

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *PROBLEM SOLVING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-EFFICACY* KARIR SISWA KELAS XII-SCI SMAN 1 KRIAN

Junita Jivana Amalia Putri

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
junita.20066@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok *teknik problem solving* untuk meningkatkan *self-efficacy* karir pada siswa kelas XII-SCI SMAN 1 Krian. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif dengan desain penelitian *pre-experimental one group pre-test post-test*, serta analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistic non parametric yaitu uji wilcoxon. Pengumpulan data yang digunakan yaitu menggunakan instrumen angket kuesioner guna mengukur tingkat *self-efficacy* karir peserta siswa kelas XII-SCI SMAN 1 Krian. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 8 peserta didik kelas XII-SCI yang memiliki kecenderungan *self-efficacy* karir rendah. Pada penelitian ini terlihat perubahan peserta didik dari rata-rata peningkatan yang diperoleh sebelum dan sesudah mendapatkan treatment sebesar 20,25 poin. Berdasarkan pada hasil interpretasi uji wilcoxon dengan bantuan SPSS Statistics 26 For Windows diperoleh nilai *Asymp.Sig (2-tailed)* sebesar 0,012 karena $0,012 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima, dengan demikian dapat diartikan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* karir pada siswa kelas XII-SCI SMAN 1 Krian.

Kata Kunci: *self-efficacy* karir, bimbingan kelompok, dan teknik *problem solving*.

Abstract

This research aims to determine the effectiveness of problem solving technique group guidance services to improve career self-efficacy in class XII-SCI students of SMAN 1 Krian. The research method used is a quantitative method with a pre-experimental one group pre-test post-test research design, and data analysis in this study uses non-parametric statistics, namely the Wilcoxon test. Data collection used a questionnaire instrument to measure the level of career self-efficacy of class XII-SCI students of SMAN 1 Krian. The subjects in this study were 8 class XII-SCI students who had a tendency towards low career self-efficacy. In this study, changes in students were seen from the average increase obtained before and after receiving treatment of 20.25 points. Based on the results of the interpretation of the Wilcoxon test with the help of SPSS Statistics 26 For Windows, the *Asymp.Sig value (2-tailed)* was obtained as 0.012 because $0.012 < 0.05$, it can be concluded that H_a is accepted, thus it can be interpreted that the problem solving technique group guidance service is effective in increasing career self-efficacy in class XII-SCI students of SMAN 1 Krian.

Keywords: career self-efficacy, group guidance, and problem solving techniques.

PENDAHULUAN

Self-efficacy karir, atau keyakinan diri terkait kemampuan untuk merencanakan dan mencapai tujuan karir, memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan lulusan SMA di pasar kerja (Miswari, 2019). Rendahnya tingkat *self-efficacy* karir dapat menjadi faktor utama yang mempengaruhi tingginya angka pengangguran di kalangan lulusan SMA. Hal tersebut berdampak pada kemampuan lulusan dalam menentukan pilihan karir yang sesuai dengan minat, bakat, dan nilai-nilai pribadi individu. Kurangnya keyakinan diri dalam merencanakan langkah-langkah menuju karir yang diinginkan dapat mengakibatkan ketidakpastian dan kebingungan, mengarah pada pengambilan keputusan yang tidak tepat. Selain itu, tingkat *self-efficacy* karir yang rendah juga dapat mempengaruhi kemampuan lulusan dalam menghadapi tantangan dan persaingan di pasar kerja

(Hakim et al., 2022). Individu mungkin kurang percaya diri dalam mengkomunikasikan keterampilan dan prestasi individu kepada calon pengusaha, sehingga mengurangi peluang individu untuk mendapatkan pekerjaan.

