

## BAB II LANDASAN TEORI

### A. Deskripsi Teori

#### 1. Bimbingan dan Konseling Islam

##### a. Pengertian dan Bimbingan dan Konseling Islam

Secara etimologis istilah bimbingan merupakan terjemahan dari kata guidance. Kata guidance yang asal kata dasarnya adalah guide memiliki beberapa arti yaitu menunjukkan jalan (*showing the way*), memimpin (*leading*), memberikan petunjuk (*giving intruction*), mengatur (*regulating*), mengarahkan (*governing*) dan memberikan nasihat (*giving advice*). Bimbingan dan konseling Islam pada dasarnya sama pengertian dengan bimbingan konseling agama pada umumnya, hanya dalam pelaksanaan didasarkan nilai-nilai Islam.<sup>1</sup>

Bimbingan adalah proses bantuan terhadap individu untuk mencapai pemahaman diri dan pengarahan diri yang dibutuhkan bagi penyesuaian diri secara baik dan maksimum di sekolah, keluarga, dan masyarakat. Dalam Peraturan Pemerintah No. 29 tahun 1990 tentang Pendidikan Menengah dikemukakan bahwa “Bimbingan merupakan bantuan yang diberikan kepada peserta didik dalam rangka menemukan pribadi, mengenal lingkungan, dan merencanakan masa depan”.<sup>2</sup> Konseling dahulu diterjemahkan dengan penyuluhan penerjemahan penyuluhan atas kata konseling ternyata menimbulkan kerancuan dan sering menimbulkan salah persepsi.

Berdasarkan beberapa pendapat dari para ahli dapat disimpulkan, bahwa bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada setiap orang baik laki-laki maupun perempuan yang memiliki kepribadian yang baik sehingga dapat mengembangkan sikap yang lebih baik dan memiliki prinsip yang kuat dalam mengarungi kehidupan.

Konseling memiliki beberapa arti yaitu nasihat, anjuran, dan pembicaraan. Konseling secara etimologis berarti pemberian nasihat, anjuran dan pembicaraan dengan bertukar

---

<sup>1</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), 16.

<sup>2</sup> Salahudin, Anas, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Pustaka Setia, 2010), 15.

pikiran.<sup>3</sup> Konseling merupakan proses hubungan antar pribadi dimana orang yang satu membantu yang lainnya untuk meningkatkan pemahaman dan kecakapan menemukan masalah. Dalam pengertian ini jelas menunjukkan bahwa konseling merupakan situasi pertemuan atau hubungan antar pribadi dimana konselor membantu klien agar memperoleh pemahaman dan kecakapan menemukan masalah yang dihadapinya.<sup>4</sup>

Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.<sup>5</sup> Berdasarkan beberapa pendapat disampaikan dapat disimpulkan bahwa konseling adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan dengan cara-cara yang sesuai dengan keadaan individu yang dihadapi untuk mencapai kesejahteraan hidupnya.

Bimbingan dan konseling Islam adalah usaha memberikan bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin menjalankan tugas-tugas hidupnya dengan menggunakan pendekatan agama, yakni dengan membangkitkan kekuatan getaran batin (Iman) didalam dirinya untuk mendorongnya mengatasi masalah yang dihadapi.<sup>6</sup> Bimbingan dan konseling Islam merupakan layanan bantuan konselor kepada klien atau konseli untuk menumbuh kembangkan kemampuannya dalam memahami dan menyelesaikan masalah serta mengantisipasi masa depan dengan memilih alternatif tindakan terbaik demi mencapai kebahagiaan hidup didunia maupun diakhirat, dibawah naungan ridha dan kasih sayang Allah.<sup>7</sup>

Hakikat bimbingan dan konseling Islam adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau

---

<sup>3</sup> Sukardi, ketut dewa, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), 37.

<sup>4</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, 22.

<sup>5</sup> Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1999), 105.

<sup>6</sup> Mubarak, Ahmad, *Teori dan Kasus*, cetakan I (Jakarta: Bina Rena Pariwisata, 2000), 4.

<sup>7</sup> Lubis, Syaiful Akhyar, *Konseling Islami*, (Yogyakarta: eLSAQ Press, 2007), 98.

kembali kepada fitrah dengan cara memperdayakan Iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah SWT kepada umatnya untuk mempelajari tuntutan Allah dan rasul Nya, agar fitrah yang ada pada individu itu berkembang dengan benar dan kukuh sesuai tuntutan Allah SWT.<sup>8</sup> Bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan didunia dan diakhirat.<sup>9</sup> Dari pendapat yang dikemukakan maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling Islam adalah suatu usaha yang berproses dalam memberikan bantuan kepada orang lain agar individu tersebut dapat memfungsikan seoptimal mungkin nilai-nilai agama Islam.

#### **b. Landasan Bimbingan dan Konseling Islam**

Landasan utama bimbingan dan konseling Islam adalah Alquran dan hadits. sebab keduanya merupakan sumber dari segala pedoman dari umat Islam. Sebagaimana firman Allah yang tertuang dalam Alquran surat Al-Isra' ayat 82:

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَرْيَدُ  
الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya: “dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian”.(QS. Al- Isra’[17]:82).

Pada surat Al-isra' ayat 82 ini, begitu pentingnya Alquran bagi kehidupan manusia, sehingga beberapa bidang ilmu menjadikan Alquran sebagai rujukan dan tuntunan. Alquran tidak hanya mengatur urusan ibadah saja, akan tetapi Alquran juga memuat ayat-ayat yang berhubungan dengan penyelesaian pada suatu permasalahan yang dihadapi manusia. Diantaranya ayat Alquran yang mengisyaratkan ilmu pengetahuan seperti ilmu bimbingan dan konseling Islam

---

<sup>8</sup> Sutoyo, Anwar, *Bimbingan dan Konseling Islami (teori dan praktik)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), 22.

<sup>9</sup> Musnamar, Thohari, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, 5.

sebagai metode bantuan dalam penyelesaian masalah-masalah yang dihadapi oleh manusia.

Kemudian landasan ayat bimbingan dan konseling Islam dalam Alquran terdapat pada surat Al-imran ayat 159-160:

فِيمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ إِنَّتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ  
لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي  
الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴿١٥٩﴾  
إِنْ يَنْصُرْكُمُ اللَّهُ فَلَا غَالِبَ لَكُمْ وَإِنْ يَخْذُلْكُمْ فَمَنْ ذَا الَّذِي  
يَنْصُرُكُمْ مِّنْ بَعْدِهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١٦٠﴾

Artinya: “159. Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu Berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. karena itu ma'afkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu[246]. kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, Maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya. 160. jika Allah menolong kamu, Maka tak adalah orang yang dapat mengalahkan kamu; jika Allah membiarkan kamu (tidak memberi pertolongan), Maka siapakah gerangan yang dapat menolong kamu (selain) dari Allah sesudah itu? karena itu hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakkal.”

