



Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia is licensed under  
A Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

## IDENTIFIKASI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* TERHADAP KEMATANGAN KARIR SISWA SMK NEGERI 2 SINGKAWANG

Insan Suwanto<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling STKIP Singkawang, Singkawang, Indonesia  
E-mail : insansuwanto@gmail.com

---

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran kematangan karir pada siswa SMK Negeri 2 Singkawang. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *survey*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK Negeri 2 Singkawang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *Purposive Sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah 32 siswa kelas XI jurusan Administrasi 1 SMK Negeri 2 Singkawang yang memiliki tingkat wawasan dan persiapan karir yang lebih rendah. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan skala psikologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kematangan karir siswa masuk dalam kriteria tinggi (72,49 %). Saran yang dapat diberikan adalah siswa diharapkan mampu mempertahankan kemampuan dan kemandirian karir yang dimiliki menjadi terbiasa walaupun tanpa penguatan dan konsekuensi yang telah dipelajari selama mendapat layanan bimbingan kelompok dengan *self management*.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok; *Self Management*; Kematangan Karir

---

### I. PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan salah satu bentuk satuan pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan kejuruan pada jenjang pendidikan menengah sebagai lanjutan dari SMP, MTs, atau lanjutan dari hasil belajar yang diakui setara SMP/MTs. Berbeda dengan Sekolah Menengah Atas (SMA), SMK merupakan salah satu lembaga pendidikan yang mempersiapkan siswanya untuk mampu terjun langsung ke dunia pekerjaan setelah lulus dari sekolah. Pendidikan dan kurikulum siswa SMK berbeda dengan siswa SMA. Kurikulum dan tujuan SMK adalah mendidik siswa yang siap bekerja setelah lulus, sehingga pada SMK terdapat berbagai macam bidang yang menjurus pada peningkatan *hard skill* siswa agar kemampuannya dapat digunakan untuk bekerja setelah lulus.

Siswa SMK berada pada tahap eksplorasi periode kristalisasi. Pada periode kristalisasi, remaja semestinya sudah mampu membentuk aspirasi karir dengan mempertimbangkan kebutuhan, minat, kapasitas, dan nilai pribadi [1]. Pada masa ini remaja mulai mengidentifikasi kesempatan dan tingkat pekerjaan yang sesuai, serta mengimplementasikan pilihan karir dengan memilih

pendidikan dan pelatihan yang sesuai, akhirnya memasuki pekerjaan yang sesuai dengan pilihannya. Perkembangan karir pada remaja mengalami perkembangan yang besar dan menjadi hal yang sangat penting berkaitan dengan proses pengambilan keputusan akan karir dimana hal ini akan sangat mempengaruhi masa depannya [2].

SMK diharapkan bisa menghasilkan lulusan siap kerja, tetapi pada kenyataannya pengangguran terbuka paling banyak dari SMK. Berdasarkan data Biro Pusat Statistik (BPS) pada Februari 2009, lulusan SMK justru menyumbang pengangguran terbuka paling banyak di Indonesia. Pada Februari 2008, pengangguran terbuka yang dari lulusan SMK sebesar 14,80 %. Selanjutnya, pada Februari 2009 lulusan SMK menyumbang pengangguran terbuka paling tinggi, sebesar 15,69%. Pada bulan Agustus 2009 SMK juga masih menyumbang pengangguran terbuka paling banyak sebesar 14,59% [3]. Hasil penelitian Prihantoro [4] menyebutkan siswa kelas X SMAN 2 Majalengka sebagian besar memiliki kemampuan merencanakan karir yang rendah yaitu 27,8 %. Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian Nurbani [5] masalah karir yang dirasakan siswa kelas XI SMKN 7 Bandung berada pada kategori tinggi. Masalah itu meliputi aspek pemahaman minat, nilai-nilai, cita-cita, fisik, kurangnya informasi tentang pengembangan kemampuan dalam bekerja,

kesulitan dalam memilih pekerjaan. Di sisi lain siswa SMK tidak mudah menyelesaikan tugas perkembangan karirnya. Fenomena yang terjadi yaitu banyak siswa yang merasa bingung dalam memilih program studi, tidak memahami bakat dan minat yang dimiliki, tidak mampu mengambil keputusan dengan tepat, tidak mengetahui cita-cita di masa depan, dan tekanan dari lingkungan.

