

BAB II

KERANGKA TEORITIS DAN KERANGKA BERPIKIR

A. Deskripsi Teoritis

1. Bantuan Diri (*Self Help*)

a. Hakikat Bantuan Diri (*Self Help*)

Menurut Catrin (2002) bantuan diri merupakan pendekatan yang memungkinkan dalam membantu memperbaiki individu melalui bantuan media seperti buku, website atau CD, dengan sedikit ataupun sama sekali tanpa bantuan ahli terapis. Bergsma (2007) menyatakan bahwa bantuan diri merupakan suatu tindakan membantu atau memperbaiki diri sendiri, tanpa campur tangan bantuan dari orang lain. Sehingga membantu diri sendiri merupakan salah satu bentuk dalam menyelesaikan permasalahan seseorang, tanpa adanya bantuan dari seorang ahli atau profesional.

Sedangkan menurut Cuijpers dan Josien (2007) bantuan diri merupakan pengobatan psikologis bagi individu dengan berdasarkan aturan standar perawatan psikologis namun tetap bekerja secara mandiri. Bower dan Peter (2011) mengungkapkan bahwa bantuan diri didefinisikan sebagai suatu terapi untuk membantu permasalahan individu, melalui buku,

rekaman suara atau video, melalui pertemuan kelompok ataupun pengalaman individu seperti terapi menulis, yang dirancang untuk dilakukan secara independen berdasarkan kontak profesional. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa bantuan diri merupakan proses membantu diri sendiri dalam mengatasi masalah pribadi atau emosional melalui sebuah media, tanpa adanya bantuan dari ahli profesional.

b. Tujuan Bantuan Diri

Kurtz (1997) menyatakan bahwa bantuan diri memiliki tujuan untuk memberikan suatu pemahaman serta solusi dari masalah yang dialami individu. Kegiatan bantuan diri dapat dipandang sebagai suatu proses membantu diri sendiri agar dapat mengubah beberapa aspek yang menjadi fokus dalam diri. Di dalam bantuan diri, setiap individu masing-masing memiliki dua peran, yaitu sebagai orang yang membantu dan sebagai orang yang dibantu.

Jadi dapat disimpulkan bahwa bantuan diri memiliki tujuan dalam membantu menyelesaikan permasalahan seseorang dengan melalui dua peranan yaitu ketika membaca sebuah buku bantuan diri, maka individu menjadi orang yang

membantu dirinya sendiri serta menjadi orang yang dibantu mengenai permasalahan yang dialaminya.

c. Karakteristik Bantuan Diri (*Self Help*)

Menurut Kurtz (1997) terdapat beberapa karakteristik dalam bantuan diri (*self help*) seperti :

1) Menanamkan Harapan (*Instilling Hope*)

Menanamkan harapan adalah sesuatu yang sangat penting. Ketika individu memiliki harapan dalam dirinya, maka akan timbul keyakinan bahwa suatu intervensi dapat membantu dirinya sendiri, dalam menyelesaikan suatu permasalahan. Harapan dalam bantuan diri sangat berperan penting, individu yang terus mengembangkan konsep harapan dalam dirinya, maka dapat memiliki keyakinan bahwa segala kesulitan atau masalah dalam hidupnya merupakan suatu tantangan yang dapat dilewati dan terselesaikan.

2) Universalitas dan Perasaan Memiliki (*Universality and an Alternative to Loneliness*)

Setiap manusia memiliki kebutuhan dalam lingkungan sosialnya. Perasaan memiliki juga penting untuk dimiliki dan dikembangkan sebagai suatu perasaan positif dalam diri

individu. Rasa memiliki kecenderungan timbul dalam diri atas sesuatu yang dimiliki. Rasa memiliki itu bisa juga bukan sesuatu yang dimiliki, namun juga hal-hal lain yang berada di sekitar masing-masing individu. Perasaan memiliki sangat penting, agar individu sadar dan memahami bahwa sesuatu yang dimiliki tersebut merupakan hal yang penting dan harus dijaga. Melalui perasaan memiliki, individu dapat merasakan keadaan yang sama dengan orang lain, tidak merasa sendiri dan memiliki kemampuan untuk berbagi dengan orang lain.

3) Dukungan (*Support*)

Aktivitas dari bantuan diri yaitu untuk memberikan dukungan kepada seseorang. Dukungan terdiri dari beberapa komponen, yaitu empati termasuk mengenai perhatian, kepedulian, dan mau mendengarkan orang lain, cara mengungkapkan emosi dan katarsis.

4) Metode Penanganan Melalui Mengajar dan Belajar (*Teaching and Learning Coping Methods*)

Melalui bantuan diri (*self help*) individu dapat memperoleh informasi baru yang dapat membantu mereka menyelesaikan suatu permasalahan. Ketika individu sudah mengetahui cara dalam menyelesaikan masalahnya tersebut, maka individu dapat merasa lebih baik.

5) Menyampaikan Pengetahuan Berdasarkan Pengalaman

Di dalam aktivitas bantuan diri (*self help*), individu dapat mendapatkan berbagai pengalaman-pengalaman hidup dari orang lain yang mungkin pernah mengalami permasalahan yang sama. Sehingga pengalaman tersebut dapat menjadi pengetahuan baru bagi individu.

Berdasarkan pemaparan tersebut, bahwa dalam bantuan diri terdapat beberapa karakteristik yang terdiri dari menanamkan harapan, universalitas dan perasaan memiliki, dukungan, metode penanganan melalui mengajar dan belajar, serta menyampaikan pengetahuan berdasarkan pengalaman. Melalui karakteristik-karakteristik tersebut, individu dapat berupaya menemukan solusi ataupun menyelesaikan permasalahan yang sedang dialaminya.

d. Jenis Bantuan Diri

Menurut Watkins dan Clum (2008) bantuan diri terdiri dari beberapa macam jenis yaitu :

1) Kelompok Bantuan Diri

Bantuan diri dapat dilakukan melalui sekelompok orang yang memiliki persamaan tema atau masalah. Melalui

kelompok ini diharapkan satu sama lain dapat saling membantu dan mencari solusi dari suatu permasalahan.

2) Media Bantuan Diri

Menurut Gould dan Clum (Watkins & Clum, 2008), bantuan diri berbasis media merupakan suatu alternatif baru bagi individu. Individu diharapkan dapat mengelola dirinya, melalui penggunaan media seperti buku, audio dan video. Pendapat serupa menurut Lewis, et al., (2012) bahwa bantuan diri merupakan suatu pendekatan dalam membantu individu memperbaiki dirinya, melalui media seperti buku, CD, DVD dan website, dengan sedikit atau tanpa adanya bantuan ahli profesional.

e. Manfaat Bantuan Diri

Tucker-Ladd (2006) menyatakan bantuan diri memiliki beberapa manfaat yaitu sebagai metode dalam mengubah perilaku individu, metode untuk mengubah emosi, metode untuk meningkatkan keterampilan dan metode untuk mengubah pikiran, sikap, konsep diri, motivasi, nilai dan harapan.

