

LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF* MANAGEMENT TERHADAP KEMATANGAN KARIER PADA SISWA SMA

Tika Nurhayati¹, R. Ika Mustika², Siti Fatimah³

¹tikanurhayati4@gmail.com, ²mestikasajah@ikipsiliwangi.ac.id, ³sitifatimah432@ikipsiliwangi.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstract

Career maturity is one of the most important aspects in adolescent development, especially high school students (SMA) are in the exploration stage, namely the search for identity to make mature career decisions. However, there are still many high school students who do not have good career maturity. Therefore, guidance and counseling teachers are expected to guide students in determining their careers, one of which is group guidance using techniques self-management. This study uses a qualitative approach with descriptive methods. The data collection techniques used were observation and interviews. The results showed that the condition of the student's career maturity began to grow, due to the handling provided by the counseling teacher through a series of services, one of which was group guidance services with self-management techniques.

Keywords: *career maturity, self management.*

Abstrak

Kematangan karir merupakan salah satu aspek terpenting dalam perkembangan remaja, terutama siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) berada dalam tahap eksplorasi yaitu pencarian jati diri untuk membuat keputusan karir yang matang. Akan tetapi masih banyak siswa SMA yang belum memiliki kematangan karir yang baik. Oleh sebab itu, guru BK diharapkan dapat membimbing siswa dalam penentuan karirnya, salah satunya adalah bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah observasi, dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan kondisi kematangan karir siswa mulai tumbuh, dikarenakan penanganan yang diberikan oleh Guru BK melalui serangkaian pelayanan salah satunya layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management.

Kata Kunci: *kematangan karir, self management.*

PENDAHULUAN

Menurut Yusuf dan Nurihsan (2011) remaja memiliki berbagai tugas perkembangan salah satunya adalah memilih dan mempersiapkan karir untuk ke depannya, sehingga tugas perkembangan ini perlu diselesaikan dengan baik karena dapat

mempengaruhi masa depan individu dan sebagai persiapan untuk menghadapi masa dewasa. Apabila remaja berhasil menyelesaikan tugas perkembangannya maka remaja akan merasa bahagia dan apabila remaja gagal menyelesaikan tugas perkembangannya maka hal ini akan membuat remaja merasa tidak bahagia serta kesulitan dalam menyelesaikan tugas perkembangan selanjutnya. Dalam hal ini remaja membutuhkan keterampilan yang tinggi terkait pengambilan keputusan karir untuk memenuhi tugas perkembangannya. Menurut teori perkembangan karir yang dikemukakan oleh Super (Rahmanto, 2010) siswa SMA berada pada tahap kematangan karir, pada masa ini siswa mulai mengidentifikasi kesempatan dan tingkat pekerjaan yang sesuai serta mengimplementasikan pilihan karir dengan memilih pendidikan yang sesuai, akhirnya diharapkan memasuki pekerjaan yang sesuai dengan pilihannya.

Kematangan karir penting dimiliki oleh remaja karena remaja harus memilih dan mempersiapkan karir dengan matang. Dalam kaitannya dengan kematangan karir, Ulusoy & Önen (2014) telah meneliti mengenai efek dari tingkat kematangan profesional siswa sekolah lanjutan terhadap motivasi akademik mereka. Hasil penelitian tersebut ditemukan bahwa siswa dengan tingkat kematangan profesional yang rendah memiliki motivasi akademik rendah sedangkan siswa dengan tingkat kematangan profesional tinggi memiliki motivasi akademis yang tinggi. Hal ini dapat diartikan bahwa kematangan karir memiliki pengaruh pada beberapa hal dari proses belajar siswa salah satunya adalah motivasi akademik

Penelitian sebelumnya oleh Katharina Edeltrudis, dkk. (2017) dengan judul Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Kematangan Karier Siswa. Hasil penelitian menunjukkan Peningkatan tersebut terjadi pada semua aspek kematangan karir. Ini berarti model bimbingan kelompok dengan teknik modeling efektif untuk meningkatkan kematangan karir siswa. Salah satu jenis dari layanan bimbingan konseling yang diterapkan di sekolah adalah layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan wawancara kepada siswa serta guru SMAN 13 Garut yang telah dilakukan maka dapat diperoleh data bahwa terdapat beberapa siswa yang mengalami kesulitan dalam pengambilan keputusan karir. Siswa tersebut mengalami kesulitan dalam memutuskan jurusan dan Universitas yang akan ia pilih untuk melanjutkan pendidikan lanjutannya. Untuk mengatasi permasalahan terkait pemilihan karir di SMAN 13 Garut diperlukan upaya untuk meningkatkan kemampuan pemilihan kematangan karir pada siswa. Untuk meningkatkan kematangan karir hidup siswa tidak hanya dilakukan dengan memperkuat sisi keilmuannya

saja melainkan juga sisi mental dan psikisnya inilah yang terkadang terabaikan. Oleh sebab itu, diperlukan layanan dan bimbingan yang harus dilakukan oleh guru BK untuk dapat menanggulangi permasalahan kurang optimalnya kematangan karir siswa.

