

DAMPAK PELATIHAN GOAL SETTING UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR SISWA SMK MUHAMMADIYAH NGANJUK: PENDEKATAN QUASI EKSPERIMEN

Nurfi Laili, Ghozali Rusyid Affandi, Dwi Nastiti
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
e-mail: nurfilaili@umsida.ac.id

Submitted: 2023-07-26

Published: 2024-04-23

DOI: 10.24036/rapun.v14i2.124472

Accepted: 2023-08-01

Abstract: *The Effect of Goal Setting Training to Improve Self-Regulation Ability in Learning Students of SMK Muhammadiyah Nganjuk: A Quasi-Experimental Approach.* Problems related to academic self-regulation in students of vocational school are indicated by the large number of students who are absent or skip the teaching and learning process up to more than twenty times in one semester. This study aims to determine the effect of goal setting training on improving self-regulation skills in learning for students of vocational school. The subjects in this study were X and XI grade students who attended SMK Muhammadiyah 1 Nganjuk, totaling 42 students. The subjects were divided into a control group of 22 students and an experimental group of 20 students. The research method this time is to use a quasi-experimental approach that compares pretest and posttest data in the control and experimental groups. The research data were collected using the self-regulated learning scale developed by the researcher. The research data analysis used a difference test analysis between the control group and the experimental group. The results showed that there was a difference in the difference in mean scores before treatment and after treatment in the experimental group was accepted, and there was a significant increase in self-regulated learning before and after treatment for students of vocational school.

Keywords: *Goal Setting Training, Self Regulated Learning,*

Abstrak: Dampak Pelatihan Goal Setting untuk Meningkatkan Kemampuan Regulasi Diri dalam Belajar Siswa SMK Muhammadiyah Nganjuk: Pendekatan Quasi Eksperimen

Permasalahan yang terkait dengan regulasi diri akademik pada siswa SMK ditunjukkan dengan banyaknya jumlah siswa yang tidak hadir atau bolos dalam proses belajar mengajar hingga lebih dari dua puluh kali dalam satu semester. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan goal setting pada peningkatan kemampuan regulasi diri dalam belajar pada siswa SMK. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI yang bersekolah di SMK Muhammadiyah 1 Nganjuk, sebanyak 42 siswa. Subjek terbagi ke dalam kelompok kontrol sebanyak 22 siswa dan kelompok eksperimen sebanyak 20 siswa. Metode penelitian kali ini adalah menggunakan pendekatan quasi eksperimen yang membandingkan data *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol dan eksperimen. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan skala *self regulated learning* yang dikembangkan peneliti. Analisis data penelitian menggunakan analisis uji perbedaan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nilai rerata sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen diterima, dan terjadi peningkatan yang signifikan *self regulated learning* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada siswa SMK Muhammadiyah 1 Nganjuk

Kata kunci: Pelatihan *Goal Setting*, *Self-Regulated Learning*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu hal penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan salah satu jalur pendidikan menengah yang berfokus pada pendidikan keterampilan dan keahlian tertentu. Sesuai dengan misi Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) yaitu mempersiapkan peserta didik sebagai calon tenaga kerja yang memiliki kesiapan untuk memasuki dunia kerja (Pratama et al., 2018) SMK dituntut untuk menghasilkan lulusan yang memiliki pengetahuan, keterampilan

dan sikap kerja sesuai dengan lapangan pekerjaan. Peserta didik juga diharuskan memiliki sikap profesional dalam bidangnya. Selain memberikan teori SMK juga membekali praktik langsung ke dunia kerja melalui program praktik langsung ke dunia kerja industri (Pratama et al., 2018). Berbagai tuntutan akademik maupun non akademik kepada para siswa SMK menjadikan banyak pula permasalahan yang dialami oleh para siswa, salah satunya adalah perilaku membolos.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pada guru bimbingan dan konseling di SMK Muhammadiyah 1 Nganjuk, terdapat persoalan membolos pada siswa-siswanya, bahkan terdapat lebih dari 40 siswa kelas X dan XI yang memiliki jumlah ketidakhadiran di kelas hingga dua puluh kali dalam satu semester. Menurut guru BK, ketidakhadiran siswa ini dikarenakan alasan yang tidak jelas dan seringkali wali murid tidak mengetahui bahwa anak-anak mereka ternyata tidak masuk sekolah karena sejak pagi siswa tersebut sudah berangkat dari rumah. Selain membolos, kasus kenakalan remaja lainnya seperti tawuran dengan teman satu sekolah atau merusak fasilitas sekolah juga beberapa kali terjadi di sekolah ini.

