

PENERAPAN STRATEGI SELF-MANAGEMENT DALAM KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEMATANGAN PEMILIHAN KARIER SISWA SMP

Fajar Wahyuniyah
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
Email: wahyuniyahfajar@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini untuk mengkaji secara empiris penerapan strategi self-management dalam konseling kelompok untuk meningkatkan kematangan pemilihan karier siswa SMP. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pra-eksperimental dengan menggunakan rancangan one group pre-test post-test design. Populasi penelitian ini terdiri dari 30 orang siswa kelas VIII SMP Negeri 30 Gresik dengan menetapkan sampel secara purposive sampling sebanyak 6 orang siswa. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan skala pemilihan karier siswa model Likert yang berisi 34 pernyataan dan dianalisis dengan teknik Uji Wilcoxon statistika non-parametrik. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan strategi self-management dalam konseling kelompok secara signifikan dapat meningkatkan kematangan pemilihan karier siswa.

Kata kunci: *Konseling kelompok, self-management, kematangan pemilihan karier*

ABSTRACT

This research is to examine empirically the application of self-management strategies in group counseling to improve the maturity of career choices of junior high school students. The research approach used was pre-experimental using one group pre-test post-test design. The population of this study consisted of 30 students of class VIII of SMP Negeri 30 Gresik by setting a sample by purposive sampling of 6 students. The research data were collected using a Likert model of student career selection that contained 34 statements and were analyzed using the Wilcoxon Non-parametric Statistics Test technique. The findings of this study indicate that the application of self-management strategies in group counseling can significantly increase the maturity of student career selection.

Keywords: *Group counseling, self-management, career selection maturity*

PENDAHULUAN

Kematangan karier adalah suatu kapasitas sikap siswa dalam melakukan keputusan pemilihan karier. Sependapat dengan Winkel & Sri Hastuti (2013) kematangan karier merupakan kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas perkembangan karier, sesuai dengan tahap perkembangannya. Kematangan karier juga disebut sebagai suatu kondisi yang dibutuhkan siswa agar mampu memilih suatu program studi/jurusan studi lanjut, maka dari itu kematangan karier siswa sangatlah penting untuk dikaji secara empiris dalam upaya

menemukan efektivitas penerapan strategi self-management dalam konseling kelompok untuk meningkatkan kematangan pemilihan karier siswa.

Hasil penelitian Wardani dan Trisnani (2017) menunjukkan kondisi di lapangan bahwa kematangan karier siswa SMA 1 Wungu masih relatif rendah, terbukti dari hasil interview yang dilakukan oleh konselor sekolah dan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti, yang ditandai dengan adanya kebingungan para siswa dalam mengambil keputusan melanjutkan studi atau bekerja setelah lulus SMA.

Hasil penelitian Iga Antika (2018), pada siswa kelas IX SMP Kartika Nasional Surabaya juga memberikan informasi empiris bahwa para siswa kurang memahami informasi tentang studi lanjut, sehingga mereka mengalami kesulitan untuk memahami perbedaan antara SMA dan SMK. Selain itu juga, siswa mengalami kebingungan dalam menentukan sekolah yang akan ditempuhnya. Bahkan banyak siswa yang merasa tidak memiliki keahlian pada bidang tertentu, sehingga mereka cenderung menetapkan tujuan sekolah lanjutan dengan sekedarnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa para siswa masih kurang mampu memahami potensi dirinya dan juga kurang berinisiasi dalam menentukan pilihannya yang relevan dengan potensi dan peluang yang terkait dengan masa depannya.

Dampak negatif bila kematangan karier siswa rendah, ia akan mengalami kesulitan dalam proses pengambilan keputusan karier, sehingga dapat menimbulkan salah pemilihan karier yang berpeluang mengalami kegagalan dalam kariernya. Menurut Super (2013) terdapat 5 faktor yang mempengaruhi kematangan karier siswa yaitu faktor bio-sosial, faktor vokasional, faktor kepribadian, faktor prestasi akademik, dan faktor lingkungan sosial. Pelayanan bimbingan dan konseling merupakan salah satu bentuk di dalam faktor lingkungan social akan memberikan kesempatan kepada para siswa untuk mendapatkan layanan yang memadai di antaranya pelayanan konseling kelompok dengan menggunakan strategi self-management.

