



PROSIDING

Seminar dan Lokakarya Nasional
Bimbingan dan Konseling

**"Penguatan Pelayanan Bimbingan dan Konseling
dalam Kurikulum Merdeka"**

Surabaya, 12-15 November 2022

**Pengurus Daerah Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia
Provinsi Jawa Timur
(PD ABKIN JATIM)**

Jl. Ngagel Dadi III-b/37 Surabaya 60245

www.ojs.abkinjatim.org

@2023

PROSIDING SEMINAR DAN LOKAKARYA NASIONAL

Bimbingan dan Konseling

“Penguatan Pelayanan Bimbingan dan Konseling
dalam Kurikulum Merdeka”

Surabaya, 12-15 November 2022

Penerbit

**Pengurus Daerah Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia Provinsi Jawa Timur
(PD ABKIN JATIM)**

Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Surabaya, 60245

www.ojs.abkinjatim.org

@2023

PROSIDING
SEMINAR DAN LOKAKARYA NASIONAL
BIMBINGAN DAN KONSELING

**“Penguatan Pelayanan Bimbingan dan Konseling
dalam Kurikulum Merdeka”**

Surabaya, 12-15 November 2022

- **Pelindung** : Pembina Pengurus Daerah Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia Provinsi Jawa Timur (PD ABKIN Jatim)
- **Penasihat** : 1. Ketua II PD ABKIN Jatim
2. Ketua III PD ABKIN Jatim
- **Steering Commite** : 1. Prof. Dr. Nur Hidayah, M.Pd.
2. Dr. Latipun, M.Kes.
- **Organizing Committee**
 - **Penanggungjawab** : Dr. Hartono, M.Si.
 - **Ketua** : Ayong Lianawati, S.Pd., M.Pd.
 - **Wakil Ketua** : Dimas Ardika Miftah Farid, S.Pd., M.Pd.
 - **Sekretaris** : Elia Firda Mufidah, S.Pd., M.Pd.
 - **Sekretariat (admin)** : 1. Maghfirotul Lathifah, S.Pd., M.Pd.
2. M. Hilmy Khoiri, S.Pd.
 - **Bendahara** : Dr. Muwakhidah, S.Pd., M.Pd.
 - **Editor Prosiding** : 1. Prof. Dr. H.R. Partino. M.Pd.
2. Dr. Cindy Asli Pravesty, S.Pd., M.Pd.
3. Dr. Moesarofah, M.Psi.
- **Reviewer Prosiding** : 1. Dr. Abdullah Sinring, M.Pd.
2. Dr. A. Hari Witono, M.Pd.
3. Drs. Soelthon Hakim, M.Psi.
4. Dr. Jahju Hartanti, M.Psi.
- **Design sampul & Layout** : M. Hilmy Khoiri, S.Pd.

Diterbitkan Oleh:

**Pengurus Daerah Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia
Provinsi Jawa Timur (PD ABKIN JATIM)**

Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Surabaya 60245

Telp: 031-5041097

Email: hartono@unipasby.ac.id

Website: www.ojs.abkinjatim.org

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah atas rahmat Allah SWT (Tuhan Yang Maha Esa) kegiatan Seminar dan Lokakarya Bimbingan dan Konseling dengan tema Penguatan Pelayanan Bimbingan dan Konseling dalam Kurikulum Merdeka telah diselenggarakan dengan baik secara DARING pada tanggal 12 s.d. 15 November 2022 yang diikuti oleh para Guru Bimbingan dan Konseling, Dosen Bimbingan dan Konseling serta para mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling sebanyak 196 orang peserta.

Seminar dan Lokakarya Nasional ini merupakan program Pengurus Daerah Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia Provinsi Jawa Timur dalam rangka peningkatan profesionalitas pemangku ahli pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah sebagaimana yang diamanatkan pada Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN) tahun 2018 pasal 8 ayat (1) Butir f, dan pasal 43 ayat (1) butir f perihal pertemuan organisasi dan pertemuan ilmiah.

Kami mengucapkan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi sehingga kegiatan seminar dan lokakarya nasional bimbingan dan konseling ini bisa diselenggarakan dengan baik dan lancar. Semoga hasil seminar dan lokakarya nasional bimbingan dan konseling yang dikemas dalam bentuk Prosiding yang diterbitkan secara on-line di laman www.ojs.abkinjatim.org dan cetak terbatas dapat bermanfaat khususnya bagi teman sejawat profesi bimbingan dan konseling dalam upaya mengabdikan sebagai pendidik profesional di tanah air.

Tidak ada gading yang tak retak, demikian juga prosiding ini tentu masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu kami sangat senang bila mendapatkan kritik dan saran dari semua pihak, sebagai refleksi kami dalam meningkatkan kualitas kegiatan ilmiah pada waktu mendatang. Terima kasih.

Ketua Panitia

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
1 JITU SEBAGAI STRATEGI PENGUATAN PROFESI BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM KURIKULUM MERDEKA Hartono	1-12
2 PENGUATAN IMPLEMENTASI PERAN GURU BK/ KONSELOR DALAM PROGRAM KURIKULUM MERDEKA Esty Rokhyani	13-22
3 URGENSI PEMAHAMAN MINAT KARIER PESERTA DIDIK DALAM KURIKULUM MERDEKA Mudhar, Isabella Hasiana	23-29
4 URGENSI EFIKASI DIRI: TINJAUAN TEORI BANDURA Elia Firda Mufidah, Cindy Asli Pravesti, Dimas Ardika Miftah Farid	30-35
5 INTEGRASI <i>POSITIVE PSYCHOLOGY INTERVENTION</i> (PPI) DAN <i>COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY</i> (CBT) UNTUK MENGATASI DEPRESI, KECEMASAN PADA REMAJA: LITERATURE REVIEW Moesarofah	36-45
6 LAYANAN BIMBINGAN BELAJAR MENGGUNAKAN MEDIA ANIMASI UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII G SMP PGRI 1 BUDURAN Lilis Wahyuni, Elia Firda Mufidah	46-52
7 PENGGUNAAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR PESERTA DIDIK Fakhrul Asrori, Hartono	53-59
8 PENGGUNAAN TEKNIK DISKUSI KELOMPOK DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN SIKAP KERJA SAMA DALAM MEMILIH KARIER PESERTA DIDIK KELAS XI IPA 2 SMA Rossy Etika Permatasari, Hartono	60-66
9 KEEFEKTIFAN TEKNIK SELF-INSTRUCTION UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN SISWA KELAS XII SEKOLAH MENENGAH ATAS Bagas David Prasetyo, Linda Widyawati, Maya Nining Ekasari, Rizqi Tria Sari	67-75
10 EFEKTIVITAS PENGGUNAAN STRATEGI SELF-MANAGEMENT DALAM KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEMATANGAN PEMILIHAN KARIER PESERTA DIDIK KELAS XI MIA 2 SMA Bagus Permadi, Hartono	76-82
11 PENGGUNAAN STRATEGI SELF MANAGEMENT DALAM KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS XI MIPA SMA Dina Ellarianti Putri, Hartono	83-89

12	PENGARUH PENGGUNAAN STRATEGI SELF-MANAGEMENT DALAM KONSELING KELOMPOK TERHADAP KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS VIII SMP Inur Mutamimmatul Fahmi, Irva Chanif Rosdiana, Loe' Luim Baroro, Dewi Siti Lestari	90-97
13	INTEGRASI NILAI TRADISI SAMBATAN ETNIS SAMIN UNTUK PENGUATAN PROFIL PELAJAR PANCASILA Tyas Martika Anggriana, Noviyanti Kartika Dewi	98-106
14	HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA BERPRESTASI KELAS XI DI SMK Rastra Amirotul Haque, Dian Susanto, Septia Dwi Damayanti, Ria Apriliani	107-116
15	EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN BELAJAR SISWA SMK NEGERI Rifca Nilamsari, Afifuddin Tirmidzi, Tanti Handayani	117-125
16	PENGUATAN PERAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM KURIKULUM MERDEKA Roro Kurnia Nofita Rahmawati	126-132
17	PERSPEKTIF HISTORIES BIMBINGAN DAN KONSELING GLOBAL, INDONESIA, POST MODERN DAN REVOLUSI 4.0 Saiful Hartoyo, Nur Hidayah, Fitri Wahyuni	133-147
18	IMPLEMENTASI BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP KEPUTUSAN PEMILIHAN MATA PELAJARAN PADA KURIKULUM MERDEKA BELAJAR Aji Mulya Pratama, Alief Laili Budiyono, Muhammad Minanurrohman, Nur Hidayah, Fitri Wahyuni	148-156
19	PENGEMBANGAN INSTRUMEN PERENCANAAN KARIR DALAM BENTUK <i>FLASHCARD</i> UNTUK SISWA SMP Ragil Saloka Wijaya Isya Anantasmara, Muwakhidah	157-165

JITU SEBAGAI STRATEGI PENGUATAN PROFESI BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM KURIKULUM MERDEKA

Hartono

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Email: hartono@unipasby.ac.id

ABSTRAK

Artikel ini ditulis sebagai upaya untuk memberikan sumbang saran kepada para pihak yang terkait secara langsung dengan eksistensi profesi bimbingan dan konseling. Tujuan utama kajian ini adalah untuk memberikan kontribusi dalam peningkatan mutu pelayanan bimbingan dan konseling sebagai praksis profesi di sekolah yang berperan membantu peserta didik mewujudkan tingkat perkembangannya secara maksimal. Konsep yang digagas adalah JITU sebagai strategi penguatan profesi bimbingan dan konseling dalam kurikulum merdeka. Kajian diawali dengan pemaparan konteks tugas guru bimbingan dan konseling yang berbeda dengan konteks tugas guru pembelajaran. Kemudian dilanjutkan menguraikan konseptual praksis bimbingan dan konseling dalam kebijakan kurikulum merdeka, serta strategi JITU yang digagas sebagai upaya penguatan profesi bimbingan dan konseling sebagai profesi yang bermutu dan bermartabat.

Kata kunci: *Strategi, bimbingan dan konseling, kurikulum merdeka*

ABSTRACT

This article was written as an effort to provide advice to parties directly related to the existence of the guidance and counseling profession. The main objective of this study is to contribute to improving the quality of guidance and counseling services as a professional practice in schools that plays a role in helping students realize their maximum level of development. The concept initiated was JITU as a strategy to strengthen the guidance and counseling profession in the independent curriculum. The study begins with a description of the context of the guidance and counseling teacher's duties which are different from the context of the learning teacher's duties. Then it continues to outline the conceptual praxis of guidance and counseling in the independent curriculum policy, as well as the JITU strategy which was initiated as an effort to strengthen the guidance and counseling profession as a quality and dignified profession.

Keywords: *Strategy, guidance and counseling, independent curriculum*

PENDAHULUAN

JITU merupakan akronim dari jujur, inovatif, terintegrasi, dan unggul (Hartono, 2022) yang dikonstruksikan sebagai suatu strategi penguatan profesi bimbingan dan konseling di sekolah dalam implementasi kurikulum merdeka. Bimbingan dan konseling sebagai profesi di kalangan pendidikan mengalami dinamika yang membutuhkan inovasi dari para

pengampunya dalam upaya mewujudkan profesi ini sebagai profesi yang dibutuhkan oleh masyarakat sepanjang zaman.

Kebutuhan mengembangkan profesi bimbingan dan konseling di tanah air sebagai pelayanan keahlian yang dibutuhkan oleh masyarakat merupakan suatu keniscayaan yang harus diperjuangkan oleh ABKIN (Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia). Perubahan kurikulum yang biasanya terjadi pada setiap pergantian menteri, lazimnya tidak menjadikan kesulitan bagi pengampu pelayanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik di sekolah. Hal ini didasarkan pada konteks tugas bimbingan dan konseling yang berbeda dengan konteks tugas pembelajaran, meskipun keduanya tidak bisa dipisahkan dalam proses transformasi pendidikan formal.

Perubahan kurikulum lebih berkaitan dengan perubahan materi pelajaran, metode, media, sistem evaluasi, dan infra struktur pembelajaran yang dialami oleh guru kelas, guru mata pelajaran, dan guru praktik. Pada umumnya perubahan kurikulum pendidikan, dari kurikulum lama kepada kurikulum baru, didasarkan oleh hasil evaluasi konten dan pelaksanaan kurikulum lama yang kurang atau tidak relevan dengan dinamika kebutuhan masyarakat dan perkembangan IPTEKS saat ini. Di pihak lain, pelayanan bimbingan dan konseling pada hakikatnya adalah bantuan ahli yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling profesional (guru BK) kepada peserta didik sebagai konseli dalam upaya memandirikan konseli pada aspek pribadi, emosi, kognitif, sosial, moral, belajar, dan karier (Hartono, 2022). Konteks tugas bimbingan dan konseling sebagai pelayanan ahli yang memandirikan konseli inilah yang berbeda dengan konteks tugas guru kelas, guru mapel, dan guru praktik sebagai mengampu pembelajaran yang mendidik (Raka Joni, 2005).

Kurikulum merdeka merupakan episod ke 15 dari kebijakan merdeka belajar, kampus merdeka, dan sekolah merdeka sebagai opsi satuan pendidikan dalam pemulihan pembelajaran pada tahun 2022-2024 akibat pandemi Covid-19 melanda dunia. Kurikulum merdeka belum diimplementasikan secara masif pada satuan pendidikan dasar dan menengah. Implementasi kurikulum merdeka baru terbatas pada sekolah penggerak dan SMK-PK yaitu SMK pusat unggulan yang dimulai sejak tahun 2021. Pada kebijakan implementasi kurikulum merdeka, bimbingan dan konseling memiliki peluang memperluas pelayanannya kepada peserta didik dalam bentuk survei karakter sebagai pengejawantahan pelayanan instrumentasi bimbingan dan konseling dan himpunan data dalam upaya memahami kebutuhan, permasalahan, dan kondisi konseli.

Inovasi dan kreativitas pengampu ahli pelayanan bimbingan dan konseling yaitu guru BK dan para dosen program studi bimbingan dan konseling (dosen BK) di perguruan tinggi

sebagai anggota ABKIN sangat diperlukan untuk melakukan penguatan profesi bimbingan dan konseling, sehingga mampu menghasilkan produk inovasi yang berkontribusi pada peningkatan mutu pelayanan bimbingan dan konseling. Menurut Amalianita, Firman, dan Ahmad (2021) peningkatan mutu pelayanan bimbingan dan konseling dapat dilakukan melalui pengembangan profesionalitas guru BK dan dosen BK, sehingga mereka memiliki peluang yang luas dalam berinovasi untuk menemukan berbagai pendekatan baru yang lebih efektif pada praksis pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Kebijakan kurikulum merdeka pada lembaga pendidikan formal di sekolah penggerak dan SMK-PK, lazimnya mampu menciptakan budaya kerja yang kondusif pada praksis profesi bimbingan dan konseling dalam mewujudkan pelayanan bimbingan dan konseling yang bermutu dan bermartabat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan cara menelaah secara kritis beberapa informasi dan konsep yang bersumber dari bahan pustaka elektronik dan non-elektronik, untuk merumuskan secara deskriptif strategi JITU dalam rangka penguatan praksis profesi bimbingan dan konseling di sekolah pada implementasi kurikulum merdeka di kalangan satuan pendidikan dasar dan menengah, sehingga bisa memberikan kontribusi dalam upaya meningkatkan mutu pelayanan bimbingan dan konseling yang memandirikan peserta didik (Depdiknas, 2007).

Prosedur yang dilakukan pada penelitian ini adalah (1) mengumpulkan bahan pustaka yang berkaitan dengan konsep yang dibahas, (2) menyeleksi bahan pustaka yang telah dikumpulkan yang mendukung kajian konsep JITU, dan (3) melakukan analisis secara deskriptif kualitatif, sehingga diperoleh pemahaman terhadap konsep strategi JITU untuk menginterpretasi serta mensintesis secara cermat dan logis yang dideskripsikan dalam bentuk naratif (Creswell, 2014). Berdasarkan prosedur tersebut, maka penelitian ini dapat digolongkan sebagai bentuk penelitian *library research* (Sartono, Rahmawati, dan Hayatina, 2021) dengan menggunakan pendekatan telaah kepustakaan (Silalahi, Hartini, Prabowo, dan Siswanti, 2022). Pendekatan ini dipilih berdasarkan alasan yaitu (1) tersedia bahan pustaka yang memadai dalam bentuk *on-line* maupun *off-line* tentang konsep dan variabel yang dikaji; (2) data yang diteliti berbentuk kualitatif berupa bahan kepustakaan; dan (3) pendekatan telaah kepustakaan lebih praktis dan efisien.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Konteks Tugas Guru BK vs Konteks Tugas Guru Pembelajaran

Satu hal penting yang perlu dipahami oleh beberapa pihak yang terkait dengan praksis pendidikan formal di sekolah adalah konteks tugas guru BK yang berbeda dengan konteks tugas guru kelas, guru mata pelajaran dan guru praktik yang disebut sebagai guru pembelajaran. Guru BK bertugas sebagai pengampu ahli pelayanan bimbingan dan konseling yang memandirikan peserta didik sebagai konseli (Depdiknas, 2007), sedangkan guru pembelajaran bertugas sebagai pengampu pembelajaran yang mendidik.

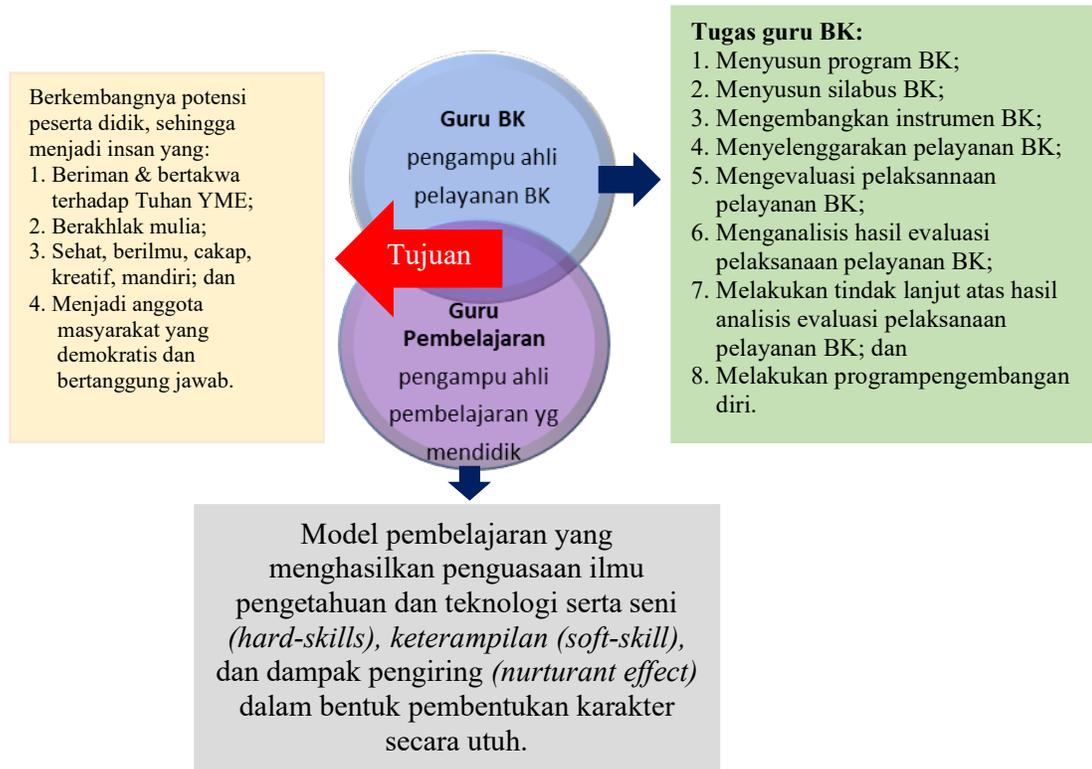
Keahlian guru BK pada bidang pelayanan bimbingan dan konseling terwujud pada penguasaan mereka terhadap standar kompetensi konselor dan praksis pelayanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada peserta didik di sekolah sebagaimana diatur pada Permendiknas Nomor 27 Tahun 2008 tentang standar kualifikasi akademik dan kompetensi konselor, Permendiknas Nomor 35 tahun 2010 tentang jabatan fungsional guru dan angka kreditnya, dan Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 tentang bimbingan dan konseling pada satuan pendidikan dasar dan menengah.

Keahlian guru pembelajaran sebagai pengampu pembelajaran yang mendidik terwujud pada penguasaan standar kompetensi guru dan praksis pembelajaran yang mendidik. Menurut Joyce, Weil and Calhoun (2014) pembelajaran yang mendidik adalah suatu model pembelajaran yang mengukur secara utuh tiga aspek sebagai luaran pembelajaran yaitu *hard skills*, *soft skills*, dan *nurturant effect*. *Hard skills* adalah penguasaan ilmu pengetahuan dan teknologi oleh peserta didik setelah mereka terlibat aktif dalam kegiatan pembelajaran. *Soft skills* yaitu penguasaan keterampilan oleh peserta didik sebagai subjek pembelajaran, sedangkan *nurturant effect* merupakan dampak pengiring pembelajaran yang terwujud pada aspek kepribadian peserta didik, seperti kejujuran, kedisiplinan, percaya diri, kerja keras, tanggung jawab, kolaboratif, optimisme, dan sifat-sifat kepribadian yang lain yang dibutuhkan dalam menghasilkan kinerja sebagai *out-come* pembelajaran.

Konteks tugas guru BK sebagai pengampu ahli pelayanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik di sekolah sebagaimana amanat Permendiknas Nomor 35 tahun 2010 tentang jabatan fungsional guru dan angka kreditnya secara ringkas dapat dirinci menjadi 8 butir yaitu (1) menyusun program bimbingan dan konseling, (2) menyusun silabus/ materi pelayanan bimbingan dan konseling, (3) mengembangkan instrumen bimbingan dan konseling, (4) menyelenggarakan pelayanan bimbingan dan konseling, (5) mengevaluasi pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling, (6) menganalisis hasil evaluasi pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling, (7) melakukan tindak lanjut atas hasil analisis evaluasi

pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling, dan (8) melakukan program pengembangan diri melalui keterlibatannya secara aktif sebagai pengurus dan anggota ABKIN dengan mengikuti berbagai kegiatan ilmiah seperti seminar, pelatihan, workshop, penelitian tindakan bimbingan dan konseling, dan studi lanjut dalam upaya pengembangan profesionalitas secara berkelanjutan.

Secara visual perbedaan dan kaitan konteks tugas guru BK dengan guru pembelajaran diuraikan pada gambar 1 sebagai berikut.



Gambar 1. Perbedaan dan Kaitan Konteks Tugas Guru BK dengan Guru Pembelajaran

2. Praksis Bimbingan dan Konseling dalam Kebijakan Kurikulum Merdeka

Implementasi kurikulum merdeka sebagai episode ke 15 dalam kebijakan merdeka belajar kementerian pendidikan, kebudayaan, riset dan teknologi memberikan peluang kepada profesi bimbingan dan konseling untuk memperdalam intensitas praksis pelayanan bimbingan dan konseling terutama pelayanan instrumentasi bimbingan dan konseling dan himpunan data dalam bentuk kegiatan survei karakter peserta didik.

Survei karakter peserta didik adalah suatu kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh guru BK untuk mengumpulkan data peserta didik dengan menggunakan berbagai metode pengumpulan data secara integratif yang bertujuan untuk memahami

karakter peserta didik sebagai konseli. Menurut Hartono (2020) survei karakter merupakan kegiatan strategis dalam praksis pelayanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik yang merupakan bagian dari pelayanan instrumentasi bimbingan dan konseling dan himpunan data. Hasil survei karakter sangat bermanfaat khususnya bagi guru BK untuk merancang pelayanan bimbingan dan konseling yang dibutuhkan peserta didik.

Kebijakan implementasi kurikulum merdeka saat ini masih terbatas pada satuan pendidikan penggerak dan SMK pusat unggulan, secara substantif tidak mengubah urgensi bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari sistem pendidikan di sekolah (Depdiknas, 2007). Kebijakan ini bisa meningkatkan spirit guru BK untuk mengembangkan inovasi pada praksis pelayanan bimbingan dan konseling yang memandirikan peserta didik sebagai konseli, sehingga proses transformasi pendidikan formal pada satuan pendidikan dapat berlangsung secara maksimal dalam mewujudkan tujuan pendidikan nasional yaitu berkembangnya potensi peserta didik untuk menjadi insan yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan YME, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi anggota masyarakat yang demokratis serta bertanggung jawab sebagai amanat pasal 3 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Praksis bimbingan dan konseling pada lembaga pendidikan formal di satuan pendidikan dasar dan menengah dilaksanakan oleh guru BK profesional yang secara ringkas diuraikan pada gambar 1, yang diawali dengan melakukan kegiatan asesmen kebutuhan peserta didik untuk menemukani permasalahan, kebutuhan, dan kondisi peserta didik dalam upaya menyusun program bimbingan dan konseling yang dibutuhkan peserta didik sebagai konseli. Berdasarkan program yang telah disusun melalui proses workshop atau rapat kerja pada satuan pendidikan, guru BK menyusun silabus yaitu materi pelayanan bimbingan dan konseling yang dipetakan ke dalam empat bidang dan empat komponen pelayanan bimbingan dan konseling yaitu bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar, dan karier serta komponen pelayanan responsif, pelayanan dasar, pelayanan perencanaan individual, dan dukungan sistem berdasarkan sifat dan fungsi setiap pelayanan bimbingan dan konseling yang diuraikan sebagai berikut:

- a. Pelayanan bimbingan dan konseling klasikal merupakan suatu pelayanan bimbingan dan konseling yang bersifat pencegahan (*preventive*) yang diberikan kepada peserta didik berdasarkan kebutuhannya. Berdasarkan Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 tentang bimbingan dan konseling pada satuan pendidikan dasar dan menengah, pelayanan ini diselenggarakan secara klasikal dalam alokasi waktu 90 menit per minggu bagi SMA sederajat, dan 80 menit per minggu bagi SMP sederajat, sebagai pelayanan bimbingan dan

- konseling yang terjadwal yang bertujuan membantu peserta didik untuk memenuhi kebutuhan dalam mengembangkan potensinya, sehingga mereka mampu melakukan penyesuaian diri dan penyesuaian sosial dalam rangka pelaksanaan tugas-tugas perkembangan secara maksimal.
- b. Pelayanan konseling merupakan jantungnya pelayanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik di sekolah, yang diselenggarakan secara individual yang disebut konseling individual, dan diselenggarakan secara kelompok yang disebut konseling kelompok, hendaknya sebagai pelayanan bimbingan dan konseling yang bersifat penyembuhan (*curative*) yang bertujuan membantu peserta didik yang sedang mengalami masalah psikologis dalam ranah pribadi, sosial, belajar, dan karier agar mereka mampu memecahkan masalahnya, sehingga berkemampuan dalam menggunakan potensinya secara maksimal untuk mewujudkan cita-cita hidupnya.
 - c. Pelayanan bimbingan kelompok adalah suatu pelayanan bimbingan dan konseling yang bersifat pencegahan (*curative*) yang diselenggarakan dengan menggunakan pendekatan kelompok melalui pengembangan dinamika kelompok pada berbagai praksis teknik atau strategi yang relevan dengan tujuan bimbingan kelompok. Dalam kebijakan merdeka belajar saat ini (tahun 2019-2024), teknik/ strategi pelayanan bimbingan kelompok bisa menggunakan strategi *problem based learning* dan *project based learning* untuk mendorong kreativitas peserta didik sebagai konseli.
 - d. Pelayanan konsultasi, home visit, dan konferensi kasus merupakan suatu pelayanan bimbingan dan konseling yang bersifat penyembuhan (*curative*) yang perlu diberikan kepada peserta didik sebagai konseli untuk membantu mereka agar berkemampuan dalam memecahkan permasalahan yang sedang dihadapinya.
 - e. Pelayanan instrumentasi dan himpunan data merupakan suatu pelayanan bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh guru BK dengan cara mengembangkan dan atau menggunakan berbagai metode pengumpulan data serta mengelola data peserta didik tersebut, sehingga mudah dimanfaatkan dalam penyelenggaraan pelayanan bimbingan dan konseling yang memandirikan peserta didik. Metode pengumpulan data dalam perspektif bimbingan dan konseling dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu metode tes baku dan metode non-tes. Metode tes baku mencakup berbagai tes psikologis seperti tes inteligensi, tes minat karier, tes kreativitas, tes bakat, dan tes kepribadian yang hanya dilakukan oleh guru BK yang memiliki kewenangan karena telah lulus sertifikasi tes psikologis bagi konselor pendidikan. Sedangkan metode non-tes mencakup kuesioner, skala pengukuran, pedoman pengamatan, pedoman wawancara, dan sosiometri yang bisa dikembangkan oleh

- guru BK sendiri. Di samping itu, guru BK bisa menggunakan metode dokumentasi untuk mengumpulkan dan menganalisis data peserta didik yang telah didokumentasikan di sekolah.
- f. Pelayanan jejaring disebut juga pelayanan kerja sama yang sangat dibutuhkan dalam penyelenggaraan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah. Praksis bimbingan dan konseling membutuhkan kerja sama internal dan eksternal yang dilakukan oleh guru BK. Kerja sama internal adalah kerja sama guru BK dengan rekan sejawat guru BK serta guru pembelajaran pada satuan lembaga pendidikan, sedangkan kerja sama eksternal adalah kerja sama guru BK dengan lembaga atau profesi lain dari luar lembaga pendidikan tempat guru BK bertugas dalam upaya menyelenggarakan pelayanan bimbingan dan konseling yang bermutu kepada peserta didik.
- g. Pelayanan konseling teman sebaya adalah pelayanan konseling kepada peserta didik di sekolah. Konselornya adalah temannya konseli sendiri, sesama peserta didik yang berprestasi dalam bidang akademik maupun non-akademik. Pada kesempatan dialog dalam rapat koordinasi daerah penguatan sistem pencegahan dan penanganan kasus kekerasan pada anak yang diselenggarakan oleh Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia di Surabaya pada tanggal 1 September 2022, dilaporkan bahwa praksis konseling sebaya lebih efektif dengan alasan konseli lebih terbuka karena konselornya adalah temannya sendiri yang memiliki hubungan dekat (akrab).

3. Strategi JITU sebagai Penguatan Profesi Bimbingan dan Konseling

JITU adalah akronim dari Jujur, Inovatif, Terintegrasi, dan Unggul yang digagas sebagai strategi melakukan penguatan praksis profesi bimbingan dan konseling di sekolah. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016) penguatan adalah proses, cara, perbuatan menguatkan atau menguatkan. Berdasarkan definisi tersebut, maka konsep penguatan profesi bimbingan dan konseling pada kajian ini adalah suatu cara yang bertujuan meningkatkan mutu praksis profesi bimbingan dan konseling yang diselenggarakan secara terencana, terkendali, dan terukur dengan mendayagunakan sumber daya yang lebih maksimal.

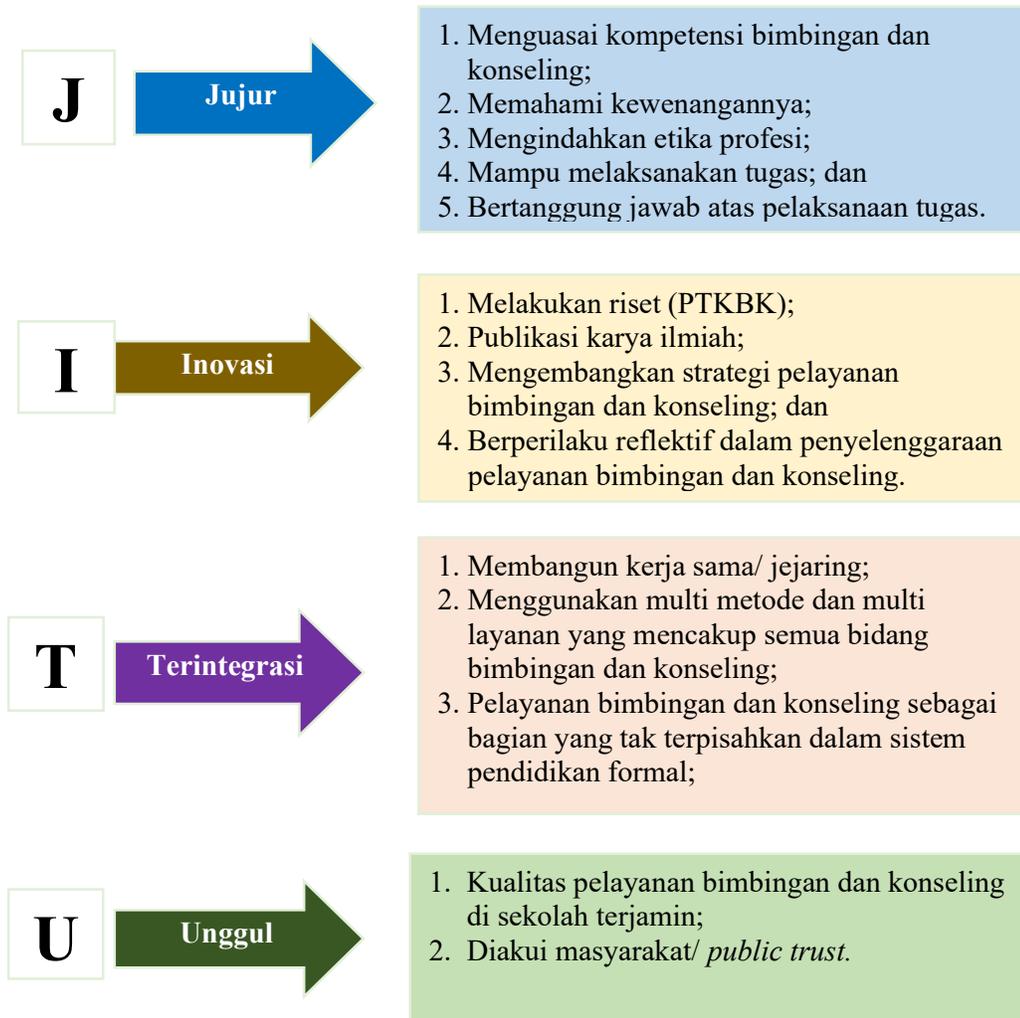
Terencana artinya kegiatan penguatan profesi bimbingan dan konseling diawali dengan pengukuran kebutuhan (*needs assessment*) yang bertujuan mengidentifikasi permasalahan, kebutuhan dan kondisi profesi bimbingan dan konseling saat ini secara integrasi yang mencakup organisasi profesi, Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan (LPTK) penyelenggara program studi bimbingan dan konseling, dan sumber daya manusia bimbingan

dan konseling yaitu dosen dan guru BK. Berdasarkan hasil pengukuran kebutuhan yang ditemukan, para pihak yang berkaitan langsung dengan profesi bimbingan dan konseling saling melaksanakan fungsi dan tugasnya secara maksimal dalam upaya menghasilkan sumber daya manusia yang ahli dalam bidang bimbingan dan konseling.

Terkendali artinya penguatan profesi bimbingan dan konseling dilaksanakan secara terkontrol dan akuntabel berdasarkan asas, prinsip, dan rencana yang telah ditentukan, sehingga menghasilkan luaran (*output*) dan *outcome* yang ditargetkan. Terukur artinya dilakukan evaluasi dan refleksi dalam upaya menentukan efektivitas dan efisiensi serta kegiatan perbaikan dan pengembangan yang diperlukan. Mendayagunakan sumber daya profesi bimbingan dan konseling yang terdiri dari pengampu ahli pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah yaitu para guru BK profesional dan para dosen di lingkungan LPTK penyelenggara program studi bimbingan dan konseling secara bersama-sama turut berkontribusi melakukan penguatan profesi bimbingan dan konseling di tanah air sebagai profesi yang bermartabat yang dibutuhkan oleh masyarakat global.

Implementasi strategi JITU mencakup dua hal yaitu mewujudkan unsur JITU dan menerapkannya pada praksis pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah. Unsur JITU mencakup **Jujur** yaitu (1) menguasai kompetensi bimbingan dan konseling; (2) memahami kewenangannya; (3) mengindahkan etika profesi; (4) mampu melaksanakan tugas; dan (5) bertanggung jawab atas pelaksanaan tugas. **Inovasi** yaitu (1) melakukan riset terutama PTKBK); (2) mempublikasikan karya ilmiah; (3) mengembangkan strategi pelayanan bimbingan dan konseling; dan (4) berperilaku reflektif. **Terintegrasi** yaitu (1) melakukan kerja sama/ jejaring; (2) menggunakan multi metode dan multi layanan yang terdiri dari bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar, dan karier; dan (3) sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam sistem pendidikan formal. **Unggul** yaitu (1) menjamin terwujudnya kualitas pelayanan bimbingan dan konseling; dan (2) menjadikan profesi bimbingan dan konseling diakui masyarakat/ *public trust*.

Pembentukan unsur JITU membutuhkan komitmen dan kerja keras dari para guru BK dan dosen BK yang tergabung pada organisasi profesi ABKIN serta LPTK penyelenggara program studi bimbingan dan konseling pada jenjang program sarjana, profesi, magister, dan doktor untuk secara bersama-sama berkontribusi dalam melakukan fungsi dan tugasnya, sehingga mampu menghasilkan lulusan yang ahli dalam bidang bimbingan dan konseling.

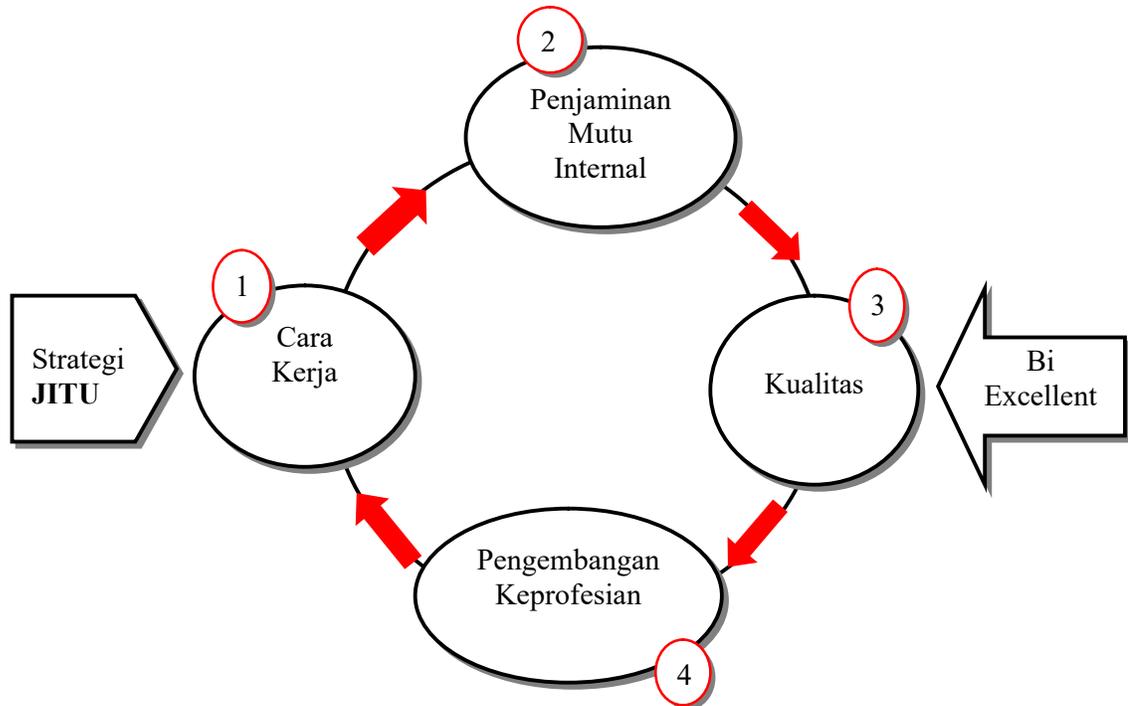


Gambar 2. Unsur Strategi JITU untuk Penguatan Profesi Bimbingan dan Konseling

Menerapkan strategi JITU pada praksis pelayanan bimbingan dan konseling di satuan pendidikan dasar dan menengah menggunakan model tata kelola pelayanan bimbingan dan konseling yang ditunjukkan pada gambar 3. Model tersebut terdiri dari empat komponen penting yang saling terkait dalam penguatan profesi bimbingan dan konseling yaitu cara kerja, penjaminan mutu internal, kualitas pelayanan, dan pengembangan keprofesian.

Cara kerja dibangun dengan penguasaan kerangka teoritik bimbingan dan konseling secara memadai, sehingga guru BK mampu menerapkan prosedur pelayanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan strategi/ teknik yang relevan terhadap permasalahan dan kebutuhan peserta didik. Penjaminan mutu internal diterapkan dengan mengendalikan proses pelayanan bimbingan dan konseling berdasarkan standar pelayanan, untuk mewujudkan akuntabilitas praksis profesi bimbingan dan konseling dalam rangka mencapai kualitas

pelayanan bimbingan dan konseling yang unggul dan terpercaya. Sedangkan pengembangan keprofesian dilaksanakan secara berkesinambungan yang terencana, terlaksana secara memadai dan tersupervisi oleh ABKIN sebagai organisasi profesi di bidang bimbingan dan konseling.



Gambar 3. Model Tata Kelola Pelayanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah

SIMPULAN

Berdasarkan kajian di atas, simpulan yang diperoleh diuraikan sebagai berikut:

1. Penguatan profesi bimbingan dan konseling di sekolah dalam implementasi kurikulum merdeka merupakan aspek penting yang perlu mendapatkan dukungan dan kontribusi dari para guru dan dosen BK sebagai sumber daya praksis profesi bimbingan dan konseling, ABKIN sebagai organisasi profesi bidang bimbingan dan konseling serta LPTK sebagai penyelenggara program studi bimbingan dan konseling.
2. Implementasi strategi JITU mencakup pembentukan unsur JITU yaitu Jujur, Inovatif, Terintegrasi, dan Unggul yang diterapkan di sekolah dengan menggunakan model tata kelola pelayanan bimbingan dan konseling yang mencakup cara kerja, penjaminan mutu internal, kualitas, dan pengembangan keprofesian berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalianita, B., Firman, dan Ahmad, R. (2021). Penerapan sistem pendidikan disentralisasi serta upaya peningkatan mutu layanan dengan pengembangan profesionalisme guru bimbingan konseling. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 6(1), 9-14. Tersedia di <https://jurnal.iicet.org/index.php/jrti/article/view/737/600>
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (2016). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Tersedia di <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/penguatan>
- Creswell, J.W. (2014). *Research Design*. Washington DC: SAGE.
- Depdiknas. (2007). *Rangkuman Eksekutif: Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Hartono. (2020). Strategi mengembangkan instrumen survei karakter peserta didik. *Prosiding Seminar & Lokakarya Nasional Bimbingan dan Konseling PD ABKIN JATIM & UNIPA SBY*, 1(2), 1-10. Tersedia di <https://ojs.abkinjatim.org/index.php/ojspdabkin/article/view/80/66>
- Hartono. (2022). Memperkokoh kepribadian pengampu ahli pelayanan bimbingan dan konseling untuk mewujudkan kemandirian konseli. *Prosiding Seminar & Lokakarya Nasional Bimbingan dan Konseling PD ABKIN JATIM & UNIPA SBY*, 2(2), 1-11. Tersedia di ojs.abkinjatim.org
- Joyce, B.R., Weil, M., and Calhoun, E. (2014). *Models of Teaching*. New Jersey: Pearson Education.
- Raka Joni. (2005). Pembelajaran yang mendidik: Artikulasi konseptual, terapan kontekstual dan verifikasi empirik. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 12(2), 1-37. Tersedia di <http://journal.um.ac.id/index.php/jip/article/view/72/1407>
- Sarnoto, A.Z., Rahmawati, S.T., Hayatina, L. (2021). Education that liberates and educates according to the perspective of the Qur'an. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 9(4), 351-357. <https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/view/632>
- Silalahi, E., Hartini, S., Prabowo, A.B., and Siswanti, R. (2022). Talking chips media for developing the group dynamics in guidance and counseling grouped. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 69-78. <http://www.ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/article/view/12080/5232>

PENGUATAN IMPLEMENTASI PERAN GURU BK/ KONSELOR DALAM PROGRAM KURIKULUM MERDEKA

Esty Rokhyani

Pengawas SMP Dinas Pendidikan Kabupaten Nganjuk

Email: esty.rokh02@gmail.com

ABSTRAK

Artikel ini membahas tentang peran Guru BK (Bimbingan dan Konseling) dalam mensukseskan Program Merdeka Belajar. Pendidikan Merdeka Belajar merupakan salah satu respons kebutuhan sistem Pendidikan di era Revolusi Industri 4.0. Artikel ini sekaligus juga membahas bagaimana penguatan peran Guru BK pada program tersebut. Berdasarkan pembahasan, dapat disimpulkan (1) Penerapan program Merdeka belajar membuat konselor dapat mengoptimalkan peran-perannya sebagai agen perubahan, sebagai agen pencegahan, sebagai konselor/ terapis, sebagai konsultan, sebagai koordinator, sebagai asesor dan sebagai pengembang karier; (2) Tahapan yang dapat dilakukan guru BK untuk menguatkan perannya adalah memahami lebih detail dan mendalam berbagai landasan peraturan, hakikat merdeka belajar, petunjuk pelaksanaan program merdeka belajar, mengidentifikasi dan menganalisis permasalahan yang muncul dalam program tersebut. Hal tersebut membuat seorang Guru BK/ konselor dituntut untuk selalu meningkatkan kemampuan keprofesionalannya dalam menjalankan perannya mendukung kesuksesan Kurikulum Merdeka.

Kata kunci: *Merdeka belajar, kurikulum merdeka, guru BK, konselor*

ABSTRACT

This article discusses the role of Guidance and Counseling teachers in the success of the Independent Learning Program. Independent Learning Education is one of the responses to the needs of the Education system in the Industrial Revolution 4.0 era. This article also discusses how to strengthen the role of Guidance and Counseling teachers in the program based on the discussion, it can be concluded (1) The application of the Independent Learning program allows counselors to optimize their roles as agents of change, as a prevention agent, as a counselor/ therapist, as a consultant, as a coordinator, as an assessor and as a career developer; (2) The steps that can be taken by Guidance and Counseling teachers to strengthen their role are to understand in more detail and in depth various regulatory bases, the nature of independent learning, instructions for implementing the independent learning program, identifying and analyzing problems that arise in the program. This makes a Guidance and Counseling teacher/ counselor required to always improve his professional abilities in carrying out his role in supporting the success of the Independent Curriculum.

Key word: *Independent learning, independent curriculum, BK Teachers, counselors*

PENDAHULUAN

Program Kurikulum Merdeka yang dicanangkan pemerintah pada awal Desember 2019 berfungsi sebagai salah satu jawaban dari tantangan sekaligus peluang bagi Lembaga Pendidikan di era revolusi industry 4.0. Pencanangan program ini menjadikan adanya optimalisasi peran konselor/ Guru BK di sekolah akhir-akhir ini dirasakan semakin mendesak. Implementasi layanan BK yang bersifat komprehensif sejalan dengan prinsip Kurikulum Merdeka yaitu berpusat pada peserta didik untuk mencapai perkembangan optimal dan kemandirian secara utuh yang meliputi aspek pribadi, belajar, sosial dan karir. Setiap komponen layanan sudah disertai dengan rencana dan implementasi yang terintegrasi dengan pencapaian Profil Pelajar Pancasila.

Profil Pelajar Pancasila menjadi menjadi tujuan jangka panjang dan memayungi keseluruhan layanan BK dalam mewujudkan peserta didik menjadi pembelajar sepanjang hayat yang kompeten, berkarakter dan berperilaku sesuai nilai-nilai Pancasila. Seiring dengan munculnya kebijakan pemerintah tersebut perlu dirumuskan secara jelas peran Guru BK.

Perumusan ini menjelaskan bahwa peran Guru BK dalam mendukung kesuksesan penerapan Program Merdeka Belajar. Penguatan peran ini sangat penting dalam upaya meningkatkan eksistensi Guru BK serta akan memberi dampak yang konstruktif bagi peningkatan kinerja Guru BK. Hal ini berarti kemampuan konselor untuk mengatur perannya sejalan dengan kebijakan merdeka belajar menjadi sangat penting serta kemampuan mengatur diri dalam konteks menjalankan tugas profesi.

Pada artikel ini penulis ingin membahas tentang bagaimana cara penguatan peran Guru BK dalam rangka mensukseskan Program Kurikulum Merdeka dan terwujudnya Profil Pelajar Pancasila yang dicanangkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

METODE

Artikel ini membahas tentang penguatan peran Guru BK dalam mensukseskan Program Kurikulum Merdeka. Jenis metode penelitian ini adalah penelitian perpustakaan (*Library Research*). Penelitian perpustakaan adalah

penelitian untuk memperoleh data atau bahan yang dibutuhkan dari perpustakaan baik berupa buku, ensiklopedi, kamus, terbitan berkala, dokumen dan majalah. Biasanya terdapat dua jenis sistem layanan perpustakaan yaitu sistem tertutup dan sistem terbuka. Dalam hal ini perpustakaan yang terlibat adalah perpustakaan dengan sistem terbuka, dimana peminjam dapat secara langsung mencari dan memilih buku atau sumber yang mereka butuhkan untuk masuk ke perpustakaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Kurikulum Merdeka sebagai transformasi kebijakan Merdeka Belajar mengedepankan pendekatan yang berpusat pada minat, bakat dan kemampuan peserta didik dalam pembelajarannya. Kurikulum Merdeka yang bersifat fleksibel didasarkan pada pemikiran Ki Hajar Dewantara yaitu maksud dari pengajaran dan Pendidikan yang berguna untuk perikehidupan Bersama adalah memerdekakan manusi sebagai bagian dari persatuan rakyat. Oleh sebab itu setiap satuan Pendidikan memiliki keleluasaan dalam menyesuaikan kurikulum dengan keragaman dan kebutuhannya.

Berdasarkan konsep Merdeka Belajar, Kemdikbud-Ristek memiliki sebuah visi misi untuk menciptakan Pelajar Pancasila atau lebih dikenal dengan Profil Pemuda Pancasila. Profil Pemuda Pancasila merupakan sejumlah karakter dan kompetensi yang diharapkan untuk diraih oleh para peserta didik yang berdasarkan pada nilai – nilai luhur Pancasila. Karakteristik Profil Pemuda Pancasila terdiri atas beriman, bertakwa kepada Tuhan YME dan berakhlak mulia; mandiri; bernalar kritis; kreatif; bergotong royong; berkebinekaan global. Salah satu yang berperan dalam satuan Pendidikan dalam mendukung terbentuknya karakter Pemuda Pancasila ini adalah Guru BK.

Prinsip dasar layanan Bimbingan dan Konseling yang diperlukan dalam melaksanakan layanan dengan capaian terwujudnya Profil Pemuda Pancasila adalah membangun inklusivitas dan mencapai perkembangan yang optimal. Membangun inklusivitas yaitu setiap peserta didik berhak mendapatkan pelayanan secara professional sebagai tanggung jawab Bersama antara kepala satuan pendidikan, guru BK, pendidik serta tenaga pendidik dalam satuan pendidikan. Layanan ini dapat diberikan melalui: 1. Proses individual maupun kelompok sesuai

dengan kebutuhan dan layanan tambahan bagi peserta didik dengan disabilitas, 2. Layanan bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dari proses Pendidikan serta 3. Setiap peserta didik memiliki hak untuk dihargai dan diperlakukan sama dimana layanan diperuntukkan bagi semua dan tidak diskriminatif.

Mencapai perkembangan yang optimal dapat dilakukan antara lain setiap peserta didik memiliki nilai-nilai positif yang perlu dioptimalkan, setiap peserta didik berhak mendapatkan layanan BK guna mengembangkan diri secara optimal menuju capaian Profil Pelajar Pancasila, peserta didik didorong untuk mengambil dan merealisasikan keputusan secara bertanggung jawab sesuai dengan situasinya, bersifat fleksibel dan adaptif serta berkelanjutan sesuai kebutuhan, dan setiap peserta didik berhak memiliki pilihan yang difokuskan pada pengembangan minat, bakat dan karier di masa depan.

Layanan bimbingan dan konseling diharapkan mengikuti standar profesional dan etika sebagai berikut: kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, responsive, keaktifan, kedinamisan, kemandirian, keterpaduan, normatif dan keahlian. Implementasi layanan BK di satuan pendidikan menggunakan tiga strategi besar yang meliputi strategi implementasi di satuan pendidikan, strategi pemberdayaan keluarga dan strategi kerja sama dengan mitra. Guru BK dapat mengampu beberapa peran sebagaimana yang diadaptasi dari *The Texas Model for Comprehensive School Counseling* (2018) yaitu sebagai pengelola program, pembimbing, penilai, konselor, konsultan, dan koordinator.

