

# The Effectiveness of Goal Setting Training in Increasing Learning Motivation among Students at X High School

**Syarifatul Sahila<sup>1,3</sup>, Nadhirotul Laily<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Universitas Muhammadiyah Gresik

<sup>3</sup> [syarifatussahila@umg.ac.id](mailto:syarifatussahila@umg.ac.id)

## ABSTRACT

*This study aims to examine the effectiveness of goal setting training in increasing students' learning motivation. The research used a quantitative approach with a pre-experimental one-group pretest-posttest design. Seventeen grade XI students of SMA X with initially very low to low learning motivation participated in two training sessions of goal setting. Data were collected using the Learning Motivation Scale adaptation. Data analysis using the Paired Sample T-Test showed a significant increase in learning motivation scores ( $t(16) = -14.213$ ,  $p < 0.001$ ) with a very large effect size (Cohen's  $d = 3.45$ ). The results indicate that goal setting training effectively improves both students' motivation and positive learning behavior.*

**Keywords:** Goal Setting, Learning Motivation, Training, Student

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan fondasi utama dalam membentuk sumber daya manusia yang berkualitas, kreatif, dan berdaya saing tinggi. Melalui proses pendidikan, individu tidak hanya memperoleh pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga mengembangkan karakter, nilai moral, serta kemampuan berpikir kritis yang menjadi bekal menghadapi tantangan zaman. Lutfiwati (2020) menyatakan bahwa pendidikan berperan penting dalam mengembangkan seluruh potensi peserta didik agar mampu berpikir logis, bertanggung jawab, dan beradaptasi terhadap perubahan sosial. Hal ini diperkuat oleh Zainudin (2022) yang menjelaskan bahwa keberhasilan pendidikan tidak hanya diukur dari hasil akademik, tetapi juga dari sejauh mana siswa memiliki dorongan dan kemauan untuk belajar secara mandiri dan berkelanjutan.

Keberhasilan pendidikan tidak semata ditentukan oleh sistem dan kurikulum, melainkan juga oleh faktor psikologis yang berperan penting dalam proses belajar siswa, salah satunya adalah motivasi belajar. Motivasi belajar merupakan dorongan internal yang menggerakkan siswa untuk mencapai prestasi akademik yang optimal. Siswa dengan motivasi tinggi akan menunjukkan ketekunan, fokus, dan semangat yang kuat untuk mencapai hasil belajar terbaik, sedangkan siswa dengan motivasi rendah cenderung pasif, mudah menyerah, dan kurang memiliki tujuan akademik yang jelas (Irawan et al. 2023)

Namun, fenomena yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa sebagian siswa masih memiliki motivasi belajar yang rendah. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru dan observasi di SMA X, ditemukan bahwa beberapa siswa khususnya di kelas XI, menunjukkan motivasi belajar yang rendah, tidak memiliki target akademik, mudah kehilangan fokus, serta kurang aktif dalam kegiatan pembelajaran. Kondisi ini menandakan perlunya intervensi psikologis yang dapat membantu siswa menetapkan dan mencapai tujuan belajar secara lebih terarah. Salah satu pendekatan yang relevan adalah pelatihan *goal setting*. Fauziyah et al. (2023) dalam penelitian eksperimen pada siswa SMK menunjukkan bahwa pelatihan *goal setting* efektif meningkatkan motivasi belajar siswa secara signifikan. Temuan ini memperlihatkan bahwa penetapan tujuan yang jelas dapat memperkuat semangat dan arah belajar siswa.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas pelatihan *goal setting* dalam meningkatkan motivasi belajar siswa SMA X. Melalui pelatihan ini, siswa diharapkan mampu merancang tujuan belajar yang spesifik, realistis, dan menantang sehingga dapat menumbuhkan dorongan internal untuk berprestasi dan mempertahankan semangat belajar. Dengan demikian, fokus penelitian ini adalah menganalisis efektivitas pelatihan *goal setting* terhadap peningkatan motivasi belajar siswa SMA X, yang dilihat dari perubahan motivasi sebelum dan sesudah pelatihan serta pengamatan terhadap perilaku belajar siswa selama proses pelatihan berlangsung.

