

# Pengaruh *Self-Awareness* untuk Perencanaan Karier Siswa SMA

Oleh:

Ajeng Rana Salsavira,

Ghozali Rusyid Affandi

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

September, 2024

# Pendahuluan

Educational Psychologist dari IDF (Integrity Development Flexibility) Irene Guntur, M.Psi., Psi., CGA mengatakan bahwa sebanyak 87% mahasiswa di Indonesia salah memilih jurusan. Salah memilih jurusan dapat mengakibatkan adanya pengangguran. Mereka yang baru saja lulus dari perguruan tinggi, yang akan bekerja dengan latar belakang pendidikan jurusan yang salah, tidak mampu berkembang dalam bidangnya.

Ada dua hal utama yang menyebabkan individu seringkali bekerja tidak pada bidang pendidikannya yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Pada faktor eksternal banyak perusahaan lebih mementingkan keterampilan dan penganlaman dibandingkan latar belakang pendidikan pelamar serta jumlah lapangan pekerjaan yang sesuai jurusan lebih sedikit daripada jumlah lulusan. . Sedangkan faktor internal adalah sebagian besar kesalahan individu menentukan jurusan saat SMA dan jurusan di bangku perkuliahan[1].

Mc. Murray[3] berpendapat bahwa perencanaan karier adalah suatu upaya mengenal diri yang mendalam untuk memahami diri sendiri, kesadaran terhadap pilihan dan konsekuensi atau dampak dari pemilihan karier. Dengan adanya pemahaman diri, siswa dapat mengoptimalkan kemampuan yang dimilikinya sesuai pada bidang keahlian yang sesuai.

Papalia, Olds & Feldman berpendapat mengenai perencanaan karier dalam isu pendidikan saat ini berkaitan dengan fase perkembangan remaja yang tengah aktif mengeksplorasi identitas diri melalui kegiatan yang mereka lakukan[5]. *Self-awareness* menjadi hal yang penting dimiliki oleh siswa-siswi, khususnya para siswa yang berada di tingkat akhir. Menurut Maharani & Mustika[6], *self-awareness* adalah pemahaman diri tentang diri sendiri termasuk motivasi dan perilaku apa yang membedakan dirinya dengan orang lain

# Pendahuluan

Dalam menentukan perencanaan karier sejak awal, sangat berpengaruh besar atas kesejahteraan maupun tingkat ekonomi yang akan maju seiring dengan semakin tinggi tingkatan karier yang mereka jalani. Perencanaan yang baik dapat membantu mereka memutuskan karier yang mereka impikan hingga nanti dapat memenuhi setiap tugas perkembangannya hingga akhirnya menetapkan untuk menikah lalu membina rumah tangga melalui persiapan yang baik mengenai segi mental ataupun finansial[9].

Hasil penelitian Mardlia memperoleh hubungan positif yang kuat antara *self-awareness* dengan pengambilan keputusan karier siswa. Semakin tinggi *self-awareness* maka semakin baik juga dalam membuat keputusan karier pada siswa. Sedangkan semakin rendah *self-awareness* maka akan rendah juga pengambilan keputusan karier siswa. Oleh sebab itu, pengembangan *self-awareness* ialah suatu hal krusial yang harus ditingkatkan dalam membantu siswa memilih keputusan karier yang tepat[10].

Oleh karena itu dibutuhkan penanaman *self-awareness* pada siswa agar mereka sanggup membuat keputusan yang tepat berdasarkan keterampilan dan potensi yang ia punya. Dengan memahami *self-awareness*, siswa lebih mampu untuk mengambil keputusan yang sesuai dengan minat dan bakatnya sehingga peluang untuk sukses lebih besar. Daniel Goleman menjelaskan bahwa *self-awareness* merupakan kecakapan seseorang untuk memahami kekuatan, kelemahan, motivasi, nilai-nilai, dan dampaknya bagi orang lain[8]. Dalam penelitian Fortuna, Hubungan Self Awareness dan Kematangan Karier Siswa SMK "X" Blitar mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-awareness* dan kematangan karier terhadap siswa di SMK "X" Blitar.

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Apakah terdapat pengaruh *self-awareness* terhadap perencanaan karier siswa SMA?

