedangkan siswa yang masuk kelompok kontrol adalah siswa yang memenuhi kriteria namun tidak bersedia mengikuti pelatihan. Adapun jumlah skor *pretest* yang diperoleh oleh 20 orang siswa tersebut adalah:

TABEL 4.5: JUMLAH SKOR *PRETEST* PADA KELOMPOK EKSPERIMEN

Kelompok	**Subjek**	**Skor *Pretest***	**Kategori**
Subjek Eksperimen	N	112	Sedang
	H	108	Sedang
	A	114	Sedang
	S	112	Sedang
	MI	118	Sedang
	B	113	Sedang
	J	117	Sedang
	RG	116	Sedang

	M	117	Sedang
	SY	113	Sedang

Sedangkan jumlah skor *pretest* efikasi diri kelompok kontrol dalam pengambilan keputusan karir yaitu:

TABEL 4.6: JUMLAH SKOR *PRETEST* PADA KELOMPOK KONTROL

Kelompok	**Subjek**	**Skor *Pretest***	**Kategori**
Subjek Kontrol	I	108	Sedang
	E	116	Sedang
	R	102	Sedang
	U	111	Sedang
	Z	108	Sedang
	N	113	Sedang
	Y	92	Sedang
	F	99	Sedang
	NA	101	Sedang
	T	103	Sedang

2. Perlakuan atau Pelatihan

Perlakuan yang diberikan pada 10 siswa yang masuk kelompok eksperimen tersebut kemudian mengikuti pelatihan selama 2 hari terhitung dari hari selasa sampai hari rabu bertepatan pada tanggal 7 Januari sampai dengan tanggal 8 Januari 2020, sedangkan untuk kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Berikut adalah *rundown* acara pelatihan *goal setting* Islami:

TABEL 4.7: KEGIATAN PELAKSANAAN PELATIHAN *GOAL SETTING* ISLAMI

Pelatihan Hari Pertama			
No.	Waktu	Sesi	Keterangan
1.	08.30-08.45	Presensi dan	Pengisian presensi

	(15 menit)	Pembagian *Handout* Materi	dan *informed concent*
2.	08.45-09.10 (25 menit)	Pembukaan	Pembukaan, sambutan penyelenggara, berdoa, kontrak pelatihan, pembacaan *curriculum vitae* fasilitator, games memperkenalkan nama, peserta menuliskan harapannya dengan mengikuti pelatihan dan perasaannya sebelum mengikuti pelatihan
3.	09.10-10.10 (60 menit)	Materi I "Mengenali Potensi"	Peserta agar dapat mengetahui dan mengenali potensi diri (materi, video, lembar kerja)
4.	10.10-10.40 (30 menit)	Materi II "*The Power Of Dream"*	Peserta dilatih agar dapat mengenali, memahami, dan membedakan antara impian dengan keinginan serta mengetahui mengapa penting sebuah impian (materi, video)
5.	10.40-10.45 (5menit)	*Coffe Break*	Istirahat
6.	10.45-11.00 (15 menit)	lembar kerja"*Menuliskan Impian"*	Agar peserta dapat menentukan impian dan dapat membedakan antara impian dan hanya keinginan saja.
7.	11.00-11.15 (15 menit)	Penutupan Hari Pertama	Penutupan kegiatan hari pertama

Pelatihan Hari Kedua			
No.	Waktu	Sesi	Keterangan
8.	08.30-08.45	Presensi dan	Pengisian presensi.

	(15 menit)	Pembagian *Handout* Materi	
9.	08.45-09.00 (15 menit)	Recall Materi Pelatihan Hari Pertama	Peserta diharapkan dapat mengingat materi yang disampaikan pada hari pertama.
10.	09.00-10.00 (60 menit)	Materi III " *Goal setting*"	Peserta dapat memahami dan mengerti serta mengenal *goal setting*, mengetahui manfaat dari *goal setting* serta mengetahui kesalahan yang terjadi saat membuat *goal setting* (materi dan video).
11.	10.00-10.15 (15 menit)	*Games*: *Goal Setting"*	Peserta dapat memahami seberapa kemampuan dan keyakinan peserta dalam menetapkan tujuan *(role play).*
12.	10.15-11.15 (60 menit)	Materi "Teknik-Teknik *Goal Setting"*	Peserta diharapkan mampu memahami setiap teknik-teknik *goal setting* dan Peserta dapat memahami nilai-nilai Islam yang terdapat dalam setiap teknik *goal setting*
13.	11.15-11.45 (30 menit)	Lembar kerja : Target Ku....	Peserta dapat membuat perencanaan dan dapat membuat strategi untuk mencapainya.
14.	11.45-12.00 (15 menit)	*Coffe Break*	Istirahat
15.	12.00-12.30 (30 menit)	Refleksi Diri	Peserta diharapkan dapat memahami dan

			menerapkan materi pelatihan dan membuat perencanaan selanjutnya.
16.	12.30-12.45 (15 menit)	*Evaluasi*	Evaluasi kegiatan hari pertama dan kedua
17.	12.45-13.05 (20 menit)	Penutupan Hari Kedua	Penutupan, berdoa dan foto bersama

3. *Posttest*

Posttest adalah pengambilan data terakhir yaitu setelah pelatihan *goal setting* Islami selesai pada hari kamis tanggal 9 Januari 2020. Setelah dilakukan pengskoringan dari hasil *posttest* maka didapat hasilnya yaitu:

TABEL 4.8: JUMLAH SKOR *POSTTEST* KELOMPOK EKSPERIMEN

Kelompok	**Subjek**	**Skor *Posttest***	**Kategori**
Subjek Eksperimen	N	127	Tinggi
	H	135	Tinggi
	A	134	Tinggi
	S	121	Tinggi
	MI	139	Tinggi
	B	136	Tinggi
	J	130	Tinggi
	RG	129	Tinggi
	M	126	Tinggi
	SY	115	Sedang

Sedangkan jumlah skor *posttest* efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir pada kelompok kontrol adalah sebagai berikut:

TABEL 4.9: JUMLAH SKOR *POSTTEST* KELOMPOK KONTROL

Kelompok	Subjek	Skor *Posttest*	Kategori
Subjek Kontrol	I	107	Sedang
	E	110	Sedang
	R	87	Sedang
	U	98	Sedang
	Z	95	Sedang
	N	99	Sedang
	Y	93	Sedang
	F	96	Sedang
	NA	98	Sedang
	T	100	Sedang

E. Analisis Data Penelitian

Analisis data utama adalah menggunakan metode analisis statistik *non*-parametrik. Analisis statistik *non*-parametrik adalah analisis statistik yang digunakan untuk jumlah subjek penelitian kurang dari 30 dan analisis ini juga tidak menuntut terpenuhinya banyak asumsi seperti uji normaltas dan uji homognitas.[1] Pada analisis data penelitian ini dibantu dengan aplikasi SPSS 22 *for Windows*.