### **Pengertian Motivasi Belajar**

Motivasi belajar merupakan dorongan yang menggerakkan dan mengarahkan siswa untuk melakukan aktivitas belajar agar tujuan pembelajaran tercapai. Menurut Ahmad et al. (2023), motivasi belajar adalah “keseluruhan daya yang memberi pengaruh pada peserta didik baik dari eksternal maupun internal untuk menimbulkan semangat belajar sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Senada dengan itu, Z Elvira et al. (2022) menjelaskan bahwa motivasi belajar merupakan “penggerak dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar dan menjamin kelangsungan kegiatan belajar hingga tujuan tercapai. Dengan demikian, motivasi belajar dapat dipahami sebagai kekuatan internal dan eksternal yang mendorong serta mempertahankan semangat siswa dalam mencapai keberhasilan akademik.

### **Aspek Motivasi Belajar**

Motivasi belajar merupakan kekuatan dinamis yang mengarahkan dan mempertahankan perilaku belajar seseorang. Motivasi tidak hanya melibatkan dorongan dari dalam diri, tetapi juga pengaruh dari lingkungan yang membentuk ketekunan dan usaha individu untuk mencapai tujuan. Frandsen menguraikan enam aspek utama yang mencerminkan tingkat motivasi belajar siswa, yaitu (1) ketekunan menghadapi tugas, (2) keuletan menghadapi kesulitan, (3) minat terhadap pelajaran, (4) kemandirian belajar, (5) ketidaksenangan terhadap tugas monoton, dan (6) kemampuan mempertahankan pendapat serta keyakinan. (sudirman, dalam Wuryan 2015)

### **Faktor Motivasi Belajar**

Motivasi belajar tidak muncul begitu saja, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan dan berinteraksi secara dinamis. Urhahne & Wijnia (2023) menjelaskan bahwa dalam kerangka teori motivasi pendidikan, terdapat tiga kelompok utama faktor yang menentukan tingkat motivasi belajar seseorang, yaitu faktor personal, faktor lingkungan, dan faktor kontekstual. Ketiga faktor ini secara bersama-sama membentuk pola keyakinan, emosi, dan perilaku belajar siswa. Motivasi belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi. Urhahne & Wijnia (2023) menjelaskan bahwa terdapat tiga kelompok utama faktor yang menentukan tingkat motivasi belajar seseorang, yaitu faktor personal, faktor lingkungan, dan faktor kontekstual.

Faktor personal berkaitan dengan aspek internal seperti self-efficacy, minat, nilai akademik, dan tujuan belajar. Siswa dengan keyakinan diri yang tinggi cenderung lebih gigih dan mampu mengatasi kesulitan, karena mereka percaya pada kemampuannya untuk mencapai keberhasilan (Schunk et al. 2014). Selain itu, minat dan persepsi terhadap nilai pelajaran juga berperan penting; siswa yang memandang pembelajaran sebagai sesuatu yang bermanfaat akan lebih termotivasi untuk berusaha keras (Urhahne & Wijnia, 2023).

Faktor lingkungan mencakup pengaruh guru, dukungan sosial, dan suasana belajar di sekolah. metode mengajar yang menarik, hubungan yang positif antara guru dan siswa, serta dukungan keluarga berperan besar dalam menumbuhkan semangat belajar. Lingkungan yang suportif menciptakan kenyamanan dan rasa percaya diri bagi siswa untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajar. (Ghazali et al. 2021)

Sementara itu, faktor kontekstual mencakup sistem pendidikan, fasilitas, dan situasi pembelajaran. Meşe & Sevilen (2021) menyatakan bahwa motivasi siswa akan meningkat bila pembelajaran sesuai dengan ekspektasi dan kebutuhan mereka, serta didukung oleh interaksi sosial yang berkualitas. Nguyen dan Thuy (2024) juga menambahkan bahwa fasilitas yang memadai dan pendekatan pengajaran yang relevan turut memperkuat motivasi belajar.

