

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Remaja merupakan salah satu tahapan dan siklus kehidupan manusia yang banyak dibahas oleh para ahli, sebab banyak hal menarik yang dapat ditelaah. Masa remaja merupakan fase kehidupan yang sangat penting dalam siklus perkembangan individu, karena mengarah pada masa dewasa yang sehat (Konapka, dalam Pikunas, 1976; Kaczman & Riva, 1996; Santosa, 2010). Masa ini menunjukkan dengan jelas sifat-sifat masa transisi dari status kanak-kanak menuju dewasa, remaja tidak termasuk golongan anak-anak tidak pula termasuk golongan orang dewasa (Maslihah, 2009). Usia remaja adalah usia di mana individu mulai belajar berinteraksi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama (Piaget: 1969). Mereka tidak mau dikatakan sebagai anak-anak lagi, namun belum dapat dikategorikan dewasa karena remaja masih kurang dapat bertanggung jawab atas tindakan yang diperbuatnya.

Hurlock (dalam Maslihah, 2009) membagi masa remaja menjadi dua bagian, yaitu remaja awal dan akhir. Hurlock (1973) memberi batasan masa remaja berdasarkan usia kronologis, yaitu antara 13 hingga 18 tahun. Menurut Thornburgh (1982), batasan usia tersebut adalah batasan tradisional, sedangkan aliran kontemporer membatasi usia remaja antara 11 hingga 22 tahun. Secara lebih detail dipaparkan bahwa usia remaja memiliki batasan usia sekitar 11-12 sampai dengan

15-16 tahun untuk remaja awal dan remaja akhir sekitar 15-16 sampai dengan 8-21 tahun (Juwitaningrum, 2013).

Menurut teori perkembangan, siswa Sekolah Menengah Kejuruan berada pada tahap eksplorasi periode kristalisasi. Pada periode kristalisasi, remaja semestinya sudah mampu membentuk aspirasi karir dengan mempertimbangkan kebutuhan, minat, kapasitas, dan nilai pribadi. 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, di mana hal ini akan sangat mempengaruhi masa depannya (Suwanto, 2016).

Kematangan karir merupakan kemampuan individu untuk membuat pilihan karir yang tepat, termasuk kesadaran tentang hal yang dibutuhkan untuk membuat keputusan karir dan tingkat di mana pilihan individu tersebut realistis dan konsisten. Kematangan karir sebagai tingkat di mana individu telah menguasai tugas perkembangan karirnya, baik komponen pengetahuan maupun sikap, yang sesuai dengan tahap perkembangan karir (Suwanto, 2016). Menurut Hamzah Amir (2019:95) Kematangan karir adalah sebagai tingkat di mana individu telah menguasai tugas perkembangan karirnya, baik komponen pengetahuan maupun sikap, yang sesuai dengan tahap perkembangan karir meliputi pembuatan perencanaan, pengumpulan 98 informasi mengenai pekerjaan dan pengambilan keputusan karir yang tepat berdasarkan pemahaman diri dan pemahaman. Dari definisi di atas maka terdapat indikator-indikator yaitu sebagai berikut: 1) Memiliki

Pengetahuan tentang diri, 2) Mengumpulkan Informasi karir, 3) Memiliki Integrasi pengetahuan tentang diri dan karir, dan 4) Menyusun Perencanaan karir.

Adapun beberapa penelitian empiris dilakukan untuk mengetahui kematangan karir siswa SMK. Penelitian oleh Saefudin, A. (2016) menjelaskan bahwa kematangan karir memiliki peran yang signifikan dalam mempengaruhi motivasi berprestasi siswa SMK. Semakin tinggi kematangan karir siswa, semakin besar kemungkinan mereka untuk memiliki motivasi berprestasi yang tinggi dalam mencapai tujuan karir mereka (Saefudin, 2016). Penelitian oleh Hidayat, S. (2020) menyatakan program bimbingan karir terbukti dapat meningkatkan kematangan karir siswa SMK, terutama dalam aspek pengambilan keputusan karir dan kematangan karir yang lebih matang (hidayat, 2020). Penelitian oleh Pratama, D. (2018). Penelitian ini menganalisis kematangan karir siswa SMK di era revolusi industri 4.0, dengan fokus pada kesiapan mereka dalam menghadapi tantangan dunia kerja yang semakin kompetitif (Pratama, 2018).