Salah satu tugas perkembangan remaja khususnya siswa SMK adalah tercapainya kematangan karir. Seorang remaja akan mencapai kematangan karir apabila pada masa ini mampu menemukan konsep dan jati dirinya. Remaja yang lebih jauh terlibat dalam proses pembentukan identitas lebih sanggup mengartikulasikan pilihan karir mereka dan menentukan langkah berikutnya untuk mencapai tujuan jangka pendek maupun jangka panjang mereka [6]. Kematangan karir merupakan aspek yang perlu dimiliki siswa untuk menunjang karir dimasa depan. Kematangan karir yaitu sikap dan kompetensi yang berperan untuk pengambilan keputusan karir [7]. Sikap dan kompetensi tersebut mendukung penentuan keputusan karir yang tepat. Kematangan karir juga merupakan refleksi dari proses perkembangan karir individu untuk meningkatkan kapasitas untuk membuat keputusan karir [8].

Kematangan karir akan mendasari kemampuan siswa untuk menganalisis peluang karir, yang muaranya adalah pengambilan keputusan karir dengan tepat [9]. Selanjutnya, kematangan karir merupakan persiapan awal untuk meraih kesuksesan berkarir. Kematangan karir seseorang ditandai adanya sikap dan kompetensi terhadap karir [10]. Melalui sikap berarti individu mampu mengambil keputusan terhadap karir dan bertanggung jawab atas segala konsekuensi keputusan, sedangkan kompetensi menunjukkan kemampuan individu memahami kekuatan diri dalam kaitannya dengan dunia pekerjaan. Siswa SMK seyogyanya, dapat melihat gambaran dirinya secara realistis yang mencakup kelebihan dan kekurangan diri baik dari segi fisik, sikap, maupun kognitif serta memiliki pengetahuan tentang minat dan bakatnya sehingga siswa mudah dalam melakukan perencanaan, pemilihan dan keputusan karir.

Siswa SMK dalam usahanya untuk mencapai kematangan karir yang diinginkan salah satunya dipengaruhi oleh pengelolaan diri (*Self Management*) yang dimiliki masing-masing siswa. menyatakan *Self Management* merupakan upaya individu untuk melakukan perencanaan, pemusatan perhatian, dan evaluasi terhadap aktivitas yang dilakukan [11]. Terdapat kekuatan psikologis yang memberi arah pada individu untuk mengambil keputusan dan menentukan pilihannya serta menetapkan cara-cara yang efektif dalam mencapai tujuannya. *Self Management* merupakan salah satu model dalam *cognitive-behaviortherapy*. *Self Management* meliputi pemantauan diri (*self monitoring*), reinforcement yang positif (*self reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*), dan penguasaan terhadap ransangan (*stimulus control*) [12].

Anggapan dasar *Self Management* merupakan teknik kognitif behaviorial adalah setiap manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan positif maupun negatif. Setiap perilaku manusia itu merupakan hasil dari proses belajar (pengalaman) dalam merespon berbagai stimulus dari lingkungannya. Segenap perilaku manusia itu merupakan hasil dari proses belajar dalam merespons terhadap berbagai stimulus dari lingkungannya. Namun *Self Management* menentang keras pandangan behaviorial radikal yang mengatakan manusia itu sepenuhnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungannya *Self Management* bukanlah suatu pendekatan yang sepenuhnya deterministik dan mekanistik yang menyingkirkan potensi klien untuk membuat pilihan dan keputusan [13]. Selanjutnya, dalam proses belajar untuk menghasilkan perilaku itu aspek kognitif juga memiliki peranan penting terutama dalam mempertimbangkan berbagai tindakan yang hendak dilakukan, menentukan pilihan-pilihan tindakan itu, dan mengambil keputusan tindakan perilakunya.

