

## **PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PROBLEM SOLVING UNTUK MENINGKATKAN CAREER DECISION-MAKING SELF-EFFICACY MURID SMA DI SIDOARJO**

**Pramudita Kurniasani**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email: [pramuditaks@gmail.com](mailto:pramuditaks@gmail.com)

**Retno Tri Hariastuti**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email: [retnotri@unesa.ac.id](mailto:retnotri@unesa.ac.id)

### **Abstrak**

Penelitian ini menguji penerapan bimbingan kelompok teknik *problem solving* untuk meningkatkan *career decision-making self-efficacy* pada murid kelas XI SMA di Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *pre-experimental one group pre-test post-test*, serta analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik *non parametrik* yaitu uji *Wilcoxon*. Pengumpulan data yang digunakan yaitu menggunakan instrumen angket mengukur tingkat *career decision-making self-efficacy* murid kelas XI SMA di Sidoarjo. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 6 murid kelas XI yang memiliki kecenderungan *career decision-making self-efficacy* sedang dan rendah. Pada penelitian ini terdapat peningkatan keyakinan pada *career decision-making self-efficacy* murid dari rata-rata peningkatan yang diperoleh sebelum dan sesudah mendapatkan *treatment* sebesar 23 poin. Berdasarkan pada hasil interpretasi uji *Wilcoxon* dengan bantuan *SPSS Statistic 25 for Windows* diperoleh nilai *Asymp.sig (2-tailed)* sebesar 0,028, dimana  $0,028 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa ( $H_a$ ) diterima. Dapat disimpulkan bahwa penerapan bimbingan kelompok teknik *problem solving* dapat meningkatkan *career decision-making self-efficacy* murid kelas XI SMA di Sidoarjo.

**Kata Kunci:** Penerapan, Bimbingan Kelompok, *Prolem Solving*, *Career Decision-Making Self-Efficacy*

### **Abstract**

*This study examines the application of problem-solving technique group guidance to improving career decision-making self-efficacy among 11th grade high school students in Sidoarjo. This study uses a quantitative approach 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 was conducted using a questionnaire to measure the career decision-making self-efficacy levels of eleventh grade high school students in Sidoarjo. The subjects in this study were 6 eleventh grade students who had moderate to low career decision-making self-efficacy. In this study, there was an increase in student career decision-making self-efficacy with an average increase of 23 points before and after receiving treatment. Based on the interpretation of the Wilcoxon test results using SPSS Statistics 25 for Windows, the Asymp.sig (2-tailed) value was 0.028, where  $0.028 < 0.05$ , so it can be concluded that ( $H_a$ ) is accepted. The conclusion of this study that the application of group guidance using problem-solving techniques can increase the career decision-making self efficacy of grade eleventh students at Sidoarjo.*

**Keywords:** *Application, Group Guidance, Problem Solving, Career Decision-Making Self-Efficacy*

Universitas Negeri Surabaya

### **PENDAHULUAN**

Bimbingan dan konseling merupakan bagian penting dalam pendidikan yang berfungsi memfasilitasi dan memberdayakan murid agar dapat mencapai tugas perkembangan secara menyeluruh dan optimal. Dalam pendidikan, setiap murid diharapkan untuk menyusun strategi untuk masa depan dan mengembangkan potensi mereka, baik secara akademis maupun non-akademis. Karier merupakan pembahasan yang cukup banyak ditemui

pada remaja, di mana individu mulai menghadapi keputusan-keputusan signifikan terkait karier mereka. Berdasarkan data BPS Agustus 2024, angka pengangguran mencapai 7.465.999 juta jiwa dan didominasi oleh tamatan Sekolah Menengah Atas (SMA) mencapai 30,72%. Faktor utama penyebab tingginya angka pengangguran ini selain minimnya lapangan pekerjaan, juga dipengaruhi oleh ketidaksesuaian keterampilan serta kemampuan yang dimiliki murid dan sangat kurangnya pemahaman murid

tentang prospek pekerjaan setelah lulus sekolah. Remaja dapat dikatakan berhasil dalam mempersiapkan masa depan adalah remaja yang paham dan mengerti mengenai perbedaan kelebihan yang dimiliki oleh disendiri dan orang lain, kemudian memiliki pandangan lebih logis dan idealis sehingga dapat memahami arah karier masa depannya (Istiqailia, N & Sa'idah, I 2021). Remaja, khususnya murid SMA, sering mengalami kebingungan dan kesulitan dalam menentukan pendidikan lanjutan yang akan ditempuh serta kurangnya pemahaman mengenai prospek pekerjaan setelah menyelesaikan studi (Amaral et al., 2023).