1. Analisis Kuantitatif

    a. Deskripsi Statistik

[1]Sugiyono, *Metode Penelitian dan Pengembangan (Research and Development)* (Bandung: Alfabeta, 2017), 256–257.

Deskripsi statistik pada penelitian ini yaitu menggambarkan 20 subjek penelitian, 10 orang kelompok eksperimen diberikan pelatihan *goal setting* Islami dan 10 orang kelompok kontrol tidak diberikan pelatihan apapun, tetapi kelompok kontrol diperlakukan sebagai *waiting list* dalam pemberian pelatihan *goal setting* Islami. Deskripsi data penelitian diperoleh dari hasil skor *pre-test* dan *post-test*. Deskripsi secara statistik dapat diliahat sebagai berikut:

TABEL 4.10: DESKRIPSI STATISTIK SUBJEK PENELITIAN

	Eksperimen		Kontrol	
	Pretest	*Posttest*	*Pretest*	*Posttest*
N	10	10	10	10
SD	3,055	7,330	7,243	6,567
Mean	114,00	129,20	105,30	98,30
Minimum	108	115	92	87
Maksimum	118	139	116	110

Data skor pada kelompok eksperimen menunjukkan adanya kenaikan rata-rata sebesar 15,20 (*pre-test* = 114,00 dan *post-test* = 129,20). Sedangkan analisis data skor kelompok kontrol menunjukkan penurunan rata-rata sebesar 7,00 (*pretest* = 105,30 dan *posttest* = 98,30). Berdasarkan deskripsi statistik data subjek diperoleh, hasil perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* terhadap tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir pada

kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, yang dapat dilihat pada tabel di bawah ini, pada bagian kolom gain skor:

TABEL 4.11: HASIL PERBANDINGAN SKOR *PRETEST* DAN *POSTTEST* TINGKAT EFIKASI DIRI DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR KELOMPOK EKSPERIMEN DAN KELOMPOK KONTROL

Kel	Sub Jek	Skor *Pre-test*	Kate gori	Skor *Posttest*	Kate Gori	Gain Skor	Ket
EKSPERIMEN	N	112	Sedang	127	Tinggi	15	Naik
	H	108	Sedang	135	Tinggi	27	Naik
	A	114	Sedang	134	Tinggi	20	Naik
	S	112	Sedang	121	Tinggi	9	Naik
	MI	118	Sedang	139	Tinggi	21	Naik
	B	113	Sedang	136	Tinggi	23	Naik
	J	117	Sedang	130	Tinggi	12	Naik
	RG	116	Sedang	129	Tinggi	12	Naik
	M	117	Sedang	126	Tinggi	9	Naik
	SY	113	Sedang	115	Sedang	2	Naik
KONTROL	I	108	Sedang	107	Sedang	-1	Turun
	E	116	Sedang	110	Sedang	-6	Turun
	R	102	Sedang	87	Sedang	-15	Turun
	U	111	Sedang	98	Sedang	-13	Turun
	Z	108	Sedang	95	Sedang	-13	Turun
	N	113	Sedang	99	Sedang	-14	Turun
	Y	92	Sedang	93	Sedang	1	Naik
	F	99	Sedang	96	Sedang	-3	Turun
	NA	101	Sedang	98	Sedang	-3	Turun
	T	103	Sedang	100	Sedang	-3	Turun

b. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *mann-whitney U* untuk mengetahui signifikan perbedaan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selain itu juga menggunakan *wilcoxon* sebagai uji beda untuk signifikan perbedaan *pretest-posttest* pada kelompok

eksperimen dan kelompok kontrol. Analisis uji beda ini dibantu dengan program SPSS 22.

1) Uji Beda *Posttest* Kelompok Ekperimen dan Kelompok Kontrol

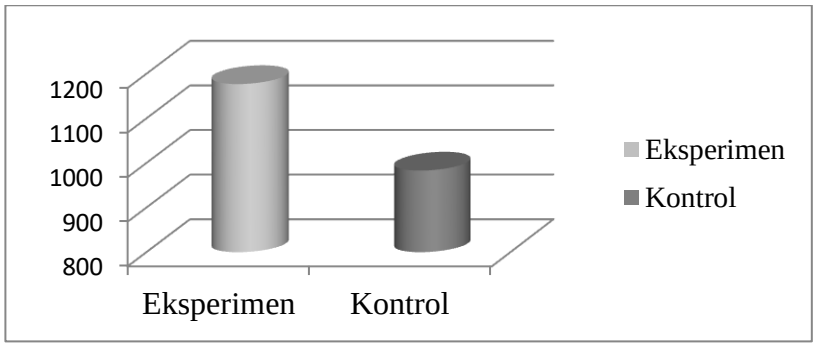
TABEL 4.12: UJI BEDA *POSTTEST* PADA KELOMPOK EKSPERIMEN DAN KELOMPOK KONTROL (*MANN-WHITNEY*)

Statistik Tes	
	Posttest
Mann Whitney U	,000
Wilcoxon	55,000
Z	-3,781
Asymp.Sig. (2-tailed)	,000
Exact Sig. [2*(1-*taild Sig)*]	,000[b]

Hasil Uji beda *posttest* pada kelompok ekperimen dan kelmpok kontrol diperoleh U sebesar 0,000 dan W sebesar 55,000 dan Z sebesar -3,781 dengan Nilai Asymp.Sig. sebesar 0,000. Berdasarkan hasil Asymp.Sig.(2-tailed) pada tabel diatas menunjukan bahwa Asymp.Sig.(2-tailed) < 0,05 (0,000 < 0,05) yang artinya terdapat perbedaan skor tingkat efikasi diri siswa dalam pengambilan keputusan karir yang signifikan antara kelompok eksperimen yang diberikan pelatihan *goal setting* Islami dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan pelatihan *goal setting* Islami hal tersebut dapat dilihat dari nilai *mean* kelompok eksperimen > kelompok kontrol yaitu 15,20 >

7,00. Perbedaan kondisi tersebut disajikan melalui gambar dibawah ini:

GAMBAR 4.1: SKOR *POSTTEST* KELOMPOK EKSPERIMEN DAN KELOMPOK KONTROL



2) Uji Pengaruh Pelatihan *Goal Setting* Islami antara *Pretest-Postest* pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.