2. Buku Bantuan Diri (*Self Help*)

a. Hakikat Buku Bantuan Diri

Bergsma (2007) menyatakan terdapat banyak buku bantuan diri yang tersedia di toko buku. Kecenderungan tema yang sudah dicetak dalam buku bantuan diri yaitu mengenai masalah mental dan pilihan hidup. Meyer (Bergsma, 2007) mengemukakan bahwa banyak sekali buku bantuan diri yang tersedia di toko buku. Tema umum yang biasanya ada pada buku bantuan diri adalah pengembangan pribadi, hubungan personal, *coping* atau mengatasi stress dan identitas.

Menurut Anderson, et al., (2005) menyatakan bahwa buku bantuan diri harus bertujuan untuk dapat membimbing serta mendorong individu untuk melakukan suatu perubahan, dan individu dapat meningkatkan manajemen diri. Sehingga pada buku bantuan diri, tidak hanya sekedar memberikan informasi saja. Fokus masalah yang dibahas dalam buku bantuan diri dapat menargetkan beberapa gangguan tertentu, misalnya rasa panik yang berlebihan, depresi, dan lain-lain. Menurut Ryan (Bergsma, 2007) menyatakan bahwa dalam buku bantuan diri menekankan cara tertentu dalam hidup yang dibangun di atas ide-ide dari responden, yang berusaha untuk bahagia dan mengenai psikologi humanistik.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa buku bantuan diri adalah buku yang dapat digunakan untuk memberikan informasi dan membimbing individu dalam menghadapi masalah yang dapat mendorong individu untuk melakukan perubahan dan meningkatkan manajemen diri.

b. Ketentuan Penulisan Buku Bantuan Diri

Menurut Bergsma (2007) penulisan buku bantuan diri memiliki beberapa ketentuan yang terbagi menjadi 10 chapter yaitu :

1) *Chapter 1-2* (20% dari buku)

Di bagian pertama ini, diperkenalkan kepada pembaca mengenai isu yang akan dibahas sehingga apabila pembaca tidak memiliki masalah yang diangkat, pembaca tidak perlu untuk membelinya. Jadi, arahkan pembaca kepada isu yang akan diangkat, definisikan isu tersebut, penyebab masalah tersebut muncul, mengapa masalah tersebut ada, alasan mengapa solusi-solusi yang sudah ada tidak efektif, dan jelaskan kepada pembaca apa yang akan mereka dapat apabila membeli buku. Posisi penulis menunjukkan bahwa penulis sangat peduli kepada pembaca tanpa tahu siapa dan dimana pembaca berada. Penulis harus mampu merangkai

kalimat agar pembaca merasa bahwa penulis tidak ingin mengetahui siapa pembaca, namun peduli dengan pembaca terkait permasalahannya. Sehingga pada chapter 1-2, sangat penting untuk mengenalkan isu yang akan dibahas serta menjelaskan pada pembaca hal-hal yang akan mereka peroleh ketika pembaca memutuskan untuk membeli buku tersebut.

2) *Chapter 3* (10% dari buku)

Bagian ini adalah bagian untuk memberitahu informasi kepada pembaca bahwa buku yang ditulis memiliki solusi dari permasalahan mereka (isu yang diangkat). Menjelaskan tentang premis atau landasan teorinya, kegunaan buku tersebut bagi orang-orang, alasan dari solusi yang diberikan dapat bekerja atau membantu mengatasi masalah, kemudian menunjukkan beberapa contoh yang memiliki manfaat serta pengalaman penulis dalam mengimplementasikannya.

3) *Chapter 4-8* (40% dari buku)

Bagian ini adalah bagian inti dari buku yang membahas mengenai konsep, ide, dan tindakan yang dapat membentuk langkah pembaca untuk digunakan dalam hidupnya (perubahan yang akan dilakukan). Hal ini mungkin termasuk

memahami akar masalah, menemukan sosok yang tepat untuk dijadikan pembelajaran, mendapatkan perspektif yang tepat, menetapkan tujuan yang tepat, kemudian mengambil langkah-langkah spesifik agar sukses. Bagian ini juga berbicara tentang akuntabilitas dan tindak lanjut. Pada

yang terjadi pembaca membangun kepercayaan, hal itu akan berdampak pada penulis merasa bersemangat untuk berbagi gagasan bahwa pembaca bisa berubah dan penulis memiliki solusi, hingga mereka ingin segera membaca bagian ini untuk mencari tahu “bagaimana” atau solusi dalam membantu mengatasi permasalahan yang dialami oleh pembaca.

4) *Chapter 9* (10% dari buku)

Pada bagian ini penulis didorong untuk menulis hal apa yang akan dilakukan apabila penulis mengalami kendala. Seperti yang kita ketahui bahwa di dunia ini tidak ada yang sempurna, sehingga perlu bagi penulis menampilkan kepada pembaca jenis masalah yang harus diatasi dan bagaimana cara penulis kembali ke jalur setelah mengalami kemunduran. Sehingga mereka melihat bahwa jika penulis

dapat melakukannya, maka mereka pun bisa, dan mereka yakin mampu membuat perubahan nyata.

5) *Chapter* 10 (Akhir 10% dari buku)

Bagian terakhir ini adalah kesempatan penulis untuk menunjukkan kepada pembaca mengapa pembaca harus segera menerapkan ide dan manfaat yang akan diterima. Bagian ini juga dapat menunjukkan mengapa penulis merupakan orang yang layak dimintai bantuan apabila mereka membutuhkan tindakan lebih lanjut. Penulis bisa meninggalkan kesan positif kepada pembaca dengan mendorong dan membangkitkan semangat pembaca.

Berdasarkan penjabaran di atas, diketahui bahwa dalam menulis buku bantuan diri terdapat beberapa ketentuan yang terbagi menjadi 10 *chapter*. Masing-masing *chapter* memiliki fokus yang menjadi bahasan. Pada *chapter* 1-2 membahas mengenai isu yang akan dibahas, definisi dari isu yang dibahas, penyebab dari munculnya masalah tersebut, sebab dari munculnya masalah serta hal-hal yang akan pembaca peroleh apabila membeli buku tersebut. Selanjutnya pada *chapter* 3 merupakan bagian yang memberikan informasi kepada pembaca bahwa buku tersebut memiliki solusi atas permasalahan yang mereka miliki, landasan teori dari isu

yang dibahas, manfaat bagi para pembaca, serta contoh-contoh dari penerapan isu yang dibahas dan pengalaman penulis dalam mengimplementasikannya. Kemudian pada *chapter* 4-8 merupakan bagian inti yang membahas mengenai konsep, ide dan tindakan yang dapat dijadikan langkah bagi pembaca dalam mengubah hidupnya. Terakhir, pada *chapter* 10 yaitu penulis menunjukkan pada pembaca alasan pembaca harus segera menerapkan ide dan manfaat yang akan diterima dari buku tersebut.

c. Manfaat Buku Bantuan Diri

Starker (Bergsma, 2007) menyatakan terdapat empat faktor pragmatis yang menjelaskan keberhasilan buku membantu diri sendiri :

- 1) (*Cost*) biaya buku bantuan diri lebih rendah dibandingkan jika individu harus berkonsultasi dan bertemu dengan terapis. Berdasarkan penjelasan tersebut, seseorang yang sedang membutuhkan bantuan terkait permasalahan yang sedang dialaminya, dapat mengeluarkan biaya yang lebih rendah bila menggunakan buku bantuan diri sebagai media dalam membantu dirinya sendiri. Hal ini tentu akan berbeda

apabila seseorang berkonsultasi dengan terapis, biaya yang dibutuhkan pun akan jauh lebih tinggi.