Dalam proses memilih karier, murid perlu memiliki wawasan informasi yang cukup mengenai berbagai pilihan pendidikan dan pekerjaan yang tersedia, serta memahami minat, bakat, dan tujuan hidup secara mendalam. Pemahaman dan keyakinan diri pada murid sangat penting agar murid tidak hanya mengikuti tren atau pilihan dari orang lain, melainkan benar-benar memilih karier yang sesuai dengan potensi dan keinginan murid. Selain itu, murid harus mengidentifikasi prospek dan tantangan yang mungkin mereka hadapi di masa depan. Menurut Lent dan Brown (2013), murid bisa memilih keputusan karier berdasarkan pemahaman diri dan informasi yang sepadan cenderung lebih berhasil dalam mencapai tujuan karier dibandingkan dengan murid yang memilih karier tanpa mempertimbangkan beberapa aspek. Oleh karena itu, keterampilan pengambilan keputusan karir tingkat lanjut sangat penting bagi murid untuk memilih profesi yang sesuai dengan aspirasi dan kemampuan mereka.

Pengambilan keputusan karier berdasarkan kompetensi murid. Selain kompetensi pribadi, elemen internal dan eksternal lainnya memengaruhi pengambilan keputusan. Osipow (1983) mengungkapkan bahwa kematangan karier dapat dipengaruhi oleh prestasi diri, faktor vokasional, kepribadian faktor lingkungan, dan faktor efikasi diri (Fadhila et al., 2017).

*Career decision-making self-efficacy* menjadi salah satu faktor yang memengaruhi pemilihan karier. Taylor & Betz (1983) mendefinisikan *career decision-making self-efficacy* sebagai keyakinan dari seseorang terhadap

kemampuan yang mereka miliki dalam mengambil keputusan yang berhubungan dengan kariernya secara akurat dan tepat pada tujuan. Saifuddin (2018) memperkuat hal ini dengan mengungkapkan jika individu dengan *career self-efficacy* yang tinggi cenderung mencapai kematangan karier yang lebih baik, mencakup aspek kognitif dan bisa memutuskan pilihan karier dengan tepat.

Urgensi penelitian ini didasarkan pada pentingnya *career decision-making self-efficacy* untuk pondasi dalam membentuk kemampuan pengambilan keputusan karier yang matang pada murid SMA. Tingginya angka pengangguran lulusan SMA mengindikasikan perlunya penguatan keyakinan diri murid dalam mengambil keputusan karier sejak dini, sehingga murid mampu membuat pilihan yang sesuai dengan potensi yang dimiliki.

*Career decision-making self-efficacy* berperan penting terhadap perkembangan murid. Keinginan murid akan muncul untuk mencapai karier yang mereka inginkan dan dengan efikasi diri yang dimiliki, maka akan tercipta usaha yang dilakukan untuk bisa mencapai keinginan tersebut. Dengan dukungan yang memadai, murid dapat mengembangkan efikasi diri yang kuat dan sesuai dalam pengambilan keputusan karir. Bantuan ini dapat terwujud dalam bentuk layanan bimbingan kelompok. Program bimbingan kelompok memberikan pengalaman, kemampuan, dan kepercayaan diri yang penting bagi anak-anak untuk menghadapi tantangan di masa depan. Penggunaan pendekatan pemecahan masalah dalam layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu metode untuk meningkatkan efikasi diri murid dalam pengambilan keputusan karir. Layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *problem solving* akan membantu murid dalam mengenali dan memahami tantangan terkait karir sekaligus meningkatkan keterampilan pengambilan keputusan mereka. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan kemanjuran supervisi kelompok yang menggunakan teknik *problem solving* dalam ranah pengembangan diri murid. Hartanti (2022) menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok pemecahan masalah berperan preventif, mencegah murid memilih jalur karier yang tidak sesuai dengan aspirasi

mereka. Penelitian di SMPN 33 Bekasi menunjukkan bahwa rata-rata skor efikasi diri profesional murid meningkat dari 69 menjadi 89 setelah implementasi layanan bimbingan kelompok pemecahan masalah. Putri, J. J. A. (2024) menemukan bahwa bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *problem solving* meningkatkan keterampilan pengambilan keputusan murid. Penelitian ini belum secara eksplisit membahas implementasi bimbingan kelompok yang menggunakan pendekatan pemecahan masalah untuk meningkatkan efikasi diri pengambilan keputusan karier di kalangan murid SMA, khususnya di wilayah Sidoarjo.

