

# LAMPIRAN



**SKALA PENELITIAN**

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Aku yakin dapat meraih cita-citaku.					
2.	Hingga saat ini aku tidak memahami apa yang menjadi bakatku sehingga aku tidak tau apa yang akan aku lakukan ketika sudah lulus sekolah.					
3.	Aku ingin menjadi orang yang sukses.					
4.	Berdasarkan cita-citaku aku sudah memutuskan untuk melanjutkan jenjang pendidikan di perguruan tinggi.					
5.	Aku tidak yakin dengan kemampuanku untuk meraih apa yang aku cita-citakan.					
6.	Aku memiliki kemampuan yang dapat memudahkanku dalam meraih apa yang aku cita-citakan.					
7.	Aku belum punya gambaran tentang masa depan.					
8.	Karna keterbatasan yang ada aku tidak mencari tahu kompetensi apa yang dapat mendukung pekerjaan/bidang karir yang aku inginkan.					
9.	Aku sudah membuat keputusan untuk berkarir di bidang yang sesuai dengan minat dan bakatku.					
10.	Aku ragu apakah cita-citaku sudah sesuai dengan kemampuanku.					

11.	Aku masih bimbang mengenai minatku sehingga aku belum memutuskan cita-citaku.					
12.	Aku tidak tahu apa yang akan aku lakukan jika masa depanku tidak sesuai dengan apa yang telah aku rencanakan.					
13.	Aku malas mencari informasi mengenai pekerjaan apa yang cocok dengan kemampuanku.					
14.	Aku bertekad untuk dapat menekuni bidang yang aku minati agar dapat meraih cita-cita yang aku inginkan.					
15.	Aku yakin dapat mencapai apa yang aku inginkan karena telah memiliki perencanaan yang matang.					
16.	Aku pesimis dapat memiliki masa depan yang baik.					
17.	Aku masih mencari-cari apa yang menjadi kelebihanku sehingga aku belum dapat menentukan masa depanku.					
18.	Aku membuat rencana cadangan untuk mewujudkan cita-citaku sehingga tidak khawatir mengenai masa depanku.					
19.	Aku mencari informasi mengenai apa saja yang dapat mendukung cita-citaku.					
20.	Aku adalah orang yang gigih dalam mengusahakan apa yang aku inginkan sehingga aku yakin akan masa depanku.					
21.	Aku asal saja dalam menentukan apa yang menjadi tujuan hidupku.					

22.	Aku tidak berani berharap banyak mengenai masa depanku karena keterbatasan yang aku miliki					
23.	Aku meminta saran orang terdekatku dalam menentukan cita-citaku.					
24.	Usahaku dalam meraih tujuan hidupku pasti akan membuahkan hasil.					
25.	Cita-cita yang aku inginkan sudah berdasarkan pencarianku mengenai bakat dan minat.					
26.	Bakat yang aku miliki merupakan bekal untuk dapat meraih cita-cita yang aku inginkan.					
27.	Aku pasrah atas apa yang akan terjadi di masa depan.					
28.	Aku kurang konsisten dalam menjalankan apa yang telah aku rencanakan untuk masa depanku.					
29.	Ketika aku melihat sesuatu yang menarik aku akan dengan mudah mengganti tujuan hidupku.					
30.	Aku tidak tau apa yang menjadi pedomanku dalam menentukan tujuan hidupku.					
31.	Aku masih belum yakin dalam membuat rencana mengenai masa depanku.					
32.	Aku masih ragu apakah cita-citaku ini tepat atau tidak untuk masa depanku.					

## HASIL SPSS

### 1. Uji Validitas Putaran Pertama

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	146.0750	345.437	.232	.921
item2	146.2125	336.296	.548	.918
item3	147.4750	327.088	.625	.916
item4	145.6625	346.226	.380	.920
item5	146.3250	348.374	.145	.921
item6	147.1250	340.668	.259	.921
item7	146.4875	331.063	.530	.918
item8	146.3625	342.031	.311	.920
item9	147.0125	325.911	.621	.916
item10	146.8000	340.390	.379	.919
item11	145.8000	347.529	.234	.920
item12	146.9375	332.566	.499	.918
item13	147.3125	332.623	.475	.918
item14	146.3625	334.968	.583	.917
item15	146.3000	344.643	.233	.921
item16	147.5375	335.416	.433	.919
item17	147.0500	328.580	.588	.917
item18	145.9000	344.192	.302	.920
item19	146.6250	343.149	.257	.921
item20	147.5750	334.501	.491	.918
item21	146.8500	334.306	.481	.918
item22	146.1000	340.851	.454	.919
item23	146.7750	336.303	.541	.918
item24	147.5000	335.291	.382	.920
item25	147.5000	326.177	.650	.916
item26	146.8875	339.342	.385	.919

item27	146.4750	337.847	.465	.918
item28	146.7375	334.145	.612	.917
item29	146.7125	329.726	.638	.917
item30	147.3750	327.883	.566	.917
item31	146.5875	340.144	.342	.920
item32	146.2250	342.607	.384	.919
item33	148.6125	358.038	-.198	.924
item34	147.9000	342.446	.255	.921
item35	146.7250	337.746	.459	.919
item36	146.5000	335.722	.649	.917
item37	147.5500	331.643	.479	.918
item38	147.4250	331.361	.587	.917
item39	147.2500	335.709	.402	.919
item40	147.0750	331.159	.649	.917
item41	147.2250	325.645	.707	.916
item42	147.5250	326.278	.648	.916

## 2. Uji Validitas Putaran Kedua

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item2	117.3750	289.579	.522	.927
item3	118.6375	279.399	.653	.925
item4	116.8250	298.627	.347	.928
item7	117.6500	283.522	.545	.926
item8	117.5250	294.784	.291	.929
item9	118.1750	279.260	.621	.925
item10	117.9625	292.821	.374	.928
item12	118.1000	284.420	.529	.926
item13	118.4750	284.734	.496	.927
item14	117.5250	288.253	.561	.926

item16	118.7000	287.656	.445	.927
item17	118.2125	280.549	.623	.925
item18	117.0625	296.895	.275	.929
item20	118.7375	287.158	.493	.927
item21	118.0125	286.721	.490	.927
item22	117.2625	293.994	.416	.928
item23	117.9375	290.186	.493	.927
item24	118.6625	287.619	.390	.928
item25	118.6625	278.606	.677	.925
item26	118.0500	292.301	.365	.928
item27	117.6375	291.120	.437	.927
item28	117.9000	286.749	.618	.926
item29	117.8750	282.085	.661	.925
item30	118.5375	280.302	.587	.926
item31	117.7500	293.633	.304	.929
item32	117.3875	294.949	.376	.928
item35	117.8875	290.785	.440	.927
item36	117.6625	288.302	.653	.926
item37	118.7125	285.397	.456	.927
item38	118.5875	282.676	.640	.925
item39	118.4125	287.739	.419	.928
item40	118.2375	283.475	.673	.925
item41	118.3875	278.240	.731	.924
item42	118.6875	279.104	.663	.925

### 3. Uji Validitas Putaran Ketiga

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item2	108.7375	274.019	.509	.927
item3	110.0000	263.696	.656	.925



item4	108.1875	282.762	.330	.929
item7	109.0125	268.240	.532	.927
item9	109.5375	263.416	.628	.926
item10	109.3250	277.361	.355	.929
item12	109.4625	268.530	.533	.927
item13	109.8375	268.771	.502	.927
item14	108.8875	272.709	.550	.927
item16	110.0625	271.578	.452	.928
item17	109.5750	265.058	.618	.926
item20	110.1000	270.927	.506	.927
item21	109.3750	270.491	.504	.927
item22	108.6250	278.617	.388	.928
item23	109.3000	274.643	.479	.927
item24	110.0250	271.341	.402	.929
item25	110.0250	262.961	.679	.925
item26	109.4125	276.499	.360	.929
item27	109.0000	275.570	.423	.928
item28	109.2625	271.234	.607	.926
item29	109.2375	266.386	.662	.925
item30	109.9000	264.522	.591	.926
item31	109.1125	277.519	.308	.929
item32	108.7500	279.278	.360	.929
item35	109.2500	274.797	.442	.928
item36	109.0250	272.480	.652	.926
item37	110.0750	269.564	.457	.928
item38	109.9500	266.554	.654	.925
item39	109.7750	271.366	.434	.928
item40	109.6000	267.661	.677	.925
item41	109.7500	262.570	.734	.924
item42	110.0500	263.061	.677	.925

#### 4. Uji Reliabilitas Puratan Pertama

##### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.920	34

#### 5. Uji Reliabilitas Putaran Kedua

##### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.929	32

#### 6. Uji Reliabilitas Putaran Ketiga

##### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.929	32

#### 7. Uji Normalitas

##### Tests of Normality

	jenis siswa	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
orientasi	santri	.154	10	.200*	.983	10	.978
masa depan	nonsantri	.229	10	.147	.913	10	.305

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

## 8. Uji Homogenitas

### Test of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Skor	Based on Mean	.018	1	18	.896
	Based on Median	.015	1	18	.903
	Based on Median and with adjusted df	.015	1	17.553	.903
	Based on trimmed mean	.017	1	18	.899

## 9. Uji Mann Whitney U Test Goal setting

### Test Statistics<sup>a</sup>

	Hasil goal setting
Mann-Whitney U	12.500
Wilcoxon W	222.500
Z	-5.134
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: prepost

b. Not corrected for ties.

