

**PELATIHAN *GOAL-SETTING* PADA MAHASISWA
YANG MENGALAMI KETERLAMBATAN
DALAM MENYELESAIKAN PENDIDIKAN
DI PERGURUAN TINGGI**

TUGAS AKHIR

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Magister Profesi
Psikologi
Bidang Psikologi Klinis**



Diajukan Oleh :

RACHMAN YAPE, S.Psi

T 100 004 003

KEPADA :

PROGRAM PENDIDIKAN MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2007

**PELATIHAN *GOAL-SETTING* PADA MAHASISWA
YANG MENGALAMI KETERLAMBATAN
DALAM MENYELESAIKAN PENDIDIKAN
DI PERGURUAN TINGGI**

TUGAS AKHIR

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Magister Profesi
Psikologi
Bidang Psikologi Klinis

Diajukan Oleh :

RACHMAN YAPE, S.Psi

T 100 004 003

KEPADA :

PROGRAM PENDIDIKAN MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2007

**PELATIHAN *GOAL-SETTING* PADA MAHASISWA
YANG MENGALAMI KETERLAMBATAN
DALAM MENYELESAIKAN PENDIDIKAN
DI PERGURUAN TINGGI**

Diajukan Oleh :

RACHMAN YAPE, S.Psi

T 100 004 003

Telah disetujui untuk dipertahankan

Di depan Dewan Penguji oleh :

Pembimbing Utama

DR. Nanik Prihartanti, Psikolog

Tanggal.....2007

**PELATIHAN *GOAL-SETTING* PADA MAHASISWA
YANG MENGALAMI KETERLAMBATAN
DALAM MENYELESAIKAN PENDIDIKAN
DI PERGURUAN TINGGI**

Telah diujikan
Dihadapan Tim Penguji
Program Magister profesi Psikologi
Kekhususan Psikologi Klinis

Hari Sabtu, 23 Juni 2007

DR. Nanik Prihartanti, M.si, Psikolog.
Penguji Utama

.....

Sri Lestari, S.Psi, M.si, Psikolog
Penguji Pendamping

.....

Dra. Sriningsih, M.si, Psikolog
Penguji Himpsi

.....

Dra. Juliani Prasetyaningrum, M.si, Psikolog
Penguji dan Ketua Sidang

.....

Mengetahui
Ketua Program Magister Profesi Psikologi

Prof. Drs. Sutrisno Hadi, MA.

Persembahan :

Karya ini penulis persembahkan kepada :

Isteri penulis Yuli Lestari, SE dan anak tersayang Muhammad Naufal

Yang selalu mendukung dan memberi semangat bagi penulis

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Tugas Akhir yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister Profesi Psikologi Kekhususan Psikologi Klinis Universitas Muhammadiyah Surakarta hasil karya tulis saya sendiri, tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam Tugas Akhir ini, dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surakarta, Maret 2007

RACHMAN YAPE, S.Psi
NIM : T. 100 004 003

UCAPAN TERIMA KASIH



Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena atas anugerah keselamatan, kekuatan dan bimbingan-Nya, penulis dapat menyelesaikan penulisan Tugas Akhir yang berjudul Pelatihan Pengembangan Rasa Percaya Diri pada Mahasiswa. Tugas Akhir ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu prasyarat untuk mencapai derajat sarjana S-2, Program Magister Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dalam menyusun dan menyelesaikan Tugas Akhir ini, penulis mendapatkan dorongan dan bimbingan serta bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini perkenankanlah penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Nanik Prihartanti selaku pembimbing utama dalam pembuatan Tugas Akhir ini yang telah meluangkan waktu dan dengan sabar membimbing penulis sampai Tugas Akhir ini selesai.
2. Pengelola Magister Profesi Psikologi beserta staf dan segenap dosen yang telah memberikan fasilitas, bimbingan, saran dan informasi selama penulis mengikuti pendidikan S2.
3. Isteri penulis Yuli Lestari, SE dan anak tersayang Muhammad Naufal, yang telah mendukung, menemani dan mengerti dalam hari-hari yang penulis lalui sehingga dapat menyelesaikan kuliah pada Program Magister Profesi Psikologi di Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Orangtua dan saudara-saudara tercinta, atas dukungan dan bantuan serta doa untuk penulis sehingga penulis dapat menggapai ilmu setinggi-tingginya.
5. Teman-teman seangkatan (MPP angkatan 1 dan 2) yang telah memberikan dorongan, kerjasama dan nasehat bagi penulis selama perkuliahan dan penulisan tugas akhir.