Penelitian ini didasarkan pada fenomena rendahnya tingkat *career decision-making self-efficacy* pada murid kelas XI di SMAN 1 Wonoayu. Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti di kelas XI-1, XI-5, dan XI-3, ditemukan bahwa sejumlah murid kebingungan mengenai karier masa depan. Para murid tersebut cenderung tidak yakin pada pilihan karier, kurangnya mencari informasi dan peluang karier serta belum mengetahui cara mengatasi hambatan karier. Hal ini menunjukkan adanya masalah dalam pengambilan keputusan karir yang terkait erat dengan *career decision-making self-efficacy*. Untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai permasalahan tersebut, peneliti melakukan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMAN 1 Wonoayu. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar murid kelas XI masih mengalami kebingungan dalam menentukan pilihan karier, yang dipicu oleh rendahnya keyakinan diri murid dalam memutuskan terkait karier. Guna memperoleh data yang lebih objektif, peneliti menyebarkan angket sementara kepada murid kelas XI untuk mengukur tingkat *career decision-making self-efficacy* mereka. Dari 89 murid yang mengisi angket, diperoleh data bahwa 51,69% murid menunjukkan tingkat *career decision-making self-efficacy* yang rendah dibandingkan dengan rekan-rekan mereka.

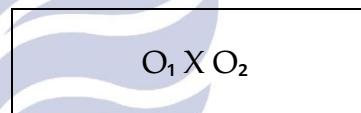
Studi ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas supervisi kelompok yang menggunakan teknik *problem solving* untuk *career decision-making self-efficacy* di SMAN 1 Wonoayu.

## METODE

### Rancangan Penelitian

Studi ini menggunakan metodologi kuantitatif dengan desain pra-eksperimental, satu kelompok pretest-posttest, menggunakan satu kelas sebagai kelompok eksperimen tanpa kelas pembanding atau kelompok kontrol. Sugiyono (2023) menyatakan bahwa pendekatan penelitian eksperimental digunakan untuk mengevaluasi dampak terapi terhadap variabel lain dalam kondisi terkontrol. Studi ini menggunakan instrumen *Career Decision-Making Self-Efficacy* (CDMSE) yang dikembangkan oleh Taylor & Betz (1983).

Pada pelaksanaannya, kelompok yang ditetapkan menjadi subjek penelitian terlebih dahulu diberikan *pre - test* ( $O_1$ ) untuk mengetahui kondisi awal *career decision-making self-efficacy*. Selanjutnya, lima sesi bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *problem solving* dilakukan. Setelah menyelesaikan rangkaian perlakuan, *post-test* ( $O_2$ ) dilakukan dengan menggunakan instrumen yang sama. Hasil *pre - test* dan *post - test* kemudian dibandingkan untuk mengetahui varians skor sebelum dan sesudah perlakuan, yang meliputi bimbingan kelompok dengan pendekatan *problem solving*, yang bertujuan untuk meningkatkan *career decision-making self-efficacy* murid.



Gambar 1 Desain Penelitian Sugiyono 2023

### Keterangan:

$O_1$  : *Pre-Test* mengukur kondisi awal subjek sebelum diberikan *treatment*

X : *Treatment* bimbingan kelompok teknik *problem solving*

$O_2$  : *Post-Test* mengukur kondisi akhir responden setelah diberikan *treatment*

### Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Wonoayu dengan Alamat Jl. Pagergumbuk Wonoayu, Kecamatan Wonoayu, Kabupaten Sidoarjo, Provinsi Jawa Timur.

### Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah enam (6) murid kelas XI di SMAN 1 Wonoayu tahun ajaran 2025/2026. Pemilihan enam (6) subjek oleh peneliti didasari oleh pemikiran Bore, Hendricks & Womack (2013) yang mengatakan jika jumlah anggota yang efektif dalam bimbingan kelompok psikoedukasi di sekolah umumnya berkisar 6-10 orang. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah murid yang memiliki tingkat *career decision-making self-efficacy* sedang dan rendah, yang dipilih setelah penyebaran dan proses analisis skor yang telah ditetapkan.

### Variabel dan Definisi Operasional

Studi ini mencakup dua variabel: variabel independen dan variabel dependen. Berikut adalah definisi operasional dari kedua variabel tersebut:

1. Bimbingan kelompok teknik *problem solving* merupakan upaya pemberian bantuan berupa memberikan layanan kepada individu yang tergabung dalam kelompok. Pada dinamika kelompok ini setiap anggota kelompok akan masing-masing mengidentifikasi apa saja tantangan dalam mencapai tujuan karier mereka, kemudian setiap anggota kelompok mempertimbangkan minat, bakat, dan keinginan mereka terhadap tujuan karier kedepannya. Para anggota kelompok akan melaksanakan sesi diskusi guna dapat saling berinteraksi dan berkolaborasi mencapai tujuan karier bersama. Dengan menggunakan teknik *problem solving* anggota kelompok akan belajar mencari solusi yang efektif dan kreatif guna mengatasi hambatan pada setiap anggota dalam kelompok dalam mencapai tujuan karier mereka.