Uji pengaruh pada penelitian ini menggunakan uji *wilcoxon* untuk mengetahui dan membandingkan nilai dari dua kelompok yang berbeda yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) pelatihan *goal setting* Islami.

a) Uji Pengaruh Pelatihan *Goal Setting* Islami antara *Pretest-Postest* Pada Kelompok Eksperimen.

TABEL 4.13: UJI PENGARUH PELATIHAN *GOAL SETTING* ISLAMI PRETEST-POSTTEST PADA KELOMPOK EKSPERIMEN (*WILCOXON*)

Ranks

		N	*Mean Rank*	*Sum of Ranks*
Posttest – Pretest	*Negative Ranks*	0[a]	,00	,00
	Positive Ranks	10[b]	5,50	55,00
	Ties	0[c]		
	Total	10		

Test Statistics[a]	
	Posttest - Pretest
Z	-2,807[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	,005

Hasil uji pengaruh terhadap kelompok eksperimen didapatkan hasil *pretest-posttest* pada kelompok eksperimen dapat dilihat pada tabel *rank* yaitu *negatif rank* nilainya adalah 0, baik itu pada nilai N, *mean rank* maupun *sum rank.* Nilai 0 menunjukkan bahwa tidak adanya penurunan dari nilai *pretest* ke nilai *posttest.* Sedangkan untuk positif rank terdapat 10 data yang artinya ke-10 siswa mengalami peningkatan efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir dari nilai *pretest* ke nilai *posttest* dengan *mean rank* atau rata-rata peningkatan sebesar 5,50 dan jumlah rangking positif atau *sum of rank* sebesar 55,00. Dan untuk *ties* atau kesamaan nilai *pretest* dan

nilai *posttest* yaitu sebesar 0 yang artinya tidak ada nilai yang sama antara *pretest* dan *posttest.*

Berdasarkan *output test statistic* diketahui nilai Z = -2,807 dengan asymp. Sig. (2-tailed) = 0,005. Hasil uji menyimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen yaitu 0,005 ≤ 0,05. Artinya ada perbedaan tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pada kelompok eksperimen.

b) Uji Pengaruh Pelatihan *Goal Setting* Islami Antara *Pretest-Posttest* Pada Kelompok Kontrol

TABEL 4.14: UJI PENGARUH PELATIHAN *GOAL SETTING* ISLAMI PRETEST-POSTTEST PADA KELOMPOK KONTROL (*WILCOXON*)

Ranks				
		N	*Mean Rank*	*Sum of Ranks*
Posttest – Pretest	*Negative Ranks*	*9[a]*	*5,94*	*53,50*
	Positive Ranks	*1[b]*	*1,50*	*1,50*
	Ties	*0[c]*		
	Total	*10*		

Test Statistics[a]	
	Posttest - Pretest

Z	*-2,661*[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	*,008*

Hasil dari uji pengaruh pelatihan *goal setting* Islami antara *pretest-posttest* pada kelompok kontrol yaitu dapat dilihat dari tabel *rank* yaitu negatif rank terdapat 9 data yang artinya ke-9 siswa mengalami penurunan efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir dari nilai *pretest* ke nilai *posttest* dengan *mean rank* sebesar 5,94 dan *sum rank* sebesar 53,50. Nilai 0 menunjukkan bahwa tidak adanya penurunan dari nilai *pretest* ke nilai *posttest.* Sedangkan untuk *positif rank* terdapat 1 data yang artinya 1 siswa mengalami peningkatan dari nilai *pretest* ke nilai *posttest* dengan *mean rank* atau rata-rata peningkatan sebesar 1,50 dan jumlah rangking positif atau *sum of rank* sebesar 1,50. Dan untuk *ties* atau kesamaan nilai *pretest* dan nilai *posttest* yaitu sebesar 0 yang artinya tidak ada nilai yang sama antara *pretest* dan *posttest.*

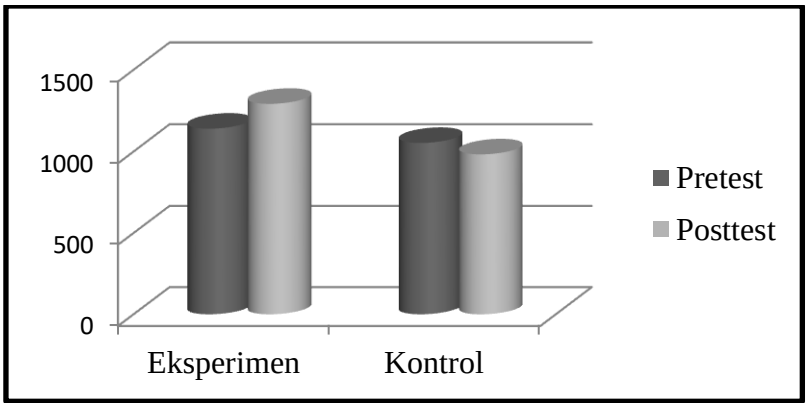
Berdasarkan *statistic output test* didapatkan nilai Z = -2,661 dengan asymp. Sig. (2-tailed) = 0,008. Berdasarkan ketentuan menilai uji statistik apabila sig: $p > 0,05$ artinya tidak ada pengaruh dan apabila sig. $p \leq 0,05$ artinya ada pengaruh. hasil uji menyimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol

yaitu 0,008 > 0,05. Artinya ada penurunan tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir pada kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil uji pengaruh *goal setting* Islami antara *pretest-posttest* pada kelmpok eksprimen dan kelompk kontrol terdapat perbedaan yaitu kelompok eksperimen mengalami peningkatan tingkat efikasi diri dalam pengambilan karir yang signifikan setelah diberikan pelatihan *goal setting* Islami, sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan pelatihan *goal setting* Islami mengalami penurunan.