Dalam pelaksanaannya, bimbingan kelompok dapat mengincludekan teknik apapun yang dapat menjawab tujuan dari penelitian agar kegiatan bimbingan kelompok dapat menjadi lebih variatif dan berbeda dari bimbingan kelompok yang telah dilakukan di sekolah. Untuk itu, salah satu model bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Model bimbingan kelompok dengan teknik *self management* untuk mempersiapkan siswa dalam memantapkan karirnya. *self management* merupakan upaya individu untuk melakukan perencanaan, pemusatan perhatian, dan evaluasi terhadap aktivitas yang dilakukan. Suwanto (2016) mengartikan *self management* adalah teknik menata perilaku individu yang bertujuan untuk mengarahkan dan mengelola dirinya agar dapat mencapai kemandirian dan hidupnya berjalan dengan produktif. Dalam teknik ini adanya suatu usaha siswa untuk memotivasi diri, mengelola semua unsur yang terdapat di dalam dirinya, berusaha untuk memperoleh apa yang ingin dicapai serta mengembangkan pribadinya agar menjadi lebih baik.

Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana implementasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management terhadap kematangan karir pada siswa Sekolah Menengah Atas.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah. Untuk memperoleh data dari hasil penelitian, peneliti menggunakan teknik wawancara dan observasi.

Untuk memperoleh data yang benar-benar sesuai dengan tujuan dan maksud penelitian, teknik analisis data yang digunakan peneliti menggunakan teknik triangulasi. Dimana teknik ini mengacu pada konsep Miller & Huberman (Moleong, 2011) yaitu: (1) Reduksi data adalah suatu proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabsahan dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan, (2) Penyajian data ini dilakukan dengan menyusun sedemikian rupa sehingga memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan, dan (3) penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* terhadap kematangan karir pada Siswa kelas XII di SMA Negeri 13 Garut. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilaksanakan kepada kepala sekolah, guru BK dan wali kelas. Berikut hasil wawancara dan observasi dari informan yang berperan sebagai kepala sekolah, guru BK dan wali kelas dapat dideskripsikan seperti di bawah ini.

Berdasarkan pendapat responden mengenai pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dalam keseluruhan proses pendidikan, menyatakan bahwa selama ini yang dilakukan oleh guru BK mengacu kepada Permendikbud nomor 111 tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, disebutkan bahwa tujuan umum layanan bimbingan dan konseling adalah membantu peserta didik/ konseli agar dapat mencapai kematangan dan kemandirian dalam kehidupannya serta menjalankan tugas-tugas perkembangannya yang mencakup aspek pribadi, sosial, belajar, karir secara utuh dan optimal (*Pedoman Wawancara 2.1*).

Berdasarkan pendapat responden mengenai strategi apa yang dilakukan dalam layanan bimbingan kelompok teknik self management kepada siswa. Responden mengatakan bahwa strategi yang saya lakukan dalam layanan bimbingan adalah strategi pengelolaan diri sendiri yaitu konseli mengarahkan perilakunya sendiri dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi (*Pedoman Wawancara 2.2*).

Berdasarkan pendapat responden mengenai manfaat mana apakah strategi mengelola diri sendiri atau strategitunggal. Responden mengatakan bahwa manfaat strategi mengelola diri sendiri karena konseli bisa mengarahkannya sendiri lalu juga bisa kombinasi strategi selain itu manfaatnya diantaranya: 1) Membantu individu untuk dapat mengelola diri baik pikiran, perasaan dan perbuatan sehingga dapat berkembang secara optimal. 2) Dengan melibatkan individu secara aktif maka akan menimbulkan perasaan bebas dari kontrol orang lain. 3) Dengan meletakkan tanggung jawab perubahan sepenuhnya kepada individu maka dia akan menganggap bahwa perubahan yang terjadi karena usahanya sendiri dan lebih tahan lama. 4) Individu dapat semakin mampu untuk menjalani hidup yang diarahkan sendiri dan tidak tergantung lagi pada konselor untuk berurusan dengan masalah mereka (*Pedoman Wawancara 2.3*).