2. *Career decision-making self-efficacy* adalah keakinan pada diri individu terhadap kemampuan yang mereka miliki guna mencapai tujuan karier dan menghadapi hambatan yang datang dalam proses mencapai tujuan karier. Hal ini berarti jika seseorang memiliki *career decision-making self-efficacy* karier yang tinggi mereka akan lebih percaya diri atas kemampuan dan keterampilan mencapai karier mereka, sehingga mereka melihat hambatan sebagai dorongan agar lebih berusaha mencari solusi atau opsi lain mengatasi hambatan tersebut.

### Teknik Pengumpulan Data

Data didapatkan melalui penyebaran angket mengukur *career decision-making self-efficacy*. Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan serangkaian pertanyaan kepada mahamurid untuk dijawab. Penelitian ini menggunakan kuesioner dengan skala Likert dari 1-4. Sugiyono (2023) skala likert dipergunaan untuk mengukur pendapat, sikap, serta persepsi individu atau kelompok terhadap suatu pernyataan. Klasifikasi skala likert yaitu, Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

### Teknik Analisis Data

Sugiyono (2023:207) analisis data adalah proses menggabungkan dan mengolah data yang diperoleh dari responden berdasarkan variabel yang diteliti. Penelitian ini

menggunakan teknik analisis *statistic non parametric*. Salah satu teknik *non parametric* yang dipergunakan untuk menganalisis data yaitu *uji wilcoxon signed rank test* yang akan digunakan untuk membandingkan situasi sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Analisis data menggunakan *SPSS 25 for Windows*. Nilai probabilitas hasil uji (Asymp.Sig) kemudian dibandingkan dengan taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ) untuk menentukan hipotesis. Hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak apabila Asymp.Sig < 0,05 sehingga hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Sebaliknya, hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima apabila Asymp.Sig  $\geq 0,05$ .

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek pada penelitian ini merupakan murid kelas XI SMA Negeri 1 Wonoayu yang memiliki *career decision-making self-efficacy* dengan kategori sedang dan rendah. Penentuan subjek dalam penelitian menggunakan pengukuran awal dengan menyebarkan angket pada kelas XI-1 dan kelas XI-2 yang disarankan oleh Guru BK, kemudian dipilih enam (6) murid yang menjadi subjek penelitian. Penyebaran angket dilakukan pada tanggal 12 Januari 2026. Dari hasil penyebaran angket akan dikategorikan menjadi 3 kelompok, yaitu kategori tinggi, kategori sedang dan kategori rendah. Pengkategorian skor hasil pre-test menggunakan cara sebagai berikut:

- a) Rata-rata didapat menggunakan *insert function average* yaitu 135
- b) Standar deviasi didapatkan menggunakan *insert function STDEV* yaitu 19,4

Dari hasil perhitungan diatas maka didapatkan kategori skor sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Kategori Tinggi} &= (\text{mean} + \text{SD}) \text{ ke atas} \\ &= (135 + 19,4) \\ &= 154,4 \text{ ke atas} \\ \text{Kategori Sedang} &= (\text{mean} - \text{SD}) \text{ sampai } (\text{mean} + \text{SD}) \\ &= (135 - 19,4) \text{ sampai } (135 + 19,4) \\ &= 116 \text{ Sampai dengan } 154,4 \\ \text{Kategori Rendah} &= (\text{mean} - \text{SD}) \text{ ke bawah} \\ &= (135 - 19,4) \text{ ke bawah} \\ &= 116 \text{ ke bawah} \end{aligned}$$

Tabel 1. Hasil Pre – Test Enam Subjek

Responden	Skor Pre-Test	Kategori
PAR	123	Sedang

SAS	119	Sedang
TFP	113	Rendah
NPA	112	Rendah
BZA	111	Rendah
SR	113	Rendah

**Data Hasil Perlakuan (treatment)**

Perlakuan, yang dilakukan sebagai bimbingan kelompok menggunakan teknik *problem solving*, diberikan kepada enam peserta selama lima sesi. Pelaksanaan perlakuan ini dilakukan mulai tanggal 15 Januari sampai 29 Januari 2026 sesuai dengan ijin sekolah dan kesepakatan bersama subjek. Berikut rincian perlakuan (treatment) :