Q.S Ali Imran ayat 159 –160 berisi tentang firman Allah yang menyebutkan perilaku lemah lembut Nabi Saw adalah berkat rahmat yang diberikan oleh Allah SWT. Kemudian larangan untuk nabi berlaku kasar dan berhati keras dalam menghadapi umatnya agar tidak ada yang menjauh darinya. Hal itu terjadi ketika umatnya melakukan pelanggaran pada saat perang Uhud. Pokok dari ayat tersebut adalah perintah untuk bermusyawarah dalam segala urusan, baik itu

urusan kepemimpinan, kemasyarakatan, maupun urusan lainnya yang tidak ada di dalam wahyu. Karena jika sudah tetera dalam wahyu, maka itu adalah perintah mutlak. Tetapi jika tidak, nabi selalu melakukan musyawarah dengan para sahabatnya. Perintah untuk bertawakal juga menjadi pokok penting dalam ayat ini. Setelah semua usaha yang dilakukan, Allah memerintahkan umat muslim untuk menyerahkan segala hasilnya kepada Allah. Karena Allah yang maha mengetahui baik atau buruk sesuatu bagi kita, sehingga Allah pasti akan menyiapkan skenario terbaik bagi hidup kita maupun bagi permasalahan yang kita hadapi.

Fungsi bimbingan konseling, yaitu fungsi kuratif atau korektif. Fungsi tersebut artinya dapat membantu individu memecahkan masalah yang dihadapi, yaitu dengan jalan musyawarah. Fungsi tersebut memiliki kesesuaian dengan penggalan QS Ali Imran ayat 159 yang berbunyi :

وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ

Artinya :*“Bermusyawarahlah dengan mereka dalam urusan itu”*.

Dalam tafsir Al –Qur’anul Majid karya Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieq, ayat tersebut memiliki makna bahwa Allah memerintahkan Nabi Muhammad untuk bermusyawarah dengan pemuka–pemuka rakyat dalam setiap urusan, baik urusan pemerintahan, kemasyarakatan, politik, ekonomi, hingga masalah perorangan. Dalam konsep bimbingan konseling Islam, konselor diibaratkan sebagai pemimpin. Artinya ia menjadi pusat dari kegiatan konseling yang berlangsung. Akan tetapi sebagai konselor atau sebagai pemimpin, tidak diperbolehkan untuk langsung memberikan alternatif pemecahan masalah dari dirinya sendiri. Konselor hanya bertugas untuk mengarahkan klien saja. Oleh karena itu musyawarah menjadi satu hal yang penting dalam proses bimbingan. Konselor dan klien bermusyawarah untuk mencari dan menyimpulkan penyebab masalah, hingga mencari alternatif penyelesaian masalah.

### c. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Secara garis besar tujuan bimbingan dan konseling Islam dapat dirumuskan sebagai tindakan untuk membantu individu memwujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan didunia dan diakhirat. Pada

dasarnya tujuan bimbingan dan konseling Islam adalah mengetahui apa yang harus dan akan dilakukan dalam berbagai bidang kehidupan, merasa lebih baik jauh dari ketegangan dan tekanan terus menerus karena ada persoalan, dapat berfungsi secara maksimal sesuai dengan potensi yang dimiliki, mencapai sesuatu yang lebih baik karena bersikap positif dan optimis, bisa hidup lebih efektif sesuai dengan kemampuan yang dimiliki dan menyesuaikan diri sesuai dengan lingkungan.<sup>10</sup>

Menurut Musnamar tujuan bimbingan dan konseling Islam terbagi menjadi dua macam yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum adalah membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat sedangkan tujuan khusus adalah membantu individu agar tidak menghadapi masalah, membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapi, membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang telah baik atau menjadi lebih baik sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.<sup>11</sup>

Tujuan yang ingin dicapai melalui bimbingan dan konseling Islam adalah agar fitrah yang dikaruniakan Allah kepada individu bisa berkembang dan berfungsi dengan baik, sehingga menjadi pribadi yang kaffah, dan secara bertahap dapat mengaktualisasikan apa yang diimaninya itu dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam melaksanakan tugas kewajiban di bumi, dan ketaatan dalam beribadah dengan mematuhi segala perintahNya dan menjauhi segala laranganNya. Tujuan bimbingan dan konseling Islam model ini adalah meningkatkan Iman, Islam, dan Ikhsan individu yang dibimbing hingga menjadi pribadi yang utuh, dan pada akhirnya diharapkan mereka bisa hidup bahagia di dunia dan di akhirat.<sup>12</sup>

Tujuan bimbingan dan konseling Islam adalah pertama untuk menghasilkan perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi baik, tenang dan damai, bersikap lapang dada, mendapat pencerahan serta

---

<sup>10</sup> Gunarsa, Singgih D, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2000), 27.

<sup>11</sup> Musnamar, Thohari, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, 34.

<sup>12</sup> Sutoyo, Anwar, *Bimbingan dan Konseling Islami (teori dan praktik)*, 205.

hidayah Tuhan, kedua agar mendapat suatu kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat bagi dirinya sendiri, lingkungan keluarga sosial dan sekitarnya, ketiga agar mendapatkan kecerdasan pada individu agar muncul rasa toleransi pada dirinya dan orang lain, dan yang keempat agar menghasilkan toleransi Ilahiyah, sehingga mampu melakukan tugas sebagai Kholifah dengan baik dan benar.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan dan konseling Islam adalah membantu memecahkan masalah dengan cara membangkitkan keimanan yang ada dalam dirinya, sebab dengan meningkatkan keimanan dan ketakwaan dapat terwujud penyesuaian antara manusia dengan lingkungan. Berlandaskan keimanan dan ketakwaan tersebut diharapkan menimbulkan keserasian antara fungsi-fungsi kejiwaan dan penyesuaian diri antara manusia dengan lingkungannya atau masyarakat yang akan terwujud dan tercapai apabila usaha ini didasarkan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT.

#### **d. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam**

Bimbingan dan konseling di sekolah mempunyai fungsi yang integral, yaitu merupakan proses yang berkaitan erat dengan seluruh proses pendidikan dan proses belajar mengajar. Pentingnya pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah dapat dilihat dari beberapa fungsi bimbingan dan konseling bagi perkembangan perilaku siswa di sekolah atau di luar sekolah untuk kehidupan bermasyarakat.

Fungsi-fungsi bimbingan dan konseling Islam menurut Faqih adalah fungsi preventif, fungsi perbaikan, dan fungsi pengembangan. Fungsi preventif (pencegahan) adalah membantu konseli untuk menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya. Fungsi perbaikan (preserfatif) adalah untuk membantu konseli yang sudah sembuh agar tetap sehat tidak mengalami problem yang pernah dihadapinya. Fungsi pengembangan adalah membantu klien agar potensi yang telah disalurkan untuk dikembangkan lagi agar lebih baik.<sup>13</sup>

Secara umum menurut Tohirin bimbingan dan konseling memiliki beberapa fungsi yaitu:

- 1) Fungsi pencegahan adalah untuk mencegah timbulnya masalah pada diri siswa sehingga mereka terhindar dari

---

<sup>13</sup> Faqih, Ainur Rahim, *Bimbingan Konseling dalam Islam*, (Jakarta: pers, 2001), 37.

berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya.

