

**PENGARUH PELATIHAN GOAL SETTING TERHADAP
PENINGKATAN RESILIENSI SISWA-SISWI KELAS
XI SMK KIMIA INDUSTRI THERESIANA**

SKRIPSI

Leonardo Ksatria Gerard Librado Joly Ali
20.E1.0290



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2025

**PENGARUH PELATIHAN *GOAL SETTING* TERHADAP
PENINGKATAN RESILIENSI SISWA-SISWI KELAS
XI SMK KIMIA INDUSTRI THERESIANA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk
Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Leonardo Ksatria Gerard Librado Joly Ali

20.E1.0290



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2025

Pengaruh Pelatihan *Goal Setting* terhadap Peningkatan Resiliensi Siswa-siswi Kelas XI SMK Kimia Industri Theresiana

The Effect of Goal Setting Training on Increasing the Resilience of Theresiana Industrial Chemistry Vocational School Students

Leonardo Ksatria Gerard Librado Joly Ali

Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

Abstrak

Remaja merupakan transisi bagi seseorang dalam menghadapi sebuah tantangan maupun kesulitan. Sama halnya bagi anak-anak SMK yang harus mempersiapkan diri mereka di dunia kerja. Siswa-siswi SMK Kimia Industri Theresiana pun juga diharapkan memiliki mental resilien agar sudah siap bekerja. Peneliti merancang pelatihan *Goal Setting* dengan pendekatan *coaching* GROW pada siswa-siswi kelas XI. Hipotesis yang diajukan adalah pelatihan *Goal Setting* dapat meningkatkan pengetahuan resiliensi siswa-siswi kelas XI SMK Kimia Industri Theresiana. Peneliti merancang pelatihan dengan menggunakan desain *one group pretest posttest*, *experiential learning* sebagai metode pembelajaran, dan analisis Kirkpatrick sebagai metode analisis penelitian. Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa nilai signifikansi adalah .000. Berdasarkan perolehan hasil analisis tersebut, dapat diartikan bahwa pelatihan *Goal Setting* meningkatkan pengetahuan resiliensi siswa-siswi kelas XI SMK Kimia Industri Theresiana.

Kata Kunci: *Resiliensi, Goal Setting, SMK Kimia Industri Theresiana*

Abstract

Teenager is a transition for someone in facing a challenge or difficulty. Also true for vocational school students who must prepare themselves in worklife. Students of Theresiana Industrial Chemistry Vocational School are also expected to have a resilient mentality so that they are ready to work. The researcher designed Goal Setting training with a GROW coaching approach for grade XI students. The hypothesis proposed is that Goal Setting training can improve the resilience knowledge of grade XI students of Theresiana Industrial Chemistry Vocational School. Therefore, the researcher designed training using a one group pretest posttest design, experiential learning as a learning method, and Kirkpatrick analysis as a research analysis method. The results of this study found that the significance value was .000. Based on the results of the analysis, it can be interpreted that Goal Setting training improves the resilience knowledge of grade XI students of Theresiana Industrial Chemistry Vocational School.

Keywords: *Resilience, Goal Setting, Theresiana Industrial Chemistry Vocational School Students*