6. Seluruh subjek yang terlibat dalam kegiatan penelitian.
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas segala bantuan, perhatian, dorongan dan kerjasama kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini masih jauh dari kesempurnaan sehingga akan dapat ditemukan berbagai kekurangan baik dalam hal teknis penulisan maupun dalam substansi penelitian itu sendiri. Akhir kata, semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi almamater dan pihak-pihak yang berminat.

Wassalamu' alaikum Wr.Wb.

Surakarta, April 2007

Rachman Yape, S.Psi

MOTTO

Manusia, dengan mengubah sikap batin di dalam pikirannya, bisa mengubah aspek-aspek luar dalam kehidupannya

-William James-

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERESSETUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
HALAMAN MOTO.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Permasalahan.....	8
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	10
BAB II LANDASAN TEORI.....	11
A. Kepercayaan Diri.....	11
1. Pengertian Kepercayaan Diri.....	11
2. Tingkat Kepercayaan Diri.....	13

	3. Aspek-aspek Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	15
	4. Usaha Untuk Pembentukan Kepercayaan Diri.....	17
	B. Problem Psikologis Pada Mahasiswa	19
	1. Pengertian Problem Psikologis.....	19
	2. Problem Psikologis Mahasiswa.....	20
	C. Intervensi Pelatihan <i>Goal-Setting</i> Untuk Mahasiswa	22
	D. Hipotesis.....	25
BAB III	METODE PENELITIAN.....	26
	A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	26
	B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	26
	1. Pelatihan <i>Goal-Setting</i>	26
	2. Kepercayaan Diri.....	26
	C. Subjek Penelitian	27
	D. Modul Pelatihan <i>Goal-Setting</i>	27
	1. Tahapan Penyusunan Modul	27
	2. Analisa kebutuhan	28
	3. Penyusunan Modul Pelatihan.....	33
	a. Aspek yang akan di kembangkan	33
	b. Penyusunan lembar evaluasi	32
	c. Metode penyajian program	34
	d. Alat bantu	34
	e. Fasilitator.....	34
	f. Pelaksanaan program pelatihan.....	34

	4. Evaluasi.....	34
	E. Metode dan Alat Pengumpul Data.....	35
	1. Wawancara.....	35
	2. Skala kepercayaan diri.....	35
	3. Tes Wechsler Adult Intelligence.....	36
	F. Rancangan Penelitian.....	36
	G. Analisis data.....	37
BAB	IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
	A. Persiapan Penelitian.....	38
	1. Orientasi kancah.....	38
	2. Persiapan Alat Ukur.....	38
	a. Pelaksanaan uji coba angket.....	39
	b. Penyusunan alat ukur setelah uji coba.....	40
	B. Pelaksanaan Penelitian.....	40
	1. Penentuan Subjek.....	40
	C. Hasil Analisis Data dan Pembahasan.....	41
	1. Evaluasi Kelompok.....	46
	a. Kelompok Eksperimen.....	46
	b. Kelompok Kontrol.....	51
	2. Hasil Analisis Kualitatif Individual.....	54
	Subjek A.....	56
	Subjek B.....	61
	Subjek C.....	66

	Subjek D.....	71
	Subjek E.....	76
	Subjek F.....	81
	Subjek G.....	86
	Subjek H.....	91
	D. Hambatan Dalam Penelitian.....	99
BAB V	PENUTUP.....	100
	A. Kesimpulan.....	100
	B. Saran.....	101
	C. Rekomendasi.....	101
	DAFTAR PUSTAKA.....	103
	LAMPIRAN.....	106