Untuk menemukan bukti empiris tentang efektivitas penggunaan strategi *self-management* terhadap upaya meningkatkan kematangan karier siswa diperlukan penelitian. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan kajian ini melalui penelitian di SMP Negeri 30 Gresik, dengan harapan hasil penelitian ini dapat memberikan referensi dalam menambah data empiris tentang praksis bimbingan dan konseling di sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian praeksperimental dengan menggunakan rancangan *one group pre-test post-test design* (Sumadi Suryabrata, 2014) dimana

sekelompok subjek penelitian diberikan perlakuan konseling kelompok dengan menggunakan strategi self-management selama 8 kali pertemuan dengan alokasi waktu setiap pertemuan sekitar 45 menit. Setelah pertemuan ke 8 (terakhir) dilakukan *post-test* untuk mengukur variabel kematangan karier siswa dengan menggunakan skala kematangan karier model Likert (lima pilihan jawaban, Sangat Setuju, Setuju, Ragu-ragu, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju) yang dikembangkan oleh peneliti melalui pendekatan validitas isi (*content validity*). Skala kematangan karier siswa terdiri dari 34 pernyataan yang disusun dalam bentuk *favorable* (positif) dan *non-favorable* (negatif) secara selang-seling untuk menghindari adanya sikap responden yang tidak jujur dalam mengerjakan skala pengukuran.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 30 Gresik sejumlah 40 orang, sampel penelitian sebanyak 6 orang yang memiliki masalah kematangan pemilihan karier rendah yang diambil dengan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dari populasi berdasarkan ciri-ciri yang ditentukan oleh peneliti (Sugiyono, 2017).

Metode analisis data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah *Uji Wilcoxon* dengan bantuan program *Microsoft Excel 2010* dan *SPSS for Windows versi 23.0* (Mudhar, 2016) dengan alasan data hasil pre-test dan hasil post-test berdistribusi tidak normal, berdasarkan uji normalitas sebaran dengan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov yang diuraikan pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Sebaran Data Kematangan Pemilihan Karier Siswa SMP

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre-Test	.263	6	.024	.823	6	.058
Post-Test	.173	6	.003	.939	6	.004

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan teknik statistika non-parametrik uji *Wilcoxon* diperoleh statistik deskriptif yang disajikan pada tabel 2 sebagai berikut.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Kematangan Pemilihan Karier Siswa

	Descriptive Statistics				
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	6	104	107	105.33	6.366
Posttest	6	133	149	141.67	1.377

Berdasarkan tabel 2 di atas diperoleh hasil bahwa rerata kematangan pemilihan karier siswa pada $N = 6$, mengalami peningkatan sebesar 36,34 poin antara hasil *pre-test* sebelum subjek penelitian diberikan perlakuan penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok, dibandingkan dengan hasil *post-test* setelah subjek penelitian diberikan perlakuan penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok. Standar deviasi hasil *pre-test* yaitu 6,366 lebih besar daripada standar deviasi hasil *post-test* yaitu 1,377.

Hasil analisis data dengan menggunakan teknik analisis statistik non-parametrik uji *Wilcoxon* dengan bantuan program aplikasi *SPSS for Windows* versi 23.0, diperoleh nilai uji $t = 0,263$ pada taraf signifikan 0,024 yang artinya signifikan. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan strategi *self-management* dalam konseling kelompok secara signifikan dapat meningkatkan kematangan pemilihan karier siswa. Dengan demikian hipotesis alternatif (H_a) yaitu penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok dapat meningkatkan kematangan pemilihan karier siswa diterima.