- 2) Fungsi pemahaman untuk membantu para siswa dalam mengembangkan keseluruhan potensinya secara lebih terarah.
- 3) Fungsi pengentasan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi siswa melalui pelayanan dan bimbingan konseling.
- 4) Fungsi pemeliharaan untuk memelihara segala sesuatu yang baik (positif) yang ada pada diri individu (siswa), baik hal itu merupakan bawaan maupun itu hasil-hasil perkembangan yang telah dicapai selama ini.
- 5) Fungsi penyaluran melalui fungsi ini pelayanan bimbingan dan konseling berupaya mengenali masing-masing siswa secara perorangan, selanjutnya memberikan bantuan untuk menyalurkan bakat, minat, dan kecakapan ke arah kegiatan atau program yang dapat menunjang tercapainya perkembangan yang optimal.
- 6) Fungsi penyesuaian membantu terciptanya penyesuaian antara siswa dengan lingkungannya (terutama lingkungan sekolah dan madrasah bagi siswa).
- 7) Fungsi pengembangan untuk membantu para siswa dalam mengembangkan keseluruhan potensinya secara lebih terarah.
- 8) Fungsi perbaikan melalui fungsi ini, pelayanan bimbingan dan konseling diberikan kepada siswa untuk memecahkan dan memperbaiki masalah-masalah yang dihadapi siswa.
- 9) Fungsi advokasi yaitu untuk membantu siswa memperoleh pembelaan atas hak dan atau kepentingannya yang kurang mendapat perhatian.<sup>14</sup>

Berdasarkan fungsi dari bimbingan dan konseling Islam di atas, dapat disimpulkan bahwa peneliti menggunakan fungsi kuratif dan fungsi pengembangan. Fungsi kuratif untuk membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya. Sedangkan fungsi pengembangan atau development untuk membantu klien agar potensi yang telah disalurkan untuk dikembangkan lagi agar lebih baik.

---

<sup>14</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, 40-50.



### e. Tahapan Bimbingan dan Konseling Islam

Pemberian layanan bimbingan dan konseling di sekolah, hendaknya menggunakan langkah-langkah yang tepat terhadap siswa, terutama mereka yang mempunyai masalah. Lima tahapan dalam melaksanakan bimbingan dan konseling. Adapun langkah- langkah tersebut menurut Salahudin yaitu:

- 1) Identifikasi masalah dimaksudkan untuk mengenal anak beserta gejala-gejala yang tampak. Dalam langkah ini, pembimbing mencatat anak-anak yang perlu mendapat bimbingan dan memilih anak yang terlebih dulu mendapat bimbingan.
- 2) Langkah diagnosis yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi anak beserta latar belakangnya. Dalam langkah ini, kegiatan yang dilakukan ialah mengumpulkan data dengan mengadakan studi terhadap anak, dan menggunakan berbagai studi terhadap anak, menggunakan berbagai teknik pengumpulan data. Setelah data terkumpul, ditetapkan masalah yang dihadapi serta latar belakangnya.
- 3) Langkah prognosis yaitu langkah untuk menetapkan jenis bantuan yang akan dilaksanakan dalam membimbing anak. Langkah prognosis ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosis.
- 4) Langkah terapi yaitu langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan. Langkah ini merupakan pelaksanaan yang ditetapkan dalam langkah prognosis. Pelaksanaan ini tentunya memerlukan banyak waktu, proses yang kontinu, dan sistematis, serta memerlukan pengamatan yang cermat.
- 5) Langkah evaluasi yaitu dimaksudkan untuk menilai atau mengetahui sejauh manakah terapi yang dilakukan dan telah mencapai hasilnya.<sup>15</sup>

Beberapa uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa dalam mengatasi permasalahan siswa seorang guru BK harus menetapkan langkah-langkah dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling, agar permasalahan siswa dapat teratasi dan tujuan bimbingan dan konseling bisa tercapai.

---

<sup>15</sup> Salahudin, Anas, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Pustaka Setia, 2010), 95-96.

## 2. Layanan Bimbingan Kelompok.

### a. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok yaitu layanan yang membantu siswa dalam mengembangkan pribadi, kemampuan interaksi sosial, kegiatan belajar, karier/jabatan, dan pengambilan keputusan, serta melakukan kegiatan tertentu melalui dinamika kelompok. Layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan jumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru bimbingan konseling) dan membahas secara bersama-sama pokok bahasa (topik) tertentu yang berguna menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari untuk perkembangan dirinya baik sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dan pengambilan keputusan dan tindakan tertentu.

Menurut Gadza (dalam Prayitno dan Erman Amti) bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu siswa menyusun rencana dan keputusan yang tepat.<sup>16</sup> Menurut Prayitno bimbingan kelompok adalah memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan agar dinamika kelompok yang belangsung. Dalam kelompok tersebut dapat secara efektif bermanfaat bagi pembinaan para anggota kelompok, maka jumlah sebuah anggota kelompok tidak boleh terlalu besar, sekitar 10 orang atau paling banyak 15 orang.<sup>17</sup> Selain itu bimbingan kelompok pada umumnya beranggota 20 sampai 30 orang.<sup>18</sup>

Kesuksesan layanan bimbingan kelompok sangat mempengaruhi sejauh mana tujuan yang akan dicapai dalam layanan bimbingan kelompok dilaksanakan. Menurut Prayitno tujuan yang hendak di capai dalam bimbingan kelompok secara umum adalah tuntasnya pemahaman suatu topik atau permasalahan. Prayitno mengatakan bahwa bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan bersosialisasi siswa khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan.

---

<sup>16</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar bimbingan dan konseling* (Jakarta. PT. Rineka Cipta, 2014), 309

<sup>17</sup> Dewa ketut sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta : PT. Rineka Cipta, 2007), 65.

<sup>18</sup> Ahmad Juntika Nurihsan, *Strategi Bimbingan Dan Konseling*, (bandung : Grasindo, 2005), 17.

Dengan diadakannya bimbingan kelompok ini dapat bermanfaat bagi siswa karena dengan bimbingan kelompok mereka memenuhi kebutuhan psikologis, seperti kebutuhan untuk meningkatkan interaksi sosial siswa dengan teman-teman sebaya, dan diterima oleh mereka, dan juga sebagai pegangan dan kebutuhan untuk lebih percaya diri dan mandiri.

#### **b. Tujuan layanan**

Layanan bimbingan kelompok sangat dipengaruhi sejauh mana tujuan yang akan dicapai dalam layanan-layanan kelompok yang diselenggarakan. Tujuan bimbingan kelompok yang akan dikemukakan oleh prayitno adalah sebagai berikut.

##### 1) Tujuan umum

Tujuan umum dari layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi anggota kelompok. Melalui layanan bimbingan kelompok hal-hal yang mengganggu atau menghimpit perasaan yang diungkapkan, diringankan melalui berbagai cara dan dinamakan melalui sebagai masukan dan tanggapan baru. Selain bertujuan sebagaimana bimbingan kelompok, juga bermaksud mengentaskan masalah klien dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

##### 2) Tujuan khusus

Bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pemikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi verbal maupun non verbal ditingkatkan.<sup>19</sup>

#### **c. Materi Layanan**

Menurut prayitno pada proses penyelenggaraan bimbingan kelompok terdapat dua jenis topik layanan bimbingan kelompok yaitu topik bebas dan bimbingan kelompok topik tugas. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada uraian berikut.