Menurut Cavan (dalam (Willis, 2010) menyebutkan bahwa "*Juvenile Delinquency refers to the failure of children and youth to meet certain obligation expected of them by the society in which they live*". Kenakalan anak dan remaja itu disebabkan kegagalan mereka dalam memperoleh penghargaan dari masyarakat tempat mereka tinggal. Dimana salah satu bentuk kenakalan remaja yang berada di sekolah yaitu perilaku membolos siswa. Kondisi siswa membolos ini kerap terjadi pada berbagai sekolah. Menurut (Gunarsa, 2002) membolos adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa alasan yang tepat pada jam pelajaran dan tidak ijin

terlebih dahulu kepada pihak sekolah Perilaku membolos yang dimaksud dalam penelitian disini adalah tidak masuk sekolah tanpa alasan tertentu baik pada saat pelajaran sedang berlangsung, pada waktunya masuk kelas, dan ketika sekolah berlangsung. Membolos merupakan suatu perilaku yang melanggar norma-norma sosial, karena siswa yang membolos akan cenderung melakukan hal-hal atau perbuatan yang negatif sehingga akan merugikan masyarakat sekitarnya. Seperti yang dikemukakan (Kartono, 1993) bahwa membolos merupakan perilaku yang melanggar norma-norma sosial sebagai akibat dari proses pengondisian lingkungan yang buruk.

Berdasarkan penelitian pendahulu dari (Damayanti, 2013) yang juga meneliti mengenai perilaku membolos pada siswa SMA, beberapa dua faktor penyebab seorang siswa melakukan perilaku membolos yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah tingkat intelektual dan motivasi belajar mereka yang rendah, tidak adanya perilaku dan kebiasaan belajar secara rutin, merasa rendah diri akan kemampuannya. Sedangkan faktor eksternal adalah kurangnya minat pada proses belajar di sekolah karena materi yang diberikan guru kurang menarik, suasana kelas yang tidak kondusif, terdapat permasalahan di dalam keluarga, pengaruh buruk dari teman sebaya.

Belum terbentuknya pola kebiasaan belajar secara rutin serta rendahnya tingkat motivasi siswa untuk belajar menjadi beberapa faktor internal yang menjadi penyebab siswa membolos. Perilaku seperti ini dapat dikatakan pula sebagai bentuk dari perilaku regulasi diri akademik atau self regulated learning. Regulasi akademik mencakup berbagai aspek, termasuk kemampuan siswa dalam mengatur waktu, mengatur tujuan belajar, mengelola tugas-tugas akademik, dan memonitor perkembangan belajar mereka (Zimmerman & Schunk, 2001). Dalam lingkungan pendidikan SMK, regulasi akademik siswa menjadi faktor penting yang berpengaruh pada pencapaian hasil belajar siswa serta mencapai berbagai tuntutan akademik kejuruan.

Seorang self-regulated learner mengambil tanggung jawab terhadap kegiatan belajar dan mengambil alih otonomi untuk mengatur dirinya. Mereka mampu menetapkan tujuan dan masalah-masalah yang mungkin akan dihadapinya dalam mencapai tujuannya, mengembangkan standar tingkat kesempurnaan dalam pencapaian tujuan dan mengevaluasi cara yang paling baik untuk mencapai tujuannya sehingga siswa yang mampu melakukan regulasi dalam belajar memperoleh prestasi yang lebih baik dibandingkan siswa yang

tidak melakukan regulasi diri (Zimmerman & Schunk, 2001).

Faktor internal yang mempengaruhi regulasi dalam belajar adalah tujuan. Tujuan berprestasi (*achievement goal*) merupakan salah satu dari konstruk motivasi di mana *goal setting/ achievement goal* ini memiliki hubungan dengan proses *self regulated learning* (SRL) (Pintrich, 2000). Remaja akan lebih mudah melakukan regulasi diri dalam belajar, saat dirinya memiliki tujuan yang jelas dalam belajar. Menurut (H. D. Schunk & Pintrich, 2008) siswa yang memiliki tujuan dalam mencapai keinginannya akan terlibat dalam kegiatan yang dapat menunjang pencapaian keinginannya tersebut dengan cara memperhatikan proses, berlatih mengingat informasi, berusaha, dan bertahan.