## 10. Uji Mann Whitney U Test Orientasi Masa Depan

### Test Statistics<sup>a</sup>

	Hasil goal setting
Mann-Whitney U	16.500
Wilcoxon W	226.500
Z	-4.969
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: prepost

b. Not corrected for ties.

### 11. Uji Sperman Rho *Goal Setting* dengan Orientasi Masa Depan

#### Correlations

		Goal setting	OMD	
Spearman's rho	Goal setting	Correlation Coefficient	1.000	
		Sig. (2-tailed)	.	
		N	20	
	OMD	Correlation Coefficient	.654**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.002	.
		N	20	20

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### 12. Uji *Mann Whitney U Test* Orientasi Masa Depan Santri dan Non Santri

#### Test Statistics<sup>a</sup>

	Hasil goal setting
Mann-Whitney U	47.000
Wilcoxon W	102.000
Z	-.227
Asymp. Sig. (2-tailed)	.820
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.853 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: prepost

b. Not corrected for ties.

### 13. Descriptive Statistik Orientasi Masa Depan Santri dan Non Santri

#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Santri	10	93	141	126.00	14.644
Nonsntri	10	111	142	127.10	10.796
Valid N (listwise)	10				

## TABULASI DATA

### *Pretest Skala Orientasi Masa Depan Santri*

Nama	ITEM																																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32			
NDN	4	3	5	3	2	4	3	3	4	3	1	3	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3
AD	4	3	4	4	2	4	3	4	5	3	2	3	4	3	3	3	2	4	2	2	2	2	5	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3
DM	3	3	4	3	4	3	2	3	4	2	2	2	3	3	3	4	3	5	3	3	1	4	3	2	4	3	3	2	5	3	4	2	3	4	2
K	4	2	4	3	2	4	4	3	5	3	2	3	3	5	3	3	1	4	3	3	4	4	3	5	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3
F	3	2	4	4	1	3	3	4	3	2	5	3	4	4	3	1	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	2	2	2
KS	3	2	5	5	3	3	4	3	3	2	2	4	1	5	3	4	3	5	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3
LVA	4	2	4	2	4	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2
ALR	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2
YM	5	2	5	5	4	3	2	1	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	4	4	4	4	2	2	3	1	2	5	4	3	4	3	4	
FH	5	1	5	2	3	4	4	4	4	5	5	2	2	2	2	1	1	3	5	2	2	2	3	4	2	4	3	4	1	1	1	1	1	1	

**Posttest Skala Orientasi Masa Depan Santri**

Nama	ITEM																																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32				
NDN	4	3	5	3	2	4	3	3	4	3	1	3	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	
AD	4	3	4	4	2	4	3	4	5	3	2	3	4	3	3	3	2	4	2	2	2	2	5	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3		
DM	3	3	4	3	4	3	2	3	4	2	2	2	3	3	3	4	3	5	3	3	1	4	3	2	4	3	3	2	5	3	4	2	3	4	2	
K	4	2	4	3	2	4	4	3	5	3	2	3	3	5	3	3	1	4	3	3	4	4	3	5	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3		
F	3	2	4	4	1	3	3	4	3	2	5	3	4	4	3	1	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	2
KS	3	2	5	5	3	3	4	3	3	2	2	4	1	5	3	4	3	5	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
LVA	4	2	4	2	4	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	2
ALR	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2
YM	5	2	5	5	4	3	2	1	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	4	4	4	4	2	2	3	1	2	5	4	3	4	3	4	4	
FH	5	1	5	2	3	4	4	4	4	5	5	2	2	2	2	1	1	3	5	2	2	2	3	4	2	4	3	4	1	1	1	1	1	1	1	

**Pretest Skala Orientasi Masa Depan Non Santri**

Nama	ITEM																																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	
AG	5	2	5	3	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	5	2	4	3	1	3	3	3	3	1
SB	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	5	3	5	3	3	4	4	5	4	3	3	1	1	2	4	3	1	4	1	1	4	5	5
REF	4	4	4	4	4	2	5	4	4	3	2	3	4	4	2	4	4	2	2	4	3	3	2	4	2	2	2	3	2	3	3	3	2
NH	3	2	4	3	2	5	3	2	5	3	2	4	2	4	3	3	5	3	3	4	4	2	4	3	2	2	3	3	3	2	2	3	
SS	3	2	4	4	1	2	3	2	3	2	4	3	3	5	1	4	3	2	4	3	2	4	2	4	1	5	3	4	2	4	2	2	
MN	4	2	5	2	4	3	4	1	3	3	1	3	1	5	2	1	1	5	4	3	1	1	3	5	4	3	1	1	1	1	1	3	
IAZ	4	1	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	
MAJ	5	3	5	4	1	2	3	1	4	4	2	1	4	3	5	1	1	5	5	4	2	2	4	5	4	4	1	1	2	1	1	1	
NL	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	2	3	3	2	
NF	3	2	4	4	1	2	3	2	3	2	4	3	3	5	1	4	3	2	4	3	2	4	2	4	1	5	3	4	2	4	2	2	

**Posttest Skala Orientasi Masa Depan Non Santri**

Nama	ITEM																																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	
AG	4	3	4	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	4	3	5	4	4	4	3	5	2	3	3	2	2	4	4	4	4	4	4	3
SB	5	5	5	5	5	4	5	4	3	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	3	3	4	4	4	1	5	3	4	4	4	4
REF	5	2	5	5	2	4	4	4	3	2	4	2	2	5	3	5	4	5	4	3	5	2	3	2	2	2	3	4	4	4	4	4	4
NH	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	5	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	
SS	4	4	5	5	3	4	4	4	5	3	4	5	5	5	5	1	5	3	5	5	5	3	5	5	4	5	3	4	5	5	5	4	4
MN	5	4	5	5	3	5	4	4	5	4	4	3	4	5	5	4	4	5	4	3	4	4	3	5	5	5	3	3	4	4	4	4	4
IAZ	5	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4
MAJ	5	4	5	4	2	5	4	4	3	4	4	3	4	4	4	5	1	4	4	5	5	2	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4
NL	5	4	5	5	4	4	5	4	4	3	4	3	4	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	4	3	3	3	3	4	4	4
NF	5	4	5	5	4	4	5	4	4	3	4	3	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	3	3	3	3	4	4	4



***Pre-test Hasil Rubikasi Worksheet Goal Setting Santri***

Nama	Aspek				
	Spesifik	Measurable	Achievable	Realistic	Time Based
AG	2	0	1	2	1
SB	1	1	1	1	1
REF	2	0	1	0	1
NH	1	0	1	1	1
SS	2	1	1	1	2
MN	1	0	1	1	1
IAZ	1	0	1	0	1
MAJ	2	0	1	0	0
NL	1	1	1	2	1
NF	1	0	1	0	0

***Post-test Hasil Rubikasi Worksheet Goal Setting Santri***

Nama	Aspek				
	Spesifik	Measurable	Achievable	Realistic	Time Based
AG	2	1	1	1	1
SB	2	1	1	2	1
REF	2	1	2	1	1
NH	2	1	1	2	1
SS	2	2	1	2	2
MN	2	1	1	2	1
IAZ	2	1	1	2	1
MAJ	2	1	1	1	0
NL	2	1	1	2	1
NF	2	2	1	1	0

***Pre-test Hasil Rubikasi Worksheet Goal Setting Non Santri***

Nama	Aspek				
	Spesifik	Measurable	Achievable	Realistic	Time Based
AG	2	0	1	0	1
SB	2	0	1	0	0
REF	2	0	1	0	0
NH	1	0	1	1	0
SS	2	1	1	1	1
MN	2	1	1	1	1
IAZ	0	0	1	1	1
MAJ	1	0	1	0	0
NL	1	0	1	0	0
NF	1	0	1	0	0