Rendahnya *self-efficacy* karir juga dapat menciptakan sikap yang kurang proaktif dalam mencari peluang kerja atau berinovasi dalam mendekati pasar kerja. Lulusan yang kurang yakin dengan kemampuannya cenderung bersikap pasif dan kurang inisiatif, yang dapat menjadi hambatan serius dalam mencapai kesuksesan karir. *Self-efficacy* karir tidak hanya mencakup aspek teknis atau keterampilan spesifik, tetapi juga melibatkan persepsi diri terkait kemampuan untuk menetapkan tujuan karir, mengatasi rintangan, dan memanfaatkan peluang. Oleh karena itu, program bimbingan karir yang fokus pada penguatan *self-efficacy* karir dapat menjadi langkah strategis untuk mengatasi masalah pengangguran di kalangan lulusan SMA. Rendahnya *self-efficacy* karir

dapat menjadi kendala serius bagi lulusan SMA dalam mencapai keberhasilan di pasar kerja. Dengan memperkuat keyakinan diri individu terkait kemampuan dan potensi karir, lulusan dapat meningkatkan daya saing individu, mengurangi tingkat pengangguran, dan meraih pencapaian karir yang lebih baik.

Self-efficacy karir dapat dikembangkan sejak SMA melalui serangkaian langkah dan pengalaman positif (Dewi, 2022). Pada tingkat pendidikan SMA, siswa dapat mulai memahami minat, bakat, serta nilai-nilai pribadi mereka yang dapat membentuk dasar pemilihan karir (Safitri et al., 2020). Peluang untuk eksplorasi karir, magang, dan pembimbingan juga dapat membantu mereka mengembangkan keyakinan diri terkait pilihan karir yang akan diambil di masa depan. Dengan dukungan yang tepat, siswa dapat membangun *self-efficacy* karir yang kuat seiring berjalannya waktu. *Self-efficacy* karir pada siswa merupakan hasil dari perjalanan pengembangan diri yang melibatkan sejumlah tahapan kritis. Proses ini tidak hanya mencakup pemahaman diri, tetapi juga memerlukan penerimaan tantangan, pengalaman praktis, dan dukungan bimbingan.

Bimbingan kelompok dengan penerapan teknik *problem solving* merupakan salah satu strategi dalam membantu peserta didik membangun *self-efficacy* karir dan merencanakan masa depannya dengan lebih hati-hati. Layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* memberikan fungsi preventif yang kuat, mencegah peserta didik dari pilihan karir yang tidak sesuai (Hartanti, 2022). Melalui sesi kelompok, peserta didik dapat berbagi dan mengidentifikasi hambatan serta tantangan yang dihadapi dalam merencanakan karir. Hal tersebut menciptakan kesadaran kolektif dan memungkinkan peserta didik untuk mengatasi hambatan secara bersama-sama (Wasono, 2019). Menggunakan teknik *problem solving* dalam diskusi kasus memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk menganalisis situasi nyata dan mengembangkan strategi penyelesaian. Peserta didik belajar dari pengalaman orang lain, serta memperkaya wawasan tentang berbagai aspek karir. Dalam kelompok, peserta didik diajak untuk mengidentifikasi berbagai solusi alternatif terhadap tantangan karir yang mereka hadapi. Proses ini merangsang kreativitas dan membantu mereka melihat berbagai opsi yang mungkin, meningkatkan keyakinan diri mereka dalam menghadapi situasi kompleks. Pernyataan tersebut sejalan dengan teori social learning yang dikemukakan oleh Albert Bandura yang merupakan seorang tokoh psikologi. Bandura menyimpulkan bahwa manusia mengambil informasi dan memutuskan tingkah laku yang akan diadopsi berdasarkan lingkungan dan tingkah laku orang lain yang ada disekitarnya.

Bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat membantu peserta didik dalam merumuskan rencana karir yang terstruktur (Sumantri, 2019). Melalui pendekatan ini, mereka belajar merinci langkah-langkah konkrit untuk mencapai tujuan karir, meningkatkan *self-efficacy* mereka dalam merencanakan masa depan. Sesi kelompok menciptakan lingkungan yang mendukung dan memberikan rasa saling mengerti. Peserta didik dapat merasa lebih percaya diri ketika mendapatkan dukungan dari sesama anggota kelompok, mengurangi risiko dalam membuat keputusan karir yang impulsif. Partisipasi dalam bimbingan kelompok dengan fokus pada teknik *problem solving* meningkatkan keterampilan peserta didik dalam mengatasi masalah karir (Sa'adah & Azmi, 2022). Peserta didik belajar menjadi pemecah masalah yang efektif, membentuk *self-efficacy* yang kuat untuk menghadapi tantangan masa depan. Sesi kelompok juga mencakup evaluasi bersama terhadap rencana karir yang dihasilkan. Melalui refleksi dan umpan balik kolektif, peserta didik dapat mengidentifikasi potensi risiko dan memastikan bahwa rencana mereka sesuai dengan tujuan karir yang diinginkan. Dengan demikian, bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* bukan hanya memberikan pandangan mendalam terhadap berbagai aspek karir, tetapi juga membangun fondasi *self-efficacy* yang kokoh. Ini adalah langkah preventif yang efektif untuk mencegah peserta didik memilih jalur karir yang tidak sesuai dengan potensi dan minat mereka.