# Metode

Jenis Penelitian  
Kuantitatif Eksperimen

Populasi  
Siswa kelas XII SMAN 1  
Krembung

Sampel  
59 siswa yang terbagi  
menjadi 59 kelompok  
eksperimen

# Metode

## Alat Ukur

Skala perencanaan karier yang terdiri dari 25 item

## Validitas dan Reliabilitas

Reliabilitas uji statistik *Cronbach's Alpha* 16.4 for *Windows* dengan nilai reliabilitas item 0.839  
Total pernyataan terdapat 25 item dan kemungkinan jawaban adalah SS (sangat setuju), S (setuju), TS (tidak setuju), STS (sangat tidak setuju)

## Metode analisis data

Uji parametrik menguji skor skala *self-awareness* dan perencanaan karier kelompok eksperimen *pre-test post-test* menggunakan uji statistik analisa *paired sample t-test* menggunakan program JASP 0.16.

# Metode

## Prosedur Eksperimen

### Tahap 1 Persiapan

- Peneliti melaksanakan wawancara melalui guru BK untuk memilih subjek yang diperlukan pada penelitian dan diberi perlakuan perencanaan karier. Selanjutnya peneliti menentukan dua kelas yang mendapat pelatihan, di mana kedua kelas tersebut mendapat pelatihan yang berbeda.
- Guru BK menginformasi pada siswa mengenai adanya beberapa tes yang akan dilakukan.
- Setiap subjek diberikan skala perencanaan karier.
- Penentuan pemateri berdasarkan atas pengarahannya ketepatan karakter pemateri dan karakteristik siswa yang diberi pelatihan dan pemateri juga mempunyai penguasaan yang cukup baik terkait pelatihan yang akan diberikan.

### Tahap 2 Pelaksanaan

- Penerapan pelatihan pada kelompok eksperimen diawali atas pemberian materi dan diakhiri oleh pembahasan bersama kelompok eksperimen terpaut apa yang dijalani selama pelatihan berlangsung.
- Selama penerapan pelatihan, kelompok eksperimen juga diberi beberapa pernyataan untuk dijawab sesuai dengan apa yang diimpikan. Untuk menjaga suasana tetap menyenangkan selama penerapan pelatihan, pemateri memberi ice breaking berbentuk permainan untuk kelompok eksperimen, apabila ada yang salah dalam permainan maka harus maju ke depan dan akan diberi stimulus lisan perihal penetapan tujuan.
- Setelah kelompok eksperimen diberi stimulus tertulis tentang instruksi pemilihan target dan menuliskan targetnya di lembar kertas yang telah dibagikan.

### Tahap 3 Penutup

- Sesudah penerapan terlaksana, kelompok eksperimen serta kelompok kontrol diberi skala perencanaan karier sebagai post-test.
- Selepas kegiatan pre-test, pelatihan menetapkan perencanaan, lalu post-test, selanjutnya peneliti melaksanakan analisa pada hasil pre-test dan post-test yang telah diselesaikan untuk mengetahui pengaruh self-awareness.



# Hasil

## Uji Normalitas

Metode *Paired Sample T-Test* (Shapiro-Wilk) untuk uji normalitas pada *pre-test* serta *post-test* menunjukkan hasil  $p$  sebesar 0.595, pada hasil *pre-test* dan *post-test* yang memiliki nilai  $>0.05$  dinyatakan bahwa uji normalitas normal, sebab analisis data hasil *pre-test* serta *post-test* menunjukkan nilai  $p > 0.05$ .

## Uji Homogenitas

Metode *Test of Equality (Leven's)* untuk uji homogenitas pada variabel penelitian menunjukkan hasil variabel perencanaan karier memperoleh hasil  $F_{Levens} = 0.316$  dan signifikansi  $p = 0.575$  ( $p > 0.05$ ), artinya bisa disampaikan bahwa tidak melanggar Levene's. Kemudian hasil penelitian menunjukkan variabel perencanaan karier dinyatakan homogen.