***Post-test Hasil Rubikasi Worksheet Goal Setting Non Santri***

Nama	Aspek				
	Spesifik	Measurable	Achievable	Realistic	Time Based
AG	2	1	1	1	2
SB	2	1	2	2	1
REF	2	1	1	1	2
NH	2	1	1	2	1
SS	2	1	1	1	2
MN	2	1	2	2	1
IAZ	2	1	2	2	2
MAJ	2	1	2	2	1
NL	2	1	1	2	2
NF	2	1	1	2	1

**Rubikasi Worksheet Goal Setting**

PRINSIP	SKOR		
	0	1	2
SPESIFIK	Pemilihan karir/tujuan masih terlalu general.	Pemilihan karir/tujuan sudah cukup spesifik namun masih ada bentuk yang lebih spesifik yang belum disebutkan.	Pemilihan karir atau tujuan sangat spesifik.
MEASURABLE	Target kegiatan yang dibuat tidak ada indikator keberhasilannya.	Ada indikator keberhasilan dan kegagalan namun masih belum spesifik.	Sudah membuat indikator keberhasilan dan kegagalan dari suatu target dengan spesifik.
ACHIEVABLE	Tujuan yang di buat tidak realistis untuk dapat di capai.	Tujuan yang dibuat kurang realistis dengan kondisi yang ada.	Tujuan yang di buat realistis untuk dapat di capai.
REALISTIK	Dalam menyusun rencana tidak berdasarkan analisis sumberdaya yang dimiliki.	Rencana yang disusun sudah berdasarkan sumberdaya namun belum spesifik.	Rencana yang disusun sudah berdasarkan analisis sumber daya yang dimiliki.
TIME BASE	Tidak target waktu yang jelas. atau ketika membuat jangka waktu tidak realistis.	Membuat target waktu namun kurang realisitas	Terdapat jangka waktu yang realistis.

**MODUL PELATIHAN *GOAL SETTING* UNTUK MENINGKATKAN  
ORIENTASI MASA DEPAN REMAJA**



**Oleh:  
Uyynavelia Hardysta  
(1521900018)**

**MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2021**

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur dihadapan Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan praktikan kemudahan dalam menyusun modul pelatihan *goal setting* ini. Modul pelatihan *goal setting* ini tersusun sebagai pedoman dalam memberikan intervensi siswa SMA di sumenep madura dalam meningkatkan orientasi masa depannya. Pada kesempatan ini kami mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada ibu Dr. IGAA Noviekayati, M.Si, Psikolog dan juga Dr. Dyan Evita Santy, M.Si, Psikolog selaku dosen pembimbing tesis yang telah membimbing peneliti dalam menyusun modul intervensi ini.

Kami menyadari bahwa modul ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak terdapat kesalahan serta kekurangan didalamnya. Untuk itu kami mengharapkan kritik dan saran dari pembaca guna kesempurnaan modul ini. Semoga modul ini bermanfaat

Surabaya, 27 Desember 2021

Peneliti

**DAFTAR ISI**

<b>Kata Pengantar .....</b>	<b>i</b>
<b>Daftar isi.....</b>	<b>ii</b>
<b>I. Pendahuluan .....</b>	<b>1</b>
a. Latar Belakang Masalah .....	1
b. Tujuan Kegiatan .....	4
c. Manfaat .....	5
<b>II. Rancangan Kegiatan.....</b>	<b>6</b>
a. Petunjuk Umum .....	6
b. Kontrak Kegiatan .....	6
c. Lembar Petunjuk Untuk Trainer .....	8
d. Lembar Pre-post tes .....	11
e. Peserta.....	14
f. Materi.....	14
g. Lembar Kerja .....	17
h. Penutup .....	22
<b>Daftar Pustaka .....</b>	<b>23</b>

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu tahap perkembangan yang salah satu tugas perkembangannya adalah tercapainya kemandirian ekonomi (Hurlock, 2004). Oleh sebab itu pada tahap perkembangan remaja seharusnya para remaja telah memiliki persiapan-persiapan dalam bentuk perencanaan karir sesuai dengan minat dan kemampuan, membekali diri dengan pengetahuan dan keterampilan yang berguna agar tercapainya tugas di tahap perkembangan tersebut. Aspek kehidupan di masa depan yang banyak mendapat perhatian dari remaja yaitu pendidikan, pekerjaan serta kehidupan rumah tangga (Desmita, 2015). Hal ini menunjukkan bahwa tahap perkembangan remaja merupakan tahap perkembangan yang tepat untuk memulai membentuk orientasi masa depan agar dapat memenuhi tugas perkembangannya.

Remaja dalam mengambil keputusan dalam hidupnya mulai memperhatikan masa depannya seperti pekerjaan yang diinginkan di masa depan, pendidikan yang diinginkan di masa depan serta kehidupan keluarga yang seperti apa yang diharapkan di masa depan sebagai ruang lingkup dari orientasi masa depannya. Oleh sebab itu remaja memberikan perhatian dan harapan mengenai masa depan serta menyusun rencana agar dapat mewujudkannya (Greene, 1990; Nurmi, 1989; Poole & Cooney, 1987).

Nurmi (1991) mengatakan bahwa orientasi masa depan adalah gambaran mengenai masa depan individu yang diperoleh berdasarkan skema, sikap dan asumsi dari pengalaman masa lalu yang berintegrasi dengan lingkungan sehingga menghasilkan harapan-harapan di masa depan serta membentuk kehendak dan pemaknaan diri mengenai hal-hal yang akan terjadi di masa depan. Sedangkan Seginer (2009) berpendapat bahwa orientasi masa depan merupakan segala kepentingan masa depan yang dijadikan landasan bagi individu dalam memutuskan masa depannya dengan cara menetapkan tujuan serta menyusun perencanaan untuk masa depannya. Seginer (2009) juga mengatakan bahwa terdapat penelitian yang menunjukkan mengenai keinginan remaja di masa depan baik di bidang karir, pendidikan serta kehidupan keluarga secara signifikan dipengaruhi oleh pengalaman hidupnya.

Seginer, Nurmi dan Pola (dalam Seginer, 2009) menjelaskan mengenai dimensi-dimensi orientasi masa depan yaitu motivasi, *cognitive representation*, serta perilaku. Motivasi merupakan dorongan yang dimiliki individu untuk dapat memikirkan masa depannya. *Cognitive representation* terdiri dari dua aspek yakni *content* dan *valance*. *Content* merupakan berbagai bidang kehidupan yang dibangun oleh individu, sedangkan *valance* merupakan sesuatu yang diusahakan dan dihindari

oleh individu melalui *hopes* (harapan) dan *fears* (ketakutan). Sedangkan dimensi perilaku terdiri dari dua aspek yaitu *exploration* dan *commitment*. *Exploration* yaitu perilaku individu berupa mencari dan mengumpulkan informasi, meminta pendapat maupun nasihat dari orang lain, memastikan kesesuaian antara keinginan masa depan tersebut dengan karakteristik yang dimiliki serta menggali kesesuaian antara karakteristik dengan lingkungan dimana individu tersebut berada. Sedangkan *commitment* merupakan tindakan yang dilakukan individu sesuai dengan apa yang telah ditetapkannya. Komitmen berkaitan erat dengan *decision making*.

Wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti di salah satu kompleks pondok pesantren di Sumenep menghasilkan dari 67 siswa maupun mahasiswa yang mondok maupun tidak mondok (santri maupun non santri) mampu menyebutkan tujuan hidupnya yaitu menjadi seseorang yang berguna, membanggakan orangtua, menjadi orang yang sukses, namun hanya 13 orang yang mampu menyebutkan secara spesifik berguna dalam bentuk yang seperti apa, sukses di bidang apa serta membahagiakan orangtua dengan cara seperti apa. Empat puluh lima diantaranya mengaku tidak memiliki perencanaan mengenai masa depannya sedangkan 22 diantaranya sudah mulai memiliki perencanaan mengenai masa depannya. Enam puluh dua orang mampu menyebutkan pekerjaan yang diinginkan dan 5 orang masih bingung pekerjaan atau kegiatan apa yang akan diinginkan di masa depan. Dua puluh tiga orang diantaranya memiliki keinginan untuk menjadi pengusaha namun hanya 11 orang yang dapat menyebutkan secara spesifik pengusaha di bidang apa. Lima belas orang diantaranya mengatakan ingin menjadi guru/pendidik/dosen namun hanya 5 orang yang mampu menyebutkan secara spesifik menjadi guru/pendidik/dosen di bidang apa. Dua puluh empat orang mengatakan ingin menjadi perawat, polwan, model, pendakwah, PNS, pengacara, tentara dan sebagainya sedangkan 5 orang lain mengatakan pekerjaan apa saja yang penting halal. Selain itu dari 13 orang yang telah memiliki perencanaan mengenai masa depannya, 6 orang sudah melakukan perencanaannya dan melakukan eksplorasi dan sudah mulai menjalankan apa yang direncanakan sedangkan 7 orang yang lain masih dalam angan-angan mengenai perencanaannya.