- 2) (*Accessibility*) aksesibilitas buku yang mudah tersedia sehingga dapat dibaca dimanapun dan kapanpun. Buku bantuan diri memberikan kemudahan bagi pembacanya, karena dapat dibaca tanpa terbatas oleh tempat dan waktu.
- 3) (*Privacy*) buku bantuan diri menawarkan solusi serta kerahasiaan dari permasalahan yang dialami individu. Sehingga individu dapat mengatasi masalahnya tanpa harus diketahui oleh orang lain, dan tanpa harus bertemu dengan terapis.
- 4) (*Excitement*) buku bantuan diri di toko buku, cukup sering menjadi penjualan dan pembelian terbaik. Hal ini dikarenakan, membaca buku seperti ini dapat memberikan kesempatan bagi pembacanya untuk turut merasakan berada dalam bagian buku tersebut.

d. Tema Buku Bantuan Diri

Bergsma (2007) membagi tema buku bantuan diri menjadi empat tema yaitu :

- 1) Pengembangan

Kategori pertama dalam buku bantuan diri adalah “pengembangan diri sendiri”. Hal ini membahas diantaranya mengenai memperbaiki diri sendiri, fokus lain yang termasuk dalam kategori ini yaitu mengenai efisiensi diri, manajemen diri, seni hidup dan cara dalam mencapai tujuan. Buku bantuan diri dengan tema untuk perasaan dan hidup lebih baik, merupakan kategori terbanyak yang ditemui.

2) Hubungan

Kategori kedua adalah “hubungan pribadi”. Kategori ini berfokus pada hubungan intim dan memiliki tumpang tindih dengan kategori komunikasi. Perbedaannya terletak pada kategori hubungan lebih berorientasi pada tujuan (mencapai suatu hubungan yang memuaskan). Sementara kategori komunikasi, berfokus pada upaya untuk memahami dan bertukar kemampuan komunikasi.

3) Mengatasi

Kategori yang ketiga berfokus untuk menyediakan cara-cara bagi individu supaya merasa lebih rileks, khususnya berkaitan dengan dunia pekerjaan.

4) Kepribadian

Kategori terakhir yang penting adalah “siapakah saya?”. Mengenalinya serta memahami diri sendiri dapat dijadikan langkah pertama dalam membuat pilihan yang tepat dalam hidup, dan untuk memperbaiki diri. Bagian ini memiliki tumpang tindih yang besar dengan pengembangan diri. Perbedaannya adalah pada kategori “siapakah saya?” lebih berorientasi pada memberikan pengetahuan atau informasi, sedangkan pada kategori perkembangan diri lebih praktis.

Berdasarkan penjelasan di atas menyatakan bahwa terdapat beberapa tema dalam buku bantuan diri. Tema pertama yaitu “pengembangan” mengenai memperbaiki diri, kemudian tema kedua yaitu “hubungan” mengenai menjalin suatu hubungan yang intim. Kemudian tema ketiga yaitu “mengatasi” mengenai solusi untuk merasa rileks dan tidak merasa stress, khususnya dalam dunia pekerjaan. Terakhir,

Pada pengembangan buku bantuan diri untuk pengambilan keputusan karier peserta didik SMA, tema yang akan digunakan yaitu kepribadian, karena berfokus dalam memberikan wawasan.

3. Pengambilan Keputusan Karier

a. Pengertian Karier

Terdapat banyak tokoh yang menjabarkan definisi mengenai karier, diantaranya yaitu menurut Soetjipto dan Raflis (1994) karier adalah bagian dari perjalanan hidup seseorang, bahkan bagi sebagian orang merupakan suatu tujuan hidup. Pendapat lain menurut Homby (Walgito, 2010) menyatakan bahwa karier merupakan pekerjaan, profesi. Seseorang akan bekerja dengan sepenuh hati, apabila yang dikerjakannya tersebut sesuai dengan keadaan dirinya. Seperti sesuai dengan kemampuan serta minat yang dimilikinya.

Gibson (Setiyowati, 2015) merumuskan karier sebagai rangkaian sikap dan perilaku yang berkaitan dengan pengalaman dan aktivitas kerja dalam rentang waktu kehidupan seseorang, serta merupakan rangkaian aktivitas kerja yang terus berkelanjutan. Berdasarkan pengertian karier menurut para ahli, maka dapat disimpulkan bahwa karier adalah rangkaian suatu aktivitas kerja yang menjadi suatu perjalanan hidup serta terjadi karena adanya interaksi dengan organisasi dan lingkungan sosialnya.

b. Pengertian Pengambilan Keputusan Karier

Menurut Parsons (Brown & Associates, 2002) menyatakan bahwa pengambilan keputusan karier merupakan proses berpikir ketika individu mengintegrasikan pengetahuan diri dan pengetahuan mengenai pekerjaan hingga sampai pada suatu pilihan pekerjaan, yang dapat dilihat sebagai baris ketiga dalam penyelidikan pengembangan karier.

Brown (Zamroni, 2016) mendefinisikan pengambilan keputusan karier sebagai sebuah proses yang tidak hanya meliputi pilihan karier tetapi melibatkan proses membuat komitmen untuk melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk melaksanakan pilihan tersebut. Pendapat serupa menurut Tolbert (Manrihu, 1992) menyatakan bahwa pengambilan keputusan karier adalah suatu proses sistematis dimana berbagai data digunakan dan dianalisis atas dasar prosedur-prosedur yang eksplisit, dan hasil-hasilnya dievaluasi sesuai dengan yang diinginkan.

Pendapat lain menurut Krumboltz (Hurlock, 1994) menyatakan bahwa pengambilan keputusan karier merupakan keterampilan yang dipelajari. Pada masa dewasa dini yang menuju ke arah kematangan karier, melibatkan pengetahuan

dan sikap terhadap pekerjaan, perencanaan dan pengambilan keputusan.

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pengambilan keputusan karier tidak selesai hanya pada saat seseorang telah memilih karier yang ia inginkan. Lebih dari itu, proses pengambilan keputusan karier juga meliputi kegiatan seseorang untuk membuat komitmen-komitmen yang harus dipatuhi dan dilaksanakan serta dapat menunjang tujuan dari pilihan karier yang telah ditentukan.

c. Tujuan Pengambilan Keputusan Karier

Gysbers (2006) menyatakan bahwa terdapat beberapa tujuan dari pengambilan keputusan karier, yaitu :

- 1) Peserta didik akan mengembangkan dan memadukan pemahaman tentang hak dan tanggung jawab.
- 2) Peserta didik akan mengembangkan dan memadukan pemahaman tentang bagaimana sikap dan nilai mempengaruhi keputusan dan tindakan.
- 3) Peserta didik akan mengembangkan dan memadukan pemahaman tentang proses pengambilan keputusan dan bagaimana keputusan yang mereka buat dipengaruhi oleh

keputusan sebelumnya, yang dibuat oleh dirinya sendiri dan orang lain.