Upaya yang dilakukan melalui guru pembimbing dalam membantu siswa untuk menghadapi masalah karir yang masih kurang intensif, akibat dari kurangnya jam bimbingan yang disediakan dari pihak sekolah. Guru pembimbing hanya menggunakan layanan individual, sehingga upaya tersebut kurang mendapat hasil optimal. Sehingga digunakan layanan bimbingan kelompok yang efektif untuk membantu siswa yang jumlahnya cukup banyak. Salah satu upaya untuk membantu siswa SMK dalam menghadapi permasalahan kematangan karir yaitu melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Management*. Manfaat tersebut akan lebih optimal, mengingat bimbingan kelompok dapat menjangkau sasaran yang lebih besar daripada layanan bimbingan dan konseling lain yang bersifat perorangan. Oleh karena itu, digunakanlah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Management* yang bertujuan untuk melihat pengaruhnya terhadap kematangan karir siswa SMK.

## II. METODE

Pada penelitian ini, jenis penelitiannya adalah penelitian eksperimen dengan menggunakan *survey*. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 2 Singkawang. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Adapun sampel dalam penelitian ini yaitu siswa kelas XI Administrasi 1 yang terdiri dari 6 siswa laki-laki, dan 26 siswa perempuan dengan tujuan menguji pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *self management* terhadap kematangan karir. Adapun pengambilan sampel dalam penelitian ini berdasarkan hasil analisis tugas perkembangan khususnya pada aspek wawasan dan persiapan karir kelas XI Administrasi 1 yang lebih rendah dibandingkan dengan kelas lain.

Adapun langkah-langkah yang akan ditempuh dalam pelaksanaan penelitian ini, yang pertama adalah dengan memberikan tes skala psikologis. Tujuan dari penelitian ini

adalah untuk mengetahui tingkat kematangan karir pada siswa kelas XI Administrasi 1 SMK Negeri 2 Singkawang. Dalam penelitian ini data yang akan diungkap berupa aspek psikologis yaitu kematangan karir siswa. Berdasarkan hal tersebut, maka pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan skala psikologis.

Alat pengumpul data yang digunakan adalah skala kematangan karir yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan dari teori. Skala kematangan karir ini diberikan pada awal layanan. Skala penilaian awal digunakan untuk mengetahui tentang tingkat kematangan karir siswa. Dalam penelitian ini skala sikap yang digunakan adalah skala *Likert*.

Uji validitas pada instrument ini dengan menggunakan *professional judgement*. Perhitungan validitas dan reliabilitas dilakukan dengan bantuan program *SPSS (Statistical Product and Service Solution)* versi 20.0. Skala kematangan karir menggunakan skor 1 sampai 5 dengan jumlah item sebanyak 53 butir soal. Penentuan kriteria tingkat kematangan karir dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

TABEL I  
 KRITERIA PENILAIAN TINGKAT KEMATANGAN KARIR

No.	Skor	Persentase	Kriteria
1.	221,8 - 265	84% - 100%	Sangat Tinggi
2.	179,6 - 220,8	68% - 83%	Tinggi
3.	137,4 - 217,6	52% - 67%	Sedang
4.	95,2 - 136,4	36% - 51%	Rendah
5.	53 - 94,2	20% - 35%	Sangat Rendah

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil

Dari hasil analisis data menunjukkan bahwa dari 32 orang siswa kelas XI Administrasi 1, rata-rata memiliki tingkat kematangan karir yang tinggi dengan persentase rata-rata 72,24%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kematangan karir pada indikator Perencanaan Karir siswa termasuk dalam kategori tinggi (74,73%) dan pada indikator Eksplorasi Karir siswa juga masuk dalam kriteria tinggi (69,75%). Hasil tiap indikator kematangan karir pada siswa SMK Negeri 2 Singkawang sebelum diberikan layanan konseling individual berbasis *self management* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

TABEL II  
 DISTRIBUSI TIAP INDIKATOR SKALA KEMATANGAN KARIR

No.	Indikator	Persentase	Kriteria
1.	Perencanaan Karir	74,73 %	Tinggi
2.	Eksplorasi Karir	69,75 %	Tinggi
	Rata-rata	72,24 %	Tinggi