Berdasarkan pendapat responden mengenai penggunaan strategi yang konsisten. Responden mengatakan bahwa Pemilihan dan penetapan strategi penyampaian kepada konseli merupakan rangkaian pemikiran tentang perwujudan pola peristiwa kegiatan yang dilaksanakan. Pola perwujudanperistiwatersebutmencakup keseluruhan aspek yang berkaitan dengan kemungkinan berhasilnya strategi itu diterapkan.,selain itu juga terdapat kesenjangan penggunaan suatu strategi antara kesahihan secara teoretik dan ketidak-efektifan secara praktis. Tentu saja banyak faktor yang ikut melahir k kesenjangan tersebut, dan salah satu yang paling mendasar adalah ketidak-konsistenan (inconsistency) penerapan ide dasar dari sebuah strategi (teori) ke dalam tataran praktis (*Pedoman Wawancara 2.4*).

Berdasarkan pendapat responden mengenai penggunaan penguatan diri sendiri merupakan komponen yang penting. Responden mengatakan bahwa yang paling penting karena, bertujuan meningkatkan perhatian siswa, b) melancarkan atau memudahkan proses belajar, c) membangkitkan dan mempertahankan motivasi, d) mengontrol atau mengubah sikap yang mengganggu ke arah tingkah laku belajar produktif (*Pedoman Wawancara 2.5*).

Berdasarkan pendapat responden mengenai tunjangan yang diberikan oleh lingkungan harus dipertahankan. Responden mengatakan bahwa yang sesuai dengan karakteristik pengelolaan diri bahwa tunjangan yang diberikan oleh lingkungan harus dipertahankan agar individu secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki. Dalam arti individu dapat mengelola pikiran, perasaan dan perbuatan mereka sehingga mendorong pada pengindraan terhadap hal-hal yang tidak baik dan peningkatan hal-hal yang baik dan benar. Agar individu secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki. Dalam arti individu dapat mengelola pikiran, perasaan dan perbuatan mereka sehingga mendorong pada pengindraan terhadap hal-hal yang tidak baik dan peningkatan hal-hal yang baik dan benar (*Pedoman Wawancara 2.6*).

Berdasarkan pendapat responden mengenai perlu ditetapkan target yang realistis dan kemudiandievaluasi. Responden mengatakan bahwa yang betul, bahwa dalam membuat program atau strategi perlu target dan selalu ada evaluasi dan target dan evaluasi itu harus direncanakan secara matang agar tercapai, selain itu juga harus kita sadari bahwa perencanaan merupakan suatu cara untuk memproyeksi maksud dan tujuan. Seperti yang telah kita tahu, perencanaan berkaitan dengan konsep masa depan, masalah-masalah yang

memerlukan imajinasi dan pilihan (*choice*), pemikiran yang ditujukan ke masa depan, dan proses mencapai suatu tujuan. Oleh karena itu, perencanaan mencerminkan upaya yang penuh pertimbangan. Perencanaan diakui sebagai cara yang paling andal (*reliable*) untuk mewujudkan tujuan dan sasaran. Perencanaan merupakan suatu cara untuk menentukan serangkaian tindakan untuk mengarahkan tindakan tersebut agar sesuai dengan visi (*Pedoman Wawancara 2.7*).

Berdasarkan pendapat responden mengenai dukungan lingkungan mutlak perlu untuk memelihara perubahan-perubahan yang merupakan hasil dari suatu program self management. Responden mengatakan bahwa Dukungan lingkungan sangat mutlak perlu ada karena perubahan tingkah laku yang didasarkan pada kemauan, kesadaran dan kemampuan individu sendiri akan lebih tahan lama. Karena individu 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 (*Pedoman Wawancara 2.8*).

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di atas (*Pedoman Wawancara 2.1*) memberikan deskripsi bahwa layanan bimbingan kelompok dalam keseluruhan proses bimbingan kelompok yang memiliki beberapa langkah dimaksudkan agar siswa dapat terjadi perubahan perilaku, perubahan diharapkan karena dampak yang ditimbulkan dalam proses bimbingan kelompok. Menurut peneliti bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management bertujuan membantu peserta didik/ konseli agar dapat mencapai kematangan dan kemandirian dalam kehidupannya serta menjalankan tugas-tugas perkembangannya yang mencakup aspek pribadi, sosial, belajar, karir secara utuh dan optimal.

Hasil penelitian di atas (*Pedoman Wawancara 2.2*) memberikan deskripsi bahwa strategi yang dilakukan dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management kepada siswa dilakukan dengan cara melakukan pemantauan diri dan mengimplementasikan strategi pengendalian diri. Menurut peneliti bahwa strategi yang dilakukan dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management kepada siswa harus benar-benar berdasarkan identifikasi kebutuhan siswa karena penetapan strategi ini berdasarkan tujuan dan target yang akan dicapai yang akan berdampak kepada kematangan karir siswa.