- 4) Peserta didik akan mengembangkan serta memadukan kemampuan untuk menghasilkan alternatif pengambilan keputusan, mengumpulkan informasi yang diperlukan, dan menilai resiko dan konsekuensi dari alternatif yang dibuat.
- 5) Peserta didik akan mengembangkan dan memadukan keterampilan dalam mengklarifikasi nilai-nilai, memperluas minat dan kemampuan, dan mengevaluasi kemajuan ke arah tujuan.

d. Manfaat Pengambilan Keputusan Karier

Menurut Dillard (1985) menjelaskan manfaat yang diperoleh jika peserta didik mampu melakukan pengambilan keputusan karier yaitu, individu dapat lebih mengenali serta memahami dirinya sendiri. Individu dapat mengetahui berbagai macam informasi mengenai dunia karier, individu juga menjadi terampil dalam membuat keputusan secara efektif. Selain itu, individu menjadi lebih mampu memanfaatkan kesempatan karier yang sesuai dengan kemampuannya.

e. Aspek-Aspek Pengambilan Keputusan Karier

Berdasarkan teori *trait and factor*, terdapat aspek-aspek yang harus terpenuhi dalam membuat suatu pengambilan keputusan karier. Berikut penjelasan Parsons (Sharf, 1992) mengenai tiga aspek dalam pengambilan keputusan karier, yaitu:

1) Memperoleh Pemahaman Diri

Pada tahap ini dideskripsikan lima jenis tes yang dapat digunakan individu untuk dapat lebih memahami dirinya, yaitu bakat (*aptitudes*), prestasi (*achievements*), minat (*interests*), nilai-nilai (*values*), dan kepribadian (*personality*). Berikut penjelasan dari kelima tes tersebut :

a) Bakat (*aptitudes*)

Istilah bakat, kemampuan, dan prestasi seringkali membingungkan. Goldenson (Sharf, 1992) menyatakan bahwa letak perbedaannya yaitu tes prestasi dibuat untuk mengungkap seberapa banyak individu belajar, tes kemampuan dibuat untuk mengukur performa maksimal dan level peran kemampuan seseorang dalam melakukan tugas serta tes bakat mengungkap tingkat kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengerjakan tugas di masa depan. Dengan kata lain, tes ini mengukur

prestasi masa lalu, kemampuan masa sekarang, dan kemampuan masa depan. Tes bakat digunakan untuk memperkirakan level kemungkinan dan kemampuan individu untuk melaksanakan tugas. Bakat individu dapat diketahui dengan tes. Instrumen tes yang sering digunakan untuk pengukuran bakat ini antara lain: *the School and College Ability Tests (SCAT)*, *the College Board Scholastic Aptitude Tests (SAT)*, and *the ACT Assessment Program: Academic Test (ACT)*, *the Differential Aptitude Tests (DAT)*, *General Aptitude Test Battery (GATB)*, dan *the Armed Services Vocational Aptitude Battery (ASVAB)*.

b) Prestasi (*achievements*)

Sharf (1992) mengemukakan bahwa prestasi merujuk pada jarak yang luas selama rentang kehidupan dimana individu berpartisipasi dan berhasil menyelesaikannya. Prestasi dapat dibagi kedalam tiga tipe, yaitu: (1) prestasi akademik, diukur paling sering melalui nilai, terkadang juga melalui penghargaan dan skor tes tertentu. (2) prestasi dalam kerja, seperti menyelesaikan tugas-tugas, penilaian *supervisor*. (3) tes prestasi untuk sertifikasi atau syarat memasuki sebuah

profesi. Prestasi dapat diukur secara kuantitatif melalui tes-tes yang digunakan untuk lisensi, sertifikasi, atau memasuki salah satu bidang atau profesi.

c) Minat (*interests*)

Herr dan Crammer (Sharf, 1992) mengemukakan bahwa minat merupakan *entry point* yang dapat memprediksikan karier individu dibandingkan bakat dengan beberapa kemampuan. Alasannya yaitu dalam memasuki pekerjaan dapat diprediksi lebih baik berdasarkan minat, daripada sikap individu dengan banyak kemampuan, yang bisa memilih dari rangkaian yang luas. Tidak sama dengan tes bakat, tes minat memiliki skala kerja yang khusus. Instrumen yang bisa digunakan untuk mengukur minat individu terhadap karier tertentu, antara lain: (1) *kuder preference Record-Form C (KPRC)* dengan aspek yang diukur antaranya *outdoor, mechanical, computational, scientific, persuasive, artistic, literary, musical, social service, and clerical.*

d) Nilai-nilai (*values*)

Nilai-nilai merupakan sesuatu yang penting tetapi sulit untuk ukuran konsepnya. Dalam konseling karier,

terdapat dua tipe nilai-nilai yang penting untuk dipertimbangkan, yaitu nilai-nilai umum dan nilai-nilai terkait pekerjaan. Adapun maksud dari pengetahuan mengenai nilai-nilai ini adalah agar individu mampu memutuskan arah karier yang jelas. Instrumen inventori nilai-nilai yang biasa digunakan adalah : (1) *Study of Values (SV)* yang mengukur aspek: *theoretical, economic, nesthetic, social, political, and religions*; dan (2) *values Scale (VS)* yang mengukur aspek: *ability utilization, achievement, advmicement, aesthetics, altruism, authority, autonomy, creativity, economic rewards, life style, personal development, physical activity, prestige, risk, social interaction, social relations, working conditions, cultural identity, physical prowess, and economic security* (Sharf, 1992).

e) Kepribadian (*personality*)

Terdapat tiga jenis instrumen yang dapat digunakan untuk mengukur kepribadian individu, yaitu *California Psychological Inventory (CPI)*, *The Sixteen Personaity Factor Questiounaire (16 PF)* dan *the Edwards personal Preference Schedule (EPPS)*. Melalui tes kepribadian, individu dapat mengetahui profil

kepribadian yang sesuai dengan karier yang akan dipilihnya.