Berdasarkan wawancara tersebut maka dapat disimpulkan bahwa para responden kurang memiliki orientasi terhadap masa depan. Sesuai dengan aspek orientasi masa depan, pada umumnya para responden hanya memiliki motivasi. Dari 67 orang santri hanya 13 orang yang sudah memiliki dimensi behavior dalam orientasi masa depannya dan 6 diantaranya sudah melakukan eksplorasi dan komitmen dalam bentuk mulai menjalankan apa yang telah direncanakan sedangkan 7 santri yang lain masih dalam perencanaan.



Berbagai faktor dapat mempengaruhi terbentuknya orientasi masa depan remaja. Rasarati dkk (2012) mengatakan bahwa tidak hanya kematangan kognitif namun budaya serta konteks budaya dapat juga membentuk orientasi masa depan remaja. Trommsdorff (1983) mengatakan bahwa terdapat empat hal yang berhubungan dengan perkembangan orientasi masa depan yaitu adanya tuntutan situasi berupa kemampuan representatif kognitif seseorang mengenai kondisi yang sedang dihadapi saat ini serta kondisi masa depan yang akan dihadapi. Kedua adalah kematangan kognitif yaitu kemampuan individu dalam menyusun kemungkinan-kemungkinan dalam mengeksplorasi tindakan sehingga dapat membantu individu dalam menyusun tujuan dan alternatif perencanaan mengenai masa depannya. Ketiga adalah pengaruh dari *social learning*. Faktor eksternal berupa pengalaman belajar dengan lingkungannya baik lingkungan keluarga, sekolah maupun lingkungan kerja dapat mempengaruhi berbagai aspek orientasi masa depan individu yakni aspek kognitif, motivasional dan afektifnya. Keempat adalah *interaction processes* yaitu hubungan antara harapan dari lingkungan untuk dapat berhasil di masa depan, optimis individu mengenai masa depannya serta kontrol internal yang baik di masa depan.

Pendidikan di pondok pesantren secara umum hanya berfokus pada ilmu-ilmu agama saja dan belum banyak pondok pesantren yang memposisikan dirinya untuk menyikapi berbagai persoalan-persoalan sosial yang terjadi di masyarakat sehingga banyak yang menilai bahwa pondok pesantren hanya mampu mencetak alumni dengan kemampuan agama yang baik namun kurang memiliki kemampuan (*skill*) yang dibutuhkan pasar terutama tenaga kerja (Tazkiyah, 2020).

Namun survei awal yang dilakukan peneliti terhadap 67 siswa dan mahasiswa baru yang diantaranya terdiri dari 30 siswa dan mahasiswa yang sekaligus berstatus sebagai santri (mondok) dan 37 siswa yang tidak mondok keduanya rata-rata memiliki orientasi masa depan yang rendah. Dari 30 santri hanya 7 santri yang memiliki perencanaan mengenai masa depannya. Sedangkan dari 37 siswa non santri hanya 10 santri yang memiliki perencanaan mengenai masa depannya. Hal ini menunjukkan bahwa baik siswa yang berstatus santri maupun non santri mayoritas sama-sama belum memiliki orientasi masa depan yang ditunjukkan dengan belum adanya perencanaan mengenai masa depan.

Pelatihan *goal setting* merupakan salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan orientasi masa depan remaja. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Zakariyya & Koentjoro (2019) yang mengatakan bahwa pelatihan *goal setting* dapat meningkatkan orientasi masa depan siswa SMP. Pelatihan *goal setting* merupakan suatu pelatihan untuk mengajarkan keterampilan dalam merancang dan menetapkan tujuan dengan baik agar tujuan tersebut dapat dicapai (Weinberg et dkk, 2001). Locke & Latham (2002) mengatakan bahwa dasar dari teori *goal setting* yaitu

mendorong seseorang untuk dapat berusaha meraih tujuannya. Tujuan yang spesifik dan memiliki tingkat kesulitan tertentu akan menjadi individu memiliki usaha yang lebih baik dibandingkan tujuan spesifik namun tingkat kesulitannya mudah sehingga dapat mendorong individu untuk melakukan yang terbaik dalam mencapai tujuannya (Kleingeld dkk, 2011).

Melalui pelatihan *goal setting* individu dapat memaksimalkan tahapan dalam mengembangkan orientasi masa depan karena manfaat dari *goal setting* diantaranya memberikan penguatan internal mengenai kemampuan pribadi individu, membantu menentukan tujuan dan arah yang jelas mengenai apa yang akan dicapai, menumbuhkan motivasi dalam mengarahkan tindakan untuk meraih mimpi dan ambisi serta mengukur pencapaian yang telah dilakukan (De Janasz & Forret, 2008).

Berdasarkan penjelasan diatas maka penelitian ini ingin mengetahui efektifitas dari pemberian pelatihan *goal setting* terhadap orientasi masa depan pada siswa SMA di pesantren dan non pesantren. Oleh sebab itu, peneliti menyusun modul pelatihan *goal setting* ini bertujuan untuk dapat membantu siswa SMA yang berasal dari pesantren maupun non pesantren dalam meningkatkan orientasi masa depannya sehingga mereka dapat lebih fokus untuk dapat meraih masa depannya. Dengan menggunakan metode pelatihan ini diharapkan para anggota kelompok dapat menentukan tujuan hidupnya, membuat perencanaan serta dapat mengevaluasi rencana yang telah dibuat agar dapat lebih fokus dalam meraih tujuan hidupnya.

## **B. Tujuan kegiatan**

### **1. Tujuan Umum**

Membantu siswa SMA yang berasal dari sekolah pesantren dan sekolah non pesantren dalam meningkatkan orientasi masa depan.

### **2. Tujuan Khusus**

1. Membantu siswa SMA yang berasal dari sekolah pesantren dan sekolah non pesantren dalam menemukan tujuan hidupnya.
2. Membantu siswa SMA yang berasal dari sekolah pesantren dan sekolah non pesantren dalam membuat perencanaan mengenai tujuan hidupnya.
3. Membantu siswa SMA yang berasal dari sekolah pesantren dan sekolah non pesantren dalam mengevaluasi perencanaan mengenai masa depannya.

## **C. Manfaat**

### **1. Manfaat Teoritis**

Memperkaya informasi di bidang psikologi terutama berkaitan dengan pelatihan *goal setting* dalam meningkatkan orientasi masa depan pada siswa SMA yang berasal dari sekolah pesantren dan sekolah non pesantren. Selain itu, diharapkan kegiatan ini juga dapat menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti dalam melakukan penelitian eksperimen mengenai efektifitas pelatihan *goal setting* dalam

meningkatkan orientasi masa depan siswa SMA yang berasal dari sekolah pesantren dan sekolah non pesantren.

## **2. Manfaat Praktis**

Dapat membantu siswa SMA yang berasal dari sekolah pesantren dan sekolah non pesantren dalam meningkatkan orientasi masa depan sehingga diharapkan para siswa dapat lebih fokus dalam mencapai tujuan hidupnya.

## BAB II RENCANA PROGRAM PELATIHAN

### A. Petunjuk Umum

#### 1. Metode

Pelatihan ini mengaplikasikan beberapa metode pelatihan. Setiap metode disesuaikan dengan kebutuhan per sesi. Metode yang digunakan adalah tatap muka dengan materi yang sudah disediakan, diskusi, pengisian lembar kerja, refleksi dan evaluasi

#### 2. Sesi

Pelatihan *goal setting* untuk meningkatkan orientasi masa depan remaja ini terdiri dari lima sesi. Setiap sesi memiliki tema tersendiri yaitu:

- a. Sesi pertama pembukaan dan perkenalan serta kontrak kegiatan.
- b. Sesi kedua memberikan pemahaman mengenai pentingnya orientasi masa depan.
- c. Sesi ketiga penggalian potensi diri sesuai dengan orientasi masa depannya.
- d. Sesi keempat perancangan *goal setting* untuk meraih masa depan.
- e. Sesi kelima komitmen dan penutup.

#### 3. Keterangan

Terdapat 3 lembar penunjang modul pelatihan ini:

- a. Lembar petunjuk trainer  
Merupakan lembar yang berisi uraian kegiatan lengkap beserta waktu dan instruksi yang menjadi pedoman trainer dalam melaksanakan setiap kegiatan.
- b. Lembar kerja kegiatan  
Lembar ini berisikan penugasan-penugasan yang diberikan kepada peserta selama proses pelatihan berlangsung.
- c. Lembar *pre* dan *post test*  
Lembar ini adalah untuk mengetahui seberapa efektif pelatihan tanggap banjir ini pada responden.