Peran guru BK/ konselor menurut Wrenn dalam Nursalim (2015) didefinisikan sebagai harapan-harapan dan perilaku yang dikaitkan dengan suatu posisi sedangkan fungsi diartikan sebagai aktivitas yang ditunjukkan untuk suatu peran. Lebih lanjut Nursalim (2015) mengidentifikasi beberapa peran utama guru BK yaitu:

a. Konselor sebagai seorang konselor

Kategori ini dapat disebut sebagai konselor atau sebagai terapis. Dalam setting sekolah maka kemampuan guru pembimbing untuk melaksanakan kegiatan konseling secara profesional tidak dapat ditawar-tawar. Kompetensi untuk melaksanakan konseling secara singkat namun efektif sangat diperlukan.

b. Konselor sebagai seorang Konsultan

Konsultasi melibatkan tiga pihak yaitu konselor sebagai konsultan, guru atau orangtua sebagai konsultee dan konseli yang memiliki masalah yang bertujuan utama untuk memecahkan masalah konseli. Hal tersebut senada dengan yang disampaikan Barruth and Robinson (1987) tentang konsultasi.

c. Konselor sebagai agen perubahan

Peran sebagai agen perubahan bermakna bahwa keseluruhan lingkungan dari konseli harus dapat berfungsi sehingga dapat mempengaruhi Kesehatan mental menjadi lebih baik dan konselor dapat mempergunakan lingkungan tersebut untuk memperkuat dan mengembangkan profesi konseli.

d. Konselor sebagai seorang agen pencegahan utama

Peranan guru pembimbing yang ditekankan di sini adalah sebagai agen untuk mencegah perkembangan yang salah dan atau mencegah terjadinya masalah.

e. Konselor sebagai koordinator

Peran konselor dalam hal ini adalah konselor memiliki tanggung jawab untuk mengkoordinasikan berbagai macam kegiatan bimbingan dengan kegiatan-kegiatan sekolah lainnya.

f. Konselor sebagai Agen Orientasi

Sebagai agen orientasi perkembangan manusia, para konselor perlu mengakui pentingnya orientasi anak didik terhadap tujuan sekolah dan lingkungan sekolahnya.

g. Konselor sebagai Asesor

Peran ini dapat dilakukan dengan cara melakukan asesmen pada peserta didik berdasarkan data hasil tes maupun non-tes lalu diinterpretasikan dalam rangka memperoleh pemahaman yang akurat tentang siswa dan berbagai macam permasalahannya.

h. Konselor sebagai Pengembang Karier

Pentingnya peranan konselor sebagai pengembang karir menjadi landasan bagi pengambilan keputusan di kemudian hari oleh anak dengan menegaskan pentingnya memberikan perhatian pada perkembangan karir anak.

Selain berbagai peran yang dapat diampu oleh guru BK, terdapat pula 4 (empat) komponen besar dalam layanan bimbingan dan konseling yang meliputi:

1. Layanan Dasar

Layanan dasar ditujukan bagi semua peserta didik bersifat preventif dan developmental. Implementasinya dapat dilaksanakan secara klasikal dalam kelas besar atau di luar kelas secara terbuka dengan alat bantu/ media tertentu, dan/ atau dilakukan secara berkelompok 4 s.d. 6 orang peserta didik dengan membahas topik-topik aktual.

Untuk memberikan layanan dasar sesuai dengan kebutuhan, Guru BK berkoordinasi dengan pendidik dan tenaga kependidikan untuk:

- Membuat pemetaan kebutuhan.** Pemetaan kebutuhan dapat dilakukan melalui pengamatan atau observasi atau menggunakan berbagai instrument yang sesuai dengan kebutuhan termasuk survey dan angket. Pemetaan ini dapat mencakup berbagai kebutuhan peserta didik, seperti aspek pribadi, sosial, belajar dan karir;
- Membuat analisis kebutuhan.** Satuan pendidikan dapat memetakan kebutuhan peserta didik berdasarkan dimensi, sub elemen atau elemen dari Profil Pelajar Pancasila yang perlu dikembangkan;
- Membuat perencanaan layanan.** Satuan pendidikan dapat membuat perencanaan layanan dengan memetakan topik dan jenis layanan untuk masing – masing komponen dan memberikan respons yang tepat saat ada kejadian yang berkaitan;
- Pelaksanaan program atau kegiatan.** Program atau kegiatan dapat memanfaatkan berbagai metode dan media berdasarkan topik yang sudah direncanakan;
- Evaluasi program atau kegiatan.** Setelah program atau kegiatan ini berlangsung, satuan pendidikan melalui guru BK dan/ atau pendidik lain yang terlibat perlu melakukan evaluasi dan refleksi program guna memastikan pelaksanaan program telah sesuai dengan tujuan.

Dalam layanan dasar, satuan pendidikan dapat bekerjasama dengan coordinator dan/ atau fasilitator proyek penguatan Profil Pelajar Pancasila sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Namun perlu diperhatikan bahwa tidak semua kegiatan pada layanan dasar secara langsung diakomodasi dalam proyek profil. Satuan pendidikan bisa menentukan integrasi yang dianggap paling relevan, sesuai antara tema dan tujuan kegiatannya.

2. Layanan Peminatan dan Perencanaan Individual

Layanan peminatan dan perencanaan individual dilakukan secara klasikal melalui bentuk bimbingan kelompok, konseling kelompok, dan/ atau secara pribadi

melalui konseling individual dan layanan konsultasi. Selain itu memerlukan kolaborasi dengan tim kurikulum, wali kelas, guru mata pelajaran atau dapat melibatkan orang tua untuk mendiskusikan tentang arah dan pilihan minat anaknya.

Untuk layanan peminatan dan perencanaan individual, Guru BK beserta wali kelas dapat melakukan beberapa hal berikut: a. Melakukan pemetaan kebutuhan peserta didik. Hal ini dapat dilakukan dengan menggunakan asesmen minat atau pun menggunakan data asesmen diri peserta didik mengenai minatnya; b. Merumuskan tujuan area pengembangan. Hal ini dapat dilakukan baik melalui ekstrakurikuler di dalam satuan pendidikan maupun di luar satuan pendidikan; c. Pelaksanaan pengembangan diri. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memberikan masukan terhadap peserta didik untuk melakukan pengembangan diri sesuai dengan kebutuhan dan minatnya serta mendapatkan wawasan luas tentang berbagai bidang.

Proses ini membutuhkan waktu yang sangat panjang berupa eksplorasi dan pengalaman belajar dalam berbagai bidang dan metode agar peserta didik dapat mengenali proses-proses belajar yang terjadi dalam dirinya. Oleh sebab itu pendidik perlu memperhatikan keragaman metode dan kekayaan konteks dalam mengampu pembelajarannya bahkan seharusnya dilakukan sejak jenjang pendidikan PAUD dan SD.

Cara yang dapat dilakukan dalam rangka penguatan layanan peminatan dengan melakukan identifikasi kebutuhan belajar siswa seperti mengamati perilaku murid, mengidentifikasi pengetahuan awal, menggunakan berbagai bentuk asesmen formatif terdiri atas 4 bidang yaitu a. **Bidang Layanan Belajar** dengan cara mengenal potensi dari peserta didik yang dapat dilakukan oleh Guru BK ataupun Guru Mata Pelajaran, serta dapat pula melakukan asesmen terkait layanan tersebut; b. **Bidang Layanan Pribadi** dengan cara memberikan layanan pada peserta didik yang memiliki masalah dan perlu ditangani secara khusus tanpa memberikan label – label negative terlebih dahulu terhadap peserta didik yang memiliki masalah tersebut; c. **Bidang Layanan Sosial** dengan cara membantu peserta didik memahami lingkungannya dan dapat melakukan interaksi sosial secara positif, terampil, tercipta hubungan yang harmonis antara peserta didik dan lingkungannya; d. **Bidang Layanan Karier** dengan cara membantu mengidentifikasi minat dan

bakat peserta didik dengan asesmen non-kognitif sebagai persiapan untuk merencanakan karier peserta didik tersebut di masa depan.

3. Layanan Responsif

Layanan responsive dirancang untuk memenuhi kebutuhan peserta didik yang memerlukan penanganan mendesak dan segera. Layanan responsif diberikan dengan tujuan menuntaskan masalah yang dialami oleh peserta didik. Layanan ini dapat dilakukan melalui bentuk konseling individual, konseling kelompok dan konseling krisis yang sewaktu-waktu dapat didukung oleh tindakan referral ahli atau mediasi yang melibatkan orang tua.

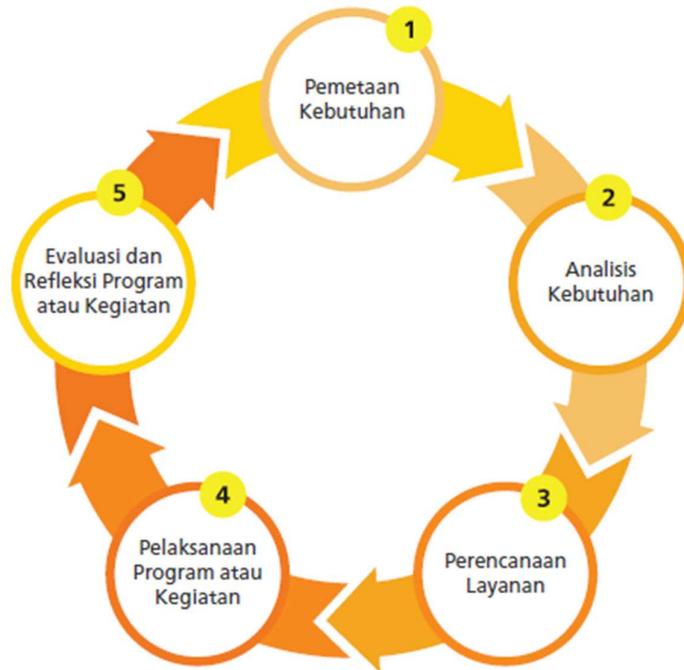
Dalam memberikan layanan responsive, satuan pendidikan perlu melakukan beberapa hal seperti berikut: a. **Melakukan pemetaan kebutuhan peserta didik** dengan cara mengklasifikasikan permasalahan meliputi area akademik, area sosial dan area kepribadian; b. **Analisis kebutuhan untuk penanganan yang tepat** dengan cara memilah masalah sesuai dengan jenisnya dan adanya kerja sama dengan pihak ketiga seperti psikolog, lembaga terapi untuk mengatasi masalah tersebut; c. **Pelaksanaan layanan** dengan cara dilakukan dalam beberapa bentuk yaitu : konseling individu, konseling kelompok, dan layanan rujukan; d. **Refleksi** yaitu dengan cara mengajak peserta didik merefleksikan permasalahan yang dihadapi dan mencari solusinya. Salah satu strategi yang dapat digunakan dalam menangani konflik pada peserta didik adalah seperti bagan di bawah ini.



4. Layanan Dukungan Sistem

Layanan dukungan sistem merupakan jenis layanan yang terkait dengan kegiatan manajemen, tata kerja infrastruktur dan pengembangan profesionalisme Guru BK atau konselor secara berkelanjutan dalam mendukung proses memberikan bantuan kepada peserta didik. Layanan dukungan system merupakan komponen pelayanan dan kegiatan manajemen, tata kerja, infrastruktur dan pengembangan kemampuan professional konselor atau Guru BK secara berkelanjutan untuk mendukung efektivitas dan efisiensi pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling. Secara system satuan pendidikan perlu melakukan identifikasi sumber daya, koordinasi dan kolaborasi sumber daya dan pengelolaan data.

Secara umum setiap layanan ini dilakukan melalui siklus berikut:



SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Penguatan peranan bimbingan dan konseling sangat mendesak untuk dilakukan karena hal tersebut digunakan untuk menyokong penerapan Kurikulum Merdeka.

b. Penerapan program Merdeka Belajar maka konselor dapat mengoptimalkan perannya sebagai agen perubahan, sebagai agen pencegahan, sebagai konselor/terapis, sebagai konsultan, sebagai koordinator, sebagai asesor dan sebagai pengembang karier.

c. Layanan-layanan peran BK dapat saling bermitra, contohnya: 1. kemitraan dalam layanan dasar dan layanan dukungan sistem dapat berupa: tokoh masyarakat, tokoh agama, psikolog/ dokter, LSM, ahli Pendidikan, perguruan tinggi dan dunia kerja; 2. Kemitraan dalam layanan responsif dan layanan perencana individu adalah berupa Psikolog/ biro psikologi, Dokter/ tenaga Kesehatan dan terapis.

SARAN

Berdasarkan simpulan direkomendasikan sebagai berikut:

a. Guru BK/ konselor diharapkan segera mempelajari secara komprehensif tentang kurikulum merdeka sehingga dapat segera merancang program BK yang mendukung siswanya agar lebih mudah memahami kurikulum tersebut.

b. Banyaknya peran yang disandang oleh Guru BK sebaiknya menjadikan pacuan para guru BK untuk selalu memperbarui dan meningkatkan kemampuannya dalam dunia bimbingan dan konseling sehingga dapat selalu memberikan kemampuan terbaiknya dan dapat berperan dengan lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

Barruth, L.G and Robinson, E.H. (1987). *An Introduction To The Counseling Profession*. New Jersey: Prentice-Hall Inc.

Nursalim, Mochamad. (2015). Peningkatan Peran dan Kinerja Konselor untuk Pemberdayaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah. *Prosiding*. Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling PD ABKIN Jatim, tanggal 8 Februari 2015.

Nursalim, Mochamad. (2015). *Pengembangan Profesi Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Erlangga.

URGENSI PEMAHAMAN MINAT KARIER PESERTA DIDIK DALAM KURIKULUM MERDEKA

Mudhar, Isabella Hasiana
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
Email: mudhar@unipasby.ac.id

ABSTRAK

Kurikulum merdeka dalam layanan bimbingan dan konseling salah satunya terfokus kepada layanan yang sesuai dengan analisis kebutuhan peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pentingnya pemahaman minat karier peserta didik dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling terutama dalam layanan bimbingan dan konseling karier. Penelitian ini dilakukan melalui kajian literatur atau literatur review. Kesimpulan yang bisa diambil yakni pemahaman minat karier siswa bisa berlandaskan pada teori karier Holland untuk memahami arah minat karier peserta didik.

Kata kunci: *Minat karier, teori Holland, kurikulum merdeka*

ABSTRACT

Merdeka curriculum in guidance and counseling services is focused on services that are in accordance with the analysis of the needs of students. This study aims to examine the importance of understanding students' career interests in providing guidance and counseling services, especially in career guidance and counseling services. This research was conducted through a literature review or literature review. The conclusion that can be drawn is that understanding students' career interests can be based on Holland's career theory to understand the direction of students' career interests.

Keywords: *Career interest, Holland's theory, merdeka curriculum*

PENDAHULUAN

Kurikulum merdeka menghasilkan transformasi kebijakan merdeka belajar yang mengutamakan pendekatan yang berpusat kepada minat, bakat dan kemampuan peserta didik dalam proses pembelajaran. Bimbingan dan konseling sebagai bagian yang tidak bisa terpisahkan dari proses pembelajaran di sekolah, maka layanan bimbingan dan konseling diharapkan mampu untuk mengakomodasi peserta didik dalam memahami dan menerima diri sendiri dan lingkungan, mengembangkan potensi dalam dirinya dan mampu menyelesaikan masalah yang dihadapinya dalam mencapai kemandirian diri sendiri.

Salah satu hal baru yang ada dalam kurikulum merdeka yakni implementasi profil pelajar Pancasila sebagai bagian dari Pendidikan dan penguatan pada karakter peserta didik. Karakter peserta didik tidak lain menjadi bagian dari optimalisasi perkembangan peserta didik dalam ranah layanan bimbingan dan konseling. Profil pelajar Pancasila meliputi beriman, bertakwa kepada Tuhan YME, dan berakhlak mulia, berkebinekaan global, bergotong royong,

kreatif, bernalar kritis, dan mandiri. Profil tersebut yang diharapkan mampu untuk dimiliki setiap peserta didik melalui layanan bimbingan dan konseling (Hidayah et al., 2022).

Keberadaan kurikulum merdeka yang menekankan pada “berpusat kepada peserta didik” maka dibutuhkan suatu strategi untuk mengembangkan program layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan karakteristik peserta didik. Jika kita melihat sisi perkembangan psikologis dimana tidak ada individu yang sama antara satu dengan yang lainnya maka begitulah tantangan yang dihadapi oleh guru bimbingan dan konseling. Guru bimbingan dan konseling diharapkan mampu untuk memahami setiap kebutuhan dari peserta didik baik dalam bidang belajar, pribadi, sosial dan karier.

Melihat hal tersebut maka guru bimbingan dan konseling sangat perlu untuk melakukan *need assessment* atau analisis kebutuhan peserta didik untuk menyusun program yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi peserta didik. *Need assessment* sebagai dasar untuk memetakan kebutuhan pengembangan dari peserta didik baik dibidang pribadi, sosial, belajar maupun kariernya yang tepat untuk mengoptimalkan potensi peserta didik (Kurniawan & Anwar, 2020). Analisis kebutuhan siswa bisa menggunakan banyak cara melalui pendekatan assesment tes maupun assesment nontes.

Salah satu *need assesment* yang bisa dilakukan yakni pemahaman minat karier sebagai dasar layanan Bimbingan dan Konseling karier untuk peserta didik. Minat karier peserta didik bisa dikaji berdasarkan teori karier Holland. Holland menjelaskan tipe kepribadian individu diklasifikasikan dalam tipe RIASEC (Realistis, Investigasi, Artistik, Sosial, Enterprising dan Konvensional). Selain itu, teori karier Holland dikembangkan menjadi dasar instrument terkait karier dan memandu intervensi karier (Nauta, 2010). Salah satunya yakni pemberian tes bakat dan minat untuk mengetahui arah karier dan dasar pengambilan penjurusan siswa (Mufidah et al., 2022) dan pengembangan penelitian terkait teori karier Holland dengan budaya dan *gender* pada suatu wilayah (Lee et al., 2021).

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yakni literatur review. Adapun tahapannya yakni dimulai dari tinjauan sistematis dengan menggunakan beberapa kata kunci sebagai langkah pertama yakni teori karier Holland dan bimbingan dan konseling dalam kurikulum merdeka sebagai kata kunci berikutnya. Berikut gambaran tahapan yang dilakukan:

1. Strategi Pencarian

Strategi review ini dilakukan dengan menggunakan beberapa *subscribe* database untuk mencari literatur atau jurnal.

2. Kriteria inklusi

Tahun artikel diterbitkan dipilih dengan kriteria artikel yang terbit 10 tahun terakhir

3. Tinjauan Pustaka

Pada bagian ini dilakukan pemahaman terkait isi artikel dari sumber yang sudah didapatkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Kurikulum Merdeka–Analisis kebutuhan peserta didik

Kurikulum merdeka menjadi babak baru dalam perkembangan kurikulum dan Pendidikan di Indonesia. Kurikulum merdeka memiliki beberapa komponen baru yang dikembangkan dalam diri peserta didik, mulai dari pemahaman terkait kebutuhan peserta didik sampai pada optimalisasi profil pelajar Pancasila dan tiga dosa besar yang masih ada dalam Pendidikan di Indonesia. Diharapkan bimbingan dan konseling mampu untuk mendukung pembelajaran yang kondusif baik dalam hal intrakurikuler, kurikuler, ekstrakurikuler maupun budaya dalam satuan Pendidikan.

Penyusunan program layanan bimbingan dan konseling memang sudah selayaknya selalu didasarkan kepada kebutuhan peserta didik sehingga dalam proses penyusunannya hal pertama yang dilakukan adalah mengkaji kebutuhan siswa atau *need assesment* yang dilakukan baik dari hasil assessment tes dan nontes yang sudah dilakukan. Guru bimbingan dan konseling bisa melakukan analisis kebutuhan dengan hal sederhana yakni wawancara dan observasi kepada peserta didik. Tentunya dalam melakukan wawancara dan observasi perlu membuat point-point atau pedoman yang akan digunakan untuk mengarahkan data yang akan dikumpulkan. Selain itu, analisis kebutuhan peserta didik bisa menggunakan AUM UMUM atau AKPD (Analisis Kebutuhan Peserta Didik) untuk memahami arah kebutuhan peserta didik dalam hal bidang pribadi, sosial, belajar dan kariernya (Nasution, 2021). Penggunaan AKPD bisa dilakukan untuk memperoleh data layanan klasikal yang cocok dengan peserta didik (Mahaly, 2021).

Kegiatan analisis kebutuhan peserta didik bisa dilakukan dengan beberapa tahapan yakni melakukan *assessment* kebutuhan yang mengarah kepada identifikasi data, aplikasi dalam instrumentasi, menghimpun atau mengumpulkan data dan menganalisis atau melakukan interpretasi data. Selain itu, dalam analisis kebutuhan siswa yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling bisa bekerjasama dengan beberapa pihak seperti kepala sekolah, guru kelas, guru mata pelajaran maupun orang tua peserta didik (Rahmad et al., 2019)

B. Minat Karier–Teori Holland

Pengembangan karier individu menjadi proses yang panjang dan kompleks dan kehidupan. Proses ini dipengaruhi oleh banyak hal seperti lingkungan, social individu, psiko-fisik, struktur ekonomi maupun budaya lingkungan sekitar (Adigüzel et al., 2014). Teori karier Holland relevan bagi bimbingan dan konseling di sekolah baik Pendidikan menengah maupun awal Pendidikan tinggi (Winkel & Hastuti, 2005). Salah satu pengembangan terkait teori karier Holland di dunia Pendidikan yakni penggunaan BUKARIER yang berlandaskan teori karier Holland untuk meningkatkan kesadaran karier peserta didik (Mufidah, 2019) .

Penerapan teori karier Holland menawarkan tipologi sederhana dalam mengklasifikasikan atau mengkategorikan tipe kepribadian karier individu. Teori karier Holland menjelaskan terkait individu dalam memilih karier maka individu tersebut lebih suka untuk memilih pekerjaan dimana lingkungan pekerjaan disekitar individu tersebut sesuai dengan kepribadiannya. Individu yang memiliki tipe kepribadian yang sama bekerjasama dalam suatu pekerjaan yang akan menciptakan lingkungan yang baik dan saling menghargai (Sheu et al., 2010).

Teori Holland dalam memahami pilihan pekerjaan berlandaskan pada beberapa asumsi yakni: kepribadian individu menjadi hal yang penting dalam memilih pekerjaan, inventori dari ketertarikan merupakan inventori kepribadian, individu dalam memahami atau memilih jenis pekerjaan berhubungan dengan kondisi psikologisnya, harapan atau angan-angan terkait suatu pekerjaan menjadi salah satu tanda dalam memilih pekerjaan, untuk menjadi individu yang sukses dalam kariernya maka individu tersebut perlu untuk memahami bagaimana kepribadiannya (Gibson & Mitchella, 2010 dalam ((Usmawati, 2019))).

Berikut penjelasan terkait tipologi RIASEC dari teori Holland (Wille & de Fruyt, 2013):

1. Realistic, tipe ini memiliki kecenderungan bekerja dengan tangan, memperbaiki maupun membuat sesuatu, mengoperasikan alat atau mesin dan sering kali suka pekerjaan di luar ruangan
2. Investigative tipe ini memiliki kecenderungan dalam menemukan, meneliti suatu ide maupun melakukan eksperimen dalam menyelesaikan suatu masalah.
3. Artistic, tipe ini memiliki kecenderungan dalam menggunakan kata maupun ketertarikan dalam dunia seni untuk mengekspresikan diri dalam membuat sesuatu

4. Social, tipe ini memiliki kecenderungan dalam membentuk kesejahteraan diri maupun kesejahteraan orang lain.
5. Enterprising, tipe ini memiliki kecenderungan dalam hal berbisnis sehingga individu dalam tipe ini memiliki kecenderungan suka bertemu dengan orang lain
6. Conventional, tipe ini memiliki kecenderungan untuk suka mengerjakan tugas di dalam ruangan dan melibatkan pengorganisasian yang sesuai dengan prosedur.

Ketersesuaian kepribadian individu dan lingkungan sangat berpengaruh kepada kepuasan individu dalam menjalani karier yang sudah dipilihnya. Selain faktor ketersediaan antara kepribadian diri dengan karier yang dipilih, ada faktor lain yang berpengaruh terhadap kepuasan atau kesuksesan karier yakni “*career education*”, dimana maksud dari ini yakni Pendidikan atau jurusan kuliah atau jurusan Pendidikan yang diambil oleh individu. Faktor lain yang berpengaruh terhadap pengambilan keputusan karier terutama dalam hal penjurusan atau kuliah di perguruan tinggi adalah dukungan finansial dari keluarga, individu yang memiliki dukungan finansial rendah akan cenderung menghindari program studi yang membutuhkan banyak uang, begitu juga sebaliknya. Selain itu, perbedaan gender dan budaya juga mempengaruhi keputusan karier dan Pendidikan yang akan dipilih oleh individu (Zainudin et al., 2020).

SIMPULAN

Kurikulum merdeka dalam layanan bimbingan dan konseling menuntut pemberian layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Oleh sebab itu perlu adanya *need assesment* atau analisis kebutuhan siswa. Salah satu analisis kebutuhan siswa bisa melalui analisis minat karier siswa sebagai dasar pemberian layanan bimbingan dan konseling. Salah satu teori karier yang ada yakni teori karier Holland. Teori karier Holland memiliki typology dalam mengklasifikasikan tipe kepribadian karier individu. Individu yang memiliki tipe kepribadian yang sama dan bekerja dalam lingkungan kerja yang sama akan menghasilkan situasi kerja yang bagus. Ketersesuaian antara tipe kepribadian dan karier yang dipilih akan mendukung kelancaran dalam menjalani kariernya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adigüzel, O., Batur, Z. H., Erdoğan, A., Özkan, D. S., & Ekşili, N. (2014, November). HOLLAND'S THEORY OF CAREERS AND VOCATIONAL CHOICE. *REGIONAL ECONOMIC DEVELOPMENT*.
https://www.researchgate.net/publication/358119611_HOLLAND'S_THEORY_OF_CAREERS_AND_VOCATIONAL_CHOICE
- Hidayah, F., Ramadhana, M. R., Mutiara, T., & Purnamasari, N. (2022). *Panduan Implementasi Bimbingan dan Konseling untuk jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah*. Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
<http://kurikulum.kemdikbud.go.id/wp-content/uploads/2022/08/Panduan-Implementasi-BK.pdf>
- Kurniawan, N. A., & Anwar, K. (2020). ANALISIS KEBUTUHAN MATERI BIMBINGAN DAN KONSELING SISWA SMK DI ERA MERDEKA BELAJAR. *Prosiding Seminar & Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2020 PD ABKIN JATIM & UNIPA SBY*, 91–98.
- Lee, D., Lee, H.-S., Na, W., & Hwang, M. (2021). Gender Differences in the Structure of Holland's Personality Model in South Korea. *Journal of Career Development*, 49, 875–889. <https://doi.org/10.1177/08948453211004780>
- Mahaly, S. (2021). Pelaksanaan Asesmen Kebutuhan Peserta Didik dalam Memberikan Layanan Bimbingan Klasikal di SMA Laboratorium Universitas Pattimura Ambon. *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(2), 38.
<https://doi.org/10.24014/ittizaan.v4i2.14918>
- Mufidah, E. F. (2019). Pengembangan Buku Pop-Up Karier untuk Kesadaran Karier Siswa Sekolah Dasar. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(2), 136–143.
<https://doi.org/10.21009/insight.082.03>
- Mufidah, E. F., Ardika, D., & Farid, M. (2022). PEMBERIAN LAYANAN TES BAKAT MINAT KARIER UNTUK SISWA SMK. *BUGUH: JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT*, 2(1), 61–66.
- Nasution, A. F. (2021). ANALISIS ASESSMEN KEBUTUHAN SISWA DALAM PENYUSUNAN PROGRAM BK DI SEKOLAH. *EMPATI Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2). <http://journal.upgris.ac.id/index.php/EMPATI/article/view/8524/bahasa>
- Nauta, M. M. (2010). The Development, Evolution, and Status of Holland's Theory of Vocational Personalities: Reflections and Future Directions for Counseling Psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 57(1), 11–22. <https://doi.org/10.1037/a0018213>
- Rahmad, M., Husen, M., & Fajriani. (2019). ANALISIS KEBUTUHAN SISWA DALAM PENYUSUNAN PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 88–98.
- Sheu, H.-B., Lent, R., Brown, S., Miller, M., Hennessy, K., & Duffy, R. (2010). Testing the choice model of social cognitive career theory across Holland themes: A meta-analytic path analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 76, 252–264.
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.10.015>
- Usmawati, E. (2019). *HOLLANDs-Presentation*.
<https://repositori.kemdikbud.go.id/15066/1/HOLLANDs-Presentation.pdf>
- Wille, B., & de Fruyt, F. (2013). Vocations as a Source of Identity: Reciprocal Relations Between Big Five Personality Traits and RIASEC Characteristics Over 15 Years. *The Journal of Applied Psychology*, 99. <https://doi.org/10.1037/a0034917>
- Winkel, W., & Hastuti, S. (2005). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Media Abadi.

Zainudin, Z., Lee, W. R., Rong, Mohamad Nor, A., Yusop, Y., Norhayati, W., & Wan Othman, W. N. (2020). THE RELATIONSHIP OF HOLLAND THEORY IN CAREER DECISION MAKING: A SYSTEMATIC REVIEW OF LITERATURE. *Journal of Critical Reviews*, 7, 884–892. <https://doi.org/10.31838/jcr.07.09.165>

URGENSI EFIKASI DIRI: TINJAUAN TEORI BANDURA

Elia Firda Mufidah, Cindy Asli Pravesti, Dimas Ardika Miftah Farid

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Email: eliafirda@unipasby.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan terkait efikasi diri. Metode yang digunakan yakni literatur *review*. Hasil yang diperoleh yakni efikasi diri penting dimiliki oleh individu untuk mendorong mencapai tujuan yang diinginkannya

Kata kunci: *Urgensi, efikasi diri, individu*

ABSTRACT

This study aims to describe self-efficacy. The method used is literature review. The result obtained is that self-efficacy is important for individuals to encourage achieving the goals they want.

Keywords: *Urgency, self-efficacy, individual*

PENDAHULUAN

Efikasi diri menurut Bandura merupakan keyakinan yang ada dalam diri seseorang terkait kemampuan yang dimilikinya untuk mengatur serta melaksanakan tindakan yang diperlukan dalam menyelesaikan suatu tugas (Efendi, 2013). Efikasi diri merupakan proses kognitif yang berupa pengambilan keputusan, keyakinan atau kepercayaan, atau harapan terkait sesuatu hal dalam memperkirakan kemampuan menyelesaikan masalah dan tugas yang dihadapi untuk mewujudkan keinginannya (Nuzulia, 2010). Efikasi diri salah satunya berpengaruh dalam hal karier individu. Efikasi diri karier berhubungan dengan kemampuan atau keyakinan diri individu terkait pengembangan karier, pemilihan karier dan penyesuaian karier dimana sumber yang membentuk efikasi diri karier yakni *mastery experience, vicarious learning, verbal persuasuin* dan *positive emotional arousal* (Astuti & Gunawan, 2016).

Bandura menjelaskan efikasi diri yang rendah berpengaruh dalam beberapa hal. Rendahnya efiksi diri berpengaruh dalam meningkatnya kecemasan dan perilaku untuk menghindar dalam diri individu. Individu akan menjauhi kondisi yang memperburuk keadaan karena munculnya rasa ketidakmampuan dalam mengelola aspek-aspek yang beresiko (yang dihadapinya) (Rustika, 2012). Hasil penelitian menunjukkan efikasi diri memberikan sumbangan terhadap variabel kecemasan dalam menghadapi ujian sebesar 33,0% dan selebihnya sebesar 67,0% oleh variabel lain (Permana et al., 2016). Gejala kecemasan yang bisanya muncul yakni gejala fisik, gejala psikis dan gejala sosial.

Ada empat aspek yang berpengaruh dalam membentuk efikasi diri yakni pengalaman berhasil, keberhasilan individu dalam menyelesaikan masalah akan berpengaruh dalam meningkatnya efikasi diri, sebaliknya jika kegagalan yang dihadapi oleh individu maka akan menurunkan efikasi dirinya (proses dalam hal ini yakni ketika individu menghadapi tantangan dan memunculkan kegigihannya maka akan memunculkan efikasi diri). Pengalaman-pengalaman individu dalam hal ini mengarah kepada representasi kognitif dimana penangkapan individu dalam hal usaha dalam menghadapi keberhasilan atau kegagalan.

Aspek yang kedua yakni *vicarious learning*, dimana hal ini mengarah kepada pengalaman orang lain. Pengalaman orang lain disini sebagai pengalaman pengganti yang memberikan pembelajaran untuk diobservasi dan diamati sebagai proses belajar dari diri individu (Astuti & Gunawan, 2016). Istilah lain yang bisa diambil dari *vicarious learning* yakni modeling, dimana orang lain menjadi model belajar untuk individu. Aspek selanjutnya yakni verbal persuasion dimana maksud dari hal ini yakni informasi yang didapatkan oleh individu untuk mempengaruhi tindakan dan perilakunya. Persuasi verbal digunakan untuk meningkatkan keyakinan terkait hal tertentu untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Aspek selanjutnya yang berpengaruh dalam efikasi diri yakni *psychological states* dimana hal ini mengarah kepada kondisi emosional dari diri individu. Keempat aspek yang berpengaruh dalam efikasi diri individu tidak semuanya bisa berpengaruh, ada beberapa aspek yang bisa saja berpengaruh dan tidak begitupula ada aspek lain yang akan mempengaruhi seperti pengalaman baik dari individu dan *physiological arousal* akan berpengaruh untuk meningkatkan efikasi diri individu dan sebaliknya pengalaman buruk akan melemahkan efikasi diri individu (Muretta, 2005).

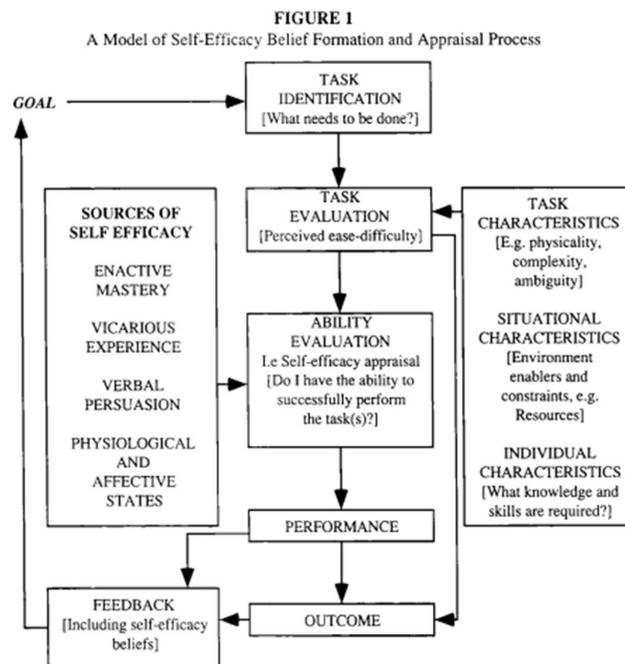
METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yakni literatur review. Adapun tahapannya yakni dimulai dari tinjauan sistematis dengan menggunakan beberapa kata kunci terkait efikasi diri. Berikut gambaran tahapan yang dilakukan: strategi review ini dilakukan dengan menggunakan beberapa subscribe database untuk mencari literatur atau jurnal, tahun artikel diterbitkan dipilih dengan kriteria artikel yang terbit 10 tahun terakhir, kemudian pada bagian ini dilakukan pemahaman terkait isi artikel dari sumber yang sudah didapatkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Diketahui bahwa adanya 4 aspek yang berpengaruh dalam pembentukan efikasi diri dalam diri individu, yakni *enactive mastery*, *vicarious experience*, *verbal persuasion*,

physiological dan *affective states*. *Enactive mastery* mengarah kepada sumber informasi kemandirian yang paling berpengaruh karena mereka memberikan bukti paling otentik tentang apakah seseorang dapat mengerahkan apa pun untuk berhasil. *Vicarious experience*, pengalaman keberhasilan dimediasi melalui pencapaian model. *Verbal persuasion*, persuasi sosial berfungsi sebagai sarana lebih lanjut untuk memperkuat keyakinan orang bahwa mereka memiliki kemampuan untuk mencapai apa yang mereka cari. *Physiological and affective states*, dalam menilai kemampuan mereka, orang mengandalkan sebagian informasi somatik yang disampaikan oleh keadaan fisiologis dan emosional (Bandura, 1997). Berikut gambaran untuk pola pembentukan dari efikasi diri individu yang akan berpengaruh dalam keberhasilan dalam mencapai tujuan:



Gambar 1 . A Model of Self-Efficacy Belief Formation and Appraisal Process (Garlin & Mcguiggan, 2002)

Dari gambar di atas bisa kita pahami ketika individu mendapatkan tantangan terkait apa yang harus dilakukan dan diselesaikan maka secara langsung individu tersebut akan memproses dan mengevaluasi hal-hal apa saja yang bisa dilakukan dalam menyelesaikan tantangan tersebut. Evaluasi yang dilakukan bisa dipengaruhi oleh karakter yang ada dalam diri individu maupun kondisi lingkungan individu. Kemampuan mengevaluasi juga dipengaruhi oleh 4 aspek yang menumbuhkan efikasi diri sehingga memunculkan tindakan yang dipilih untuk dilakukan dalam menjawab tantangan tersebut (apakah akan berhasil atau tidak).

Dimensi dalam efikasi diri ada 3 macam yakni tingkat (level), kekuatan (strength) dan generalisasi (generality). Tingkat atau level mengarah kepada derajat kesulitan dari tugas atau beban yang dihadapi oleh individu apakah individu tersebut merasa mampu untuk menyelesaikannya. Individu cenderung untuk menghindari tingkah laku yang berada pada luar batas kemampuannya. Kekuatan atau strength mengarah kepada tingkat kekuatan dari keyakinan yang ada pada individu tentang kemampuannya, makin tinggi level dari kesulitan tugas maka makin lemah kondisi keyakinan yang dirasakan individu untuk menyelesaikannya. Dimensi generalisasi mengarah kepada luas dari bidang tingkah laku individu dimana individu merasa yakin terhadap kemampuan yang ada dalam dirinya (Bandura, 1997).

Efikasi diri memiliki beberapa fungsi dalam aktivitas individu yakni fungsi kognitif, fungsi motivasi, fungsi afeksi dan fungsi selektif. Fungsi kognitif dari efikasi diri yakni mempengaruhi tujuan kognitif dari diri individu. Semakin kuat efikasi diri yang dimiliki maka akan semakin tinggi tujuan yang diinginkan. Fungsi motivasi, dalam diri individu terdapat motivasi yang berguna untuk mengarahkan pemikiran terkait masa depan yang diinginkan. Fungsi afeksi, mengarah kepada kemampuan coping dalam diri individu untuk mengatasi stress dan depresi yang dihadapinya. Fungsi selektif, mengarah kepada kemampuan individu dalam memilih aktivitas atau tujuan yang dipilih (Bandura, 1997).

Efikasi diri mengacu pada kapasitas individu untuk menghasilkan dampak yang penting. Individu yang sadar mampu membuat perbedaan merasa baik dan karena itu mengambil inisiatif; individu yang memahami bagaimana untuk memahami penyebab munculnya kebahagiaan dan memunculkan motivasi dalam bertindak (Flammer, 2001). Individu dengan keyakinan efikasi diri yang tinggi lebih mudah dalam memiliki perasaan sejahtera yang kuat dan harga diri yang tinggi (Bandura 1997, Flammer 1990). Efikasi diri memunculkan inisiatif dalam melakukan tindakan, upaya untuk berusaha, dan bertahan dalam berbagai upaya. Situasi yang berpotensi membuat stress menghasilkan lebih sedikit stres subyektif dalam efisiensi diri yang tinggi individu. Efikasi diri bertindak sebagai penyangga terhadap adanya stress baik secara langsung maupun tidak langsung agar individu mampu untuk mengatasinya.

Efikasi diri juga ditemukan berpengaruh kepada dunia musik. Efikasi diri yang tinggi berpengaruh kepada performa penampilan ketika bermusik. Individu yang memiliki pengalaman positif berupa pemberian *self-reward* sebelum melakukan pertunjukan membentuk efikasi diri yang tinggi untuk mensukseskan pertunjukan yang akan dilakukan (Macafee & Comeau, 2020). Selain itu pada dunia music, persepsi diri yang mengarah kepada *psychological states* juga berpengaruh dalam efikasi diri bermusik individu (Hendricks, 2016). Pengalaman lain juga

menunjukkan pengalaman berhasil atau *mastery experiences* berpengaruh tinggi untuk efikasi diri pada *Teacher self-efficacy* (TSE) (Pfitzner-Eden, 2016).

Efikasi diri juga berpengaruh dalam hal pembentukan *self-regulated learning* dimana adanya penelitian terkait kemampuan penguasaan matematika yang dipengaruhi oleh tingkat efikasi diri (Usher & Morris, 2022). Salah satu cara untuk memunculkan efikasi diri bisa dilakukan melalui ibadah seperti mendekatkan diri kepada Allah (Islam et al., 2022). Selain itu, *peace education* atau pendidikan damai juga berpengaruh kepada efikasi diri individu (rostami et al., 2022).

SIMPULAN

Efikasi diri merupakan dorongan yang ada dalam diri individu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Efikasi diri muncul didorong oleh hal-hal yang ada dalam diri individu. Efikasi diri berpengaruh dalam beberapa hal dari aktivitas individu diantaranya berpengaruh terhadap prestasi maupun kecemasan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, R., & Gunawan, W. (2016). Sumber-Sumber Efikasi Diri Karier Remaja Sources of Career Self-Efficacy on Adolescents. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2).
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy, The Exercise of Control*. W. H. Freeman and Company.
- Efendi, R. (2013). SELF EFFICACY: STUDI INDIGENOUS PADA GURU BERSUKU JAWA. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 2(2), 61–67.
<https://doi.org/10.34006/jmbi.v8i1.60>
- Flammer, A. (2001). Self-Efficacy. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, April. <https://doi.org/10.1016/B0-08-043076-7/01726-5>
- Garlin, F., & Mcguiggan, R. (2002). Exploring the Sources of Self-Efficacy in Consumer Behavior. *Asia Pacific Advances in Consumer Research*, 5, 1–7.
<https://opus.lib.uts.edu.au/bitstream/10453/7570/1/2002000352.pdf>
- Hendricks, K. S. (2016). The Sources of Self-Efficacy. *Update: Applications of Research in Music Education*, 35(1), 32–38. <https://doi.org/10.1177/8755123315576535>
- Islam, H. S., Budiyo, & Siswanto. (2022). Creative thinking skills from the best of self-efficacy. *AIP Conference Proceedings* 2566(1):020008, 020008.
<https://doi.org/10.1063/5.0120228>
- Macafee, E., & Comeau, G. (2020). The Impact of the Four Sources of Efficacy on Adolescent Musicians within a Self-Modeling Intervention. *Contributions to Music Education*, 45, 205–236. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1255955.pdf>
- Muretta, R. J., J. (2005). *Exploring the four sources of self-efficacy* [65(10-B), 5447].
- Nuzulia, S. (2010). *Dinamika Stress Kerja, Self Efficacy dan Strategi Coping*. Penerbit UNDIP.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2016). HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN PADA SISWA KELAS IX DI MTS AL HIKMAH BREBES. *Hubungan Antara Efikasiâ Jurnal Hisbah*, 13(1), 51.

- Pfzner-Eden, F. (2016). Why Do I Feel More Confident? Bandura's Sources Predict Preservice Teachers' Latent Changes in Teacher Self-Efficacy. *Frontiers in Psychology*, 7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01486>
- rostami, amirmsoud, Ahadi, H., Abolmaali Alhosseini, K., & Dortaj, F. (2022). Efficacy of peace education on self-efficacy and resilience of students. *The Journal Of Psychological Science*, 21(113), 953–970. <https://doi.org/10.52547/JPS.21.113.953>
- Rustika, I. M. (2012). Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura. *BULETIN PSIKOLOGI*, 20(1–2), 18–25.
- Usher, E. L., & Morris, D. B. (2022). Self-efficacy. *Reference Module in Neuroscience and Biobehavioral Psychology*. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-91497-0.00085-0>

INTEGRASI *POSITIVE PSYCHOLOGY INTERVENTION* (PPI) DAN *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* (CBT) UNTUK MENGATASI DEPRESI, KECEMASAN PADA REMAJA: LITERATURE REVIEW

Moesarofah

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Email: moesarofah@unipasby.ac.id

ABSTRAK

Siswa abad ke-21 menghadapi banyak tantangan. Meningkatnya fenomena putus sekolah, prevalensi gejala depresi dan kecemasan menunjukkan bahwa tindakan preventif dan kuratif menjadi prioritas kesehatan mental pada usia remaja. Intervensi psikologis berbasis bukti terkait depresi, kecemasan terbukti efektif. Namun, selama ini intervensi dirancang untuk mengurangi gejala negatif dan defisit daripada mengembangkan sumber daya positif yang dimiliki individu. Desain penelitian literature review (kualitatif) pada jurnal bereputasi, analisis data secara tematik. Temuan mengindikasikan, bahwa integrasi PPI dan CBT dalam mengatasi gejala depresi maupun kecemasan adalah efektif. Namun pengaruh PPI lebih signifikan daripada CBT yang memberikan efek minor. PPI dirancang dengan mengembangkan sumber daya positif digabungkan dengan teknik restrukturisasi kognitif terbukti efektif, dan memungkinkan individu untuk mengembangkan atribusi yang lebih optimis, untuk ditransfer ke kehidupan sehari-hari. Keterbatasan studi terkait pengaruh CBT lebih kecil dari yang diharapkan, diperlukan studi banding lebih lanjut untuk lebih menetapkan efektivitas PPI.

Kata kunci: *Intervensi, psikologi kognitif, cognitive behavior therapy, depresi, kecemasan*

ABSTRACT

21st century students face many challenges. The increasing phenomenon of drop out, the prevalence of symptoms of depression and anxiety indicate that preventive and curative actions are a priority for mental health in adolescents. Evidence-based psychological interventions for depression and anxiety have been shown to be effective. However, so far interventions have been designed to reduce negative symptoms and deficits rather than develop positive resources that individuals possess. Literature review research design (qualitative) in reputable journals, data analysis thematically. The findings indicate that the integration of PPI and CBT in treating symptoms of depression and anxiety is effective. However, the effect of PPI is more significant than CBT which has a minor effect. PPI is designed by developing positive resources combined with proven effective cognitive restructuring techniques, and allows individuals to develop more optimistic attributions, to be transferred to everyday life. The limitations of the study regarding the effect of CBT are smaller than expected, further comparative studies are needed to further determine the effectiveness of PPI.

Keywords: *Intervention, cognitive psychology, cognitive behavior therapy, depression, anxiety*

PENDAHULUAN

Institusi sekolah memainkan peran yang semakin penting dalam membantu remaja untuk mengembangkan keterampilan kognitif, sosial dan emosional sesuai dengan paradigma pendidikan di abad ke-21. Siswa abad ke-21 menghadapi banyak tanggung jawab yang menantang. Tuntutan berpikir kritis menjadi tujuan dasar pendidikan. Namun, aspek afektif dalam belajar tidak boleh diabaikan, karena perkembangan total individu di era sekarang tidak lagi berpusat pada *intelligence quotient* (IQ), melainkan *emotional quotient* (EQ).

Di Australia 25% remaja berusia 15-19 tahun mengalami gangguan mental. 1 dari 3 remaja mengalami tekanan psikologis tingkat sedang hingga tinggi seperti: depresi, kecemasan, masalah body image, penyalahgunaan zat (Australian Government Office for Youth, 2009). Di Indonesia, Hasil dari *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS): 1 dari 3, atau setara dengan 15,5 juta penduduk usia remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental. Data menunjukkan bahwa presentase gangguan mental yang paling banyak diderita oleh remaja di antaranya gangguan cemas (fobia sosial, gangguan cemas menyeluruh) sebesar 3,7%, gangguan depresi mayor sebesar 1,0%, gangguan stres pasca trauma (PTSD) dan gangguan pemusatan perhatian-hiperaktivitas (ADHD) masing-masing sebesar 0.5%.

Tingginya angka putus sekolah, serta tingginya jumlah gejala residual setelah melakukan intervensi tentang depresi dan kecemasan mengindikasikan, bahwa kualitas keseluruhan intervensi yang tersedia untuk depresi dan kecemasan masih buruk (Fernandez, Salem, Swift, & Ramtahal, 2015; Hans & Hiller, 2013). Pengakuan publik tentang meningkatnya gangguan depresi dan kecemasan, mengindikasikan pentingnya membekali siswa dengan keterampilan untuk membangun resiliensi dan harapan melalui keterampilan kognitif, sosial, dan emosional yang bermakna dalam komunitas mereka (Waters, 2011). Bahkan beberapa dekade terakhir, depresi dan kecemasan ternyata menjadi lebih lazim di kalangan usia remaja (Hautzinger, 2013; Steel et al., 2014), dan mengakibatkan gangguan substansial dalam fungsi pendidikan/karier maupun sosial.

Dengan demikian, meningkatnya prevalensi gejala depresi dan kecemasan yang mengarah pada kronisitas gejala, menunjukkan bahwa tindakan preventif dan kuratif menjadi prioritas kesehatan mental pada remaja (Ferrari et al., 2013; Haro dkk.,2014). Intervensi psikologis berbasis bukti terkait depresi terbukti efektif (Nathan, & Gorman, 2015). Namun, intervensi ini biasanya dirancang untuk mengurangi gejala negatif dan defisit daripada membangun sumber daya positif (Dunn,2012). Sementara beberapa penelitian telah menguji efektivitas intervensi yang menggabungkan komponen psikologi positif dan *cognitive*

behavioral therapy (Bolier et al., 2013; Titov et al., 2013), sehingga tulisan ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis efektivitas intervensi, dengan menjawab pertanyaan penelitian:

1. Apakah efektif untuk mengintegrasikan intervensi psikologi positif dan cognitive behavior therapy dalam mengatasi kasus kecemasan, depresi?
2. Komponen apa dalam intervensi psikologis yang membuat efektif?

METODE PENELITIAN

Studi tentang integrasi psikologi positif dan *cognitive behavior therapy* untuk mengatasi depresi dan kecemasan pada remaja ini, menggunakan desain literature review (kualitatif) pada jurnal bereputasi, dengan kata kunci: *positive psychology intervention, cognitive behavior therapy, students well-being*. Langkah-langkah dalam literature review ini sebagai berikut: (1) merumuskan pertanyaan penelitian; (2) mencari literature; (3) mengelompokkan informasi dari literature; (4) menganalisis dan menginterpretasi temuan; dan (5) menyajikan temuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil evaluasi, analisis dan interpretasi dari empat artikel disajikan dalam dua tabel untuk memberikan wawasan dan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.

Tabel 1. Metode Intervensi

	Penulis	Partisipan	Lama Intervensi	Aktivitas	Pengukuran
1	Furchtlehner et al. (2020)	- N=92, depresi	14 sesi (14 minggu)	- Psikoedukasi - Pengalaman belajar - PR	- Kuesioner: Beck Depression Inventory II (Beck et al., 1996) - Depression Happiness Scale
2	Mira et al. (2018)	- N=103, depresi	8 modul (4 CBT, 4 PPI)	- Motivasi - Pendidikan psikologi - Terapi Kognitif - Aktivasi Perilaku	- Kuesioner: Beck depression Inventory-II (Beck et al., 1996) - Positive and Negative Affect Scale (PANAS) (Watson et al., 1988) - Overall Anxiety Severity and Impairment Scale (OASIS) (Norman et al., 2006)

					- Overall Depression Severity and Impairment Scale (ODSIS) (Bentley et al., 2014).
3	Lopez-Gomez et al. (2017)	N=128, depresi	10 sesi atau minggu, @2 jam	- Mereview PR sesi sebelumnya - Pengantar topik hari ini - Presentasi tujuan sesi - Diskusi singkat di antara peserta - Latihan dalam sesi, - Ringkasan ide-ide utama - PR	- Wawancara terstruktur - Beck Depression Inventory-II (Beck et al., 1996) - Positive and Negative Affect Schedule (Watson et al., 1988)
4	Marrero et al. (2016)	N=48, putus kuliah	12 sesi	- Pemantauan diri - Mengeksplorasi tujuan, restrukturisasi kognitif, permainan peran	- Wawancara semi terstruktur - Positive and Negative Affect Schedule (Watson, et al., 1988) - Psychological Well-being Scales (Ryff & Keyes, 1995) - Sarason's Social Support Questionnaire (Sarason, Shearin, & Pierce, 1987). - Gratitude Questionnaire-6 (McCullough, Emmons, & Tsang, 2002)

Karakteristik partisipan dalam penelitian ini adalah individu dengan gejala/gangguan depresi yang diteliti melalui survey, menggunakan pengukuran kuesioner dan wawancara terstruktur. Aktivitas dalam intervensi secara umum mencakup: psikoedukasi, motivasi, eksplorasi masalah dan tujuan, serta praktek dan penugasan. Durasi intervensi antara 8-12 sesi, rata-rata setiap sesi berlangsung selama 2 jam.