### **Pengertian Goal Setting**

*Goal setting* atau penetapan tujuan merupakan proses psikologis di mana individu menetapkan sasaran spesifik yang ingin dicapai dalam jangka waktu tertentu. Konsep ini berfungsi sebagai mekanisme motivasional yang mengarahkan perhatian, meningkatkan usaha, serta

menumbuhkan ketekunan dalam mencapai hasil yang diinginkan. Menurut Locke & Latham (2002), *goal setting* adalah proses sadar dalam menentukan tujuan yang menantang dan realistis untuk mengarahkan perilaku serta meningkatkan kinerja individu. Tujuan yang jelas memberikan fokus dan energi bagi individu untuk bertindak secara konsisten.

Dalam konteks pendidikan, *goal setting* membantu siswa memiliki arah belajar yang terstruktur, mengelola waktu dengan lebih efektif, serta mengevaluasi kemajuan belajar mereka. Robbins & Judge (2024) menambahkan bahwa penetapan tujuan berfungsi sebagai pedoman perilaku yang membantu individu memahami apa yang harus dilakukan dan seberapa besar usaha yang diperlukan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *goal setting* merupakan suatu proses psikologis yang melibatkan kesadaran, perencanaan, dan komitmen individu dalam menetapkan serta mencapai tujuan tertentu.

### **Prinsip-Prinsip Goal Setting**

Menurut Locke & Latham (2006), keberhasilan *goal setting* ditentukan oleh lima prinsip utama, yaitu kejelasan, tantangan, komitmen, umpan balik, dan kompleksitas tugas. Tujuan yang jelas dan terukur membantu individu memahami arah serta standar pencapaian, sementara tujuan yang menantang namun realistis mampu meningkatkan motivasi dan rasa kompetensi. Komitmen terhadap tujuan juga menjadi faktor penting karena menentukan sejauh mana individu bersedia berusaha untuk mencapainya. Selain itu, adanya umpan balik memungkinkan individu mengevaluasi kemajuan dan menyesuaikan strategi yang digunakan. Adapun kompleksitas tugas menuntut perencanaan, waktu, dan keterampilan yang memadai agar tujuan dapat dicapai secara efektif. Dengan demikian, efektivitas *goal setting* bergantung pada sejauh mana kelima prinsip tersebut diterapkan secara konsisten.

### **Manfaat Goal Setting**

Setiap individu memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam kehidupan akademik maupun pribadi, namun pencapaian tersebut memerlukan perencanaan yang jelas dan terarah. Salah satu cara efektif untuk mewujudkannya adalah melalui *goal setting* atau penetapan tujuan. Menurut Locke & Latham (2002), *goal setting* membantu individu memahami arah yang ingin dicapai melalui penetapan sasaran yang spesifik dan menantang, sehingga kegiatan belajar menjadi lebih fokus dan terarah. Robbins & Judge (2024) menambahkan bahwa tujuan yang jelas dan menantang dapat meningkatkan motivasi karena individu terdorong untuk bekerja lebih keras dan tekun dalam mencapai target. Selain itu, *goal setting* juga berfungsi sebagai alat evaluasi diri, di mana individu dapat menilai sejauh mana perkembangan yang telah dicapai dan menyesuaikan strategi belajar apabila hasilnya belum optimal. Dengan demikian, penerapan *goal setting* tidak hanya memfasilitasi perumusan arah belajar, tetapi juga memperkuat motivasi dan tanggung jawab pribadi dalam proses mencapai prestasi akademik.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan pre-eksperimental tipe one group pretest–posttest design. Rancangan ini digunakan untuk mengukur efektivitas pelatihan *goal setting* terhadap peningkatan motivasi belajar siswa dengan membandingkan hasil pengukuran sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pelatihan.

Penelitian dilaksanakan di SMA X dan melibatkan 17 siswa kelas XI yang memiliki tingkat motivasi belajar kategori rendah hingga sangat rendah berdasarkan hasil asesmen awal. Kategorisasi tersebut didasarkan pada lima tingkatan, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Pemilihan peserta dilakukan dengan teknik purposive sampling atas rekomendasi guru BK, dengan kriteria siswa yang bersedia mengikuti seluruh sesi pelatihan hingga tuntas.