# Hasil

## Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis memerlukan uji *Paired Sample T-Test* didapatkan nilai  $t$  sebesar  $-4.901$  serta nilai  $p$  sebesar  $0.001 < 0.05$ , bisa disajikan bahwa hipotesis dapat diterima. Pada Cohen's  $d$  ditunjukkan adanya efek yang besar yaitu  $0.638 > 0.05$ , maka diperoleh perbedaan pada saat sebelum dan sesudah kelompok eksperimen diberikan pelatihan *self-awareness*. Dengan demikian, hipotesis penelitian dapat diterima.

## Deskriptif Statistik

Hasil Analisa deskriptif menunjukkan bahwa *mean* dari *pre-test* ( $72.508$ ) ke *mean post-test* ( $80.797$ ) mengalami peningkatan. Artinya terdapat pelatihan *self-awareness* dapat meningkatkan perencanaan karier pada kelompok setelah dilakukan pelatihan *self-awareness*.

# Pembahasan

- Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi mengenai *self-awareness* terbukti dapat mempengaruhi perencanaan karier pada kelompok eksperimen. Perihal ini sejalan pada penelitian terdahulu yang dilaksanakan oleh Farenti [3] yang juga menunjukkan tingkat *self-awareness* pada siswa SMA dengan klasifikasi sedang yang artinya siswa memiliki *self-awareness* yang cukup baik. Serta pada perencanaan karier, para siswa juga menunjukkan tingkat klasifikasi sedang. Dalam hal tersebut siswa telah mempersiapkan perencanaan karier bagi dirinya sendiri. Selain itu, ada pengaruh positif dari *self-awareness* terhadap perencanaan karier siswa SMA yang membuktikan bahwa di mana variabel X meningkat maka variabel Y juga akan ikut meningkat.
- Bentuk *self-awareness* dalam siswa bisa dilihat saat siswa mulai memikirkan perencanaan kariernya, misal bersama guru melakukan konsultasi terkait bimbingan karier atau ikut dalam pelatihan bakat serta minat untuk membantu persiapan kariernya. Dengan *self-awareness* yang baik, siswa dapat lebih siap dalam perencanaan karier yang sesuai dengan individu
- Perencanaan karier salah satu aspek yang penting dalam perkembangan karier setiap individu. Dillard [11] menjelaskan tujuan perencanaan karier yang utama adalah memiliki kesadaran dan pemahaman diri agar siswa lebih memahami diri sendiri dalam keputusan tujuan dan rencana karier serta siswa dapat lebih realistis dalam mengevaluasi diri sendiri dan menerapkan karier secara tepat.

# Pembahasan

- Dalam perencanaan karier, ada dua faktor yang berpengaruh, yaitu internal yang bersumber dalam perseorangan dan eksternal yang meliputi keluarga, masyarakat, pendidikan sekolah, pergaulan, ekonomi, keadaan sosial, dan tuntutan jabatan. Keberhasilan dalam perencanaan karier dan pengambilan keputusan sangat bergantung pada kemampuan individu dalam mengolah informasi mengenai dirinya dan lingkungan sekitar. Sebab itu konselor sekolah patut memfasilitasi siswa dalam menginterpretasikan informasi yang penting baik melalui bimbingan kelompok maupun individu.
- Sehingga pada tahap perencanaan karier siswa mampu menyusun visi misi yang mana merupakan impian yang ingin dicapainya di masa depan dan berusaha mereliasasikan hal tersebut. Selain itu, penilaian dan analisis diri sendiri juga sangat diperlukan untuk menjelajahi dunia kerja. Selanjutnya individu akan mencari pilihan karier yang tepat dengan dirinya dengan selalu *up to date* mengenai tren serta prospek karier di masa yang akan datang. Yang terakhir, melakukan evaluasi terhadap perencanaan karier sebagai tinjauan perencanaan yang sudah dilakukan. Tahap ini tidak hanya dilakukan setelah implementasi rencana tetapi juga dilakukan berkala saat proses perencanaan karier [2].
- Dengan adanya penerapan *self-awareness* yang efektif, peneliti berharap agar siswa dapat meningkatkan *self-awareness* pada dirinya, karena dengan demikian siswa dapat lebih matang dalam membuat perencanaan karier untuk masa depan. Siswa dalam perencanaan karier juga membutuhkan bimbingan konselor sekolah serta dukungan dari lingkungannya agar mencapai keputusan karier yang sesuai [20].