#### B. Pembahasan

Berdasarkan Tabel II tersebut menunjukkan bahwa kematangan karir pada indikator Perencanaan Karir siswa

termasuk dalam kategori tinggi (74,73%). Indikator perencanaan karir meliputi, menyadari wawasan dan persiapan karir, memahami pertimbangan alternatif pilihan karir, dan memiliki perencanaan karir di masa depan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata indikator perencanaan karir sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* pada siswa termasuk dalam kriteria tinggi yaitu dengan Persentase sebesar 74,73%. Siswa yang berada dalam kategori sangat tinggi sebanyak 4 orang, kategori tinggi sebanyak 23 orang dan kategori sedang sebanyak 5 orang.

Data tersebut menunjukkan bahwa kematangan karir siswa dalam indikator perencanaan karir termasuk dalam kategori tinggi, artinya siswa memiliki kematangan dalam merencanakan karir.

Selanjutnya, pada Eksplorasi Karir siswa juga masuk dalam kriteria tinggi (69,75%). Indikator mengeksplorasi karir meliputi, mengumpulkan informasi karir dari berbagai sumber, dan memanfaatkan informasi karir yang telah diperoleh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata indikator kemampuan mengeksplorasi karir sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* pada siswa termasuk dalam kriteria tinggi yaitu dengan Persentase sebesar sebesar 69,75%. Siswa yang berada dalam kategori sangat tinggi sebanyak 2 orang, kategori tinggi sebanyak 21 orang, kategori sedang sebanyak 6 orang dan kategori rendah sebanyak 3 orang.

Data tersebut menunjukkan bahwa kematangan karir siswa dalam indikator eksplorasi karir termasuk dalam kategori tinggi, artinya siswa memiliki kematangan dalam mengumpulkan dan memanfaatkan informasi karir yang diperoleh.

### IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kematangan karir siswa dalam indikator perencanaan karir dan eksplorasi karir termasuk dalam kategori tinggi, artinya siswa memiliki kematangan dalam merencanakan karir Serta kematangan dalam mengumpulkan dan memanfaatkan informasi karir yang diperoleh.

### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Fuhrmann, B.S. (1990). *Adolescence*. 2nd ed. Illinois: A Division of Scott, Foresman and Company.
- [2] Gonzalez, M.A. (2008). "Career Maturity: A Priority for Secondary Education". *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 16 (6).
- [3] Badan Pusat Statistik Jakarta Pusat. (2009). *Pedoman Pendataan Survei Angkatan Kerja Nasional Tahun 2009*. Jakarta Pusat : Badan Pusat Statistik.
- [4] Prihantoro, S. (2007). "Program Bimbingan untuk Mengembangkan Kemampuan Perencanaan Karir Remaja". [Online]. <http://repository.upi.edu>.
- [5] Nurbaini, H. (2006). "Kontribusi Layanan Informasi Karir terhadap Penyelesaian Masalah Karir yang Dihadapi Siswa SMK". [Online]. <http://repository.upi.edu>.

- [6] Santrock, W.J. (2007). *Adolescence Perkembangan Remaja Edisi Sebelas Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- [7] Hasan, B. (2006). "Career Maturity of Indians Adolescents as A Function of Self Concept, Vocational Aspiration and Gender". *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 2 (32).
- [8] Richard, G. et.al. (2007). "Career Maturity of Student in A Accelerated Versus Traditional Programs". *The Career Development Quarterly*, 56 (2).
- [9] Supriatna, M. (2009). *Layanan Bimbingan Karir di Sekolah Menengah*. Bandung: Departemen Pendidikan Nasional Universitas Pendidikan Indonesia.
- [10] Shaft, R.S. (1992). *Applying Career Development Theory To Counseling*. California: Brooks/Cole Publishing Company.
- [11] Knowles, M.S. (2003). *Self Directing Learning: A guide for learner and teachers*. Chicago: Follet Publishing Company.
- [12] Gunarsa, D. S. (2004). *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia.
- [13] Cormier, L.J. & Cormier, L.S. (1989). *Interviewing For Helpers. 2nd Edition*. California: Brooks/Cole Publishing Company.