Tabel 2. Ringkasan Intervensi

	Penulis	Komponen Positive psychology intervention (PPIt)	Komponen Cognitive Behavior Therapy (CBT)	Temuan
1	Furchtlehner et	1. Orientasi	1. Psikoedukasi	- Ada penurunan signifikan

	al. (2020)	<ol style="list-style-type: none"> 2. Karakter kuat 3. Penetapan tujuan 4. Memori baik dan buruk 5. Memaafkan 6. Syukur 7. Umpan balik terapi 8. Memuaskan vs. memaksimalkan 9. Harapan, Optimisme & pertumbuhan pasca trauma 10. Relasi positif 11. Identifikasi karakter kuat anggota keluarga 12. Adaptasi 13. Altruisme 14. Mengintegrasikan emosi positif, keterlibatan, relasi positif, makna dan prestasi 	<ol style="list-style-type: none"> 2. Aktivasi perilaku 3. Terapi kognitif 4. Mencegah kambuh 5. Mengelola stress 6. Menikmati melalui semua persepsi sensori 	<p>dari gejala depresi/tekanan psikologis dalam hal intensitas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dalam semua pengukuran PPI menghasilkan efek lebih besar daripada CBT.
2	Mira et al. (2018)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Belajar untuk menikmati 2. Belajar untuk hidup 3. Hidup dan belajar 4. Mulai sekarang, apa lagi? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Motivasi untuk perubahan 2. Memahami masalah 3. Belajar untuk melanjutkan 4. Belajar untuk menjadi fleksibel 	<ul style="list-style-type: none"> - Tidak ada perbaikan setelah penerapan CBT, namun peningkatan signifikan terjadi setelah penerapan PPI - PPI secara langsung meningkatkan emosi positif, kognisi dan perilaku positif yang mengarah pada kesehatan mental
3	Lopez-Gomez et al. (2017)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menetapkan tujuan intervensi, norma, dan alasan intervensi 2. Peningkatan emosi positif, latihan menikmati, dan pengaturan emosi positif 3. Sikap penerimaan, berlatih syukur dan optimisme 4. Membangun relasi positif dan welas asih 5. Mencari makna hidup 6. Mengembangkan resiliensi untuk menghadapi kesulitan 7. Mencegah kambuh 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menetapkan tujuan intervensi, norma, dan alasan intervensi 2. Aktivasi perilaku (penjadwalan kegiatan yang menyenangkan, manajemen waktu, penetapan tujuan) 3. Restrukturisasi kognitif 4. Keterampilan sosial 5. Keterampilan asertif 6. Mencegah kambuh 	<ul style="list-style-type: none"> - PPI dan CBT sangat dapat diterima oleh partisipan, dengan tingkat kehadiran tinggi, kurang dari 20% peserta yang keluar - Sikap terapis dalam PPI (mempertahankan emosi positif dan kekuatan psikologis) sama-sama memuaskan seperti terapis CBT untuk memperbaiki pikiran negatif - Peserta dalam kelompok PPI melaporkan kepuasan lebih tinggi daripada kelompok CBT
4	Marrero et al. (2016)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifikasi pemikiran atau perilaku yang membuat individu bahagia 2. Mempromosikan kesadaran diri 3. Pengembangan harga diri dan penerimaan diri 4. Kontrol diri 		<p>Ada peningkatan kesejahteraan pada individu yang mendapatkan intervensi psikologi</p>

		<ol style="list-style-type: none"> 5. Restrukturisasi kognitif 6. Interpretasi fakta yang lebih optimis dan atribusi positif 7. Empati dan memaafkan 8. Mengenali, mengekspresikan, dan mengatur emosi 9. Mempromosikan rasa syukur 10. Ketrampilan dasar berkomunikasi 11. Pengambilan keputusan melalui strategi pemecahan masalah 12. Mengintegrasikan sumber daya dan strategi untuk memperoleh kesejahteraan 	<p>positif dikombinasikan dengan terapi perilaku kognitif. Namun, peningkatannya tidak terdeteksi karena ukuran sampel yang kecil atau perbedaan karakteristik sosiodemografi</p>
--	--	---	---

Tabel 2 menunjukkan bahwa komponen intervensi berbasis CBT secara keseluruhan bertujuan untuk menganalisis kelebihan dan kekurangan individu, mengajarkan pentingnya berubah untuk memperoleh aktivitas dan keterlibatan yang sesuai dengan karakteristik individu. Sementara komponen PPI dirancang untuk meningkatkan kesejahteraan dan kekuatan psikologis, seperti emosionalitas positif yang mendukung regulasi diri.

Temuan literature menunjukkan, bahwa ada penurunan signifikan dari gejala depresi, cemas dalam hal intensitas melalui integrasi PPI dan CBT. Satu artikel (Mira et al., 2018) menemukan, tidak ada perbaikan setelah mengikuti CBT, sementara tiga artikel yang lain (Furchtlehner et al., 2020; Lopez-Gomez et al., 2017; Marrero et al., 2016) tidak menyebutkan secara eksplisit efek dari CBT. Namun keempat artikel sepakat bahwa PPI menghasilkan efek lebih besar daripada CBT dalam menangani individu dengan gejala/gangguan depresi, kecemasan. Partisipan rata-rata setuju bahwa PPI meningkatkan emosi positif, kognisi dan perilaku positif yang mengarah pada kesehatan mental, dan kepuasan yang lebih tinggi.

DISKUSI

Studi ini bertujuan untuk menyelidiki efektivitas dari PPI dan CBT dalam mengurangi gejala depresi dan kecemasan. Temuan mengindikasikan, bahwa integrasi penerapan PPI dan CBT dalam mengatasi gejala depresi maupun kecemasan adalah efektif. Untuk membandingkan efektivitas pengaruh PPI dari CBT, hasil menunjukkan bahwa PPI memberikan pengaruh signifikan daripada CBT yang memberikan efek minor.

Perbedaan signifikan antara kondisi intervensi ditemukan dalam beberapa temuan empiris di semua pengukuran. Partisipan kelompok PPI memiliki tingkat depresi yang lebih rendah dari waktu ke waktu daripada mereka dalam kelompok CBT. Hal ini mengindikasikan, bahwa depresi maupun kecemasan tidak semata-mata diintervensi dengan berfokus pada keluhan negatif individu, tetapi secara bersamaan diperlukan upaya untuk mengembangkan sumber daya kekuatan individu, seperti meningkatkan emosi positif,

memperkuat karakter positif, dan membangun relasi yang saling mendukung, agar berkontribusi secara signifikan terhadap kesehatan mental individu. Lebih lanjut fungsi positif akan mengurangi efek fisiologis, kognitif dan emosi negatif dalam menangkal keluhan, dan menjadi penyangga dari kemungkinan terulangnya gejala di waktu mendatang (Mira et al., 2018).

Psikologi positif (PPI) dirancang untuk memasukkan kegiatan yang mempromosikan komponen kesejahteraan hedonis dan psikologis seperti optimisme, harga diri, dukungan sosial, pemaafan dan rasa syukur. Selain memfokuskan intervensi pada aspek positif, juga penting untuk memodifikasi isi kognisi untuk membuat perubahan perilaku, kognitif dan emosi positif melalui teknik terapi perilaku kognitif (CBT), seperti restrukturisasi kognitif, ekspresi emosional, keterampilan komunikasi dan pemecahan masalah, agar selanjutnya ditransfer ke kehidupan sehari-hari (Beck, 1993).

Dengan demikian keterlibatan individu untuk melakukan analisis dan restrukturisasi isi pemikiran, disertai dengan pandangan yang lebih positif memungkinkan individu untuk mengembangkan atribusi yang lebih optimis (Seligman, 2011). Hal ini sejalan dengan penelitian Chaves, López-Gómez, Hervás dan Vázquez (2017), bahwa kombinasi dari dua strategi intervensi PPI dan CBT dapat meningkatkan efektivitas intervensi dalam memahami diri individu dari perspektif holistik. Lebih lanjut, *Self-Determination Theory* (Deci & Ryan, 2013), mengemukakan bahwa motivasi intrinsik dapat mempromosikan perkembangan individu lebih harmonis dan terorganisir, melalui sifat-sifat positif seperti optimisme dan harga diri.

SIMPULAN

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa program PPI dan CBT dapat diterima oleh partisipan penelitian, namun partisipan dalam kelompok PPI melaporkan kepuasan lebih tinggi dalam kemajuan yang dibuat selama intervensi daripada peserta dalam kelompok CBT. Keterbatasan studi terkait pengaruh CBT dalam menangani kasus depresi, kecemasan lebih kecil dari yang diharapkan, diperlukan studi banding lebih lanjut untuk lebih menetapkan efektivitas PPI.

DAFTAR PUSTAKA

Australian Government Office for Youth. (2009). *State of Australia's Young People. Social Policy Research Centre. Department of Education, Employment and Workplace Relations*. Retrieved from [http://www.deewr.gov.au/Youth/OfficeForYouth/Documents/StateofYoungPeople .pdf](http://www.deewr.gov.au/Youth/OfficeForYouth/Documents/StateofYoungPeople.pdf)

- Beck, A.T. (1993) Cognitive therapy: Past, present, and future. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 194-198. doi:10.1037/0022-006X.61.2.194
- Beck, A. T., Steer, R. A., and Brown, G. K. (1996). *Manual for the Beck Depression Inventory-II*. San Antonio, TX: Psychological Corp.
- Bentley, K. H., Gallagher, M. W., Carl, J. R., and Barlow, D. H. (2014). *Development and validation of the overall depression severity and impairment scale*. *Psychol. Assess.* 26:815. doi: 10.1037/a0036216
- Bolier, L., Haverman, M., Westerhof, G. J., Riper, H., Smit, F., and Bohlmeijer, E. (2013). *Positive psychology interventions: a meta-analysis of randomized controlled studies*. *BMC Public Health* 13:119. doi: 10.1186/1471-2458-13-119
- Chaves, C., Lopez-Gomez, I., Hervas, G., & Vazquez, C. (2017). A comparative study on the efficacy of a positive psychology intervention and a cognitive behavioral therapy for clinical depression. *Cognitive Therapy Research*, 41(3), 417–433.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). The importance of autonomy for development and well-being. In B. W. Sokol., F. M. E. Grouzet., & U. Müller (Eds.), *Self- Regulation and Autonomy* (pp. 19-46). Cambridge: Cambridge University Press.
- Dunn, B. D. (2012). *Helping depressed clients reconnect to positive emotion experience: current insights and future directions*. *Clin. Psychol. Psychother.* 19, 326–340. doi: 10.1002/cpp.1799
- Fernandez, E., Salem, D., Swift, J. K., & Ramtahal, N. (2015). Metaanalysis of dropout from cognitive behavioral therapy: Magnitude, timing, and moderators. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 83, 1108-1122. doi:10.1037/ccp0000044
- Ferrari, A. J., Charlson, F. J., Norman, R. E., Patten, S. B., Freedman, G., Murray, C. J., et al. (2013). *Burden of depressive disorders by country, sex, age, and year: findings from the global burden of disease study 2010*. *PLoS Med.* 10:e1001547. doi: 10.1371/journal.pmed.1001547
- Furchtlehner, L. M., Schuster, R., & Laireiter, A. R. (2020). A comparative study of the efficacy of group positive psychotherapy and group cognitive behavioral therapy in the treatment of depressive disorders: A randomized controlled trial. *Journal of Positive Psychology*, 15(6), 832–845. <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1663250>
- Gloria. (2022, October 24). *Hasil Survei I-NAMHS: Satu dari Tiga Remaja Indonesia Memiliki Masalah Kesehatan Mental*. <https://ugm.ac.id/id/berita/23086-hasil-survei-i-namhs-satu-dari-tiga-remaja-indonesia-memiliki-masalah-kesehatan-mental>.
- Hans, E., & Hiller, W. (2013). Effectiveness of and dropout from outpatient cognitive behavioral therapy for adult unipolar depression: a meta-analysis of nonrandomized effectiveness studies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 81, 75-88. doi:10.1037/a0031080

- Haro, J. M., Ayuso-Mateos, J. L., Bitter, I., Demotes-Mainard, J., Leboyer, M., Lewis, S. W., et al. (2014). *ROAMER: roadmap for mental health research in Europe*. *Int. J. Methods Psychiatr. Res.* 23(Suppl. 1), 1–14. doi: 10.1002/mpr.1406
- Hautzinger, M. (2013). *Kognitive Verhaltenstherapie bei Depressionen [Cognitive behavioral therapy of depression]*. Weinheim, Germany: Beltz
- Lopez-Gomez, I., Chaves, C., Hervas, G., & Vazquez, C. (2017). Comparing the acceptability of a positive psychology intervention versus a cognitive behavioural therapy for clinical depression. *Clinical Psychology & Psychotherapy*.
<https://doi.org/10.1002/cpp.2129>
- Marrero, R. J., Carballeira, M., Martín, S., Mejías, M., & Hernández, J. A. (2016). Effectiveness of a positive psychology intervention combined with cognitive behavioral therapy in university students. *Anales de Psicología*, 32(3), 728–740
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. (2002). The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112-127. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>
- Mira, A., Bretón-López, J., Enrique, Á., Castilla, D., García-Palacios, A., Baños, R., & Botella, C. (2018). Exploring the incorporation of a positive psychology component in a cognitive behavioral internet-based program for depressive symptoms. Results throughout the intervention process. *Frontiers in Psychology*, 9(NOV), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02360>
- Nathan, P. E., and Gorman, J. M. (eds) (2015). *A Guide to Treatments That Work*. Oxford: Oxford University Press.
- Norman, S. B., Hami Cissell, S., Means-Christensen, A. J., and Stein, M. B. (2006). Development and validation of an overall anxiety severity and impairment scale (OASIS). *Depress. Anxiety* 23, 245–249. doi: 10.1002/da.20182
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality & Social Psychology*, 69, 719-727.
<http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Sarason, I., Sarason, B., Shearin, E., & Pierce, G. (1987). A brief measure of social support: Practical and theoretical implications. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4, 497-510. doi:10.1177/0265407587044007
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish. A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY: The Free Press.
- Steel, Z., Marnane, C., Iranpour, C., Chey, T., Jackson, J. W., Patel, V., & Silove, D. (2014). The global prevalence of common mental disorders: A systematic review and meta-analysis 1980-2013. *International Journal of Epidemiology*, 43(2), 476–493.

Titov, N., Dear, B. F., Johnston, L., Lorian, C., Zou, J., Wootton, B., et al. (2013). *Improving adherence and clinical outcomes in self-guided internet treatment for anxiety and depression: randomised controlled trial*. PLoS One 8:e62873. doi: 10.1371/journal.pone.0062873

Waters, L. (2011). A Review of School-Based Positive Psychology Interventions. *The Australian Educational and Developmental Psychologist*, 28, 75-90.
<http://dx.doi.org/10.1375/aedp.28.2.75>

Watson, D., Clark, L. A., and Tellegen, A. (1988). *Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the panas scales*. J. Pers. Soc. Psychol. 54, 1063–1070. doi: 10.1037/0022-3514.54.6.1063

LAYANAN BIMBINGAN BELAJAR MENGGUNAKAN MEDIA ANIMASI UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII G SMP PGRI 1 BUDURAN

Lilis Wahyuni¹, Elia Firda Mufidah²

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pedagogi dan Psikologi
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Email: liliswahyuni42@gmail.com, eliafirda@unipasby.ac.id

ABSTRAK

Motivasi belajar merupakan upaya yang tumbuh dari dalam diri peserta didik maupun dari lingkungan yang memberikan arahan kegiatan belajar untuk menciptakan kondisi dan aktivitas belajar agar terdorong melakukan kegiatan mencapai tujuan belajar yang lebih baik dari sebelumnya. Motivasi belajar sangat penting dikalangan peserta didik, dengan adanya motivasi belajar peserta didik dapat terarah untuk mencapai cita-cita yang diinginkan dan terdorong belajar lebih giat. Serta penggunaan media belajar berbasis animasi dapat menarik perhatian peserta didik untuk meningkatkan motivasi belajar melalui layanan bimbingan belajar. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif pendekatan eksperimen *one group pretest-posttest* untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan belajar menggunakan media animasi untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan belajar menggunakan media animasi efektif untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 1 Buduran. Setelah adanya penelitian ini perlu adanya perbaikan di berbagai bidang, seperti media animasi yang perlu adanya pembaruan untuk mengikuti perkembangan di era digital kedepannya.

Kata kunci: *Motivasi belajar, bimbingan belajar, media animasi*

ABSTRACT

Learning motivation is an effort that grows from within students and from the environment that provides direction for learning activities to create conditions and learning activities so that they are motivated to carry out activities to achieve better learning goals than before. Learning motivation is very important among students, with learning motivation students can be directed to achieve the desired goals and are encouraged to study harder. As well as the use of animation-based learning media can attract the attention of students to increase learning motivation through tutoring services. This study used a quantitative research method, one group pretest-posttest experimental approach to determine the effectiveness of tutoring services using animated media to increase students' learning motivation. The results showed that tutoring services using animated media were effective in increasing the learning motivation of class VIII G students of SMP PGRI 1 Buduran. After this research there is a need for improvement in various fields, such as animation media which needs updating to keep up with developments in the digital era going forward.

Keywords: *Learning motivation, learning guidance, animasi media*

PENDAHULUAN

Pendidikan berfungsi sebagai mengembangkan kemampuan, membentuk watak dan kepribadian seseorang yang bermartabat mengikuti jaman. Pendidikan di Indonesia diharapkan dapat merata dari Sabang sampai Merauke. Pasca Pandemi Covid-19 sistem pembelajaran di Indonesia berubah menjadi pembelajaran jarak jauh atau biasa dikenal sebagai SFH (*School From Home*).

Pada sistem *school from home* terdapat beberapa problem, baik dari peserta didik maupun guru pengajar. Problematika yang muncul pada peserta didik dapat dari dalam dirinya maupun karena jaringan internet yang kurang stabil, serta dapat mengakibatkan penerimaan materi pembelajaran kurang optimal. Selain karena faktor dari dalam diri peserta didik, problem dalam pembelajaran dari juga dapat muncul dari lingkungan yang mendukung proses pembelajaran. Upaya dalam mengatasi problematika pembelajaran *daring*, antara lain: 1) Guru dapat meningkatkan kompetensi pedagogik dan penguasaan IT; 2) Penggunaan metode pembelajaran yang tepat sesuai pembelajaran *daring*; 3) Adanya bantuan kouta internet; 4) Adanya kerjasama antara guru dan orang tua (dalam Julia, dkk., 2021).

Problematika yang sering muncul pada diri peserta didik yaitu, timbulnya rasa bosan dan jenuh dengan pembelajaran di rumah. Menurut (Zain, dkk., 2021) suasana belajar yang tidak mendukung, kurang adanya pendampingan oleh orang tua saat pembelajaran, serta keterbatasan sarana pendukung pembelajaran merupakan faktor timbulnya problem karena masih terdapat beberapa siswa yang tidak memiliki *handpone* atau harus bergantian pemakaiannya dengan saudara yang lain. Beberapa problematika di atas mengakibatkan peserta didik menjadi jenuh menjadi berpengaruh pada motivasi belajarnya yang rendah. Apabila peserta didik tidak memiliki motivasi belajar, maka ia tidak dapat mencapai hasil belajar yang optimal, untuk mendapatkan hasil belajar yang baik maka diperlukan motivasi yang baik pula agar peserta didik terdorong melakukan kegiatan belajar (Octavia, 2020).

Motivasi belajar memiliki keterkaitan dengan bimbingan belajar, dengan adanya bimbingan belajar dengan metode klasikal menggunakan media animasi dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan motivasi belajar di sekolah. Bimbingan belajar menurut Sulistyarini, dkk. (2014) dalam tulisannya mengatakan bahwa bimbingan belajar adalah pemberian layanan yang membantu peserta didik untuk mengembangkan kemampuan belajar agar dapat mengikuti pendidikan sekolah dan belajar mandiri. Layanan Bimbingan belajar dapat membantu peserta didik dalam melakukan perubahan agar dapat memahami, serta mampu mengembangkan kemampuan belajar di sekolah dan dapat mempertanggung jawabkan pilihannya.

Pemberian layanan bimbingan dan konseling akan semakin menambah daya tarik oleh peserta didik, maka perlu adanya sebuah media pendukung untuk menerapkan layanan tersebut. Media pembelajaran juga mempengaruhi ketertarik peserta didik dalam belajar. Semakin menarik media pembelajaran, semakin semangat belajarnya. Menurut Widiyasanti, dkk., (2018) mengemukakan bahwa media pembelajaran yang menarik peserta didik saat ini adalah media video animasi. Adanya penggunaan media animasi sangat berperan penting dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling secara klasikal guna menumbuhkan semangat belajar peserta didik. Semakin tinggi motivasi belajar maka prestasi akademik yang dicapai juga menjadi baik. Namun sebaliknya, apabila peserta didik memiliki motivasi belajar yang rendah maka pencapaian prestasi akademik juga kurang baik.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah menggunakan metode penelitian studi kepustakaan. Penelitian ini berfokus pada penggunaan kajian literatur dan pengembangan hasil penelitian sebelumnya sesuai dengan referensi lain guna memperdalam sebuah informasi. Menurut (Hartanti, dkk., 2022) tahapan yang digunakan untuk melakukan penelitian studi kepustakaan, antara lain:

1. Pemilihan topik pembahasan, merupakan tahap yang dilakukan oleh penelitian untuk menentukan topik pembahasan penelitian;
2. Eksplorasi informasi, merupakan tahan yang digunakan untuk mencari sumber informasi terkait topik pembahasan penelitian;
3. Menentukan fokus penelitian, merupakan memfokuskan suatu permasalahan yang akan digunakan untuk topik pembahasan penelitian;
4. Mengumpulkan sumber data, merupakan mengumpulkan data-data penelitian dari sumber yang data yang relevan sesuai dengan permasalahan yang akan diangkat dalam penelitian;
5. Membaca sumber data yang telah dikumpulkan oleh peneliti untuk memahami hasil literatur yang telah dibaca;
6. Membuat dan mengolah catatan penelitian, merupakan tugas peneliti untuk mencatat setiap poin-poin penting yang menjadi pembahasan dalam penelitian sesuai dengan kajian literatur yang sudah dibaca oleh peneliti; dan
7. Menyusun laporan penelitian sesuai dengan poin-poin yang telah dibuat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Bimbingan Belajar Secara Klasikal Menggunakan Media Animasi

Teori belajar (kognitif) sosial menurut Bandura individu belajar memperoleh tingkah laku baru dengan mengamati model dan melalui akibat tingkah lakunya sendiri. Komponen belajar menurut Bandura adalah 1) Model tingkah laku; 2) Konsekuensi dari tingkah laku yang dijadikan model; dan 3) Proses internal si belajar. Belajar juga merupakan usaha yang dilakukan oleh individu untuk meningkatkan kualitas dirinya dalam pencapaian perkembangan optimal dengan mencari pengalaman melalui praktek maupun pengamatan yang sesuai keinginan serta dapat mempertanggung jawabkan konsekuensi yang diterima dari proses yang dihasilkan.

Implementasi layanan bimbingan dan konseling di masa pandemi Covid-19 menjadi tantangan bagi Guru BK, dituntut untuk tetap mengikuti perkembangan teknologi masa saat ini (menurut Mufidah, dkk., 2020). Seperti implementasi layanan bimbingan belajar menggunakan media animasi. Guru BK diharapkan dapat membuat media animasi sesuai dengan materi layanan dan diterapkan kepada peserta didik, baik secara klasikal maupun kelompok.

Bimbingan belajar merupakan proses bantuan profesional yang diberikan oleh konselor kepada konseli untuk mengenali potensi dalam dirinya agar dapat terampil dan konsisten mencapai prestasi akademik sesuai cita-cita, serta dapat membantu menyelesaikan kesulitan belajar yang sedang dihadapi. Ada beberapa bentuk pembelian layanan bimbingan belajar, yaitu: 1) Orientasi kepada peserta didik baru tentang pengenalan sekolah dan cara belajar yang efektif; 2) memberikan perhatian khusus kepada peserta didik yang lamban dalam proses belajar mengajar; 3) membuat kelompok belajar agar dapat saling membantu teman yang kurang memiliki motivasi belajar. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan layanan bimbingan belajar dengan metode klasikal atau bimbingan klasikal dengan menggunakan media animasi. Layanan bimbingan klasikal merupakan cara efektif dalam mengidentifikasi peserta didik yang membutuhkan perhatian ekstra (Myrick, 2003; Geltner dan Clark, 2005 (dalam Farozin, 2012).

Melalui media pembelajaran animasi menjadi model pembelajaran yang inovatif. Penggunaan media animasi sebagai alat bantu dalam pelaksanaan pembelajaran karena adanya tuntutan perkembangan teknologi dan waktu yang digunakan di dalam kelas juga terbatas (Mirnayenti, dkk., 2015). Media animasi berupa video berkarakter dapat mempermudah dalam pelaksanaan pembelajaran maupun pemberian layanan bimbingan dan konseling yang dapat menarik peserta didik dengan waktu yang fleksibel.

B. Motivasi Belajar

Teori dari Vroom tentang *cognitive theory of motivation* menjelaskan mengapa seseorang tidak akan melakukan sesuatu yang ia yakini tidak dapat melakukannya. Menurut Vroom, tinggi rendahnya motivasi dalam diri seseorang dapat dilihat dari tiga komponen, yaitu: 1) Ekspektasi (harapan) keberhasilan dalam mengerjakan suatu tugas; 2) Instrumentalisasi yaitu penilaian tentang sesuatu yang akan terjadi jika berhasil dalam melakukan suatu tugas; 3) Valensi yaitu respon terhadap *outcome* seperti perasaan positif, netral dan negatif. Motivasi tinggi dalam diri seseorang jika usaha yang dilakukan memberikan hasil melebihi harapan dan motivasi rendah dalam diri seseorang jika usahanya menghasilkan kurang dari yang diharapkan. Motivasi juga merupakan dorongan yang timbul dari dalam diri individu atau kelompok untuk melakukan kegiatan dan memberikan arahan dalam pencapaian tujuan yang diinginkan.

Motivasi belajar merupakan daya penggerak yang tumbuh dari dalam diri peserta didik guna memunculkan niat untuk melakukan kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki dapat tercapai (Cahyani, dkk., 2020). Motivasi belajar juga merupakan usaha yang tumbuh dari diri peserta didik baik secara internal maupun eksternal. Aspek yang mempengaruhi timbulnya motivasi belajar berupa timbulnya keinginan untuk berhasil dalam diri peserta didik, adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, adanya harapan dan cita-cita di masa depan, adanya penghargaan dalam belajar, adanya kegiatan yang menarik dalam belajar, dan adanya lingkungan belajar yang kondusif sehingga membuat peserta didik menjadi nyaman dalam belajar.

Motivasi belajar memiliki keterkaitan dengan bimbingan belajar dan media animasi. Motivasi belajar memiliki keterkaitan dengan bimbingan belajar, dengan adanya bimbingan belajar dengan metode klasikal menggunakan media animasi dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan motivasi belajar di sekolah. Dengan adanya penggunaan media animasi sangat berperan penting dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling secara klasikal guna menumbuhkan semangat belajar peserta didik. Semakin tinggi motivasi belajar maka prestasi akademik yang dicapai juga menjadi baik. Namun sebaliknya, apabila peserta didik memiliki motivasi belajar yang rendah maka pencapaian prestasi akademik juga kurang baik. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi belajar baik dari dalam diri peserta didik itu sendiri maupun dari lingkungan sekitarnya. Dukungan orang tua juga akan mempengaruhi peserta didik dapat termotivasi dalam belajarnya.

SIMPULAN

Bimbingan belajar secara klasikal menggunakan media animasi dapat meningkatkan motivasi belajar. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pramono, dkk (2020) menunjukkan bahwa pemberian layanan bimbingan belajar dapat meningkatkan motivasi belajar, terdapat peningkatan setelah diberikan tindakan. Selain itu terdapat penelitian yang dilakukan oleh Lidi & Daud (2019) menunjukkan hasil bahwa penggunaan media animasi dapat meningkatkan hasil belajar dan motivasi belajar mahasiswa. Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan bahwa layanan bimbingan belajar, layanan klasikal dan media animasi dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Dimana pemberian layanan bimbingan belajar dengan metode klasikal menggunakan media animasi dapat memberikan daya tarik tersendiri bagi peserta didik dan tidak merasa jenuh ketika pembelajaran dilakukan di kelas, sehingga dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Juliya, dkk., (2021) Analisis Problematika Pembelajaran Daring Dan Pengaruhnya Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Genta Mulia: Jurnal Ilmiah Pendidikan. Vol. 2* No. 1 Hal. 290-292
- Hidayah, dkk., (2019) Layanan Bimbingan Klasikal Tentang Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI IPS SMA Negeri 2 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan pembelajaran Khatuistiwa Vol. 8* No. 3 Hal. 2-4
- Octavia, (2020) Motivasi Belajar Dalam Perkembangan Remaja. Yogyakarta: Deepublish
- Cahyani, dkk., (2020) Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Islam Vol. 3* No. 1 Hal. 126-127
- Widiyasanti, dkk., (2018) Pengembangan Media Video Animasi Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Dan Karakter Tanggung Jawab Siswa Kelas V. *Jurnal Pendidikan Karakter Vol. 9* No. 1 Hal. 4
- Zain, dkk., (2021) Problematika Pembelajaran Daring pada Peserta Didik di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu. Vol. 5* No. 4 Hal. 1842-1845
- Sugiyono, (2015) Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Sulistiyarini, dkk., (2014) Dasar-dasar Konseling. Jakarta: Prestasi Pustaka
- Usmadi, (2018) Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas Dan Uji Normalitas) *Inovasi Pendidikan. Vol. 7* No. 1 Hal. 51.

- Farozin (2012) Pengembangan Model Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMP. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*. No. 1. Hal 148-154
- Mufidah, dkk., (2020). Layanan Bimbingan Dan Konseling Ditengah Pandemi. *PD ABKIN Jatim Open Journal System*. Hal. 494
- Mirnayenti (2015) Efektivitas Layanan Informasi Menggunakan Media Animasi Meningkatkan Sikap Anti Bullying Peserta Didik. *Jurnal Konselor*. Vol. 4. No. 2. Hal. 85
- Hartanti, dkk., (2022) Dialog Socrates Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling *PD ABKIN Open Journal System*. Vol. 3.No. 1. Hal. 48
- Lidi, dkk., (2019) Penggunaan Media Animasi Pada Mata Kuliah Biologi Dasar Untuk Meningkatkan Hasil Belajar dan Motivasi Mahasiswa Materi Genetika, Didaktika Biologi. *Jurnal Penelitian Pendidikan Biologi*. Vol. 3. No. 1. Hal. 7
- Pramono (2020) Bimbingan Belajar Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Ekstrinsik. *Jurnal Consulenza*. Vol. 3. No. 1. Hal. 5

PENGGUNAAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR PESERTA DIDIK

Fakhrul Asrori¹, Hartono²

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya^{1,2}

Email: fakhrulasrori05@gmail.com¹, hartono@unipasby.ac.id²

ABSTRAK

Kemandirian belajar peserta didik adalah sikap yang dimiliki oleh setiap peserta didik yang digunakan dalam belajar. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui signifikansi penggunaan strategi *Self-Management* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik kelas VIII MTs. Roudlotul Banat Sidoarjo. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan *One Group Pre-Test Post-Test Design*. Subjek penelitian ini adalah 8 peserta didik kelas VIII-A yang memiliki kemandirian belajar rendah. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan skala pengukuran yang telah dilakukan uji validitas isi diperoleh nilai sebesar 0,00-0,05, dan reliabilitas Alpha Cronbach yaitu 0,869. Hasil analisis data dengan menggunakan teknik analisis uji Wilcoxon diperoleh nilai uji T sebesar 0,068 yang artinya tidak signifikan. Berdasarkan hasil analisis data disimpulkan bahwa "Penggunaan Teknik Self-Management dalam Bimbingan Kelompok" secara signifikan tidak dapat meningkatkan kemandirian belajar peserta didik.

Kata kunci: *Teknik self-management, Bimbingan kelompok, Kemandirian belajar*

ABSTRACT

Independent learning of students is the attitude possessed by each student used in learning. The purpose of this study was to determine the significance of using the Self-Management strategy in group guidance to increase the learning independence of eighth grade students of MTs. Roudlotul Banat Sidoarjo. This type of research is a quantitative research using One Group Pre-Test Post-Test Design. The subjects of this study were 8 students of class VIII-A who had low learning independence. The research data was collected using a measurement scale that has been tested for content validity, the value is 0.00-0.05, and the reliability of Cronbach's Alpha is 0.869. The results of data analysis using the Wilcoxon test analysis technique obtained a T test value of 0.068, which means it is not significant. Based on the results of data analysis, it was concluded that "The Use of Self-Management Techniques in Group Guidance" could not significantly increase the learning independence of students.

Keywords: *Self-management techniques, group guidance, independent learning*

PENDAHULUAN

Kemandirian belajar merupakan suatu proses dalam belajar, setiap individu dapat mengambil suatu inisiatif dengan atau tanpa bantuan orang lain, dalam hal ini peserta didik bisa

menentukan kegiatan belajarnya seperti merumuskan tujuan belajar, sumber belajar (baik berupa orang atau pun bahan), mendiagnosis kebutuhan belajar dan mengontrol diri proses pembelajarannya (Rijal & Bachtiar, 2015). Menurut Sriyono (2016) kemandirian belajar seorang anak sangat diperlukan, tidak hanya di sekolah tetapi juga di rumah. Dengan adanya kemandirian belajar yang baik seorang anak akan mendapatkan prestasi atau nilai hasil belajarnya menjadi meningkat, sehingga kelak mereka menjadi generasi penerus bangsa yang berkualitas. Kemandirian belajar untuk seorang siswa di sekolah adalah hal yang penting untuk kemajuan dalam menyelesaikan tugas sekolah yang diberikan oleh gurunya. Menurut Mocker & Spear (dalam Sundayana, 2018) kemandirian belajar adalah suatu proses dimana peserta didik mengontrol sendiri proses pembelajarannya dan tujuan dari pembelajaran tersebut. Proses belajar ini adalah suatu metode yang melibatkan siswa dalam tindakan-tindakan yang meliputi beberapa langkah, dan menghasilkan baik hasil yang tampak maupun yang tidak tampak. Proses ini disebut dengan pembelajaran mandiri.

Di Indonesia, salah satu permasalahan yang sering terjadi pada remaja di SMP adalah peserta didik kesulitan dalam meningkatkan kemandirian belajar. Peserta didik yang memiliki kemandirian belajar yang tinggi diharapkan mampu belajar dengan baik sehingga mampu menguasai pelajaran dan meningkatkan hasil belajarnya. Akan tetapi dimasa pandemi seperti ini kemandirian belajar peserta didik masih kurang. Karena peserta didik lebih banyak bermain ketimbang belajar, dikarenakan sekolah daring yang kurang efektif bagi peserta didik.

Berdasarkan hasil diskusi penulis dengan berkoordinasi dengan guru BK MTs. Roudlotul Banat. Mendiskusikan tentang permasalahan yang sering terjadi pada siswa di jenjang MTs adalah peserta didik mengalami dalam kemandirian belajar yang rendah. Karena kurangnya sosialisasi informasi dan pengetahuan siswa terhadap kemandirian peserta didik, dikarenakan dampak dari sekolah daring yang mengalami kesulitan dalam menjangkau peserta didik. Fakta yang terjadi di lapangan masih banyak siswa MTs. Roudlotul Banat yang belum optimal dalam kemandirian belajar. Hal ini terlihat dari peserta didik yang mengalami kemandirian belajar yang rendah. Karena peserta didik lebih banyak bermain ketimbang meningkatkan kemandirian belajar mereka. Di jenjang MTS kebanyakan peserta didik masih labil dalam melakukan pembelajaran. Keadaan tersebut juga dialami oleh siswa MTS lainnya, dimana peserta didik cenderung pasif dan hanya menerima informasi dan perintah dari guru saja, peserta didik jarang mengajukan pertanyaan mengenai materi yang disampaikan serta peserta didik sering mengalami keraguan dalam memecahkan suatu permasalahan, karena beberapa peserta didik tidak percaya akan kemampuan yang mereka sendiri sehingga menyebabkan kemandirian

belajar yang dimiliki oleh peserta didik masih dalam kategori rendah. Peserta didik SMP masih dalam perkembangan menunjukkan jati diri mereka dalam kemandirian belajar setiap peserta didik.

Guru Bimbingan dan Konseling memiliki tugas dan kewajiban untuk memberikan layanan kepada siswa dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karier. Yang mana semuanya memiliki relevansi dengan kegiatan layanan. Salah satunya adalah layanan bimbingan kelompok yang merupakan bagian dari bimbingan dan konseling. Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Gazda (dalam Prayitno, 2015) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok peserta didik untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Gazda juga menyebutkan bahwa bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial. Layanan bimbingan kelompok dapat dijadikan salah satu pilihan untuk memberikan bantuan pada peserta didik. Kegiatan bimbingan kelompok akan terlihat hidup jika di dalamnya terdapat dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan media efektif bagi anggota kelompok dalam mengembangkan aspek-aspek positif ketika mengadakan komunikasi antarpribadi dengan orang lain, seperti meningkatkan kemandirian belajar peserta didik. Prayitno (dalam Erlangga, 2017) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Layanan kelompok yang diberikan dalam suasana kelompok selain itu juga bisa dijadikan media penyampaian sekaligus juga bisa membantu peserta didik menyusun rencana dalam membuat keputusan yang tepat sehingga diharapkan berdampak positif bagi peserta didik yang nantinya yang dapat merubah perilaku menyimpang.

Untuk mengatasi masalah kemandirian belajar, maka perlu diberikan suatu teknik untuk membimbing peserta didik dalam upaya meningkatkan kemandirian belajar dan secara sadar berkeinginan untuk mengubah perilakunya sendiri, khususnya kemandirian belajar yang rendah. Diharapkan dengan teknik *self-management* dapat mengganti perilaku peserta didik yang benar guna meningkatkan kemandirian belajar. Menurut Isnaini & Taufik (2016), teknik atau strategi yang berfungsi untuk mengubah perilaku adalah dengan pendekatan behavior, salah satunya adalah dengan *self-management* (pengelolaan diri). Pemilihan penggunaan teknik *self-management* dipilih karena dalam strategi perubahan tingkah laku dengan pengaturan dan pemantauan yang dilakukan oleh peserta didik sendiri dalam bentuk latihan pemantauan diri, pengendalian rangsangan serta pemberian penghargaan pada diri sendiri. Menurut (Sholihah,

2013) *Self-Management* adalah suatu proses dimana kita mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri dengan satu strategi atau kombinasi strategi.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan pra-eksperimental pada rancangan *One Group Pretest Posttest Design* (Sugiyono, 2012). Populasi yang digunakan adalah para peserta didik kelas VIII-A MTs. Roudlotul Banat Sidoarjo sebanyak 29 peserta didik. Sampel penelitian ini ditentukan secara *purposive sampling* sebanyak 8 peserta didik yang memiliki tingkat kemandirian belajar yang rendah. Data penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan skala pengukuran yang telah dilakukan uji validitas butir dan uji reliabilitas Alpha Cronbach. Hasil uji validitas butir skala kemandirian belajar diperoleh nilai sebesar 0,00-0,05, dan reliabilitas Alpha Cronbach yaitu 0,869. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan statistika non-parametric Uji Wilcoxon dengan menggunakan program SPSS for windows versi 25.0.

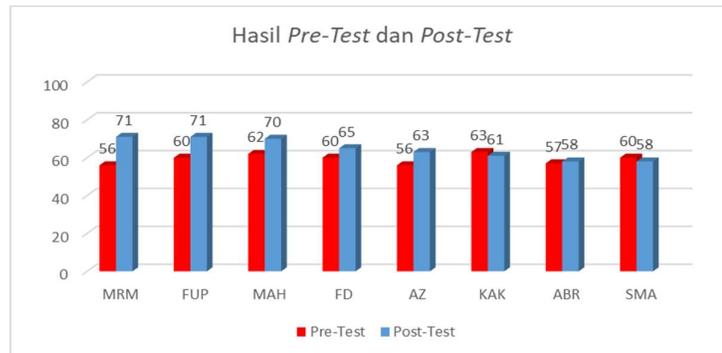
HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil analisis data menggunakan program aplikasi *SPSS for windows versi 25.0* dengan teknik analisis uji t diperoleh statistika deskriptif yang diuraikan pada table 1 dan grafik histogram yang sudah disajikan pada gambar 1.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Kemandirian Belajar Peserta Didik Pre-Test dan Post-Test

Pre-test dan Post-test	N	Minimum	Maximum	Mean	Standar deviasi
Pre-test	8	56	63	59,25	2,659
Post-test	8	58	71	64,75	5,497



Gambar 1. Grafik Histogram Hasil Pre-Test dan Post-Test Data Kemandirian Belajar Peserta didik

Tabel di atas menunjukkan bahwa nilai rata-rata kemandirian belajar peserta didik pada subjek penelitian $N = 8$, hasil pre-test sebelum subjek penelitian diberikan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-management* sebesar 59,25 dan nilai rata-rata kemandirian belajar peserta didik hasil post-test setelah diberikan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-management* sebesar 64,75 mengalami peningkatan. Hasil analisis data uji *t statistic non-parametrik*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,068 (tidak signifikan).

PEMBAHASAN

Kemandirian belajar peserta didik akan mengantarkan peserta didik untuk belajar menganalisis dan mengembangkan pikiran kritis. Hanya saja sebagian kecil dari peserta didik yang mampu belajar secara mandiri. Kemandirian belajar merupakan suatu keharusan yang dimiliki oleh peserta didik untuk masa depan peserta didik saat mengikuti kegiatan belajar di sekolah. Dampak dari rendahnya kemandirian belajar akan mengakibatkan peserta didik menjadi kurangnya inisiatif belajar, kurangnya rasa tanggung jawab, tidak percaya diri, kurangnya motivasi belajar, dan kurangnya rasa disiplin.

Layanan bimbingan kelompok diharapkan mampu membantu peserta didik dalam menyelesaikan masalah yang dialaminya. Menurut Kadek Suhardita (2011) bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi maupun aktivitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial. Langkah-langkah dalam bimbingan kelompok ditentukan oleh orientasi teoritis yang menjadi dasar penerapan model. Dalam hal ini Gladding (dalam Kadek Suhardita, 2011) mengemukakan, ada empat langkah utama yang harus ditempuh dalam melaksanakan bimbingan kelompok, yaitu: 1) langkah awal (*Beginning a Group*); 2) langkah Transisi (*The Transition Stage in a Group*); 3) langkah kerja (*The working Stage in a Group*); dan 4) langkah terminasi (*Termination of a Group*).

Penggunaan teknik *self-management* sangatlah cocok untuk diberikan kepada peserta didik dalam layanan bimbingan kelompok. Karena menurut Mappiare (dalam Sholihah, 2013) menjelaskan bahwa *self-management* adalah menunjuk pada suatu teknik dalam terapi kognitif behavioral berlandaskan pada teori belajar yang dirancang untuk membantu para klien/ konseli mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah tingkah laku yang lebih efektif, yang sering dipadukan dengan ganjar diri (*self-reward*).

Setelah mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management*, peningkatan skor kemandirian belajar pada peserta didik yang menjadi subjek penelitian berbeda-beda, hal ini terjadi karena setiap individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam menerima, mengolah informasi, serta pengalaman-pengalaman yang telah dirasakan dalam melakukan teknik *self-management* tersebut.

Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah “Penggunaan Teknik *Self-Management* dalam Bimbingan Kelompok” secara signifikan dapat meningkatkan kemandirian belajar peserta didik.

Berdasarkan hasil dari analisis data yang telah dijelaskan pada bagian sebelumnya, maka dapat kita lihat 4 responden/ subjek penelitian yang mengalami kenaikan skor dilakukan *treatment*, namun terdapat 2 responden/ subjek penelitian yang mengalami kenaikan skor setelah dilakukan *treatment* meskipun masih dalam kategori rendah, dan juga terdapat 2 responden/ subjek penelitian yang mengalami penurunan skor. Berdasarkan hasil analisis data, dinyatakan bahwa hipotesis penelitian yang berbunyi “Penggunaan Teknik *Self-Management* dalam Bimbingan Kelompok” secara signifikan dapat meningkatkan kemandirian belajar peserta didik, ditolak.

Faktor yang mempengaruhi adalah dikarenakan adanya layanan Bimbingan dan Konseling yang lebih efektif dalam meningkatkan kemandirian belajar. Untuk keempat responden yang nilainya masih rendah walaupun naik tetapi masih dalam kategori rendah, dan yang nilainya menurun. Perlu diberikan layanan BK lainnya seperti Konseling Kelompok ataupun Konseling Individual, faktor lainnya yang menyebabkan ditolaknya hipotesis adalah adanya permasalahan lainnya yaitu mengenai masalah kepercayaan diri pada konseli SMA, dan dikarenakan oleh faktor perkiraan waktu yang tidak sesuai dengan kesepakatan/ kontrak pertemuan saat didiskusikan, dimana layanan bimbingan kelompok lebih lama dari kontrak yang sudah disepakati diawal pertemuan. Pada akhirnya memiliki dampak pada beberapa konseli kurang memahami topik yang sudah disampaikan dalam layanan bimbingan kelompok.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian disimpulkan yaitu “Penggunaan *Teknik Self-Management* dalam Bimbingan Kelompok” secara signifikan tidak dapat meningkatkan kemandirian belajar peserta didik kelas VIII MTS Roudlotul Banat Sidoarjo.

DAFTAR PUSTAKA

- Erlangga, E. (2017). Bimbingan kelompok meningkatkan keterampilan berkomunikasi siswa. *psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 149–156. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1332>
- Isnaini, F., & Taufik. (2016). Strategi self-management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 16(2), 33–42. <https://journals.ums.ac.id/index.php/humaniora/article/view/1842>
- Kadek Suhardita. (2011). Efektivitas penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. *Edisi Khusus*, 1, 127–138. [http://jurnal.upi.edu/abmas/view/641/efektivitas-penggunaan-teknik-permainan-dalam-bimbingan-kelompok-untuk-meningkatkan-percaya-diri-siswa\(penelitian-quasi-eksperimen-pada-sekolah-menengah-atas-laboratorium-\(percontohan\)-upi-bandung-tahun-ajaran-2010](http://jurnal.upi.edu/abmas/view/641/efektivitas-penggunaan-teknik-permainan-dalam-bimbingan-kelompok-untuk-meningkatkan-percaya-diri-siswa(penelitian-quasi-eksperimen-pada-sekolah-menengah-atas-laboratorium-(percontohan)-upi-bandung-tahun-ajaran-2010)
- Prayitno, E. A. (2015). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rijal, S., & Bachtiar, S. (2015). Hubungan antara sikap, kemandirian belajar, dan gaya belajar dengan hasil belajar kognitif siswa. *Jurnal Bioedukatika*, 3(2), 15. <https://doi.org/10.26555/bioedukatika.v3i2.4149>
- Sholihah, N. (2013). Penerapan strategi self-management untuk meningkatkan disiplin belajar pada siswa tunadaksa cerebral palcy kelas IV SDLB-D YPAC Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 3(1), 1–13.
- Sriyono, H. (2016). Program bimbingan belajar untuk membantu meningkatkan kemandirian belajar siswa. *Sosio-E-Kons*, 8(2), 118–131.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Jakarta: Alfabeta.
- Sundayana, R. (2018). Kaitan antara gaya belajar, kemandirian belajar, dan kemampuan pemecahan masalah siswa SMP dalam pelajaran matematika. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(2), 75–84. <https://doi.org/10.31980/mosharafa.v5i2.262>

PENGGUNAAN TEKNIK DISKUSI KELOMPOK DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN SIKAP KERJA SAMA DALAM MEMILIH KARIER PESERTA DIDIK KELAS XI IPA 2 SMA

Rossy Etika Permatasari¹, Hartono²
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya^{1,2}
Email: rossyvetica16gmail.com¹, hartono@unipasby.ac.id²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi penggunaan teknik diskusi kelompok dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan sikap kerja sama dalam memilih karier peserta didik kelas XI IPA 2 SMA Dr. Soetomo Surabaya. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain yang digunakan yaitu *One Group Pretest Posttest Design* pada populasi 31 peserta didik kelas XI IPA SMA Dr. Soetomo Surabaya. Sampel penelitian ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* diperoleh 6 peserta didik. Metode pengumpulan data yang digunakan untuk mengumpulkan data sikap kerja sama dalam memilih karier peserta didik yaitu skala pengukuran yang telah diuji validitasnya menggunakan validitas isi diperoleh nilai signifikansi 0,00-0,43 dengan reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0,798. Metode analisis data yang digunakan peneliti adalah analisis uji T statistik parametrik menggunakan uji *Independent Samples Test* dengan bantuan SPSS *for windows* 26.0 diperoleh nilai signifikansi 0,00, maka dinyatakan H_a diterima. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik diskusi kelompok dalam bimbingan kelompok secara signifikan dapat meningkatkan sikap kerja sama dalam memilih karier peserta didik kelas XI IPA 2 SMA Dr. Soetomo Surabaya.

Kata kunci: *Sikap kerja sama, pemilihan karier, bimbingan kelompok, diskusi kelompok*

ABSTRACT

This study aims to determine the significance of using group discussion techniques in group guidance to improve cooperative attitudes in choosing careers for students in class XI IPA 2 SMA Dr. Soetomo Surabaya. This research is a quantitative study with the design used is *One Group Pretest Posttest Design* on a population of 31 students of class XI IPA SMA Dr. Soetomo Surabaya. The research sample was determined by using *purposive sampling* technique obtained 6 students. The data collection method used to collect data on cooperative attitudes in choosing students' careers is a measurement scale which is then tested for validity using content validity, with a significance value of 0.00-0.43 with Cronbach's Alpha reliability of 0.798. The data analysis method used by the researcher is parametric statistical T-test analysis using the *Independent Samples Test* using SPSS *for windows* 26.0, the significance value is 0.00, it can be said that H_a is accepted. Based on the results of the study, it can be concluded that the use of group discussion techniques in group guidance to improve cooperative attitudes in choosing careers for students in class XI IPA 2 SMA Dr. Soetomo Surabaya.

Keywords: *Cooperation, career choice, group guidance, group discussion*

PENDAHULUAN

Pemilihan karier bagi siswa adalah hal yang sangat penting bagi masa depan yang akan dilanjutkan siswa ke depannya. Bagi peserta didik SMA akan memilih melanjutkan ke perguruan tinggi dengan memilih jurusan yang sesuai dengan minat dan bakat peserta didik atau pilihan lain yaitu bekerja dengan hanya bermodalkan ijazah SMA nya. Di zaman sekarang khususnya untuk peserta didik kelas XI yang akan naik ke kelas XII akan mulai merancang karier untuk persiapan melanjutkan karier yang akan dipilih. Setiap individu tentunya perlu membuat keputusan tentang kariernya (*career decision-making*). Karier merupakan suatu peran yang khas yang diperankan oleh individu yang dibentuk berdasarkan sesuatu yang dipilih dan tidak dipilih oleh individu tersebut (Herr & Crammer dalam Brown, 2012). Maka diperlukan kerja sama antar peserta didik untuk bisa menentukan pemilihan karier dengan cara berdiskusi dengan sesama teman untuk bisa bersama-sama merencanakan apa karier yang cocok bagi dirinya. Menurut Piaget (dalam Santrock, 2014), remaja usia 11 tahun hingga dewasa sudah mampu untuk melakukan idealisasi serta membayangkan kemungkinan-kemungkinan tentang solusi masalah yang mereka hadapi.