### B. Kontrak kegiatan

#### 1. Tujuan

- a. Menjelaskan kepada peserta mengenai pelatihan yang akan dilakukan.
- b. Menjelaskan kepada peserta aturan-aturan yang harus dipenuhi.
- c. Mengetahui kesediaan peserta untuk mengikuti pelatihan secara penuh tanpa paksaan.

#### 2. Outcome

Peserta dapat mengikuti seluruh pelatihan dengan baik sehingga dapat diperoleh hasil secara maksimal. Selain itu peserta dapat membuat perencanaan mengenai masa depannya dan berkomitmen untuk menjalankan rencana yang telah dibuat.

### 3. *Rundown Acara*

SESI	KEGIATAN	DURASI	TUJUAN	DETAIL KEGIATAN
I	Pembukaan	20 menit	Membangangun <i>rapport</i> serta menjelaskan pelatihan yang akan dilaksanakan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perkenalan.</li> <li>• Penjelasan tentang pelatihan yang akan dijalani.</li> <li>• Membuat kesepakatan mengenai peraturan pelatihan.</li> </ul>
II	Inspirasi masa depan	90 menit	Memberikan pemahaman mengenai pentingnya memiliki orientasi masa depan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materi tentang pentingnya orientasi masa depan.</li> <li>• Diskusi mengenai orientasi masa depan.</li> <li>• Melihat video kisah sukses dan merefleksikannya.</li> <li>• Mengerjakan <i>worksheet</i> 1 (Aku ingin menjadi).</li> </ul>
Ice Breaking I		15 menit	Menghilangkan kejenuhan, lelah serta pengantar materi ke II	Game siapa dia
III	Menggali potensi diri	45 Menit	Peserta dapat mengenali potensi diri sehingga dapat meraih tujuan masa depan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengerjakan <i>worksheet</i> 2 (tentang diriku).</li> <li>• Diskusi mengenai <i>worksheet</i> 2 (tentang diriku).</li> </ul>
<b>ISHOMA</b>				

Ice Breaking II		15 Menit	Mengembalikan fokus peserta	Games katamu ceritaku
IV	Merancang <i>Goal setting</i>	120 menit	Peserta dapat membuat perencanaan untuk masa depannya.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materi tentang <i>goal setting</i> dan metode SMART.</li> <li>• Menyusun perencanaan dengan mengerjakan <i>worksheet 3</i> (Rencana Jangka Panjangku) dan <i>worksheet 4</i> ((Rencana Jangka Pendekku).</li> <li>• Diskusi mengenai perencanaan yang telah dibuat.</li> </ul>
V	Penutupan	30 menit	Para peserta dapat berkomitmen untuk menjalankan <i>goal setting</i> yang telah dibuat.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Review</i> materi.</li> <li>• <i>Trainer</i> mengajak peserta untuk dapat menjalankan rencana yang telah dibuat.</li> <li>• Penutupan.</li> </ul>

### C. Lembar Petunjuk Trainer

#### Sesi I: Sesi pertama pembukaan, perkenalan dan kontrak pelatihan.

##### 1. Tujuan

- a. Peserta dan trainer saling mengenal satu sama lain
- b. Membuat kontrak pelatihan.
- c. Menjelas mengenai pelatihan yang akan dilakukan.

##### 2. Setting

Tatap muka di ruang belajar SMA 3 Annuqoyah

##### 3. Alat

1. *Informed consent*
2. *Pretest*

##### 4. Metode

- a. Tanya jawab

##### 5. Langkah-langkah

- a. Persiapan  
Mempersiapkan alat dan tempat pelatihan.
- b. Orientasi
  - 1) Salam:  
Trainer menyampaikan salam.
  - 2) Evaluasi validasi:
    - a. Menanyakan kabar peserta hari ini.
    - b. Menanyakan perasaan peserta saat ini.
  - 3) Kontrak
    - a. Menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan lama kegiatan 40-80 menit).
    - b. Mengisi *informed consent*.
- c. Kerja
  - 1) Perkenalan antar peserta dan trainer.
  - 2) Melakukan *pretest*.
  - 3) Membuat kesepakatan mengenai peraturan pelatihan yang akan dilakukan.

## **Sesi II: Inspirasi masa depan.**

- 1. Tujuan**  
Memberikan pemahaman mengenai pentingnya memiliki orientasi masa depan.
- 2. Setting**  
Tatap muka di ruang belajar SMA 3 Annuqoyah
- 3. Alat**
  - a. Video kisah sukses (Video ringkasan film *The Billionaire*).
  - b. Materi
  - c. *Worksheet* 1 (Aku ingin menjadi).
- 4. Metode**
  - a. Diskusi
  - b. Tanya jawab
- 5. Langkah-langkah**
  - a. Memaparkan materi tentang pentingnya memiliki orientasi masa depan.
  - b. Diskusi.
  - c. Menonton vidio
  - d. Merefleksikan vidio.
  - e. Mengerjakan *worksheet* 1(Aku ingin menjadi).

**Sesi III: Menggali potensi diri.****1. Tujuan**

Peserta dapat mengenali potensi diri untuk dapat meraih tujuan masa depan.

**2. Setting**

Tatap muka di ruang belajar SMA 3 Annuqoyah

**3. Alat**

*Worksheet 2* (Tentang diriku)

**4. Metode**

- a. Diskusi
- b. Tanya jawab

**5. Langkah-langkah**

- a. Peserta diminta untuk mengerjakan *worksheet 2* (tentang diriku).
- b. Perwakilan beberapa peserta untuk membacakan hasil pengerjaan *worksheet 2* (Tentang diriku) dan didiskusikan bersama.

**Sesi IV: Merancang goal setting.****1. Tujuan**

Peserta dapat membuat perencanaan untuk masa depannya.

**2. Setting**

Tatap muka di ruang belajar SMA Annuqoyah

**3. Alat**

- a. Materi
- b. *Worksheet 3* (Rencana Jangka Panjangku)
- c. *Worksheet 4* (Rencana Jangka Pendekku)

**4. Metode**

- a. Pemaparan materi
- b. Mengerjakan *worksheet*
- c. Diskusi
- d. Tanya jawab

**5. Langkah-langkah**

- a. Pemaparan materi mengenai goal setting dan metode SMART.
- b. Diskusi.
- c. Mengerjakan *Worksheet 3* (Rencana Jangka Panjangku).
- d. Mengerjakan *Worksheet 4* (Rencana Jangka Pendekku).
- e. Berdiskusi mengenai hasil pengerjaan *worksheet* peserta pelatihan.



#### Sesi IV: Penutupan.

##### 1. Tujuan

Para peserta dapat berkomitmen untuk menjalankan *goal setting* yang telah dibuat.

##### 2. Setting

Tatap muka di ruang belajar SMA Annuqoyah

##### 3. Alat

- a. *Posttest*
- b. Lembar Evaluasi Pelatihan

##### 4. Metode

Tanya jawab

##### 5. Langkah-langkah

- a. Kerja
  - 1) Trainer bersama-sama dengan peserta mereview materi yang telah didapatkan.
  - 2) Trainer mengajak peserta untuk berkomitmen dengan *goal setting* yang telah dibuat.
  - 3) Trainer memberikan motivasi bagi peserta untuk dapat menjalankan *goal setting* yang telah dibuat.
  - 4) Mengisi *posttest*.
- c. Terminasi
  - 1) Mengisi lembar evaluasi pelatihan.
  - 2) Meminta *feedback* dari klien proses terapi yang diberikan
  - 3) Memberikan apresiasi atas kesediaan peserta mengikuti pelatihan *goal setting*.

#### D. Lembar Pre dan Post Test

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Aku yakin dapat meraih cita-citaku.					
2.	Hingga saat ini aku tidak memahami apa yang menjadi bakatku sehingga aku tidak tau apa yang akan aku lakukan ketika sudah lulus sekolah.					
3.	Aku belajar dengan giat agar tidak mengalami kegagalan di masa depan.					