##### 1) Topik bebas

Anggota kelompok pada topik bebas melakukan kegiatan kelompok tanpa penugasan tertentu, dan kehidupan kelompok itu memang tidak disiapkan secara khusus

---

<sup>19</sup> Hasgimianti, *Layanan BK Pola 17 Plus (sekolah dan luar sekolah)*, (pekanbaru: Cahaya Firdaus Publishing and Priting, 2018), 80.

sebelumnya. Perkembangan yang akan timbul di dalam kelompok itulah nantinya yang akan menjadikan isi dan mewarnai kehidupan kelompok itu lebih lanjut. Topik bebas memberikan kesempatan kepada seluruh anggota kelompok untuk menentukan arah dan isi kelompok itu.

2) Topik tugas.

Dalam topik tugas arah dan isi kegiatan kelompok ditetapkan terlebih dahulu oleh pemimpin kelompok. Sesuai namanya, kelompok tugas pada dasarnya diberi tugas untuk menyelesaikan suatu pekerjaan, baik pekerjaan itu ditugaskan oleh pihak luar kelompok itu maupun tumbuh dikelompok itu sendiri sebagai hasil dari kegiatan-kegiatan kelompok itu sebelumnya. Di dalam kelompok tugas perhatian diarahkan pada suatu titik pusat, yaitu menyelesaikan tugas. Semua anggota kelompok hendaknya mencurahkan perhatian, pendapat, tanggapan untuk tugas yang dibahas didalam kelompok. Dinamika kelompok diarahkan untuk menyelesaikan tugas itu.<sup>20</sup>

**d. Pelaksanaan Layanan**

Menurut prayitno prosedur pelaksanaan bimbingan kelompok diselenggarakan melalui empat tahap yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada uraian berikut ini.

1) Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan adalah tahap untuk membentuk sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan bersama. Tahap pembentukan terdiri dari.

- a) Mengucapkan salam
- b) Menerima klien secara terbuka
- c) Berdoa
- d) Berkenalan
- e) Merangkai nama
- f) Menjelaskan kegiatan bimbingan kelompok seperti pengertian, tujuan, asas, tahap-tahap kegiatan.

2) Tahap peralihan

Tahap peralihan adalah tahapan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.pada tahap

---

<sup>20</sup> Hasgimianti, *Layanan BK Pola 17 Plus (sekolah dan luar sekolah)*, 83.

peralihan konselor menjembatani antara tahap pembentukan menuju tahap kegiatan. Konselor melihat kesiapan anggota kelompok mulai dari pemahaman mengenai kegiatan sampai konsentrasi anggota kelompok untuk melanjutkan tahap kegiatan selanjutnya.

3) Tahap kegiatan

Tahap kegiatan adalah tahap inti untuk membahas topik-topik tertentu pada bimbingan kelompok. Tahap kegiatan terdiri dari.

- a) Menentukan topik yang akan dibahas (topik tugas atau topik bebas)
- b) Membahas topik secara bersama
- c) Selingan (permainan)
- d) Berkomitmen untuk kedepannya.

4) Tahap pengakhiran

Tahap pengakhiran adalah tahapan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya. Tahap pengakhiran terdiri dari:

- a) Menginformasikan kegiatan akan selesai dilaksanakan kegiatan
- b) Kesan dan pesan anggota tentang pelaksanaan kegiatan
- c) Hasil kegiatan
- d) Rencana kegiatan lebih lanjut
- e) Kegiatan diakhiri dengan bersalam-salaman

Menurut prayitno menjelaskan pengertian dinamika kelompok sebagai kekuatan yang mendorong kehidupan kelompok itu. Dengan kata lain, adanya dinamika kelompok menjadikan suatu kelompok akan berjalan efektif. Kelompok yang baik adalah kelompok yang diwarnai dengan semangat yang tinggi, hubungan kerja sama antar anggota kelompok serta sikap saling percaya antar anggota kelompok.<sup>21</sup>

Menurut peneliti dapat disimpulkan bahwa pelayanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik ada bermacam-macam jenis layanan yaitu layanan orientasi informasi penempatan dan penyaluran pembelajaran bimbingan kelompok konseling perorangan dan konseling kelompok. Tahap pembentukan yaitu tahap untuk membentuk sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika. Pada tahap pengakhiran bimbingan kelompok pokok perhatian

---

<sup>21</sup> Hasgimianti, *Layanan BK Pola 17 Plus (sekolah dan luar sekolah)*, 84-85.

utama bukanlah pada berapa kali kelompok itu harus bertemu tetapi pada hasil yang telah dicapai oleh kelompok itu.

Tahap-tahap perkembangan kelompok dalam bimbingan melalui pendekatan kelompok sangat penting yang pada dasarnya tahapan perkembangan kegiatan bimbingan kelompok sama dengan tahapan yang terdapat dalam konseling kelompok. Asas keterbukaan dari masing masing kalian nanti harus saling terbuka dalam mengungkapkan pendapat solusi unek-unek dan apapun yang ada dalam benak kalian untuk membahas masalah yang akan kita bahas nanti.

#### **e. Evaluasi dan tindak lanjut**

Evaluasi kegiatan bimbingan kelompok dapat dilakukan secara tertulis, baik melalui esai, daftar cek, maupun daftar isian sederhana. Penilaian dilakukan diakhir kegiatan pelayanan bimbingan kelompok, dilakukan secara tertulis maupun lisan. Penilaian secara lisan dilakukan pada setiap akhir pertemuan layanan, dengan anggota peserta menyampaikan kesan dan pesan selama mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok. Sedangkan penilaian secara tertulis anggota peserta layanan bimbingan kelompok diminta untuk mengisi penilaian segera. Dimana peserta menilai jalannya suatu layanan bimbingan kelompok yang sudah dilaksanakan.

Penilaian terhadap kegiatan layanan bimbingan kelompok dan hasil-hasilnya tidak bertitik tolak dari kriteria “benar salah”, namun berorientasi pada perkembangan positif yang terjadi pada diri peserta kegiatan. Penilaian tersebut dapat dilakukan melalui.

- a) Mengungkapkan peserta layanan atas fungsi dan manfaat layanan yang telah mereka ikuti
- b) Minat dan sikap peserta untuk mengikuti kegiatan lanjutan,
- c) Kelancaran proses dan suasana selama pelaksanaan kegiatan.<sup>22</sup>

#### **f. Tindak lanjut**

Tindak lanjut merupakan proses setelah dilakukan evaluasi. Tindak lanjut dilakukan sesuai dengan hasil penilaian secara progresif pada setiap tahap layanan. Demikian pula laporan yang dibuat, dapat dibuat berupa laporan pertahap kegiatan dan / laporan lengkap pada akhir keseluruhan layanan, sesuai dengan keperluannya. Kegiatan layanan advokasi diakhiri dengan di susunnya LAPERPROG (Laporan

---

<sup>22</sup> Hasgimianti, *Layanan BK Pola 17 Plus (sekolah dan luar sekolah)*, 86.