Tabel 2. Rincian Perlakuan

Pertemuan	Tujuan	Kegiatan
1 <i>Self Appraisal</i>	Membangun keakraban antar anggota kelompok, menjelaskan tujuan dan aturan kelompok serta memberikan layanan bimbingan kelompok tema penilaian diri ( <i>self-appraisal</i> )	Perkenalan, pembinaan hubungan, penjelasan bimbingan kelompok tahap pertama dengan topik penilaian diri ( <i>self-appraisal</i> ). Murid diberikan contoh kasus dan melakukan identifikasi masalah, merumuskan sebab-akibat, memikirkan alternatif solusi, serta menetapkan strategi penyelesaian masalah.
2 <i>Gathering Occupational Information</i>	Membantu murid agar dapat mengembangkan keterampilan menggali informasi dan peluang mengenai karier lanjutan setelah mereka lulus	Mengulas kembali topik penilaian diri dan membahas pengumpulan informasi karier. Murid diberikan contoh kasus dan melakukan identifikasi masalah, merumuskan sebab-akibat,

		memikirkan alternatif solusi, serta menetapkan strategi untuk menggali informasi karier.
3 <i>Goal Selection</i>	Membantu murid agar dapat menentukan tujuan karier yang sesuai dengan potensi dalam dirinya	Membahas penetapan tujuan karier yang sesuai dengan potensi diri. Murid diberikan contoh kasus dan melakukan identifikasi masalah, merumuskan sebab-akibat, memikirkan alternatif solusi, serta menetapkan strategi untuk menentukan tujuan karier yang tepat.
4 <i>Planning For The Future</i>	Membantu murid agar dapat merencanakan masa depan mereka dengan baik	Diskusi perencanaan masa depan karier. Murid diberikan contoh kasus dan melakukan identifikasi masalah, merumuskan sebab-akibat, memikirkan alternatif solusi, serta menyusun langkah-langkah konkret untuk merencanakan masa depan karier mereka
5 <i>Problem Solving</i>	Membantu murid agar dapat menemukan solusi terbaik saat dihadapkan dengan hambatan dalam	Refleksi keseluruhan proses bimbingan kelompok dan pembahasan

proses mereka mencapai tujuan karier	strategi pemecahan masalah karier. Murid diberikan contoh kasus dan melakukan identifikasi hambatan, merumuskan sebab-akibat, memikirkan alternatif solusi, serta menetapkan strategi mengatasi hambatan dalam mencapai tujuan karier. Anggota kelompok mengisi angket post-test dengan item yang sama seperti pre-test.
--------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### Data Hasil Post – Test

Keenam subjek yang telah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik *problem solving* sebanyak lima (5) kali kemudian diarahkan untuk mengisi angket *post – test* untuk mengukur *career decision-making self-efficacy* yang sama dengan *pre – test* sebelumnya. Tujuan dari pemberian angket Kembali adalah untuk melihat ada tidaknya perbedaan tingkat *career decision-making self-efficacy* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (treatment). Pemberian angket ini dilakukan pada tanggal 29 Januari 2026. Berikut data hasil post – test keenam subjek penelitian :

Tabel 3. Hasil Post – Test Enam Subjek

Responden	Skor Pre-Test	Kategori
PAR	154	Tinggi
SAS	132	Sedang
TFP	142	Sedang
NPA	138	Sedang
BZA	132	Sedang
SR	131	Sedang

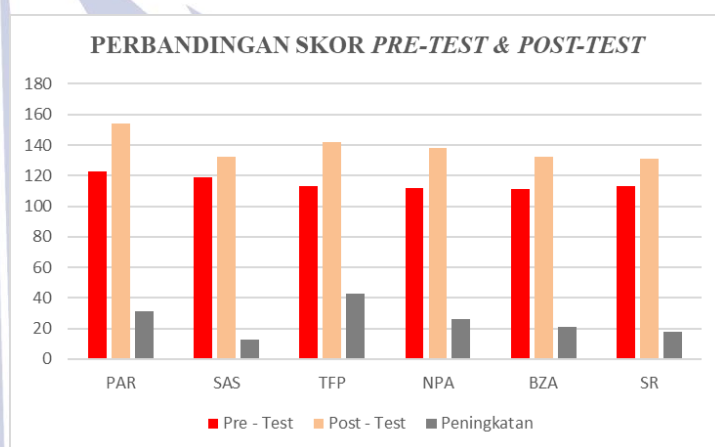
#### Analisis Perbandingan Pre – Test dan Post – Test

Hasil *pre – test* dan *post – test* kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi perbedaan sebelum dan sesudah

perlakuan. Tabel berikut membandingkan skor *pre – test* dan *post – test* pada enam subjek:

Tabel 4. Hasil Perbandingan Pre – Test dan Post – Test

Nama	Pre – Test		Post – Test		Peningkatan Skor Akhir
	Skor	Kategori	Skor	Kategori	
PAR	123	Sedang	154	Tinggi	31
SAS	119	Sedang	132	Sedang	13
TFP	113	Rendah	142	Sedang	29
NPA	112	Rendah	138	Sedang	26
BZA	111	Rendah	132	Sedang	21
SR	113	Rendah	131	Sedang	18
<b>Rata-Rata</b>	<b>115,17</b>	<b>Rendah</b>	<b>138,17</b>	<b>Sedang</b>	<b>23</b>



Gambar 2. Grafik Hasil Perbandingan Pre – Test dan Post – Test

#### Pembahasan

Penelitian ini menggunakan metodologi *pre-eksperimental* dengan *one group pre-test post-test design*, yang dilakukan di SMA Negeri 1 Wonoayu. Penelitian ini didasarkan pada fenomena kurangnya persiapan dalam merencanakan karier pada murid kelas XI-1 dan XI-2 SMA Negeri 1 Wonoayu yang disebabkan oleh rendahnya *career decision-making self-efficacy* pada murid. *Career decision-making self-efficacy* mengacu pada kepercayaan diri murid dalam kemampuan mereka untuk melaksanakan tugas-tugas yang diperlukan untuk membuat keputusan karir (Taylor & Betz, 1983). Fokus penelitian ini yaitu murid kelas XI-1 dan XI-2 yang memiliki variasi *career decision-making self-efficacy* sedang dan rendah. Berdasarkan pada kelas tersebut, kemudian diberikan angket mengukur tingkat *career decision-making self-efficacy* murid. Berdasarkan hasil angket *career decision-making self-efficacy* yang sudah dilakukan sebelumnya, peneliti mengambil enam (6) subjek yang di antaranya dua (2) murid yang memiliki kategori sedang dan empat (4) murid yang memiliki kategori rendah pada tingkat *career decision-making self-efficacy*. Pemilihan enam (6) subjek

oleh peneliti didasari oleh pemikiran Bore, Hendricks & Womack (2013) yang mengatakan jika jumlah anggota yang efektif dalam bimbingan kelompok psikoedukasi di sekolah umumnya berkisar 6-10 orang. Ukuran kelompok tersebut dianggap ideal karena dapat membangun interaksi antar anggota kelompok, saling memberikan dukungan, menjaga kerahasiaan dan memastikan fokus kelompok terjaga.

Setelah diberi perlakuan (*treatment*) berupa bimbingan kelompok menggunakan teknik *problem solving*, seluruh subjek mengalami peningkatan pada skor Post-Test. Berikut adalah skor Post-Test yang didapat dari keenam (6) subjek. PAR memperoleh skor *Post-Test* yakni 154, SAS memperoleh skor *Post-Test* yakni 132, TFP memperoleh skor *Post-Test* yakni 142, NPA memperoleh skor *Post-Test* yakni 138, BZA memperoleh skor *Post-Test* yakni 132, dan SR memperoleh skor *Post-Test* yakni 131. Peningkatan skor *career decision-making self-efficacy* dilihat dari awalnya murid belum memiliki gambaran mengenai masa depan, setelah diberikan *treatment* memiliki peningkatan keterampilan dalam mengenali nilai-nilai pribadi, mencari informasi karier lanjutan, menetapkan tujuan, merencanakan masa depan dengan terstruktur serta dapat memecahkan masalah yang timbul saat proses mencapai tujuan karier.

Hasil penelitian menunjukkan keenam (6) subjek mengalami peningkatan skor *career decision-making self-efficacy* dari *Pre-Test* dan *Post-Test*. Rata-rata skor *Pre-Test* sebesar 115,17 meningkat menjadi 138,17 pada *Post-Test*, dengan rata-rata peningkatan sebesar 23 poin.

Uji Wilcoxon menguatkan peningkatan ini, mengungkapkan nilai *Asymp.Sig. (2-tailed)* sebesar 0,028, yang kurang dari 0,05, menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kondisi peserta sebelum dan sesudah perlakuan. Oleh karena itu, hipotesis alternatif ( $H_a$ ) ditegaskan, menunjukkan adanya perbedaan yang cukup besar dalam skor *career decision-making self-efficacy* sebelum dan setelah menerima layanan bimbingan kelompok *problem solving*. Hal ini sejalan dengan penelitian Al Bustanul Jauhari, M.I.A. (2025), yang menunjukkan bahwa bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *problem solving* secara efektif meningkatkan *career decision-making self-efficacy*. Penelitian yang dilakukan oleh Zeng et al. (2025) menunjukkan bahwa supervisi kelompok secara signifikan

meningkatkan *career decision-making self-efficacy* murid SMA di Tiongkok. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *problem solving* telah menunjukkan peningkatan *career decision-making self-efficacy* murid kelas 11 di SMA Negeri 1 Wonoayu.