2) Memperoleh Pengetahuan tentang Dunia Kerja

Informasi pekerjaan merupakan langkah kedua dari teori *trait and factor*. Ini adalah peran konselor untuk membantu konseli mencari informasi tentang pekerjaan. Untuk melakukan ini, tidak semata-mata tergantung terhadap pengetahuan konselor mengenai karier, tetapi menggunakan banyak sumber untuk menambah pengetahuan ini. Terdapat tiga aspek penting terkait dengan informasi pekerjaan, yaitu: pertama mendeskripsikan pekerjaan, kondisi pekerjaan atau gaji; kedua pengelompokan pekerjaan; ketiga membantu mengetahui karakteristik dan kebutuhan untuk masing-masing pekerjaan.

a) Jenis-jenis Informasi Pekerjaan

Informasi pekerjaan yang tersedia berasal dari berbagai macam sumber yang ada. Ini termasuk buku yang disediakan dari asosiasi perdagangan profesional (*professional trade associations*), brosur-brosur yang siap untuk disebarluaskan khususnya mengenai informasi pekerjaan, dan ensiklopedia. Selanjutnya info tentang

pekerjaan itu tersedia dalam bentuk suara dan video, serta *microfiche* dan sistem informasi berbasis komputer. Pada dasarnya hampir semua informasi pekerjaan meliputi deskripsi pekerjaan, kualifikasi yang dibutuhkan untuk syarat masuk, pendidikan, kondisi pekerjaan, gaji dan prospek kerja. Terdapat begitu banyak informasi pekerjaan, sulit bagi konselor untuk mengingat semua informasi tentang berbagai pekerjaan. Menurut Parhaps (Sharf, 1992) tipe informasi yang paling penting dan perlu konselor ketahui adalah tentang deskripsi dari sebuah pekerjaan.

b) Sistem Klasifikasi

Karena sistem klasifikasi ini dapat membingungkan dari banyaknya informasi yang tersedia bagi konselor dan konseli, sistem klasifikasi ini perlu disusun untuk informasi pekerjaan. Sistem klasifikasi ini telah dikembangkan sesuai dengan kebutuhan. Daftar pekerjaan paling lengkap adalah *Dictionary Of Occupational Titles* (DOT) edisi keempat (1977). Kamus ini mengklasifikasikan sekitar 20.000 pekerjaan yang ada di Amerika Serikat.

c) Persyaratan Karakteristik dan Kebutuhan

Informasi mengenai bakat, minat, nilai, dan kepribadian yang diperlukan terkandung dalam pamflet dan buku pekerjaan. Misalnya, ketika membaca bahwa seorang pengacara harus belajar hukum, harus menulis argumen dan sebagainya, klien dapat menentukan apakah mereka memiliki kemampuan yang diperlukan untuk melanjutkan karier tersebut. Ketika kualifikasi dan persyaratan pendidikan dari suatu pekerjaan dijelaskan dalam sumber pekerjaan, klien dapat menentukan apakah mereka memiliki kemampuan yang diperlukan untuk melanjutkan kariernya. Berkaitan dengan kondisi kerja, apakah klien dapat memutuskan atau tidak ia memiliki kepribadian yang sesuai dan kemampuan yang tepat untuk menemukan kondisi pekerjaan yang memuaskan. Nilai-nilai klien diuji ketika klien harus mempertimbangkan jika gaji yang cukup atau jika prospek kerja terlalu beresiko. Literatur kerja berisi informasi yang memungkinkan klien berkesempatan untuk menilai sesuai dengan bakat, prestasi, minat, nilai-nilai, dan kepribadian dan gambaran pekerjaan.

d) Hal yang Perlu diketahui Konselor

Karena terdapat ribuan pekerjaan yang terbuka untuk klien, maka akan sangat membantu konselor untuk dapat memutuskan apa yang harus dia tahu tentang karier. Dengan memanfaatkan perpustakaan terorganisir, konselor dapat mengarahkan klien untuk mendapatkan informasi pekerjaan.

3) Mengintegrasikan Informasi tentang Diri dan Dunia Kerja

Menurut teori *trait and factor*, langkah ketiga ini, mengintegrasikan informasi tentang diri sendiri dan tentang pekerjaan. Informasi pekerjaan juga terkait dengan materi yang menunjukkan bakat, prestasi, minat, nilai-nilai, dan karakteristik kepribadian yang diperlukan untuk setiap pekerjaan. Dalam arti, pencocokan itu dibangun ke dalam dua tahap pertama dari teori *trait and factor*.

Hal senada juga diungkapkan oleh Winkel dan Hastuti (2004) bahwa *trait and factor* dapat digunakan untuk membantu peserta didik agar dapat memahami bakat, minat dan kemampuannya, sehingga peserta didik dapat memecahkan masalah berkaitan dengan studi lanjut dan pemilihan pekerjaan atau karier di masa yang akan datang.

Williamson (Winkel & Hastuti, 2004) merumuskan pula sejumlah asumsi yang mendasari *trait and factor counseling* dalam suatu karangan yang dimuat dalam *theories of counseling* sebagai berikut :

- a) Setiap individu mempunyai sejumlah kemampuan dan potensi seperti taraf intelegensi umum, bakat khusus, taraf kreativitas, wujud minat serta keterampilan yang bersama-sama membentuk suatu pola yang khas untuk individu itu. Kemampuan dan variasi potensi itu merupakan ciri-ciri kepribadian (*traits*), yang telah agak stabil sesudah lewat masa remaja dan dapat diidentifikasi melalui tes-tes psikologis.
- b) Pola kemampuan dan potensi yang tampak pada seseorang menunjukkan hubungan yang berlainan dengan kemampuan dan keterampilan yang dituntut pada seorang pekerja di berbagai bidang pekerjaan. Juga wujud minat yang dimiliki seseorang menunjukkan hubungan yang berlainan dengan pola minat yang ditemukan pada orang yang berkarier diberbagai bidang pekerjaan. Dengan demikian dibutuhkan informasi pekerjaan (*vocational information*), yang tidak hanya mendeskripsikan tugas-tugas yang dilakukan, tetapi

menggambarkan pula pola kualifikasi dalam kepribadian pekerja, yang harus dipenuhi supaya mencapai sukses dalam suatu bidang pekerjaan.

- c) Sesuai dengan pola berfikir pada butir (b), kurikulum suatu program studi menuntut sejumlah kualifikasi tertentu. Calon peserta didik akan belajar lebih mudah dan dengan hasil yang lebih memuaskan, jika pola kemampuan dan minatnya sesuai dengan pola kualifikasi tertentu yang dituntut dari program studi tertentu. Dengan demikian informasi pendidikan (*educational information*) yang dibutuhkan bukan hanya mendeskripsikan isi dari suatu program studi, tetapi juga menggambarkan pola kualifikasi (*human capacities*) yang dituntut.
- d) Setiap individu mampu, berkeinginan dan berkecenderungan untuk mengenal diri sendiri serta memanfaatkan pemahaman diri itu dengan berpikir baik-baik, sehingga dia akan menggunakan keseluruhan kemampuannya semaksimal mungkin dan dengan demikian mengatur kehidupannya sendiri secara memuaskan.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa aspek pengambilan keputusan karier terdiri dari pemahaman diri, sikap, kemampuan, minat, ambisi, keterbatasan sumber daya, dan penyebabnya. Lalu pengetahuan dan pemahaman dunia kerja, yaitu pengetahuan akan syarat-syarat dan kondisi-kondisi yang dibutuhkan untuk sukses dalam suatu pekerjaan, keuntungan dan kerugian, kompensasi, kesempatan, dan prospek kerja di berbagai bidang dalam dunia kerja. Serta adanya mengintegrasikan informasi tentang diri dan dunia kerja. Informasi pekerjaan diindikasikan dengan materi yang menunjukkan bakat, prestasi, minat, nilai-nilai, dan karakteristik kepribadian yang diperlukan untuk setiap pekerjaan.

f. Faktor-faktor Pengambilan Keputusan Karier

Menurut Munandir (1996) terdapat empat faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan karier, yaitu sebagai berikut :

- 1) Faktor genetik, faktor ini merupakan faktor yang dibawa individu semenjak lahir. Faktor ini berupa wujud dan keadaan fisik.