Pelaksanaan Program) yang disampaikan kepada pihak-pihak tertentu sesuai dengan kebutuhannya.<sup>23</sup>

### 3. Teknik *Self-Management*

Peneliti memilih teknik *self-management* dalam pengambilan keputusan karir dengan alasan karena teknik ini bertujuan untuk membantu konseli dalam mengatur, memantau, dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik yaitu peserta didik dapat bertanggung jawab dalam belajarnya.

#### a. Pengertian *Self-management*

*Self-management* sama artinya dengan kemampuan mengatur diri dan mengarahkan diri. Kemampuan mengatur diri dapat mencegah individu dari keadaan penyimbangan kepribadian. Dalam penggunaan strategi ini diharapkan konseli dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik.<sup>24</sup> Berikut ini beberapa pendapat para ahli tentang konsep *self-management*.

Menurut Gunarsa mengemukakan bahwa pengelola diri (*self management*) adalah prosedur dimana peserta didik menggunakan keterampilan peserta didik dan teknik mengurus diri untuk menghadapi masalahnya, yang dalam terapi tidak langsung diperoleh”. Keterampilan tersebut diperoleh pada saat proses konseling karena perubahan dalam perilaku itu harus diusahakan melalui suatu proses belajar (*learning*) atau belajar kembali (*relearning*).

Sedangkan menurut Gantina Komalasari bahwa “*self-management*” adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi”. Jadi dalam proses konseling walaupun konselor yang mendorong dan melatih prosedur ini, tetapi konseli lah yang mengontrol pelaksanaannya. Sehingga dari sinilah peserta didik dapat suatu keterampilan untuk mengurus diri.<sup>25</sup>

Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa teknik *self-management* merupakan teknik terapi dalam

---

<sup>23</sup> Hasgimianti, *Layanan BK Pola 17 Plus (sekolah dan luar sekolah)*, 88.

<sup>24</sup> Gantina Komalasari, *Eka Wahyuni dan Karsih, Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta : PT Indeks, 2016), 178.

<sup>25</sup> Gantina Komalasari, *Eka Wahyuni dan Karsih, Teori dan Teknik Konseling*, 180.

konseling behavior yang membantu peserta didik dapat mendorong diri untuk maju, untuk dapat mengatur, memantau, dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik dalam kehidupan pribadi melalui tahap menentukan perilaku sasaran memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.<sup>26</sup>

#### **b. Manfaat *Self-Management***

Dalam penerapan teknik pengelolaan diri (*self management*) tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli. Dalam pelaksanaan *self-management* biasanya diikuti dengan pengaturan lingkungan untuk mempermudah terlaksananya *self-management*. Pengaturan lingkungan dimaksud untuk menghilangkan faktor penyebab (*antecedent*) dan dukungan untuk perilaku yang akan dikurangi. Pengaturan lingkungan dapat berupa :

- 1) mengubah lingkungan fisik sehingga perilaku yang tidak dikehendaki sulit dan tidak mungkin dilaksanakan. Misalnya orang yang suka “ngemil” mengatur lingkungan agar tidak tersedia makanan yang memancing keinginan untuk “ngemil”
- 2) Mengubah lingkungan sosial sehingga lingkungan sosial ikut mengontrol tingkah laku konseli.
- 3) Mengubah lingkungan atau kebiasaan sehingga menjadi perilaku yang tidak dikendakai
- 4) hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu saja.<sup>27</sup>

#### **c. Tahap-tahap Pengelolaan Diri (*Self-Management*)**

Menurut Komalasari, menyebutkan bahwa pengelolaan diri biasanya dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) Tahap monitor diri atau observasi diri

Pada tahap ini konseli dengan sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti. Catatan ini dapat menggunakan daftar cek atau catatan observasi. Hal-hal yang perlu diperhatikan oleh konseli dalam mencatat tingkah laku adalah frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku. Dalam penelitian ini konseli

<sup>26</sup> Gunarsa S, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2004), 225.

<sup>27</sup> Gie, The Liang, *Cara Belajar yang Baik bagi Mahasiswa edisi kedua* (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2000), 80.



mengobservasi apakah dirinya sudah bertanggung jawab terhadap belajar atau belum. Konseli mencatat berapa kali belajar dalam sehari, seberapa sering dia belajar dan seberapa lama dia melakukan aktifitas dalam belajarnya.

## 2) Tahap evaluasi diri

Pada tahap ini konseli membandingkan hasil catatan lalu dengan target tingkah laku yang telah dibuat oleh konseli, perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektifitas dan efisiensi program. Bila program tersebut tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok, atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

## 3) Tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman

Pada tahap ini konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus, dan memberi hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari konseli untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara berkelanjutan.<sup>28</sup>

Untuk menciptakan kepribadian yang bertanggung jawab dalam pengambilan keputusan, maka peneliti memilih bimbingan kelompok dengan teknik self-management terhadap kemampuan pengambilan keputusan karir peserta didik. Karena *Self-management* merupakan suatu partisipasi untuk agen perubahan tingkah laku yang baru, dengan memanfaatkan dinamika kelompok siswa memiliki hubungan yang akrab dan hangat antar anggota kelompok sehingga menyebabkan munculnya keterbukaan di antara anggota kelompok. Yang bertujuan untuk membantu konseli membuang respons-respons yang lama yang merusak diri atau maladaptif dan mempelajari respons-respons yang baru yang lebih sehat dan sesuai (*adjusitive*).<sup>29</sup>

## 4. Pengambilan Pemilihan Keputusan Karir

### a. Pengertian Pengambilan Keputusan Karir

Pengambilan keputusan dapat dianggap sebagai suatu hasil proses mental atau kognitif yang membawa pada pemilihan suatu jalur tindakan diantara beberapa alternatif yang tersedia. Yang setiap proses pengambilan keputusan selalu menghasilkan

<sup>28</sup> Gie, The Liang, *Cara Belajar yang Baik bagi Mahasiswa* edisi kedua, 78.

<sup>29</sup> Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, 156.

suatu pilihan akhir. Ibnu Syamsi menyatakan bahwa pengambilan keputusan merupakan suatu kegiatan yang dilakukan dengan sengaja, tidak secara kebetulan, dan tidak boleh sembarangan. Kemampuan dalam pengambilan keputusan karir dapat diasah dalam setiap keputusan-keputusan kecil yang telah diambil sebelumnya, sehingga dapat memperkuat kemampuan pengambilan keputusan karir.<sup>30</sup>

Berdasarkan beberapa penjelesan di atas maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa pengambilan keputusan adalah proses pemilihan alternatif perilaku diantara beberapa alternatif yang tersedia untuk menghasilkan sebuah keputusan akhir dan sebuah proses yang tidak hanya meliputi pilihan karir saja, tetapi melibatkan proses membuat komitmen untuk melaksanakan pilihan tersebut yang dilakukan dengan sengaja, tidak secara kebetulan dan tidak sembarangan.