Namun pada fenomena yang terjadi pada peserta didik di SMA Dr. Soetomo Surabaya yang belum memiliki pandangan untuk pemilihan karier pada masa depan nya. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dari hasil observasi dan interview dengan guru BK, peserta didik mengalami kesulitan dalam memilih karier seperti tidak bisa memilih jurusan di perguruan tinggi, dan dampak negatif yang terjadi pada peserta didik apabila tidak bisa menentukan pilihan karier ialah pertama individu akan berhenti karena ketidak cocokan dengan bakat minatnya, kedua individu tersebut tetap akan melanjutkan studinya walaupun dalam keadaan terpaksa, ketiga individu tersebut akan mengikuti pada jurusan tersebut seiring berjalannya waktu. Kegagalan dalam menentukan karier tentunya akan mempengaruhi aspek fisik dan psikologis individu. Kerugian yang didapatkan jika peserta didik tidak memikirkan dan menentukan karier secara matang adalah berpengaruh pada masa depannya. Jika tidak dibimbing sejak dini maka peserta didik akan kehilangan arah.

Masalah pemilihan karier peserta didik sering dialami oleh setiap peserta didik menjelang selesai nya pendidikan menengah ke atas atau SMA kelas XII, peserta didik diwajibkan untuk memilih melanjutkan karier seperti apa dan bagaimana peserta didik bisa tau apa yang cocok bagi peserta didik untuk masuk ke perguruan tinggi mana dengan mengambil jurusan yang cocok. Sering adanya peserta didik mengikuti kemauan dari orang tua dan sebenarnya itu tidak cocok dengan apa yang ada di diri peserta didik dan mengakibatkan adanya masalah di masa depan seperti bisa di keluarkan dari perguruan tinggi,

karena peserta didik tidak mampu untuk mengikuti jurusan yang dipikirkan oleh orang tua. Oleh sebab itu diperlukan adanya bimbingan dari sejak dini dengan berkonsultasi ke guru BK untuk pemilihan karier yang cocok sesuai minat dan bakat dari peserta didik. Creed dkk (2009) juga mengatakan bahwa wawasan yang minim tentang program studi serta pengetahuan yang terbatas tentang jurusan yang tersedia di perguruan tinggi juga menghambat siswa remaja untuk memutuskan pilihan karier. Kurangnya informasi pengetahuan dan wawasan remaja mengenai program studi, jurusan dan dunia kerja akan membuat remaja salah memilih jurusan sehingga berdampak negatif bagi karier mereka kelak.

Siswa menengah ke atas yang rata-rata usianya antara 16 sampai 18 tahun yang merupakan masa remaja akhir yang sering ditandai dengan adanya tingkah laku yang masih berubah-ubah menjadikan sebuah perhatian dan permasalahan bagi konselor untuk selalu memantau dan membimbing peserta didik supaya bisa memilih karier yang tepat sesuai minat dan bakatnya untuk masa depan. Dapat disimpulkan bahwa keputusan pemilihan karier adalah proses individu memahami dirinya dan dunia pekerjaan serta kemampuan mengintegrasikan antara dirinya dengan pekerjaannya (Parsons dalam Creed dkk., 2009).

Bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang mengandung unsur psikopedagogis yang memanfaatkan dinamika kelompok, dengan jumlah anggota kelompok yang dibatasi antara 10-15 orang, sehingga memungkinkan pemimpin kelompok dapat melakukan pendekatan personal, serta dilakukan secara berkesinambungan yang berisi pemberian informasi tentang cara penyesuaian diri peserta didik dalam pemilihan karier secara lebih mendalam. Hal ini senada dengan pendapat Romlah (Nuraqmarina & Risnawati, 2018) yaitu adanya bimbingan kelompok ini diharapkan peserta didik lebih bisa menetapkan karier sejak dini sesuai dengan minat dan bakat.

Sejatinya pemilihan karier siswa juga tidak terlepas dari peran orang tua dan juga guru BK yang selalu mengarahkan dan membimbing peserta didik di saat berada di lingkungan sekolah, sedangkan di lingkungan rumah pengawasan penuh oleh orang tua. Pemilihan karier peserta didik masih banyak yang dilimpahkan kepada keputusan dari orang tua ataupun mengikuti jejak karier dari orang tuanya, seperti jika orang tua menjadi dokter dan anak nya meneruskan karier ayahnya menjadi dokter. Masalah seperti itu masih sangat banyak terjadi di kalangan masyarakat. Dengan adanya penelitian ini diharapkan siswa bisa memilih dan mengambil keputusan sesuai keinginan dengan arahan serta bimbingan dari konselor dan mengkomunikasikan dengan orang tua peserta didik.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, dengan menggunakan model eksperimental *design pretest* dan *posttest* kelompok tunggal. Pada desain ini, peneliti menggunakan satu kelompok yang diberikan *treatment*. Pengukuran pertama dilakukan sebelum pemberian layanan dan pengukuran kedua dilakukan setelah pemberian layanan. *Pretest* dilakukan sebelum subjek penelitian diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi kelompok, sedangkan *post-test* dilakukan setelah subjek penelitian diberikan bimbingan kelompok dengan teknik yang sama. Diagram rancangan penelitian ini diuraikan pada gambar 1 di bawah ini.

Kelompok	<i>Pre test</i>	<i>Pelayanan</i>	<i>Post Test</i>
Eksperimen	T ₁	X	T ₂

Gambar 1. Rancangan Penelitian *One grup pretest and posttest design*

Gambar di atas menjelaskan bahwa T₁ adalah pengukuran variabel terikat sikap kerja sama dalam memilih karier peserta didik dengan menggunakan skala pengukuran yang valid dan reliabel. Sedangkan X adalah pemberian pelayanan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi kelompok sebanyak empat kali pertemuan dengan durasi waktu setiap pertemuan 30 menit. Setelah pertemuan ke empat peneliti akan mengukur variabel terikat sikap kerja sama dalam memilih karier peserta didik sebagai subjek penelitian yaitu *posttest* T₂ dengan menggunakan skala yang sama pada saat *pretest* yaitu skala sikap kerja sama pemilihan karier peserta didik. Hasil pretest dan hasil posttest dianalisis dengan Teknik uji T *independent* dengan bantuan program aplikasi *SPSS for Windows versi 26.0*.

Penelitian ini menggunakan populasi peserta didik SMA Dr. Soetomo Surabaya kelas XI IPA 2 sejumlah 31 peserta didik. Sampel penelitian sebanyak 6 peserta didik berdasarkan *purposive sampling*. Data penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan skala pengukuran sikap kerja sama dalam memilih karier yang telah dilakukan uji validitas isi diperoleh nilai signifikansi 0,00-0,04 sebanyak 12 butir yang valid dengan reliabelitas alpha cronbach sebesar 0,798.

Metode analisis data menggunakan teknik statistika parametrik dengan persyaratan datanya berdistribusi normal dan variansinya homogen. Hasil pengujian normalitas sebaran dengan menggunakan uji Kolmogorov Smirnov diperoleh nilai signifikansi 0,200 lebih besar dari ($\text{sig} > 0,05$) pada data pre-test, dan 0,061 pada data post-test, sehingga dapat disimpulkan bahwa data sikap kerja sama dalam memilih karier peserta didik berdistribusi normal.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Sebaran Data Pretest dan Posttest Sikap Kerja Sama dalam Memilih Karier Peserta Didik

Variabel	Test statistic	Std. Deviation	Asymp.Sig (2-tailed)	Keterangan
Sikap kerja sama dalam memilih karier peserta didik Pretest	0,223	2,338	0,200 ^{c,d}	Data berdistribusi Normal
Sikap kerja sama dalam memilih karier peserta didik Posttest	0,317	2,401	0,061 ^c	Data berdistribusi normal

Tabel 2. Hasil Uji Homogenitas Variansi Data Sikap Kerja Sama dalam Memilih Karier Peserta Didik

Hasil Pretest dan Posttest	Levene Statistic	Df1	Df2	sig
	0,502	1	10	0,495

Tabel 2 di atas, menunjukkan bahwa analisis data sikap kerja sama dalam memilih karier peserta didik dengan menggunakan ANAVA satu jalur diperoleh nilai Levene Statistic sebesar 0,502 pada taraf signifikansi 0,495 (tidak signifikan) yang artinya data sikap kerja sama dalam memilih karier peserta didik memiliki variansi homogen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data dengan menggunakan teknik analisis statistika inferensial uji t independent diperoleh nilai rata-rata hasil pre-test dan post-test sebagaimana peneliti uraikan pada tabel 3 di bawah ini.

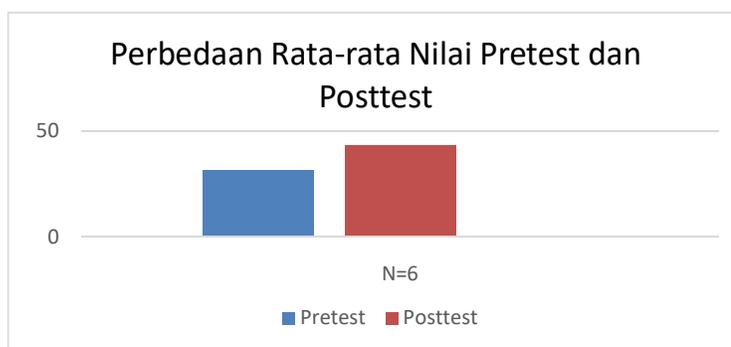
Tabel 3. Statistik Deskriptif Hasil Pretest dan Posttest Variabel Sikap Kerja Sama dalam Memilih Karier Peserta Didik

N	Mean Pretest	Mean Posttest	Standar Deviasi Pretest	Standar Deviasi Posttest
6	31,33	43,16	2,388	2,401

Berdasarkan tabel 3 di atas dan gambar 2, menunjukkan bahwa nilai rata-rata variabel sikap kerja sama peserta didik dalam memilih karier data pre-test = 31,33 dan data *post-test* = 43,16. Nilai *post-test* lebih besar daripada nilai *pre-test* atau meningkat sebesar 11,83 atau 37,76%. Nilai standar deviasi data pre-test sebesar 2,388 dan data post-test = 2,401.

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan teknik statistika parametrik uji t independent, diperoleh nilai nilai signifikansi 0,00 yang artinya signifikan. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi penggunaan teknik diskusi kelompok dalam bimbingan kelompok secara signifikan dapat meningkatkan sikap kerja sama dalam memilih karier peserta didik SMA dinyatakan diterima.

Pemilihan karier adalah salah satu langkah wajib bagi peserta didik agar mereka bisa menentukan arah perjalanan masa depan yang akan ditempuh setelah lulus di bangku SMA. Sikap kerja sama dalam pemilihan karier peserta didik merupakan salah satu aspek penting yang berpengaruh pada proses pemilihan karier. Hartono (2016) menyatakan bahwa pemilihan karier merupakan proses pengambilan keputusan yang dipengaruhi oleh aspek pemahaman diri dan aspek pemahaman karier. Di pihak lain, pemahaman diri dan pemahaman karier peserta didik merupakan hasil belajar yang yang bisa diperoleh dari proses bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi kelompok.



Gambar 2. Perbandingan Nilai Pretest dan Posttest

Melalui proses diskusi kelompok, peserta didik yang terlibat aktif akan mengalami perubahan sikap dan perilakunya sebagai akibat perubahan cara berpikirnya yang menjadi lebih kreatif, kolaboratif, dan komunikatif. Ketiga cara berpikir tersebut merupakan faktor penting di dalam kehidupan di era teknologi yang ditandai dengan pesatnya arus informasi yang bersifat terbuka. Diskusi kelompok merupakan cara atau strategi yang dilakukan oleh peserta didik dengan mengajukan gagasan atau pemikiran tentang sesuai hal penting yang sedang didiskusikan. Peserta diskusi dengan berdasarkan data atau informasi yang diperolehnya dapat melakukan analisis untuk memperoleh simpulan yang akurat sebagai solusi dalam memecahkan problem yang sedang didiskusikan di dalam kelompok diskusi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, hasil penelitian ini disimpulkan bahwa penggunaan teknik diskusi kelompok dalam bimbingan kelompok secara signifikan dapat meningkatkan sikap kerja sama dalam pemilihan karier peserta didik XI IPA 2 SMA Dr. Soetomo Surabaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H., & Tarmidi. (2011). Kecendrungan Pemilihan Karier Berdasarkan Gaya Belajar Pada Siswa Sma Kelas Xii . *Kecendrungan Pemilihan Karier Berdasarkan Gaya Belajar Pada Siswa Sma Kelas Xii* , 1-14.
- Hartono. (2016). Bimbingan Karier. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Himmah, F. (2019). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Terhadap Penurunan Perilaku Membolos . *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Terhadap Penurunan Perilaku Membolos* , 1-92.
- Kurniawan, D. E. (2018). Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Bullying Di Sekolah. *Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Bullying Di Sekolah* , 1-11.
- Priambodo, A. (2016). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Denganmedia Permainan Kartu Karier Terhadap Sikap Pilihan Karier Siswa Kelas Ix E Di Smp Negeri Ungaran Tahun Ajaran 2015/2016. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Denganmedia Permainan Kartu Karier Terhadap Sikap Pilihan Karier Siswa Kelas Ix E Di Smp Negeri Ungaran Tahun Ajaran 2015/2016* , 1-205.
- Rizkina, M. (2013). Upaya Meningkatkan Keaktifan Siswa Dalam Diskusi Kelompok Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Viii Di Smpn I9 Semarang . *Upaya Meningkatkan Keaktifan Siswa Dalam Diskusi Kelompok Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Viii Di Smpn I9 Semarang*, 1-227.
- Simanullang, S. I. (2020). Implementasi Teori Kompromi Dalam Pemilihan Karier Pada Siswa SMA Negeri 7 Medan . *Implementasi Teori Kompromi Dalam Pemilihan Karier Pada Siswa SMA Negeri 7 Medan* , 1-85.
- Suryani, L. (2017). Upaya Meningkatkan Sopan Santun Berbicara Dengan Teman Sebaya Melalui Bimbingan Kelompok. *Upaya Meningkatkan Sopan Santun Berbicara Dengan Teman Sebaya Melalui Bimbingan Kelompok* , 1-13.

**KEEFEKTIFAN TEKNIK *SELF-INSTRUCTION* UNTUK MENURUNKAN
KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN SISWA KELAS XII
SEKOLAH MENENGAH ATAS**

Bagas David Prasetyo¹, Linda Widyawati², Maya Nining Ekasari³, Rizqi Tria Sari⁴
SMA Negeri 1 Srengat¹, SMP Negeri 1 Besuki², SMK Negeri 1 Boyolangu³,
SMA Negeri 1 Panggul⁴
bagasdavid.p@gmail.com¹, lindawidya940@gmail.com², mayainesh27@gmail.com³,
rizqi.tria@gmail.com⁴

ABSTRAK

Penelitian yang dilaksanakan mempunyai tujuan untuk mengurangi kecemasan menghadapi ujian pada siswa kelas XII SMA N 1 Srengat. Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian dapat dilakukan dengan menggunakan teknik *self instruction*. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu, dengan rancangan *one group time series*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XII IPA 1 SMA N 1 Srengat yang mengalami tingkat kecemasan sedang ketika menghadapi ujian sebanyak 7 orang siswa. Instrumen penelitian berupa skala kecemasan. Data penelitian yang telah terkumpul dianalisis dengan *uji wilcoxon*. Hasil penelitian disimpulkan bahwa teknik *self instruction* efektif untuk menurunkan kecemasan menghadapi ujian siswa kelas XII SMA N 1 Srengat.

Kata kunci: *Self instruction, kecemasan menghadapi ujian, siswa*

ABSTRACT

The research carried out has the aim of reducing anxiety in facing exams in class XII students of SMA N 1 Srengat. One way to reduce student anxiety in facing exams can be done by using self-instruction techniques. The research method used in this study was a quasi-experimental, with a one group time series design. The subjects of this study were students of class XII IPA 1 SMA N 1 Srengat who experienced a moderate level of anxiety when facing exams as many as 7 students. The research instrument is an anxiety scale. The research data that has been collected were analyzed using the Wilcoxon test. The results of the study concluded that the self-instruction technique was effective in reducing anxiety in facing exams for class XII students of SMA N 1 Srengat.

Keywords: *Self-instruction, anxiety in facing exams, student*

PENDAHULUAN

Kecemasan dalam menghadapi ujian menjadi persoalan yang penting karena memiliki akibat luas, baik dalam bidang akademik maupun personal siswa. Secara akademik, kecemasan ini berakibat pada kegagalan akademik, seperti tidak naik kelas, penolakan terhadap sekolah, bahkan tidak lulus ujian nasional. Sedangkan secara personal, kecemasan ini menyebabkan rendahnya harga diri siswa, ketergantungan, serta perilaku pasif dalam kehidupan sehari-hari. Apabila fenomena kecemasan dalam menghadapi ujian tidak mendapat

penanganan yang tepat, maka siswa yang mengalami kecemasan akan menjadi semakin parah dan bahkan siswa yang baru memiliki perasaan cemas bisa berkembang sehingga dapat berakibat negatif terhadap dirinya. Kecemasan tersebut akan terus menghantui siswa apabila tidak ditangani dengan benar.

Munculnya fenomena kecemasan dalam menghadapi ujian, mendorong perlunya dilakukan penelitian tentang bagaimana caranya mengurangi kecemasan menghadapi ujian pada siswa kelas XII SMA N 1 Srengat. Peran bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari penyelenggaraan pendidikan diharapkan mampu memberikan layanan bantuan kepada siswa dalam upaya mengembangkan potensi diri siswa secara optimal.

Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian dapat dilakukan dengan menggunakan teknik *self instruction*. *Self instruction* adalah salah satu teknik dari *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), atau disebut juga dengan istilah *Cognitive Behavioral Modification* yaitu salah satu terapi modifikasi perilaku yang menggunakan kognisi sebagai “kunci” dari perubahan perilaku.

Menurut Cormier dalam Jawandi (2018) dari berbagai teknik dalam pendekatan CBT, diantaranya teknik relaksasi, *time management*, *problem solving skills*, dan *self instruction*. Berdasarkan dari berbagai teknik yang ada, teknik *self instruction* telah teruji efektif digunakan pada berbagai macam populasi, misalnya pada anak yang hiperaktif, mengontrol kemarahan, membantu siswa yang mengalami *learning disability*, meningkatkan *self-efficacy*, dan mengurangi kecemasan menghadapi ujian.

Menurut Baker dalam Ananda (2022) *Self-Instruction* merupakan sebuah metodologi yang diadaptasi dari modifikasi konseling kognitif perilaku yang dikembangkan oleh Meichenbaum pada tahun 1977. Meichenbaum (dalam Nawantara, 2015) menduga bahwa beberapa perilaku maladaptif dipengaruhi oleh pikiran irasional yang menyebabkan verbalisasi diri yang tidak tepat. Teknik *self instruction* masuk pada *Cognitive Behavior Modification* (CBM). Menurut Meichenbaum (dalam Nawantara, 2015) untuk memahami suatu peristiwa kognitif dan terjadinya suatu perilaku diperlukan perhatian khusus pada pidato batin atau dialog diri (*self talk*). Meichenbaum (dalam Nawantara, 2015) juga memaparkan bahwa inti dari teknik *self instruction* adalah mengembangkan kontrol diri. Melalui teknik *self instruction* konseli dapat mengontrol dirinya dalam berpikir serta bertindak dengan memiliki verbalisasi diri yang positif.

Yunan dkk (2022) mengatakan bahwa *Self-instruction* dapat digunakan untuk memberikan perintah atau memberi petunjuk dan nasihat pada diri sendiri dalam menentukan sikap ataupun mengambil keputusan. Dapat disimpulkan bahwa teknik *self-instruction*

merupakan teknik verbalisasi diri dengan mengganti pikiran negatif menjadi pikiran positif.

Fenomena kecemasan ketika menghadapi ujian yang terjadi di SMA N 1 Srengat khususnya kelas XII sangat terlihat jelas dari perilaku siswa yang menunjukkan gejala-gejala seperti terlihat gelisah ketika akan memasuki kelas, berkeringat dingin ketika mengerjakan ujian, cenderung diam diri ketika akan mengikuti ujian, dan tidak sedikit dari mereka yang sering bolak-balik ke kamar mandi ketika akan melaksanakan ujian. Dari beberapa gejala tersebut dapat diartikan bahwa siswa kelas XII SMA N 1 Srengat sebagian besar menunjukkan gejala-gejala atau tingkah laku yang menunjukkan kecemasan ketika akan menghadapi ujian. Berdasarkan latar belakang tersebut di atas maka penulis ingin meneliti “keefektifan teknik *self instruction* untuk menurunkan kecemasan menghadapi ujian siswa kelas XII SMA N 1 Srengat”.

METODE PENELITIAN

Rancangan dalam penelitian ini adalah menggunakan *pre-experimental design*. Bentuk *pre-experimental design* yang digunakan dalam penelitian ini adalah "*One-Group time series*" yang tujuannya mengetahui kestabilan dan konsistensi perbandingan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Pada tahap awal penelitian, dilakukan pengukuran kecemasan yang dimiliki subjek dengan alat ukur yang telah disusun dan dilakukan dua kali. Setelah kestabilan dan konsistensi kelompok diketahui dengan jelas. Selanjutnya diberi perlakuan atau *treatment* sebanyak empat kali beserta pemberian *post test* per indikator. Kemudian akhirnya dilakukan pengukuran kembali kecemasan subjek dengan menggunakan alat ukur yang sama pada akhir sesi penelitian. Desain *One Group Time Series* dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan:

- O1O2 : *pretest* (sebelum diberi *treatment*)
- OA OB OC OD : *posttest* per indikator skala kecemasan
- O3 : *posttest* (setelah diberi *treatment*)
- X1 X2 X3 X4 : penerapan *treatment* dengan teknik *self-instruction*

Populasi dari penelitian ini diambil dari salah satu kelas VII di SMP Negeri 5 Malang, yang pemilihannya berdasarkan hasil random. Berdasarkan hal tersebut, populasi dari penelitian ini ditetapkan pada kelas XII IPA 1 di SMA Negeri 1 Srengat sebanyak 29 siswa.

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas XII di SMA Negeri 1 Srengat yang memenuhi kriteria. Penempatan pada kelompok eksperimen dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2008:85). Adapun kriteria sampel yang dijadikan kelompok eksperimen adalah sebagai berikut: merupakan siswa di SMA N 1 Srengat, terdaftar sebagai siswa kelas XII IPA 1 di SMA N 1 Srengat, mempunyai kategori kecemasan tingkat sedang dan tinggi, dan bersedia untuk mengikuti kegiatan sampai akhir penelitian.

Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data tentang keefektifan teknik *Self Intruction* untuk menurunkan kecemasan menghadapi ujian siswa kelas XII SMA N 1 Srengat adalah skala kecemasan dan pedoman eksperimen. Sebelum digunakan skala kecemasan telah diuji validitas dan reliabilitas dengan hasil dari 42 item soal yang telah diuji cobakan dihasilkan 21 item yang tidak valid dan 21 item yang valid dan berdasarkan analisis reliabilitas instrumen yang telah dilakukan instrumen memiliki reliabilitas yang bagus karena nilai *alpha Cronbach* (α) ≥ 0.60 . Kemudian untuk pedoman eksperimen dilakukan kegiatan uji ekologi dengan cara mensimulasikan konseling teknik *self instruction* di hadapan teman-teman guru sejawat berjumlah lima orang yang berperan sebagai konseli.

Langkah-langkah pengumpulan data dalam penelitian ini diawali dengan kegiatan *pretest* dengan menyebarkan instrumen yang berupa skala kecemasan kepada siswa kelas XII IPA 1 SMA N 1 Srengat yang dipilih sebagai subjek penelitian, penyebaran skala kecemasan dilakukan dua kali dengan tujuan untuk mengetahui kestabilan dan konsistensi kelompok. Langkah selanjutnya yaitu pemberian *treatment* yang dilakukan dengan menggunakan teknik *self-instruction* dalam setting kelompok, pemberian *treatment* diberikan selama empat kali pertemuan. Pelaksanaan *treatment* dilakukan ± 45 menit setiap kali pertemuan dengan tempat kegiatan di ruang BK SMA N 1 Srengat dengan subjek penelitian berjumlah 7 siswa. Langkah terakhir yaitu melakukan *posttest*. Tujuan dari *posttest* ini adalah untuk mengetahui keefektifan teknik *self intruction* dalam menurunkan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian. Pemberian *post test* dilakukan selama lima kali yaitu tiap kali setelah dilakukan *treatment* sebanyak empat kali yang disebut *post test* per indikator skala kecemasan.

Teknik analisis data dalam penelitian ini dengan menggunakan analisis data kuantitatif, yang dilakukan dalam tahap analisis data kuantitatif adalah penskoran dan pentabulasian data. Teknik yang kedua yaitu teknik analisis data untuk menguji hipotesis, untuk lebih meyakinkan, maka untuk menguji hipotesis digunakan analisis statistik *non parametic* dengan menggunakan uji *wilxocon* dengan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Pemberian *pretest* berupa skala kecemasan dilaksanakan selama 2 kali, *pretest* yang pertama dilakukan kepada seluruh siswa kelas XII IPA 1 yang merupakan populasi dari penelitian ini, *pretest* pertama dilaksanakan pada hari senin 8 Agustus 2022 jam ke-8 dengan jumlah siswa 29 anak. Kemudian setelah 2 hari pasca dilaksanakan *pretest* pertama dilanjutkan *pretest* kedua pada hari Rabu 10 Agustus 2022 dengan jumlah peserta sebanyak 7 anak yang merupakan hasil penjarangan dari hasil skor *pretest* pertama yang mengalami kecemasan kategori sedang.

Tabel 1 Data Hasil Penjarangan Subjek Penelitian

Subjek	Skor	Kategori
CC	58	Sedang
DC	56	Sedang
EF	57	Sedang
NK	57	Sedang
RF	57	Sedang
RR	59	Sedang
TT	57	Sedang

Setelah serangkaian *pretest* dilakukan, dilakukan juga *posttest* yang berguna untuk mengukur sejauh mana hasil dari penerapan teknik *self instruction* dalam menurunkan kecemasan menghadapi ujian yang diwujudkan dalam bentuk skor. *Posttest* dilakukan selama tiap-tiap pelaksanaan *treatment* yaitu pada hari Jumat 12 Agustus 2022, senin 15 Agustus 2022, Rabu 17 Agustus 2022, dan Jumat 19 Agustus 2022. *Posttest* yang diberikan pada tiap tiap pelaksanaan *treatment* bukan *posttest* secara keseluruhan soal, namun hanya tiap aspek atau indikator. Setiap *treatment* yang dilakukan merupakan penerapan pelaksanaan konseling dengan teknik *self instruction* sesuai dengan aspek yang telah dijabarkan pada kisi-kisi skala kecemasan. Dan sekaligus juga pemberian *posttest* disesuaikan dengan aspek yang sedang dibahas pada tiap *treatment* tersebut.

Skala kecemasan ini dijabarkan dalam 1 variabel, 4 indikator, yang kemudian dideskripsikan menjadi 21 item pernyataan. Skala kecemasan ini disebarkan kepada 29 siswa kelas XII IPA 1 yang merupakan salah satu kelas di SMA N 1 Srengat. Berikut jabaran hasil analisis skala kesadaran terhadap kepedulian siswa dapat dilihat pada tabel 4.1 dibawah ini

Tabel 2. Data Tingkat Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Saat Penjaringan Subjek di Kelas XII IPA 1.

Kategori	Rentang skor	Frekuensi	Persentase
Kecemasan rendah	21-42	22	76%
Kesadaran sedang	42-63	7	24%
Kecemasan tinggi	63-84	-	-
Jumlah		29	100%

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 29 siswa dari kelas XII IPA 1 terdapat 7 siswa yang memiliki skor kecemasan sedang dan sekaligus menjadi subjek atau sampel penelitian. Siswa yang terpilih menjadi subjek penelitian kemudian diberi *pretest* satu kali lagi untuk mengetahui konsistensi skor dan kestabilan kondisi subjek. Setelah diketahui konsistensi skor dari subjek maka subjek diberi perlakuan yang selanjutnya diberi *posttest* pada tiap pemberian *treatment* sesuai dengan aspek yang dibahas. Dan pada akhirnya diberikanlah *posttest* keseluruhan yang diberikan pada akhir pelaksanaan konseling.

Pengamatan terhadap subjek penelitian dilakukan oleh peneliti pada saat pemberian *treatment*. Kegiatan ini dilakukan sebelum, selama, dan sesudah berjalannya proses pemberian *treatment* menggunakan teknik *self instruction* selama 4 kali pertemuan. Pelaksanaan *treatment* ini dilakukan mulai hari Jumat, 12 Agustus 2022 sampai dengan hari Jumat, 19 Agustus 2022. Hal yang diamati selama proses pelaksanaan *treatment* adalah tingkah laku dan ekspresi siswa pada saat mengikuti kegiatan tersebut. Tempat kegiatan adalah ruang BK SMA N 1 Srengat dan yang diamati adalah subjek penelitian yang berjumlah 7 siswa.

Uji Hipotesis

Skor keseluruhan subjek penelitian diperoleh dari skor skala kecemasan keseluruhan yang dilakukan melalui *pretest* dan *posttest* keseluruhan aspek kecemasan. Rata-rata hasil *pretest* 1 dari tujuh subjek adalah 57 dan rata-rata hasil *posttest* 1 adalah 36, dengan nilai minimum *pretest* = 56 dan *posttest* = 32, serta nilai maksimum *pretest* = 59 dan *posttest* = 39. Teknik *self instruction* dapat dikatakan efektif menurunkan kecemasan jika nilai rata-rata rangking setelah diberikan *treatment* lebih rendah dari pada nilai rata-rata rangking sebelum diberikan *treatment* dan hasil uji wilcoxon menunjukkan perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Nilai wilcoxon sebesar ($z = -2.375^a$) dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* untuk uji dua sisi adalah 0,018. Signifikansi di bawah 0,05 ($0,018 < 0,05$) menunjukkan bahwa H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik *self instruction* efektif untuk menurunkan kecemasan menghadapi ujian siswa kelas XII SMA N 1 Srengat.

Skor keseluruhan subjek penelitian diperoleh dari skor skala kecemasan keseluruhan yang dilakukan melalui *pretest* dan *posttest* keseluruhan aspek kecemasan. Rata-rata hasil *pretest* 2 dari tujuh subjek adalah 56 dan rata-rata hasil *posttest* 2 adalah 34, dengan nilai minimum *pretest* = 52 dan *posttest* = 31, serta nilai maksimum *pretest* = 60 dan *posttest* = 37. Teknik *self instruction* dapat dikatakan efektif menurunkan kecemasan jika nilai rata-rata rangking setelah diberikan *treatment* lebih rendah dari pada nilai rata-rata rangking sebelum diberikan *treatment* dan hasil uji wilcoxon menunjukkan perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Nilai wilcoxon sebesar ($z = -2.371^*$) dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* untuk uji dua sisi adalah 0,018. Signifikansi di bawah 0,05 ($0,018 < 0,05$) menunjukkan bahwa H_0 ditolak, sehingga disimpulkan bahwa teknik *self instruction* efektif untuk menurunkan kecemasan menghadapi ujian siswa kelas XII SMA N 1 Srengat.

PEMBAHASAN

Analisis penelitian menunjukkan data bahwa skor angket kecemasan siswa dalam menghadapi ujian yang didapat subjek penelitian sesudah pemberian *treatment* lebih rendah daripada skor angket sebelum pemberian *treatment*. Data yang berarti terdapat perbedaan skor angket kecemasan menghadapi ujian pada masa *pre-test* dengan masa *post-test* ini menunjukkan pula mengenai adanya dampak yang diperoleh subjek penelitian *pasca* kegiatan pelayanan konseling dengan teknik *self instruction*, yaitu perubahan berkurangnya tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kearah yang lebih rendah. Perubahan ini di amati berdasarkan skor skala kecemasan yang telah dikerjakan siswa setelah melaksanakan *treatment*.

Perubahan yang dialami para subjek tersebut didukung oleh pernyataan-pernyataan yang terungkap ketika proses konseling. Beberapa siswa yang menjadi bagian dari kegiatan konseling mengungkapkan mengenai mulai tumbuhnya kemampuan mereka dalam mengantisipasi dan menyikapi gejala-gejala kecemasan yang muncul ketika menghadapi ujian. Kemampuan tersebut diantaranya kemampuan berpikir positif, kemampuan menginstruksi diri ke arah yang positif, kemampuan untuk merencanakan perilaku baru yang positif.

Pada diskusi yang terjadi di dalam kelompok pada masa awal kegiatan konseling, para anggota kelompok bersama konselor berusaha untuk mengidentifikasi gejala munculnya gangguan kecemasan dalam menghadapi ujian yang mereka alami. Diskusi tersebut kemudian menghasilkan sebuah konklusi yaitu adanya tekanan terhadap perasaan sebelum, selama, dan sesudah menghadapi ujian, ditambah lagi pikiran-pikiran irasional, negatif, atau tidak logis yang mendasari perilaku dan menguasai pikiran mereka ketika akan menghadapi ujian.

Simpulan itu sesuai dengan pendapat (Daswia, 2016: 40) bahwa kecemasan menjelang ujian merupakan gejala umum yang dialami oleh setiap siswa, gejala-gejala ini ditandai oleh adanya perasaan tertekan yang berlebihan sebelum, selama, dan setelah ujian.

Pemberian *treatment* dengan konseling teknik *self instruction* ini juga berkaitan dengan pendapat teori-teori seperti diatas. Teknik *self instruction* adalah cara untuk individu mengajarkan pada diri mereka sendiri bagaimana menangani secara efektif terhadap situasi yang sulit bagi diri mereka sendiri (Meichenbaum dalam Habiba 2013).

Kecemasan dalam menghadapi ujian menjadi persoalan yang penting karena memiliki akibat luas, baik dalam bidang akademik maupun personal siswa. Secara akademik, kecemasan ini berakibat pada kegagalan akademik, seperti tidak naik kelas, penolakan terhadap sekolah, bahkan tidak lulus ujian nasional. Sedangkan secara personal, kecemasan ini menyebabkan rendahnya harga diri siswa, ketergantungan, serta perilaku pasif dalam kehidupan sehari-hari. Apabila fenomena kecemasan dalam menghadapi ujian tidak mendapat penanganan yang tepat, maka siswa yang mengalami kecemasan akan menjadi semakin parah dan bahkan siswa yang baru memiliki perasaan cemas bisa berkembang sehingga dapat berakibat negatif terhadap dirinya. Kecemasan tersebut akan terus menghantui siswa apabila tidak ditangani dengan benar.

Berdasarkan hasil penelitian , fenomena yang ada di lapangan, dan perubahan ke arah positif yang telah didapatkan oleh para siswa maka teknik *self instruction* ini dapat digunakan untuk menurunkan gejala-gejala kecemasan saat menghadapi ujian karena teknik ini bertujuan membentuk ulang pola-pola kognitif, asumsi-asumsi, keyakinan-keyakinan, dan penilaian-penilaian yang irasional, merusak dan menyalahkan diri sendiri. Konselor dapat membantu konseli untuk mengubah distorsi kognitif tersebut dengan menguji ulang keyakinan siswa dengan berbagai teknik persuasi verbal dan aktivitas yang diberikan secara berulang-ulang sampai siswa mampu melakukannya untuk diri mereka sendiri (Jawandi, 2018).

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian pada 7 orang siswa tersebut. Perbedaan tersebut yakni adanya pengurangan skor angket setelah pemberian *treatment* berupa konseling dengan teknik *self instruction*. Seluruh anggota sampel mampu mengurangi skor angketnya dengan cukup signifikan yaitu berkisar antara 15-27 poin, disamping juga mampu mengurangi tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian dari tingkat sedang ke rendah, berkurangnya skor ini menyatakan ketepatan

hipotesis penelitian yang ditentukan dan menandai keefektifan teknik *self instruction* dalam mengurangi kecemasan menghadapi ujian siswa kelas XII SMA N 1 Srengat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, K. 2022. *Penerapan Konseling Individu Dengan Teknik Self Instruction Untuk Mengatasi Kejenuhan Belajar Pada Peserta Didik Kelas Viii Madrasah Tsanawiyah Darul Huda Bandar Lampung Pada Tahun Ajaran 2020/2021*. Skripsi. Jurusan: Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Daswia. 2016. *Hubungan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Tes atau Ujian dengan Prestasi Belajar Siswa Berdasarkan Jenin Kelaminnya*. Skripsi tidak diterbitkan. Bandung: PPB FIP UPI.
- Habiba, A. 2013. Penerapan Teknik Self Instruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri ketika Pelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas VIII SMPN 5 Cepu. *Jurnal BK Unesa*. Volume 03 Nomor, 01 Tahun 2013, 187-195188.
- Jawandi, A. 2018. *Keefektifan Konseling Cbt Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Karakter Kuat Dan Cerdas Pada Mahasiswa Universitas Slamet Riyadi*. Skripsi. Prodi Bimbingan dan Konseling, FKIP. Surakarta: Universitas Slamet Riyadi.
- Nawantara, R. D. 2015. *Perbedaan Komitmen Tugas Siswa SMP Negeri 4 Malang Melalui Penerapan Teknik Reframing dan Self Instruction*. Tesis tidak Diterbitkan: Pascasarjana Universitas Negeri Malang.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Yunan, I. M., Setiawati, D. 2022. *Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 40 Surabaya*. Jurnal. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan. Surabaya: UNESA.

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN STRATEGI *SELF-MANAGEMENT*
DALAM KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN
KEMATANGAN PEMILIHAN KARIER PESERTA DIDIK
KELAS XI MIA 2 SMA**

Bagus Permadi, Hartono

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Email: c813per2@gmail.com, hartono@unipasby.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok untuk meningkatkan kematangan pemilihan karier. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain yang digunakan yaitu *One Group Pretest Posttest Design* pada populasi 30 peserta didik kelas XI MIA 2 SMA Intensif Taruna Pembangunan Surabaya. Sampel penelitian ditentukan dengan menggunakan teknik purposive sampling diperoleh 6 peserta didik. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu skala pengukuran yang telah dilakukan uji validitas diperoleh nilai signifikansi 0,00-0,43 dengan reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,784. Metode analisis data yang digunakan peneliti adalah analisis uji T statistik parametrik menggunakan uji *Independent Samples Test* dengan bantuan SPSS *for windows* 26.0 diperoleh nilai signifikansi 0,000 maka dapat dikatakan H_0 diterima. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok secara signifikan dapat meningkatkan kematangan pemilihan karier peserta didik kelas XI MIA 2 SMA Intensif Taruna Pembangunan Surabaya.

Kata kunci: *Self-management*, konseling kelompok, kematangan pemilihan karier

ABSTRACT

This study aims to determine the significance of using self-management strategies in group counseling to increase career choice maturity. This research is a quantitative research with the design used is *One Group Pretest Posttest Design* on a population of 30 students of class XI MIA 2 SMA Intensive Taruna Pembangunan Surabaya. The research sample was determined by using purposive sampling technique obtained 6 students. The data collection method used is a measurement scale that has been tested for validity, with a significance value of 0.00-0.43 with Cronbach's Alpha reliability of 0.784. The data analysis method used by the researcher is a parametric statistical T test analysis using the *Independent Samples Test* with the help of SPSS *for windows* 26.0, a significance value of 0.000 is obtained, so it can be said that H_0 is accepted. Based on the results of the study, it can be concluded that the use of self-management strategies in group counseling can significantly increase the career selection maturity of students in class XI MIA 2 SMA Intensive Taruna Pembangunan Surabaya.

Keywords: *Self-management*, group counseling, career choice maturity

PENDAHULUAN

Kematangan pemilihan karier merupakan suatu kondisi yang sangat dibutuhkan untuk mampu memilih jurusan studi lanjut atau menentukan arah kariernya setelah lulus SMA, maka dari itu kematangan pemilihan karier memang sangatlah penting bagi peserta didik agar mampu memilih dan menentukan arah kariernya dan studi lanjutnya setelah lulus SMA, namun fakta di lapangan masih banyak peserta didik yang memerlukan kematangan karier. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan melakukan observasi dan interview dengan guru BK pada saat PLP 2.2 pada tanggal 29 November 2021 di SMA ITP Surabaya menyatakan bahwa peserta didik mengalami kesulitan dalam menentukan pilihan karier yaitu menentukan dan memilih kegiatan ekstra di sekolah yang sesuai bakat dan minat serta kebingungan apabila ditanya akan lanjut kemana setelah lulus SMA.

Faktor-faktor kematangan karier ada lima kelompok yaitu: pertama, faktor bio-sosial yang meliputi umur, intelegensi, dan jenis kelamin. Kedua, faktor lingkungan yang meliputi interaksi kepada orang lain disekitar individu dalam hal ini difokuskan kepada orang tua dan lingkungan sosial. Ketiga, faktor vokasional seperti aspirasi karier, minat karier, nilai kerja dan jenis pekerjaan yang ada. Keempat, sifat kepribadian yang meliputi konsep diri, fokus kendali, bakat khusus, nilai-nilai, dan tujuan hidup. Kelima, prestasi akademik, penguasaan materi bimbingan karier, kebebasan berpartisipasi siswa dalam kegiatan sekolah maupun luar sekolah (Ines, 2014).

Melihat banyaknya dampak negatif yang timbul dari rendahnya kematangan pemilihan karier peserta didik tentunya hal tersebut tidak boleh dibiarkan. Perilaku tersebut tergolong sikap yang tidak adaptif sehingga harus segera ditangani. Guru Bimbingan dan konseling memiliki tugas dan kewajiban untuk memberikan layanan kepada peserta didik dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karier. Serta sangat berguna membantu peserta didik secara mandiri menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Salah satunya adalah layanan yang digunakan adalah konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan suatu layanan yang bertujuan untuk pencegahan, perbaikan serta perkembangan yang berfokus pada bidang pribadi, sosial, belajar dan karier. Konseling kelompok menekankan pada komunikasi interpersonal yang melibatkan pemikiran, perasaan, dan perilaku serta memfokuskan pada saat ini dan sekarang (Corey, 2013). Salah satu strategi yang digunakan dalam konseling kelompok yaitu *self-management* dalam teori behavioristik.

Peneliti menggunakan strategi *self-management* yang dirancang untuk membantu peserta didik dalam mengontrol dan mengubah tingkah lakunya ke arah yang lebih efektif. Pada penelitian ini peserta didik yang memiliki kematangan pemilihan karier rendah cenderung

tidak mampu menemukan bakat minatnya, dan ragu dalam memilih kegiatan yang menunjang bakat minatnya, sehingga peserta didik diajak untuk mampu mengelola dirinya dengan aturan yang dibuat sesuai dengan keinginan peserta didik dalam menentukan arah kariernya, kemudian menentukan tujuan yang akan dicapai dengan peserta didik melakukan kegiatan sesuai jadwal yang sudah dibuat selanjutnya peserta didik akan diberikan penguatan supaya perilaku positif tersebut dapat menetap. Peserta didik juga harus aktif dalam mewujudkan pengaruh yang didapat terhadap perubahan lingkungan yang diinginkan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design* yang merupakan desain eksperimen kelompok tunggal yang melakukan pengukuran (*pretest*) kemudian melakukan eksperimen (*treatment*) dan pengukuran kembali (*posttest*) untuk dibandingkan agar memperoleh hasil penelitian yang lebih akurat (Sugiyono, 2013). Rancangan penelitian ini diuraikan pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Rancangan Penelitian *One Group Pretest-Posttest Design*

Keterangan:

T1= *Pre-Test* (Tes Awal)

X = *Treatment* (Perlakuan)

T2= *Post-Test* (Tes Akhir)

Peneliti melakukan *pre-test* (T1) yaitu pengukuran variabel terikat kematangan pemilihan karier peserta didik dengan menggunakan skala pengukuran yang valid dan reliabel. Selanjutnya, peneliti melakukan *treatment* (X) yaitu memberikan pelayanan konseling kelompok kepada subjek penelitian dengan menggunakan strategi *self-management* dari teori behavioristik sebanyak 6 kali pertemuan, setiap pertemuan disediakan waktu sekitar 45 menit. Setelah pertemuan ke- 6, peneliti mengukur variabel terikat kematangan pemilihan karier peserta didik sebagai subjek penelitian yaitu *post-test* (T2) dengan menggunakan skala yang sama pada saat *pre-test* yaitu skala kematangan pemilihan karier peserta didik.

Penelitian ini menggunakan populasi para peserta didik SMA Intensif Taruna Pembangunan Surabaya kelas XI MIA 2 sejumlah 30 peserta didik. Sampel penelitian sebanyak 6 peserta didik diambil berdasarkan *purposive sampling*. Data penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan skala pengukuran kematangan pemilihan karier peserta didik yang telah dilakukan uji validitas isi diperoleh nilai signifikansi 0,00-0,43 sebanyak 21 butir valid dengan reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,784.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Sebaran Data Pretest dan Posttest

variabel	Test Statistic	Std. Deviation	Asymp. Sig. (2-tailed)	keterangan
Kematangan pemilihan karier peserta didik Pretest	0,172	1,941	0,200 ^{c,d}	Data berdistribusi normal
Kematangan pemilihan karier peserta didik Posttest	0,283	1,329	0,143 ^{c,d}	Data berdistribusi normal

Peneliti menggunakan uji homogenitas variansi anova satu arah diperoleh nilai signifikansi 0,301 lebih besar dari ($\text{sig} > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data kematangan pemilihan karier peserta didik dengan strategi *self-management* bervariasi homogen.

Tabel 2. Hasil Uji Homogenitas Variansi Data Kematangan Pemilihan Karier Peserta Didik

Hasil Pretest dan Posttest	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
	1,189	1	10	0,301

Berdasarkan hasil uji normalitas dan uji homogenitas variansi di atas, maka penelitian ini menggunakan metode analisis data uji t statistika parametrik *Independent Samples Test* menggunakan *SPSS for Windows versi 26.0*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kematangan pemilihan karier adalah kemampuan peserta didik dalam menyikapi permasalahan karier dengan ciri-ciri mampu menunjukkan kesiapan sikap dalam pemahaman diri, sikap dalam pemahaman Karier, dan sikap dalam pengambilan keputusan karier dalam proses perkembangannya. Menurut Savickas (dalam Pratama & Suharnan, 2014) kematangan karier adalah kesiapan individu dalam memilih karier dan membuat keputusan karier yang sesuai dengan kehendak diri serta kecenderungan kepribadian dan tahap perkembangan kariernya. Sependapat dengan Winkel & Sri Hastusi (2013) kematangan karier adalah kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas perkembangan karier, sesuai dengan tahap perkembangannya.

Dampak rendahnya kematangan pemilihan karier akan menghambat proses perkembangan bakat dan minat peserta didik yang mengalami hambatan dalam merencanakan karier sedini mungkin. Untuk itulah kematangan pemilihan karier sangat diperlukan, sebab

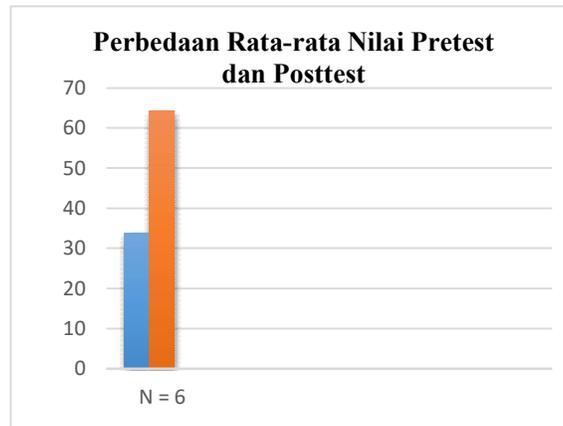
mampu meningkatkan perkembangan peserta didik dalam merencanakan karier. Peneliti melakukan layanan konseling kelompok strategi *self-management* untuk menangani masalah kematangan pemilihan karier peserta didik, karena konseling kelompok dengan menggunakan strategi *self-management* bertujuan agar peserta didik dapat mengurangi kecenderungan melakukan kegiatan yang tidak menunjang kariernya, meningkatkan memanfaatkan waktu secara efisien, dan menemukan minat akan suatu hal sesuai apa yang diinginkan peserta didik. Strategi ini dipilih peneliti untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan kematangan pemilihan kariernya.

Setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan menggunakan strategi *self-management*, peserta didik mampu menunjukkan kesiapan sikap dalam pemahaman diri, sikap dalam pemahaman karier, dan sikap dalam pengambilan keputusan karier dalam proses perkembangannya, sehingga dapat meningkatkan kematangan pemilihan karier peserta didik. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan *aplikasi SPSS for Windows Versi 26.0* dengan menggunakan teknik statistika parametrik, diperoleh nilai statistik deskriptif sebagai berikut.

Tabel 3. Statistik Deskriptif Hasil Pretest dan Posttest Variabel Kematangan Pemilihan Karier Peserta Didik

N	Mean	Mean	Standar	Standar Deviasi
	Pretest	Posttest	Deviasi Pretest	Posttest
6	33,83	64,17	1,941	1,329

Tabel di atas diperoleh nilai rata-rata kematangan pemilihan karier peserta didik pada subjek penelitian 6 peserta didik, memperoleh hasil pretest sebesar 33,83 sebelum diberikan layanan konseling kelompok strategi *self-management*, dibandingkan hasil posttest sebesar 64,17 setelah diberikan layanan konseling kelompok strategi *self-management*. Hasil posttest lebih tinggi dari hasil pretest, mengalami kenaikan sebesar 30,34 dengan standar deviasi pada pretest 1,941 dan standar deviasi posttest 1,329.



Gambar 2. Perbandingan Nilai Pretest dan Posttest

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, dapat diketahui adanya peningkatan nilai, dilihat dari perbandingan rata-rata nilai pretest dan posttest peserta didik. Hal ini menunjukkan perubahan kematangan pemilihan karier peserta didik dengan kategori rendah meningkat menjadi tinggi setelah diberikan layanan konseling kelompok strategi *self-management*.

Tabel 4. Hasil Uji *Independent Samples Test*

Variabel	Df	Sig.	Mean Difference	Keterangan
Kematangan Pemilihan Karier Peserta Didik	10	0,000	30,333	Signifikan

Berdasarkan tabel 4 di atas, hasil analisis uji T statistika parametrik diperoleh nilai signifikansi 0,000 yang artinya signifikan, dengan demikian hipotesis yang berbunyi penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok secara signifikan dapat meningkatkan kematangan pemilihan karier peserta didik kelas XI MIA 2 di SMA Intensif Taruna Pembangunan Surabaya, diterima.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, hasil penelitian ini disimpulkan bahwa penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok secara signifikan efektif dalam meningkatkan kematangan pemilihan karier peserta didik kelas XI MIA 2 di SMA Intensif Taruna Pembangunan Surabaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ines, P. (2014). Perbedaan Kematangan Karir Siswa Ditinjau Dari Jenis Sekolah Character: *Jurnal Penelitian Psikologi.*, 2(2), 1–7.
- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. PT Refika Aditama.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (19 ed.). Alfabeta CV.
- Pratama, B. D. dan S. (2014). Hubungan Antara Konsep Diri Dan Internal Locus of Control dengan Kematangan Karir Siswa SMA. *Jurnal Psikologi Indonesia. Persona*, 3(3): 213-222.
- Winkel, W. S. dan S. H. (2013). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Media Abad.

PENGGUNAAN STRATEGI *SELF MANAGEMENT* DALAM KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS XI MIPA SMA

Dina Ellarianti Putri¹, Hartono²
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya^{1,2}
dinaellaa96@gmail.com¹, hartono@unipasby.ac.id²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan yang digunakan yaitu *One Group Pretest-Posttest Design* pada populasi 33 peserta didik kelas XI MIPA SMA Hang Tuah 4 Surabaya. Sampel penelitian ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* diperoleh 6 peserta didik. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu skala pengukuran yang telah dilakukan uji validitas diperoleh nilai signifikansi 0,00-0,05 sebanyak 21 butir yang valid dengan reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,814. Metode analisis data yang digunakan peneliti adalah uji T statistika parametrik uji *Independent Samples Test* dengan menggunakan *SPSS for windows versi 26.0* diperoleh nilai signifikansi 0,000 yang artinya signifikan. Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok secara signifikan dapat meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik kelas XI MIPA SMA Hang Tuah 4 Surabaya.

Kata kunci: *Self-management, konseling kelompok, kedisiplinan belajar*

ABSTRACT

This study aims to determine the significance of using self-management strategies in group counseling to improve learning discipline. This research is a quantitative research with the design used is *One Group Pretest-Posttest Design* on a population of 33 students of class XI MIPA Hang Tuah 4 SMA Surabaya. The research sample was determined by using purposive sampling technique obtained 6 students. The data collection method used is a measurement scale that has been tested for validity, obtained a significance value of 0.00-0.05 as many as 21 valid items with Cronbach's Alpha reliability of 0.814. The data analysis method used by the researcher is the T-test of parametric statistics, the *Independent Samples Test*, using *SPSS for windows version 26.0*, a significance value of 0.000 is obtained, which means it is significant. Based on the results of the study, it was concluded that the use of self-management strategies in group counseling could significantly improve the learning discipline of students in class XI MIPA SMA Hang Tuah 4 Surabaya.