# Temuan Penting Penelitian

Terdapat perubahan yang signifikan pada siswa mengenai perencanaan karier yang sebelum dan sesudah diberikan penerapan *self-awareness*, di mana penerapan *self-awareness* berpengaruh dalam peningkatan perencanaan karier pada siswa.

Ada pula peningkatan *self-awareness* pada siswa yang berpengaruh juga pada peningkatan perencanaan karier.

# Manfaat Penelitian

Penerapan *self-awareness* berpengaruh dalam peningkatan perencanaan karier pada siswa. Dari hasil penelitian juga menunjukkan bahwa adanya peningkatan *self-awareness* pada siswa yang berpengaruh juga pada peningkatan perencanaan karier. Dengan demikian, individu dengan *self-awareness* yang baik mampu mengenali kelemahan, kelebihan, minat, bakat, potensi, dorongan serta pengaruh individu terhadap individu lain. Dengan adanya *self-awareness* secara mendalam, individu dapat mengoptimalkan potensinya sehingga dapat melihat hal apa saja yang berpengaruh terhadap kesuksesan kariernya

# Referensi

- A. M. Fadlillah and D. Ruhjatini, "EDUKASI PERENCANAAN KARIR BAGI SISWA-SISWI SMA DI KECAMATAN LIMO, DEPOK," *J. Pemberdaya. Publ. Has. Pengabd. Kpd. Masy*, vol. 3, no. 3, pp. 327–340, Dec. 2019, doi: 10.12928/jp.v3i3.1193.
- F. Farenti and F. A. Sekonda, "Pengaruh Kesadaran Diri (Self Awareness) terhadap Perencanaan Karier pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 3 Kota Jambi," *jptam*, vol. 6, no. 3, pp. 13640–13646, Jul. 2022, doi: 10.31004/jptam.v6i3.4488.
- B. D. Mardiyati and R. Yuniawati, "PERBEDAAN ADAPTABILITAS KARIR DITINJAU DARI JENIS SEKOLAH (SMA DAN SMK)," *Empathy J. Fakultas Psikol.*, vol. 3, no. 1, p. 31, Jun. 2021, doi: 10.12928/empathy.v3i1.3033.
- L. Maharani and M. Mustika, "Hubungan Self Awareness dengan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung (Penelitian Korelasional Bidang Bk Pribadi)," *konseli*, vol. 3, no. 1, pp. 57–72, Mar. 2017, doi: 10.24042/kons.v3i1.555.
- A. Min Fadlillah and D. Ruhjatini, "Career Planning Education for High School Students in Kecamatan Limo, Depok," *mitra*, vol. 3, no. 2, pp. 164–178, Nov. 2019, doi: 10.25170/mitra.v3i2.727.
- J. Lestari, H. I. Rahman, and A. Ridfah, "EFEKTIVITAS PEMBERIAN PSIKOEDUKASI MENGENAI SELF- AWARENESS PADA SISWA DI SMA KARTIKA XX-I MAKASSAR," *Jurnal Kebajikan: Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 1, no. 4, Aug. 2023, doi: <https://doi.org/10.26858/jk.v1i4.48396>.
- N. D. Fortuna, M. Bisri, A. B. Priyambodo, and A. D. Hapsari, "Hubungan Self Awareness dan Kematangan Karir Siswa SMK 'X' Blitar," *fj*, vol. 2, no. 4, pp. 247–256, Sep. 2022, doi: 10.17977/um070v2i42022p247-256.
- S. Y. Wardani and R. P. Trisnani, "PERENCANAAN KARIER SISWA SMA NEGERI 1 NGLAMES KABUPATEN MADIUN," *Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat: PROSIDING Seminar Nasional Edusaintek, 2018*, [Online]. Available: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/4153/3852>.
- S. A. Puteri and A. Rozana, "Pelatihan Berbasis Self-Awareness untuk Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir," *PLAKAT*, vol. 4, no. 1, p. 121, Jun. 2022, doi: 10.30872/plakat.v4i1.7834.
- A. Pratama, "PERAN GURU BK DALAM MEMBANTU PERENCANAAN PENGEMBANGAN KARIER SISWA MELALUI LAYANAN INFORMASI," *MRS*, vol. 4, no. 2, Dec. 2022, doi: 10.30829/mrs.v4i2.1425.