- 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 kecil. Pengalaman belajar dapat mempengaruhi tingkah laku dan keputusan individu, 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.

Pendapat serupa juga diungkapkan oleh Winkel & Hastuti (2004) bahwa faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan karier tersebut meliputi :

- 1) Nilai-nilai kehidupan, yaitu nilai ideal yang menjadi panduan bagi seseorang. Nilai menjadi pedoman hidup individu, khususnya dalam berperilaku. Refleksi diri terhadap nilai kehidupan akan memperdalam pengetahuan dan pemahaman diri sendiri yang berpengaruh terhadap gaya hidup termasuk didalamnya mengenai karier yang direncanakan untuk diraih.
- 2) Keadaan jasmani, merupakan ciri-ciri fisik yang dimiliki oleh seseorang. Pada pekerjaan tertentu, terdapat persyaratan yang menyangkut ciri-ciri fisik.

- 3) Masyarakat, yaitu lingkungan sosial budaya sebagai tempat seseorang dibesarkan. Lingkungan sangat luas dan berpengaruh besar terhadap pandangan dalam banyak hal yang dipegang teguh oleh setiap keluarga. Pandangan ini mencakup gambaran tentang aneka jenis pekerjaan, peranan pria dan wanita dalam kehidupan masyarakat, dan cocok atau tidaknya suatu pekerjaan untuk pria dan wanita.
- 4) Keadaan sosial ekonomi negara atau daerah, yaitu laju pertumbuhan ekonomi yang lambat atau cepat, stratifikasi masyarakat dalam golongan sosial ekonomi, hal-hal ini dapat memberikan pengaruh bagi individu dalam melakukan pengambilan keputusan karier.
- 5) Posisi anak dalam keluarga. Anak yang memiliki saudara kandung yang lebih tua, memiliki kecenderungan untuk dapat meminta pendapat serta pandangan yang lebih luas mengenai pengambilan keputusan karier.
- 6) Pandangan keluarga tentang peranan dan kewajiban anak laki-laki dan perempuan. Pada masyarakat masih adanya pandangan dan gambaran tertentu mengenai peranan pria dan wanita dalam kehidupan masyarakat.
- 7) Orang-orang lain yang tinggal serumah selain orangtua dan kakak-adik sekandung, dan harapan keluarga mengenai masa

depan, akan memberi pengaruh besar bagi individu dalam menentukan keputusan kariernya. Orangtua, keluarga seringkali menyatakan segala harapan mereka, serta mengkomunikasikan pandangan dan sikap tertentu terhadap perencanaan pendidikan dan pekerjaan. Namun, individu harus dapat menentukan sendiri sikapnya terhadap harapan dan pandangan tersebut, hal ini nantinya akan berpengaruh pada keputusan karier yang dilakukan.

- 8) Gaya hidup dan suasana keluarga, serta status perkawinan orangtua, yaitu dalam latar belakang kondisi keluarga yang seperti apa seseorang tumbuh dibesarkan. Apakah mendukung atau tidak mendukung, semua itu akan mempengaruhi individu dalam membuat keputusan mengenai masa depannya.
- 9) Taraf sosial ekonomi kehidupan keluarga, yaitu tingkat pendidikan orangtua, tinggi rendahnya pendapatan orangtua, jabatan ayah atau ibu, daerah tempat tinggal. Anak-anak berpartisipasi dalam status sosial ekonomi keluarganya. Status ini akan ikut menentukan tingkat pendidikan sekolah yang dimungkinkan serta hal-hal dalam memutuskan karier ke depannya.

- 10) Pergaulan dengan teman-teman sebaya, yaitu beraneka pandangan dan harapan tentang masa depan yang terdapat dalam pergaulan sehari-hari.
- 11) Pendidikan sekolah, yaitu pandangan dan sikap yang dikomunikasikan kepada peserta didik oleh guru-guru di sekolah khususnya oleh guru BK. Hal ini mengenai nilai-nilai yang terkandung dalam suatu pekerjaan, tinggi rendahnya status sosial jabatan-jabatan, dan kecocokan jabatan tertentu untuk anak laki-laki dan perempuan.

4. Layanan Perencanaan Individual

Menurut Nurihsan (2012) layanan perencanaan individual adalah layanan bimbingan yang bertujuan untuk membantu peserta didik dalam membuat dan mengimplementasikan rencana-rencana yang berkaitan dengan pendidikan, karier, dan sosial serta pribadinya. Tujuan utama dari layanan ini adalah membantu peserta didik memantau dan memahami pertumbuhan serta perkembangan dirinya sendiri. Kemudian merencanakan dan mengimplementasikan rencana-rencana itu atas dasar hasil pemantauan dan pemahaman yang diperolehnya.

Pendapat serupa juga dipaparkan oleh Hartono (2011) bahwa perencanaan individual merupakan layanan bimbingan dan

konseling dalam memberikan fasilitas bagi peserta didik, supaya mampu menyusun rencana yang berkaitan dengan masa depannya. Layanan perencanaan individual adalah proses bantuan yang diberikan guru BK kepada peserta didik supaya mampu menyusun dan melakukan aktivitas, yang dapat mendukung pencapaian pada masa depan. Hal ini berdasarkan pemahaman individu atas kelebihan dan kekurangan dirinya, serta pemahaman atas kesempatan yang tersedia di lingkungannya. Pemahaman peserta didik secara mendalam mencakup bakat, minat, prestasi, nilai dan kepribadian. Serta berbagai peluang yang tersedia di lingkungannya (ragam pendidikan di SMA, perguruan tinggi, dan berbagai pendidikan dan pelatihan) yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Hal ini sangat diperlukan dalam memberikan layanan perencanaan individual.

Kemudian menurut Yusuf dan Juntika (2005) layanan perencanaan individual dapat diartikan sebagai kegiatan bantuan kepada peserta didik dalam rangka merancang, merencanakan dan mengelola segala bentuk aktivitas yang berkaitan dengan

layanan ini peserta didik diajak untuk mengeksplorasi kelebihan dan kekurangan dalam dirinya dan berbagai potensi lain yang memiliki kemungkinan untuk dikembangkan dan bermanfaat di masa depan. Sehingga dalam

melaksanakan dan mencapai tujuan yang diharapkan pada layanan perencanaan individual, guru BK dituntut untuk memiliki kreativitas dalam memberikan layanan tersebut secara optimal.