Mengenai pengambilan keputusan karir, Dewa ketut Sukardi menyatakan bahwa pengambilan keputusan karir merupakan suatu proses dimana seorang mengadakan suatu seleksi terhadap beberapa pilihan dalam rencana masa depan. Bagi peserta didik SMK, pilihan karir tersebut antara lain melanjutkan studi ke jenjang yang lebih tinggi, melamar pekerjaan atau membuka usaha sendiri. Pilihan-pilihan tersebut harus dipertimbangkan secara matang karena akan berpengaruh pada masa depannya nanti.<sup>31</sup>

Munandir menyatakan bahwa keputusan karir yang dimaksud adalah keputusan yang diambil secara baik dan penuh pertimbangan. Pengambilan keputusan seperti ini mutlak demi keberhasilan dalam hidupnya kelak dengan karir yang diiluhnya itu.<sup>32</sup> Berdasarkan beberapa pendapat ahli dapat disimpulkan bahwa pengambilan keputusan karir adalah suatu proses seleksi terhadap alternatif-alternatif pilihan yang dilaksanakan secara sengaja dan serius serta penuh pertimbangan demi keberhasilan kehidupan karirnya dimasa yang akan datang.

#### **b. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengambilan Keputusan Karir**

Keputusan Karir Ada empat faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan karir: yaitu faktor-faktor

---

<sup>30</sup> Heru Pramudi, *Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir*, [diakses 13 Juli, 20.00] Tersedia: Pengambilan Keputusan Karir. Pdf, 15.

<sup>31</sup> Heru Pramudi, *Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir*, 16.

<sup>32</sup> Heru Pramudi, *Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir*, 17.

genetik, lingkungan, belajar, dan keterampilan menghadapi tugas atau masalah :

1) Faktor Genetik

Faktor ini dibawa dari lahir berupa wujud dan keadaan fisik (wajah, jenis kelamin, ras, suku bangsa).

2) Kondisi lingkungan

Faktor ini umumnya ada diluar kendali individu, tetapi pengaruhnya bisa direncanakan atau tidak bisa direncanakan.

3). Faktor belajar

Kegiatan ini hampir dilakukan setiap waktu sejak masa bayi. Pengalaman belajar ini mempengaruhi tingkah laku dan keputusan orang, antara lain tingkah laku pilihan pekerjaan.

4) Keterampilan menghadapi tugas atau masalah Keterampilan ini dicapai sebagai sebuah interaksi atau pengalaman belajar, ciri genetik, bakat dan lingkungan.

Winkel dan M.M. Sri Hastuti juga menjelaskan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan karir, yang kemudian dapat dikelompokkan ke dalam dua faktor. Pertama, faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu sendiri. Kedua, faktor eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar diri individu. Kedua faktor tersebut diuraikan lebih lanjut sebagai berikut :

1) Faktor-faktor internal

faktor-faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu sendiri, faktor itu antara lain:

- a) Nilai-nilai kehidupan yaitu ideal-ideal yang dikerjakan oleh seseorang dimana dan kapan pun juga sekali terbentuk, nilai-nilai ini memegang peranan yang penting dalam keseluruhan perilaku seseorang dan mempengaruhi seluruh harapan serta lingkup aspirasi dalam hidup, termasuk bidang pekerjaan yang dipilih dan ditekuni.
- b) Taraf intelegensi yaitu taraf kemampuan untuk mencapai prestasi-prestasi yang dalamnya berfikir memegang peranan penting.
- c) Bakat khusus yaitu kemampuan yang menonjol disuatu bidang usaha kognitif, bidang keterampilan, atau bidang kesenian.
- d) Minat yaitu kecenderungan yang agak menetap pada seseorang untuk merasa tertarik pada suatu bidang tertentu dan merasa senang berkecimpung dalam berbagai kegiatan yang berkaitan dengan bidang itu.

- e) Pengetahuan yaitu informasi yang dimiliki tentang bidang-bidang pekerjaan tentang diri sendiri.
  - f) Keadaan jasmani yaitu ciri-ciri fisik dimiliki seseorang seperti tinggi badan, tampan dan tidak tampan, ketajaman penglihatan jenis kelamin.<sup>33</sup>
- 2) Faktor-faktor eksternal
- Faktor-faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu antara lain :
- a) Masyarakat yaitu lingkungan sosial budaya dimana orang muda dibesarkan.
  - b) Pergaulan teman sebaya yaitu beraneka ragam dan variasi harapan tentang masa depan yang terungkap dalam pergaulan sehari-hari
  - c) Keadaan sosial ekonomi negara atau daerah yaitu laju pertumbuhan ekonomi yang lambat atau cepat stratifikasi masyarakat, yaitu diverifikasi masyarakat atas kelompok-kelompok yang terbuka atau tertutup bagi anggota dari anggota lain.
  - d) Status ekonomi keluarga yaitu tingkat pendidikan orang tua, tinggi rendahnya pendapatan orang tua, jabatan ayah atau ibu, daerah tempat tinggal dan suku bangsa.
  - e) Pendidikan pengaruh dari sekolah yaitu pandangan dan sikap yang dikomunikasikan kepada anak didik dan staf petugas bimbingan tenaga pengajar mengenai nilai-nilai yang terkandung dalam bekerja, tinggi rendahnya status sosial, jabatan, dan kecocokan jabatan tertentu untuk anak laki-laki dan perempuan.<sup>34</sup>

Tuntutan yang melekat pada masing-masing jabatan dan pada setiap program studi atau latihan, yaitu mempersiapkan seseorang untuk diterima pada jabatan tertentu dan berhasil didalamnya. Berdasarkan uraian mengenai faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan karir dipengaruhi beberapa faktor yang berasal dari internal dan eksternal. Hal-hal yang mempengaruhi seperti lingkungan, kondisi ekonomi, jenis kelamin, minat, dan banyak lagi. Semua hal tersebut akan mempengaruhi siswa dalam pengambilan keputusan karir.<sup>35</sup>

---

<sup>33</sup> Heru Pramudi, *Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir*, 21.

<sup>34</sup> Heru Pramudi, *Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir*, 23.

<sup>35</sup> Heru Pramudi, *Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir*, 26.

### c. Model Pengambilan Keputusan Keputusan Karir

Ada 5 langkah model pengambilan keputusan karir yaitu:

- 1) Mengerti permasalahan pengambilan keputusan dan mengeti mengapa mereka harus bekerja untuk menempuh jenjang pendidikan.
- 2) Mencari dan menggunakan informasi tentang diri sendiri dan informasi yang berkaitan tentang dunia pekerjaan dan pendidikan.
- 3) Mencari alternatif memikirkan beberapa kemungkinan tujuan pendidikan dan pekerjaan.
- 4) Memilih tujuan dan membuat rencana memilih tujuan yang terbaik untuk diri sendiri dan membuat rencana untuk mencapainya.
- 5) Melaksanakan rencana yang telah dibuat dan memperhitungkan alternatif kedua.