Perbedaan kondisi subjek penelitian, pada pengukuran sebelum (*pretest)* dan sesudah (*posttest)* antara kelompok eksperimen yang diberikan pelatihan *goal setting* Islami dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan pelatihan *goal setting* Islami. Disajikan pada gambar berikut:

GAMBAR 4.2: PENINGKATAN TINGKAT EFIKASI DIRI DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR PADA KELOMPOK EKSPERIMEN DAN KELOMPOK KONTROL



Hasil dari analisis yang telah dilakukan peneliti dapat disimpulkan sebagai berikut:

a) Ada perbedaan skor *posttest* tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir yang signifikan antara kelompok eksperimen yang diberikan pelatihan *goal setting* Islami dan kelompok kontrol yang tidak mengikuti pelatihan *goal setting* Islami yaitu dengan nilai U sebesar 0,000, nilai W sebesar 55,000 dan Z sebesarnya -3,781 serta Asymp.Sig.(2-tailed) sebesar 0,000. Karena P < 0,05 yaitu 0,000 < 0,05 maka dapat diinterperasikan bahwa terdapat perbedaan skor *posttest* yang signifikan antara kelompok eksprimen dan kelompok kontrol.

b) Ada perbedaan skor tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir setelah diberikan pelatihan *goal setting* Islami pada kelompok eksperimen dan tidak diberikan pelatihan *goal setting* Islami pada kelompok kontrol artinya tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir pada kelompok eksprimen mengalami kenaikan sedangkan kelompok kontrol mengalami penurunan.

c) Berdasarkan hasil, didapatkan kategori efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir pada kelompok eksperimen saat *pretest* adalah rata-rata kategori sedang dan setelah *postest* rata-rata kategori berubah menjadi tinggi.

2. Analisis Kualitatif

Hasil analisis kualitatif didapatkan dari data subjek selama mengikuti pelatihan *goal setting* Islami selama 2 hari. Analisis kualitatif dilakukan untuk melihat progres subjek selama mengikuti kegiatan pelatihan. Analisis kualitatif ini menggunakan tema setiap sesinya dan ditujukan kepada kelompok eksperimen. Analisis kualitatif pada penelitian ini menggunakan wawancara, observasi dan menganalisis lembar kerja:

a. Sesi Materi Mengenali Potensi diri

Pada sesi ini peserta dibantu untuk mengenali potensi diri yang dimiliki masing-masing peserta. Pada awalnya mereka ditanya satu-satu mengenai kelebihan atau kemampuan yang mereka bisa. Dari 10 peserta hanya 3 peserta yang mampu mengenali potensi dirinya yaitu A, S dan B. Hal itu diperkuat dengan jawaban mereka yaitu A mengatakan bahwa “ulun bisa memainkan alat musik”, sedangkan S mengatakan bahwa “potensi diri ulun di bidang olahraga, ulun ketuju main futsal”, dan B mengatakan bahwa “ulun mampu

membuat novel atau cerita". Sedangkan N, H, MI, J, RG, M dan SY belum mampu dan bingung mengenali potensi dirinya.

b. Sesi Materi *The Power Of Dream*

Pada sesi ini peserta diajak untuk mengetahui bahwa impian dan keinginan merupakan sesuatu yang berbeda, kemudian pada sesi ini peserta juga ditanyai impian atau cita-cita mereka masing-masing. Dari 10 peserta hanya 6 peserta yaitu N, J, RG, S, MI dan SY yang masih bingung dengan impian ataupun cita-citanya. Sedangkan 4 peserta lainnya yaitu H, M, A, dan B sudah mempunyai impian ataupun cita-cita yang ingin mereka capai. Hal tersebut diperkuat dari jawaban mereka yaitu H mengatakan bahwa "impian ulun menjadi dosen matematika", M mengatakan "impian ulun ingin punya buku yang isinya puisi-puisi ciptaan ulun sendiri", sedangkan A mengatakan "impian ulun bisa memiliki perusahaan yang menjual alat musik dan mempunyai studio musik sendiri", dan B mengatakan bahwa "impian ulun handak meolah novel".

c. Sesi *Recall*

Sesi ini dilaksanakan pada hari kedua, tujuan sesi ini adalah semua peserta diharapkan dapat mengingat-ingat lagi materi yang ada di hari pertama, pada sesi ini semua peserta dapat menjelaskan materi-materi yang sudah didapatkan hari pertama. Pada sesi ini peserta yang pada sesi pertama belum

mampu mengenali potensi dirinya dan belum mengetahui impiannya maka pada sesi recall ini semua peserta sudah dapat mengenali potensi dirinya dan mengetahui impiannya.

d. Sesi Materi *Goal Setting*

Pada sesi ini peserta dijelaskan mengenai *goal setting* atau penetapan tujuan, manfaat dan kesalahan yang terjadi saat membuat *goal setting.*

e. Sesi Materi Teknik *Goal Setting*

Pada sesi ini peserta dijelaskan mengenai teknik atau cara yang diimplementasikan dengan nilai-nilai Islam untuk dapat digunakan dalam mencapai impian mereka, yaitu teknik *goal setting* Islami: spesifik (niat), *measurable, action related, realistic* dan *timely* atau yang bisa disingkat dengan SMART. Pada sesi ini juga peserta disuruh mencoba untuk membuat perencanaan mengenai pendidikan selanjutnya yang mereka inginkan menggunakan teknik *goal setting* ini.

f. Sesi Refleksi Diri

Sesi ini berupa lembar kerja yang bertujuan sejauh mana peserta mampu memahami dan menerapkan semua materi pelatihan pada diri sendiri, disini peneliti akan memaparkan semua lembar refleksi peserta:

1) Subjek N

Lembar refleksi diri pada subjek N, setelah mengikuti kegiatan pelatihan subjek N merasa sudah dapat menentukan impian yang diinginkan dan merasa yakin pada tujuan yang telah ditetapkan untuk masa depannya.

2) Subjek H

Lembar refleksi diri pada subjek H, setelah mengikuti kegiatan pelatihan subjek H mengatakan sudah dapat mengetahui potensi diri yang dimiliki, sudah dapat menetapkan yang benar-benar diimpikan dan mengetahui cara mencapai impian tersebut.

3) Subjek A

Lembar refleksi diri pada subjek A, setelah mengikuti pelatihan subjek A merasa lebih yakin pada dirinya dalam menetapkan impian, subjek A juga lebih dapat mengenali potensi diri yang dimilikinya dan dapat menentukan impiannya dengan sebenar-benarnya.

4) Subjek S

Lembar refleksi diri pada subjek S, setelah mengikuti pelatihan subjek S sudah mampu menentukan impian dan teknik yang bisa digunakan untuk mencapai impiannya tersebut. Selain itu subjek S sudah dapat mengenali potensi diri yang dimilikinya.

5) Subjek MI

Lembar refleksi diri pada subjek MI, setelah mengikuti kegiatan pelatihan subjek MI mengatakan bahwa dia dapat memahami dengan jelas apa impiannya dan dapat mengetahui potensi dirinya. Dan dia juga mulai menerapkan teknik *goal setting* Islami untuk mencapai impiannya.