Instrumen yang digunakan adalah Skala Motivasi Belajar yang diadaptasi dari penelitian Wuryan (2015), disusun berdasarkan enam aspek motivasi belajar menurut Frandsen (dalam Sardiman, 2011). Skala ini telah melalui uji validitas dan reliabilitas dalam penelitian sebelumnya, pada uji reliabilitas diperoleh hasil yang reliabel dengan nilai alpha ( $\alpha$ ) 0,913, serta menggunakan empat alternatif jawaban model Likert: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat motivasi belajar yang lebih tinggi.

Pelatihan *goal setting* dilaksanakan dalam dua pertemuan yang mencakup lima sesi kegiatan, yaitu pengenalan diri dan refleksi motivasi belajar, pemahaman konsep *goal setting*, perumusan

tujuan menggunakan prinsip *Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound* (SMART), strategi menghadapi hambatan belajar, serta komitmen dan refleksi hasil pelatihan.

Data dianalisis menggunakan uji Paired Sample T-Test dengan bantuan program JASP untuk melihat perbedaan skor rata-rata motivasi belajar sebelum dan sesudah pelatihan.

## PEMBAHASAN

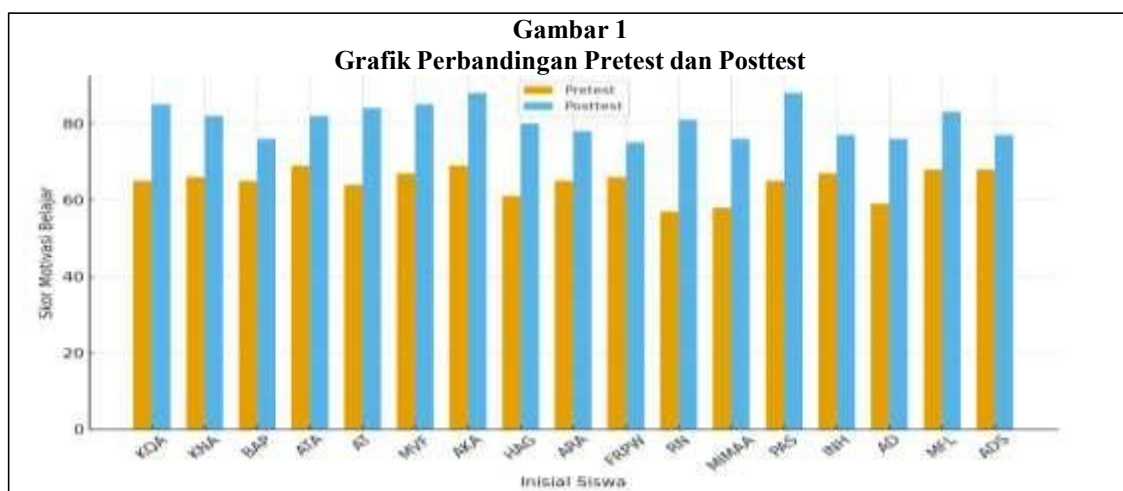
### Gambaran Umum Peserta Pelatihan

Penelitian ini melibatkan 17 siswa kelas XI SMA X yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan hasil asesmen awal motivasi belajar dengan kategori sangat rendah hingga rendah. Responden terdiri dari 7 siswa laki-laki dan 10 siswa perempuan dengan rentang usia 16–17 tahun.