4.	Berdasarkan cita-citaku aku sudah memutuskan untuk melanjutkan jenjang pendidikan di perguruan tinggi.					
5.	Aku tidak yakin dengan kemampuanku untuk meraih apa yang aku cita-citakan.					
6.	Aku memiliki kemampuan yang dapat memudahkanku dalam meraih apa yang aku cita-citakan.					
7.	Aku berharap dapat meraih apa yang telah aku cita-citakan.					
8.	Aku belum punya gambaran tentang masa depan.					
9.	Karena keterbatasan yang ada aku tidak mencari tahu kompetensi apa yang dapat mendukung pekerjaan/bidang karir yang aku inginkan.					
10.	Aku sudah membuat keputusan untuk berkarir di bidang yang sesuai dengan minat dan bakatku.					
11.	Aku ragu apakah cita-citaku sudah sesuai dengan kemampuanku.					
12.	Aku masih bimbang mengenai minatkku sehingga aku belum memutuskan cita-citaku.					
13.	Aku memiliki keinginan untuk dapat mewujudkan impianku.					
14.	Aku tidak tahu apa yang akan aku lakukan jika masa depanku tidak sesuai dengan apa yang telah aku rencanakan.					
15.	Aku malas mencari informasi mengenai pekerjaan apa yang cocok dengan kemampuanku.					
16.	Aku bertekad untuk dapat menekuni bidang yang aku minati agar dapat meraih cita-cita yang aku inginkan.					

17.	Aku yakin dapat mencapai apa yang aku inginkan karena telah memiliki perencanaan yang matang.					
18	Aku pesimis dapat memiliki masa depan yang baik.					
19	Aku masih mencari-cari apa yang menjadi kelebihanku sehingga aku belum dapat menentukan masa depanku.					
20	Aku membuat rencana cadangan untuk mewujudkan cita-citaku sehingga tidak khawatir mengenai masa depanku.					
21.	Aku mencari informasi mengenai apa saja yang dapat mendukung cita-citaku.					
22.	Aku adalah orang yang gigih dalam mengusahakan apa yang aku inginkan sehingga aku yakin akan masa depanku.					
23.	Aku asal saja dalam menentukan apa yang menjadi tujuan hidupku.					
24.	Aku tidak berani berharap banyak mengenai masa depanku karena keterbatasan yang aku miliki					
25.	Aku meminta saran orang terdekatku dalam menentukan cita-citaku.					
26.	Usahaku dalam meraih tujuan hidupku pasti akan membuahkan hasil.					
27.	Cita-cita yang aku inginkan sudah berdasarkan pencarianku mengenai bakat dan minat.					
28.	Bakat yang aku miliki merupakan bekal untuk dapat meraih cita-cita yang aku inginkan.					
29.	Aku pasrah atas apa yang akan terjadi di masa depan.					
30.	Aku kurang konsisten dalam menjalankan					

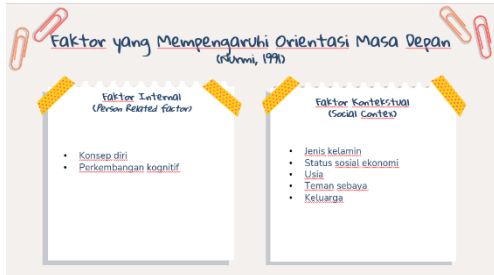
	apa yang telah aku rencanakan untuk masa depanku.					
31.	Ketika aku melihat sesuatu yang menarik aku akan dengan mudah mengganti tujuan hidupku.					
32.	Aku tidak tau apa yang menjadi pedomanmu dalam menentukan tujuan hidupku.					
33.	Aku masih belum yakin dalam membuat rencana mengenai masa depanku.					
34.	Aku masih ragu apakah cita-citaku ini tepat atau tidak untuk masa depanku.					

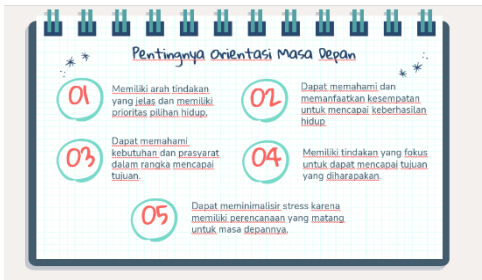
## E. Peserta

Peserta adalah siswa kelas XII SMA Annuqayah dan siswa kelas XII SMA Terpadu Insan Hanifah.

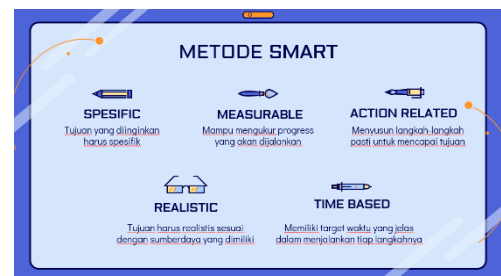
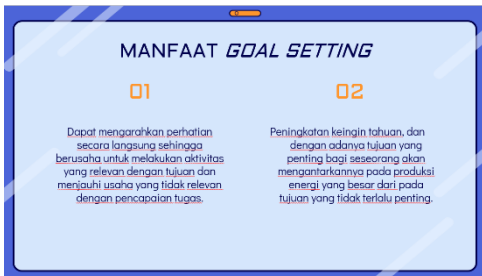
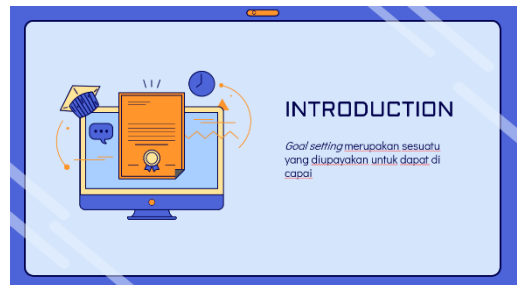
## F. Materi

### 1. Orientasi Masa Depan





## 2. Goal Setting





### **3. Ice Breaking I**

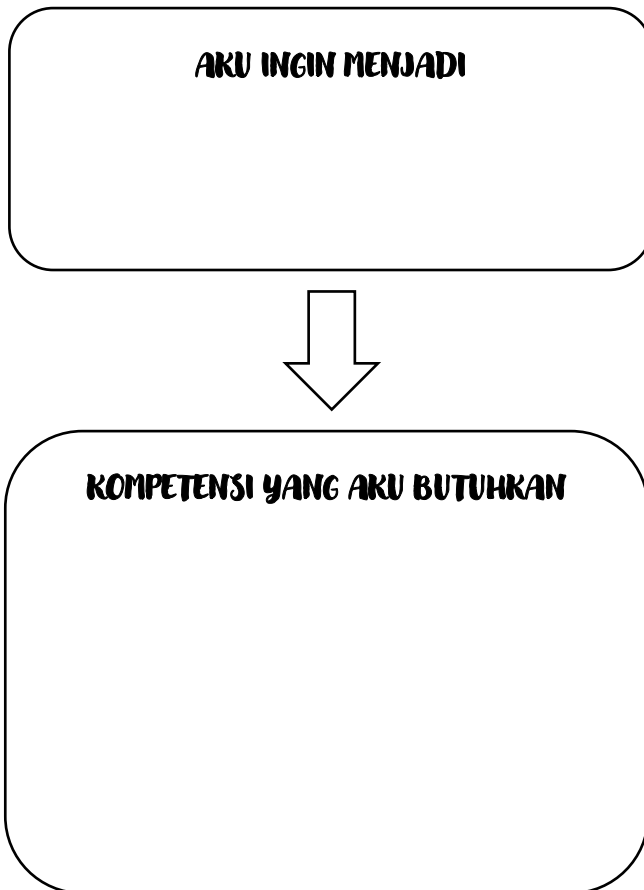
#### **Siapa Dia**

Para peserta diberi selembar kertas, kemudian diminta untuk menuliskan tentang siapa mereka baik berdasarkan ciri fisik, usia, keluarga, tempat tinggal, hobi, sekolah dan lain sebagainya kecuali menyebutkan nama mereka. Kemudian kertas tersebut dikumpulkan dan diacak oleh trainer. Beberapa perwakilan dari peserta secara bergantian diminta untuk maju dan memilih salah satu kertas yang telah mereka isi kemudian membacakannya di depan peserta yang lain. Peserta yang lain bertugas untuk menebak siapakah orang yang sedang dibacakan oleh salah satu perwakilan peserta tersebut.