### d. Kendala-Kendala Dalam Pengambilan Keputusan Keputusan Karir

Dalam mengambil keputusan tidak semudah yang diperkirakan sebelumnya. Ada beberapa masalah individu dalam mengambil keputusan diantaranya yaitu:

- 1) Kendala dari diri sendiri. Menurut Siagian, kendala yang paling kuat dampaknya sesungguhnya bersumber pada diri pengambil keputusan yang bersangkutan sendiri. Kendala yang paling sering muncul adalah adanya ketidaktegasan dan keragu-raguan dalam diri seorang pengambil keputusan tersebut, sehingga mempengaruhi cara berfikir dan cara bertindak.
- 2) Kegagalan di masa lalu dapat dipastikan bahwa tidak ada seorang pun yang tidak pernah mengalami kegagalan dan selama dalam mengambil sebuah keputusan. Ada saja keputusan yang diambil yang tidak mendatangkan hasil yang diharapkan. Pengalaman yang demikian tidak jarang menjadi kendala dalam pengambilan keputusan. Sehingga didalam mengambil keputusan ia menjadi ragu-ragu dan takut mengambil keputusan dan menyerahkan keputusan pada orang lain.<sup>36</sup>
- 3) Pemahaman yang tidak tepat tentang peranan informasi. Terkadang terdapat pemahaman yang tidak tepat tentang peranan informasi dalam proses pengambilan keputusan sehingga dapat menjadi kendala dalam mengambil keputusan.

---

<sup>36</sup> Heru Pramudi, *Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir*, 29.

Kurangnya informasi sebelum mengambil keputusan dan terlalu banyaknya informasi dalam mengambil keputusan sehingga keputusan berjalan lambat.

- 4) Faktor ketidakpastian. Tidak dapat disangkal bahwa ketidakpastian merupakan salah satu kendala yang dihadapkan dalam pengambilan keputusan. Karena itu kemampuan memperhitungkan dan nefektifitas seseorang sebagai pengambil keputusan.
- 5) Aspek-Aspek Pengambilan Keputusan Karir

Esensi dari sebuah pengambilan keputusan adalah proses penentuan pilihan. Secara alami, manusia akan dihadapkan kepada berbagai pilihan dan secara alami juga ia dilatih mengambil keputusan dari pilihan-pilihan hidup yang dialaminya. Oleh karena itu sesungguhnya manusia akan terus menerus menentukan pilihan hidup dari waktu ke waktu sampai akhir kehidupan. Proses inilah yang disebut dengan pengambilan keputusan. Jadi, esensi dari sebuah pengambilan keputusan adalah proses penentuan pilihan. Hanya saja pada kenyataannya ada individu yang mampu dengan tepat mengambil keputusan ada juga yang tidak Tiedeman dan O'Hara membagi antisipasi dalam membuat keputusan karir menjadi empat proses, yaitu eksplorasi, kristalisasi, pemilihan dan klarifikasi. Tiedeman mengaskan bahwa tahapan tersebut sebagai panduan (guideline) dalam mengantisipasi suatu keputusan.<sup>37</sup>

#### a. Eksplorasi

Eksplorasi yang adalah penjelajahan terhadap kemungkinan alternatif keputusan yang akan diambil. Melalui eksplorasi ini, individu mengetahui dengan jelas konsekuensi apa yang akan dialami jika mengambil keputusan tersebut.

#### b. Kristalisasi

Kristalisasi merupakan sebuah stabilisasi dari representasi berfikir. Pada tahap ini, pemikiran dan perasaan mulai terpadu dan teratur. Keyakinan atas pilihan yang akan diambil menguat. Definisi tentang alternatif pilihan semakin jelas.

---

<sup>37</sup> Ananda Karina Prameswari, Program Bimbingan Karir Berdasarkan Profil Pembuatan Keputusan Keputusan karir Siswa, (diakses 13 Maret, jam 20.00), Tersedia: Aspek-aspek pengambilan Keputusan karir. Pdf, 15.

### c. Pemilihan

Sama halnya dengan perkembangan kristalisasi, proses pemilihan pun terjadi. Masalah-masalah individu berorientasi kepada tujuan yang relevan, yaitu individu mulai mengorganisir melengkapi dan menyesuaikan terhadap berbagai pilihan karir masa depan. Sehingga tahap ini individu percaya atas pilihannya.

### d. Klarifikasi

Ketika seorang individu membuat keputusan lalu melakukannya, mungkin dalam perjalanannya ada yang lancar dan mungkin juga ada yang mempertanyakan kembali karena kebingungan. Pada saat mengalami kebingungan, seharusnya individu tersebut melakukan eksplorasi kembali, kristalisasi, lalu melakukan pemilihan alternatif kembali.<sup>38</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat kita ketahui ada empat proses dalam pengambilan keputusan karir, yaitu eksplorasi, kristalisasi, pemilihan dan klarifikasi. Keempat proses ini tidak selalu bersifat sekuensial, yaitu dapat berlompat atau dilakukan hanya beberapa aspek. Hal yang ideal adalah saat pengambilan keputusan karir memenuhi keempat aspek tersebut dan bersifat sekuensial.

## B. Penelitian Terdahulu

Untuk mendukung secara menyeluruh maka penulis melakukan usaha dengan membuat kajian awal terhadap pustaka atau karya yang memiliki relevansi terhadap judul yang akan diteliti. Selain mengambil referensi dari beberapa buku, penulis juga mengambil sumber dari skripsi dan jurnal yang dapat menjadi rujukan.

1. Faiqotul Isnaini dan Taufik dalam penelitian yang berjudul “Strategi *Self-Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar”, menyimpulkan bahwa Kedisiplinan belajar dapat ditingkatkan melalui konseling kelompok dengan strategi self-management. Hal ini dibuktikan adanya uji n sampel bebas Kruskal-Wallis pengaruh kedisiplinan belajar diantara ketiga kelompok jika dibandingkan secara bersama-sama. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan belajar meningkat disebabkan oleh pemberian perlakuan konseling kelompok dengan strategi self-management dan bukan disebabkan oleh faktor lainnya. Pada pelaksanaan konseling kelompok dengan strategi *self-management*

---

<sup>38</sup> Ros Patriani Dewi, “(<http://ejournal.mercubuana.yogya.ac.id/Psikologi>) Artikel. Diakses pada Jum’at 10 Maret 2023, 21:48)

juga ditemukan peserta didik lebih bersifat terbuka dalam mengungkapkan permasalahan yang dihadapi dan memiliki kesadaran dan tanggung jawab dalam menjalankan tugas-tugas yang berkaitan dengan kegiatan belajar baik di rumah maupun di sekolah.<sup>39</sup>