Berdasarkan penelitian di atas maka diperoleh kesimpulan bahwa siswa SMK masih memiliki kecenderungan kebingungan dalam memilih kematangan karirnya. Hoyt (2001) mengemukakan ada empat kebutuhan utama yaitu kebutuhan untuk: a) Merencanakan pendidikan pasca sekolah menengah yang berorientasi karir. b) Memperoleh ketrampilan umum dalam cakap kerja, adaptasi kerja, dan peningkatan kerja sehingga mampu mengikuti perubahan dunia kerja setelah dewasa, c) Penekanan pentingnya nilai-nilai kerja, d) Merencanakan cara-cara menyibukkan diri dalam pekerjaan sebagai bagian dari keseluruhan perkembangan karir. Dari definisi tersebut mengandung indikator yang menurut peneliti dapat disimpulkan terdiri dari indikator yaitu: (1) pemahaman diri, (2) kemampuan pengambilan

keputusan, (3) kemampuan merencanakan karir, (4) kemampuan komunikasi dan keterampilan sosial, dan (5) kemampuan mengelola waktu dan prioritas. Berikut peneliti uraikan dari pendapat di atas terkait indikator kematangan karir.

Dalam kematangan karir, kemampuan diri sangat perlu dipertimbangkan sehingga tidak semata-mata berpegang pada hasrat hati atau minat saja. Oleh karena itu perlunya bagi seorang siswa untuk mengenal dan memahami dirinya sendiri, menyesuaikan diri dengan lingkungan serta mempunyai rasa percaya diri yang tinggi sehingga dapat melihat kelebihan dan kekurangan untuk mengenal kemampuan dan bakatnya. Rasa percaya diri individu yang tinggi dan kemampuan menyesuaikan diri banyak dipengaruhi oleh konsep diri (Yunani, Yeni, & Sumarto, 2021).

Pada proses kematangan karir lebih banyak diberikan kepada kelas XI SMK karena untuk merencanakan karir sangat cocok diberikan, agar siswa mampu menentukannya pilihan karirnya dengan baik. Idealnya siswa kelas XI SMK sudah mampu berpikir abstrak dan hipotesis sesuai tahap perkembangannya. Siswa memberikan perhatian yang besar di lapangan kehidupan seperti lapangan pendidikan di samping dunia kerja. Dalam orientasi masa depannya, siswa kelas XI sudah mempunyai gambaran akan melanjutkan kuliah atau bekerja di mana untuk mengejar cita-cita agar mendapatkan pekerjaan yang baik dan layak atau langsung bekerja. Hal tersebut perlu direncanakan dengan baik agar siswa dapat mencapai perkembangan karier yang sukses. Akan tetapi, kondisi nyata menunjukkan siswa kelas XI SMK belum mampu melakukan kematangan karier dengan mandiri. Siswa kelas XI SMK diberikan kematangan karir bertujuan untuk menyiapkan para siswa yang akan melanjutkan pendidikan ke tingkat yang lebih tinggi, sekaligus



menyiapkan para siswa yang akan langsung bekerja apabila telah menyelesaikan Pendidikan di SMK. Seseorang dikatakan sukses apabila sudah mandiri serta dapat berguna bagi orang lain. Kesuksesan tidak datang dengan sendirinya, tetapi perlu kematangan serta usaha yang sungguh-sungguh untuk mencapainya. Untuk itu maka perlu kematangan karir akan ke mana setelah lulus SMK.