Keywords: *Self-management, group counseling, learning discipline*

PENDAHULUAN

Pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh peserta didik. Namun fenomena yang terjadi pada prestasi belajar peserta didik yang tidak disiplin belajar, cenderung mendapatkan nilai yang rendah dan kurang maksimal dalam mengerjakan tugasnya. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dari hasil *interview* dengan guru BK saat PLP 2.2 pada tanggal 21 September 2021 di SMA Hang Tuah 4 Surabaya, diperoleh hasil bahwa kedisiplinan belajar peserta didik sebagian banyak berkategori rendah yang ditunjukkan oleh gejala perilaku peserta didik seperti datang terlambat ke sekolah, mengumpulkan tugas terlambat, menyontek teman, tidak memakai atribut sekolah sesuai dengan aturan sekolah, dan bermain HP saat pelajaran. Dampak rendahnya disiplin belajar akan menghambat proses pembelajaran di kelas dan peserta didik mengalami penurunan nilai akademisnya.

Faktor penyebab peserta didik tidak disiplin belajar dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu dorongan dari dalam diri peserta didik (*intern*) seperti kurangnya kesadaran diri atau tanggung jawab pada belajar, karena bila seorang mempunyai sikap tanggung jawab maka seorang itu juga memiliki sikap disiplin (Dinia Ulfa, 2015), ketaatan dalam belajar, pemanfaatan waktu sangat penting umumnya menggunakan waktu hanya untuk melakukan aktivitas lain yang dilihat lebih menyenangkan dan menyita waktu yang dimiliki untuk belajar, impian berprestasi serta motivasi sebab motivasi yang rendah akan menghasilkan seorang malas atau enggan melakukan sesuatu karena tidak adanya energi yang mendorongnya untuk melakukan sesuatu (Yanti, 2017). Sedangkan dorongan dari luar peserta didik (*ekstern*) meliputi lingkungan, fasilitas pendidikan, teman sebaya, layanan bimbingan konseling dan pembinaan orang tua dari rumah.

Melihat banyaknya dampak negatif yang timbul dari tidak disiplinnya peserta didik tentunya hal tersebut tidak boleh dibiarkan. Layanan BK di sekolah memiliki peran penting dalam memberikan pemahaman, pencegahan, pengentasan, pemeliharaan dan pengembangan pada peserta didik guna membantu peserta didik secara mandiri menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Penggunaan layanan konseling kelompok merupakan upaya dorongan untuk mampu mengetahui permasalahan peserta didik dengan menggunakan dinamika kelompok agar dapat memberikan kesempatan untuk mengekspresikan perasaan, permasalahan dan merealisasikan berbagi perhatian dalam kelompok (Pratama et al., 2020). Kemudian dengan situasi kelompok akan lebih membentuk suasana nyaman, akrab, saling bekerja sama, tanggung jawab, menghindarkan kejenuhan dan santai. Salah satu strategi yang

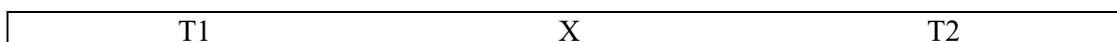
digunakan dalam konseling kelompok merupakan strategi *self-management* dalam teori behavioristik.

Peneliti menggunakan strategi *self-management* untuk membantu konseli agar dapat mengatur, memantau serta mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik melalui tahap menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, dan mengevaluasi pengaruh prosedur tersebut. Pada penelitian ini peserta didik yang memiliki kedisiplinan belajar rendah cenderung tidak memiliki jadwal dalam belajar, sehingga peserta didik akan diajak untuk belajar mengelola dirinya dengan aturan yang dibuat sesuai dengan keinginan peserta didik dalam jadwal belajarnya, kemudian menentukan tujuan yang akan dicapai, peserta didik dapat melakukan sesuai jadwal yang sudah dibuat selanjutnya peserta didik akan diberikan penguatan supaya tingkah laku yang sudah dilakukan tersebut dapat menetap. Peserta didik harus aktif menggerakkan pengaruh lingkungan untuk melakukan perubahan yang diinginkan.

Prosedur strategi ini relatif sederhana untuk diterapkan, cepat dalam mencapai poin yang diharapkan, serta membantu peserta didik menjadi lebih sukses dan mandiri dengan langkah-langkah yaitu 1) menjelaskan alasan penggunaan strategi *self-management* kepada sekelompok peserta didik sebagai konseli; 2) memberikan contoh cara melakukan strategi *self-management* dengan menggunakan metode kontrak perilaku; 3) melatih konseli untuk mempraktikkan strategi *self-management*; dan 4) memberikan PR agar konseli latihan di rumah. Setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan menggunakan strategi *self-management*, diharapkan peserta didik mampu meningkatkan kedisiplinan dalam belajarnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui signifikansi penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design* yang merupakan desain eksperimen kelompok tunggal yang melakukan pengukuran (pretest) kemudian melakukan eksperimen (treatment) dan pengukuran kembali (posttest) untuk dibandingkan agar memperoleh hasil penelitian yang lebih akurat (Sugiyono, 2013). Rancangan penelitian ini diuraikan pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Rancangan Penelitian *One Group Pretest-Posttest Design*

Keterangan:

T1= Pre-Test (Tes Awal)

X = Treatment (Perlakuan)

T2= Post-Test (Tes Akhir)

Peneliti melakukan *pre-test* (T1) yaitu pengukuran variabel terikat kedisiplinan belajar peserta didik dengan menggunakan skala pengukuran yang valid dan reliabel. Selanjutnya, peneliti melakukan eksperimen (X) yaitu memberikan pelayanan konseling kelompok kepada subjek penelitian dengan menggunakan strategi *self-management* dari teori behavioristik sebanyak 5 kali pertemuan, setiap pertemuan disediakan waktu sekitar 45 menit. Setelah pertemuan ke- 5, peneliti mengukur variabel terikat kedisiplinan belajar peserta didik sebagai subjek penelitian yaitu *post-test* (T2) dengan menggunakan skala yang sama pada saat *pre-test* yaitu skala kedisiplinan belajar peserta didik.

Penelitian ini menggunakan populasi para peserta didik SMA Hang Tuah 4 Surabaya kelas XI MIPA sejumlah 33 peserta didik. Sampel penelitian sebanyak 6 peserta didik diambil berdasarkan *purposive sampling*. Data penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan skala pengukuran kedisiplinan belajar peserta didik yang telah dilakukan uji validitas isi diperoleh nilai signifikansi 0,00-0,05 sebanyak 21 butir valid dengan reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,814.

Metode analisis data menggunakan teknik statistika parametrik. Syarat penggunaan statistika parametrik yaitu data uji normalitas sebaran untuk menguji data berdistribusi normal atau tidak normal, dan uji homogenitas untuk mengetahui variansi data bersifat homogen atau heterogen. Pengujian normalitas sebaran menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* diperoleh nilai signifikansi 0,200 lebih besar dari ($\text{sig} > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data kedisiplinan belajar peserta didik dengan strategi *self-management* berdistribusi normal.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Sebaran Data Pretest dan Posttest

Variabel	Test Statistic	Std. Deviation	Asymp. Sig. (2-tailed)	Keterangan
Kedisiplinan belajar peserta didik Pretest	0,254	1,506	0,200 ^{c,d}	Data berdistribusi normal
Kedisiplinan belajar peserta didik Posttest	0,158	5,529	0,200 ^{c,d}	Data berdistribusi normal

Peneliti menggunakan uji homogenitas variansi anova satu arah diperoleh nilai signifikansi 0,314 lebih besar dari ($\text{sig} > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data kedisiplinan belajar peserta didik dengan strategi *self-management* bervariasi homogen.

Tabel 2. Hasil Uji Homogenitas Variansi Data Kedisiplinan Belajar Peserta Didik

Hasil Pretest dan Posttest	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
	1,125	1	10	0,314

Berdasarkan hasil uji normalitas sebaran dan uji homogenitas variansi yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal dan bervariasi homogen, maka penelitian ini menggunakan metode analisis data uji t statistika parametrik *Independent Samples Test* menggunakan *SPSS for Windows versi 26.0*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kedisiplinan belajar peserta didik adalah suatu pengendalian sikap peserta didik yang menunjukkan nilai-nilai kepatuhan, ketaatan, ketertiban, dan kesadaran atas tanggung jawab terhadap tugas dan kewajiban dalam kegiatan belajar. Menurut Sari & Hadijah (2017) disiplin belajar peserta didik adalah satu kunci yang dapat mewujudkan suasana belajar menjadi kondusif dan optimal karena idealnya peserta didik yang memiliki disiplin belajar yang baik akan mengikuti pembelajaran di kelas dengan perhatian penuh, mematuhi tata tertib di sekolah, berpartisipasi aktif dalam kegiatan di luar sekolah, menepati jadwal/waktu, dan memiliki kehadiran yang baik di kelas.

Dampak rendahnya disiplin belajar akan menghambat proses pembelajaran di kelas, peserta didik akan mengalami penurunan nilai akademis untuk itulah kedisiplinan sangat diperlukan sebab sifatnya yang mengatur dan mendidik dapat meningkatkan prestasi dalam belajar. Peneliti mengambil layanan konseling kelompok strategi *self-management* untuk menangani masalah kedisiplinan belajar peserta didik karena tujuan dari konseling kelompok strategi *self-management* yaitu diharapkan peserta didik dapat mengurangi kecenderungan melanggar disiplin belajar sehingga memanfaatkan waktu secara efisien. Strategi ini dipilih peneliti untuk membantu peserta didik meningkatkan kedisiplinan dalam belajarnya.

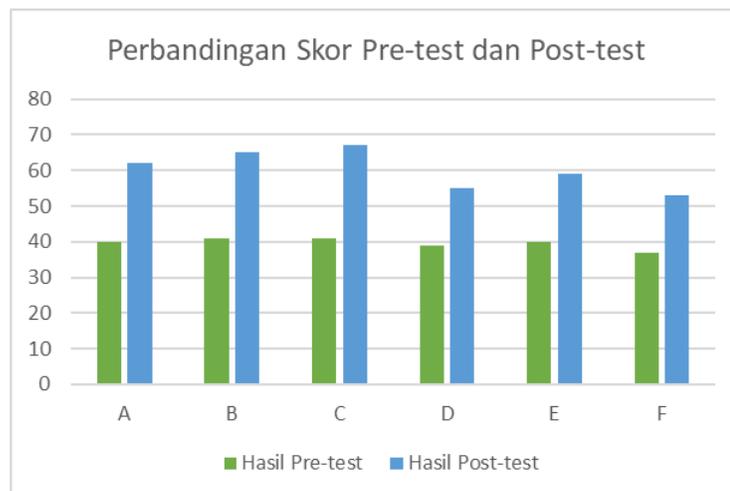
Setelah diberikan layanan konseling kelompok strategi *self-management* peserta didik patuh dalam belajar, taat dalam belajar, tertib dalam belajar dan sadar dalam belajar sehingga dapat dikatakan adanya peningkatan pada kedisiplinan belajar peserta didik.

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan *aplikasi SPSS for Windows Versi 26.0* dalam teknik statistika parametrik diperoleh statistik deskriptif sebagai berikut.

Tabel 3. Statistik Deskriptif Hasil Pretest dan Posttest Sampel Penelitian Variabel Kedisiplinan Belajar

N	Mean Pretest	Mean Posttest	Standar Deviasi Pretest	Standar Deviasi Posttest
6	39,67	60,17	1,506	5,529

Tabel di atas diperoleh nilai rata-rata kedisiplinan belajar peserta didik pada subjek penelitian 6 peserta didik, memperoleh hasil pretest sebesar 39,67 sebelum diberikan layanan konseling kelompok strategi *self-management*, dibandingkan hasil posttest sebesar 60,17 setelah diberikan layanan konseling kelompok strategi *self-management*. Hasil posttest lebih tinggi dari hasil pretest, mengalami kenaikan sebesar 20,50 dengan standar deviasi pada pretest 1,506 dan standar deviasi posttest 5,529.



Gambar 2. Perbandingan Nilai Pretest dan Posttest

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, dapat diketahui adanya peningkatan nilai, dilihat dari perbandingan rata-rata nilai pretest dan posttest peserta didik. Hal ini menunjukkan perubahan kedisiplinan belajar peserta didik dengan kategori rendah meningkat menjadi sedang setelah diberikan layanan konseling kelompok strategi *self-management*.

Tabel 4. Hasil Uji *Independent Samples Test*

Variabel	Df	Sig.	Mean Difference	Keterangan
Kedisiplinan Belajar Peserta Didik	10	0,000	13,833	Signifikan

Berdasarkan tabel 4 di atas, hasil analisis uji T statistika parametrik diperoleh nilai signifikansi 0,000 yang artinya signifikan, dengan demikian hipotesis yang berbunyi penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok secara signifikan dapat meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik kelas XI MIPA di SMA Hang Tuah 4 Surabaya, diterima.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, hasil penelitian ini disimpulkan bahwa penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok secara signifikan dapat meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik kelas XI MIPA di SMA Hang Tuah 4 Surabaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinia Ulfa. (2015). *Meningkatkan tanggung jawab belajar dengan layanan konseling individual teknik self-management*. 4(2).
- Pratama, B. P., Kusbandiami, K. (2020). *Konseling kelompok strategi self management efektif mengembangkan pengelolaan diri dalam belajar siswa*. Jurnal Bimbingan dan Konseling. 4(2). <https://doi.org/10.26539/teraputik.42444>
- Sari, B. P., & Hadijah, H. S. (2017). *Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa melalui Manajemen Kelas*. Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran. 2(2), 122. <https://doi.org/10.17509/jpm.v2i2.8113>.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
- Yanti, Y. (2017). *Pengaruh Motivasi, Lingkungan Keluarga, dan Teman Sebaya Terhadap Kedisiplinan Siswa*. 6(2), 329–338.

PENGARUH PENGGUNAAN STRATEGI *SELF-MANAGEMENT* DALAM KONSELING KELOMPOK TERHADAP KEJENUHAN BELAJAR SISWA KELAS VIII SMP

Inur Mutamimmatul Fahmi¹, Irva Chanif Rosdiana², Loe' Luim Baroro³, Dewi Siti Lestari⁴

SMP Negeri 2 Tarik¹, SMK NU Kedungpring², SMP Negeri 2 Saronggi³,
SMP Negeri 1 Gandusari⁴
inurfahmi@gmail.com¹, irvarose@gmail.com², loeluum@gmail.com³,
lestarinabilla254@gmail.com⁴

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh banyaknya siswa yang mengalami kejenuhan belajar. Kejenuhan belajar merupakan kondisi emosional siswa yang lelah dan jenuh (mental ataupun fisik) akibat meningkatnya tuntutan belajar. Penelitian ini menggunakan dua variabel, variabel bebas yaitu strategi *self-management* dalam konseling kelompok dan variabel terikatnya yaitu kejenuhan belajar siswa. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Adakah pengaruh yang signifikan penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMP Wachid Hasyim 10 Prambon?". Tujuannya untuk mengetahui signifikansi pengaruh penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMP Wachid Hasyim 10 Prambon. Hipotesis dalam penelitian ini adalah "Ada pengaruh yang signifikan penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMP Wachid Hasyim 10 Prambon. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *pra eksperimental* dengan *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi yang diambil sebanyak 66 siswa. Sampel penelitian sebanyak 6 siswa, pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan angket yang dikembangkan menjadi skala pengukuran yang dilakukan uji validitas butir dan uji reliabilitas *Alpha Cronbach*. Teknik analisis data menggunakan statistika *non parametric* dengan uji *Wilcoxon* pada SPSS for Ms. Windows versi 16,0 yang diperoleh *asympt.sig* = 0,027. Oleh karena nilai *asympt.sig* = 0,001 < α = 0,05, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil interpretasi menunjukkan bahwa terjadi penurunan *mean* skor variabel kejenuhan belajar siswa setelah diberikan *treatment*. *Mean* skor *pretest* adalah 105,50, sedangkan *mean* skor *posttest* adalah 71,50, terjadi penurunan *mean* skor variabel kejenuhan belajar siswa sebanyak 34. Dengan demikian, hipotesis dapat dibuktikan, ada pengaruh signifikan penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMP Wachid Hasyim 10 Prambon.

Kata kunci: *Self-management, konseling kelompok, kejenuhan belajar*

ABSTRACT

The background of this research is based by the large number of students who experienced learning burnout. Learning burnout is the emotional condition of the students who are tired and saturated (mental or physical) due to the increasing demands of learning. This study using two variables, independent variable namely self-management strategy in group counseling and dependent variable namely learning burnout. Formulation of the problem in this research is "Are there any significant influence on the use of self-management strategy in group counseling against learning burnout on students class VIII of SMP Wachid Hasyim 10

Prambon?". The goal is to know the significance influence on the use of self-management strategy in group counseling against learning burnout on students class VIII of SMP Wachid Hasyim 10 Prambon. The hypothesis in this research is "There are a significant influence on the use of self-management strategy in group counseling against learning burnout on students class VIII of SMP Wachid Hasyim 10 Prambon. The design of research that used is pre experimental with one group pretest-posttest design. population that taken as many as 66 students. The sample as many as 6 students, the sample collection using purposive sampling technique. data collection technique using question form that developed into a scale of measurement that undergone a validity points and reliability alpha cronbach test. Data analysis technique using non parametric statistic by wilcoxon text on spss for Ms. Windows version 16.0 obtained $asymp.sig = 0.027$. Because the value of $asymp.sig = 0.001 < \alpha = 0.05$, then H_0 were rejected and H_1 accepted. The results show that the interpretation of a decline in the mean score variable of student learning burnout having given treatment. The mean score pretest is 105.50, while the mean score posttest is 71.50, a decline in the mean score variable student learning burnout as many as 34. Thus, the hypothesis can be proved, there are significant influence on the use of self-management strategy in group counseling against learning burnout on students class VIII of SMP Wachid Hasyim 10 Prambon.

Keyword: *Self-management, group counseling, learning burnout*

PENDAHULUAN

Kejenuhan belajar siswa adalah kondisi emosional dimana siswa merasa lelah secara mental ataupun fisik, adanya sikap sinis dalam belajar, dan menurunnya keyakinan diri dalam belajar sebagai akibat dari tuntutan belajar yang semakin meningkat. Menurut Reber (dalam Syah, 2014) kejenuhan belajar ialah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Seorang siswa yang mengalami kejenuhan belajar merasa pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. Sehingga siswa yang bersangkutan menjadi pesimis terhadap keberhasilan belajarnya. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi dalam rentang waktu tertentu saja (Syah, 2014:162).

Pada kenyataannya, banyak kita temui siswa yang mengalami tekanan akibat tuntutan untuk menjadi 'pandai', baik yang berasal dari guru maupun orang tua. Hal tersebut dapat menyebabkan kejenuhan belajar pada siswa. Kejenuhan belajar pada umumnya disebabkan oleh suatu proses yang berlangsung secara monoton dan telah berlangsung sejak lama. Menurut Hakim (dalam Sulfiyah, 2014: 10-11) menyatakan faktor-faktor yang menjadi penyebab kejenuhan belajar adalah sebagai berikut: (1) Cara atau metode belajar yang tidak bervariasi; (2) Belajar hanya di tempat tertentu; (3) Suasana belajar yang tidak berubah; (4) Kurangnya aktivitas atau hiburan; (5) Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut pada saat belajar. Kejenuhan belajar juga mempunyai gejala yang sering dialami siswa yaitu timbulnya

rasa enggan, malas, lesu, dan tidak bergairah untuk belajar (menurut Hakim dalam Sulfiyah, 2014).

Menurut Maslach *et al* (dalam Sugara, 2013) menjelaskan bahwa siswa yang mengalami kejenuhan belajar (*burnout*) mengalami tiga hal utama yaitu: (1) keletihan emosi (*emotional exhaustion*); (2) meningkatnya sikap sinis terhadap belajar (*depersonalization*); (3) menurunnya keyakinan diri dalam belajar (*reduce academic efficacy*).

Layanan konseling kelompok berperan penting dalam lingkungan pendidikan di sekolah. Konseling kelompok adalah usaha bantuan yang diberikan oleh konselor kepada sekelompok konseli yang mempunyai masalah yang relatif, untuk mengatasi hambatan-hambatan yang ada dan mengembangkan potensi yang dimiliki konseli melalui dinamika kelompok, komunikasi antarpribadi, serta menggunakan strategi-strategi konseling. Sesuai dengan tujuan pendidikan yaitu pembentukan manusia yang utuh, maka proses pendidikan harus mampu membantu siswa mencapai kematangan emosional dan sosial, sebagai individu dan anggota masyarakat selain mengembangkan kemampuan intelektualnya.

Menurut Cormier & Cormier (dalam Nursalim, 2013: 150), strategi *self-management* merupakan suatu proses terapi dimana konseli mengarahkan perubahan perilaku mereka sendiri dengan satu atau lebih strategi secara kombinatif. Ada empat komponen penting yang harus dilakukan saat menerapkan strategi *self-management* dalam konseling kelompok, yaitu: (1) Rasional; (2) Memberi contoh; (3) Latihan/ praktik; (4) Pekerjaan Rumah.

Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa kejenuhan belajar terjadi akibat dari sistem pembelajaran yang tidak efektif sehingga menyulitkan siswa dalam memahami pelajaran. Selain itu siswa merasa lelah dan bosan karena kegiatan yang dilakukan setiap hari sama atau tidak bervariasi, siswa dituntut untuk selalu mentaati aturan pemberian tugas terutama dapat mengumpulkan tugas tepat waktu, belum lagi jika banyak tugas yang diberikan guru. Siswa yang mengalami kebosanan dalam belajar akan sangat berdampak pada keberlangsungan proses belajar mengajar dan akan berdampak pada prestasi belajar. Oleh karena itu, masalah kejenuhan belajar harus segera diatasi agar tidak berdampak negatif terhadap prestasi belajar siswa.

Melihat paparan di atas, penelitian ini ingin menjawab permasalahan, apakah penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok secara signifikan berpengaruh terhadap kejenuhan belajar siswa? Yang hasilnya diharapkan dapat bermanfaat khususnya bagi guru bimbingan konseling sebagai bahan referensi dalam upaya mengembangkan program bimbingan konseling di sekolah. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

signifikansi pengaruh strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *Pra-Eksperimental* dengan menggunakan rancangan *one group pretest posttest design* (Suryabrata, 2013:102) yang bertujuan untuk mengetahui taraf signifikansi pengaruh penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMP Wachid Hasyim 10 Prambon. Penelitian ini menggunakan populasi siswa VIII SMP Wachid Hasyim 10 Prambon sejumlah 66 orang siswa yang terdiri dari 2 kelas yaitu kelas VIII-A dan VIII-B. Sampel penelitian adalah siswa yang mengalami kejenuhan belajar tingkat tinggi, penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan memberikan skala pengukuran kejenuhan belajar di dua kelas yang telah dilakukan uji validitas butir dan uji reliabilitas *alpha cronbach*, yaitu kelas VIII-A dan VIII-B sebanyak 66 siswa untuk mendapatkan sampel penelitian. Data yang diperoleh kemudian dianalisis, dan sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah siswa yang mengalami masalah kejenuhan belajar yang tinggi. Sampel yang diambil sebanyak 6 siswa yang mempunyai skor tertinggi. Analisis korelasi butir-total skala pengukuran kejenuhan belajar siswa menggunakan program SPSS for Windows 16.0. Hasil analisis korelasi butir-total skala pengukuran kejenuhan belajar siswa dengan koefisien validitas 0,374-0,752, sedangkan koefisien hasil uji reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,930 yang merupakan kategori reliabilitas sangat tinggi.

Data penelitian dianalisis dengan menggunakan metode *statistik non parametric*. Hal tersebut dikarenakan jumlah sampel yang relatif kecil. Pengujian yang digunakan adalah uji *Wilcoxon* pada program aplikasi SPSS for Windows versi 16.0. Menurut Irawan (dalam Susanti, 2014), Pendekatan statistik *Wilcoxon W+* menggunakan distribusi normal dapat dilakukan jika $n \leq 15$ dengan menggunakan uji statistik. Selain itu, penggunaan uji *Wilcoxon* dilakukan karena tidak menerapkan syarat-syarat mengenai parameter-parameter populasi penelitian dengan mencari perbedaan mean *pre-test* dan *post-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

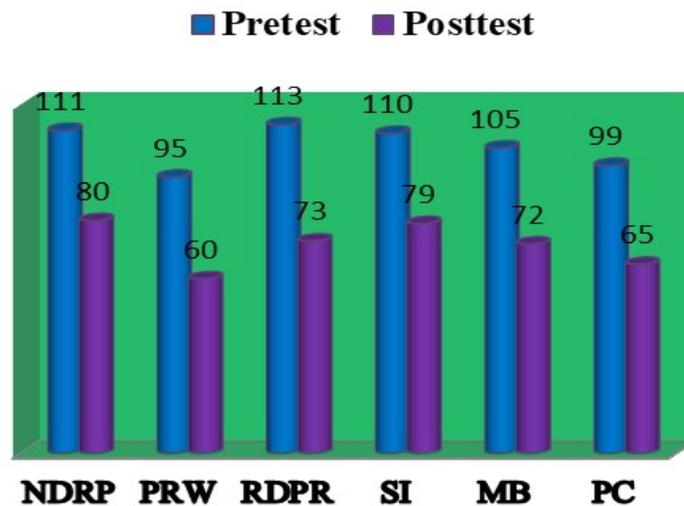
Hasil penelitian ini dipaparkan dalam dua sajian. Sajian pertama disebut statistik deskriptif dan sajian kedua interpretasi.

Statistik Deskriptif. Hasil statistik deskripsi kejenuhan belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (*treatment*) berupa penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok diuraikan pada tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Kejenuhan Belajar Siswa

	N	Mean	Std. Deviation	Min.	Max.
Pretest	6	105.50	7.204	95	113
Posttest	6	71.50	7.817	60	80

Tabel 1 di atas, menunjukkan bahwa terjadi penurunan rerata (*mean*) *score* variabel kejenuhan belajar yang dialami siswa (*posttest*) setelah diberikan *treatment self-management* dalam konseling kelompok, rerata (*mean*) *score* variabel kejenuhan belajar (*pretest*) sebelum diberikan *treatment* 105,50, sedangkan rerata (*mean*) *score* variabel kejenuhan belajar (*posttest*) setelah diberikan strategi *self-management* dalam konseling kelompok 71,50 terjadi penurunan rerata (*mean*) *score* variabel kejenuhan belajar yang dialami siswa sebanyak 34 (32,23%). Standar deviasi *pretest* sebesar 7,204 sedangkan standar deviasi *posttest* yaitu 7,817. Dengan demikian penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok dapat mereduksi kejenuhan belajar siswa. Disajikan dalam bentuk grafik di bawah ini.



Gambar 1. Grafik Penurunan Kejenuhan Belajar

Interpretasi. Untuk menguji hipotesis terdapat pengaruh yang signifikan yaitu pengaruh penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa, didasarkan pada hasil analisis uji tanda *Wilcoxon* diuraikan pada tabel pada 4.10, kaidah yang digunakan adalah mencari besarnya harga W, diambil harga yang terkecil dari W+ dan

W-, hipotesis nol (H_0), jika $\mu_A - \mu_B = 0$ dapat ditolak dan menerima perbandingan $\mu_A - \mu_B \neq 0$, hanya jika W+ dan W- cukup kecil, dengan kata lain W juga cukup kecil.

Tabel 2: Hasil Analisis Uji Wilcoxon Kejenuhan Belajar Siswa

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest – Negative Ranks	6 ^a	3.50	21.00
pretest Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
Ties	0 ^c		
Total	6		
a. posttest < pretest			
b. posttest > pretest			
c. posttest = pretest			

Sederhananya hipotesis alternatif (H_1) yaitu ada pengaruh penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa, didukung jika peluang kesalahan ($p \leq 0,05$ atau pada taraf signifikan 95%, dan hipotesis nihil (H_0) yaitu tidak ada pengaruh yang signifikan penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa didukung jika peluang kesalahan ($p > 0,05$ atau pada taraf dibawah 95%.

Tabel 3: *Wilcoxon Signed Ranks Test*

	Posttest Pretest
Z	-2.207 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.027
a. Based on positive ranks.	
b. Wilcoxon Signed Ranks Test	

Pada tabel 3 diketahui hasil nilai tes statistik sebesar 0,027 yang berarti di atas nilai signifikansi ($\leq 0,05$), maka hipotesis nol (H_0) ditolak. Jadi kesimpulannya terdapat pengaruh yang signifikan penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa.

Penelitian pengaruh penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMP Wachid Hasyim 10 Prambon dengan menggunakan rancangan penelitian *one group pretest posttest design* menghasilkan temuan

penelitian yaitu ada pengaruh positif yang signifikan penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa.

Berdasarkan data hasil penelitian diketahui jumlah subjek sebagai sampel yang dianalisis yaitu 6 orang siswa kelas VIII SMP Wachid Hasyim 10. Data variabel kejenuhan belajar siswa hasil *pretest* dan *posttest*, kemudian dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon statistika nonparametric* untuk mengetahui perbedaan nilai *pretest* dan *posttest* variabel kejenuhan belajar siswa. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan terjadi penurunan rerata (*mean*) nilai variabel kejenuhan belajar siswa *pretest* dan *posttest* sebesar 34 (32,23%). Karena taraf signifikansi (p) sebesar $0,027 < 0,05$, hal ini menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Dengan demikian penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok secara signifikan berpengaruh terhadap kejenuhan belajar siswa. Hasil penelitian ini didukung temuan penelitian yang dilakukan oleh Hafiza (2019) di Universitas Borneo Tarakan, bahwa penerapan teknik *self-management* dalam konseling kelompok berpengaruh positif terhadap penurunan kejenuhan belajar pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah Tarakan pada tahun ajaran 2018/2019. Semakin baik dan intensif layanan konseling kelompok yang diberikan kepada siswa, akan semakin banyak penurunan gejala kejenuhan belajar siswa.

Kejenuhan belajar siswa adalah kondisi emosional dimana siswa merasa lelah secara mental ataupun fisik, adanya sikap sinis dalam belajar, dan menurunnya keyakinan diri dalam belajar sebagai akibat dari tuntutan belajar yang semakin meningkat. Menurut Reber (dalam Syah, 2014) kejenuhan belajar ialah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Seorang siswa yang mengalami kejenuhan belajar merasa pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. Sehingga siswa yang bersangkutan menjadi pesimis terhadap keberhasilan belajarnya. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi dalam rentang waktu tertentu saja (Syah, 2014:162).

Penelitian ini tentunya masih memiliki banyak kelemahan, baik yang bersumber dari terbatasnya populasi, instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data, maupun rancangan eksperimental yang digunakan. Oleh karena itu, hasil penelitian ini masih perlu diverifikasi melalui penelitian dengan menggunakan metode yang lebih komprehensif sehingga dapat menghasilkan temuan penelitian yang lebih shahih.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini mengungkap tentang pengaruh penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMP Wachid Hasyim 10 Prambon. Dari hasil penelitian ini yang telah dilakukan terhadap 6 orang konseli didapatkan hasil bahwa ada pengaruh yang signifikan pada penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok terhadap kejenuhan belajar siswa kelas VIII SMP Wachid Hasyim 10 Prambon.

Dari hasil kesimpulan di atas maka peneliti mengajukan beberapa saran pada penelitian selanjutnya. Diharapkan penelitian selanjutnya menindaklanjuti penelitian dengan acuan pada hasil yang telah diperoleh selama ini, sehingga kedepannya penerapan pendekatan behavioristik dengan teknik *self-management* mampu digunakan dalam mengatasi kejenuhan belajar siswa. Selain itu peneliti juga harus mengembangkan dan mengadakan penelitian yang lebih komprehensif

DAFTAR PUSTAKA

- Hafiza, Nur. (2019). *Penerapan Teknik Self Management Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 2 Tarakan Tahun Pelajaran 2018/2019*. Perpustakaan UBT: Universitas Borneo Tarakan. Tersedia: <https://repository.ubt.ac.id/flipbook/baca.php?bacaID=11533>. Diakses pada tanggal 20 September 2021 pukul 10.25.
- Nursalim, Mochammad. (2013). *Strategi Dan Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademia.
- Sulfiyah, L. T. (2014). *Hubungan Antara Persepsi Terhadap Kebisingan Dengan Kejenuhan Belajar Siswa Di Kawasan Industri*. Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya. Tersedia: <http://digilib.uinsby.ac.id/326/>. Diakses pada tanggal 20 September 2022 pukul 10.25.
- Suryabrata, Sumadi. (2013). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Susanti, Herni. (2014). *Pengaruh Penggunaan Strategi Self-Management dalam Konseling Kelompok Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 12 Surabaya*. Skripsi Tidak Diterbitkan. Surabaya: UNIPA
- Syah, Muhibbin. (2014). *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

INTEGRASI NILAI TRADISI SAMBATAN ETNIS SAMIN UNTUK PENGUATAN PROFIL PELAJAR PANCASILA

Tyas Martika Anggriana¹, Noviyanti Kartika Dewi²
Universitas PGRI Madiun^{1,2}
tyas.ma@gmail.com¹, noviyantibk411@gmail.com²

ABSTRAK

Profil Pelajar Pancasila terdiri atas enam profil yang harus ditumbuhkembangkan dalam diri peserta didik, yaitu berkebhinnekaan global, gotong royong, kreatif, bernalar kritis, mandiri serta beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak mulia. Peserta didik yang memiliki karakteristik profil tersebut diharapkan akan mampu mencapai keberhasilan di lingkungan kerja. Peran konselor dibutuhkan untuk membantu peserta didik mengembangkan profil tersebut. Pendidik dapat menyerap nilai-nilai kearifan lokal yang kemudian diintegrasikan dalam proses pembelajaran. Salah satu tradisi yang sarat akan nilai dan masih dipertahankan hingga saat ini adalah tradisi sambatan. Sambatan dikenal sebagai aktivitas saling membantu yang berlandaskan pada prinsip timbal balik dan diberikan dalam bentuk tenaga yang dilakukan oleh sesama warga dalam satu lingkungan masyarakat. Melalui aktivitas sambatan, seseorang bisa mengembangkan karakter gotong royong, toleransi, peduli sosial, berinteraksi dengan sesama, tanggung jawab dan peduli terhadap lingkungan. Nilai tradisi sambatan pada etnis Samin tersebut selaras dengan Profil Pelajar Pancasila. Pendidik dapat menginternalisasi nilai-nilai tersebut dalam penyelenggaraan pembelajaran di sekolah.

Kata kunci: *Samin, profil pelajar pancasila, sambatan*

ABSTRACT

The Pancasila Student Profile consists of six profiles that must be developed in students. The profile includes global diversity, mutual cooperation, creativity, critical reasoning, independence and faith, fear of God and noble character. Students who have these profile characteristics are expected to be able to achieve success at work. The role of the counselor is needed to help develop this profile in students. Educators can integrate the values of local wisdom into the learning process. One tradition that is full of values and is still maintained today is the "sambatan" tradition. Sambatan is known as an activity of mutual assistance based on the principle of reciprocity and is given in the form of energy carried out by fellow citizens in one community environment. Through sambatan activities, a person can develop the character of mutual cooperation, tolerance, social care, interacting with others, responsibility, and caring for the environment. The value of the sambatan tradition in the Samin ethnic group is in line with the Pancasila Student Profile. Educators can internalize these values in the implementation of learning in schools.

Keywords: *Samin, profil pelajar pancasila, sambatan*

PENDAHULUAN

Menjawab tantangan abad 21 dan revolusi industri 4.0, Indonesia di tahun 2045 memiliki visi untuk menjadi negara yang berdaulat, maju, adil dan makmur. Pencapaian visi

tersebut kiranya perlu ditopang dengan adanya sumber daya manusia yang berkualitas, menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi serta mandiri dan mampu meningkatkan harkat dan martabat bangsa (Suprayitno, 2020). Melalui kebijakan “Merdeka Belajar”, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Riset dan Teknologi berusaha mewujudkan generasi Indonesia yang cerdas, berakhlak mulia dan berkepribadian unggul (Lathifah et al., 2022). Proyek penguatan pelajar Pancasila dirancang oleh Kemendikbudristek sebagai upaya untuk menjawab satu pertanyaan besar yaitu “Pelajar dengan profil (kompetensi) seperti apa yang ingin dihasilkan oleh sistem Pendidikan Indonesia?”. Profil pelajar Indonesia adalah pelajar sepanjang hayat yang kompeten, berkarakter dan berperilaku sesuai nilai-nilai Pancasila (Kemendikbud Ristek, 2021). Suprayitno (2020) mengungkapkan bahwa profil pelajar Pancasila akan menghasilkan manusia unggul, produktif dan berkarakter di abad 21 serta berpartisipasi secara aktif dalam kemajuan bangsa dan pembangunan global yang berkelanjutan, industri 4.0 serta tangguh dalam menghadapi perubahan yang kompleks, tidak stabil, ambigu dan tidak pasti.

Indonesia, dihuni oleh beragam budaya (*multi cultural*), suku (*multi ethnic*) dan agama (*multi religion*) yang keberadaannya diakui oleh negara dan menjadi anutan bagi umat masing-masing dalam melakukan aktivitas kehidupan sosial keagamaan. Kemajemukan tersebut adalah kekayaan dan modal sosial (*social capital*) bangsa serta merupakan sumber kearifan yang luhur yang dapat menjadi perekat hubungan sosial sekaligus energi pengikat yang mempersatukan berbagai elemen masyarakat yang heterogen (Sari, 2019). Masyarakat Indonesia yang terdiri dari ratusan suku bangsa memiliki lokus sosial dan budaya masing-masing. Komunitas etnik menjalin hubungan dalam perdamaian, persaingan bahkan pertentangan. Relasi sosial yang demikian ini melahirkan pranata dan lembaga yang mengikat masing-masing kelompok atau semua kelompok untuk hidup secara damai dan harmonis. Pengetahuan kebudayaan (*local knowledge*) seperti ini dipahami secara baik dan dijadikan sebagai pedoman dalam kehidupan (Sari, 2019) Perubahan yang terjadi pada masyarakat secara otomatis dapat menggeser nilai-nilai dalam masyarakat yang mengalami perubahan. Pergeseran nilai adalah pergeseran nilai dari nilai yang kurang baik menjadi baik, ataupun sebaliknya. Pergeseran nilai dalam banyak hal juga akan mempengaruhi perubahan *folkways* (kebiasaan) dan *mores* (tata kelakuan) (Setyaningrum et al., 2017)

Perubahan sosial dan modernisasi yang terjadi di masyarakat menggeser dan menghilangkan budaya gotong royong karena mereka lebih memilih mempercayakan pekerjaan untuk ditangani oleh tenaga ahli agar lebih praktis dan cepat dibandingkan dengan tenaga sambatan yang hanya menggunakan kemampuan sebisanya. Tenaga sambatan

biasanya tidak dapat mengerjakan pekerjaan yang bersifat khusus dan membutuhkan penanganan yang teliti. Hilangnya tradisi sambatan memberikan dampak juga pada pola hidup masyarakat desa yang awalnya komunal menjadi individual (Prayoga et al., 2019).

Menurut Rosidin, (2016) perubahan sosial menyebabkan terjadinya pergeseran tradisi sambatan yang terjadi di masyarakat. Pada jaman dahulu sambatan dilaksanakan dalam segala kegiatan yang membutuhkan tenaga besar seperti menanam padi, memanen padi membangun rumah, dll. Namun seiring berjalannya waktu, tradisi sambatan hanya dilakukan ketika seseorang mendirikan atau memindahkan rumah. Pada hari sambatan, pemilik rumah akan meminta bantuan kepada tetangganya untuk menolong mendirikan tiang rumah dan memasang kusen rumah. Sebagai imbalan, pemilik rumah akan menyediakan makanan untuk orang-orang yang melakukan sambatan. Kegiatan sambatan ini biasanya dilakukan selama satu atau dua hari di awal pekerjaan, selebihnya pekerjaan akan diserahkan kepada tenaga ahli. Namun, berbeda hal dengan yang terjadi pada sistem dan organisasi kemasyarakatan pada Masyarakat Samin Dukuh Bombong masih bersikap humanis, rukun, bekerjasama, gotong-royong, baik dengan sesama Samin maupun bukan Samin, serta setia kepada pasangan hidup. Hal ini berlangsung pada saat ada pelaksanaan *sambatan*, kematian, dan orang *mantu*. Sesuai dengan ajaran nenek moyang, yaitu *bejot reyot iku dulure, waton manungso tur gelem di daku dulur*, serta berprinsip *nguwongke wong liyo* (Setyaningrum et al., 2017).

Berdasarkan pada paparan tersebut maka artikel ini akan membahas mengenai nilai-nilai yang terkandung di dalam tradisi sambatan dan integrasinya dalam upaya penguatan profil pelajar Pancasila.

PEMBAHASAN

Profil Pelajar Pancasila memiliki enam kompetensi kunci yang saling berkaitan dan menguatkan sebagai upaya mewujudkan Profil Pelajar Pancasila yang utuh. Keenam kompetensi tersebut adalah: 1). Beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, dan berakhlak mulia, 2) Berkebinekaan global, 3) Bergotong-royong, 3) Mandiri, 5) Bernalar kritis, 6) Kreatif (Kemendikbud Ristek, 2021). Keenam dimensi tersebut menunjukkan bahwa profil pelajar Pancasila tidak hanya fokus pada kemampuan kognitif, namun juga pada sikap dan perilaku sesuai dengan jati diri sebagai bangsa Indonesia sekaligus warga dunia. Salah satu kompetensi yang menjadi fokus pembahasan artikel ini adalah mengenai gotong royong.

Gotong royong seringkali digambarkan sebagai tradisi altruis yang melambangkan kehidupan pedesaan di Indonesia, yaitu ketika orang-orang bekerja bahu membahu untuk membantu satu sama lain tanpa menerima imbalan atau bayaran, berdasarkan semangat

kebaikan dan perasaan tulus menjadi bagian dari masyarakat (Maliki, 2019). Sambatan adalah kegiatan tolong menolong dengan meminta bantuan warga masyarakat dimana yang diminta adalah jiwa dan tenaganya untuk membantu orang yang meminta bantuan (Maryani, 2013). Sambatan merupakan bentuk keswadayaan masyarakat dalam menyelesaikan pekerjaan di lingkungan ketetangaan yang dilakukan secara bergotong royong (Warto, 2016). Sambatan merupakan perilaku sosial masyarakat yang bersifat sukarela saling tolong menolong pada setiap hajatan baik berupa mantu, khitanan maupun kesripahan sehingga dapat mengurangi beban ekonomis maupun teknis pemilik hajatan (Sugianto & Cendriano, 2016). Berdasarkan pendapat beberapa ahli tersebut maka dapat disimpulkan bahwa gotong royong merupakan kegiatan swadaya masyarakat yang bersifat altruis untuk menolong sesama anggota masyarakat yang meminta bantuan jiwa dan tenaga sehingga beban ekonomis dan teknis pemilik hajatan berkurang.

Di Indonesia terdapat sekelompok masyarakat yang hingga saat ini masih menerapkan prinsip hidup gotong royong. Mereka adalah masyarakat etnis Samin. Secara administratif, etnis Samin diakui sebagai bagian dari suku Jawa, termasuk suku Jawa, Osing, Tengger, Samin, Bawean/Boyan, Naga, Nagaring dan suku lainnya di pulau Jawa (Badan Pusat Statistik, 2011). Perilaku gotong royong dikenal oleh mereka sebagai sambatan. Masyarakat etnis Samin memiliki tradisi saling membantu tanpa pamrih sehingga ketika ada kegiatan sambatan mereka mengikutinya dengan tulus (Lestari, 2013). Tradisi sambatan disebut oleh Afiff (2020) sebagai budaya komunal yang digunakan oleh etnis Samin sebagai modal untuk membentengi mereka dari relasi kapitalis.

Hanifah (2019) mengatakan bahwa masyarakat etnis Samin melakukan sambatan di berbagai bidang kehidupan, baik untuk acara hajatan perorangan maupun sosial; diantaranya adalah mendirikan rumah, memindahkan bangunan rumah, mengolah lahan pertanian, kematian, sunatan maupun perkawinan. Munawaroh (Munawaroh et al., 2015) menjelaskan bahwa budaya sambatan dalam produksi pertanian diwujudkan melalui aktivitas saling membantu dalam menambah tenaga kerja yang dilakukan oleh beberapa keluarga dengan berlandaskan prinsip timbal balik. Misalnya adalah ketika sebuah keluarga membutuhkan tenaga kerja untuk mengerjakan sawah maka akan meminta bantuan dari keluarga lainnya. Sebagai imbalan, keluarga yang telah dibantu akan mengerahkan tenaga kerja ketika keluarga yang pernah membantu membutuhkan pertolongan serupa. Sedangkan sambatan dalam kegiatan sosial dikenal dengan sebutan kerja bakti. Misalnya kerja bakti membuat jalan desa, membersihkan lingkungan serta kegiatan bersih desa yang dilakukan oleh kaum laki-laki dengan kerja sukarela. Dalam kegiatan sambatan tidak dikenal adanya balas jasa berupa

materi, namun dilakukan secara bergantian. Bila mengetahui ada kegiatan sambatan di sebuah keluarga mereka akan datang dengan kesadarannya, baik itu dilakukan oleh komunitasnya atau dalam lingkungannya. Tradisi sambatan tidak hanya pada kegiatan pertanian saja, namun juga berlaku pada hajatan, membangun rumah dan membuat jalan.

Berdasarkan paparan tersebut dapat dipahami bahwa nilai-nilai yang tersirat dari tradisi sambatan diantaranya adalah kerja bersama atau kerjasama, saling membantu tanpa pamrih, kesukarelaan, kesadaran membantu dan menolong orang lain, prinsip timbal balik, serta dilakukan pada jenis kegiatan yang membutuhkan banyak tenaga kerja. Hal ini senada dengan pendapat Komara (2018) yang menjabarkan sub nilai gotong royong antara lain menghargai, kerjasama, komitmen atas keputusan bersama, musyawarah dan mufakat, tolong menolong, solidaritas, empati, anti diskriminasi, anti kekerasan, dan sikap kerelawanan. Adapun penjelasan masing-masing sub nilai gotong royong adalah sebagai berikut:

1. Menghargai

Hakikat perilaku dalam menghargai orang lain adalah mampu memperlakukan orang lain secara baik dan benar. Kata baik diartikan tidak melecehkan atau merendahkan, tidak melakukan tindakan kasar dan segala hal yang bersifat negatif. Kata benar merujuk pada kesesuaian dengan aturan yang berlaku, sesuai dengan statusnya atau kedudukannya serta tanggung jawabnya (Panjaitan, 2014).

2. Kerja sama

Menurut Pamudji (Putri et al., 2018) kerjasama mengindikasikan adanya dua pihak atau lebih yang berinteraksi secara dinamis untuk mencapai tujuan bersama.

3. Komitmen atas keputusan bersama

Komitmen merupakan kesepakatan mengenai sesuatu hal yang dibuat oleh seseorang baik terhadap dirinya sendiri maupun orang lain. Individu yang memiliki komitmen tinggi ditunjukkan oleh sikap pengorbanan yang tinggi, mencintai apa yang dikerjakan, memegang janji, berorientasi pada mutu hasil, mengendalikan diri, tekun dan ulet dalam bekerja serta memiliki keyakinan diri dan disiplin (Fauziyah & Amalia, 2017). Berdasarkan paparan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa komitmen terhadap keputusan bersama merupakan kesepakatan mengenai keputusan yang dibuat secara bersama-sama oleh orang-orang yang bersepakat.

4. Musyawarah dan mufakat

Musyawarah mufakat dianggap sebagai gagasan dan tradisi asli masyarakat Indonesia tidak terlepas dari karakter kolektivistik, usaha bersama, gotong royong dan tolong menolong (Muzaqqi, 2012).

5. Tolong menolong

Clarke menjelaskan perilaku menolong sebagai bagian dari perilaku prososial yang dipandang sebagai segala tindakan yang ditujukan untuk memberikan keuntungan pada satu atau banyak orang (Putra & Rustika, 2015).

6. Solidaritas

Solidaritas merujuk kepada keadaan hubungan antara individu dengan kelompok yang ada pada suatu komunitas masyarakat yang didasari pada moral dan kepercayaan yang dianut bersama yang diperkuat oleh pengalaman bersama (Saidang & Suparman, 2019).

7. Kemampuan berempati

Empati merujuk pada kemampuan untuk merasakan dan memahami apa yang dirasakan orang lain dengan cara penuh pengertian memahami keadaan orang lain (Juhri et al., 2018).

8. Anti diskriminasi

Anti diskriminasi dikenal dengan istilah perlakuan dan kesempatan yang sama bagi semua orang (Nurjannah S, 2013), untuk menggunakan haknya tas dasar agama, suku, ras, etnik, kelompok golongan, status sosial, status ekonomi, jenis kelamin, bahasa atau keyakinan politik (Madyaningrum, 2019).

9. Sikap Kerelawanan

Relawan bisa didefinisikan sebagai individu yang tidak memiliki kewajiban menolong individu lain atau suatu pihak namun memiliki dorongan untuk memberikan kontribusi nyata pada sebuah kegiatan yang membutuhkan kerelaan mengorbankan tenaga, pikiran, waktu dan materi untuk diberikan kepada orang lain (Rizkiawati et al., 2017). Banyaknya waktu yang dikontribusikan untuk aktivitas kerelawanan bisa berhubungan dengan penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, jalinan hubungan positif dengan orang lain, penguasaan terhadap lingkungan, otonomi dan tujuan hidup sehingga bisa membuat individu menjadi lebih sehat secara psikologis dan memberikan dampak positif pada pembentukan identitas serta persepsi diri bahkan sebagai prediktor psychological well-being (Natalya & Herdiyanto, 2016).

Menurut Zubaedi (dalam Rahmawati, 2021) nilai nilai sosial dalam gotong royong terbentuk atas sub nilai, sebagai berikut:

1. Loves (kasih sayang), bisa berbentuk pengabdian, tolong menolong terhadap sesama, kekeluargaan, kepedulian dan kesetiaan.
2. Responsibility (tanggung jawab), meliputi empati dan rasa saling memiliki satu sama lain.

3. Life Harmony (keseerasian hidup) berupa toleransi, kerja sama dan demokrasi.

Penerapan perilaku gotong royong pada peserta didik dapat direpresentasikan dalam bentuk rasa kebersamaan dalam melakukan setiap pekerjaan, menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dengan saling menolong tanpa memandang kedudukan seseorang, saling membantu demi kebahagiaan dan kerukunan hidup bermasyarakat dan merupakan kegiatan yang dilakukan secara bersama-sama tanpa mengharapkan adanya imbalan sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar (Halidjah & Hartoyo, 2022). Juliani & Bastian (2021) menjelaskan bahwa kemampuan untuk bekerjasama, berkaitan dengan kompetensi dalam melaksanakan kegiatan dengan tulus dan ikhlas sehingga kegiatan yang dilaksanakan dapat terlaksana dengan lancar, mudah dan ringan. Pelajar Pancasila diharapkan tahu bagaimana bekerjasama dan berkolaborasi dengan temannya. Sebab tidak ada pekerjaan dan kegiatan yang tidak memerlukan kerjasama dan kolaborasi.

KESIMPULAN

Gotong royong mengandung unsur nilai-nilai sosial, diantaranya tolong menolong, kerjasama, kepedulian, empati, tanggung jawab, komitmen, sukarela dan tanpa pamrih. Nilai-nilai tersebut tersirat dalam tradisi sambatan yang masih dipertahankan dan dilakukan dalam berbagai aktivitas sehari-hari, salah satunya oleh etnis Samin. Nilai gotong royong perlu dipahami sebagai nilai karakter yang harus di tanamkan dalam diri peserta didik agar tidak terjadi pergeseran terhadap nilai-nilai etika dalam kehidupan berbangsa dan bernegara serta mendukung terwujudnya profil pelajar Pancasila.

DAFTAR RUJUKAN

- Afiff, S. A. (2020). Menyelami Makna Filosofis Siklus Kehidupan Masyarakat Minahasa Kuno Melalui Artefak Waruga dan Bekal Kubur. *International Conference on Indonesia Culture (Connectivity and Sustainability: Fostering Cultural Common in Indonesia)*, 1–11.
- Badan Pusat Statistik. (2011). *Kewarganegaraan, Suku Bangsa, Agama dan Bahasa Sehari-hari Penduduk Indonesia*. BPS.
- Fauziyah, P. N., & Amalia, U. (2017). *Kewirausahaan Laboratorium*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Halidjah, S., & Hartoyo, A. (2022). *Sinergi Peserta Didik dalam Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila*. 6(5), 7840–7849.
- Hanifah, U. (2019). Transformasi Sosial Masyarakat Samin di Bojonegoro (Analisis Perubahan Sosial dalam Pembagian Kerja dan Solidaritas Sosial Emile Durkheim). *Jurnal Sosiologi Agama*, 13(1), 41–73. <https://doi.org/10.14421/jsa.2019.131-02>.
- Hidayat, A. . (2018). *Sebaran Suku Jawa di Indonesia*. osf.io/4j97u.