Kondisi awal menunjukkan sebagian besar siswa memiliki kecenderungan pasif dalam proses belajar, kurang berinisiatif mengerjakan tugas, serta belum mampu menetapkan target akademik jangka pendek maupun panjang. Pelatihan *goal setting* diharapkan dapat membantu siswa mengenali tujuan belajar mereka secara lebih spesifik dan meningkatkan semangat berprestasi. Setelah diberikan pelatihan *goal setting* selama dua pertemuan dengan lima sesi kegiatan, dilakukan pengukuran kembali terhadap tingkat motivasi belajar siswa. Berikut adalah hasil skor pretest dan posttest masing-masing responden:

**Tabel 1**  
**Data Hasil Pre-test dan Post-test**

No	Nama Inisial	L/P	Usia	Total Pre-Test	Total Post-Test
1.	KQA	P	16	65	85
2.	KNA	L	16	66	82
3.	BAP	P	16	65	76
4.	ATA	P	16	69	82
5.	AT	P	16	64	84
6.	MVF	L	16	67	85
7.	AKA	P	16	69	88
8.	HAG	P	17	61	80
9.	ARA	L	16	65	78
10.	FRPW	L	16	66	75
11.	RN	P	16	57	81
12.	MIMAA	L	16	58	76
13.	PAS	L	17	65	88
14.	INH	P	16	67	77
15.	AD	P	17	59	76
16.	MFL	L	17	68	83
17.	ADS	L	16	68	77



Pada gambar 1 menunjukkan perbandingan skor pretest dan posttest pada masing-masing siswa. Secara umum, seluruh peserta mengalami peningkatan skor motivasi belajar setelah mengikuti pelatihan.

### Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan bahwa pelatihan *goal setting* memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan motivasi belajar siswa SMA X. Sebelum pelatihan, sebagian besar peserta berada pada kategori sangat rendah hingga rendah dari lima kategori yang digunakan (sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi). Hal ini menunjukkan bahwa secara umum siswa memiliki dorongan belajar yang lemah, mudah kehilangan fokus, serta kurang mampu menetapkan tujuan akademik yang jelas.

**Gambar 2**  
**Descriptive Statistics**

Descriptives					
	N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
PRETEST	17	64.647	3.741	0.907	0.058
POSTTEST	17	80.765	4.309	1.045	0.053

Berdasarkan hasil analisis deskriptif pada tabel Descriptives, diperoleh nilai rata-rata (mean) skor pretest sebesar 64,65 dengan standar deviasi (SD) sebesar 3,74, sedangkan nilai rata-rata posttest sebesar 80,77 dengan SD sebesar 4,31. Terjadi peningkatan nilai rata-rata sebesar 16,12 poin setelah pelatihan dilakukan.

**Gambar 3**  
**Uji Normalitas**

Test of Normality (Shapiro-Wilk)

		W	p	
PRETEST	-	POSTTEST	0.950	0.463

*Note.* Significant results suggest a deviation from normality.

Uji normalitas dilakukan menggunakan Shapiro–Wilk Test untuk memastikan bahwa data berdistribusi normal sebelum dilakukan uji parametrik. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai  $W = 0.950$  dengan  $p = 0.463$ . Karena nilai  $p >$  dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas terpenuhi dan analisis dapat dilanjutkan menggunakan uji Paired Sample T-Test.

**Gambar 4**  
**Uji Paired Sample T-test**

Paired Samples T-Test ▼

Measure 1	Measure 2	t	df	p	Cohen's d	SE Cohen's d	95% CI for Cohen's d		
							Lower	Upper	
PRETEST	-	POSTTEST	-14.213	16	< .001	-3.447	0.739	-4.714	-2.165

*Note.* Student's t-test.

Hasil uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai  $t = -14.213$  dengan derajat kebebasan ( $df$ ) = 16 dan nilai signifikansi  $p < 0.001$ . Nilai ini menunjukkan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara skor pretest dan posttest. Dengan kata lain, terdapat peningkatan motivasi belajar yang signifikan setelah pelatihan diberikan.

Selain itu, nilai Cohen's  $d = -3.447$  menunjukkan ukuran efek yang sangat besar (very large effect size). Berdasarkan kriteria Cohen, nilai  $d$  yang melebihi 0.8 termasuk kategori besar, sedangkan  $d$  di atas 2.0 termasuk kategori sangat besar. Hal ini berarti bahwa pelatihan yang diberikan memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap peningkatan motivasi belajar peserta.