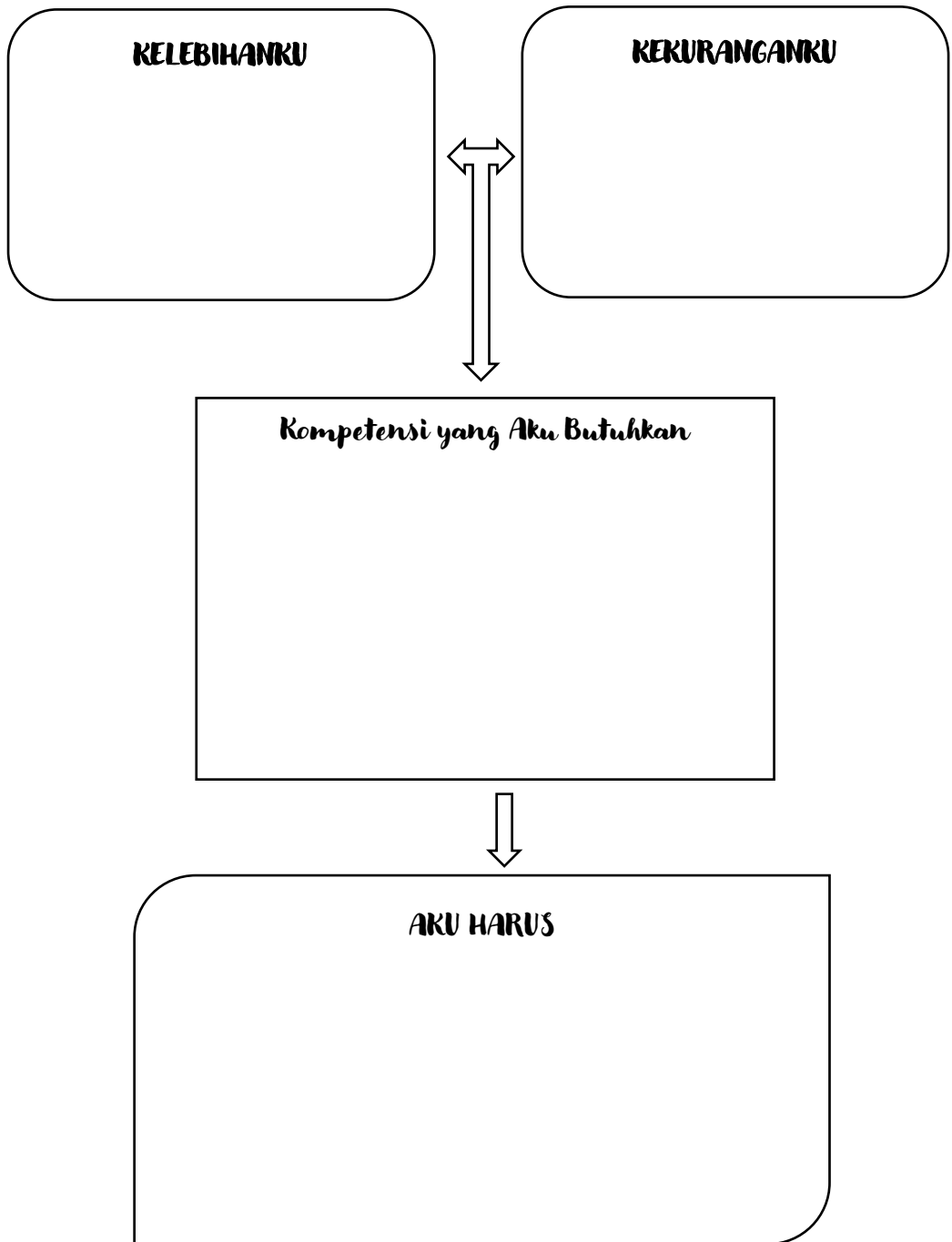
### **4. Ice Breaking II**

#### **Katamu Ceritaku**

Peserta diminta untuk membentuk lingkaran. Trainer menyebutkan satu kata dan menunjuk salah satu peserta untuk menyambung kata tersebut dengan satu kata lainnya dengan menyebutkan kata yang trainer ucapkan. Kemudian peserta yang berada di sebelah kanan peserta pertama juga diminta untuk menyambung dengan satu kata dengan menyebutkan kedua kata sebelumnya dan terus berlanjut hingga semua peserta mendapat giliran dan jika waktu masih memungkinkan dilanjutkan satu putaran kembali. Peserta yang lupa rangkaian kata sebelumnya dikeluarkan dari lingkaran tersebut.

**G. Lembar Kerja****1. Worksheet 1 (Aku Ingin Menjadi)**

2. *Worksheet 2 (Tentang Diriku)*





**3. Worksheet 3 (Rencana Jangka Panjangku)**

Nama :

Target masa depan :

**Rencana Jangka Panjang  
(1-5 Bulan Kedepan)**

<b>Tanggal</b>	<b>Tindakan</b>	<b>Batas waktu</b>	<b>Resiko</b>	<b>Sumber Bantuan</b>

**4. Worksheet 4 (Rencana Jangka Pendekku)**

Nama :

Target Masa Depan :

**Target Jangka Pendek  
(7 Hari Kedepan)**

<b>Tanggal</b>	<b>Tindakan</b>	<b>Batas waktu</b>	<b>Resiko</b>	<b>Sumber Bantuan</b>

## 5. Lembar Evaluasi Pelatihan

Nama :

Sekolah :

### Isilah Pertanyaan di bawah ini

1. Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti pelatihan ini?

.....  
 .....  
 .....

2. Apa perubahan/perbedaan yang anda rasakan setelah dan sebelum mengikuti pelatihan ini?

.....  
 .....  
 .....

3. Apa manfaat yang ada dapatkan selama mengikuti pelatihan ini?

.....  
 .....  
 .....

4. Sesi mana yang paling anda sukai? Mengapa?

.....  
 .....  
 .....

5. Berikan komentar anda mengenai keseluruhan dari pelatihan ini?

.....  
 .....  
 .....

## H. Penutup

Modul ini merupakan modul pelatihan *goal setting* untuk meningkatkan orientasi masa depan remaja. Harapannya modul ini dapat menjadi pedoman dalam melakukan pelatihan *goal setting* dalam rangka meningkatkan orientasi masa depan remaja.

**FOTO KEGIATAN**





## INFORMED CONSENT

### INFORMED CONSENT

Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropa\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropa_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Maria Naila  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 18  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022.

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Maria Naila)

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Mila Ayu Jamilah  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 18  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022.

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
(Mila Ayu Jamilah)

**INFORMED CONSENT****Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)

=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Nur Faidah  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 18  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Nur Faidah)



**INFORMED CONSENT****Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Siti Sa'diah  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Siti Sa'diah )

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118, Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_17@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_17@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama        : Intan Amanda Zahra  
Alamat     : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia        : 18  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Intan Amanda Zahra )

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Nurul Hidayah  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Nurul Hidayah)

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Ayudia Gina  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 18  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Ayudia Gina)

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Siti Badriah —  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Siti Badriah )

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Riski Emeli Fitriah  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022.

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Riski Emeli Fitriah)

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Nailul Laili  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan


Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Nailul Laili )

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Lailatul Veronika Ananda  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Lailatul Veronika Ananda)



**INFORMED CONSENT****Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mpropri\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mpropri_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Furi Halimah  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022



( Furi Halimah )

**INFORMED CONSENT****Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Fitriah  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
(Fitriah)

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Yana Maulidiah  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Yana Maulidiah )

**INFORMED CONSENT****Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)

=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Ainul Latifah Rahmah  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Ainul Latifah Rahmah)

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [maprops1\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:maprops1_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

— Nama : Kholisoh  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Kholisoh )

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [maprops1\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:maprops1_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Dian Mukaromah  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022



( Dian Mukaromah )

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Ainun Diah —  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Ainun Diah )

**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Ainun Diah  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022.

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022

  
( Ainun Diah )



**INFORMED CONSENT**  
**Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi**  
**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Jl. Semolowaru 45 Surabaya 60118. Telp 031 5990029 Email : [mapropsi\\_13@untag-sby.ac.id](mailto:mapropsi_13@untag-sby.ac.id)  
=====

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, orangtua dari :

Nama : Kholidatul Sa'diah  
Alamat : Guluk-guluk, Sumenep  
Usia : 17  
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis, dengan sungguh-sungguh dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan ijin kepada Sdr/Sdri. Uvynavelia Hardysta, untuk melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis berupa pelatihan *Goal Setting*, serta menggunakan data hasil pemeriksaan dan/atau intervensi psikologis untuk mendukung proses penelitian Tesis, yang berlangsung pada tanggal 15 Februari 2022

Saya menyatakan bahwa kesediaan saya untuk berpartisipasi dalam proses penelitian tesis ini, dapat saya pertanggungjawabkan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/ menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

Sumenep, 15 Februari 2022



( Kholidatul Sa'diah )

## CONTOH Pengerjaan WORKSHEET

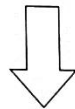
عبدالله محمد

### Aku Ingin Menjadi

Nama: Luehfiah Vieri A.  
Usia: 18 tahun

#### AKU INGIN MENJADI

Ahli biologi & antropologi budaya  
kepariwisataan



#### KOMPETENSI YANG AKU BUTUHKAN

- Mempelajari ilmu Botani & 4/ lebih & pahami
- mempelajari IPA
- Mempelajari TIK
- Optimis & PD
- lebih semangat lagi mempelajari tentang  
seseorang budaya & siapa daerah / negara
- kemampuan