Penelitian ini didasarkan pada fenomena kurangnya kematangan persiapan karir siswa kelas XII-SCI SMAN 1 Krian yang disebabkan oleh *rendahnya self-efficacy* karir pada siswa. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti bersama Guru Bimbingan dan Konseling di SMAN 1 Krian, diperoleh data bahwa siswa kelas XII-SCI (Siswa Cerdas Istimewa) atau akselerasi memiliki problematika mengenai kurangnya kematangan persiapan karir dikarenakan terbatasnya durasi persekolahan pada tingkat SMA yakni dua tahun. Siswa kelas XII-SCI cenderung lebih fokus pada ujian-ujian yang akan dihadapi dibandingkan dengan persiapan karirnya. Sehingga ketika diberikan pertanyaan perihal rencana karir, terdapat sebagian siswa yang masih ragu dan bimbang. Maka dari itu, pemberian layanan karir berupa bimbingan kelompok teknik *problem solving* dinilai penting sebagai upaya preventif bagi peserta didik agar terhindar dari kesalahan dalam pemilihan karir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok teknik *problem solving* terhadap peningkatan *self-efficacy* karir siswa kelas XII-SCI SMAN 1 Krian.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian yaitu *pre-experimental design* untuk

mengetahui pengaruh dari diberikannya *treatment* dengan kondisi yang terkendali serta penelitian ini juga tidak menggunakan variabel kontrol dan sampel tidak dipilih secara acak. Jenis penelitian ini menggunakan *one group pre-test post-test design*, untuk mengetahui keadaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Pelaksanaan penelitian ini adalah diberikan *pre-test*, kemudian akan diberikan *treatment* dan diakhiri dengan pemberian *post-test* yang sama. Setelah selesai, hasil *pre-test* dan *post-test* akan dibandingkan untuk mengetahui skor sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok *problem solving*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek pada penelitian ini merupakan siswa kelas XII-SCI SMAN 1 Krian yang cenderung memiliki *self-efficacy* karir rendah. Penentuan subjek dalam penelitian menggunakan pengukuran awal dengan menyebarkan angket kuisioner pada kelas XII-SCI yang berjumlah 36 siswa, lalu dipilih 8 siswa yang menjadi subjek penelitian. Dari hasil penyebaran angket akan dikategorikan menjadi 3 kelompok, yaitu kategori tinggi, kategori sedang, dan kategori rendah.

Berdasarkan pada pengkategorian di atas maka diperoleh hasil bahwa dari 36 subjek yang disebarkan angket kuesioner sebagai pengukuran awal terdapat 4 subjek dengan kategori tinggi, 28 subjek dengan kategori sedang, dan 4 subjek dengan kategori rendah. Berdasarkan pada hasil tersebut dipilih 4 subjek dengan kategori rendah dan 4 subjek dengan kategori sedang yang akan diberikan perlakuan atau *treatment* bimbingan kelompok *problem solving*. Berikut ini adalah hasil *pre-test* delapan subjek penelitian:

Tabel 1. Hasil *pre-test*

RESPONDEN	SKOR PRE-TEST	KATEGORI
APW	116	Rendah
AS	116	Rendah
KDM	117	Rendah
HRF	121	Rendah
GKA	122	Sedang
ZN	122	Sedang
NDE	123	Sedang
FRA	128	Sedang