Selain peningkatan skor, hasil observasi selama pelatihan memperlihatkan adanya perubahan perilaku positif. Siswa yang sebelumnya pasif mulai menunjukkan antusiasme dalam berdiskusi, berani menyampaikan pendapat, serta lebih fokus dalam menyusun dan mempresentasikan tujuan belajar pribadi. Aktivitas ini menunjukkan bahwa pelatihan *goal setting* efektif tidak hanya meningkatkan aspek kognitif berupa motivasi belajar, tetapi juga berdampak pada perubahan sikap dan perilaku belajar siswa.

## Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan *goal setting* efektif meningkatkan motivasi belajar siswa yang sebelumnya berada pada kategori rendah hingga sangat rendah. Setelah pelatihan, terjadi peningkatan skor motivasi belajar secara signifikan baik secara statistik maupun perilaku observasional. Temuan ini sejalan dengan teori *Goal Setting* dari Locke & Latham (2002), yang menjelaskan bahwa penetapan tujuan yang spesifik, menantang, dan realistis dapat meningkatkan kinerja dan motivasi individu. Dalam konteks pembelajaran, siswa yang mampu menetapkan tujuan belajar yang jelas akan memiliki arah, fokus, dan strategi yang lebih teratur untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Penelitian ini juga mendukung hasil studi Syah et al. (2022) yang menemukan bahwa pelatihan *goal setting* dapat meningkatkan motivasi belajar remaja selama pembelajaran jarak jauh. Mereka mencatat bahwa siswa mengalami peningkatan kesadaran diri, perencanaan belajar, dan konsistensi terhadap target akademik. Selain itu, Rachmaningtyas & Widyana (2024) juga menunjukkan bahwa pelatihan *goal setting* mampu meningkatkan motivasi belajar pada siswa SMP dengan hasil  $t$  signifikan ( $p < 0.05$ ), dan siswa menunjukkan peningkatan fokus serta kepercayaan diri dalam mencapai tujuan akademik mereka.

Faktor lain yang turut memengaruhi peningkatan motivasi belajar adalah suasana pelatihan yang suportif. Selama dua pertemuan, siswa diberi kesempatan untuk berinteraksi, merefleksikan pengalaman belajar, dan saling memberikan umpan balik positif. Pelatihan ini juga membuat siswa menjadi lebih aktif dalam diskusi kelompok, berani mengungkapkan pendapat, serta menunjukkan antusiasme dalam merancang tujuan pribadi menggunakan prinsip *S.M.A.R.T.* Kondisi ini menumbuhkan rasa percaya diri serta memperkuat motivasi sosial siswa untuk berprestasi.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan *goal setting* dapat dijadikan program pendampingan psikologis yang efektif di sekolah. Guru Bimbingan Konseling dapat mengimplementasikannya secara berkala bagi siswa dengan motivasi belajar rendah agar mereka memiliki arah dan strategi yang jelas dalam mencapai prestasi akademik.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan analisis data kuantitatif yang telah dilakukan secara cermat, penelitian ini secara tegas menyimpulkan bahwa Pelatihan *Goal Setting* terbukti sangat efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa Kelas XI di SMA X. Hasil uji statistik utama, yakni Paired Sample T-Test, menghasilkan nilai signifikansi yang sangat rendah ( $p < 0.001$ ), yang secara kuat menunjukkan bahwa peningkatan skor motivasi belajar subjek penelitian bukan terjadi secara kebetulan, melainkan merupakan dampak langsung yang signifikan dari intervensi yang diberikan. Lebih lanjut, temuan ini diperkuat dengan perhitungan ukuran efek (Cohens  $d = 3.45$ ) yang tergolong sangat besar, menggarisbawahi kekuatan intervensi *goal setting* dalam menghasilkan perubahan positif pada individu yang sebelumnya memiliki tingkat motivasi rendah.

Peningkatan ini tidak hanya tercermin pada skor numerik semata, tetapi juga pada perubahan observasi selama pelatihan berlangsung, di mana siswa menunjukkan peningkatan kemampuan dalam merumuskan tujuan belajar yang spesifik dan terukur, serta menunjukkan perilaku belajar yang lebih terarah dan memiliki kesadaran diri yang lebih tinggi. Dengan demikian, pelatihan *goal setting* merupakan strategi intervensi psikologis-pendidikan yang sangat direkomendasikan untuk menanggulangi isu rendahnya motivasi belajar pada siswa.