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah mahasiswa yang telah menempuh studi lebih dari lima tahun dan masih melakukan registrasi.....	2
2. Rangkuman modul pelatihan pengembangan kepercayaan diri (sebelum uji coba).....	30
3. Jadwal pelatihan pengembangan kepercayaan diri (sebelum uji coba)...	31
4. Jadwal pelatihan pengembangan kepercayaan diri (setelah uji coba).....	32
5. Rancangan Eksperimen.....	36
6. Blue print skala kepercayaan diri (sebelum uji coba).....	39
7. Blue print skala kepercayaan diri (setelah uji coba).....	40
8. Ringkasan hasil uji homogenitas.....	42
9. Ringkasan hasil uji normalitas	43
10. Ringkasan hasil uji-t student antar kelompok sebelum perlakuan.....	43
11. Ringkasan hasil uji-t student antar kelompok setelah perlakuan.....	43
12. Hasil Evaluasi pengungkapan dan prosentase ketertarikan subjek pada tiap materi dalam pelatihan <i>goal-setting</i> kelompok eksperimen....	47
13. Hasil Evaluasi pengungkapan dan prosentase ketertarikan subjek pada tiap materi dalam pelatihan <i>goal-setting</i> kelompok eksperimen.....	52
14. Gambaran keadaan subjek peserta pelatihan.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
I Rerata skor kepercayaan diri sebelum perlakuan, setelah perlakuan dan 1 bulan setelah perlakuan.....	44
II Skor kepercayaan diri subjek A sebelum perlakuan, setelah perlakuan Dan 1 bulan setelah perlakuan.....	56
III Skor kepercayaan diri subjek B sebelum perlakuan, setelah perlakuan Dan 1 bulan setelah perlakuan.....	61
IV Skor kepercayaan diri subjek C sebelum perlakuan, setelah perlakuan Dan 1 bulan setelah perlakuan.....	66
V Skor kepercayaan diri subjek D sebelum perlakuan, setelah perlakuan Dan 1 bulan setelah perlakuan.....	71
VI Skor kepercayaan diri subjek E sebelum perlakuan, setelah perlakuan Dan 1 bulan setelah perlakuan.....	76
VII Skor kepercayaan diri subjek F sebelum perlakuan, setelah perlakuan Dan 1 bulan setelah perlakuan.....	81
VIII Skor kepercayaan diri subjek G sebelum perlakuan, setelah perlakuan Dan 1 bulan setelah perlakuan.....	86
IX Skor kepercayaan diri subjek H sebelum perlakuan, setelah perlakuan Dan 1 bulan setelah perlakuan.....	91

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
I Surat Persetujuan Subjek.....	106
II Angket Kepercayaan Diri.....	107
III Data Uji Kesahihan Butir Angket Kepercayaan Diri	111
IV Hasil Analisis Data Pre-Test.....	118
V Hasil Analisis Post-Test.....	127
VI Hasil Analisis Data Tindak Lanjut.....	137
VII Angket Evaluasi Materi Dan Pelaksanaan Pelatihan.....	147
VIII Hasil Wawancara.....	150
IX Hasil Interpretasi Tes WAIS.....	180
X Hasil Evaluasi Pelaksanaan Ujicoba Modul Pelatihan.....	187
XI Modul Pengembangan Kepercayaan Diri	

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji aktivitas pelatihan *goal-setting* untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan pendidikannya di perguruan tinggi. Subjek yang terseleksi dalam penelitian ini adalah mahasiswa salah satu perguruan tinggi swasta di Surakarta, yang masa studinya lebih dari 5 tahun dan memiliki tingkat kepercayaan diri rendah, sebanyak 22 orang, tetapi hanya 16 orang yang menyatakan bersedia untuk mengikuti penelitian *goal-setting*. Berdasarkan hasil analisis data dengan teknik uji t student antar kelompok dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkat kepercayaan diri yang sangat bermakna antara kelompok subjek yang menerima pelatihan *goal-setting* dan kelompok subjek yang tidak menerima pelatihan *goal-setting*.

Kata kunci : kepercayaan diri, pelatihan *goal-setting*

LAMPIRAN I
SURAT PERSETUJUAN SUBJEK

LAMPIRAN II
ANGKET KEPERCAYAAN DIRI

LAMPIRAN III

DATA UJI KESAHIHAN BUTIR ANGKET

KEPERCAYAAN DIRI

LAMPIRAN IV
HASIL ANALISIS DATA PRE-TEST

LAMPIRAN V
HASIL ANALISIS DATA POST-TEST

LAMPIRAN VI

HASIL ANALISIS DATA TINDAK LANJUT

LAMPIRAN VII

ANGKET EVALUASI MATERI DAN

PELAKSANAAN PELATIHAN

LAMPIRAN VIII
HASIL WAWANCARA

LAMPIRAN IX
HASIL INTERPRETASI TES WAIS

LAMPIRAN X

MODUL PENGEMBANGAN KEPERCAYAAN DIRI