SRL diarahkan oleh tujuan individu Pintrich (dalam (Boekaerts, 1999) menyatakan, tujuan merupakan komponen penting dalam membentuk SRL. Tujuan dalam SRL digunakan untuk mengukur apakah proses dalam SRL dapat dilanjutkan atau diubah tipenya, jika diperlukan. Salah satu fase dalam SRL adalah perencanaan dan goal setting, dimana pembelajar membuat rencana dan tujuan yang akan dicapai dalam hal pembelajaran. Pembelajar mempersepsi dan merencanakan akan tugas-tugas yang akan dilakukan guna mencapai tujuan (goal)

dalam hal akademik. Selain itu, pada fase ini juga merencanakan konteks yang berhubungan dengan tugas. Tujuan (goal) dalam SRL terbagi menjadi dua, yaitu target (*task-specific goals*) yang berarti tujuan khusus yang akan dicapai dan *purpose goal (goal orientation)* yakni alasan umum pembelajar mengerjakan tugas dan berhubungan dengan motivasi berprestasi (Pintrich, dalam (Boekaerts, 1999).

Dalam konteks pembelajaran di SMK, siswa dihadapkan pada tuntutan untuk menguasai keterampilan teknis dan teoritis yang berkaitan dengan bidang studi yang dipilih. Kemampuan siswa dalam mengatur diri secara akademik menjadi hal yang krusial dalam mencapai keberhasilan belajar. Namun, tidak semua siswa memiliki kemampuan regulasi diri yang optimal, sehingga perlu adanya upaya untuk meningkatkan kemampuan regulasi akademik siswa SMK. Salah satunya adalah melalui pelatihan goal setting. Penelitian pendahulu yang dilakukan pada siswa SMK kelas 11 di Taiwan membuktikan bahwa learning goal setting atau penentuan tujuan belajar mendorong terbentuknya self-regulated learning pada diri siswa ($R = 0.466$, $p < 0.01$) (Chang, 2018). Siswa yang memiliki goal setting baik maka SRL juga baik. Siswa tersebut mampu mengatur dirinya untuk menguasai materi pelajaran.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti berpendapat bahwa perlu dilakukan sebuah penelitian eksperimen yang bertujuan untuk melihat pengaruh dari pelatihan *goal setting* pada peningkatan kemampuan *self regulated learning* atau regulasi diri akademik pada siswa SMK, dimana pada penelitian kali ini akan dilakukan di SMK Muhammadiyah 1 Nganjuk

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian quasi eksperimen. Metode penelitian ini hampir mirip dengan *pretest post-test control group design*, hanya saja pada metode penelitian kali ini, kelompok kontrol dan eksperimen tidak dipilih secara acak. Peneliti bermaksud untuk mendapatkan gambaran tentang fenomena antara sebelum pemberian perlakuan (treatment) dengan sesudah pemberian perlakuan. Lokasi penelitian dilaksanakan di SMK Muhammadiyah 1 Nganjuk. Subjek penelitian adalah siswa kelas X dan XI yang memiliki jumlah ketidakhadiran di sekolah sebanyak minimal 20 kali dalam satu semester. Oleh karena itu teknik sampling yang digunakan dalam menentukan subjek penelitian adalah dengan menggunakan *purposive sampling*. Metode penelitian kali ini adalah quasi eksperimen, sehingga terdapat 22 siswa yang akan menjadi kelompok kontrol dan 20 siswa sebagai

kelompok eksperimen. Pengumpulan data menggunakan skala *self regulated learning* yang dikembangkan oleh penulis. Analisis yang digunakan adalah uji perbedaan dalam kelompok dan uji perbedaan antar kelompok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Uji Asumsi

Hasil uji asumsi pada tabel 1 menunjukkan bahwa kedua kelompok memiliki data berdistribusi normal karena signifikansi lebih dari 0.05. Selain itu, antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol memenuhi asumsi homogenitas ($F = 2.456$; $p = 0.125 > 0.05$), dengan demikian analisis data dengan uji parametrik dapat dilakukan