## Saran

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol agar efektivitas pelatihan dapat dibandingkan secara lebih kuat secara empiris, serta menambahkan pengukuran lanjutan (*follow-up test*) untuk melihat kestabilan efek pelatihan dalam jangka waktu tertentu.

## DAFTAR RUJUKAN

- Ahmad, M., Dongoran, R. A., Sabri, S., & Safitri, R. (2023). Pembinaan Motivasi Belajar Peserta Didik Sekolah Dasar Melalui Pembelajaran Kontekstual. *Jurnal ADAM : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 325–334. <https://doi.org/10.37081/adam.v2i2.1491>
- Fauziyah, S., Affandi, G. R., & Fahmawati, Z. N. (2023). Penerapan *Goal Setting* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa : Pendekatan Eksperimen Non-Randomized Control Trial. *Psycho Idea*, 21(1), 13. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v21i1.16476>
- Ghazali, N. C. M., Suppian, Z., Zaini, S. H., & Husin, S. M. (2021). *Factors influencing students' motivation towards learning*. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 41(1), 259–270. <https://doi.org/10.21831/cp.v41i1.42211>
- Irawan, M. F., Budiono, A. N., & Karamoy, Y. K. (2023). Motivasi Belajar dan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Educacione : Jurnal Pendidikan, Pembelajaran Dan Bimbingan Dan Konseling*, 11(1), 21–31. <https://doi.org/10.56013/edu.v11i1.2294>
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). *Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey*. *American Psychologist*, 57(9), 705–717. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.9.705>
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2006). *New Directions in Goal-Setting Theory*. *Current Directions in Psychological Science*, 15(5), 265–268. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2006.00449.x>
- Lutfiwati, S. (2020). Motivasi Belajar Dan Prestasi Akademik. *Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam*, 10(1), 53–63. <https://doi.org/10.24042/alidarrah.v10i1.5642>
- Meşe, E., & Sevilen, Ç. (2021). *Factors influencing EFL students' motivation in online learning: A qualitative case study*. *Journal of Educational Technology & Online Learning*, 4(1), 11–22. <https://doi.org/10.31681/jetol.817680>
- Rachmaningtyas, F., & Widyana, R. (2024). Pelatihan *Goal Setting* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Masyarakat Berdaya Dan Inovasi*, 5(1), 56–64. <https://doi.org/10.33292/mayadani.v5i1.164>
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2024). *Organizational behavior (19th ed.)*. Pearson Education, Limited.
- Schunk, D., Judith Meece, & Paul Pintrich. (2014). *Motivation in Education Theory, Research and Applications (4th ed.)*. Pearson Education Limited.
- Syah, M. E., Bantam, D. J., & Jayanti, A. M. (2022). Pelatihan *Goal Setting* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar pada Remaja Saat Pembelajaran Jarak Jauh. *Gotong Royong: Jurnal Pengabdian, Pemberdayaan Dan Penyuluhan Kepada Masyarakat*, 1(2), 58–67.
- Urhahne, D., & Wijnia, L. (2023). *Theories of Motivation in Education: an Integrative Framework*. *Educational Psychology Review*, 35(2), 45. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09767-9>
- Wuryan, D. (2015). *Hubungan Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Pada Mata Pelajaran Matematika Siswa Kelas VI di MI Darussalam Kolomayan Kec. Wonodadi Kab. Blitar Tahun Ajaran 2014/2015*.
- Z Elvira, N., Neviyarni, & Nirwana, H. (2022). Studi Literatur: Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran. *Jurnal Literasi Pendidikan*, 1(2), 350–359. <https://doi.org/10.56480/eductum.v1i2.767>
- Zainudin, A. (2022). Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Keberhasilan Belajar Siswa. *FAJAR Jurnal Pendidikan Islam*, 2(2), 231–237. <https://doi.org/10.56013/fj.v2i2.2650>