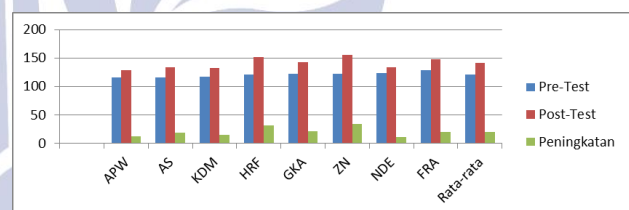
Pemberian perlakuan (*treatment*) kepada subjek yang berjumlah delapan peserta didik sebanyak lima kali pertemuan. Perlakuan (*treatment*) tersebut berupa layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*. Setelah diberikan *treatment* sebanyak lima kali pertemuan, subjek penelitian diminta untuk mengisi angket *post-test* mengenai *self-efficacy* karir yang sama dengan *pre-test*

sebelumnya. Tujuan dari pemberian angket kembali yaitu untuk mengetahui ada tidaknya perubahan tingkat *self-efficacy* karir sebelum dan sesudah diberikan *treatment* bimbingan kelompok teknik *problem solving*. Berikut ini data hasil *post-test* yang sudah dilakukan oleh delapan siswa yang menjadi subjek:

Tabel 2. Hasil *post-test*

RESPONDEN	SKOR POST-TEST	KATEGORI
APW	128	Sedang
AS	134	Sedang
KDM	132	Sedang
HRF	152	Sedang
GKA	143	Sedang
ZN	156	Sedang
NDE	134	Sedang
FRA	148	Sedang

Setelah hasil *pre-test* dan *post-test* diketahui, selanjutnya yaitu membandingkan skor dari keduanya untuk melihat adanya perbedaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (*treatment*). Adapun tabel hasil perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* subjek penelitian sebagai berikut:



Gambar 1. Grafik perbandingan peningkatan subjek

Setelah dilakukan perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* maka selanjutnya yaitu menganalisis hasil menggunakan Uji Wilcoxon dengan bantuan SPSS. Berikut ini hasil penghitungan Uji Wilcoxon menggunakan SPSS Statistics 26 For Windows.

Tabel 3. Hasil Penghitungan Uji Wilcoxon

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	0 ^a	,00	,00
	Positive Ranks	8 ^b	4,50	36,00
	Ties	0 ^c		
	Total	8		

Berikut ini adalah interpretasi hasil output penghitungan Uji Wilcoxon menggunakan SPSS:

- Negative ranks* adalah selisih negatif antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan tabel yang telah dipaparkan, nilai *negative ranks* yang didapatkan adalah 0, baik pada nilai N, *Mean Rank* dan *Sum of Ranks*. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat penurunan pada skor *post-test* yang lebih rendah dari skor *pre-test*.
- Positive ranks* merupakan selisih positif antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan pada tabel yang telah dipaparkan, nilai *positive ranks* yang didapatkan pada nilai N adalah 8, pada *Mean Ranks* adalah 4,50 dan pada *Sum of Ranks* sebesar 36,00. Sehingga dapat disimpulkan bahwa delapan subjek yang mengikuti bimbingan kelompok teknik *problem solving* mengalami peningkatan pada skor *post-test* dibandingkan dengan skor *pre-test*.
- Ties* adalah kesamaan skor *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan pada tabel yang telah dipaparkan, diketahui bahwa nilai *ties* adalah 0. Jadi, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat skor yang sama antara skor *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 3. Hasil Penghitungan Uji Wilcoxon

Test Statistics ^a	
	Post Test - Pre Test
Z	-2,521 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,012

Berdasarkan pada *output test statistics* diketahui bahwa *Asymp.Sig. (2-tailed)* memiliki nilai 0,012. Nilai 0,012 lebih kecil dari 0,05 atau $0,012 < 0,05$. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa H_a diterima yang artinya bimbingan kelompok teknik *problem solving* efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* karir siswa.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Karir Siswa maka dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* karir siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* berada dalam kategori rendah. Tingkat *self-efficacy* karir siswa rata-rata mengalami peningkatan setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* dengan kategori sedang. Berdasarkan hasil yang diperoleh dengan menggunakan Uji Wilcoxon dapat disimpulkan bahwa H_a diterima, yang artinya

bimbingan kelompok teknik *problem solving* efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* karir siswa kelas XII-SCI SMAN 1 Krian.