Table 1. Uji asumsi normalitas dan homogenitas

Assumption Checks	Statistic	p	Conclusion
Normalitas SRL pada KE	0.957	0.431	Normal
Normalitas SRL pada KK	0.989	0.997	Normal
Equality of Variances (Levene's) antara KK dan KE	2.456	0.125	Homogen

Note. SRL: Self Regulated Learning, KE: Kelompok Eksperimen, KK: Kelompok Kontrol

Uji Perbedaan Dalam Kelompok

Table 1. Hasil Deskriptif pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Descriptives	N	Mean	SD	SE
SRL KE <i>Pre Test</i>	22	111.091	3.393	0.723
SRL KE <i>Post Test</i>	22	113.909	5.089	1.085
SRL KK <i>Pre Test</i>	20	110.200	5.085	1.137
SRL KK <i>Post Test</i>	20	110.800	3.473	0.777

Note. SRL: Self Regulated Learning, KE: Kelompok Eksperimen, KK: Kelompok Kontrol

Table 2. Uji Perbedaan dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

	t	df	p	Cohen's d	Conclusion
SRL KE <i>Pre-test - Post test</i>	-3.691	21	0.001	-0.787	Signifikan
SRL KK <i>Pre-test - Post test</i>	-0.407	19	0.688	-0.091	Tidak signifikan

Note. SRL: Self Regulated Learning, KE: Kelompok Eksperimen, KK: Kelompok Kontrol; $p < 0.05$.

Pada table 2. Menunjukkan bahwa rerata kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan terjadi peningkatan skor sebesar 2.818. Adapun pada kelompok control juga mengalami perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* sebesar 0.6. Berdasarkan table. 3 menunjukkan hasil analisis uji beda dalam kelompok eksperimen atau yang diberikan perlakuan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan ($t = -3.691$; $p = 0.001 < 0.05$) sebelum perlakuan ($M = 111.091$) dan sesudah perlakuan (113.909). Dengan demikian hipotesis yang mengatakan bahwa terdapat perbedaan nilai rerata sebelum perlakuan dan sesudah

perlakuan pada kelompok eksperimen diterima, dan terjadi peningkatan yang signifikan self regulated learning sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, hal ini dapat dilihat pada figure 1. Adapun pada kelompok kontrol menunjukkan tidak adanya perbedaan secara statistik yang signifikan mengenai self regulated learning sebelum dan sesudah perlakuan ($t = -0.407$, $p = 0.688 > 0.05$) sebagaimana tampak pada tabel 2., dalam hal ini tidak ada perlakuan yang diberikan antara *pre-test* dan *post-test*). Adapun secara deskriptif dapat dilihat pada figure 2., dimana terjadi peningkatan namun tidak signifikan secara statistik.

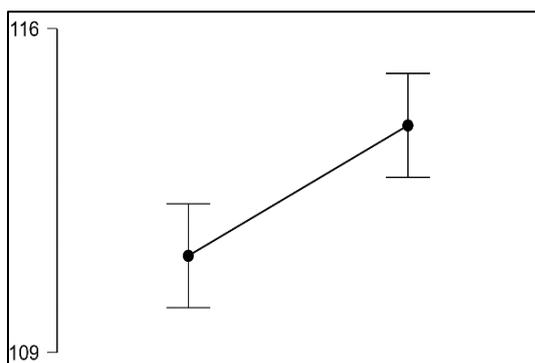


Figure 1. Descriptive plots self-regulated learning pada kelompok eksperimen

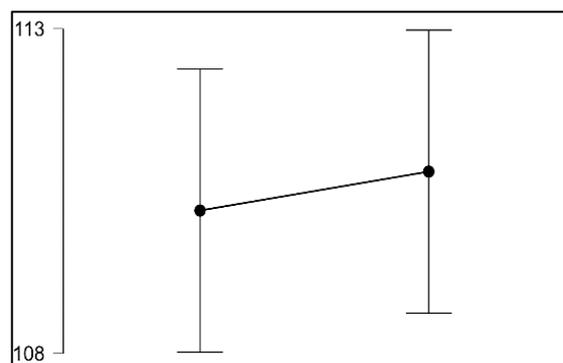


Figure 2. Descriptive plots self-regulated learning pada kelompok kontrol

Uji Beda Antar Kelompok

Table 3. Hasil uji beda antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol

	t	df	p	Cohen's d
SRL KK - KE	2.289	40	0.027	0.707

Note. Student's t-test.