Hasil penelitian di atas (*Pedoman Wawancara 2.3*) memberikan deskripsi bahwa manfaat strategi mengelola diri sendiri atau strategi tunggal adalah proses dimana klien mengarahkan

sendiri perubahan tingkah lakunya dengan strategi atau beberapa kombinasi strategi. Menurut peneliti bahwa manfaat strategi mengelola diri sendiri atau strategi tunggal kepada siswa yaitu 1) membantu individu untuk dapat mengelola diri baik pikiran, perasaan dan perbuatan sehingga dapat berkembang secara optimal. 2) dengan melibatkan individu secara aktif maka akan menimbulkan perasaan bebas dari kontrol oranglain. 3) Dengan meletakkan tanggung jawab perubahan sepenuhnya kepada individu maka dia akan menganggap bahwa perubahan yang terjadi karena usahanya sendiri dan lebih tahan lama. 4) Individu dapat semakin mampu untuk menjalani hidup yang diarahkan sendiri dan tidak tergantung lagi pada konselor untuk berurusan dengan masalah mereka.

Hasil penelitian di atas (*Pedoman Wawancara 2.4*) memberikan deskripsi bahwa penggunaan strategi yang konsisten dalam implementasi layanan bimbingan kelompok dengan teknis self management membantu individu secara aktif dan mengelola baik pikiran, perasaan dan perbuatan sehingga dapat berkembang secara optimal. Menurut peneliti bahwa penggunaan strategi yang konsisten akan berdampak kepada tujuan dan target yang akan dicapai.

Hasil penelitian di atas (*Pedoman Wawancara 2.5*) memberikan deskripsi bahwa penggunaan penguatan diri sendiri merupakan komponen yang penting. Menurut peneliti bahwa penggunaan penguatan diri sendiri merupakan komponen yang penting karena keterampilan memberikan penguatan kepada siswa merupakan keterampilan yang harus dikuasai oleh guru karena penguatan yang diberikan kepada siswa akan membangkitkan semangat dalam melakukan kegiatan.

Hasil penelitian di atas (*Pedoman Wawancara 2.6*) memberikan deskripsi bahwa tunjangan yang diberikan oleh lingkungan harus dipertahankan merupakan salah satu karakteristik Self-management. Menurut peneliti tunjangan yang diberikan oleh lingkungan harus dipertahankan merupakan salah satu karakteristik dari Self-management.

Hasil penelitian di atas (*Pedoman Wawancara 2.7*) memberikan deskripsi bahwa ditetapkan target yang realistis dan kemudian dievaluasi. Menurut peneliti ditetapkan target yang realistis dan kemudian dievaluasi merupakan rangkaian layanan bimbingan untuk mencapai tujuan dan target yang akan dihasilkan.

Hasil penelitian di atas (*Pedoman Wawancara 2.8*) memberikan deskripsi bahwa dukungan lingkungan mutlak perlu untuk memelihara perubahan-perubahan yang merupakan hasil dari suatu program dan merupakan salah satu Karakteristik dari self management. Menurut peneliti bahwa dukungan lingkungan sangat mutlak penting karena untuk menghilangkan faktor penyebab dan dukungan untuk perilaku yang akan dikurangi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada implementasi bimbingan kelompok dengan teknik self management terhadap kematangan karir pada Siswa kelas XII di SMA Negeri 13 Garut dapat diambil kesimpulan yaitu, kondisi kematangan karir siswam ulai tumbuh, dikarenakan penanganan yang diberikan oleh Guru BK melalui serangkaian pelayanan salah satunya layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management. Hal ini merupakan sinergitas antara tenaga pendidik dilingkungan di SMA Negeri 13 Garut dalam memanfaatkan penggunaan sarana prasarana yang ada. Selain itu pemanfaatan program layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management dari BK, merupakan hal positif yang bisa digunakan untuk media dalam belajar sehingga dapat mendukung terhadap kematangan karirsiswa.

REFERENSI

- Aji, R. (2010). *Hubungan antara locus of control internal dengan kematangan karir pada siswa kelas XII SMK N 4 Purworejo* (Doctoral dissertation, UNDIP).
- Gibson, R.L., Mitchell, M.H. (2011). *Introduction to Counseling and Guidance*. diterjemahkan oleh Y.Santoso. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Katharina, E. P. K., Mungin, E. W., Imam, T. 2017. Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Kematangan Karir Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. JUBK 6 (1). Unnes
- Kemendikbud. 2014. *Permendikbud No 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan Konseling*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
- Moleong, L.J. (2011). *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Suwanto, I. (2016). *Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK*. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 1(1), 1-5.
- Ulusoy, F. M., & Onen, A. S. (2014). A research on the generative learning model supported by context-based learning. *Eurasia Journal of mathematics, science and technology Education*, 10(6), 537-546.
- Yusuf, S., dan Nurihsan, J. (2011). *Teori Kepribadian*. Bandung: Remaja Rosdakarya