6) Subjek B

Pada lembar refleksi diri pada subjek B, setelah mengikuti kegiatan pelatihan subjek B mengatakan bahwa "ia dapat mengetahui perbedaan impian dan keinginan, cara mengembangkan potensi dirinya, menyakinkan dirinya dengan mewujudkan impiannya, mendorong untuk lebih mengembangkan potensi dirinya. Cara atau langkah untuk mencapai impian atau target dengan membuat *goal setting* dan selalu sertakan Allah disetiap langkah, dengarkan diri sendiri jangan perdulikan kata orang dan juga memintalah ridho orang tua".

7) Subjek J

Lembar refleksi diri pada subjek J, setelah mengikuti kegiatan pelatihan *goal setting* Islami subjek J mengatakan bahwa "dapat menentukan target apa yang saya capai atau inginkan, subjek J juga dapat membedakan antar impian dan keinginan, mengetahui cara atau teknik

untuk bisa mencapai impian saya yaitu dengan *goal setting*".

8) Subjek RG

Lembar refleksi diri subjek RG, setelah mengikuti kegiatan pelatihan, subjek RG mengatakan bahwa "saya lebih merasa lebih percaya diri dan yakin pada tujuan atau *goal* saya yaitu kuliah di perguruan tinggi ULM dan mengambil jurusan pendidikan matematika".

9) Subjek M

Lembar refleksi diri subjek M setelah mengikuti pelatihan *goal setting* Islami, subjek M mengatakan bahwa dia dapat mengenali dirinya sendiri, dan dapat memahami apa potensi yang selama ini dia tidak diketahuinya, selain itu ia dapat membedakan antara impiannya dan keinginannya, kemudian dia bisa mengatur step by step yang harus ia lakukan agar dapat mencapai *goals* nya dan dia juga lebih percaya diri dan yakin atas apa yang ia pilih.

10) Subjek SY

Lembar refleksi diri subjek SY setelah mengikuti pelatihan *goal setting* Islami, subjek SY mengatakan bahwa dia dapat apa itu impian dan apa itu keinginan, dia juga dapat mengetahui potensi diri yang dia miliki, dia juga dapat menentukan halapa yang harus dia lakukan agar bisa

mengejar apa yang ia impikan dan dia yakin bahwa jurusan apa yang dia sukai harus dia ambil, karena menurutnya berkuliah di jurusan yang dia sukai akan mempermudah dia untuk memahami apa yang dia pelajari.

g. Sesi Evaluasi Pelatihan

1) Subjek N

Lembar evaluasi pada subjek N setelah mengikuti pelatihan yaitu:

a) Perasaan sebelum mengikuti pelatihan yaitu penasaran dengan isi pelatihannya dan materi-materi yang akan disampaikan.

b) Perasaan setelah mengikuti pelatihan yaitu merasa lebih terarah.

c) Perubahan dan perbedaan yang dirasakan sebelum dan setelah pelatihan yaitu merasa bingung dalam menentukan *goals* untuk kedepannya. Tapi setelah pelatihan saya lebih yakin untuk menentukan impian yang ingin saya capai kedepannya.

d) Manfaat dan pengalaman selama mengikuti pelatihan yaitu bisa lebih tau apa potensi saya, impian saya dan cara yang bisa saya lakukan untuk meraih cita-cita saya.

2) Subjek H

Lembar evaluasi pada subjek H setelah mengikuti pelatihan yaitu:

a) Perasaan sebelum mengikuti pelatihan yaitu masih bingung dalam menetapkan tujuan kedepannya.
b) Perasaan setelah mengikuti pelatihan yaitu merasa lebih terarah.
c) Perubahan dan perbedaan yang dirasakan sebelum dan setelah pelatihan yaitu sekarang lebih bisa menetapkan impian, sebelumnya masih bingung mau kemana setelah lulus sekolah
d) Manfaat dan pengalaman selama mengikuti pelatihan yaitu lebih bisa menentukan pilihan dan bisa merencanakan tahap-tahap mencapai impian.

3) Subjek A

Lembar evaluasi pada subjek A setelah mengikuti pelatihan yaitu:

a) Perasaan sebelum mengikuti pelatihan yaitu sedikit gugup.
b) Perasaan setelah mengikuti pelatihan yaitu merasa puas, terkesan dan lebih terarah.
c) Perubahan dan perbedaan yang dirasakan sebelum dan setelah pelatihan yaitu sekarang lebih merasa terarah

dan lebih tambah yakin terhadap pilihan yang nantinya dipilih setelah lulus sekolah.

d) Manfaat dan pengalaman selama mengikuti pelatihan yaitu dapat mengetahui potensi diri dan bisa merencanakan tahap-tahap dengan *goal setting* untuk mencapai impian.

4) Subjek S

Lembar evaluasi pada subjek S setelah mengikuti pelatihan yaitu:

a) Perasaan sebelum mengikuti pelatihan yaitu merasa canggung sekali.

b) Perasaan setelah mengikuti pelatihan yaitu merasa lebih penasaran lagi dengan isi dari materi dan selain itu merasa lebih terarah.

c) Perubahan dan perbedaan yang dirasakan sebelum dan setelah pelatihan yaitu sebelumnya saya sangat tidak terarah dan merasa pesimis untuk melanjutkan pendidikan keperguruan tinggi tapi sekarang setelah saya mengikuti pelatihan saya menemukan cara yang dapat saya lakukan untuk dapat yakin melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi dengan jurusan yang saya inginkan.

d) Manfaat dan pengalaman selama mengikuti pelatihan yaitu dapat mengetahui bahwa impian itu berbeda dengan keinginan, lebih dapat mengetahui potensi yang dimiliki, dan dapat membuat langkah step by step untuk meraih tujuan atau *goal*.

5) Subjek MI

Lembar evaluasi pada subjek MI setelah mengikuti pelatihan yaitu:

a) Perasaan sebelum mengikuti pelatihan yaitu ragu-ragu, pesimis dan gugup
b) Perasaan setelah mengikuti pelatihan yaitu senang dan sangat beruntung karena saya merasa lebih terarah dalam menjalani hidup dan mencapai impian.
c) Perubahan dan perbedaan yang dirasakan sebelum dan setelah pelatihan yaitu dapat merubah diri saya dan berpikir untuk untuk melangkah kejenjang selanjutnya.
d) Manfaat dan pengalaman selama mengikuti pelatihan yaitu saya harus bangkit dan berusaha untuk mencapai impian saya.

6) Subjek B

Lembar evaluasi pada subjek B setelah mengikuti pelatihan yaitu:

a) Perasaan sebelum mengikuti pelatihan yaitu gugup, penasaran, tidak sabar dan rasa ingin tahu yang lebih.
b) Perasaan setelah mengikuti pelatihan yaitu lebih tau cara mengenali diri sendiri dan memperluas wawasan serta lebih terarah.
c) Perubahan dan perbedaan yang dirasakan sebelum dan setelah pelatihan yaitu saya lebih yakin dan bisa menentukan impian yang ingn saya capai.
d) Manfaat dan pengalaman selama mengikuti pelatihan yaitu membuat wawasan lebih terbuka dan bertambah semangat untuk terus mengejar impian saya.