- Juhri, A. M., Atieka, N., & AS, R. D. (2018). Implementasi Kemampuan Empati Dan Interaksi Sosial Di Kelas Inklusi Smp Negeri 5 Metro Kota Metro Lampung. *Jurnal Lentera Pendidikan ...*, 3(1), 87–98.
<https://www.ojs.ummetro.ac.id/index.php/lentera/article/view/826>
- Juliani, A. J., & Bastian, A. (2021). Pendidikan Karakter Sebagai Upaya Wujudkan Pelajar Pancasila. *PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN PROGRAM PASCASARJANA UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG 15-16 JANUARI 2021 PENDIDIKAN*, 257–265.
- Kemendikbud Ristek. (2021). Profil Pelajar Pancasila. *Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan*, 1–108.
- Komara, E. (2018). Penguatan Pendidikan Karakter dan Pembelajaran Abad 21. *SIPATAHOENAN: South-East Asian Journal for Youth, Sports & Health Education*, 4(1), 17–26.
- Lathifah, Z. K., Fauziah, R. S. P. and, Kholik, A., Aminulloh, M., Utami, I. I. S., Efendi, I., & Gunadi, G. (2022). Pendampingan Penguatan Pendidikan Karakter di Sekolah Dasar Berorientasi Pelajar Pancasila. *Warta LPM*, 25(2).
- Lestari, I. P. (2013). Interaksi Sosial Komunitas Samin Dengan Masyarakat Sekitar. *KOMUNITAS: International Journal of Indonesian Society and Culture*, 5(1), 74–86.
<https://doi.org/10.15294/komunitas.v5i1.2376>
- Madyaningrum, M. (2019). Diskriminasi berdasar Identitas Sosial-Budaya dan Pendidikan HAM di Indonesia dalam Perspektif Psikologi Sosial. *Insan*, 12(1), 1–10.
<https://pubs.acs.org/doi/10.1021/acsami.9b03822>
- Maliki, M. (2019). *Local/Global Disruption: The Response of the Samin Movement to Modernity* (Issue March, p. 379). College of Indigenous Futures, Arts, and Society Charles Darwin University Musa.
- Maryani, S. (2013). Budaya “Sambatan” di Era Modernisasi. *Sosialitas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Sosiologi-Antropologi*, 3(2), 1–14.
- Munawaroh, S., Ariyani, C., & Suwarno. (2015). *Etnografi Masyarakat Samin Di Bojonegoro*.
- Muzaqqi, F. (2012). Musyawarah Mufakat: Gagasan dan Tradisi Genial Demokrasi Deliberatif di Indonesia. *Jurnal Politik Indonesia*, 1(2), 21–30.
<http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-21-30> Fahrul Muzaqqi.pdf%0Ahttp://www.neliti.com/
- Natalya, N. P., & Herdiyanto, Y. K. (2016). Dunia Sukarelawan Remaja: Frekuensi Aktivitas Kerelawanan dan Psychological Well-Being Sukarelawan Remaja di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1), 142–155. <https://doi.org/10.24843/jpu.2016.v03.i01.p14>
- Nurjannah S. (2013). Prinsip Anti Diskriminasi Dan Perlindungan Hak-Hak Maternal Pekerja Perempuan Dalam Perspektif Keadilan Gender. *Jurnal IUS*, 1(1), 32–43.

- Panjaitan, H. (2014). Pentingnya Menghargai Orang Lain. *Humaniora*, 5(1), 88–96. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v5i1.2984>
- Prayoga, K., Nurfadillah, S., Saragih, M., & Riezky, A. M. (2019). Menakar Perubahan Sosio-Kultural Masyarakat Tani Akibat Miskonsepsi Modernisasi Pembangunan Pertanian. *SOCA: Jurnal Sosial, Ekonomi Pertanian*, 13(1), 96. <https://doi.org/10.24843/soca.2019.v13.i01.p08>
- Putra, I. D. G. U., & Rustika, I. M. (2015). Hubungan Antara Perilaku Menolong Dengan Konsep Diri Pada Remaja Akhir Yang Menjadi Anggota Tim Bantuan Medis Janar Duta Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 198–205. <https://doi.org/10.24843/jpu.2015.v02.i02.p08>
- Putri, A. R., Maison, & Darmaji. (2018). Kerjasama dan Kekompakan Siswa dalam Pembelajaran Fisika di Kelas XII MIPA SMAN 3 Kota Jambi. *Jurnal Edufisika: Jurnal Pendidikan Fisika*, 3(2), 33–40. kerjasama, kekompakan siswa
- Rahmawati, D. (2021). Nilai-Nilai SoSial dan Budaya dalam TradiSi Mantu Poci di KoTa Tegal Jawa TeNgah (Kajian Antropologi Sastra). *Tabasa: Jurnal Bahasa, Sastra ...*
- Rizkiawati, R., Wibhawa, B., S, M. B., & Raharjo, S. T. (2017). Pentingnya Buku Panduan bagi Voulunteer pada Organisasi Sosial. *Journal Social Work*, 7(2), 1–79.
- Rosidin. (2016). Role of Local Wisdom in Preserving the Religious Harmony of Samin Community in Blimbing Blora. *International Journal of Latest Research in Science and Technology ISSN*, 5(25), 25–30. <https://www.mnkpublication.com/journal/ijlrst/index.php>
- Saidang, S., & Suparman, S. (2019). Pola Pembentukan Solidaritas Sosial dalam Kelompok Sosial Antara Pelajar. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 3(2), 122–126. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v3i2.140>
- Sari, I. (2019). STRATEGI KEBUDAYAAN PEMBANGUNAN KEBERAGAMAAN DI INDONESIA: Mempertegas Kontribusi Kearifan Budaya Lokal Dalam Masyarakat Berbhinneka. *Studia Sosia Religia*, 2(2), 63–77. <https://doi.org/10.51900/ssr.v2i2.6487>
- Setyaningrum, D., Astuti, T. M. P., & Alimi, M. Y. (2017). Pergeseran Nilai Masyarakat Samin (Sedulur Sikep) Dukuh Bombong. *Journal of Educational Social Studies*, 6(1), 29–36.
- Sugianto, A., & Cendriono, N. (2016). Menumbuhkan Karakter Melalui Budaya Literasi. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Literasi, Karakter, Dan Kearifan Lokal*, 47–51. <http://lppmstkipponorogo.ac.id/wp-content/uploads/2016/07/PROSIDING-SEMNAS-2016.compressed.pdf#page=184>
- Suprayitno, T. (2020). *KAJIAN PENGEMBANGAN PROFIL PELAJAR PANCASILA* (2020th ed.). Badan Penelitian dan Pengembangan dan Perbukuan Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Warto. (2016). Keswadayaan Masyarakat Perdesaan Melalui Gotong Royong. *Jurnal PKS*, 15(3), 281–294.

HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA BERPRESTASI KELAS XI DI SMK

Rastra Amirotul Haque¹, Dian Susanto², Septia Dwi Damayanti³, Ria Apriliani⁴
SMK Antartika 2 Sidoarjo¹, SMK Negeri 1 Suruh², SMA Negeri 2 Sumenep³,
SMK Ngunut Tulungagung⁴
rastra.atta@gmail.com¹, diansusanto87@gmail.com², dmynt0602@gmail.com³,
ria.aprilia11@gmail.com⁴

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konsep diri dengan kepercayaan diri siswa berprestasi kelas XI SMK Antartika 2 Sidoarjo. Penelitian ini merupakan penelitian korelasi dengan menggunakan teknik analisis korelasi spearmen dengan pengumpulan data berupa skala kepercayaan diri dan skala konsep diri. Subjek penelitian berjumlah 72 dari jumlah populasi sebanyak 72 karena merupakan penelitian populasi melalui teknik pengambilan sampling penelitian populasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan konsep diri dengan kepercayaan diri siswa berprestasi kelas XI SMK Antartika 2 Sidoarjo.

Kata kunci: *Konsep diri, kepercayaan diri, siswa berprestasi*

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between self-concept and self-confidence in class XI students of SMK Antartika 2 Sidoarjo. This research is a correlation research using correlation analysis technique with data collection in the form of self-confidence scale and self-concept scale. Subjects examined 72 of the total population of 72 because it was a population study through population research sampling techniques. The results showed that there was a relationship between self-concept and self-confidence of outstanding students in class XI of SMK Antartika 2 Sidoarjo.

Keywords: *Self-concept, self-confidence, student achievement*

PENDAHULUAN

Perkembangan jaman yang semakin modern terutama pada era globalisasi seperti sekarang ini menuntut adanya sumber daya manusia yang berkualitas tinggi. Salah satu wahana untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia tersebut adalah pendidikan. Pendidikan adalah usaha sadar untuk mengembangkan potensi sumber daya manusia melalui kegiatan pengajaran. Siswa sebagai agen penentu keberhasilan dalam sebuah lembaga pendidikan tentu diharapkan berprestasi dengan baik, baik didalam belajarnya maupun dalam kegiatan lainnya.

Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Menurut Maslow manusia yang utuh yaitu

manusia yang sudah mampu mengaktualisasikan dirinya, agar seseorang dapat mencapai aktualisasi diri siswa butuh kepercayaan diri yang mana nantinya dapat mengembangkan potensi yang ada dalam diri manusia tersebut. Siswa sebagai individu diharapkan dapat menggali potensi diri dan mengembangkan rasa percaya diri di dalam kehidupannya sehari-hari. Dengan rasa percaya diri yang dimilikinya, siswa akan sangat dengan mudah berinteraksi di dalam lingkungan belajarnya. Rasa percaya diri adalah sikap percaya dan yakin akan kemampuan yang dimiliki, yang dapat membantu seseorang untuk memandang dirinya dengan positif dan realitis sehingga ia mampu bersosialisasi secara baik dengan orang lain.

Siswa yang berprestasi cenderung memiliki rasa percaya diri yang tinggi karena siswa yang percaya diri biasanya selalu bersikap optimis dan yakin akan kemampuannya dalam melakukan sesuatu, sehingga mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. siswa yang percaya diri selalu yakin pada setiap tindakan yang di lakukannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginannya dan bertanggung jawab atas perbuatannya. Tentu hal tersebut dapat menjadi pendorong dan mempermudah dalam proses belajarnya dan dapat menjadikan siswa menjadi siswa yang berprestasi.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berfungsi untuk mendorong siswa dalam meraih kesuksesan yang terbentuk melalui proses belajar siswa dalam interaksinya dengan lingkungan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri. Agustiani (dalam Tanjung & Amelia, 2017) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang mengenai dirinya yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang dia peroleh dari interaksi dengan lingkungan. Konsep diri juga berarti kumpulan keyakinan dan persepsi diri mengenai diri sendiri yang terorganisasi. Konsep diri merupakan pemahaman individu terhadap diri sendiri meliputi diri fisik, diri pribadi, diri keluarga, diri sosial, dan diri moral etik, emosional aspiratif, dan prestasi yang mereka capai.

Menurut Hakim (dalam Pratiwi & Laksmiwati, 2016) kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala sesuatu yang menjadi aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Kepercayaan diri merupakan keyakinan akan kemampuannya dan sejauhmana penilaian individu terhadap dirinya bahwa dirinya memiliki kepantasan untuk berhasil (Neill dalam Pratiwi & Laksmiwati, 2016).

Sedangkan Lauster (dalam Ghufron, 2011) mendefinisikan kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain

dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleren dan bertanggung jawab. Menurut Lauser orang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah memiliki keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

Sikap percaya diri merupakan hal utama yang harus dimiliki oleh seorang siswa dalam belajar juga dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil observasi yang pernah dilakukan oleh peneliti, sekolah ini memang bukan termasuk sekolah tervavorit yang memiliki siswa-siswa unggulan seperti sekolah negeri. Namun hal tersebut tidak membuat sekolah ini memiliki banyak prestasi baik terutama prestasi bidang non-akademik yang didapat dari siswa-siswa berprestasi dalam ajang perlombaan maupun olimpiade tingkat Kabupaten, Provinsi dan Nasional. Siswa-siswa yang mengikuti berbagai olimpiade merupakan siswa yang berprestasi dan dianggap mampu untuk bersaing dengan yang lainnya, dengan rasa kepercayaan diri siswa-siswa berprestasi tidak malu mengajukan dirinya untuk dapat mewakili sekolahnya dalam perlombaan maupun olimpiade tingkat Kabupaten, Provinsi dan Nasional. Siswa-siswa tersebut memiliki sikap realistis, tahu akan kemampuan yang dimilikinya, sehingga siswa optimis saat mengikuti olimpiade dan siswa tidak mudah putus asa, bertanggung jawab akan segala sesuatu yang telah dilakukannya.

Observasi juga dilakukan oleh peneliti ketika kegiatan belajar mengajar berlangsung, dijumpai rasa percaya diri yang tinggi pada siswa-siswa yang berprestasi terlihat dalam menyampaikan pendapat di kelas, siswa memiliki keberanian untuk tampil di depan kelas, dan yakin saat menjawab pertanyaan dari guru. Namun ada juga siswa berprestasi yang cenderung lebih pendiam dan tidak terlalu terlihat rasa kepercayaan dirinya saat di kelas maupun diluar kelas. Diperoleh juga dari hasil wawancara yang dilakukan ke beberapa guru yang ada, guru tersebut mengatakan memang ada siswa berprestasi yang memiliki kepercayaan diri tinggi yang ditunjukkan saat di kelas seperti bertanya saat kurang mengerti akan materi pelajaran, maju kedepan untuk menjawab pertanyaan atau presentasi dan saat kegiatan-kegiatan yang ada diluar kelas. Namun ada juga siswa berprestasi yang biasa-biasa saja seperti siswa-siswa yang lain siswa tidak menunjukkan rasa kepercayaan diri di dalam kelas walaupun bertanya namun masih sedikit malu-malu.

Anak yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi adalah, yakin kepada diri sendiri, tidak bergantung pada orang lain, tidak ragu-ragu, merasa diri berharga, tidak menyombongkan diri, dan memiliki keberanian untuk bertindak. Kepercayaan diri pada siswa berhubungan dengan perilaku siswa yang akan mengakibatkan siswa berprestasi mudah berinteraksi dan mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan yang dihadapinya. Orang yang percaya diri bisa dilihat dari ketenangan siswa

dalam mengontrol diri sendiri. Selain itu, orang yang mempunyai percaya diri tinggi tidak mudah terpengaruh oleh situasi yang kebanyakan orang menilainya negatif.

Salah satu penentu dalam keberhasilan perkembangan adalah konsep diri, timbulnya berbagai pencapaian oleh siswa berprestasi tersebut bersumber dari konsep diri yang positif sehingga seseorang memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Oleh karena itu salah satu mekanisme yang perlu dimiliki adalah konsep diri yang positif. Konsep diri yang dimiliki siswa akan mempengaruhi perilakunya dalam hubungan sosial dengan individu lain. Konsep diri tinggi atau positif akan berpengaruh pada perilaku positif, konsep diri seseorang dinyatakan melalui sikap dirinya yang merupakan aktualisasi orang tersebut. Manusia sebagai organism yang memiliki dorongan untuk berkembang yang pada akhirnya menyebabkan ia sadar akan keberadaan dirinya. Perkembangan yang berlangsung tersebut kemudian membantu pembentukan konsep diri individu yang bersangkutan.

Ciri-ciri percaya diri menurut Thursan Hakim (dalam Tanjung & Amelia, 2017) ciri-ciri orang yang percaya diri antara lain: selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai, mampu menetralkan ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi, memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilan, memiliki kecerdasan yang cukup, memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, memiliki kemampuan bersosialisasi, memiliki latar belakang pendidikan yang baik, memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan didalam menghadapi berbagai cobaan hidup, dan selalu bereaksi positif didalam menghadapi berbagai masalah.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri siswa Thursan Hakim (dalam Tanjung & Amelia, 2017) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, yaitu: bentuk fisik, bentuk wajah, status ekonomi, pendidikan dan kemampuan, penyesuaian diri, kebiasaan gugup dan gagap, dan keluarga. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri individu yaitu konsep diri, harga diri, pengalaman, dan pendidikan. Dari banyak faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri dan salah satunya adalah konsep diri, yang mana konsep diri adalah terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Menurut Burn (dalam Ghufro, 2011) mendefinisikan konsep diri sebagai kesan terhadap diri sendiri secara keseluruhan yang mencakup pendapatnya terhadap diri sendiri, pendapat tentang gambaran diri di mata orang lain, dan pendapatnya tentang hal-hal yang dicapai.

Konsep diri adalah pemahaman tentang diri sendiri yang timbul akibat interaksi dengan orang lain. Konsep diri merupakan faktor yang menentukan (determinan) dalam komunikasi kita dengan orang lain. Konsep diri adalah pandangan dan perasaan tentang diri kita. Persepsi tentang diri ini bisa bersifat psikologis, sosial dan fisis, menurut William D Brooks dalam Jalaludin Rakhmat (Widiarti, 2017). Konsep diri akademik adalah gambaran individu terhadap kemampuan akademiknya, yang meliputi kemampuan dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, kemampuan meraih prestasi di bidang akademik, serta aktivitas di sekolah atau di kelas yang berkaitan dengan persepsi, pikiran, perasaan dan penilaian seseorang terhadap kemampuan akademiknya (Atmasari dalam Khotimah dkk, 2016).

Calhoun dan Acocella juga membagi konsep diri menjadi dua yaitu konsep diri positif dan negatif, ciri konsep diri positif adalah yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam mengatasi masalah, merasa sejajar dengan orang lain, menerima pujian tanpa rasa malu, sadar bahwa tiap orang mempunyai keberagaman perasaan, hasrat, dan perilaku yang tidak disetujui oleh masyarakat serta mampu mengembangkan diri karena sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang buruk dan berupaya untuk mengubahnya, sehingga dengan memiliki konsep diri yang positif remaja dapat memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Sedangkan ciri konsep diri yang negatif adalah peka terhadap kritik, responsive terhadap pujian, punya sikap hiperkritis, cenderung merasa tidak disukai orang lain, dan pesimistis terhadap kompetisi.

Berdasarkan berbagai fenomena di atas, maka penulis tergerak untuk melakukan penelitian pada siswa berprestasi kelas XI di SMK Antartika 2 Sidoarjo. Siswa kelas XI dianggap sudah dapat melakukan penyesuaian diri di sekolah tersebut kurang lebih satu setengah tahun, karena penyesuaian diri diperlukan remaja dalam menjalani transisi kehidupan, salah satunya transisi sekolah. Transisi sekolah adalah perpindahan siswa dari sekolah yang lama ke sekolah yang baru yang lebih tinggi tingkatnya, sehingga menghadapi remaja pada perubahan dan tuntutan-tuntutan yang baru. Setiap orang memiliki tingkat penyesuaian dirinya sendiri. Untuk siswa-siswa yang akan memasuki sekolah baru siswa pasti membutuhkan waktu untuk beradaptasi yang cukup, biasanya dibutuhkan waktu 3 – 6 bulan bahkan lebih untuk beradaptasi karena siswa harus menyesuaikan diri dengan segala sesuatu yang ada di lingkungan yang baru. Dengan sudah dapatnya siswa menyesuaikan diri di lingkungan sekolah tersebut maka siswa bisa melakukan segala sesuatu dengan rasa kepercayaan diri, saat tampil di depan kelas maupun muka umum yang mana siswa dapat menunjukkan kemampuan atau potensi yang dimilikinya kepada orang lain sebagai prestasi belajar.

Siswa adalah peserta didik yang memiliki potensi dasar, yang penting dikembangkan melalui proses belajar mengajar, yang baik dilakukan secara fisik maupun secara mental. Sedangkan siswa berprestasi belajar adalah hasil yang dicapai atau diperoleh oleh peserta didik yang berupa pengetahuan, keterampilan dan sikap berkat pengalaman dan latihan yang telah dilalui oleh individu dalam proses belajar mengajar. Hasil prestasi belajar biasanya dinyatakan dalam bentuk nilai-nilai akademik atau raport, yang mencakup tiga aspek yaitu kognitif, afektif dan psikomotor, sehingga dapat mengetahui taraf kemampuan peserta didik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan konsep diri dengan kepercayaan diri siswa berprestasi kelas XI di SMK Antartika 2 Sidoarjo.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa berprestasi kelas XI di SMK Antartika 2 Sidoarjo, siswa kelas XI dianggap sudah dapat menyesuaikan diri di sekolah tersebut kurang lebih satu setengah tahun. Biasanya dibutuhkan waktu 3-6 bulan bahkan lebih untuk beradaptasi karena siswa harus menyesuaikan diri dengan segala sesuatu yang ada di lingkungan yang baru. Dengan sudah dapatnya siswa menyesuaikan diri di lingkungan sekolah tersebut maka siswa bisa melakukan segala sesuatu dengan rasa kepercayaan diri. Jumlah kelas XI terdapat 24 kelas dan setiap kelas ada 3 siswa berprestasi, jadi jumlah populasinya $3 \times 24 = 72$ siswa berprestasi. Pada penelitian ini menggunakan cara probabilitas, setiap subjek dalam populasi harus memiliki peluang yang besarnya sudah diketahui untuk terpilih menjadi sampel. Dalam penelitian ini jumlah populasi kurang dari 100, sehingga menggunakan penelitian populasi. Peneliti menggunakan uji validitas dengan menggunakan teknik korelasi *spearman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah memenuhi uji asumsi dasar yaitu uji normalitas dan linieritas maka dapat dilakukan uji *spearman*. Hasilnya terlihat pada table di bawah ini:

Tabel 1 Hasil Uji Analisis Korelasi *Spearman*

Variabel	Pearson Correlation	Sig. (2-tiled)	Jumlah Subjek
Kepercayaan Diri Konsep Diri	0.834	0.000	72

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa jumlah subjek penelitian sebesar 72 siswa, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0.834 dengan signifikansi sebesar 0.000.

Tanda pada harga koefisien korelasi juga berpengaruh pada penafsiran terhadap hasil analisis korelasi, yaitu positif (+) menunjukkan adanya arah hubungan yang searah, artinya hubungan kedua variabel berbanding lurus. Semakin tinggi variable x akan diikuti dengan semakin tinggi variable y dan sebaliknya. Tanda pada koefisien korelasi adalah negatif (-) menunjukkan adanya arah hubungan yang berlawanan, artinya hubungan kedua variabel berbanding terbalik. Semakin variable x akan diikuti dengan semakin rendah variable y dan sebaliknya (Muhid, 2012).

Berdasarkan data tersebut di atas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis dengan membandingkan taraf signifikansi ($p\text{-value}$) < 0.05 , maka H_0 ditolak, dan H_a diterima, karena pada penelitian ini nilai signifikansi $p < 0.05$ yang artinya terdapat hubungan konsep diri dengan kepercayaan diri siswa berprestasi kelas XI di SMK Antartika 2 Sidoarjo.

Tanda koefisien korelasi dari hasil analisis data ini bersifat positif, jadi menunjukkan adanya arah hubungan yang berbanding lurus. Artinya semakin positif konsep diri akan diikuti dengan semakin tinggi pula kepercayaan diri pada siswa berprestasi kelas XI di SMK Antartika 2 Sidoarjo. Sebaliknya, semakin negatif konsep diri akan diikuti dengan semakin rendah pula kepercayaan diri siswa berprestasi kelas XI di SMK Antartika 2 Sidoarjo.

Hasil penelitian di atas dengan menggunakan analisis korelasi *spearman* menunjukkan bahwa adanya korelasi atau hubungan positif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan kepercayaan diri. Hal tersebut terlihat pada harga koefisien korelasi sebesar 0.834 dengan signifikansi $0.000 < 0.05$ yang artinya terdapat hubungan konsep diri dengan kepercayaan diri siswa berprestasi kelas XI di SMK Antartika 2 Sidoarjo. Harga koefisien korelasi yang positif berarti menunjukkan hubungan yang positif, hal itu berarti semakin positif konsep diri maka akan diiringi juga semakin tinggi tingkat kepercayaan diri. Sebaliknya jika semakin negatif konsep diri maka akan semakin rendah tingkat kepercayaan diri.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, hal tersebut juga sesuai dengan penelitian yang relevan oleh Nirwana (2013) yang hasil uji statistik juga menunjukkan harga koefisien korelasi $r_{x1y} = 0,888$ pada $p = 0,000$ ($p < 0,05$) pada korelasi antara variabel Konsep Diri dengan variabel Kepercayaan Diri Siswa. Artinya, variabel Konsep Diri *berkorelasi positif & signifikan* dengan variabel Kepercayaan Diri Siswa. Maka hipotesis ke-1 dari penelitian yang berbunyi: “Terdapat hubungan yang positif antara Konsep Diri dengan Kepercayaan Diri Siswa, *dapat diterima*. Sehingga asumsi peneliti bahwa semakin tinggi/positif konsep diri siswa maka semakin tinggi tingkat kepercayaan diri siswa adalah terbukti.

Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Menurut Maslow manusia yang utuh yaitu manusia yang sudah mampu mengaktualisasikan dirinya, agar seseorang dapat mencapai aktualisasi diri siswa butuh kepercayaan diri yang mana nantinya dapat mengembangkan potensi yang ada dalam diri manusia tersebut. Menurut Hakim (dalam Pratiwi & Laksmiwati, 2016) kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala sesuatu yang menjadi aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Kepercayaan diri merupakan keyakinan akan kemampuannya dan sejauhmana penilaian individu terhadap dirinya bahwa dirinya memiliki kepantasan untuk berhasil (Neill dalam Pratiwi & Laksmiwati, 2016).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri individu yaitu konsep diri, harga diri, pengalaman, dan pendidikan (Ghufroon, 2011), yang mana menurut Anthony konsep diri adalah terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok, hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri. Siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi tentu dibekali konsep diri yang positif, dan sebaliknya jika siswa memiliki kepercayaan diri yang rendah tentu memiliki konsep diri negatif.

Rasa kepercayaan diri yang tinggi pada siswa-siswa yang berprestasi terlihat dalam menyampaikan pendapat di kelas, siswa memiliki keberanian untuk tampil di depan kelas, dan yakin saat menjawab pertanyaan dari guru. Siswa berprestasi memiliki kepercayaan diri yang tinggi yakin kepada diri sendiri, tidak bergantung pada orang lain, tidak ragu-ragu, merasa diri berharga, tidak menyombongkan diri, dan memiliki keberanian untuk bertindak. Siswa-siswa tersebut memiliki sikap realistis, tahu akan kemampuan yang dimilikinya, sehingga siswa optimis saat mengerjakan segala sesuatunya baik tugas dari guru atau sekolah maupun saat mengerjakan soal-soal olimpiade yang diikuti, siswa tidak mudah putus asa, bertanggung jawab akan segala sesuatu yang telah dilakukannya.

Upaya untuk dapat menumbuhkan konsep diri yang positif serta meningkatkan kepercayaan diri adalah dapat dengan menciptakan suasana atau kondisi yang demokratis, yakni dengan cara siswa diberikan kebebasan untuk berpikir secara mandiri dan ditempatkan pada kondisi yang aman sehingga siswa tidak merasa takut untuk membuat kesalahan, sehingga hal ini akan membuat siswa melakukan evaluasi terhadap dirinya dan belajar dari pengalaman. Upaya tersebut dapat diterapkan dalam sekolah salah satunya dengan cara diskusi dengan sesama teman dan bapak ibu guru yang lebih berpengalaman dan memiliki

banyak ilmu pengetahuan. Hal ini penting dilakukan agar siswa-siswa tersebut dapat meningkatkan kepercayaan diri.

Berdasarkan hasil penelitian dan ditunjang dengan teori-teori yang ada, maka dalam hal ini menunjukkan bahwa memang adanya keterkaitan antara konsep diri dengan kepercayaan diri. Adanya hubungan positif antar variable yang diteliti, yaitu semakin positif konsep diri akan diikuti dengan semakin tingginya tingkat kepercayaan diri, begitu juga sebaliknya semakin negatif konsep diri yang dimiliki akan semakin rendah kepercayaan diri yang dimiliki. Sehingga siswa berprestasi yang memiliki kepercayaan diri tinggi tentu dibekali dengan konsep diri yang positif, sebaliknya jika siswa berprestasi memiliki kepercayaan diri rendah tentu dibekali dengan konsep diri yang negatif.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah diuraikan pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kepercayaan diri siswa berprestasi kelas XI di SMK Antartika 2 Sidoarjo. Hal ini berarti konsep diri berhubungan dengan kepercayaan diri. Harga korelasi bernilai positif, hal itu berarti semakin positif konsep diri siswa berprestasi maka akan diiringi juga semakin tinggi tingkat kepercayaan diri siswa berprestasi. Sehingga siswa berprestasi yang memiliki kepercayaan diri tinggi tentu mereka juga memiliki konsep diri yang positif. Sebaliknya jika siswa berprestasi tersebut memiliki kepercayaan diri rendah tentu memiliki konsep diri negatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ghufron, M. N., Rini R. S. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Khotimah, R. H., Radjah, C. L., Handarini, D. M. (2016). Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Smp Negeri Di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. 1(2): 60-67. <http://journal.um.ac.id/index.php/bk>.
- Muhid, A. (2012). *Analisis Statistik*. Sidoarjo: Zifatama.
- Nirwana. (2013). Konsep Diri, Pola Asuh Orang Tua Demokratis Dan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 153-161.
- Pratiwi, I. D., & Laksmiwati, H. (2016). Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri "X". *Jurnal Psikologi Teori & Terapan*, 7(1): 43-49.
- Tanjung, Z., & Amelia, S. H. (2016). Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy (IICET)*. 2(2): 1-4. <http://jurnal.iicet.org/index.php/jrti>.

Widiarti, Pratiwi Wahyu. (2017). Konsep Diri (Self Concept) Dan Komunikasi Interpersonal Dalam Pendampingan Pada Siswa Smp Se Kota Yogyakarta. *Informasi Kajian Ilmu Komunikasi*. 47(1).

EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN BELAJAR SISWA SMK

Rifca Nilamsari¹, Afifuddin Tirmidzi², Tanti Handayani³
SMKN 1 Ngasem Kab. Kediri¹, SMAN 4 Pamekasan², SMPN 1 Jetis Ponorogo³
rifcanilamsari11@guru.smk.belajar.id¹, abaafif212@gmail.com²,
handayanitanti86@gmail.com³

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas konseling kelompok dengan Teknik *self-management* untuk menurunkan kecemasan belajar siswa SMK Negeri 1 Ngasem Kediri. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest post-test design* yang diberikan kepada populasi 6 siswa kelas X SMKN 1 Ngasem Kediri. Berdasarkan skor hasil *pretest* dan *post-test* terjadi penurunan skor kecemasan belajar yang disebarkan kepada 6 sampel, Konseli ZR dengan hasil *pretest* 83 dan hasil *post-test* 65, Konseli BA dengan hasil *pretest* 87 dan *post-test* 67, Konseli FK dengan hasil *post-test* 94 dan hasil *post-test* 74, Konseli ED dengan hasil *pretest* 83 dan hasil *post-test* 62, Konseli AT dengan hasil *pretest* 94 dan hasil *post-test* 72, Konseli PS dengan hasil *pretest* 84 dan hasil *post-test* 68. Dari hasil penelitian terhadap siswa SMKN 1 Ngasem ini menunjukkan bahwa teknik *self-management* dalam konseling kelompok efektif terhadap penurunan kecemasan belajar.

Kata kunci: *Konseling kelompok, self-management, kecemasan belajar*

ABSTRACT

This study aims to determine the effectiveness of group counseling with self-management techniques to reduce student anxiety at SMK Negeri 1 Ngasem Kediri. The research design used was a one group pre-test post-test design which was given to a population of 6 students of class X SMKN 1 Ngasem Kediri. Based on the pre-test and post-test scores, there was a decrease in learning anxiety scores which were distributed to 6 samples, Counselor ZR with pretest results of 83 and posttest results of 65, Counselor BA with pretest results of 87 and posttest 67, FK counselees with posttest results of 94 and Post test results 74, Counselors ED with pretest results 83 and post test results 62, Counselors AT with pretest results 94 and post test results 72, Counselors PS with pretest results 84 and post test results 68. From the results of research on SMKN students 1 This view shows that self-management techniques in group counseling are effective in reducing learning anxiety.

Keywords: *Group counseling, self-management, study anxiety*

PENDAHULUAN

Sejak tahun 1995 layanan bimbingan konseling merupakan bagian yang tak terpisahkan dari keseluruhan program Pendidikan di sekolah. Secara umum program Pendidikan sekolah mencakup tiga bidang yaitu: Pengajaran, supervisi, administrasi, dan layanan khusus yang mencakup bidang bimbingan dan konseling, pembinaan organisasi

kesiswaan dan kesejahteraan siswa. Pemberian bantuan melalui layanan-layanan tersebut dilakukan dengan menggunakan berbagai teknik bimbingan dan konseling, yaitu di antaranya adalah konseling kelompok. Konseling kelompok diberikan juga terhadap permasalahan permasalahan yang timbul di sekolah.

Wihastuti, Supriati dan Jahriah (2014) menyatakan bahwa kecemasan adalah gangguan alam perasaan (afektif) yang di tandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal. Setiawati (2011) menambahkan bahwa kecemasan peserta didik dapat terjadi kapan saja, misalnya saja kecemasan bila di suruh maju ke depan kelas, kecemasan berbicara di muka umum dan sebagainya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yanti (2013), hasil kecemasan belajar siswa pada penelitiannya adalah 51,8% siswa memiliki tingkat kecemasan belajar tinggi, 45,9 % siswa memiliki kecemasan belajar sedang dan 2,3 siswa memiliki tingkat kecemasan belajar rendah. Permasalahan kecemasan belajar siswa juga ditemukan di SMK Negeri 1 Ngasem Kediri. Pada dasarnya, kecemasan belajar bukanlah merupakan suatu perilaku negatif pada kondisi tertentu. Kecemasan belajar bahkan dapat memberikan dorongan untuk lebih baik dari apa yang dilakukan sebelumnya. Jika kecemasan belajar yang dialami siswa memicu semangat dan minat, akan membuat siswa lebih berhati-hati, berupaya untuk tidak gagal, maka kecemasan belajar justru dapat mendorong untuk lebih giat belajar. Namun kenyataan yang terjadi di lapangan berbeda jauh, karena kadang kala siswa merasakan kondisi yang kurang nyaman dalam proses belajar. Ketidaknyamanan tersebut menimbulkan kecemasan sehingga siswa menjadi tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar. Masalah akan muncul manakala siswa merasa tertekan terhadap tugas-tugas belajar, dan kondisi lingkungan yang kurang kondusif.

Terkait dengan banyaknya faktor yang mempengaruhi kegiatan belajar, faktor lingkungan sosial juga seringkali muncul sebagai gangguan yang menyebabkan kecemasan belajar. Pada awalnya hanya kecemasan biasa, normal sebagai wujud kekhawatiran. Perilaku cemas lama kelamaan akan mempengaruhi aspek kognitif, siswa akan merasa gelisah, malas, menurunnya perhatian terhadap belajar, orientasinya lebih ke masa lalu dari masa kini. Pada aspek emosional perilaku yang muncul adalah menarik diri dari lingkungan, mudah tersinggung, apatis, depresi.

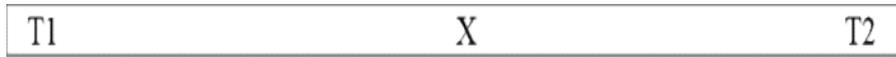
Dalam hal ini peneliti menggunakan konseling kelompok dalam penanganan kasus kecemasan belajar. Menurut Kurnanto (2014), Konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhan. Menurut Prayitno (2017), kelebihan dari konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi seseorang, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi diungkap dan didinamikan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan komunikasi seseorang berkembang secara optimal. Menurut Bannett (Romlah, 2006:71) tujuan konseling kelompok yaitu yang pertama memberikan kesempatan pada siswa belajar hal-hal penting yang berguna bagi pengarahannya yang berkaitan dengan masalah Pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan social. Kedua memberikan layanan-layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok dengan mempelajari masalah-masalah manusia pada umumnya, menghilangkan ketegangan emosi, mencapai tujuan bimbingan secara lebih ekonomis dan efektif dan untuk melaksanakan layanan konseling individual secara lebih efektif

Penelitian ini menggunakan konseling kelompok dengan teknik *Self-management*. *Self-management* adalah kemampuan untuk membuat skala prioritas, memutuskan apa yang harus dilakukan, dan bertanggungjawab menuntaskan apa yang harus diselesaikan. Dengan kata lain bertanggung jawab atas dirimu sendiri dan mengatur berbagai hal yang terkait dengan berbagai aspek di dalam dirimu. *Self-management* merupakan salah satu penerapan teori modifikasi perilaku gabungan behavioristik dan kognitif social. *Self-management* dapat digunakan untuk meningkatkan prestasi belajar, kebiasaan belajar yang buruk, kecemasan, mengurangi kebiasaan berkata jorok dan lain-lain. *Self-management* adalah Teknik konseling yang paling efektif, karena perubahan tingkah laku yang terjadi didasarkan pada kemauan, kesadaran, dan kemampuan individu sendiri sehingga bertahan lebih lama. Individu akan menganggap bahwa keberhasilan tersebut bukan terjadi atas usahanya sendiri dan ada campur tangan orang lain yang berupa stimulus lingkungan, tetapi usaha diri sendirilah yang lebih berpengaruh.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan *one group pretest post-test design* (Sumadi Suryabrata, 2015) yang digunakan untuk mengetahui

efektifitas Konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk menurunkan kecemasan belajar siswa. Rancangan penelitian ini diuraikan pada gambar 1 berikut ini.



Gambar 1. Rancangan Penelitian *One Group Pre-test Post-test Design*

T1 adalah pengukuran variabel kecemasan belajar siswa sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*), T2 adalah pengukuran variabel kecemasan belajar siswa setelah diberikan perlakuan (*post-test*). X adalah perlakuan efektifitas penggunaan konseling kelompok kepada subjek penelitian sebanyak 6 orang siswa kelas X SMKN 1 Ngasem Kediri menggunakan teknik *purposive sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan skala kecemasan belajar siswa yang telah dilakukan uji validitas butir dan uji reliabilitas *Alpha Cronbach*. Hasil uji validitas butir dengan prosedur validitas isi diperoleh nilai signifikansi antara 0,00-0,05, dan hasil uji reliabilitas *Alpha Cronbach* diperoleh nilai koefisien sebesar 0,601.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Terdapat tiga kategori rentangan skor dalam skala pengukuran kecemasan belajar siswa kelas X SMKN 1 Ngasem yaitu kategori tinggi, sedang, dan rendah. Melalui kategori penilaian tersebut diambil 6 siswa atau siswa dengan kategori tinggi dalam kecemasan belajar. 6 konseli yang masuk dalam kategori tinggi dalam kecemasan belajar ini diberikan pretest terlebih dahulu, kemudian diberikan treatment yaitu dengan teknik *self-management* melalui konseling kelompok, dan terakhir akan diberikan post-test untuk mengetahui adakah perubahannya. Rincian hasil pre-test dan post-test dapat diuraikan pada tabel 1 sebagai berikut.

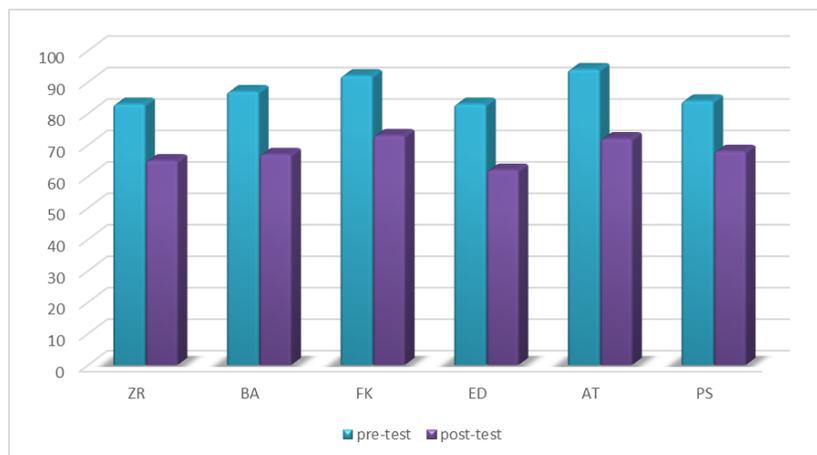
Pada tabel 1 menunjukkan setiap responden mengalami penurunan skor dari yang awalnya memiliki kecemasan belajar tinggi menjadi sedang. Terjadi penurunan mean score variabel kecemasan belajar siswa dalam posttest setelah dilakukan pemberian treatment dengan teknik *self-management* dalam konseling kelompok. Mean score variabel kecemasan belajar siswa saat *pretest* adalah 87.1 sedangkan mean score variabel kecemasan belajar siswa saat posttest adalah 67.8. Terjadi penurunan mean score variabel kecemasan belajar siswa sebanyak 19.3%.

Tabel 1. Perbandingan Skor Pretest dan Post-test

Responden	Pretest	Kategori	Post-test	Kategori	Tingkat Perubahan
ZR	83	Tinggi	65	Sedang	18
BA	87	Tinggi	67	Sedang	20
FK	92	Tinggi	73	Sedang	19
ED	83	Tinggi	62	Sedang	21
AT	94	Tinggi	72	Sedang	22
PS	84	Tinggi	68	Sedang	16

PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada siswa SMKN 1 Ngasem ini menunjukkan hasil bahwa teknik *self-management* dalam konseling kelompok berpengaruh terhadap penurunan kecemasan belajar. Hasil penelitian ditunjukkan melalui gambar 2 sebagai berikut.



Gambar 2. Grafik Hasil Pre-tes dan Poste pada Subjek Penelitian

Berdasarkan gambar 2., maka dapat diuraikan secara jelas bahwa terdapat penurunan kecemasan belajar siswa SMKN 1 Ngasem Kab. Kediri sebelum diberikan treatment teknik *self-management* dalam konseling kelompok dan setelah diberikan treatment teknik *self-management* dalam konseling kelompok. Berdasarkan skor hasil pretest dan posttest terjadi penurunan skor kecemasan belajar.

Konseli ZR mendapatkan persentase skor *pretest* sebesar 83, kemudian diberikan treatment menggunakan teknik *self-management* dalam konseling kelompok menurunkan tingkat kecemasan belajar menjadi 65 berdasarkan hasil *post-test*. Diawal pertemuan, konseli ZR masih bingung cara mengubah perilaku kecemasan belajar yang dilakukannya. Konseli ZR pada awal pertemuan cenderung kurang memahami dirinya, sulit mengatur waktu atau jadwal dalam belajar dan mengerjakan tugasnya sehingga mengalami kecemasan atau penundaan mengenai tugas akademik yang sangat tinggi. Namun beberapa kali pertemuan konseling, selanjutnya hingga pertemuan terakhir konseli ZR sudah mampu mengurangi perilaku kecemasan belajarnya. Konseli ini termasuk yang paling aktif saat melakukan proses konseling, konseli menceritakan sikap dan perilakunya dalam hal penundaan tugas-tugas yang konseli dapat dari gurunya. Konseli sudah tau apa yang harus konseli lakukan dalam mengatur jadwal untuk belajar.

Konseli BA mendapatkan persentase skor *pretest* sebesar 87, kemudian diberikan treatment menggunakan teknik *self-management* dalam konseling kelompok menurunkan tingkat kecemasan belajar menjadi 67 berdasarkan hasil *post-test*. Konseli BA adalah siswa yang lebih suka bermain game online atas ajakan teman-temannya. Konseli BA beranggapan bahwa jika tidak mengikuti teman-temannya untuk bermain game online, maka ia merasa ketinggalan teman-temannya. Namun sekarang konseli sudah mampu dan mengetahui bagaimana cara mengurangi kecemasan yang konseli BA alami. Konseli mampu mengurangi waktunya untuk bermain game online dan mampu mengatur waktu untuk mengerjakan tugas akademiknya.

Konseli FK mendapatkan persentase skor *pretest* sebesar 94, kemudian diberikan treatment menggunakan teknik *self-management* dalam konseling kelompok menurunkan tingkat kecemasan belajar menjadi 74 berdasarkan hasil *post-test*. Konseli FK adalah siswa yang mengalami perilaku kecemasan belajar yang paling tinggi karena konseli FK memiliki pemikiran irasional, bahwa “lebih baik mengerjakan tugasnya nanti daripada sekarang, karena masih ada waktu”. Itulah yang menjadi kebiasaan konseli. Awalnya konseli beranggapan bahwa menunda mengerjakan tugas itu bukan merupakan suatu masalah, sehingga membuat konseli FK mengalami kecemasan yang tinggi. Konseli ini juga saat melakukan proses konseling tidak konsentrasi dan lebih suka membuat hal-hal yang menurutnya itu sangat menyenangkan (kurang fokus). Namun, pada akhirnya setelah mengikuti proses konseling kelompok, konseli FK dapat mengurangi perilaku kecemasan dalam belajarnya.

Konseli ED mendapatkan persentase skor pretest sebesar 83, kemudian diberikan treatment menggunakan teknik *self-management* dalam konseling kelompok menurunkan tingkat kecemasan belajar menjadi 62 berdasarkan hasil *post-test*. Konseli ED adalah siswa yang ketika mengikuti proses konseling kelompok beberapa kali terlambat datang. Faktor yang menyebabkan penundaan pengumpulan tugas yaitu lebih mementingkan nonton Drama Korea (Drakor) daripada mengerjakan tugasnya. Namun, pada akhirnya setelah mengikuti proses konseling kelompok, konseli ED dapat mengurangi kecemasan belajar dan sudah bisa memulai menentukan prioritas kewajiban yang harus dilaksanakan.

Konseli AT mendapatkan persentase skor *pretest* sebesar 94, kemudian diberikan treatment menggunakan teknik *self-management* dalam konseling kelompok menurunkan tingkat kecemasan belajar menjadi 72 berdasarkan hasil *post-test*. Konseli AT adalah siswa yang mempunyai masalah dalam pergaulan remaja (pacaran), sehingga mengganggu tugas akademiknya. Hal tersebut yang memicu konseli mengalami kecemasan belajar yang cukup tinggi. Namun setelah melakukan konseling kelompok dengan teknik *self-management*, konseli sudah mampu dan mengetahui bagaimana cara membagi waktunya untuk belajar.

Konseli PS mendapatkan persentase skor *pretest* sebesar 84, kemudian diberikan treatment menggunakan teknik *self-management* dalam konseling kelompok menurunkan tingkat kecemasan belajar menjadi 68 berdasarkan hasil *post-test*. Masalah dari konseli PS hampir sama dengan konseli BA yang berhubungan dengan game online. Konseli PS menomor satukan game online daripada mengerjakan tugas, sehingga tugas dari dosen seringkali terlupakan. Namun, setelah konseli PS melakukan konseling kelompok, dia mampu untuk menentukan prioritas yang harus dilakukan, yakni lebih memilih untuk mulai mengerjakan tugasnya lebih dahulu daripada bermain game online

Dalam penelitiannya, peneliti menggunakan teknik konseling konseling *self-management* merupakan seperangkat aturan dan upaya untuk menjalankan praktek bantuan profesional terhadap individu agar mereka dapat mengembangkan potensi dan memecahkan setiap masalahnya dengan mengimplementasikan seperangkat prinsip atau prosedur yang meliputi pemantauan diri (*self monitoring*). Keberhasilan dalam menggunakan teknik *self-management* adalah membantu individu untuk dapat mengelola diri baik pikiran, perasaan dan perbuatan sehingga dapat berkembang secara optimal, dan dengan meletakkan tanggungjawab perubahan sepenuhnya kepada individu maka siswa akan menganggap bahwa perubahan yang terjadi karena usahanya sendiri dan bertahan lama, disinipun siswa dapat semakin mampu menjalani hidup yang diraskan sendiri dan tidak tergantung lagi pada konselor.

SIMPULAN

Teknik *self-management* dalam konseling kelompok merupakan suatu pendekatan seperangkat aturan dan upaya untuk menjalankan praktek bantuan profesional terhadap individu agar mereka dapat mengembangkan potensi dan memecahkan setiap masalahnya dengan mengimplementasikan seperangkat prinsip atau prosedur yang meliputi pemantauan diri (*self monitoring*). Keberhasilan dalam menggunakan teknik *self-management* adalah membantu individu untuk dapat mengelola diri baik pikiran, perasaan dan perbuatan sehingga dapat berkembang secara optimal, dan dengan meletakkan tanggungjawab perubahan sepenuhnya kepada individu maka siswa akan menganggap bahwa perubahan yang terjadi karena usahanya sendiri dan bertahan lama, disinipun siswa dapat semakin mampu menjalani hidup yang diraskan sendiri dan tidak tergantung lagi pada konselor. Berdasarkan hasil *pretest* dan *post-test* yang disebarkan, bahwa penggunaan konseling kelompok dengan teknik *self-management* secara signifikan efektif dalam menurunkan kecemasan belajar siswa kelas X SMKN 1 Ngasem Kediri. Dengan hasil sebagai berikut Konseli ZR dengan hasil *pretest* 83 dan hasil *post-test* 65, Konseli BA dengan hasil *pretest* 87 dan *post-test* 67, Konseli FK dengan hasil *post-test* 94 dan hasil *post-test* 74, Konseli ED dengan hasil *pre-test* 83 dan hasil *post-test* 62, Konseli AT dengan hasil *pretest* 94 dan hasil *post-test* 72, Konseli PS dengan hasil *pretest* 84 dan hasil *post-test* 68.

DAFTAR PUSTAKA

- Kurnanto, M. E. (2013). *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Prayitno. (2017). *Konseling Profesional Yang Berhasil; Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Romlah, Tatiek. (2006). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Setyawati. (2011). *Motivasi*. Jakarta Kompas tanggal 19 Maret 2011.
- Suryabrata, S. (2015). *Metodelogi penelitian*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Wihastuti, T.A., Supriyati, L., dan Jahriah, A. (2014). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Appendectomy Di Ruang Flamboyan RSUD Tarakan Pemerintah Provinsi Kalimantan Timur*. Skripsi. Stikes Kusuma Husada.

Yanti dkk. (2013). *Hubungan Antara Kecemasan Dalam Belajar Dengan Motivasi Belajar Siswa*. 2013. Volume.2 <http://ejournal.fip.unp.ac.id/index.php/konselor/article/view/1242/1074>.

PENGUATAN PERAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM KURIKULUM MERDEKA

Roro Kurnia Nofita Rahmawati
SMK Negeri 3 Pamekasan
Email: kurnianofita31@gmail.com

ABSTRAK

Guru bimbingan dan konseling menjadi sosok yang sangat sentral dalam mendukung kelancaran proses belajar mengajar di sekolah. Melalui peran yang diembannya, guru bimbingan dan konseling dituntut untuk mengasah kompetensinya dengan selalu melakukan inovasi dan menyesuaikan diri terhadap kurikulum yang terus berkembang. Adanya kurikulum merdeka menjadi momen tersendiri bagi guru bimbingan dan konseling terhadap eksistensi dan perannya yang diharapkan untuk lebih terlihat dalam pengimplementasian kurikulum merdeka dan kemajuan dunia pendidikan.

Kata kunci: *Guru bimbingan dan konseling, pembelajaran, kurikulum merdeka*

ABSTRACT

Guidance and counseling Teachers are very central Figures in supporting the Effectiveness teaching and learning process in schools. Through their role, guidance and counseling teachers are required to hone their competence by innovating and adapting to the ever-evolving Curriculum. The existence of an independent Curriculum is a special moment for guidance and counseling teachers towards their existence and role which is expected to be more visible in the implementation of an independent curriculum and the Advancement of the World of Education.

Keywords: *Guidance and counseling Teachers, teaching and learning, independent curriculum*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah segala usaha orang dewasa dalam pergaulannya dengan anak-anak untuk memimpin perkembangan jasmani dan rohaninya kearah kedewasaan (Ngalim Purwanto, 2004). Pada umumnya pendidikan dapat diartikan sebagai suatu proses bantuan yang diberikan oleh orang dewasa kepada anak yang belum dewasa untuk mencapai kedewasaan. Dengan kata lain, proses pendidikan akan berjalan utuh apabila tampak peran seorang guru yang diatur oleh kurikulum di dalamnya.

Guru bimbingan dan konseling merupakan tenaga pembimbing yang di dalamnya memiliki peran ganda dalam tugasnya. Selain menjadi tenaga pengajar, guru bimbingan dan konseling diharapkan mampu menjadi pelayanan bimbingan siswa selama tidak bertentangan dengan tugas yang diembannya. Dengan peran tersebut akan sangat penting dalam sebuah

sekolah memiliki guru bimbingan dan konseling untuk membantu mencapai tujuan pendidikan sesuai dengan amanah kurikulum yang telah direncanakan.