Pada table 4. Menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *self-regulated learning* yang signifikan pada *post-test* kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol ($t = 2.289$; $p 0.027 < 0.05$), dimana kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan

mengenai *goal setting* memiliki rerata (113.909) lebih tinggi dari pada kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan (110.800), hal ini dapat dilihat pada figure 3.

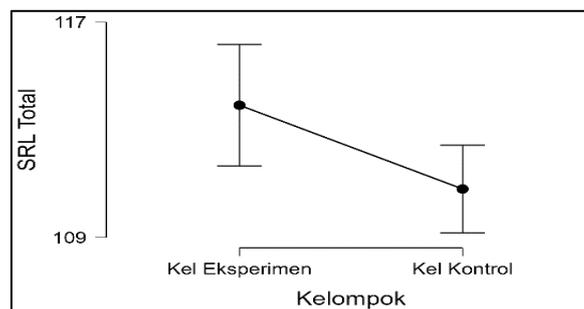


Figure 3. Perbedaan rerata post test pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data, ditunjukkan bahwa rerata kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan terjadi peningkatan skor. Adapun pada kelompok kontrol juga mengalami perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* sebesar 0.6. Berdasarkan table. 3 menunjukkan hasil analisis uji beda dalam kelompok

eksperimen atau yang diberikan perlakuan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Dengan demikian hipotesis yang mengatakan bahwa terdapat perbedaan nilai rerata sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen diterima, dan terjadi peningkatan yang signifikan *self regulated learning* sebelum dan sesudah diberikan

perlakuan, hal ini dapat dilihat pada gambar 1. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Tarmilia et al., 2021) mengenai pelatihan *goal setting* memberikan pengetahuan dan kesadaran kepada siswa tentang inspirasi sukses, mengenali kelebihan dan kekurangan diri, menentukan target, menerima dan bersikap pada umpan balik dari orang lain, serta berkomitmen menjalankan strategi dan mengatasi gangguan yang timbul agar bisa fokus meraih tujuan. Pelatihan *goal setting* ini berhasil meningkatkan *self-regulated learning* siswa. Pelatihan *goal setting* diharapkan dapat memberikan wawasan siswa SMK untuk tetap mempertahankan *self-regulated learning* yang sudah mereka pahami sepanjang sesi pelatihan.

Pada table 4. Menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *self-regulated learning* yang signifikan pada *post-test* kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, dimana kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan mengenai *goal setting* memiliki rerata (113.909) lebih tinggi dari pada kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan, hal ini dapat dilihat pada figure 3.

Hasil tersebut, sejalan dengan hasil *systematic review* pada siswa medis yang menjelaskan bahwa penerapan strategi SRL siswa berbeda-beda sesuai dengan penentuan tujuan, latar, dan guru serta

teman. *Goal setting* memotivasi siswa untuk menjalankan *self-regulated learning* (Houten-schat et al., 2018). Bersamaan dengan pelaksanaan rencana dan strategi, siswa melakukan evaluasi sebagai dasar pengambilan tindakan selanjutnya, jika tujuan belum tercapai maka perlu menambah usaha atau mengubah strategi. Tujuan yang tercapai disebut keberhasilan, sebaliknya tujuan yang tidak tercapai disebut kegagalan. Keberhasilan menjadikan orang puas dan bahagia (Tarmilia et al., 2021).

Komitmen merupakan tahapan *goal setting* yang menjadi bagian dari proses *self-regulated learning*. Menurut Zimmerman siswa membangun *self-regulated learning* melalui proses: menentukan tujuan spesifik, menyusun strategi handal, memonitor capaian, penguasaan konteks fisik dan sosial agar mendukung tercapainya tujuan, efisien waktu, evaluasi metode, evaluasi sebab-akibat, menyusun metode mendatang (D. H. Schunk, 2012). Siswa yang memiliki *self-regulation learning* secara mandiri mentransformasikan kemampuan mental pada keterampilan akademik. Siswa secara proaktif menjalani proses belajar. *Self-regulated learning* mendorong kemandirian siswa menyusun strategi belajar (Alhadi & Supriyanto, 2017).