7) Subjek J

Lembar evaluasi pada subjek J setelah mengikuti pelatihan yaitu:

a) Perasaan sebelum mengikuti pelatihan yaitu ragu-ragu serta bingung.
b) Perasaan setelah mengikuti pelatihan yaitu senang, karena bisa bertemu dan bercengkrama tentang hal yang berkaitan dengan impian.
c) Perubahan dan perbedaan yang dirasakan sebelum dan setelah pelatihan yaitu saya dapat menentukan impian target saya dan saya juga dapat mengetahui potensi diri

saya serta saya dapat menetapkan impian saya sesuai dengan kemampuan yang saya punya.

d) Manfaat dan pengalaman selama mengikuti pelatihan yaitu mendapatkan ilmu yang bisa diterapkan untuk mencapai impian.

8) Subjek RG

Lembar evaluasi pada subjek RG setelah mengikuti pelatihan yaitu:

a) Perasaan sebelum mengikuti pelatihan yaitu sangat bingung apakah menuruti pilihan orang tua atau mengikuti kesukaan saya sendiri.

b) Perasaan setelah mengikuti pelatihan yaitu lebih terarah.

c) Perubahan dan perbedaan yang dirasakan sebelum dan setelah pelatihan yaitu sebelumnya saya bingung harus mengikuti orang tua atau pilihan saya sendiri. Sekarang saya lebih yakin dengan pilihan saya sendiri.

d) Manfaat dan pengalaman selama mengikuti pelatihan yaitu mendapatkan ilmu yang dapat diaplikasikan untuk mencapai impian untuk melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi.

9) Subjek M

Lembar evaluasi pada subjek M setelah mengikuti pelatihan yaitu:

a) Perasaan sebelum mengikuti pelatihan yaitu penasaran dan penuh harapan.
b) Perasaan setelah mengikuti pelatihan yaitu merasa lebih baik, terarah dan bersemangat.
c) Perubahan dan perbedaan yang dirasakan sebelum dan setelah pelatihan yaitu sebelum pelatihan saya tidak percaya diri terhadap pilihan yang saya pilih, tapi setelah pelatihan saya lebih percaya diri dan tidak bingung lagi.
d) Manfaat dan pengalaman selama mengikuti pelatihan yaitu bisa lebih mengenali diri sendiri, dapat menentukan tujuan hidup dan lebih percaya diri.

10) Subjek SY

Lembar evaluasi pada subjek SY setelah mengikuti pelatihan yaitu:

a) Perasaan sebelum mengikuti pelatihan yaitu biasa saja.
b) Perasaan setelah mengikuti pelatihan yaitu lega, karena saya bisa menentukan perguruan tinggi dan jurusan apa yang akan saya pilih.

c) Perubahan dan perbedaan yang dirasakan sebelum dan setelah pelatihan yaitu sebelum mengikuti pelatihan, saya masih ragu dan bingung, jurusan apa yang harus saya ambil di perguruan tinggi nanti, setelah pelatihan saya menjadi yakin akan masuk kejurusan yang saya sukai.

d) Manfaat dan pengalaman selama mengikuti pelatihan yaitu saya dapat mengetahui potensi diri saya, mengetahui perbedaan antara impian dan keinginan dan saya sudah dapat menentukan hal yang harus saya lakukan untuk meraih cita-cita saya.

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan peneliti, peneliti menyimpulkan bahwa pelatihan *goal setting* Islami dapat memberikan pengaruh serta dampak baik bagi peserta yang mengikuti pelatihan dikarena peserta sudah mampu membuat perencanaan serta mampu menetapkan dan membuat keputusan untuk masa depannya.

F. Pembahasan

Permasalahan yang kerap kali terjadi pada siswa, sebelum ataupun setelah lulus pendidikan menengah atas adalah kebingungan dalam pengambilan keputusan terutama dalam hal studi lanjut atau karir. Idealnya individu yang telah menamatkan pendidikannya di jenjang menengah atas sudah dapat merencanakan, memilih dan memutuskan,

dalam hal melanjutkan pendidikan atau bekerja. Akan tetapi fakta dilapangan dan dari beberapa penelitian yang pernah ada mengungkap bahwa tidak semua remaja mampu membuat keputusan dan perencanaan pemilihan studi lanjut atau karir.

Menurut Saifuddin kebingungan yang dialami siswa disebabkan oleh berbagai macam seperti mempunyai keinginan namun tidak didukung oleh orang tua ataupun lingkungan sekitar, selain itu kurangnya memahami dan kurangnya mengenali potensi diri yang dimiliki juga dapat mempengaruhi seseorang dalam mengambil keputusan serta kurangnya rasa yakin pada diri sendiri atau yang disebut dengan efikasi diri. Efikasi diri merupakan suatu pandangan atau rasa yakin seseorang terhadap kemampuan dirinya dalam melakukan tindakan atau dalam hal mencapai keinginan.

Noornajihan mengungkapkan bahwa dalam Islam sebenarnya efikasi diri tidak hanya berkenaan dengan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya saja namun mencakupi berbagai bidang kehidupan.[2] Pada ilmu tasawuf efikasi diri disamakan esensinya dengan *raja'* atau *raji',* secara terminologi *raja'* artinya suatu sikap mental optimis dalam berusaha memperoleh karunia serta nikmat Tuhan. *Raja'* atau *raji'* mempunyai fungsi untuk memotivasi serta menggerakkan segala suatu perbuatan dan perilaku seseorang, sehingga orang yang memiliki sifat

[2]Noornajihan, "Efikasi Kendiri : Perbandingan antara Islam dan Barat," *GJAT, Fakulti Pengajian Quran dan Sunah, Universitas Sains Islam Malaysia* Vol. 4, no. Issue 2, 14 Desember 2014, 89.

raja' akan mempunyai semangat dalam mencapai impian. Itulah sebabnya efikasi diri juga berpengaruhi dalam memutuskan dan menentukan tujuan.