5. Karakteristik Peserta didik SMA

Peserta didik Sekolah Menengah Atas (SMA) umumnya berada pada usia 15-18 tahun. Menurut Ginzberg (Munandir, 1996) tahap perkembangan karier mencakup tiga tahap yang utama, yaitu fantasi, tentatif, dan realistik. Dua tahap yaitu tentatif dan realistik, masing-masing dibagi atas beberapa sub tahap. Masa remaja khususnya peserta didik SMA sedang berada di tahap tentatif (12-18 tahun) pada sub tahap nilai (15-16 tahun) dan sub tahap transisi (17-18 tahun).

Pada tahap tentatif, pilihan karier individu mulai mengalami perkembangan. Mula-mula pertimbangan karier hanya berdasarkan minat atau ketertarikan, sedangkan faktor-faktor lain tidak dipertimbangkan. Menyadari bahwa minatnya berubah-ubah, maka individu mulai menanyakan kepada diri sendiri apakah dirinya memiliki kemampuan dalam melakukan suatu pekerjaan, dan apakah kapasitas itu sesuai dengan minatnya. Tahap berikutnya, ketika individu semakin menuju ke arah dewasa, individu menyadari bahwa di dalam pekerjaan yang dilakukan orang lain

terdapat kandungan nilai, yaitu nilai pribadi dan atau nilai kemasyarakatan. Sehingga kegiatan yang dilakukan mempunyai nilai daripada lainnya.

Pada tahap ini juga merupakan masa transisi sebagai masa peralihan sebelum individu memasuki masa realistik. Pada masa ini individu akan memadukan orientasi-orientasi pilihan yang dimiliki sebelumnya, yaitu orientasi minat, orientasi kapasitas dan orientasi nilai. Secara garis besar, karakteristik individu pada tahap tentatif yaitu merupakan proses transisi yang ditandai oleh pengenalan secara berangsur-angsur mengenai persyaratan kerja. Pengenalan terhadap perspektif bakat, minat, kemampuan, kecakapan dan nilai.

Peserta didik SMA secara spesifik sedang berada pada sub tahap nilai dan sub tahap transisi. Pada sub tahap nilai, individu mulai menyadari bahwa terdapat suatu kandungan nilai-nilai dari suatu jenis pekerjaan, baik kandungan nilai yang bersifat pribadi maupun nilai yang bersifat kemasyarakatan. Kesadaran akan kandungan nilai ini pula yang membuat individu dapat mendiferensiasikan nilai dalam suatu pekerjaan. Kemudian pada sub tahap transisi, individu memadukan orientasi pilihan yang dimiliki sebelumnya yaitu orientasi minat, orientasi kapasitas dan orientasi nilai. Pada tahap ini disebut juga sudah mulai pada pilihan

yang realistis. Pada usia ini individu menyadari keputusannya mengenai kariernya serta konsekuensi yang akan terjadi.

Sehingga berdasarkan teori perkembangan karier menurut Ginzberg, dapat disimpulkan bahwa peserta didik SMA sedang berada di tahap tentatif pada sub tahap nilai dan sub tahap transisi. Peserta didik SMA mulai menyadari bahwa terdapat nilai-nilai dalam suatu jenis pekerjaan, sehingga mereka mampu membedakan nilai-nilai dari setiap pekerjaan. Peserta didik juga sudah menyadari pilihan karier beserta tanggung jawab apabila memilih karier tersebut. Selain itu, mereka juga mulai memadukan orientasi-orientasi pilihan yang dimiliki sebelumnya (minat, kapasitas, nilai) untuk dapat direalisasikan dalam pilihan kariernya.

Sedangkan berdasarkan teori perkembangan karier menurut Super (1994) perkembangan karier peserta didik SMA berada di tahap eksplorasi (15-24 tahun) pada sub tahap tentatif (15-17 tahun). Pada tahap eksplorasi ditandai oleh suatu fase tentatif, individu mulai mempersempit pilihan kariernya tetapi belum mengambil keputusan yang mengikat. Individu mulai menilai diri sendiri melalui minat, kemampuan dan nilai. Individu mulai mencoba peran dan mengeksplorasi pekerjaan yang mungkin ditekuni nantinya, mengembangkan pemahaman diri,

mengidentifikasi pilihan pekerjaan yang sesuai, dan menentukan tujuan masa depan yang sementara tetapi dapat diandalkan.

Secara spesifik, peserta didik SMA berada pada sub tahap tentatif, pada tahap ini, kebutuhan, minat kapasitas, nilai dan kesempatan mulai dipertimbangkan. Menurut Super (Sukardi, 1994) pada sub tahap tentatif terdapat tugas perkembangan karier yaitu mengkristalisasikan preferensi karier. Kristalisasi preferensi karier merupakan proses memperoleh informasi yang lengkap dan akurat, penetapan perencanaan dan pertimbangan individu untuk menentukan pilihan pendidikan lanjutan yang relevan dengan kemampuan diri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta didik SMA sudah mulai mempertimbangkan kesempatan, aspek-aspek kebutuhan, minat, kapasitas dan nilai-nilai secara menyeluruh.

Setiap remaja memiliki karakteristik masing-masing yang dapat mempengaruhi diri dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya, salah satunya yaitu tugas perkembangan karier. Hurlock (1980) menyatakan bahwa peserta didik yang berada pada jenjang SMA mulai berpikir mengenai masa depan mereka secara sungguh-sungguh.

B. Model ADDIE

Branch (2009) menyatakan bahwa model ADDIE adalah model dengan konsep pengembangan produk. Model ADDIE diterapkan untuk mengembangkan sebuah produk pembelajaran. Branch (2009) menyatakan bahwa model ADDIE ini terdiri dari lima tahap, yaitu: analisis, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Adapun penjabaran model ADDIE adalah sebagai berikut :

1. Analisis

Menurut Branch (2009) tujuan dari tahap analisis yaitu untuk mengidentifikasi kemungkinan penyebab kesenjangan kinerja. Pada tahap analisis, prosedur yang harus dilakukan yaitu (a) validasi kesenjangan kinerja, (b) merumuskan tujuan instruksional, (c) mengidentifikasi karakteristik peserta didik, (d) mengidentifikasi sumber-sumber daya yang dibutuhkan, (e) menentukan strategi pembelajaran yang tepat dan (f) menyusun rencana pengelolaan program. Menurut Aldoobie (2015) tahap analisis adalah fase yang paling penting dalam proses ini. Dalam rangka melaksanakan tahap analisis diperlukan analisis, seperti menganalisis peserta didik (di mana mereka berada, keterampilan dan kebutuhan mereka, dan lain-lain), mengembangkan analisis instruksional (untuk memberikan langkah-langkah yang diperlukan), membuat tujuan instruksional (ditujukan untuk menentukan hasil akhir yang

diinginkan), dan tujuan pembelajaran (bagaimana mengukur pencapaian tujuan).