Permasalahan yang juga ditemukan di lapangan tepatnya di SMK Negeri 1 Singaraja, Kecamatan Buleleng, Kabupaten Buleleng, utamanya di kelas XI yang mana harusnya kemampuan kematangan karir siswanya harus sudah matang, di mana biasanya seorang siswa mulai melihat apa yang sesungguhnya penting bagi dirinya, salah satu tugas perkembangan yang harus dicapai oleh seorang siswa adalah mampu memilih dan mempersiapkan karir. Tugas perkembangan tersebut penting bagi siswa agar dapat merencanakan karir yang mampu menunjang masa depan. Kecocokan antara pilihan karir dengan minat merupakan suatu pertimbangan penting bagi siswa SMK dalam membuat keputusan pilihan karir selanjutnya. Hasil observasi dan wawancara dengan guru BK yang membimbing kelas XI yang dilaksanakan pada minggu keempat di bulan September 2024 dengan menggunakan metode bimbingan klasikal mendapatkan hasil berupa kematangan karir siswa khususnya siswa SMK kelas XI itu masih rendah ada beberapa siswa yang sudah matang karirnya dan ada juga yang belum tahu tentang kematangan karirnya.

Berdasarkan hasil observasi dan penyebaran angket terhadap siswa kelas XI AKL A SMK N 1 Singaraja didapatkan bahwa 76,5% siswa masih belum dapat merencanakan karirnya dengan baik. Hal ini karena siswa belum mampu menentukan pilihan terhadap karir yang mereka inginkan, selain itu mereka juga

belum mendapatkan pemahaman yang pas terkait kematangan karir ini, dari hasil analisis terhadap angket kuesioner kematangan karir didapatkan informasi bahwa 76,5% siswa belum paham apabila guru BK memberikan layanan mengenai kematangan karir ini, hal ini karena guru hanya memberikan dalam bentuk ceramah. Sehingga siswa perlu dibimbing secara kelompok dengan cara mengadakan bimbingan klasikal terhadap siswa yang belum bisa merencanakan karirnya. Temuan ini juga diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh guru, di mana dari hasil wawancara tersebut, guru BK sebagian besar menggunakan metode ceramah dalam memberikan layanan terkait karir. Hal ini menyebabkan siswa sulit memahami tentang kematangan karirnya, sehingga perlu adanya proses pemberian kematangan karir yang maksimal agar siswa mampu merencanakan karirnya dengan baik.

Peran guru BK dalam memberikan informasi karier sangat dibutuhkan oleh siswa (Adebowale, 2014), oleh sebab itu agar proses pemberian informasi karier berjalan lebih efektif, guru BK diharapkan mampu meningkatkan kompetensi dengan menggunakan media (Putranti & Safitri, 2017). (Baharuddin, 2017; Ditama, 2015; Wahyuni, 2017). Perpaduan teks; video; dan audio yang menarik menjadikan nuansa layanan berbeda dan dapat membuat siswa tertarik (Chungson, 2015; Weddel, 2009)(Risqiyain & Purwanta, 2019).

Penerapan terapi kelompok yang sesuai dengan prinsip konseling *cognitive* perilaku yakni salah satu metode yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan tingkat kematangan karir siswa. Sesuai pernyataan Milne (2013), konseling *cognitive* perilaku yakni metode yang berfokus pada proses berpikir dan terhubung dengan keadaan emosi, pola perilaku, dan kondisi psikologis. Konseling

*cognitive* perilaku didasarkan pada konsep bahwasanya pikiran seseorang dapat diubah, dan bahwasanya perubahan ini berdampak pada kesehatan kognitif seseorang secara keseluruhan. Metode konseling yang menitikberatkan pada pemahaman individu didasarkan pada rekonstruksi kognitif yang menyimpang. Hal ini merujuk pada asumsi konseli bahwasanya prosedur tersebut akan mengarah pada perbaikan baik dari segi pergeseran emosi maupun teknik perilaku (Nisya & Karneli, 2022).

Siswa SMK dalam usahanya untuk mencapai kematangan karir yang diinginkan salah satunya dipengaruhi oleh pengelolaan diri (Pengelolaan diri) yang dimiliki masing-masing siswa. menyatakan Pengelolaan diri merupakan upaya individu untuk melakukan kematangan, pemusatan perhatian, dan evaluasi terhadap aktivitas yang dilakukan. Terdapat kekuatan psikologis yang memberi arah pada individu untuk mengambil keputusan dan menentukan pilihannya serta menetapkan cara-cara yang efektif dalam mencapai tujuannya. Pengelolaan diri merupakan salah satu model dalam *cognitive behavior therapy*. Pengelolaan diri meliputi pemantauan diri (*self monitoring*), *reinforcement* yang positif (*self reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*), dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*) (Suwanto, 2018).