Kebingungan yang dialami oleh siswa MA dalam pengambilan keputusan karirnya dapat dilihat berdasarkan pada lima aspek diantaranya penilaian diri, pengumpulan informasi, pemilihan tujuan, pembuatan rencana karir dan pemecahan masalah. Dimana dari aspek penilaian diri dapat dilihat dari bagaimana seseorang dapat mengukur potensi diri yang dimilikinya dan dapat melakukan evaluasi pada dirinya sendiri, sedangkan aspek pengumpulan informasi dapat dilihat dari bagaimana usaha yang dilakukannya dalam mendapatkan informasi mengenai karir yang diinginkannya, sedangkan pemilihan tujuan dapat dilihat dari bagaimana seseorang menerima, berkomitmen, berpartisipasi dan mampu menghadapi tantangan yang didapatnya ketika memilih suatu tujuan. Sedangkan pembuatan rencana karir dapat dilihat dari bagaimana seseorang dapat menentukan dan merumuskan tujuannya dan menentukan langkah-langkah tindakan yang akan dilakukan. Dan sedangkan pemecahan masalah dapat dilihat dari bagaimana seseorang dapat memahami masalahnya dan dapat menyelesaikan masalahnya.

Hasil *pretest* dan *secrenning test* yang dilakukan oleh peneliti kepada sejumlah siswa kelas XI MAN 1 Banjarmasin yang berjumlah 139 orang, didapatkan skor tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir yaitu sebanyak 65 siswa masuk pada kategori tinggi, kategori sedang sebanyak 74 siswa, dan untuk kategori

rendah 0. Dari 139 siswa peneliti mengambil kategori sedang yang berjumlah 74 orang siswa. Dari 74 siswa tersebut peneliti hanya mengambil sebanyak 20 orang siswa dengan alasan keterbatasan waktu, tempat dan biaya, dari 74 orang siswa tersebut ditanyai lagi kesediaannya apabila bersedia maka akan mengikuti pelatihan *goal setting* Islami.

Pelatihan *goal setting* Islami pada penelitian ini, sebagai bentuk intervensi dalam upaya peningkatan efikasi diri siswa terhadap pengambilan keputusan karir dan bertujuan untuk memberikan efek kemantapan dalam menentukan tujuan atau *goals* dan pengambilan keputusan mengenai studi lanjut. Menurut Locke *goal setting* adalah penetapan tujuan, berupa suatu teknik dalam meningkatkan motivasi kerja sesorang. Selain itu juga merupakan suatu cara atau teknik yang dapat digunakan pada seseorang untuk dapat menetapkan tujuan, selain itu suatu mekanisme yang harus dipenuhi agar manusia memiliki fokus dan kendali dalam kehidupannya. Dalam penetapan tujuan seseorang tidak dapat dilepaskan dengan agama. sebab agama merupakan suatu sistem yang jelas sebagai *way of life* yang menuntun kejalan lurus sesuai dengan ajaran agama terutama agama Islam.

Islam mengajarkan kepada umatnya untuk menetapkan tujuan yang matang, sebab setiap pekerjaan akan menimbulkan sebab akibat dari apa yang dikerjakan. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Allah Swt dalam Q.S.al-Hasyr/59: 18 yang berbunyi:

يَأَيُّهَا الَّذِ ينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللهَ وَلتَنظُرْ نَفسٌ مَّا قَدَّ مَتْ لِغَدٍ , وَاتَّقُواللهَ, إِنَّ اللهَ خَبِيرُ ٌ بِمَا تَعمَلُونَ

Artinya : *"Hai orang-orang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat) dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan".*[3]

Ayat di atas merupakan suatu peringatan dan renungan bagi manusia untuk bertindak dan berprilaku dengan baik sebab semua tindakan dan perilaku manusia akan di balas oleh Allah Swt. Allah Swt sudah memberikan dua pedoman yaitu alquran dan sunnah untuk mengarahkan kehidupan manusia kejalan yang lurus dan di ridhoi-Nya dan agar tidak tersesat selamanya,

Berdasarkan itulah hendaknya manusia bertindak dan berprilaku serta menetapkan tujuan dan impian agar mendapatkan ridho dan kemudahan dalam mencapai tujuan dan impian. Dalam penelitian ini pelatihan *goal setting* Islami yang diberikan merupakan pelatihan yang di dalam materinya memuat ayat-ayat alquran yang berkaitan dengan *goal setting* atau penetapan tujuan.

Pada pelatihan *goal setting* Islami ini juga dijelaskan mengenai teknik-teknik *goal setting* yang dapat dilakukan untuk membantu seseorang fokus dalam mencapai tujuan atau impian. Teknik tersebut diantaranya yaitu: teknik spesifik, peserta dijelaskan agar ketika

---

[3]Khadim al Haramain asy Syarifain, *Al-Qur'an dan Terjemah* (Saudi Arabia: percetakan Al-Qur'anul Karim Kepunyaaan Raja Fahd, 1415), 919.

menentukan tujuan haruslah jelas dan detail, sehingga lebih fokus dalam mencapai tujuan atau impian, dalam islam spesifik dapat disamakan dengan niat sebagaimana dalam hadits yang berbunyi:

انماالاعمال بالنيا ت و انما لكل ا مرى ما نوى....

Artinya: "*Sesungguhnya amalan itu tergantung pada niatnya dan seseorang akan mendapat sesuai dengan apa yang diniatkan..."* (HR. Bukhari Muslim).[4]

Teknik *measurable* yaitu peserta dijelaskan agar ketika menentukan tujuan haruslah diukur dulu batas pencapai yang sudah tercapai, kemudian *action related* yaitu peserta dijelaskan bahwa pentingnya membuat langkah-langkah dan mulai untuk melakukan aktivitas yang dapat mendekatkan peserta dalam mencapai impiannya, sebagaimana Q.S ar-Ra'd/ 13:11 yang berbunyi:

....إِنَّ اللهَ لاَيُغَيِّرُمَا بِقَومٍ خَتَّ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِم....

Artinya: ".....Sesungguhnya, Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum hingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.....".[5]

Teknik realistik peserta haruslah realistik atau masuk akal dalam menentukan memutuskan pilihan impian studi lanjut yang diinginkan sehingga impian tersebut dapat tercapai, sebagaimana yang dijelaskan dalam Q.S. Al-Baqarah/02: 286 yang berbunyi:

---

[4]Ayep Rosidi, "Niat Menurut Hadis Dan Implikasinya Terhadap Proses Pembelajaran," *Jurnal Inspirasi: UNDARIS Kabupaten Semarang* Vol. 1, No. 1, Juni 2017, 39-50.

[5]Khadim al Haramain asy Syarifain, *Al-Qur'an dan Terjemah* (Saudi Arabia: percetakan Al-Qur'anul Karim Kepunyaaan Raja Fahd, 1415), 370.

...لاَيُكَلِّفُ اللهُ نَفْسًا إِلاَّ وُسْعَهَا...