2. Nurdjana Alamri dalam penelitian yang berjudul “Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah”, menyimpulkan bahwa: Hasil yang diperoleh dari observasi terhadap indikator keterlambatan siswa masuk sekolah. Pada pra siklus skor rata-rata adalah 41 menurun pada siklus I menjadi 28,63 dengan kategori cukup, dan pada siklus II menjadi 13,13 atau sangat rendah dengan kategori sangat baik. Ada penurunan dari siklus I ke siklus II yaitu sebesar 15,5 atau secara keseluruhan 27,88. Hasil yang diperoleh dari observasi terhadap siswa selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pada siklus I memperoleh rata-rata 60% dengan kategori cukup, dan pada siklus II memperoleh skor rata-rata 88% dengan kategori sangat baik. Ada peningkatan dari siklus I ke siklus II yaitu sebesar 28%.<sup>40</sup>
3. Rismanto tentang dalam penelitian yang berjudul “Meningkatkan Self Management dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling”, menyimpulkan bahwa Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling dapat meningkatkan Self Management dalam belajar siswa. Inovasi yang dilakukan pada penelitian ini yaitu agar siswa lebih aktif dan antusias maka pelaksanaan layanan bimbingan kelompok diberikan inovasi yaitu bermain modelling dengan menirukan model atau tokoh yang mereka anggap bisa menjadikan inspirasi dan panutan.<sup>41</sup>
4. Anik Supriyatidalam penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Self Management dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa kelas VIIID di SMPN I Jakenan Pati”, menyimpulkan bahwa hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan Self Management dalam belajar pada siswa sebesar

---

<sup>39</sup> Faiqotul Isnaini, Taufik, *Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar* (Surakarta : UMS, 2014), 3-41.

<sup>40</sup> Nurdjana Alamri, *Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah*. Jurnal Konseling Gusjigang Vol. 1 No. 1, 2015.

<sup>41</sup> Rismanto, *Meningkatkan Self Management Dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling*. Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling Vol. 2, No. 1, 32



8,12%. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa  $Z_{hitung} = 55 > Z_{tabel} = 8$ , artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Simpulan dari penelitian ini adalah tingkat Self Management dalam belajar siswa meningkat setelah diberi layanan bimbingan kelompok. Adapun saran yang dapat peneliti sampaikan adalah agar pihak sekolah memberikan jam masuk kelas kepada guru pembimbing, memberikan sarana dan prasarana untuk menunjang terlaksananya kegiatan layanan bimbingan kelompok.<sup>42</sup>

5. Fajriani, dalam penelitian yang berjudul “*Self-Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa: Studi Kasus di SMA Negeri 5 Banda Aceh”, menyimpulkan bahwa tingkat kedisiplinan belajar siswa sebelum diberikan teknik self management berada pada kategori rendah dan tingkat kedisiplinan belajar siswa setelah diberikan teknik self management mengalami peningkatan menjadi kategori sedang sampai tinggi. Terdapat peningkatan yang signifikan pada tingkat kedisiplinan belajar siswa setelah diberikan teknik self management.<sup>43</sup>

### C. Kerangka Berpikir

Hubungan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* terhadap kemampuan pengambilan keputusan karir adalah dalam kegiatan bimbingan kelompok, siswa dilatih untuk mengemukakan pendapat terhadap topik yang dibahas berdasarkan pengetahuan dan pengalamannya. Bimbingan kelompok merupakan salah satu kegiatan bimbingan yang diberikan kepada sekelompok individu untuk membahas topik yang bersifat umum dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Melalui dinamika kelompok tersebut, siswa memiliki hubungan yang akrab dan hangat antar anggota kelompok sehingga menyebabkan munculnya keterbukaan di antara anggota kelompok. Keterbukaan merupakan asas yang utama dalam bimbingan kelompok karena apabila tidak terdapat keterbukaan maka kegiatan bimbingan tidak berlangsung maksimal.

Pembahasan topik-topik dalam bimbingan kelompok mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang efektif. Tingkah laku yang efektif yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah *self management*, dalam pendekatan ini lebih menekankan pada

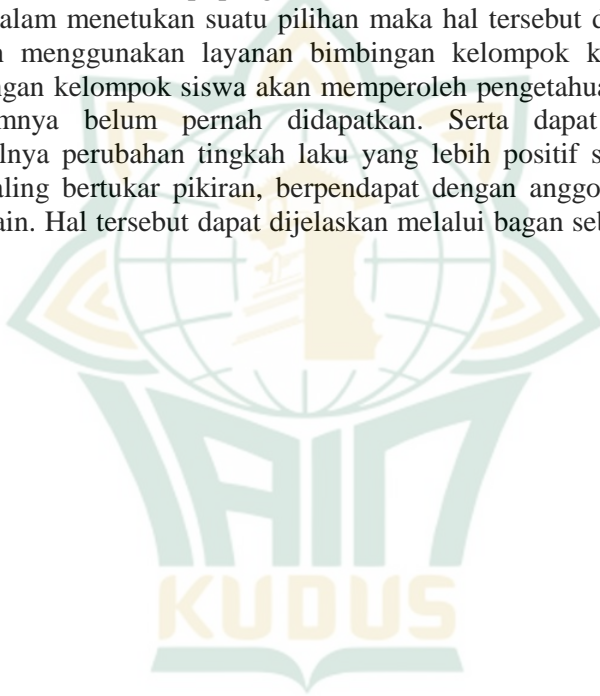
---

<sup>42</sup> Anik Supriyati, Upaya Meningkatkan Self Management Dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok (Semarang : UMS, 2013).

<sup>43</sup> Fajriani. 2016. Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa: Studi Kasus di SMA Negeri 5 Banda Aceh. *Jurnal Pencerahan Volume 10*, Nomor 2, 95-102.

sikap konselor dan kehangatan hubungan konseling dalam membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami konseli dan konseli dituntut untuk bertanggung jawab atas dirinya serta dapat menemukan solusi atas permasalahannya, sedangkan konselor hanya mengarahkan agar masalah yang dihadapi oleh konseli dapat terselesaikan dengan cara yang tepat.

Dari penjabaran tersebut, maka layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan karir peserta didik, seperti keingintahuan terhadap pengetahuan baru, dan hasrat untuk maju, serta dalam menentukan suatu pilihan maka hal tersebut dapat di atasi dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok karena dalam bimbingan kelompok siswa akan memperoleh pengetahuan baru yang sebelumnya belum pernah didapatkan. Serta dapat menunjang munculnya perubahan tingkah laku yang lebih positif seperti Siswa bisa saling bertukar pikiran, berpendapat dengan anggota kelompok yang lain. Hal tersebut dapat dijelaskan melalui bagan sebagai berikut :





**Gambar 2.1**  
**Kerangka Berpikir**

#### D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis dapat diartikan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian belum jawaban yang empiric dengan data.<sup>44</sup>

Hipotesis penelitian yang diajukan oleh peneliti adalah Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengatasi Permasalahan Pemilihan Karir Pada Siswa Kelas XII SMKS Rohmatul Ummah Kudus. Berdasarkan hipotesis penelitian yang diajukan maka untuk menguji hipotesis tersebut, hipotesis diubah terlebih dahulu menjadi hipotesisi statistik, yaitu:

Ha : Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Management* efektif dalam Mengatasi Permasalahan Pemilihan Karir Pada Siswa Kelas XII SMKS Rohmatul Ummah Kudus.

Ho : Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Management* tidak efektif Mengatasi Permasalahan Pemilihan Karir Pada Siswa Kelas XII SMKS Rohmatul Ummah Kudus.

---

<sup>44</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D*, 96.