Penelitian lain yang juga mendukung hasil penelitian ini adalah pada penelitian dari (Dignath & Büttner, 2018) pada guru dan siswa sekolah dasar serta menengah di Jerman, menunjukkan bahwa guru kurang mengetahui tentang metakognisi sebagai komponen penting regulasi diri untuk belajar. Metakognisi meliputi memonitor dan mengendalikan konsentrasi, afeksi, dan strategi kognitif. Metakognitif adalah kemampuan individu untuk mengontrol kognisinya. Model SRL berbeda pada setiap tahap perkembangan dan tingkat pendidikan siswa (Panadero, 2017). Umpan balik dari guru membantu siswa mengatur diri dalam belajar dan fokus pada tujuan (Panadero et al., 2018). Seiring melaksanakan rencana, siswa memonitor dan mengukur apakah perilaku dan strategi berhasil mencapai tahapan tujuan atau tidak. Jika strategi belum berhasil maka siswa harus memikirkan strategi lain, dengan berkonsultasi pada orang tua, guru, kakak senior, atau berdiskusi dengan teman.

Dan pada penelitian di Indonesia di SMA Mardasiswa Semarang menunjukkan regulasi diri berhubungan secara positif dengan sikap terhadap ekstrakurikuler (Hemasti, 2020). Siswa mampu mengatur jadwal harian agar bisa mengikuti pelajaran di sekolah dan kegiatan ekstrakurikuler

dengan baik. Siswa memiliki tujuan dalam belajar dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang ingin dicapai. Siswa yang telah menetapkan tujuan fokus belajar, mendalami materi pelajaran, dan memperluas pemahaman tentang suatu tema.

Hasil penelitian lainnya yang mendukung penelitian ini adalah pada penelitian milik (Chang et al., 2018) penetapan tujuan (*goal setting*) memfasilitasi siswa untuk mengatur dan mencapai tujuan yang ditentukan sebelumnya. Proses penetapan tujuan bisa dipantau melalui program *e-portfolio* yang berisikan aktivitas meliputi pengaturan tujuan belajar, penulisan reflektif, pengumpulan dan presentasi karya, ulasan dan pemodelan, penilaian diri, *peer-evaluation* dan umpan balik, dan evaluasi guru.

Penetapan tujuan atau *goal setting* menurut (Robbins, S. P, 2007) tujuan belajar yang baik harus mencakup karakteristik di bawah ini: (1) tujuan harus dijelaskan berdasarkan hasil; (2) tujuan dapat diukur dan diukur; (3) penetapan tujuan memiliki batas waktu tertentu; (4) tujuan yang hendak dicapai harus menantang, tetapi dapat dicapai; (5) penetapan tujuan dapat dicatat.

Teori lainnya menyatakan bahwa pengaturan tujuan belajar harus didasarkan pada kebutuhan pribadi dan nilai tujuan. Tingkat kesulitan harus tepat dan harus menantang dan ditunjukkan oleh indikator kuantitatif tertentu (Vigoda-Gadot, E, 2007). Pada penelitian lain mengenai *goal setting*, hasil penelitiannya menyatakan bahwa siswa dalam penelitian ini yang menggambarkan tujuan yang baik (*good goals*) atau sangat baik (*excellent goals*) lebih mungkin untuk mengartikulasikan tujuan yang berkaitan dengan standar kerja. Mengidentifikasi standar untuk bekerja mengarah pada pemberian ukuran konkret atau spesifik untuk refleksi dan evaluasi diri (Beckman et al., 2021).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *self-regulated learning* yang signifikan pada *post-test* kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, dimana kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan mengenai *goal setting* memiliki rerata lebih tinggi dari pada

kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, berikut saran yang bisa disampaikan peneliti sebagai bentuk tindak lanjut penelitian :

1. Bagi pihak manajemen sekolah, perlu menerapkan peraturan yang lebih ketat pada aturan berperilaku. Libatkan orangtua saat proses penetapan aturan di sekolah sehingga orangtua bisa menerapkan aturan yang sama saat di rumah.
2. Bagi para siswa, menemukan tujuan belajar dan tujuan hidup dapat membantu mereka untuk bisa menemukan potensi kelebihan dan kelemahan dari diri mereka masing-masing.
3. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas pada variabel lain yang mendukung terbentuknya *self regulated learning* sehingga dapat menurunkan perilaku bermasalah saat di sekolah

DAFTAR RUJUKAN

Alhadi, S., & Supriyanto, A. (2017). Self-Regulated Learning Concept: Student Learning Progress. *Prosiding*

Seminar Nasional Peran Bimbingan Dan Konseling Dalam Penguatan

Pendidikan Karakter Universitas Ahmad Dahlan, 333–442.