Artinya: "*Allah tidak membebani seseorang diluar batas kesanggupannya....".*[6]

Dari potongan ayat diatas dapat dilihat bahwa Allah saja tidak membebani seseorang melainkan sesuai kesanggupannya. Untuk itu peserta diajak untuk menentukan dan memutuskan pilihan impian studi lanjut yang sesuai dengan kemampuan mereka. Dan yang terakhir *timely* yaitu peserta dijelaskan bahwa ketika memiliki impian maka haruslah tentukan batas waktu impian tersebut harus tercapai agar tidak membuang-buang waktu sebab dalam kitab Imam Syafi'i al-Jawab al-Kaaf/156 mengatakan bahwa "waktu bagaikan pedang, jika kamu tidak memotongnya maka dia akan memotongmu". Selain itu dalam Q.S al-'Ashr/103:1-3 yang berbunyi:

وَالعَصْرِ. إِنَّ الاِ نسَنَ لَفِى خُسْرٍ. إِلاَّ الَّذِ ين ءَا مَنُوا و عَمِلُو االصَّلِحَتِ وَتَوَا صَو ابِالحَقِّ وَتَوَ صَوابالصَّبرِ.

Artinya: "Demi masa, sungguh manusia itu berada dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh serta nasehat menasehati supaya menaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran".[7]

Selesai pelatihan peneliti melakukan *posttest* pada hari kamis 9 Januari 2020. Hasil yang diperoleh terdapat perbedaan skor dari

---

[6]Khadim al Haramain asy Syarifain, *Al-Qur'an dan Terjemah* (Saudi Arabia: percetakan Al-Qur'anul Karim Kepunyaaan Raja Fahd, 1415), 72.

[7]Khadim al Haramain asy Syarifain, *Al-Qur'an dan Terjemah* (Saudi Arabia: percetakan Al-Qur'anul Karim Kepunyaaan Raja Fahd, 1415), 1099.

10 orang siswa yang bersedia mengikuti pelatihan *goal setting* Islami (kelompok eksprimen) dan 10 siswa yang tidak bersedia mengikuti pelatihan (kelompok kontrol). Kenaikan skor yang terjadi dari kelompok eksperimen yaitu dari kategori sedang menjadi kategori tinggi dan kategori sedang keatas menuju tinggi. Hal itu tersebut terlihat jelas dari kenaikan nilai *mean* sebesar 15,20 (*pretest = 114,00* dan *posttest = 129,20).* Sedangkan untuk kelompok kontrol terjadi penurunan yang tidak terlalu signifikan dari kategori sedang keatas menjadi kategori sedang kebawah, hal tersebut dapat dilihat jelas dari penurunan nilai *mean* sebesar 7,00 (*pretest = 105.30* dan *posttest = 98,30)* artinya ada perbedaan yang signifikan tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir pada kelompok eksperimen yang diberi pelatihan *goal setting* Islami dengan kelompok kontrol yang tidak diberi pelatihan *goal setting* Islami, dengan *mean* kelompok eksperimen > kelompok kontrol (15,20 >7,00).

Berdasarkan pada analisis kuantitatif menggunakan *mann-whitney* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukan bahwa nilai U = 0,000 dan nilai W = 55,000 dan nilai Z = -3,781 dan nilai Asymp.Sig.(2-tailed) = 0,000. Berdasarkan hasil Asymp.Sig.(2-tailed) menunjukan bahwa Sig < 0,05 yaitu 0,000 < 0,05 yang berarti terdapat perbedaan tingkat efikasi diri siswa dalam pengambilan keputusan karir yang signifikan antara kelompok eksperimen yang mengikuti pelatihan *goal setting* Islami dan kelompok kontrol yang tidak mengikuti pelatihan

goal setting Islami dengan *mean* kelompok eksperimen > kelompok kontrol yaitu 15,20 > 7,00.

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Farhan Zakariyya dan Koetjoro tentang pelatihan *goal setting* untuk meningkatkan orientasi masa depan siswa SMP, hasil penelitian mereka menyatakan bahwa pelatihan *goal setting* dapat meningkatkan orientasi masa depan siswa SMP dengan nilai t= 9,120 dan p<0,01.[8]

Hasil uji pengaruh digunakan untuk melihat ada atau tidaknya perbedaan tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir sebelum dan sesudah pelatihan *goal setting* Islami pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dari hasil analisis didapatkan nilai Z = -3,703 dan Sig. = 0,000. Berdasarkan hasil uji dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yaitu 0,000 ≤ 0,05.

Berdasarkan analisis kualitatif dampak yang muncul dari pelatihan *goal setting* Islami yang dilakukan selama 2 hari, subjek penelitian rata-rata merasa lebih bisa atau dapat menetapkan tujuan mereka, selain itu mereka juga mulai mengetahui potensi diri yang mereka miliki, menambah motivasi mereka dan mereka juga lebih percaya diri dan yakin akan keputusan yang nantinya akan mereka ambil yaitu untuk

[8]Farhan Zakariyya dan Koentjoro, "Pelatihan Goal Setting untuk Meningkatkan Orientasi Masa Depan Pada Siswa SMP," *Gadjah Mada Journal Of Psychology,* Vol. 3, No. 3, Maret 2017, 139-149.

melanjutkan keperguruan tinggi seperti ingin keperguruan tinggi Universitas Lambung Mangkurat (ULM) dengan mengambil jurusan sastra dan bahasa. Dampak yang ditimbulkan dari pelatihan *goal setting* Islami ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Surya Dharma Ginting dan D. Wahyu Ariani tentang pengaruh *goal setting* terhadap *performence* hasil penelitian mereka mengatakan bahwa ada minimal 4 mekanisme dimana *goal setting* mempengaruhi, yaitu melalui tingkah laku atau tindakan, usaha, ketepatan waktu dan motivasi.[9]

G. Keterbatasan Penelitian

1. Tidak adanya *follow up* hasil dari pelatihan *goal setting* Islami kepada subjek penelitian, sehingga tidak mengetahui konsistensi dari peningkatan efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir tersebut.
2. *Houthrone effect:* subjek penelitian mengetahui bahwa dirinya sedang menjadi responden penelitian sehingga dapat mempengaruhi respon saat diteliti.
3. Kesulitan dalam mencari referensi yang berkaitan dengan *goal setting* Islami dikarenakan keterbatasan buku yang tersedia.

[9]Surya Dharma Ginting dan D. Wahyu Ariani, "Pengaruh Goal Setting Terhadap Performance: Tinjauan Teoritis" Vol. 8, No. 2, 2004, 198-208.