Pengelolaan diri memandang klien merupakan individu yang dapat belajar atau mengarahkan diri sendiri sangat ditonjolkan. Oleh karena itu, Pengelolaan diri tepat digunakan dalam mewujudkan kematangan karir siswa SMK. Dengan menggunakan strategi Pengelolaan diri, di samping klien dapat mencapai perubahan perilaku sasaran yang diinginkan juga dapat berkembang kemampuan Pengelolaan diri.

Menurut Komalasari (2011) strategi pengelolaan diri adalah strategi latihan pemantauan diri dan pengendalian rangsangan dengan maksud untuk mengubah tingkah laku individu sesuai pengaturan dan pemantauan yang dilakukan oleh diri sendiri, serta pemberian penghargaan pada diri sendiri. Cormier dan Cormier (1985), menjelaskan bahwa *self-management* adalah strategi untuk individu berproses mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri. Dari pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa strategi pengelolaan diri adalah suatu strategi yang digunakan untuk mengarahkan, mengontrol dan mengubah tingkah laku klien ke arah tingkah laku yang lebih efektif, dan juga sering diselaraskan dengan pemberian *self reward* atau penghargaan kepada diri sendiri (Purnaminingtyas & Winingsih, 2020).

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok teknik Pengelolaan diri adalah suatu strategi konseling untuk membantu klien menganalisis tingkah laku baru dalam memecahkan masalah dengan berfokus pada tingkah laku klien tersebut dan menerapkan teknik-teknik yang mengarah pada tindakan agar perilaku menyimpang berubah menjadi lebih baik. Dan juga perlunya seseorang untuk mampu menjadikan dirinya sebagai individu yang bermanfaat dan berkualitas dalam menjalani tujuan hidup. Karena dengan teknik Pengelolaan diri individu dapat mendorong tindakannya sendiri dengan kegiatan positif sehingga individu terarah pola kehidupannya.

Berdasarkan kajian di atas, maka peneliti ingin mengukur Efektivitas Model Konseling *Cognitif* Perilaku Dengan Teknik Pengelolaan Diri Untuk Meningkatkan Kematangan Karir Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Singaraja.



## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya pemahaman kematangan karir untuk siswa.
2. Siswa belum mampu merencanakan karirnya dengan baik.
3. Kurangnya materi layanan bimbingan kematangan karir terhadap siswa.
4. Sebanyak 76,5% siswa belum paham dengan materi layanan bimbingan kematangan karir dengan metode ceramah.

## 1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah digunakan untuk menghindari adanya penyimpangan maupun pokok masalah, agar penelitian tersebut dapat lebih terarah. Adapun batasan masalah yang diangkat dalam penelitian ini hanya berkaitan dengan “Efektivitas Model Konseling *Cognitif* Perilaku Dengan Teknik Pengelolaan Diri Untuk Meningkatkan Kematangan Karir Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Singaraja.”.

## 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dirumuskan masalah sebagai berikut.

1. Bagaimanakah Kecenderungan Profil Pilihan Karir Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Singaraja
2. Bagaimana efektivitas model konseling *cognitif* perilaku dengan teknik pengelolaan diri untuk meningkatkan kematangan karir siswa kelas XI SMK Negeri 1 Singaraja.

### 1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui kecenderungan profil pilihan karir siswa kelas XI SMK Negeri 1 Singaraja
2. Untuk mengetahui efektivitas model konseling *cognitif* perilaku dengan teknik pengelolaan diri untuk meningkatkan kematangan karir siswa kelas XI SMK Negeri 1 Singaraja.

### 1.6 Manfaat

Adapun manfaat yang diperoleh baik secara teoritis maupun praktis kepada berbagai pihak, dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut.

#### 1. Bagi Penulis

Penelitian ini bermanfaat untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan layanan model konseling perilaku dengan teknik pengelolaan diri untuk kematangan karir siswa.

#### 2. Bagi Guru BK dan Konselor

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kematangan karir siswa dalam proses karirnya.

#### 3. Bagi Siswa

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan siswa mampu memahami terkait dengan kematangan karir.