Self-management merupakan strategi mengelola diri yang bersumber dari teori psikologi behaviorisme (Hartono, 2003; Hartono dan Boy Soedarmadji, 2012). Menurut teori behaviorisme proses perubahan perilaku individu dipengaruhi oleh faktor lingkungan sekitar, di antaranya lingkungan sosial yang memberikan peluang bagi individu untuk melakukan kegiatan belajar. Konseling kelompok dengan menggunakan strategi *self-management* yang diberikan kepada subjek penelitian selama 8 kali pertemuan dengan alokasi waktu setiap pertemuan sekitar 45 menit, mampu membentuk perubahan sikap siswa yang secara signifikan dapat meningkatkan kematangan pemilihan karier siswa SMP. Sikap merupakan kecenderungan individu dalam membentuk dan melakukan perilaku yang bermanfaat baik bagi dirinya maupun bagi orang lain.

Konseling kelompok sebagai suatu bentuk intervensi yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling (BK) kepada para siswa di sekolah bisa dijadikan salah satu alternatif dalam upaya perubahan perilaku siswa ke arah yang lebih baik, sehingga eksistensi pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah sebagai bagian yang terintegrasi dengan sistem pendidikan formal di sekolah semakin kuat dan memberikan pengaruh kepada para siswa dalam proses pengembangan potensi, sebagaimana yang diamanatkan pada Undang-Undang RI Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas) yaitu berkembangnya potensi peserta didik sehingga menjadi insan yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, kreatif dan mandiri serta mampu menjadi anggota masyarakat global yang demokratis dan bertanggung jawab bisa diwujudkan.

Kematangan pemilihan karier siswa merupakan aspek penting dalam rentang perkembangan karier siswa. Siswa yang memiliki kematangan karier baik akan lebih mampu dalam mengambil keputusan karier (Hartono, 2016) yang dapat diwujudkan pada pemilihan studi lanjut di SMA atau yang sederajat serta program studi di perguruan tinggi yang sesuai dengan potensinya (kekuatan atau kelebihan yang dimiliki oleh masing-masing siswa). Dengan demikian variabel kematangan pemilihan karier siswa harus ditingkatkan melalui pelayanan bimbingan dan konseling terutama layanan konseling kelompok di sekolah dengan menggunakan berbagai strategi yang relevan dengan tugas-tugas perkembangan peserta didik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah diuraikan di atas, dapat disimpulkan bahwa penggunaan strategi self-management dalam konseling kelompok secara signifikan dapat meningkatkan kematangan pemilihan karier siswa SMP kelas VIII SMP Negeri 30 Gresik. Terkait dengan temuan penelitian ini disarankan bagi guru BK di sekolah untuk menggunakan strategi self-management dalam konseling kelompok atau pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Hartono dan Boy Soedarmadji. (2012). *Psikologi Konseling (Edisi Revisi)*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Hartono. (2003). *Pendekatan Kelompok dalam Konseling Karier (Edisi Kedua)*. Surabaya: University Press UNIPA Surabaya.
- Hartono. (2016). *Bimbingan Karier*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Iga Antika. (2018). *Efektifitas Layanan Informasi Melalui Media Movie Maker Terhadap Pemilihan Karier Siswa Kelas IX SMP Kartika Nasional Surabaya*. Surabaya: UNIPA Press.
- Mudhar. (2016). *Validitas dan Reliabilitas: Cara Mudah Analisis Secara Manual, Microsoft Exel dan SPSS*. Surabaya: University Press UNIPA Surabaya.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sumadi Suryabrata. (2014). *Metodologi Penelitian Cetakan Ke 25*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Super. (2013). *Applying Career Development Theory of Counseling*. Tersedia pada: <http://www.calvin.edu/documents/pdf>. Diakses pada tanggal 1 Mei 2020.
- Wardani dan Trisnani. (2017). *Efektivitas Modul Informasi Karier dalam Meningkatkan Pemahaman Karier Siswa*. Madiun: UNIPMA.