Bagi guru, kurikulum berfungsi sebagai pedoman dalam melaksanakan proses pembelajaran. Bagi kepala sekolah atau kepala madrasah dan pengawas, kurikulum berfungsi sebagai pedoman dalam melaksanakan supervisi atau pengawasan. Bagi orangtua, kurikulum berfungsi sebagai pedoman dalam membimbing anaknya belajar di rumah. Bagi masyarakat, kurikulum berfungsi sebagai pedoman untuk memberikan bantuan bagi terselenggaranya proses pendidikan di sekolah atau madrasah. Adapun bagi peserta didik, kurikulum berfungsi sebagai pedoman dalam melaksanakan kegiatan belajar (Khoirurrijal, dkk., 2022).

Pentingnya guru bimbingan dan konseling dalam proses pendidikan terlihat dalam perannya yang selalu menunjang keberhasilan siswa selama menjalani proses pendidikan di sekolah. Melalui perannya tersebut guru bimbingan dan konseling selalu disebut “penyelamat” dalam membantu siswa lepas dari permasalahan pendidikannya melalui keterampilan-keterampilan yang dimilikinya dalam bidang keilmuan yang ditekuninya seperti: ilmu pendidikan, sosial, psikologi dan ilmu konseling.

Kurikulum merdeka merupakan kurikulum yang didesain khusus dalam keberagaman pembelajaran intrakurikuler. Pengoptimalan dari sebuah konten juga menjadi bagian dalam pengembangan kurikulum merdeka, sehingga peserta didik mampu mendalami daripada konsep dan menguatkan kompetensinya dengan waktu yang tidak terbatas. Selain itu, peran guru (termasuk guru bimbingan dan konseling) dalam menjalankan tugas administrasinya juga memiliki keleluasaan terutama dalam penyusunan perangkat pembelajaran. Sehingga pembelajaran yang dilakukan oleh guru sesuai dengan kebutuhan dan minat siswa.

Selain perannya dalam membimbing siswa, guru bimbingan dan konseling juga memiliki peran penting dalam implementasi kurikulum khususnya kurikulum merdeka. Guru bimbingan dan konseling diharapkan bisa mengimplementasikan program-program yang terdapat dalam kurikulum merdeka mulai dari perencanaan, proses hingga evaluasi dalam proses pembelajaran sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan optimal. Hal tersebut dilakukan untuk memfasilitasi dan melatih perkembangan peserta didik dalam mencapai kemandirian dalam kehidupannya.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam kajian ini adalah dengan pendekatan kualitatif dengan jenis *library research* sehingga sumber data yang diperoleh yaitu dari teori-teori belajar sebagai sumber primer dan dari literatur-literatur ilmiah (Noeng Muhadjir,

1996). Kajian ini berupaya untuk mengkaji tentang peran guru bimbingan dan konseling dalam kurikulum merdeka. Kajian ini dilakukan dengan proses penelaahan terhadap beberapa sumber keilmuan guna mendapatkan pemahaman yang konstruktif dan luas demi memperoleh konsep ilmu pengetahuan yang substantif dan komprehensif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Guru Bimbingan dan Konseling

Guru merupakan sebuah subjek didik yang menjadi fasilitator peserta didik dalam rangka menunjang keberhasilan proses pembelajaran dan pembentukan karakter peserta didik. Dalam proses pembelajaran peran seorang guru sangat penting mengingat kegiatan belajar mengajar tidak akan berjalan secara efektif tanpa adanya profesionalisme seorang guru. Selain itu, guru juga dituntut untuk membentuk bahkan memperbaiki karakter dari siswanya seperti yang banyak kita temui dalam peran guru bimbingan dan konseling.

Guru bimbingan dan konseling adalah tenaga profesional, pria atau wanita yang mendapat pendidikan khusus bimbingan dan konseling, secara ideal berijazah FIP-IKIP, jurusan atau program studi bimbingan dan konseling atau Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, serta jurusan-jurusan yang sejenis (Sukardi, 1985). Bekal tersebut sebagai legal formal guru bimbingan dan konseling dalam menjalankan tugasnya dalam pendidikan di sekolah.

Kompetensi guru bimbingan dan konseling sebagai alat utama yang berfungsi untuk memberikan pelayanan terbaik terhadap siswa yang dihadapinya agar siswa merasa puas dalam pelaksanaan proses belajar mengajar yang berdampak terhadap perubahan positif terhadap dirinya. Dengan adanya kompetensi yang mempunyai yang dimiliki guru bimbingan dan konseling akan mempermudah mereka dalam memberikan pelayanan bimbingan dan konseling secara terarah.

Guru bimbingan dan konseling adalah seorang guru yang bertugas memberikan bantuan psikologis dan kemanusiaan secara ilmiah dan profesional sehingga seorang guru bimbingan konseling harus berusaha menciptakan komunikasi yang baik dengan murid dalam menghadapi masalah dan tantangan hidup (Sukardi, 2008). Bimbingan yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling menjadi bidang layanan khusus dalam keseluruhan kegiatan pendidikan di sekolah yang ditanganinya.

Seorang pendidik idealnya harus memahami bahwa di sekolah merupakan tempat berkumpulnya beberapa individu sehingga sekolah secara otomatis menjadi bagian dari sosial. Dengan demikian, guru bimbingan dan konseling merupakan tenaga profesional baik

laki-laki maupun perempuan yang memperoleh pendidikan khusus di Perguruan Tinggi sesuai dengan bidangnya (berkaitan dengan bimbingan dan konseling) sebagai legal formal dalam menjalankan tugasnya yang berfungsi sebagai pemberi layanan bimbingan kepada individu atau kelompok (siswa) untuk membentuk siswa tersebut agar mampu dalam bidang akademik dan menjadi siswa yang berprestasi.

Tujuan Guru Bimbingan dan Konseling

Aktualisasi layanan bimbingan dan konseling pada dasarnya adalah pemberian bimbingan terhadap individu bahkan kelompok dengan tujuan agar potensi yang dimiliki siswa dapat berkembang secara optimal. Tentu perkembangan tersebut tidak mengajakannya untuk bergantung pada orang lain, akan tetapi dalam proses layanan bimbingan dan konseling diarahkan agar mereka (siswa) berkembang menjadi seorang yang mandiri dan bermanfaat bagi orang lain.

Disisi lain, tidak sedikit pula siswa yang memiliki masalah-masalah yang harus mereka selesaikan baik yang terjadi di lingkungan keluarganya bahkan di lingkungan sekolah tempat mereka belajar. Peran guru bimbingan dan konseling membantu siswa dalam menyelesaikan masalah tersebut sebagaimana mestinya. Prayitno menyatakan bahwa bimbingan dan konseling membantu individu untuk menjadi insan yang berguna dalam kehidupannya yang memiliki berbagai wawasan, pandangan dan interpretasi, pilihan, penyesuaian dan keterampilan yang tepat berkenaan dengan diri sendiri dan lingkungannya (Prayitno & Erman Amti, 2004).

Adanya hakikat tersebut tentunya diperlukan interaksi yang baik (interaksi) antara guru bimbingan dan konseling dengan siswa yang dihadapinya. Interaksi belajar yang baik antara siswa dan guru dalam mengajar ditandai pula oleh adanya aktivitas siswa, karena pada prinsipnya belajar adalah berbuat. Berbuat untuk mengubah tingkah laku, jadi melakukan kegiatan. Itulah sebabnya aktivitas merupakan prinsip atau asas yang sangat penting dalam interaksi belajar mengajar

Suatu interaksi dikatakan memiliki sifat edukatif bukan semata ditentukan oleh bentuknya melainkan oleh tujuan interaksi itu sendiri. "Interaksi dikatakan sebagai interaksi edukatif apabila secara sadar mempunyai tujuan untuk mendidik, untuk mengantarkan anak didik ke arah kedewasaannya (Sardiman A.M, 2012). Secara tidak langsung, dalam pelaksanaannya bimbingan dan konseling harus memiliki tujuan yang jelas selain konsep dasar yang melekat dalam profesi mereka sebagai konselor. Menurut Nurihsan (2009), terdapat beberapa tujuan dari bimbingan dan konseling, yaitu:

1. Mengadakan perubahan perilaku pada diri klien sehingga memungkinkan hidupnya lebih produktif dan memuaskan.
2. Memelihara dan mencapai kesehatan mental yang positif.
3. Penyelesaian masalah.
4. Mencapai keefektifan pribadi.
5. Mendorong individu mampu mengambil keputusan yang penting bagi dirinya.

Guru Bimbingan dan Konseling dalam Implementasi Kurikulum Merdeka

Istilah kurikulum sering dimaknai *plan for learning* (rencana pendidikan). Sebagai rencana pendidikan kurikulum memberikan pedoman dan pegangan tentang jenis, lingkup, urutan isi dan proses pendidikan (Sukmadinata, 2004). Secara etimologi kata kurikulum diambil dari bahasa Yunani, *Curere* berarti jarak yang harus ditempuh oleh pelari dari mulai *start* sampai *finish* (Sudjana, 2002). Dengan demikian, kurikulum dapat diartikan sebagai seperangkat dokumen tertulis yang direncanakan oleh pendidik dalam mencapai tujuan pendidikan.

Kurikulum merdeka pada dasarnya merupakan langkah pemulihan pembelajaran pasca Covid-19 yang menyebabkan ketertinggalan dalam pembelajaran sehingga berdampak pada ketidakmeratanya kompetensi yang capai oleh peserta didik. Oleh karena itu, hadirnya kurikulum merdeka sebagai langkah awal dalam mengejar ketertinggalan pembelajaran yang nantinya akan berdampak positif dalam kualitas pendidikan di Indonesia. Kondisi tersebut yang menjadi salah satu Kemendikbudristek melakukan upaya pemulihan pembelajaran. Salah satu upaya taktis yang dilakukan ialah mencanangkan "Kurikulum Merdeka" dalam pendidikan, baik di sekolah hingga di perguruan tinggi.

Kurikulum merdeka muncul sebagai gagasan baru guna menjawab perkembangan zaman. Menelisik dari sejarah, pendidikan di Indonesia telah mengalami beberapa pergantian kurikulum (Khoirurrijal, dkk., 2022). Kurikulum Merdeka adalah kurikulum dengan pembelajaran intrakurikuler yang beragam di mana konten akan lebih optimal agar peserta didik memiliki cukup waktu untuk mendalami konsep dan menguatkan kompetensi (Buku Saku Kemendikbud RI).

Kebijakan merdeka belajar dilaksanakan untuk percepatan pencapaian tujuan nasional pendidikan, yaitu meningkatnya kualitas sumber daya manusia Indonesia yang mempunyai keunggulan dan daya saing dibandingkan dengan negara-negara lainnya. Kualitas sumber daya manusia yang unggul dan berdaya saing diwujudkan kepada peserta didik yang berkarakter mulia dan memiliki penalaran tingkat tinggi, khususnya dalam literasi dan numerasi (Khoirurrijal, dkk., 2022). Dengan konsep tersebut guru bimbingan dan konseling

memiliki tugas khusus dalam menyiapkan peserta didik untuk menjadi SDM yang unggul dan berdaya saing melalui perannya dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Peran layanan bimbingan dan konseling dalam kurikulum merdeka adalah sebagai koordinator dalam mewujudkan kesejahteraan psikologis peserta didik (*student wellbeing*) dan memfasilitasi perkembangan peserta didik agar mampu mengaktualisasikan potensi dirinya dalam rangka mencapai perkembangan secara optimal. Selain itu, Bimbingan dan Konseling juga menjadi bagian dalam penyusunan perencanaan proyek penguatan profil pelajar Pancasila (kemdikbud.go.id, diakses, 08-11-2022).

Setiap sekolah memang memiliki identitas tersendiri dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling. Secara tidak langsung peran layanan bimbingan dan konseling dilakukan sesuai situasi dan kondisi di sekolah tersebut dengan memanfaatkan secara maksimal fasilitas sekolah yang tercover dalam sarana dan prasarana di sekolah. Sehingga nantinya akan muncul konsep lanjutan (*local wisdom*) dalam pelayanan bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh guru.

Dalam pelaksanaannya, guru bimbingan dan konseling dituntut untuk terus berkolaborasi dengan tenaga pendidik dalam memfasilitasi potensi peserta didik, sehingga mereka nantinya akan benar-benar siap dalam menghadapi masa yang akan datang melalui peran bimbingan dan konseling. Berikut ruang lingkup layanan bimbingan dan konseling di sekolah:

1. Bimbingan dan Konseling Bidang Layanan Pribadi
2. Bimbingan dan Konseling Bidang Layanan Belajar
3. Bimbingan dan Konseling Bidang Layanan Sosial
4. Bimbingan dan Konseling Bidang Layanan Karir

Dengan demikian, layanan guru dalam memberikan bimbingan dan konseling merupakan sebuah implementasi dalam kurikulum merdeka guna memperhatikan ketercapaian kompetensi peserta didik pada satuan pendidikan dalam kondisi khusus untuk capaian tertentu.

SIMPULAN

Penerapan kurikulum merdeka merupakan kelanjutan kurikulum sebelumnya (K-13) yang memberikan keleluasaan pada guru dalam mengembangkan kemampuannya. Melalui aktualisasi layanan bimbingan dan konseling terhadap individu bahkan kelompok bertujuan menggali potensi yang dimiliki oleh siswa secara optimal. Dalam pelaksanaannya, guru bimbingan dan konseling dituntut untuk terus berkolaborasi dengan tenaga pendidik dalam

memfasilitasi potensi peserta didik, sehingga mereka nantinya akan benar-benar siap dalam menghadapi masa yang akan datang.

DAFTAR PUSTAKA

Buku Saku Kemendikbud RI

<https://ditsmp.kemdikbud.go.id/pentingnya-bimbingan-dan-konseling-dalam-implementasi-kurikulum-merdeka/> (diakses 08 November 2022, Pukul 08,30 WIB).

Khoirurrijal, dkk. (2022). *Pengembangan Kurikulum Merdeka*. Malang: Literasi Nusantara Malang.

Muhadjir, Noeng. (1996). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Penerbit Rake Sarasisn.

Nurihsan, Achmad Juntika. (2009). *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Refika Aditama.

Prayitno & Erman, Amti. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Purwanto. Ngalim. (2004). *Prinsip-Prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Bandung: Rosdakarya.

Sardian A.M. (2012). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.

Sudjana, Nana. (2002) *Pembinaan dan Pengembangan Kurikulum di Sekolah*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.

Sukardi, Dewa Ketut. (1985). *Pengantar Teori Konseling*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

Sukardi, Dewa Ketut. (2008). *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sukmadinata, Nana Syaodih. (2004). *Pengembangan Kurikulum Teori dan Praktek*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

PERSPEKTIF HISTORIES BIMBINGAN DAN KONSELING GLOBAL, INDONESIA, *POST MODERN* DAN REVOLUSI 4.0

Saiful Hartoyo¹, Nur Hidayah², Fitri Wahyuni³

Universitas Negeri Malang^{1,2,3}

Email: saifulhartoyo25056599@gmail.com¹, nur.hidayah.fip@um.ac.id²,
fitri.wahyuni.fip@um.ac.id³

ABSTRAK

Bimbingan dan Konseling merupakan gerakan kemanusiaan untuk negara modern. Profesi Bimbingan dan Konseling memiliki sejarah dalam rangkaian waktu. Perspektif kesejarahan dalam artikel penelitian ini mengacu pada pergerakan ilmu bimbingan dan konseling dari gambaran tokoh, kondisi dan organisasi menuju profesi dan dinamika ilmu bimbingan dan konseling global, Indonesia, post modern dan revolusi 4.0. pendekatan metode studi literatur dengan pendekatan emic kualitatif perspektif yang berorientasi pada analisis deret waktu berdasarkan perspektif sejarah bimbingan dan konseling global, Indonesia, postmodern dan revolusi 4.0

Kata kunci: *Perspektif sejarah bimbingan dan konseling global*

ABSTRACT

Guidance and Counseling is a humanitarian movement for the modern state. The Guidance and Counseling profession has a history in a series of time series. The historical perspective in this research article refers to the movement of the science of guidance and counseling from the description of figures, conditions and organizations towards the profession and dynamics of global guidance and counseling science, Indonesia, post modern and revolution 4.0 This study uses a literature study method approach with an emic qualitative perspective approach oriented to time series analysis based on the historical perspective of global, Indonesian, postmodern and revolution 4.0 guidance and counseling

Kata kunci: *Historical perspective of global guidance and counseling*

PENDAHULUAN

Awal perkembangan adanya profesi konseling di Amerika Serikat dimana pada saat itu sedang mengalami perubahan yang signifikan pada bidang sosial ekonomi. Perubahan yang terjadi pada saat itu dikaitkan dengan pergeseran dari masyarakat agraris dengan latar belakang di bidang pertanian yang berpindah ke kawasan industri yang berkembang untuk mencoba keberuntungan pekerjaan dan kehidupan yang lebih makmur. Transformasi keadaan inilah yang menghasilkan adanya masalah psikososial di Amerika Serikat dengan jumlah besar.

Frank Parsons yang tumbuh di Boston terkejut mengetahui perkembangan kondisi

kehidupan dan pekerjaan yang tidak manusiawi yang mewakili sisi negatif dari adanya revolusi industri di kalangan anak muda termiskin Boston. Oleh karena itu Frank Parsons membentuk suatu lembaga independen bernama Vocational Bureau di Boston. Sehingga Parsons diberi nama panggilan “Bapak Gerakan Bimbingan dan Konseling Di Dunia Pendidikan Amerika Serikat”.

Dari permasalahan inilah diketahui bahwa pertama kali bimbingan dan konseling memasuki Amerika Serikat dengan bentuk bimbingan kerja (vocational guidance) (Picchiooni,1980). Selain revolusi industri dan krisis ekonomi sosial yang dihadapi oleh masyarakat Amerika Serikat, pada saat itu layanan kesehatan jiwa di rumah sakit jiwa juga belum mampu memberikan layanan yang baik untuk membantu pasiennya sembuh dari penyakit mentalnya tersebut. Clifford Beers mantan mahasiswa dari Yale yang mana pada saat itu mengalami depresi, merasakan betapa buruknya kondisi rumah sakit jiwa pada saat itu. Para tenaga layanan kesehatan mental memberikan pelayanan yang membuat pasien semakin merasa terganggu dengan menyerang fisik dan psikis melalui verbal maupun fisik. Secara keseluruhan praktek konselor global di amerika dan negara -negara barat lainnya dominan dilakukan dunia publik atau di diluar sekolah.

Sedangkan praktik konselor di Indonesia banyak dilakukan di sekolah dalam melayani konseli. kualifikasi bimbingan dan konseling di Indonesia dimulai dari dimasukkannya bimbingan dan konseling ke dalam dunia pendidikan. Istilah bimbingan dan konseling di Indonesia bermula dari bimbingan penyuluhan yang merupakan terjemahan dari *Guidance and Counseling*. Bimbingan penyuluhan mulai masuk dalam dunia pendidikan pada tahu 1960. Penyuluhan yang dimaksud memiliki arti yang sama dengan konseling. Hal ini adalah salah satu hasil Konferensi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) yang kemudian diubah menjadi (IKIP) di Malang pada tanggal 20 sampai 24 Agustus 1960.

Bimbingan dan Konseling merupakan gagasan yang istimewa bagi negara modern. Gagasan ini timbul berawal bahwa bimbingan dan konseling dianggap sebagai pergerakan kemanusiaan setelah manusia dihadapkan pada pengalaman kolonialisme, ekspansi industrialisasi, dan periode nasionalisasi (Picchioni, 1980).

Kerangka ilmu bimbingan dan konseling didasarkan kepada pengetahuan filosofis, pengetahuan psikologis, dan pengetahuan sosiologis. pengetahuan filosofis yang digunakan dalam bimbingan (idealisme, pragmatisme, realisme, rasionalisme, dan eksistensialisme) untuk menemukan atau merasakan pendekatan yang sesuai. Begitu pula pengetahuan psikologis (psikoanalisis, behavioristik, Education" di Universitas Columbia, Buku Eddy Wibowo, Mungin (2018) yang berjudul" Profesi Konseling Abad 21" dan beberapa literatur

atau disertai baik yang sudah diterbitkan dan tidak diterbitkan. Kerangka perspektif historis pada artikel penelitian ini mengacu pada historis bimbingan dan konseling global, Indonesia, post modern dan revolusi 4.0. Diharapkan artikel ini dapat memberikan pemahaman kepada konselor tentang perspektif historis bimbingan dan konseling global, Indonesia, post modern dan revolusi 4.0.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan metode studi literatur dengan pendekatan perspektif kualitatif emik. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik studi dokumentasi dan rekaman arsip. Analisis penelitian ini berorientasi pada analisis deret waktu, yakni urutan waktu secara kronologis didasarkan pada kalimat “perspektif historis bimbingan dan konseling global, Indonesia, post modern dan revolusi 4.0”.

Metode penelitian ini memberikan perhatian pada pemaknaan atau interpretasi teks berkenaan pada perspektif historis bimbingan dan konseling global, Indonesia, post modern dan revolusi 4.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perspektif historis ilmu bimbingan dan Konseling tahun 1900-an (Permulaan Perspektif historis Bimbingan) Secara formatif, permulaan pergerakan bimbingan telah didorong oleh pionir didasarkan pada ide-ide atau pemikiran sosialisme. Adapun pionir yang mempelopori, yakni Frank Parson, Jesse Buttrick Davis, Clifford W. Beers, Eli Witwer Weaver dan Anna Yeomans Reed. Pada masa ini, pergerakan bimbingan. ilmu bimbingan sudah disadari sebagai suatu konsep. namun ilmu bimbingan tidak memiliki status yang independen hanya program tambahan pada sistem pendidikan.

Frank Parson (14 November 1854-26 September 1908) merupakan tokoh yang menyajikan kerangka konseptual karir dan panutan awal dalam bimbingan hingga diberikan julukan "bapak penggerak Bimbingan". Pemikiran parson dibingkai pada filosofis mutualisme (bagian dari sosialisme). Pada tahun 1905, Parson telah membangun lembaga "vocational bureau" di Boston, komitmen ini untuk membantu remaja yang mengalami transisi dari masa sekolah ke masa bekerja. Bentuk bimbingan parson didasarkan pada analisis diri dalam konteks sosial reformasi. Pada tahun 1909, Monograf yang berjudul "choosing a vocational" dari Frank Parson diterbitkan. Parson meyakini bahwa kesempurnaan manusia dan pergerakan sosial mengarah pada kesempurnaan dunia. Peristiwa-peristiwa ini yang mendorong timbulnya

gerakan bimbingan. kognitif, humanistik) dan pengetahuan sosiologis (kebutuhan, sikap dan penerimaan sosial, identitas diri, keterampilan komunikasi) dalam membentuk dasar dari bimbingan dan konseling. Secara formatif, permulaan pergerakan bimbingan telah didorong oleh pionir didasarkan pada ide-ide atau pemikiran sosialisme. Adapun pionir yang memelopori, yakni Frank Parson, Jesse Buttrick Davis, Clifford W. Beers, li Witwer Weaver dan Anna Yeomans Reed. Pada masa ini, pergerakan bimbingan. ilmu bimbingan sudah disadari sebagai suatu konsep. namun ilmu bimbingan tidak memiliki status yang independen hanya program tambahan pada sistem pendidikan. Perspektif historis Bimbingan dan Konseling digunakan sebagai pokok kalimat dalam melakukan tinjauan kerangka ilmu bimbingan dan konseling.

Profesi Bimbingan dan Konseling memiliki historis dalam karangan rentetan waktu yang melibatkan dinamika masalah pada setiap dekade generasi terakhir pada beberapa literatur, seperti : buku John M. Brewer (1942) berjudul "History of Vocational Guidance", Disertasi Barry dan Wolf (1955) yang berjudul "A History of The Guidance Personal Movement in Jesse Buttrick Davis (1871- 3 November 1955) merupakan konselor pertama yang melaksanakan program bimbingan secara sistematis pada lingkungan sekolah di Detroit dari tahun 1897 hingga 1907. Pada tahun 1907, Davis menjabat kepala sekolah pada sekolah menengah, kemudian Davis mendorong para guru bahasa Inggris di sekolah untuk menggunakan susunan pelajaran mengarah pada minat karier, pengembangan karakter, dan komunikasi interpersonal. Selama kurun waktu itu, program bimbingan ini menekankan pada jabatan, seleksi, dan penempatan. Clifford Whittingham Beers (30 Maret 1876-9 Juli 1943) dikenal sebagai penggerak kesehatan mental di Amerika Serikat. Pada tahun 1908, Beers telah menulis buku yang berjudul "A Mind That Found Itself" yang berisi tentang riwayat perawatan dan perlakuan yang telah dialami dalam tekanan psikologis pada lembaga kesehatan mental selama masa anak-anak. Buku otobiografi ini menjadi buku penjualan yang terlaris dan masih dicetak. Pergerakan kesehatan mental ini digunakan sebagai pengobatan emosional dan kebutuhan perkembangan dalam metode klinis, sebagaimana ilmu bimbingan menjalankan fungsinya. Eli Witwer Weaver (5 Agustus 1862-1 November 1922) dikenal sebagai edukator terbaik dan guru matematika di Sekolah Menengah Umum. Weaver diberi julukan "Bapak Bimbingan Vokasi pada Sekolah Umum. Weaver membentuk komite guru bimbingan pada sekolah di New York. Komite ini bekerja aktif dalam membantu remaja dalam menemukan kemampuan dan belajar menggunakan bakat dalam menjamin ketepatan pekerjaan.

Anna Yeomans Reed (19 September 1871-29 Juli 1946) merupakan seorang edukator progresif. Anna memberikan layanan konseling didasarkan pada sosial darwinisme. Anna

menyusun pula bimbingan pada kurikulum sekolah. Reed membangun layanan bimbingan pada sekolah di Seattle. Reed meyakini bahwa layanan bimbingan penting sebagaimana pengembangan hasil dari pendidikan. Dalam persaingan yang ketat, orang-orang memerlukan usaha terbaik pada beberapa tugas dalam melihat diri.

Perspektif historis ilmu bimbingan dan Konseling tahun 1910 -an (bimbingan pada biro, sekolah dan militer). Biro bimbingan yang dibangun masih berlanjut setelah Frank Parson meninggal. Pada tahun 1910, Biro bimbingan pada kepemimpinan baru menawarkan layanan bimbingan kepada publik. Biro bimbingan juga membangun pelatihan guru sebagai konselor. Pada proposal awal layanan bimbingan dinamakan instruksional bagi siswa dalam informasi jabatan, pengembangan layanan penempatan, dan menemukan tindak lanjut informasi. Semua unsur ini (Ketiganya) akan menjadi bagian dari praktik bimbingan modern (Picchioni, Anthony Paul, 1980).

Komite biro bimbingan melaksanakan konferensi nasional bimbingan vokasional pertama pada 15 -16 November 1910 di Boston. Konferensi ini didelegasikan pada spektrum tenaga kerja, industri, bisnis, pekerja sosial,

Buletin pertama dipublikasikan oleh NVGA dari tahun 1915 hingga 1918 "The Vocational Guidance Buletin" yang berisi medium komunikasi tentang bimbingan vokasional. Tahun 1918 hingga 1921, Buletin berubah "Vocational Guidance Association Buletin" seiring perubahan pada struktur organisasi NVGA. Pada tahun 1924, nama diubah "National Vocational Guidance Magazine". Saat ini, publikasi ini yang diterbitkan berjudul "Journal of Counselling and Development".

Selama Perang Dunia I (1914-1918), tes Intelegensi (Army Alpha dan Army Beta) dikembangkan dalam membantu merekrut personel. Penetapan tes ini menghasilkan kondisi yang memandang pengukuran sebagai suatu arti dalam ketepatan bimbingan. Pergerakan bimbingan dikembangkan didasarkan pada psikometri merupakan cabang dari psikologi dalam memberikan identitas keilmiahan.

Selama kurun waktu ini, tes intelegensi digunakan sebagai instrumen untuk seleksi, penempatan dan pelatihan bagi militer. Sesudah Perang Dunia ke I, instrumen digunakan pada populasi penduduk. Kondisi ini menandakan pergerakan psikometri sebagai salah satu keahlian dalam basis konseling.

Pada akhir tahun 1920-an, kebutuhan bimbingan dalam penyesuaian diri semakin disadari dan proses konseling semakin terlihat pada model yang ditekankan oleh konselor. Saat itu, individu menyadari perlunya proses bimbingan ditambah model konseling yang semakin menarik. Sebagai trend yang berlanjut, bimbingan karier digolongkan dalam bagian bimbingan

yang merupakan keseluruhan dari pendidikan seperti halnya bimbingan pribadi dan sosial. Selama proses ini bimbingan dilihat sebagai program layanan tambahan di sekolah.

Perspektif historis ilmu bimbingan dan Konseling tahun 1930 -an (Model Bimbingan dan Konseling Pertama) Selama dekade 1930-an, Amerika Serikat mengalami depresi dan keputusasaan. Salah satu masalah yang dihadapi adalah penempatan pada pekerjaan. Selama kurun waktu ini presiden Roosevelt meminta dan memperoleh dari kongres legislatif tentang mendirikan lembaga "Federal Emergency Relief Act" dalam membangun sistem bantuan federal. Menurut Harry L. Hopkinn, Solusi ini memandang bahwa "bantuan pekerjaan lebih baik daripada memberikan uang". Kemudian didirikan pula "The Civilian Conservation Corps (CCC)" dan "National Youth Administration (NYA)" organisasi yang menerima kaum muda antara 18 tahun hingga 25 tahun yang bekerja di luar kota. John Brewer mempublikasi buku *Education as Guidance*. Setiap guru adalah konselor. Bimbingan masuk dalam kurikulum sekolah. Publikasi *Dictionary of Occupational Titles*.

Pada tahun 1942, Carl Rogers mempublikasikan buku "Counseling and Psychotherapy". Rogers menekankan pada konseling merupakan hubungan yang lebih sekedar diagnosis. Hal ini mematahkan monopoli obat-obatan dan perawatan dalam psikiatrik. Pandangan Rogers bahwa kepribadian dapat berkembang, berlanjut, dan memiliki pilihan rasional sesuai respon dari konselor pada setiap orang. Asumsi teoritis ini menggemakan pergerakan bimbingan khususnya aspek-aspek bimbingan pada 20 tahun ke depan. Roger mendorong bahwa hubungan konseling ditandakan pada kehangatan dan responsif (mau mendengarkan) pada setiap bagian dari konselor. Suasana permisif dapat mengantarkan klien/ konseli merasakan perasaan yang dapat diungkapkan dan berpikir tanpa paksaan atau tekanan bagi klien/ konseli.

Penyatuan Profesional Bimbingan dan Konseling yang berdiferensiasi). Adanya diferensiasi pada bimbingan berawal pada dibentuk organisasi 'National Vocational Guidance Association (NVGA) tahun 1913, National Association of Dean of Women (NADW) tahun 1916, dan National Association of Personnel and Placement Officer (NAPPO) tahun 1924. Pertama kali upaya mempersatukan dilakukan pada kegiatan National Occupational Conference (NOC) di New York pada April tahun 1933 dalam kebersamaan dan keberadaan setiap organisasi profesional bimbingan.

Pada tahun 1934, laporan terakhir penerimaan 7 asosiasi membawa keberadaan yang membawa keberadaan the American Council of Guidance and Personnel Associations (ACGPA). Kelompok organisasi ini memberikan keanggotaan pada Institute of Women's Professional Relations, National Association of Dean of Women, National Federation of Bureau of Occupations, National Vocational Guidance Association, Personnel Research

Federation, Southern Women's Educational, dan Teacher College Personnel Association. Afiliasi organisasi ini diakui dan diterima serta dilaporkan kegiatan aktifitas kepada NVGA. Meskipun konsep federasi (pengabungan) telah diterima, badan ini tidak memiliki pegawai, dana, dan hanya bergerak pada kerendahan hati dari anggota-anggota.

Pada tahun 1940, the American Council of Guidance and Personnel Associations (ACGPA) berubah nama menjadi the Council of Guidance and Personnel Associations (CGPA). CGPA merupakan harapan terbaik dalam penyatuan profesional bimbingan namun sejak awal otoritas dibatasi sehingga tidak memiliki kemampuan menggerakkan komitmen dari unsur organisasi kala itu. Pada tahun 1940-an, proses penyatuan profesional bimbingan menjadi kurang diperhatikan selama mengalami krisis nasional selama Perang Dunia ke II.

Pada tahun 13 Juni 1951, NVGA merupakan asosiasi bimbingan tertua di Amerika, berubah menjadi divisi dan berubah nama menjadi the Personnel and Guidance Association (PGA). Kemudian, pada tahun Maret 1952, berubah nama menjadi the American Personnel and Guidance Association (APGA) memiliki 4 divisi, yakni : Divisi pertama, American American College Personnel Association (ACPA), Divisi kedua, National Association of Guidance Supervisors and Counselor Trainers (NAGSCT), Divisi ketiga, National Vocational Guidance Association (NVGA), dan divisi keempat, Student Personnel Association for Teacher Education (SPATE).

Pada tahun 1960-an, Konseling pada perkembangan mendapatkan perhatian. Gilbert Wrenn mempublikasikan "The Counsellor in changing World" mengantarkan perlunya sensitifitas kultur pada Leona Tyler menulis tentang Konseling dan Psikologi Konseling. Konseling Behavioral muncul sebagai teori konseling yang kuat, diawali dengan "Revolution of Counselling" karya John Krumboltz. Konselor mulai tertarik pada isu sosial dan krisis. Munculnya Community Mental Health Center Act. APGA mempublikasikan kode etik. ERIC Clearinghouse on Counselling and Personnel Services Services (CAPS) didirikan dan mulai membangun database riset mengenai konseling

Peran dan standar training untuk konselor sekolah dibuat. Jurnal The Counselling Psychologist dipublikasikan pertama kali. Dari tahun 1960 hingga 1970, layanan bimbingan dan konseling diperbaharui pada konsep perkembangan yang didorong akuntabilitas, objektifitas dan evaluasi. Hal ini memunculkan model bimbingan dan konseling perkembangan.

Pada tahun 1970-an, diversifikasi konseling di luar setting pendidikan. Derald Sue, editor Personnel and Guidance Journal, memfokuskan perhatian pada isu multikultural. American Health Counselling Association didirikan. Basic helping skills program dilembangkan oleh Allen Ivey. Lisensi dari negara bagian untuk konselor dipopulerkan

(Virginia). Pada tahun 1974, Gysbers and Moore telah menyusun model manual bimbingan dan konseling komprehensif. Model ini memiliki respek yang signifikan, diantaranya sebagai berikut : pertama, terminologi karier yang menggabungkan semua peran individu diasumsikan pada berbagai keadaan semasa hidup, kedua, penggunaan terminologi perkembangan individu yang merupakan proses menjadi sesuatu atau keadaan yang dilalui. Ketiga, karir yang dihubungkan pada konteks kehidupan individu. Keempat, memiliki pandangan holistik pada individu, seperti : kebutuhan fisik, emosi dan keunikan individu.

Banyak usaha yang telah diberikan program bimbingan dan konseling dalam mempermudah perkembangan karier di sekolah. Gysbers and Henderson (2006) mencari jejak tentang tren bimbingan dan konseling di Amerika dari tahun 1910- an hingga tahun 1970, bimbingan dan konseling sebagai layanan tambahan bagi pesertadidikmenjadiprogram perkembangan.

Perspektif historis ilmu bimbingan dan Konseling tahun 1980-an (Diversifikasi Bimbingan dan Konseling). Pada tahun 1980-an, APGA berubah menjadi American Association for Counselling and Development (AACD). standar konseling makin berkembang. Pertumbuhan dan perkembangan menjadi fokus konseling (orang dewasa dan lansia, isu gender dan preferensi seksual, perkembangan moral dan multikultural).

Perspektif historis ilmu bimbingan dan Konseling tahun 1990-an (Akuntabilitas, Kode Etik dan Standarisasi Bimbingan dan Konseling) Pada tahun 1990-an AACD berubah menjadi American Counselling Association (ACA), Isu keberagaman dan multikultural semakin berkembang. isu spiritual mulai diterima.

Perspektif historis ilmu bimbingan dan konseling di Indonesia. Di Indonesia lahirlah SK Menpan No. 83/1993 yang berisi tentang Jabatan Fungsional Guru yang memuat aturan tentang Bimbingan dan penyuluhan di sekolah yang dijabarkan lebih lanjut melalui SK Mendikbud Nomor 025/1995 sebagai pedoman dalam pelaksanaan Jabatan Fungsional Guru dan Angka Kreditnya. Dalam SK Mendikbud ini istilah dari Bimbingan dan Penyuluhan diganti menjadi Bimbingan dan Konseling di sekolah yang nantinya dilaksanakan oleh Guru Pembimbing. Dari sinilah pelaksanaan layanan dalam Bimbingan dan Konseling di sekolah sudah terarah (Zamroni & Raharjo, 2015).

Sedangkan pada tahun 1993 pelaksanaan layanan Bimbingan dan Penyuluhan di sekolah tidak terarah, sehingga berdampak buruk bagi citra BP di sekolah. Konselor dianggap polisi sekolah, BP hanya dianggap hanya sebagai pemberian nasehat siswa, BP dibatasi untuk siswa-siswi tertentu saja, BP melayani orang sakit dan atau kurang normal, BP bekerja sendiri, utamanya wali murid kurang bersahabat dengan BP. Mereka beranggapan bahwa anak yang ke

BP merupakan anak-anak yang bermasalah Setelah pola 17 dan 17 plus lahir pola baru yang disebut bimbingan komprehensif yang merupakan layanan bimbingan dan konseling komprehensif diperuntukkan bagi seluruh siswa, yang artinya semua siswa wajib memperoleh layanan bimbingan dan konseling. Titik berat dalam layanan bimbingan dan konseling komprehensif yaitu dengan mengarahkan siswa agar mampu mencegah berbagai persoalan yang menghambat perkembangannya. Terdapat empat komponen dalam pelayanan bimbingan dan konseling komprehensif yaitu: (a) kurikulum bimbingan, (b) perencanaan individual, (c) pelayanan responsif, dan (d) dukungan sistem. (Zamroni & Raharjo, 2015)

Pada tahun 2003 ditetapkan UUSPN (UU Nomor 20/2003) tentang sistem Pendidikan Nasional pasal 1 (ayat 6) bahwa “Konselor sebagai salah satu kualifikasi pendidik” (Pengakuan legal atas eksistensi konselor dalam sistem Pendidikan Nasional merupakan prestasi puncak dalam sejarah BK di Indonesia). Sebagai asosiasi profesi ABKIN (Asosiasi Bimbingan Konseling Indonesia) mendeklarasikan bahwa “Konselor adalah Pendidik dan layanan profesional yang dilakukan oleh Konselor adalah Bimbingan dan Konseling.

Setelah BK Komprehensif, terbitlah peraturan Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 memaparkan bahwa bimbingan dan konseling merupakan sebuah layanan profesional dalam satuan pendidikan yang dilakukan oleh tenaga pendidik profesional yaitu Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor. Konselor merupakan seseorang yang berpendidikan minimal Sarjana Pendidikan (S-1) dalam bidang bimbingan dan konseling dan telah menempuh Pendidikan Profesi Guru Bimbingan dan Konseling (PPG).

Kurikulum bimbingan dan konseling yaitu aktifitas dalam bimbingan dan konseling yang dirancang untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik guna membantu siswa agar memperoleh perkembangan yang baik, mendapatkan keterampilan dasar hidupnya dan mempunyai mental yang sehat. Layanan perencanaan individual merupakan layanan bantuan yang mampu membantu individu dalam merencanakan dan menjalankan masa depannya. Pelayanan responsif merupakan sebuah layanan bantuan bagi para siswa dengan masalah yang urgent atau dapat dikatakan membutuhkan pertolongan cepat. Dukungan sistem merupakan sebuah kegiatan yang bertujuan memantapkan, dan meningkatkan program bimbingan dan konseling secara meluas melalui kegiatan pengembangan profesional, hubungan staf dan masyarakat sekitar, konsultasi dengan guru, manajemen program, penelitian dan pengembangan. Program ini memberikan dukungan kepada guru bimbingan dan konseling (konselor) dalam upaya memperlancar pelaksanaan program (Zamroni & Raharjo, 2015).

Dalam proses belajar mengajar, guru tidak hanya berperan sebagai penyampai ilmu, tetapi juga bertanggung jawab terhadap perkembangan kepribadian peserta didik. Berdasarkan

(Ahmadi, 2010), guru harus menciptakan proses pembelajaran sedemikian rupa sehingga dapat merangsang siswa untuk belajar secara efektif dan dinamis untuk memenuhi dan mencapai tujuan yang diharapkan. Dengan kemajuan yang dicapai dalam bidang ilmu pengetahuan dan teknologi, maka akan semakin memicu perubahan yang terjadi dalam berbagai bidang kehidupan manusia dan berdampak pada bergesernya nilai-nilai budaya dan agama di kehidupan setiap individu.

Guru profesional bukan lagi hanya guru yang mampu mengajar dengan baik tetapi guru yang mampu menjadi pembelajar dan agen perubahan sekolah. Guru profesional juga mampu menjalin dan mengembangkan hubungan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolahnya. Karena itu, guru profesional pada umumnya, dan guru bimbingan dan konseling secara khusus, selalu beradaptasi ke waktu. Saat ini di era industri 4.0, sudah menjadi kewajiban bagi guru untuk memiliki empat kompetensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku yaitu kompetensi pedagogik, kompetensi profesional, kompetensi sosial, dan kompetensi kepribadian. Oleh karena itu, BK guru perlu mengembangkan empat kompetensi tambahan, yaitu; 1) kompetensi kritis, 2) kompetensi kreatif, 3) kompetensi komunikatif, dan 4) kompetensi kolaboratif dalam menghadapi tantangan yang dihadirkan oleh era industri 4.0 yang disruptif.

Perspektif historis ilmu bimbingan dan konseling Postmodern. Lahirnya postmodernisme tidak dapat dilepaskan dari adanya paham modernisme. Pandangan modernisme menganggap bahwa kebenaran ilmu pengetahuan bersifat mutlak dan objektif, artinya tidak adanya nilai dari manusia. Di sinilah lahir suatu paham baru yaitu postmodernisme yang dipelopori oleh beberapa tokoh seperti Jean Francois Lyotard, Anderson & Goolishian, Insookimberg, Steve de Shazer, Michael white, David Epston. Postmodernisme merupakan kelanjutan dan koreksi dari modernisme untuk memberikan suatu pemikiran baru dan solusi dalam pandangannya terhadap ilmu pengetahuan. Utamanya dalam ranah bimbingan konseling. Tokoh Teori Postmodern.

INSOO KIM BERG seorang pengembang dari pendekatan solusi-terfokus. Sampai kematiannya pada tahun 2007, dia adalah direktur Brief Therapy Family Center di Milwaukee, Wisconsin. Sebagai pemimpin dalam praktek terapi singkat solusi yang berfokus, dia memberikan workshop di Amerika Serikat, Jepang, Korea Selatan, Australia, Denmark, Inggris, dan Jerman. Di antara tulisan-tulisannya adalah Layanan Berbasis Keluarga: Sebuah Pendekatan Solusi-Terfokus (1994), Bekerja Dengan Masalah pemabuk: Sebuah Pendekatan Solusi-Terfokus (Berg & Miller, 1992), dan Wawancara untuk Solusi, (De Jong & Berg, 2008).

Historical Glimpse Constructionism Social (Sejarah pandangan konstruksionisme sosial). Freud, Adler, dan Jung adalah bagian dari paradigma besar pergeseran yang mengubah psikologi maupun filsafat, ilmu pengetahuan, medis, dan bahkan seni. Pada abad ke-21, postmodern konstruksi alternatif sumber pengetahuan tampaknya menjadi salah satu pergeseran paradigma yang paling mungkin mempengaruhi bidang psikoterapi. Penciptaan diri, yang begitu mendominasi modernis mencari hakikat manusia dan kebenaran. Untuk beberapa constructionists sosial proses “mengetahui” termasuk sebuah ketidakpercayaan dari posisi yang dominan menyerap budaya keluarga dan masyarakat hari ini (White & Epston, 1990), dan perubahan dimulai dengan dekonstruksi kekuatan narasi budaya dan kemudian dilanjutkan dengan co-konstruksi kehidupan makna baru.

Ada sejumlah perspektif praktek terapi postmodern, yang paling terkenal adalah pendekatan sistem bahasa kolaboratif (Anderson & Goolishian, 1992), yang berfokus pada solusi terapi singkat (de Shazer, 1985, 1988, 1991, 1994), berorientasi terapi solusi (Bertolino & O’Hanlon, 2002; O’Hanlon & Weiner-Davis, 1989), dan narasi terapi (White & Epston, 1990). Bagian berikutnya membahas bahasa kolaboratif pendekatan sistem, tapi bab ini membahas dua dari pendekatan postmodern yakni: berfokus pada terapi solusi dan terapi narasi singkat.

The Collaborative Language Systems Approach (Pendekatan system kolaborasi bahasa) Dinyatakan oleh Harlen Anderson dan almarhum Harold Goolishian (1992) dari Institut Galveston Houston. Lebih menolak terapis dikontrol dan intervensi berdasarkan teori-lain pendekatan terapeutik Amerika Utara, Anderson dan terapi Goolishian mengembangkan kepedulian dengan klien. Sikap mereka mirip dengan Carl Rogers.

Sistem sosiokultural di mana orang hidup adalah produk interaksi sosial, bukan sebaliknya. Ketika orang mencari terapi, mereka sering “terjebak” dalam sistem dialogis yang memiliki bahasa yang unik, makna, dan proses yang terkait dengan “masalahnya. “Dalam pendekatan ini pertanyaan-pertanyaan yang diminta terapis selalu diinformasikan oleh klien. Terapis memasuki sesi dengan beberapa pengertian dari arahan atau dari apa yang diinginkan klien. Jawaban klien menyediakan informasi yang merangsang kepentingan therapist, masih dalam penyelidikan postur, dan pertanyaan lain merupakan hasil dari setiap jawaban yang diberikan. Suatu cerita adalah representasi pengalaman; itu membangun sejarah di masa sekarang” (Anderson & Goolishian, 1992).Percakapan berkembang menjadi dialog makna baru, constructing kemungkinan naratif baru Therapis telah menanamkan sebagai kedua konsep kunci; yang berfokus pada solusi dan pendekatan terapi naratif Solutions Focused Brief Therapy (SFBT) (Terapi Singkat Solusi Terfokus) Key Concepts.

De Shazer (1988, 1991) menunjukkan bahwa tidak perlu mengetahui penyebab masalah untuk menyelesaikannya, dan bahwa tidak ada hubungan antara masalah dan solusi mereka. Mengumpulkan informasi tentang problem tidak diperlukan untuk perubahan, kecuali: Jika mengetahui problem dan memahami problem tidak penting, jadi mencari solusi yang “benar”. Setiap orang mungkin mempertimbangkan beberapa solusi, dan apa yang benar bagi satu orang mungkin tidak cocok untuk orang lain (Bertolino & (? ‘Hanlon, 2002; Gingerich & Eisengart, 2000; O’Hanlon & Weiner-Davis, 1989).

Orientasi positif; Solusi yang berfokus pada terapi singkat (SFBT) didasarkan pada asumsi bahwa orang-orang yang sehat dan berkompeten, memiliki kemampuan untuk membangun solusi yang dapat meningkatkan kehidupan mereka. Proses terapeutik menyediakan suatu konteks dimana individu fokus pada pemulihan dan menciptakan solusinya, bukan membicarakan masalah mereka. O’Hanlon (1994) menggambarkan orientasi positif ini: “mengembangkan solusi-meningkatkan kehidupan bagian dari kehidupan manusia daripada berfokus pada masalah dan perubahan luar biasa dapat terjadi sangat cepat”. Terapis dapat berperan dalam membantu orang dalam membuat suatu pergeseran dari masalah dengan kemungkinan-kemungkinan baru, dapat mendorong dan menantang klien untuk menulis cerita yang berbeda dan berakhir pada sesuatu yang baru (O’Hanlon, dikutip dalam Bubenzer & West, 1993).

Mencari kerja apa; Individu membawa cerita untuk terapi. Beberapa digunakan untuk membenarkan keyakinan kehidupan mereka, data tidak dapat diubah atau, lebih buruk lagi bahwa hidup akan bergerak semakin jauh dari tujuan mereka.

Terapis yang berfokus solusi Singkat membantu klien dalam memberi perhatian pada pengecualian untuk pola masalah mereka (Miller, Hubble, & Duncan, 1996). SFBT berfokus pada mencari tahu apa yang dilakukan orang-orang yang bekerja dan kemudian membantu mereka dalam menerapkan budaya untuk menghilangkan masalah dalam jumlah waktu yang sesingkat mungkin. O’Hanlon (1999) menyatakan: “itu mendorong orang untuk pindah dari sifat menganalisis masalah yang muncul dan sebagai gantinya mulai mencari solusi dan mengambil tindakan pemecahannya”.

Ada berbagai cara untuk membantu klien dalam berpikir tentang apa yang telah mereka kerjakan. De Shazer (1991) lebih memilih untuk melibatkan klien dalam percakapan yang mengarah.

Menurut Hill (2012), itu adalah penting untuk menekankan strategi yang diprakarsai konselor untuk perguruan tinggi dan kesiapan karir; sesuatu kelompok konselor sekolah ini menemukan tantangan. Salah satu dari beberapa layanan BK yang dapat digunakan sesuai

dengan perkembangan zaman dan dapat dilakukan untuk berbagai macam masalah adalah layanan konseling berorientasi postmodern (Geldard & Geldard, 2012). Pendekatan postmodern merupakan pendekatan yang berjalan singkat yang berfokus pada pemecahan masalah (solusi) yang menekankan pada potensi konseli, bukan berfokus pada penyebab atau problem (Corey, 2012).

Pendekatan postmodern menekankan pada konseli yang merupakan individu yang unik dan subjektif serta bahasa atau naratif yang dikonstruksikan sendiri oleh konseli, pendekatan postmodern menjelaskan bahwa proses layanan sepenuhnya berada pada konseli. Kegiatan naratif memberikan kesempatan untuk menyusun sistematika dalam peristiwa, dan untuk menciptakan kesinambungan antara masa lalu, saat ini, dan pandangan ke depan.

Perspektif historis ilmu bimbingan dan konseling di revolusi industri 4.0. Sedangkan di era revolusi industri 4.0 ini, pemenuhan kebutuhan berupa informasi menjadi sangat mudah dengan hadirnya internet yang menyediakan transfer informasi secara cepat (Riyanto, 2011). Seperti yang kita ketahui bahwa perkembangan sains teknologi menuntut pergeseran dari paradigma pembelajaran konvensional menuju berbasis teknologi paradigma belajar. Selain itu, pembelajaran yang unggul membutuhkan guru yang profesional.

Sementara itu, para guru yang berasal dari era pra-digital mengalami kesulitan dalam membangun komunikasi yang efektif dengan anak-anak atau siswa dari era digital. Kebiasaan dan cara mereka belajar tentu sangat berbeda dengan kebiasaan dan cara guru dan orang tua belajar di masa lalu. Hal ini sering membuat kedua belah pihak, siswa di satu sisi dan para guru dan orang tua di sisi lain, menjadi frustrasi karena kurangnya pemahaman yang baik antara murid dan guru (Indrawan dan Andriyani, 2019).

Sesuai dengan perkembangan zaman dari segala aspek kehidupan termasuk pendidikan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling yang terus mengalami perkembangan mulai dari teori yang muncul di awal sampai saat ini terdapat banyak sekali pendekatan-pendekatan baik yang bersifat (kognitif, afektif, dan behavior). Menjadi suatu tantangan tersendiri bagi para konselor atau Guru BK dalam memberikan layanan di era yang serba digital dan online ini.

KESIMPULAN

Secara formatif, permulaan perspektif historis bimbingan dan konseling telah didorong oleh pionir didasarkan pada ide- ide atau pemikiran sosialisme. Keadaan yang berkembang pada setiap dekade memberikan sumbangan besar dalam perkembangan profesi Bimbingan dan Konseling dalam perspektif historis bimbingan dan konseling global, Indonesia, post modern dan revolusi 4.0

Program layanan bimbingan dan konseling yang tertera pada Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 adalah program tahunan dan program semesteran. Selain itu, satu orang guru BK mengampu 150 siswa dalam pemberian layanan. Pada dasarnya Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 mengadopsi pelayanan bimbingan dan konseling komprehensif sebagai acuan utama. Perubahannya terletak pada pengembangan fungsi dalam bimbingan dan konseling berkembang menjadi Pemahaman, Pencegahan, Perbaikan, Pemeliharaan, Pengembangan, Penyaluran, Penyesuaian dan Adaptasi.