Saran

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi dalam pelaksanaan bimbingan konseling terutama dalam bimbingan kelompok. Selain itu, sekolah juga diharapkan dapat memfasilitasi pelaksanaan bimbingan kelompok dengan rutin sehingga dapat membantu peserta didik mencapai tugas perkembangannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adella, N. (2021). Upaya Meningkatkan Keputusan Karier Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Problem Solving Pada Siswa Kelas XI DI SMA Negeri 7 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 4, 97.
- Agustina, Nora. (2019). *Perkembangan Peserta Didik*. Deepublish.
- Agustina, Novita, Nurmaisara, O., & Anggriana, T. M. (2019). Upaya Meningkatkan Kematangan Pemilihan Karir Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving. *Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling)*, 1(1), 195–200.
- Alisjahbana, A. (2019). *Tujuan Pengembangan Berkelanjutan di Indonesia*. Unpad Press.
- Basito, M. (2019). Hubungan Efikasi Diri Terhadap Kemampuan berpikir Tingkat Tinggi Siswa SMK Program Keahlian Teknik Bangunan Pada Mata Pelajaran Mekanika Teknik. *Jurnal Pendidikan Teknik Sipil*, 7(1).
- Dewi, S. (2022). Jurnal Edukasi Layanan Bimbingan Karier Dalam Upaya Meningkatkan Self Efficacy Siswa Kelas XII Dalam Pemilihan Karier. *Hal*, 8(1), 29–44.
- Djaali. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bumi Aksara.
- Hakim, A. A., Supriyanto, A., Suprihatin, B., & Hendiani, N. (2022). Establishment of Career Self Efficacy Capabilities Through Group Guidance With Problem-Solving Techniques. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 8(2), 185. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v8i2.6757>

- Hara Permana, Nakhma'ussolikhah, & Nashiroh. (2022). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa. *Jurnal BK UNESA*, 13(2018), 7–12. [https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/0001-8791\(83\)90006-4](https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/0001-8791(83)90006-4)
- Harryadi P. S, Yosefa Grace, R. E. (2020). Pelaksanaan Bimbingan Karir Untuk Kematangan Pilihan Karir Siswa Dengan Media Teknologi Di Revolusi Industri 4.0. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 11(Mi), 5–24.
- Hartanti, J. (2022). *Bimbingan Kelompok*. Duta.
- Irawan, L. N., Lesmana, S., & Wibowo, D. E. (2022). Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Terhadap Peningkatan Self Disclosure. *Guidance*, 19(02), 99–105. <https://doi.org/10.34005/guidance.v19i02.2251>
- Krisnawan, G. Y., & Suyati, T. (2021). Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Problem Solving* untuk Meningkatkan Kemampuan Siswa Dalam Memilih Karir pada Kelas XI SMA Negeri 3 Pematang. 11–18.
- Miswari, M. (2019). Mengelola Self Efficacy, Perasaan dan Emosi dalam Pembelajaran melalui Manajemen Diri. *Cendekia: Journal of Education and Society*, 15(2), 67. <https://doi.org/10.21154/cendekia.v15i2.910>
- Nasution & Abdillah. (2019). *Bimbingan Konseling “Konsep, Teori, dan Aplikasinya.”* Mumtaz Advertising.
- Pradewi, Y. M., & Fitriana, S. (2022). *Problem Solving Terhadap Pemantapan Keputusan Karir*. 24(2), 75–82.
- Setiawati, D., Wiryosutomo, H. W., & Naqiyah, N. (2022). Group Guidance Based on Local Strength to Improve the Competence of Counselors. *Proceedings of the International Joint Conference on Arts and Humanities 2021 (IJCAH 2021)*, 618(Ijcah), 1126–1129. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.211223.196>
- Tarmizi. (2021). Problem Solving Dalam Perspektif. *Miqot*, XXXVII(1), 87–108.
- Taylor, K. M., & Betz, N. E. (1983). Application of Self-Efficacy Theory to The Understanding and Treatment of Career Indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 22(1), 63–81.