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Temuan penelitian menunjukkan bahwa supervisi kelompok yang menggunakan teknik *problem solving* secara efektif meningkatkan *career decision-making self-efficacy* murid kelas 11 di SMA Negeri 1 Wonoayu. Hal ini diperkuat dengan adanya peningkatan keyakinan *career decision-making self-efficacy* murid dari rata-rata *Pre-Test* sebesar 115,17 menjadi 138,17 poin pada *Post-Test* dengan peningkatan rata-rata sebesar 23 poin. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa *Asymp.Sig. (2-tailed)* sebesar 0,028 < 0,05, yang menandakan adanya perbedaan signifikan pada kondisi individu sebelum dan setelah menerima perlakuan melalui instruksi kelompok tentang teknik *problem solving*. Seluruh subjek penelitian yang berjumlah enam murid mengalami peningkatan *career decision-making self-efficacy* dengan tingkat peningkatan yang beragam. Subjek dengan kategori *career decision-making self-efficacy* sedang (PAR) mengalami peningkatan menjadi kategori tinggi, sedangkan subjek dengan kategori sedang hingga rendah (SAS, TFP, NPA, BZA, SR) mengalami peningkatan skor menjadi kategori sedang. Penelitian ini memberikan kontribusi teoritis dalam memperkuat teori *Career Decision-Making Self-Efficacy* serta menunjukkan bahwa integrasi teknik *Problem Solving* dalam layanan bimbingan kelompok dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk meningkatkan *career decision-making self-efficacy* murid.

### **Saran**

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling  
Guru bimbingan dan konseling didorong untuk menyediakan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *problem solving* sebagai pendekatan alternatif untuk meningkatkan *career decision-making self-efficacy* murid.. Layanan ini terbukti mampu menciptakan dinamika kelompok

yang erat, melatih anggota kelompok mengutarakan pendapat dan mencari solusi bersama, menumbuhkan keaktifan anggota kelompok, dan memberikan pemahaman mendalam terkait *career decision-making self-efficacy*. Namun demikian, guru BK perlu memberikan penguatan lanjutan supaya *career decision-making self-efficacy* murid lebih matang dan lebih terarah.

2. Bagi Murid

Murid diharapkan mampu mengimplementasikan setiap dimensi *career decision-making self-efficacy* yang telah dipelajari selama pemberian layanan bimbingan kelompok ke dalam kehidupan sehari-hari agar murid dapat lebih matang dalam merencanakan karier masa depan.

3. Bagi Peneliti

Para peneliti di masa mendatang didorong untuk menggunakan teknik penelitian eksperimental yang lebih ketat, yaitu pendekatan kuasi-eksperimental yang menggabungkan kelompok kontrol untuk perbandingan, sehingga memungkinkan pemeriksaan yang lebih menyeluruh tentang efek layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *problem solving*. Selain itu, peneliti berikutnya diharapkan dapat memperbaharui penelitian dengan menambah subjek penelitian, membangun suasana kelompok lebih aktif, atau mengkaji variabel lain yang berkaitan dengan *career decision-making self-efficacy*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisya, K. (2024). Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Dalam Mengambil Keputusan Karir Murid Di SMA Negeri Banyar Agung Kabupaten Tulang Bawang.
- Al Bustanul Jauhari, M. I. A. (2025). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Untuk Meningkatkan *Career Decision-Making Self-Efficacy* (CDMSE) Murid SMP Negeri 1 Tuban.
- Amaral, F. A., Krägeloh, C., Henning, M. A., & Moir, F. (2023). *Career indecision, depressive symptoms, self-efficacy and negative thoughts when transitioning from high school: A scoping review. Australian Journal of Career Development*, 32(2), 158–169.  
<https://doi.org/10.1177/10384162231180339>
- Ambarwati, P. W., (2025) Hubungan Harga Diri Dan Dukungan Prang Tua Dengan Career Decision Making Self-Efficacy (CDMSE) Dalam Menghadapi Kelulusan Pada Murid Kelas 12 SMA Negeri 10 Semarang.
- Atikah, N., & Asni. (2023). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Untuk Meningkatkan Self Efficacy Murid SMPN 33 Bekasi.  
<https://doi.org/10.30998/rdje.v9i2.18379>
- Badan Pusat Statistik (2024).  
<https://www.bps.go.id/id/pressrelease/2024/11/05/2373/tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--sebesar-4-91-persen-dan-rata-rata-upah-buruh-sebesar-rp3-27-juta-per-agustus-2024.html>.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy In Changing Societies*, 232.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy The Exercise Of Control*, 36-61.
- Bore, S. K., Hendricks, B., & Womack, S. (2013). Increasing counseling competency: The role of group counseling. *Journal of Professional Counseling: Practice, Theory & Research*, 40(1), 56-68.
- Dharma, G., & Akmal, S.Z. (2019). Career Decision Making Self Efficacy Dan Career Indecision Pada Mahamurid Tingkat Akhir. *Seurune, Jurnal Psikologi Unsyiah*, 2920, 1-19.  
<https://doi.org/10.24815/s-jpu.v212.14203>
- Fadilla, P. F., & Abdullah, S. M. (2019). Faktor pengambilan keputusan karier pada Murid SMA ditinjau dari *Social Cognitive Theory*. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 8(2), 108-115.  
<https://doi.org/10.30872/psikostudia.v8i2.3049>
- Hartanti, J. (2022). Bimbingan Kelompok.
- Hasan, M. Z., Karamoy, Y. K., & Mutakin, F. (2024). Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Terhadap Pemilihan Studi Lanjut Murid.
- Hasanah, et al. (2022) Bimbingan Kelompok Teori dan Praktik.
- Istiqlailia, N., & Sa'idah, I. (2021). Kematangan karir murid SMA ditinjau dari jenis kelamin dan jurusan. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 1-10.
- Jessyca., & Suyasa, P. T. (2021) Uji Validitas Isi Tarumanagara *Career Decision Self-Efficacy Scale*.  
<https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i1.9987.2021>
- Khalid, A. R. (2022). Hubungan Antara *Career Self-Efficacy* Dengan Pengambilan Keputusan Karir Mahamurid Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Kurniasari, R.I., Dariyo, A., & Idulfilastri, R. M. (2018). Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Pengambilan Keputusan Karier Pada Mahamurid Tingkat Akhir Fakultas Psikologi.  
<https://doi.org/10.33367/psi.v3i1.497>