Guru bimbingan dan konseling pada masa kini memiliki tantangan yang semakin besar. Oleh sebab itu, guru BK memiliki kewajiban untuk memperbaharui kompetensinya dalam memberikan bimbingan dan konseling terhadap siswa di sekolah. "Jadi, tantangan guru BK di era disrupsi ini adalah guru BK harus meng-update kompetensinya termasuk meng-update kepelayanannya, sejak dari mindset, sampai ke strategi pelayanannya. Karena, guru BK mengantar peserta didik untuk mengembangkan potensinya, sementara dinamika, mindset dan perilaku peserta didik juga berubah dengan era disrupsi ini (Imawanty, 2019).

Salah satu dari beberapa layanan BK yang dapat digunakan sesuai dengan perkembangan zaman dan dapat dilakukan untuk berbagai macam masalah adalah layanan konseling berorientasi postmodern (Geldard & Geldard, 2012). Pendekatan postmodern merupakan pendekatan yang berjalan singkat yang berfokus pada pemecahan masalah (solusi) yang menekankan pada potensi konseli, bukan berfokus pada penyebab atau problem (Corey, 2012).

Pendekatan postmodern menekankan pada konseli yang merupakan individu yang unik dan subjektif serta bahasa atau naratif yang dikonstruksikan sendiri oleh konseli, pendekatan postmodern menjelaskan bahwa proses layanan sepenuhnya berada pada konseli. Kegiatan naratif memberikan kesempatan untuk menyusun sistematika dalam peristiwa, dan untuk menciptakan kesinambungan antara masa lalu, saat ini, dan pandangan ke depan.

Diharapkan pada artikel ini, konselor dapat menggunakan historis masa lalu dalam menghadapi masa mendatang untuk mengoptimalkan kemandirian konseli.

DAFTAR PUSTAKA

- Adoga, R. O. (2015). The Historical Development of Guidance and Counseling. *African Journal Of Cross-Cultural Psychology and Sport Facilitation (AJCPSF)*, Vol.17 1119-7056.

- Brewer, John M. (1942). *History of Vocational Guidance, origin and early development*. Harper & Brother: USA.
- Blocher, Donald H. (2000). *The Evolution of Psychology Counselling*. Springer: New York.
- Corey, G. (2009). *Teori dan Praktek dari konseling psikoterapi*. Jakarta: ERESKO Cumberland.
- Feist, J., Feist, G. J., & Robert, T.-A. (2017). *Theories of Personality (Edisi 8)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Foxx, Parikh Sejal. Baker, Stanley.B. Gerler.jr, Edwin R. (2017). *School counselling in the 21 st century sixth edition*. Routledge: Newyork.
- Geldard, K., & Geldard , D. (2012). *Konseling Remaja*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Hitchcock.
- Leong, Frederick T. (2008). *Encyclopedia of Counseling*. Changes and challenges for Counselling in the 21 st century. SAGE: USA.
- Li Geldard, K., & Geldard , D. (2012). *Konseling Remaja*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar North Texas. [https://en.m.wikipedia.org/wiki/Frank_Parsons_\(social_reformer\)](https://en.m.wikipedia.org/wiki/Frank_Parsons_(social_reformer))
https://www.findagrave.com/memorial/161_028756/jesse-buttrick-davis
https://en.m.wikipedia.org/wiki/Clifford_Whittingham_Beers
- Parry, M. (2010). From a Patients Perspective: Clifford Whittingham Berrs Work to Reform Mental Health Services. *American Journal Of Publik Health*, 2356-2357.
- Picchioni, A. P. (1980). *History Of Guidance In The United States*. North Texas: Dissertation University of Texas.
- Prayitno. (2012). *Kilas Balik Sejarah Lahirnya Bimbingan dan Konseling di Indonesia*. Disajikan dalam Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling tanggal 12 Juni 2012 di Universitas Negeri Medan.
- Pribadi, H. (2020). Historis Bimbingan dan Konseling (Dekade Pergerakan Profesi Bimbingan dan Konseling). *Jurnal Bimbingan dan Konseling Borneo*, 2(1) 1928.
- Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014. *Jurnal Konseling Gusjigang*. 1 (1) 1-11.
- Wibowo, M. E. (2018). *Profesi Konseling Abad 21*. Semarang: UnnesPress. Zamroni, E & Rahardjo, S. (2015) *Manajemen Bimbingan dan Konseling Berbasis*.
- William L. Mabry,N.Kemp. (1971). *Readings in Guidance*. Georgia Southern College: NewYork.

IMPLEMENTASI BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP KEPUTUSAN PEMILIHAN MATA PELAJARAN PADA KURIKULUM MERDEKA BELAJAR

**Aji Mulya Pratama¹, Alief Laili Budiyo², Muhammad Minanurrohman³,
Nur Hidayah⁴, Fitri Wahyuni⁵**
Universitas Negeri Malang^{1,2,3,4,5}

aji.mulya.2201118@students.um.ac.id¹, alief.laili.2201118@students.um.ac.id²,
muhammad.minanurrohman.2201118@students.um.ac.id³, nur.hidayah.fip@um.ac.id⁴,
fitri.wahyuni.fip@um.ac.id⁵

ABSTRAK

Bimbingan kelompok merupakan proses pemberian bantuan secara preventif kepada konseli dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok yang dilaksanakan menggunakan teknik diskusi yang terjadi interaksi antara individu-individu yang terlibat dalam kelompok, saling bertukar pengalaman, bertukar informasi, pemecahan masalah, dan keaktifan anggota kelompok. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji dan memberikan gambaran mengenai layanan bimbingan kelompok terhadap keputusan pemilihan mata pelajaran pada kurikulum merdeka belajar. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan literature review dengan metode naratif yang dikaji dan dianalisis menggunakan literature-literature mengenai implementasi bimbingan kelompok terhadap keputusan pemilihan mata pelajaran pada kurikulum merdeka belajar. Hasil penelitian bahwa Bimbingan kelompok teknik diskusi dapat dilakukan untuk membantu peserta didik dalam menentukan pilihan mata pelajaran yang diinginkan sesuai dengan minat bakat dan aspirasinya sesuai dengan kurikulum merdeka belajar yang telah ditetapkan kemendikbud.

Kata kunci: *Bimbingan kelompok, merdeka belajar, pemilihan mata pelajaran*

ABSTRACT

Group guidance is a process of providing preventive assistance to counselees in group situations. Group guidance is carried out using discussion techniques where there is interaction between the individuals involved in the group, exchanging experiences, exchanging information, problem solving, and the activeness of group members. The purpose of this research is to examine and provide an overview of group guidance services on the decision to choose subjects in the independent learning curriculum. The research method used in this research is a literature review with a narrative method which is reviewed and analyzed using the literature regarding the implementation of group guidance on the decision to choose subjects in the independent learning curriculum. The results of the study show that group discussion technique guidance can be carried out to assist students in determining the desired subject choices according to their interests, talents and aspirations in accordance with the independent learning curriculum that has been set by the Ministry of Education and Culture.

Keywords: *Group guidance, independent learning, choice of subjects*

PENDAHULUAN

Bertepatan pada hari guru di tahun 2019, Menteri Nadiem Makarim meluncurkan kurikulum baru yang disebut dengan Merdeka Belajar. Dimana kurikulum merdeka ini digagas untuk meningkatkan kualitas yang mampu berdaya saing ditingkat lokal hingga global (Arifin, 2021). Hendri (2020) berpendapat bahwa kemerdekaan belajar dapat diwujudkan melalui kemerdekaan dalam berpikir dan berinovasi pada guru, sehingga kemerdekaan berpikir dapat mengilhami dan menginspirasi para siswa untuk berfikir secara merdeka.

Merdeka belajar merupakan sebuah program kebijakan baru yang diterbitkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Kemendikbud RI) (Arifin & Muslim, 2020). Kemendikbud telah menerbitkan surat edaran nomor 1 tahun 2020 mengenai kebijakan Merdeka Belajar dalam menentukan kelulusan siswa dan Penerimaan Peserta Didik Baru (PPDB) tahun ajaran 2020/2021 yang ditujukan kepada gubernur dan bupati atau walikota seluruh Indonesia (Chrismastianto, 2021). Kemudian Muhsin (2021) memaparkan bahwa merdeka belajar yang diumumkan oleh Menteri Pendidikan Nadiem Anwar Makarim dibentuk dengan tujuan untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, tidak membosankan dan agar peserta didik menjadikan belajar itu sebuah hobby dan menjadi arah pembelajaran yang berfokus pada peningkatan kualitas sumber daya manusia. Menurut Nadiem makna kemerdekaan berpikir harus dimulai dari para guru sebagai pendidik sebelum mereka mengimplementasikan kepada peserta didik. Program merdeka belajar ini dilahirkan atas dasar banyaknya keluhan dalam sistem pendidikan. Salah satu keluhan seperti banyaknya peserta didik yang dipatok oleh nilai-nilai tertentu (Wijayanto, 2021).

Mastuti et al., (2022) menjelaskan bahwa Kurikulum Merdeka lebih berfokus pada materi yang hakiki dan mengembangkan kompetensi siswa sesuai pada fasenya. Kegiatan pembelajaran di sekolah diharapkan menjadi lebih berarti, mendalam, tidak tergesah-gesah dan menyenangkan bagi peserta didik. Seperti yang dijelaskan oleh Kemendikbud dalam (Media, 2022) yang menjelaskan bahwa kurikulum Merdeka Belajar ini memiliki tiga keutamaan, yaitu (1) lebih sederhana dan mendalam karena pembelajaran yang diselenggarakan berfokus pada materi yang esensial dan mengembangkan kompetensi siswa sesuai fasenya; (2) lebih merdeka dikarenakan sudah tidak ada lagi kelas IPA, IPS dan Bahasa, sehingga siswa siswi dapat memilih mata pelajaran yang diinginkannya sesuai dengan minat, bakat, dan harapannya; (3) lebih relevan dan interaktif karena proses pembelajaran dilakukan dengan melalui kegiatan proyek sehingga memberikan kesempatan

yang lebih besar kepada peserta didik secara aktif mengeksplorasi topik-topik actual dalam mendukung pendidikan karakter dan kompetensi siswa dalam profil pelajar pancasila.

Merdeka belajar berfokus pada kebebasan dalam proses belajar dengan stting yang sesuai dengan kemampuan yg dimiliki siswa. Dalam peluncuran merdeka belajar kemendikbud mengkemas dengan mengadakan program sekolah penggerak. Dengan adanya sekolah penggerak ini dirancang untuk menciptakan generasi pembelajar. Yang berkepribadian jiwa pelajar pancasila. Demi keberhasilan yg diharapkan maka dibutuhkan peran seorang guru sesuai dengan pendapat (Alina, 2020) “guru sebagai subjek utama yang berperan diharapkan mampu menjadi penggerak untuk mengambil tindakan yang memberikan hal-hal positif kepada peserta didik”. salah satu persiapan dalam menghadapi tantangan perubahan zaman dengan mengubah dan melakukan penataan ulang kurikulum dalam sistem pendidikan nasional di Indonesia (Yamin & Syahrir, 2020). Begitu juga dengan apa yang disampaikan oleh mentri pendidikan Nadiem Makariem bahwa “reformasi pendidikan tidak bisa dilakukan semata-mata menggunakan administrasi approach, melainkan harus melakukan culture transformation” (Satriawan et al., 2021). Sejalan juga dengan pendapat “konsep merdeka belajar ini kemudian dapat diterima mengingat visi misi pendidikan Indonesia kedepan demi terciptanya manusia yang berkualitas dan mampu bersaing diberbagai bidang kehidupan” (Sibagariang et al., 2021). Adanya kurikulum merdeka ini diharapkan mampu mengembangkan bakat dan potensi peserta didik yang dimilikinya karena didalam kurikulum merdeka ini terdapat pembelajaran yang kritis, berkualitas, ekspresif, aplikatif, variatif, dan progresif. “Serta adanya perubahan kurikulum baru ini diperlukan kerjasama, komitmen yang kuat, kesungguhan dan implementasi nyata dari semua pihak, sehingga profil pelajar pancasila dapat tertanam pada peserta didik” (Fetra Bonita Sari, Risda Amini, 2020).

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru bimbingan dan konseling di Probolinggo ditemukan bahwa terdapat siswa yang bingung memilih mata pelajaran pilihan. Sejalan dengan uraian diatas maka konselor atau guru bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu peserta didik dalam menentukan pilihan mata pelajaran yang diinginkannya untuk mewujudkan kurikulum merdeka. Seperti yang telah dikemukakan diatas bahwa peserta didik memilih mata pelajaran sendiri sesuai dengan minat, bakat serta aspirasinya. Dengan demikian langkah preventif agar peserta didik benar benar memilih sesuai diri sendiri secara tepat konselor perlu memberikan pemahaman melalui layanan bimbingan kelompok dalam mengedukasi peserta didik dalam memilih mata pelajaran yang diinginkan.

Bimbingan kelompok sangat diperlukan untuk memberikan pemahaman kepada peserta didik dalam memilih mata pelajaran. Maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji

dan memberikan gambaran mengenai layanan bimbingan kelompok terhadap keputusan pemilihan mata pelajaran pada kurikulum merdeka belajar. Dengan demikian siswa diharapkan dapat memilih mata pelajaran sesuai dengan minat, bakat, dan aspirasinya sehingga peserta didik dapat memenuhi tugas perkembangannya.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan literature review dengan metode naratif yang dikaji dan dianalisis menggunakan literature-literature mengenai implementasi bimbingan kelompok terhadap keputusan pemilihan mata pelajaran pada kurikulum merdeka belajar. Literature review merupakan sebuah metode penelitian yang sistematis, tegas, dan reproduksibel untuk melakukan sebuah identifikasi, evaluasi, dan sintesis terhadap sebuah karya yang diperoleh dari hasil pemikiran dan hasil penelitian yang dihasilkan oleh para praktisi dan peneliti (Ulhaq & Rahmayanti, 2020). Peneliti menggunakan literature yang bersumber dari jurnal nasional maupun jurnal internasional. Pada tahap awal peneliti melakukan pencarian artikel jurnal antara tahun 2022. Literature review bertujuan untuk menyediakan teori untuk penelitian yang dirancang, mempelajari keluasan serta kedalaman sebuah penelitian yang sudah ada terkait topik yang akan diteliti, menjawab pertanyaan-pertanyaan melalui pemahaman terhadap penelitian terdahulu (Okoli & Schabram (2010). Pendapat lain dikemukakan oleh Cohen et al (2018) yang menjelaskan tentang pentingnya mengkaji literature bahwa sebuah teori dapat membantu kita untuk memilih, mengklasifikasikan dan mengatur ide, proses dan konsep dalam melakukan sebuah penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil kajian literature terhadap keefektifan bimbingan kelompok, maka ditemukan beberapa penelitian yang relevan untuk ditelaah lebih lanjut yang telah dipaparkan pada tabel dibawah ini. Hasil penelitian dipilih berdasarkan variable penelitian yang hampir mirip mendekati penelitian yang dilakukan peneliti.

Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Effectiveness of Group guidance Discussion technique To Improving Student's Academic Grit (Munawaroh & Wangid, 2022)	Metode yang digunakan adalah metode eksperimen dengan desain one group pretest-posttest	Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik diskusi efektif dalam membantu memecahkan masalah siswa khususnya dalam meningkatkan grit akademik siswa. Perubahan yang signifikan dalam grit akademik pada seluruh subjek penelitian

The Effectiveness of Group Guidance Using Film Media and Assignment Technique to Develop Students Respect Attitude (Nurdiyanti, et al, 2020)	Metode yang digunakan adalah eksperimen dengan rancangan Randomized Pre-test - post-test comparison group design	Hasil penelitian menyebutkan bahwa terdapat perbedaan antara tingkat keefektifan penggunaan media film dan teknik penugasan dalam mengembangkan Sikap menghargai siswa. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa penggunaan media film lebih efektif dibandingkan dengan penggunaan teknik penugasan. Selain itu, layanan bimbingan kelompok yang menggunakan kombinasi antara media film dan teknik penugasan lebih efektif untuk mengembangkan rasa hormat siswa.
Penerapan Bimbingan Kelompok Untuk Kemantapan Pilihan Karir Siswa Kelas X-3 SMA Sunan Drajat Sugio-Lamongan (Sari & Nursalim, 2014)	Metode penelitian menggunakan Pre-Experiment dengan jenis One-Group Pre-test and Post-test Design. Subyek penelitian ini adalah delapan siswa kelas X-3 SMA Sunan Drajat Sugio yang memiliki kemantapan pilihan karier rendah.	Hasil analisis penelitian menunjukkan bahwa $N = 8$ dan $x = 0$, maka diperoleh $\square = 0,004$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok.

Kamaruzzaman (2016) memaparkan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan sebuah layanan yang dilakukan secara langsung terhadap kelompok tertentu dengan tujuan untuk membantu konseli mengurangi masalah yang sedang dirasakan melalui dinamika kelompok. Sedangkan Prayitno & Amti (2009) juga menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah pemberian informasi kepada para anggota kelompok dengan tujuan tertentu. Sedangkan Azhar dkk (2020) mendefinisikan bimbingan kelompok merupakan layanan yang dapat menjadikan konseli memperoleh kesempatan untuk menyelesaikan permasalahannya melalui dinamika kelompok, masalah yang dibahas merupakan permasalahan yang dialami anggota kelompok. Bennett (Romlah, 2013) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok dapat memberikan kesempatan kepada anggota kelompok dalam mempelajari hal-hal penting yang bermanfaat guna mengarahkan anggota kelompok kepada suatu hal yang berhubungan dengan permasalahan dibidang pribadi, sosial, karir, dan belajar. Sulistyowati (2016) memaparkan bahwa bimbingan kelompok dapat menjadikan individu mengurangi rasa malu,

emosional, penakut, pemarah dan agresif, serta mampu mencegah terjadinya konflik yang dirasakan.

Teknik yang digunakan dalam pemberian layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah teknik diskusi. Djamarah dan Zain (2013) mendefinisikan teknik diskusi sebagai salah satu teknik belajar mengajar yang dilakukan guru disekolah. Proses diskusi terjadi interaksi antara individu-individu yang terlibat dalam kelompok, saling bertukar pengalaman, bertukar informasi, pemecahan masalah, dan keaktifan anggota kelompok. Maulana (2016) menjelaskan bahwa teknik diskusi memiliki kelebihan jika dibandingkan dengan beberapa teknik lain yang ada dalam bimbingan kelompok. Dalam teknik diskusi anggota kelompok diharapkan aktif dalam diskusi kelompok seperti bertukar ide, pendapat, dan pengalaman yang dimiliki masing-masing anggota kelompok untuk mendiskusikan topik permasalahan yang sedang dibahas dan mencari solusi bersama (Setyorini & Nugroho, 2019).

Prayitno (Supriyanto, 2017) menjelaskan bahwa terdapat empat tahapan dilaksanakan dalam bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi kelompok, yang pertama tahap pembentukan, dimana pada tahap ini terdapat beberapa kegiatan yang dilakukan oleh pemimpin dan anggota kelompok. Konselor sebagai pemimpin kelompok yang mengatur sekaligus pelaksana dalam kegiatan diskusi kelompok. Pada tahap pembentukan konselor menjelaskan tentang pengertian dan tujuan bimbingan kelompok, menjelaskan tata cara pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok, selain itu konselor juga menjelaskan asas-asas dalam bimbingan kelompok. Tugas anggota kelompok pada tahap pembentukan adalah perkenalan diri secara bergantian dengan permainan atau *ice breaking* dalam menciptakan suasana keakraban antar anggota dan pemimpin kelompok.

Kedua, tahap peralihan dimana pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan pada tahap berikutnya. Konselor juga menanyakan kesiapan anggota kelompok dalam memasuki tahap berikutnya. Ketiga, tahap kegiatan yang merupakan inti dari pelaksanaan bimbingan kelompok. Pada tahap ini konselor sebagai pemimpin kelompok akan mengemukakan sebuah topik yang akan dibahas secara bersama dengan anggota kelompok. Tanya jawab dilakukan anggota kelompok dengan pemimpin kelompok mengenai hal-hal yang berkaitan dengan topik permasalahan yang dibahas. Anggota kelompok membahas topik permasalahan secara tuntas dan mendalam. Dalam tahap ini pemimpin kelompok dan anggota kelompok membahas tentang pemahaman dan pemberian informasi mengenai pemilihan mata pelajaran dalam kurikulum merdeka belajar. Hal ini bertujuan agar siswa dapat memilih mata pelajaran sesuai dengan minat, bakat, dan aspirasinya. Konselor dapat memberikan

pemahaman mengenai karakteristik pribadi yang dimiliki tiap-tiap anggota kelompok dalam menyesuaikan mata pelajaran pilihannya.

Keempat, tahap pengakhiran yang merupakan tahap akhir dari pelaksanaan bimbingan kelompok. Dalam tahap ini pemimpin kelompok memberitahukan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk memberikan kesan dan pesan selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung. Selanjutnya konselor mengungkapkan hasil dari kegiatan bimbingan kelompok. Konselor mendiskusikan topik kegiatan yang dilakukan pada pertemuan selanjutnya (Supriyanto, 2017).

SIMPULAN

Bimbingan kelompok merupakan proses pemberian bantuan secara preventif kepada konseli dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok yang dilaksanakan menggunakan teknik diskusi yang terjadi interaksi antara individu-individu yang terlibat dalam kelompok, saling bertukar pengalaman, bertukar informasi, pemecahan masalah, dan keaktifan anggota kelompok. Bimbingan kelompok teknik diskusi dapat membantu peserta didik dalam menentukan pilihan mata pelajaran yang diinginkan sesuai dengan minat bakat dan aspirasinya sesuai dengan kurikulum merdeka belajar yang telah ditetapkan kemendikbud.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainia, D. K. (2020). "Merdeka Belajar Dalam Pandangan Ki Hadjar Dewantara Dan Relevansinya Bagi Pengembangan Pendidikan Karakter." *Jurnal Filsafat Indonesia*, 3(3), 95–101
- Arifin, S., & Muslim, M. (2020). P-issn 2620-861x e-issn 2620-8628. *Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 1–11
- Azhar., Fitriani, Enny., & Nurasyah. (2020). Implementasi Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Disiplin Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konseling Indonesia*, 5 (2) 34-38
- Cohen, L., Manion, L. & K. Morrison (2018). *Research Methods in Education Eight Edition*. New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Djamarah, Syaiful Bahri & Aswan Zain. (2013). *Strategi Belajar Mengajar (Cetakan ke-5)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fetra Bonita Sari, Risda Amini, M. (2020). Jurnal basicedu. *Jurnal basicedu*, 3(2), 524–532.
- Hartinah, Sitti. (2017). *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: Reflika Aditama.

- Hendri, N. (2020). *Merdeka Belajar, Antara Retorika dan Aplikasi. E-Tech: Jurnal Ilmiah Teknologi Pendidikan, 08(01)*. Retrieved from http://ejournal.unp.ac.id/index.php/e_tech/article/download/107288/pdf.
- https://edukasi.kompas.com/read/2022/04/03/130000471/kurikulum-merdeka_disebut-memiliki-3-keunggulan-apa-saja
<https://jbasic.org/index.php/basicedu/article/view/971>
- Kamaruzzaman, Rustam. (2016). Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Proyeksi. *Jurnal Penelitian Tindakan, 2 (2)*, 1-8
- Mastuti, Ajeng. Gelora., Abdillah., & Maya Rumodar. (2022). Peningkatan Kualitas Pembelajaran Guru Melalui Workshop dan Pendampingan Pembelajaran Berdiferensiasi. *Jurnal Masyarakat Mandiri, 6 (5)*: 3415-3425
- Maulana, M., Hidayati, A. (2016). Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Univet Bantara Sukoharjo Angkatan Tahun 2015/2016. *Edudikara: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran, 1(1)*. Retrieved from <https://ojs.iptpisurakarta.org/index.php/Edudikara/issue/view/10>
- Media, K. C. (2022, April 3). *Kurikulum Merdeka Disebut Memiliki 3 Keunggulan, Apa Saja? Halaman all*. KOMPAS.com.
- Muhsin, H. (2021). *Kampus Merdeka di Era New Normal. Dalam: A. Muslihat dkk. Masa Depan Kampus Merdeka & Merdeka Belajar: Sebuah Bunga Rampai Dosen*. 143. Bintang Visitama Publisher.
- Munawaroh, Lailatul., & Wangid, Muhammad. Nur. (2022). Effectiveness Of Group Guidance Discussion Technique To improving Student's Academic Grit. *European Journal of Education Studies, 9 (5)*: 304-315
- Nurdiyanti, Isro'ah. Dwi., Wibowo, Mungin. Eddy., & Sugiyo. (2020). The Effectiveness of Group Guidance Using Film Media and Assignment Technique to Develop Students Respect Attitude. *Jurnal Bimbingan Konseling, 9(2)*: 125-129.
- Okoli, C. and Schabram, K. (2010). A Guide to conducting literature Review of Information System Research, *Communications of the Association for information System, 37 (43)*, 879-910
- Prayitno., & Amti, Erman. (2009). *Dasar-Dasar Bimbingan & Konseling*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Romlah, Tatiek. (2013). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: UM PRESS.
- Sari, Evi. Maya., & Nursalim. Moch. (2014). Penerapan Bimbingan Kelompok Untuk Kemantapan Pilihan Karir Siswa Kelas X-3 SMA Sunan Drajat Sugio-Lamongan. *Jurnal Bimbingan Konseling, 4(3)* :1-6

- Satriawan, W., Santika, I. D., Naim, A., Tarbiyah, F., Raya, B., Selatan, L., Timur, L., Bakoman, A., & Panggung, P. (2021). Guru Penggerak Dan Transformasi Sekolah. *Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam Volume*, 11(1), 1–12
- Setyorini, Lina. Ria. Tri., & Nugroho, Panggih. Wahyu. (2019). Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Terhadap Interaksi Sosial Siswa SMA Negeri 1 Nguter. *Jurnal Advice*, 1(1): 2685-9122
- Sibagariang, D., Sihotang, H., Murniarti, E., & Indonesia, U. K. (2021). *Peran Guru Penggerak Dalam Pendidikan. Dinamika Pendidikan*, 14(2), 88–99. <https://doi.org/https://doi.org/10.51212/jdp.v14i2.53>
- Sulistiyowati, Endah. (2016). Pemanfaatan Cinema Therapy Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Pemahaman Tentang Meningkatkan Perilaku Prosocial Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 2 Menganti. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Unesa*, 06 (2) 01-10
- Supriyanto, Bam. (2017) Penggunaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Minat Bakat Belajar Siswa.
- Ulhaq, Zulvikar. Syambani., & Rahmayanti, Mayu. (2020). *Panduan Penulisan Skripsi Literatur Review*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- Wijayanto, A. (2021). *Implementasi dan Problematika Merdeka Belajar*. OSF Preprints. <http://doiorg/10.31219/osf.io/yshk6>
- Yamin, M., & Syahrir, S. (2020). Pembangunan Pendidikan Merdeka Belajar (Telaah Metode Pembelajaran). *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 6(1), 126–136. <https://doi.org/10.36312/jime.v6i1.1121>

PENGEMBANGAN INSTRUMEN PERENCANAAN KARIR DALAM BENTUK *FLASHCARD* UNTUK SISWA SMP

Ragil Saloka Wijaya Isya Anantasmara¹, Muwakhidah muwakhidah²

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
muwakhidah@unipasby.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan instrumen perencanaan karir siswa SMP dalam bentuk flashcard yang valid dan reabel dengan kriteria ketepatan, kelayakan dan kegunaan. Model penelitian ini menggunakan model penelitian pengembangan yang mengadopsi dari Brog and Gall, (1983). Penelitian pengembangan ini menggunakan instrumen pengumpulan data yaitu angket akseptabilitas untuk uji ahli media, ahli isi dan calon pengguna (guru) dan angket keterbacaan untuk uji calon pengguna siswa. Teknik analisis data menggunakan inter-rater agreement model dari Gregory (2004) dan Guilford (1956) dan uji statistik deskriptif. Hasil dari penelitian menunjukkan nilai indeks 1 pada uji ahli media, uji ahli konten nilai indeks 0,90 calon pengguna Guru Bimbingan dan Konseling nilai indeks 1 dan calon pengguna pada siswa hasil nilai rata-rata presentase 94,18% artinya media *flashcard* dapat diterima secara teori dan praktik.

Kata kunci: *Instrumen, perencanaan karir, flashcard*

ABSTRACT

This study aims to produce a career planning instrument for junior high school students in the form of a valid and reliable flashcard with criteria of accuracy, feasibility and usefulness. This research model uses a development research model adopted from Brog and Gall, (1983). This development research uses data collection instruments, namely acceptability questionnaires for testing media experts, content experts and prospective users (teachers) and readability questionnaires for testing prospective student users. The data analysis technique used the inter-rater agreement model from Gregory (2004) and Guilford (1956) and descriptive statistical tests. The results of the study show an index value of 1 on the media expert test, the content expert test with an index value of 0.90 for prospective Guidance and Counseling Teacher users, an index value of 1 and prospective users for students with an average score of 94.18%, meaning that flashcard media can be accepted universally theory and practice.

Keywords: *Instrument, career planning, flashcard*

PENDAHULUAN

Menurut Herr dan Cramer (1984) karier mempunyai peranan yang besar dalam memenuhi kebutuhan hidup manusia dalam segi ekonomi, sosial dan psikologis. Ketika seseorang berkarier lalu mendapatkan upah, upah tersebut dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari atau primer. Seseorang yang berkarier dari segi sosial, lebih mendapat penghargaan daripada seseorang yang tidak berkarier. Secara psikologis, seseorang yang berkarier dapat meningkatkan harga diri dan kompetensi diri dengan cara mengaktualisasikan

potensi diri yang dimiliki. Diperkuat dengan teori Hierarki Kebutuhan Maslow, yang menyatakan bahwa pada dasarnya manusia memiliki 5 kebutuhan yaitu: kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kepemilikan sosial, kebutuhan akan penghargaan dan kebutuhan akan aktualisasi diri.

Apabila salah satu kebutuhan tidak terpenuhi maka akan mengganggu kelangsungan hidup manusia. Dalam hal ini karier termasuk dalam kebutuhan fisiologis yang akan berjenjang pada kepemilikan sosial, kebutuhan akan penghargaan dan kebutuhan akan aktualisasi diri. Tanpa karier, seseorang tidak bisa memenuhi kebutuhan hidupnya, seperti: kebutuhan primer atau sehari-hari, kebutuhan sekunder dan kebutuhan tersier dengan maksimal. Selain itu, angka pengangguran dan kemiskinan akan menjadi tinggi. Pengangguran berpotensi membawa dampak negatif, seperti: tindak kriminal dan kekerasan, efek psikologis yang buruk terhadap diri sendiri dan keluarga, kemiskinan, serta konflik antar masyarakat karena adanya perbedaan sosial (Hartono, 2016).

Masalah lain dalam karier, yaitu ketidaksesuaian antara pekerjaan yang diperoleh dengan potensi yang dimiliki. Hal tersebut menyebabkan seseorang tidak dapat menyelesaikan pekerjaannya dengan baik. Permasalahan karier yang sering dialami oleh siswa, yaitu: 1) Siswa belum sepenuhnya mengenali minat, bakat dan potensinya, 2) Kurangnya pengetahuan tentang studi lanjut dan karier, 3) Bingung memilih studi lanjut dan karier yang sesuai dengan peluang serta potensinya, 4) Pilihan studi lanjut yang ditempuh bukan hasil keinginannya sendiri (Supriatna, 2009). Dalam usia remaja yang masih labil, siswa mudah dipengaruhi oleh teman-temannya dalam pemilihan studi lanjut dan karier. Hal tersebut akan berdampak pada saat kegiatan belajar mengajar dan prestasi akademiknya, karena tidak sesuai dengan kemampuan dirinya.

Terdapat tiga tahap pokok perkembangan karier menurut Ginzberg (2003), yaitu: 1) tahap fantasi: 0-11 tahun (masa sekolah dasar), 2) tahap tentatif: 12-18 tahun (masa sekolah menengah), 3) tahap realistik: 19-25 tahun (masa perguruan tinggi). Pada tahap tentatif, tugas perkembangan yang harus dicapai oleh siswa yaitu: memahami minat, bakat dan potensi, mampu memilih studi lanjut dan profesi yang sesuai dengan kemampuannya, mampu merencanakan masa depannya. Jika ditinjau dari tiga tahap perkembangan karier Ginzberg (2003), siswa SMP usia 13-15 tahun termasuk dalam tahap tentatif yang dimana siswa dianggap sudah mampu untuk merencanakan karier sesuai dengan kemampuan, pengetahuan, dan keterampilan yang dimiliki. Namun, hal tersebut berbeda dengan fakta yang ada di lapangan. Banyak siswa yang mengalami keraguan dan kesulitan dalam merencanakan karier yang sesuai

dengan kemampuan dirinya. Hal tersebut dikarenakan kurangnya persiapan diri, dan kurangnya pemahaman dalam merencanakan karier yang matang.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa perencanaan karier dapat dilakukan saat siswa berada di bangku sekolah menengah pertama (SMP). Perencanaan karier yang matang menjadi hal penting untuk mengatasi persoalan karier. Seseorang yang mampu merencanakan kariernya dengan matang akan membawanya pada kesejahteraan, sehingga hal tersebut dapat menjadikan solusi untuk mengurangi angka pengangguran. Seiring dengan perkembangan zaman, persaingan di dunia karier sangatlah kompetitif. Maka dari itu, pengetahuan dan perencanaan karier yang matang harus dipersiapkan sejak dini, untuk menjadikan generasi muda yang siap bersaing di dunia karier.

Dampak positif bagi siswa yang memiliki perencanaan karier yang matang, yaitu: mengetahui berbagai macam pekerjaan/profesi, timbul sikap positif untuk menghargai pekerjaan dan melanjutkan studi lanjut, mampu merencanakan dan memilih kariernya dengan baik tanpa keraguan. Sedangkan dampak negatif dari rendahnya perencanaan karier jika tidak segera diatasi, yaitu pada keputusan karier yang akan diambil dapat menyebabkan kesalahan atau tidak sesuai dengan potensi diri yang dimiliki, rendahnya sikap positif terhadap pekerjaan/profesi tertentu serta tidak mampu dalam merencanakan pilihan karier dengan baik. Dampak negatif lainnya dari rendahnya pengenalan karier dan studi lanjut yaitu ketika memilih studi lanjut, banyak siswa yang hanya ikut-ikutan temannya, sehingga pilihan itu bukan hasil dari pilihannya sendiri atau bisa disebut salah jurusan. Salah jurusan akan berdampak pada rendahnya prestasi akademik mereka.

Hal tersebut diperkuat oleh Indonesia Career Center Network (2017) dengan menyatakan masalah yang sama yaitu sebesar 45% mahasiswa di Indonesia merasa salah memilih jurusan kuliah. Penelitian sebelumnya menyatakan sebanyak 92% siswa SMA/SMK di Indonesia merasa bingung dalam memilih studi lanjutan dan tidak mengetahui profesi apa yang cocok untuk masa depannya (Youthmanual, 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 3 Gresik, sebanyak 31,2% siswa memiliki pengetahuan yang rendah akan macam-macam karier, minat bakat dan potensi diri. Hal ini juga diperkuat dengan penelitian di SMA Negeri 9 Pontianak melalui wawancara dengan guru BK, bahwa banyak siswa yang belum mampu memahami minat bakat dirinya dan masih ragu dalam memilih studi lanjut yang sesuai dengan potensinya.

Tetapi fakta di lapangan menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah memiliki beberapa hambatan sehingga belum dapat terlaksana secara maksimal. Berikut adalah faktor yang menjadi hambatan pelaksanaan bimbingan dan konseling

di sekolah: 1) Kurangnya pemahaman personil sekolah tentang pentingnya peran bimbingan dan konseling di sekolah. 2) Kurangnya sarana dan prasarana yang mendukung kelangsungan kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah. 3) Di beberapa sekolah, guru BK tidak diberikan jam kelas oleh pihak sekolah. 4) Terbatasnya waktu yang diberikan oleh guru BK dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Selama ini guru BK telah mengupayakan untuk mengatasi permasalahan karier pada siswa, salah satunya dengan memberikan layanan bimbingan karier. Layanan bimbingan karier merupakan layanan informasi yang diberikan oleh guru BK kepada siswa mengenai studi lanjut dan dunia karier. Bimbingan karier di sekolah bertujuan untuk membantu siswa dalam memahami minat bakat dan potensinya, menambah pengetahuan mengenai dunia karir dan memandirikan siswa dalam merencanakan dan menentukan masa depannya. Teknik dan metode yang digunakan oleh guru BK dalam memberikan layanan bimbingan karir yaitu salah satunya dengan menggunakan teknik diskusi dan metode ceramah serta tanya jawab. Media yang sering digunakan hanya laptop, LCD, PowerPoint, lembar folio dan pohon karir.

Penelitian ini bertujuan mengembangkan media flashcard yang dapat digunakan oleh guru BK dalam memberikan layanan bimbingan karier. Media ini dikembangkan untuk menarik minat siswa dalam mengikuti layanan bimbingan dan konseling di sekolah dan mempersiapkan diri siswa dalam merencanakan kariernya. Pengembangan media flashcard dapat dikombinasikan dengan metode lainnya yang diharapkan mampu menghasilkan layanan bimbingan konseling yang menyenangkan serta merangsang siswa untuk berpartisipasi aktif. Media berbasis kartu (flashcard) ini dinilai efektif untuk digunakan dalam kegiatan pembelajaran.

Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan pada tahun 2018 oleh Lestari dan Romdani, serta peneliti lainnya yaitu Musbhira, Muntari dan Idrus yang menyatakan bahwa media kartu ini efektif untuk meningkatkan hasil pembelajaran. Penelitian lainnya dalam "Pengembangan media flashcard berbasis pictorial Riddle pada materi plantae untuk meningkatkan motivasi dan pemahaman konsep siswa SMA/MA kelas X" yang dilakukan oleh Puguh Setyawan dan Prof. Muslimin Ibrahim pada tahun 2019 juga menunjukkan bahwa secara validitas media flashcard praktis dan efektif untuk meningkatkan pemahaman siswa.

Kelebihan dari media flashcard yaitu: 1) Mudah digunakan dan dibawa karena ukurannya yang proporsional. 2) Desainnya menggunakan warna dan gambar yang menarik. 3) Terdapat deskripsi singkat yang memudahkan siswa dalam memahami materi. 4) Media berbasis kartu ini terbukti secara efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa dalam kegiatan pembelajaran. Sedangkan kekurangan dari media flashcard yaitu: 1) Mudah robek jika terkena

air. 2) Mudah rusak dan hilang jika tidak disimpan dengan baik. 3) Tulisan yang tertera dalam media flashcard ini tidak dapat menggunakan ukuran yang terlalu besar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mempergunakan *desain research and development* yang mengadopsi dari Borg and Gall (1983) dengan enam tahap yang dilakukan. Tahap pertama yakni melakukan studi literatur dan pengumpulan data awal, tahap kedua melakukan perencanaan, tahap ketiga menyusun produk prototipe, tahap keempat melakukan uji ahli, tahap ke lima melakukan revisi berdasarkan hasil uji ahli, tahap ke enam melakukan uji coba calon pengguna.

Subjek pada uji ahli yakni 4 ahli dari dosen Bimbingan dan Konseling untuk ahli konten, dan ahli media sejumlah 4 dosen teknologi pendidikan. Uji calon pengguna dilakukan pada 150 siswa SMP dan 4 guru Bimbingan dan konseling. Instrumen pengumpulan data untuk uji ahli dan calon pengguna (guru) mempergunakan angket akseptabilitas yang mengacu pada *standards for evaluation of educational program, projects and materials* (2009). Sedangkan uji calon pengguna siswa mempergunakan angket keterbacaan. Teknik analisis data yang dipergunakan yakni analisis data deskriptif dan data kuantitatif. Data deskriptif diperoleh dari uji ahli berupa saran dan masukan sedangkan data kuantitatif dihasilkan dari penilaian analisis *inter-rater agreement model* dari Gregory (2004) dan Guilford (1956) dan uji statistik dengan program spss for windows versi 20.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian terbagi dalam dua jenis data yakni data kuantitatif yang di analisis dengan mempergunakan *inter-rater agreement model* dari Gregory (2004) dan Guilford (1956) dan uji statistik dengan program spss for windows versi 20. Data yang kedua yakni data deskriptif yang berupa saran, kritik, dan masukan dari ahli dan calon pengguna yang di analisis secara deskriptif. Berikut pemaparan hasil uji ahli dan calon pengguna yang berupa data kuantitatif dan deskriptif.

Hasil ahli isi atau ahli konten

Tabel 1. Penilaian ahli isi terhadap panduan media *flashcard*

Aspek penilaian	Standar deviation	
	Ahli 1	Ahli 2
Aspek ketepatan	0,000	0,000
Aspek kemenarikan	1,225	1,225
Aspek kesesuaian	0,000	0,000

Tabel 2. Penilaian ahli isi terhadap instrumen media *flashcard*

Aspek penilaian	Standar deviation	
	Ahli 1	Ahli 2

Aspek ketepatan	0,000	0,000
Aspek kemenarikan	0,000	0,000
Aspek kesesuaian	0,000	0,000

Tabel 3. Saran, masukan dan hasil revisi berdasarkan hasil uji ahli isi

No	Saran atau masukan ahli	Aspek yang direvisi	Hasil revisi
1	Pada bagian gambaran umum sebaiknya langsung memberikan penjelasan umum terkait media flashcard yang berkaitan dengan informasi karier yang dikembangkan, tidak lagi menggunakan istilah biasanya berukuran sekian kali sekian namun merujuk pada ukuran hasil produk yang dikembangkan.	Gambaran umum media flashcard	Telah ditambahkan ukuran produk di bagian gambaran umum
2	Pada bagian sampul akan lebih baik jika menggambarkan kebhinekaan. Tidak hanya satu siswa dan juga ilustrasi yang mencerminkan jenjang siswa SMP sederhana	Gambar sampul pada produk	Direvisi sesuai dengan saran atau masukan ahli

Hasil uji ahli media

Tabel 4. Penilaian ahli media terhadap panduan media *flashcard*

Aspek penilaian	Standar deviation	
	Ahli 1	Ahli 2
Aspek ketepatan	0,548	0,408
Aspek kemenarikan	0,548	0,516
Aspek kesesuaian	0,535	0,378

Tabel 5. Penilaian ahli media terhadap instrumen media *flashcard*

Aspek penilaian	Standar deviation	
	Ahli 1	Ahli 2
Aspek ketepatan	0,447	0,548
Aspek kemenarikan	0,548	0,548
Aspek kesesuaian	0,548	0,447

Tabel 6. Saran, masukan berdasarkan uji ahli media

Aspek	Ahli 1	Ahli 2
Ukuran buku, desain sampul, isi buku, media <i>flashcard</i>	Tata letak sudah sesuai, ilustrasi bagus, media <i>flashcard</i> sudah baik	Buku rapi, tampilan menarik, ilustrasi mudah dipahami, bahan material bagus, media <i>flashcard</i> sangat praktis
Kesimpulan:	Buku panduan dan media <i>flashcard</i> secara keseluruhan sudah baik dan layak untuk digunakan	

Hasil calon pengguna pada Guru Bimbingan dan Konseling

Tabel 7. Penilaian calon pengguna terhadap panduan media *flashcard*

Aspek penilaian	Standar deviation	
	Ahli 1	Ahli 2
Aspek ketepatan	0,548	0,548
Aspek kemenarikan	0,447	0,548
Aspek kesesuaian	0,548	0,548

Tabel 8. Penilaian calon pengguna terhadap instrumen media *flascard*

Aspek penilaian	Standar deviation	
	Ahli 1	Ahli 2
Aspek ketepatan	0,448	0,378
Aspek kemenarikan	0,000	0,447
Aspek kesesuaian	0,447	0,447

Tabel 9. Hasil calon pengguna pada siswa

Aspek penilaian	Total rata-rata Presentase	
Aspek ketepatan	150	91,3%
Aspek kemenarikan	150	90,2%
Aspek kesesuaian	150	92,4%

Aspek perencanaan karier yang digunakan dalam isi media *flashcard* beracuan pada teori karier Frank Parsons, (1909) yaitu pengetahuan dan pemahaman diri sendiri, dunia kerja, serta penalaran realistis terhadap diri sendiri dan dunia kerja. Sasaran pengguna beracuan pada teori karier Ginzberg, yaitu siswa SMP usia 13-15 tahun berada dalam tahap tentatif yang mampu merencanakan karier sesuai dengan kesukaan, pengetahuan, kemampuan serta keterampilan yang dimiliki. Pengetahuan dan pemahaman diri didasarkan pada teori karier Donald Super, yaitu konsep diri. Sedangkan pengetahuan dan pemahaman dunia kerja didasarkan pada teori karier John Holland, yaitu kesesuaian karakteristik individu dengan lingkungan kerja.

Perencanaan karier adalah proses yang dilalui individu dalam mencapai tujuan karier, ditandai dengan perencanaan tujuan yang jelas setelah menyelesaikan pendidikan, cita-cita yang jelas terhadap pekerjaan, dorongan yang kuat dalam bidang pendidikan, dan pekerjaan yang diinginkan, persepsi yang realistis terhadap diri maupun lingkungan, kemampuan mengelompokkan pekerjaan yang diminati, memberikan nilai-nilai yang positif terhadap pekerjaan, kemandirian dan kematangan dalam proses pengambilan keputusan, serta menunjukkan cara-cara realistis dalam mencapai karier (Dillard, 1985).

Super dalam (Sharf, 1992) perencanaan karier pada usia remaja ditandai dengan beberapa aktivitas, yaitu: mencari informasi karier, membahas perencanaan karier dengan keluarga atau konselor sekolah, mengikuti organisasi dan kegiatan ekstrakurikuler, serta mengikuti pendidikan atau pelatihan pada bidang yang dipilih untuk mencapai kesuksesan karier. Dalam teori perkembangan karier Super, perencanaan karier termasuk dalam salah satu aspek perkembangan sikap karier. Perencanaan karier yang matang dibutuhkan untuk mencapai pekerjaan yang diinginkan. Hal tersebut membantu siswa dalam meningkatkan motivasi belajar, serta mempersiapkan dirinya untuk menentukan karier di masa depan.

Media *flashcard*, dimodifikasi dan dikembangkan oleh peneliti sebagai media pengembangan media *flashcard* dalam bimbingan kelompok untuk perencanaan karier siswa

SMP. Pengembangan media *flashcard* bertujuan untuk membantu siswa dalam merencanakan karier. Media *flashcard* juga digunakan untuk menarik minat siswa, sehingga layanan bimbingan kelompok yang diberikan tidak monoton, dan siswa merasa senang saat mengikuti layanan bimbingan kelompok. Desain media *flashcard* yang telah dimodifikasi dengan menggunakan *software* CorelDRAW X8. Pada media *flashcard* terdapat gambar dan keterangan singkat yang digunakan untuk menyampaikan pesan atau makna dari isi materi, sehingga tidak terlalu verbalis. Penerapan perencanaan karier di sekolah membutuhkan waktu yang cukup lama, sehingga dilakukannya pengembangan media *flashcard* ini dalam bimbingan kelompok untuk mempersingkat waktu tanpa mengurangi tahapan-tahapannya.

Ditinjau dari kriteria umum dalam pemilihan media bimbingan dan konseling (Nursalim, 2013) media dapat dinilai baik, karena media yang dikembangkan sesuai dengan tujuan yaitu untuk membantu perencanaan karier siswa, media yang digunakan sesuai dengan materi perencanaan karier siswa SMP, media *flashcard* memuat aspek kognitif yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan, kemampuan daya ingat dan konsentrasi pada siswa. Sedangkan dari kriteria khusus dalam pemilihan media bimbingan dan konseling, media *flashcard* yang dikembangkan memiliki kemudahan akses penggunaan, karena dilengkapi dengan buku panduan, ukurannya sesuai sehingga praktis dan mudah untuk disimpan, biaya yang dibutuhkan tidak terlalu mahal, penggunaan media *flashcard* dirangkai dalam kegiatan bimbingan kelompok untuk mendukung tercapainya interaksi dua arah atau interaktif antara guru BK dan siswa.

Hasil penilaian ahli media menunjukkan bahwa produk berupa media *flashcard* dan buku panduan sangat layak digunakan untuk membantu perencanaan karier siswa SMP. Perolehan skor yang tinggi serta tidak terdapat kritik, saran atau masukan dalam uji ahli media, dapat dinyatakan bahwa produk pengembangan sudah memenuhi kriteria akseptabilitas dan dapat dilanjutkan pada penelitian selanjutnya. Dasar pertimbangan dalam pemilihan media adalah pemenuhan kebutuhan dan tercapainya tujuan bimbingan dan konseling. Seperti yang dikemukakan oleh Nursalim (2013) bahwa kriteria pemilihan media bimbingan dan konseling, yaitu kesesuaian media dengan tujuan, materi bimbingan dan konseling, serta karakteristik siswa. Hal tersebut ditujukan untuk memanfaatkan pengembangan media yang menyenangkan dan mudah untuk digunakan dalam kegiatan pembelajaran maupun layanan bimbingan dan konseling

SIMPULAN

Produk pengembangan dalam penelitian ini berupa media *flashcard*, buku panduan untuk siswa dan guru BK yang telah memenuhi kriteria kegunaan, ketepatan, dan kelayakan melalui uji ahli isi, uji ahli media, dan uji calon pengguna. Media *flashcard* berterima secara teoritik melalui uji ahli dan berterima secara praktik dari uji calon pengguna. Berdasarkan uji ahli isi dan media yang dianalisis menggunakan *inter-rater agreement model* memperoleh angka 0,90 dan 1, dan uji calon pengguna pada guru sebesar 1, dan uji keterbacaan pada calon pengguna siswa sebesar 94,18%. Artinya media *flashcard* dinilai sangat baik akseptabilitasnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Borg, W.R & Gall, M. D. 1983. Educational Research An Introduction. 1983. New York: Longman
- Dillard, J. M. (1985). *Lifelong career planning*. CE Merrill
- Gregory, R.J. 2000. Psychological Testing: History, Principle, and Applications: 3rd ed. USA: Allyn & Bacon.
- Guilford, J. P. 1956. Fundamental Statistics in Psychology and Education. New York: Mc Graw-Hill Book Co. Inc.
- Gybers, N. C., Heppner, M. J. & Johnston. (2003). *Career Counseling: Process, Issues, and Techniques, Second Edition*. New York: Pearson Education, Inc.
- Gybers, N. C., Heppner, M. J. & Johnston, J. A. (2003). *Career Counseling: Process, Issues, and Techniques* (2nd ed.). New York: Pearson Education, Inc
- Hartono. (2016). *Bimbingan Karier* (1st ed.). Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Herr, E. L & Cramer, S.H. 1984. Career Guidance and Counseling Through The Life Span. United State of America: Little Brown & Company.
- Manual, Y. (2018). www.youthmanual.com/profesi/media/-dan. Retrieved from www.youthmanual.com.
- Nursalim, M. (2013). *Pengembangan Media Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Akamedia.
- Parsons, F. (1909). *Choosing a Vocation*. Boston New York Houghton Mifflin Co.
- Sharf, R. S. (1992). *Applying Development Theory to Counseling*. California Brooks. Cole Publishing Company.
- Setyawan, P., & Ibrahim, M. (2019). Pengembangan Media Flashcard Berbasis Pictorial Riddle Pada Materi Plantae untuk Meningkatkan Motivasi dan Pemahaman Konsep Siswa SMA/MA Kelas X. *Berkala Ilmiah Pendidikan Biologi(BioEdu)*, 8(2)..
- Romdani, Lia Savitri (2018) *Pengembangan Modul Matakuliah Bioteknologi Berbasis Teknologi Analisis Protein Pili Pseudomonas stutzeri sebagai Kandidat Vaksin untuk S1 Pendidikan Biologi Universitas Negeri Malang / Lia Savitri Romdani*. Masters thesis, Universitas Negeri Malang.
- Supriatna, D. 2009. Pengenalan Media Pembelajaran. Bahan ajar untuk Diklat E-Training PPPPTK dan PLB. Bandung. PPPPTK dan PLB.
- The Joint Committee on Standards for Educational Evaluation. (2009). The Personal Evaluational Standars London: Corwin Press A Sage Company. Thuraphun Suthep, e

Penerbit
Pengurus Daerah Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia
Provinsi Jawa Timur
(PD ABKIN JATIM)

Jl. Ngagel Dadi III-b/37 Surabaya 60245

www.ojs.abkinjatim.org

@2023