Nama : Liffiah U.A  
 Target masa depan : Ahli Botani

## Rencana Jangka Panjangku

Rencana Jangka Panjang  
(1-5 Bulan Kedepan)

Tanggal	Tindakan	Batas waktu	Resiko	Sumber Bantuan
13 <sup>th</sup> of february 2022	Meningkatkan <sup>ekonomi</sup> Pengajaran Biologi	Sekitar 2 bulan	Kurang menguasai lingunya	- Internet - Buku
13 <sup>th</sup> of february 2022 <del>30<sup>th</sup> of March 2022</del>	Meningkatkan kemampuan berbalas inggris	± 4 bulan	Itkan lemah dalam bidang berbahasa inggris	- Kursus - BIPA Book
1 <sup>th</sup> of March 2022	Melakukan diskusi seputar Biologi	± 1 bulan	Lemahnya dalam basic speaking	- Biologi Paket - Guru
-	-	-	(jika presentasi) serta melatih mental)	- Buku Biologi - lain

Nama : Luthfiyah Viveri A.  
 Target Masa Depan : Ahli Bahasa

## Rencana Jangka Pendekku

Target Jangka Pendek  
(7 Hari Kedepan)

Tanggal	Tindakan	Batas waktu	Resiko	Sumber Bantuan
12/02/22	Analisis hukum mendel	18/02/22	akan sulit untuk memahami materi tsb	Internet Guru Buku
19/02/22	- Basic Grammar - Toefl ditingkatkan	25/02/22	lemah dalam Grammar (menganalisis data) & kurang pengalaman Toefl	Guru Buku Teman
26/02/22	- Belajar kelompok Bisnis bersama	03/03/22	- Akan sulit berinteraksi dan kalau jika berpresentasi	- Teman - Buku - Internet
	"Membaca Persewaan" Silang Baru diteliti juga Jelaskan			

1

## Lembar Evaluasi Pelatihan

Nama : Luthfiah V-A

Isilah Pertanyaan di bawah ini

1. Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti pelatihan ini?

Terasa ringan dan lebih mudah menentukan tujuan hidup ke depan  
- Ayah dan menyenangkannya -

2. Apa perubahan/perbedaan yang anda rasakan setelah dan sebelum mengikuti pelatihan ini?

Cara pandang dan berpikir berubah lebih terbuka

3. Apa manfaat yang anda dapatkan selama mengikuti pelatihan ini?

B. Menitiasa gambaran tujuan hidup ke depan dan rencana masa depan yang akan kita jalani.

4. Sesi mana yang paling anda sukai? Mengapa?

Orientasi Masa Depan karena lebih munggal dan membawa kita  
y. untuk menuju tujuan / rencana masa depan.

5. Berikan komentar anda mengenai keseluruhan dari pelatihan ini?

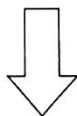
Pelatihan yang menyenangkan, tidak membosankan seperti yang di pikirkan  
sebelumnya. Walaupun agak munggal pikiran, tapi angik Rob  
bermanfaat banget.

## Aku Ingin Menjadi

Nama: Fitriyah  
Usia: 17 thn

## AKU INGIN MENJADI

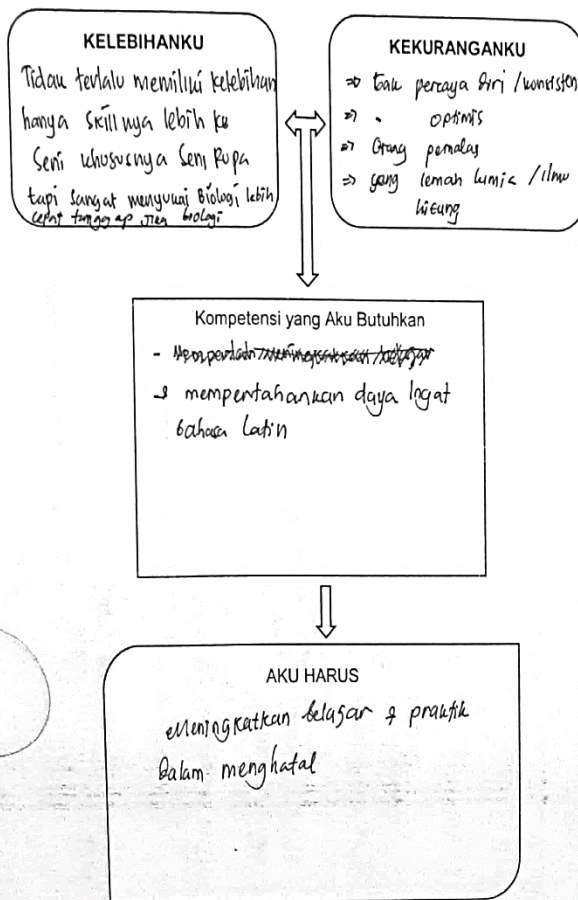
Seniman yang bermanfaat bagi orang lain.  
(Seni Rupa)



## KOMPETENSI YANG AKU BUTUHKAN

- lebih mendalami tentang hal-hal yang berbau seni.
- Berlatih / Mengasah kemampuan jadi lebih baik lagi.
- Otodidak berbagai macam aliran.
- Belajar Toefl. (Memantapkan B. Inggris)

Tentang Diriku  
 Nama: Luthyrah Vieri A  
 Usia: 10 thn





Nama : Fitriyah.  
 Target masa depan : Seniman.

### Rencana Jangka Panjangku

#### Rencana Jangka Panjang (1-5 Bulan Kedepan)

Tanggal	Tindakan	Batas waktu	Resiko	Sumber Bantuan
12- <del>28</del> <sup>12</sup> Feb - <sup>1</sup> Mar 2022	Mendalami Seni R	± 1 Bulan	Terbengkalai, Tujuan semakin jauh di raih	internet (G/Y)
13-30, Maret, 22	Belajar/Teori Mengkombinasikan warna	± ½ Bulan	Terbengkalai, Tujuan semakin jauh di raih	internet (G/Y)
1-30, April, 22	Praktik memadukan warna	± 1 Bulan	Terbengkalai, Tujuan semakin jauh di raih	internet (G/Y)
1-31, Mei, 22	Praktik lukis menggunakan drawing book	± 1 Bulan	Terbengkalai, Tujuan semakin jauh di raih	internet (G/Y)
1-30, Juni, 22	Praktik lukis menggunakan kanvas.	± 1 Bulan	Terbengkalai, Tujuan semakin jauh diraih dan direalisasikan	internet (G/Y)

Nama : Fitriyah  
 Target Masa Depan : Seniman

## Rencana Jangka Pendekku

Target Jangka Pendek  
(7 Hari Kedepan)

Tanggal	Tindakan	Batas waktu	Resiko	Sumber Bantuan
12 - february - 22	Re-print gambar untuk dijadikan referensi latihan.	± 1 hari	Waktu terbang sia-sia Tidak ada karya yg dihasilkan	Diri <del>sendiri</del> Saya Sendiri
13 - february - 22	Buat Sketsa	± 1 hari	—"	—"
14 - february - 22	Mulai Melukis menggunakan potlot	± 1 hari	—"	—"
15 - february - 22	Mengevaluasi hasil lukisan <del>menyeroni</del>	± 1 hari	—"	—"
16 - february - 22	Memperbaiki bagian lukisan yang memang dibutuhkan Perba-	± 1 hari	—"	—"

## Lembar Evaluasi Pelatihan

Nama : Fitriyah

## Isilah Pertanyaan di bawah ini

1. Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti pelatihan ini?

It's so great!

and ~~was~~ full happiness!

Memiliki Sepercah harapan dari pada hari-hari sebelumnya yang masih uring-uringan memikirkan cita?.

2. Apa perubahan/perbedaan yang anda rasakan setelah dan sebelum mengikuti pelatihan ini?

Menemukan tujuan hidup dengan ~~semangat~~ ~~semangat~~ lebih spesifik dan kuat untuk direalisasikan.

3. Apa manfaat yang anda dapatkan selama mengikuti pelatihan ini?

Pencerahan Masa depan!

4. Sesi mana yang paling anda sukai? Mengapa?

Perencanaan / Step: merealisasikan Tujuan

Karna dari sini saya dituntut berpikir lebih jauh untuk hari esok dan masa depan saya.

Selingga saya memiliki semangat untuk tidak lagi membuang waktu yang berharga.

5. Berikan komentar anda mengenai keseluruhan dari pelatihan ini?

Only one word a good dream!

\* Thankyou Very much!