- Beckman, K., Apps, T., Bennett, S., Dalgarno, B., Kennedy, G., & Lockyer, L. (2021). Self-regulation in open-ended online assignment tasks: The importance of initial task interpretation and goal setting. *Studies in Higher Education*, 46(4), 821–835.
<https://doi.org/10.1080/03075079.2019.1654450>
- Boekaerts, M. (1999). Self-regulated learning: Where we are today. *International Journal of Educational Research*, 31(6), 445–457.
[https://doi.org/10.1016/S0883-0355\(99\)00014-2](https://doi.org/10.1016/S0883-0355(99)00014-2)
- Chang. (2018). Using E-Portfolio for Learning Goal Setting to Facilitate Self-Regulated Learning of High School Students. *Behaviour & Information Technology*, 1–15.
<https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1496275>
- Chang, C.-C., Liang, C., Chou, P.-N., & Liao, Y.-M. (2018). Using e-portfolio for learning goal setting to facilitate self-regulated learning of high school students. *Behaviour & Information Technology*, 37(12), 1237–1251.
<https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1496275>
- Dignath, C., & Büttner, G. (2018). *Teachers' Direct and Indirect Promotion of Self-Regulated Learning in Primary and Secondary School Mathematics Classes – Insights from Video-Based Classroom Observations and Teacher Interviews*. Metacognition Learning.
- Gunarsa, S. (2002). *Psikologi untuk Membimbing*. BPK Gunung Mulia.
- Hemasti, R. A. G. (2020). Hubungan Antara Belajar Berdasar Regulasi Diri dengan Sikap Terhadap Ekstrakurikuler Pada Siswa Kelas XI SMA Mardiswa Semarang. *Psychophedia*, 4(2), 31–37.
- Houten-schat, Berkhout, J. J., & Van Dijk, N. (2018). Self-Regulated Learning in the Clinical Context: A Systematic Review. *Medical Education*, 52, 15.
- Panadero, E. (2017). A Review of Self-Regulated Learning: Six Models and Four Directions for Research. *Frontiers Psychology*, 8, 1–28.
- Panadero, E., Andrade, H., & Brookhart, S. (2018). Fusing Self-Regulated Learning and Formative Assessment: A Roadmap of Where We Are, How We Got Here, and Where We Are Going. *The Australian Educational Researcher*.
<https://doi.org/10.1007/s13384-018-0258-y>
- Pintrich, P. R. (2000). An Achievement Goal Theory Perspective on Issues in Motivation Terminology, Theory, and Research. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 92–104.
<https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1017>
- Pratama, Y., Daryati, D., & Arthur, R. (2018). Hubungan Praktik Kerja Industri dengan Kesiapan Kerja Siswa SMK Negeri 1 Cibinong Kelas XII Kompetensi Keahlian Teknik Gambar Bangunan. *Jurnal Pendidikan Teknik Sipil*, 7(1), 1–20.
<https://doi.org/10.21009/pensil.7.1.6>
- Robbins, S. P., M. Coulter. (2007). *In Management* (9th ed). Prentice-Hall International.

- Schunk, D. H. (2012). *Learning Theories An Educational Perspective 6th edition*. Pearson Press.
- Schunk, H. D., & Pintrich, P. R. (2008). *Motivational in Education: Theory, Research, and Application*. Pearson Press.
- Tarmilia, T., Yuliatun, I., Ramadhani, N., & Lestari, S. (2021). Pelatihan Penentuan Tujuan untuk Meningkatkan Regulasi Diri Belajar. *Abdi Psikonomi*, 157–166.
- <https://doi.org/10.23917/psikonomi.v2i4.484>
- Vigoda-Gadot, E, L. Angert. (2007). Goal Setting Theory, Job Feedback, and OCB: Lessons from a Longitudinal Study. *Basic and Applied Social Psychology* 29, 2, 119–128.
- Willis, S. (2010). *Remaja dan Permasalahannya*. Alfa Beta.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2001). *Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance*. Routledge.