Lent, R. W., & Brown, S. D. (2013). *Social cognitive model of career self-management: Toward a unifying view of adaptive career behavior across the life span*. *Journal of Counseling Psychology*, 60(4), 557–568.

<https://doi.org/10.1037/a0033446>

Maddux, J. E. (1995). *Self Efficacy Adaption, And Adjustment, Theory, Research, And Application*.

[https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6868-5\\_1](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6868-5_1)

Nasution, H. S., & Abdillah. (2019). *Bimbingan Kelompok, Konsep Teori dan Aplikasinya*.

Ngafifah, L. (2016). Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Pengambilan Keputusan Karir Pada Murid Kelas XII SMA Negeri 1 Majenang.

Nursaftri, I., (2024). Pengaruh Layanan imbingan Kelompok Teknik Problem Solving Terhadap Kematangan Karir Murid Kelas XII SMA Negeri 02 Buay Bahunga Way Kanan Lampung.

Offando, O., & Sukma, D. (2024). *Contribution of Parental Support and Peer Influence to Student Career Decision Making*. *Bisma The Journal of Counseling*, 8(2), 162-168.  
<https://doi.org/10.23887/bisma.v8i2.86215>

Oztruk, T., & Guven, B. (2016). *Evaluating Student Beliefs In Problem Solving Process : A case Study*. *Eurasia Journal Of Mathematics, Science and Technology Education*, 12 (3), 411-429

Pramono, A. (2020). Meningkatkan Kecerdasan Emosional Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving.

<https://doi.org/10.24176/jpp.v3i1.5157>

Putri, J. J. A. (2024). Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Karir Murid Kelas XII-SCI SMAN 1 Krian.

Saifuddin, A. (2018). Reliabilitas dan validitas skala efikasi diri dalam pengambilan keputusan karier. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 43-50.  
<https://doi.org/10.14710/jp.17.1.43-50>

Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Pendidikan*.

Taylor, M. K., & Betz, N. E. (1983). *Applications Of Self-Efficacy Theory To The Understanding And Treatment Of Career Indecision*.

[https://doi.org/10.1016/0001-8791\(83\)90006-4](https://doi.org/10.1016/0001-8791(83)90006-4)

Taylor, K. M., & Popma, J. (1983). An Examination of The Relationship Among Career Decision-Making Self-Efficacy, Career Salience, Locus of Control, and Vocational Indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 37(1), 17-31.

[https://doi.org/10.1016/0001-8791\(90\)90004-L](https://doi.org/10.1016/0001-8791(90)90004-L)

Zeng, H., Chen, S., & Gu, X. (2025). *Assessing Career Decision-Making Interventions : Effect of Career Courses And Group Counseling on High School Student*.