Hal serupa juga dijelaskan oleh Peterson (2003) bahwa pada tahap analisis, pertimbangan utama para perancang adalah target peserta didik. Pertama, analisis kebutuhan dilakukan untuk menentukan kebutuhan peserta didik dengan membedakan antara apa peserta didik sudah tahu dan apa yang mereka perlu tahu pada akhir pembelajaran. Tidak jauh berbeda dengan penjabaran sebelumnya, menurut Pribadi (2009) pada tahap analisis yaitu dilakukan analisis kebutuhan untuk mengetahui masalah yang muncul dan solusi yang tepat untuk menanganinya.

2. Desain

Menurut Branch (2009) tujuan dari tahap desain adalah untuk memverifikasi kinerja yang diinginkan dan metode pengujian yang sesuai. Prosedur umum yang terkait dengan fase desain adalah sebagai berikut (a) melakukan inventarisasi tugas, (b) membuat tujuan kinerja, (c) menghasilkan strategi pengujian, (d) menghitung investasi atau biaya yang dikeluarkan.

Menurut Aldoobie (2015) fase ini benar-benar tentang menerapkan instruksi. Bahkan, perancang instruksional dalam langkah ini berpikir tentang bagaimana instruksi desain benar-

benar dapat efektif dalam cara-cara yang memfasilitasi pembelajaran. Selanjutnya, dalam tahap desain perancang instruksional berkembang dan berfokus pada merancang penilaian untuk topik, memilih bentuk kursus, dan menciptakan strategi pembelajaran mereka sendiri. Menurut Peterson (2003) proses desain terdiri dari beberapa aspek kunci, yaitu perencanaan petunjuk identifikasi tujuan, menentukan bagaimana tujuan akan terpenuhi, strategi pembelajaran yang akan digunakan untuk mencapai tujuan, dan media dan metode yang paling efektif dalam mencapai tujuan. Selama tahap desain, perancang atau instruktur harus mempertimbangkan informasi atau data dari fase Analisis. Menurut Pribadi (2009) pada tahap desain yaitu untuk menentukan kompetensi khusus, bahan ajar, metode dan strategi pembelajaran.

3. Pengembangan

Menurut Branch (2009) tujuan dari tahap pengembangan yaitu untuk menghasilkan dan memvalidasi sumber belajar. Adapun prosedur umum yang terkait dengan fase pengembangan adalah sebagai berikut (a) menghasilkan konten, (b) memilih atau mengembangkan media pendukung, (c) mengembangkan panduan bagi peserta didik, (d) mengembangkan panduan bagi guru, (e) melakukan revisi formatif, (f) melakukan uji coba.

Menurut Aldoobie (2015) fase ini tergantung pada dua tahap pertama, yang merupakan analisis dan tahap desain. Itu berarti, jika kita melakukan tahapan ini dengan benar maka pengembangan akan lebih mudah. Menurut Peterson (2003) perancang sekarang harus mengacu pada hasil dari dua tahap sebelumnya dan membangun produk untuk penyampaian informasi selama fase pengembangan. Tahap transisi ini mengubah peran perancang dari pencarian dan perencanaan ke mode produksi. Menurut Pribadi (2009) pada tahap pengembangan yaitu memproduksi produk dan bahan ajar yang akan digunakan dalam proses pembelajaran.

4. Implementasi

Menurut Branch (2009) tujuan dari tahap implementasi yaitu untuk mempersiapkan lingkungan belajar dan melibatkan peserta didik. Adapun prosedur umum yang terkait dengan fase implementasi adalah sebagai berikut (a) mempersiapkan guru dan (b) mempersiapkan peserta didik. Menurut Aldoobie (2015) fase ini adalah tentang mengubah rencana ke dalam tindakan. Dalam fase ini, terdapat tiga hal yang harus dipertimbangkan, yaitu melatih instruktur, mempersiapkan peserta didik, dan mengatur lingkungan belajar.

Menurut Peterson (2003) pada tahap implementasi, perancang harus mengambil peran aktif daripada peran pasif. Hal ini agar produk yang akan disampaikan secara efektif, harus terus menganalisis, mendesain ulang, dan meningkatkan produk. Menurut Pribadi (2009) pada tahap implementasi merupakan pelaksanaan program pembelajaran dengan menerapkan desain pembelajaran.

5. Evaluasi

Menurut Branch (2009) tujuan dari tahap evaluasi yaitu untuk menilai kualitas produk dan proses instruksional, baik sebelum dan sesudah implementasi. Adapun prosedur umum yang terkait dengan fase evaluasi adalah sebagai berikut (a) menentukan kriteria evaluasi, (b) memilih alat evaluasi, (c) melakukan evaluasi.

Menurut Aldoobie (2015) proses akhir dalam model ADDIE adalah fase evaluasi. Hal ini sangat penting untuk mengevaluasi setiap langkah untuk memastikan bahwa kita mencapai tujuan kita menggunakan desain instruksional dan bahan untuk memenuhi kebutuhan peserta didik. Selain itu, adanya evaluasi formatif dan evaluasi sumatif.

Menurut Peterson (2003) tahap evaluasi merupakan komponen penting dari proses ADDIE. Tahap evaluasi dapat terjadi selama

tahap pengembangan dalam bentuk evaluasi formatif, seluruh tahap pelaksanaan dengan bantuan peserta didik dan instruktur, dan pada akhir pelaksanaan yaitu dalam bentuk evaluasi sumatif untuk perbaikan instruksional. Sepanjang tahap evaluasi, perancang harus menentukan apakah masalah telah diselesaikan. Tahap evaluasi sering diabaikan karena faktor waktu dan ekonomi, namun secara pelaksanaan tahap ini sebenarnya tetap diperlukan. Sedangkan secara singkat, menurut Pribadi (2009) pada tahap akhir atau evaluasi yaitu melakukan evaluasi dari program pembelajaran yang telah dilakukan, dan evaluasi hasil belajar.

C. Hasil Penelitian yang Relevan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Liza dan Rusandi (2016), diperoleh data di sekolah bahwa masih banyak peserta didik yang kebingungan dalam menentukan pilihan studi lanjutan setelah lulus dari sekolah. Selain itu peserta didik masih minim dalam mendapatkan informasi mengenai studi lanjutan. Adapun setelah diberikannya layanan informasi karier tentang studi lanjutan ternyata dapat memberikan kontribusi terhadap perencanaan karier peserta didik.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Ummah (2012), diperoleh hasil bahwa terdapat 50% dari peserta didik kelas XII SMAN 1

Krembung Sidoarjo mengalami permasalahan dalam karier mereka. Peserta didik memang sering berkunjung ke ruang BK untuk berkonsultasi mengenai cara memilih dan memutuskan karier yang tepat untuk mereka. Namun, peserta didik juga masih merasa kebingungan mengenai hal yang harus mereka lakukan setelah lulus SMA. Namun setelah diberikannya layanan informasi karier, terdapat perubahan yang signifikan bagi peserta didik karena adanya peningkatan kemampuan perencanaan karier peserta didik.

Penelitian yang dilakukan oleh Muslihatul dan Nursalim (Fasha, Siring, & Aryani, 2015) pada peserta didik SMA di Surabaya, ditemukan bahwa sekitar 45% peserta didik mengalami masalah dalam bidang karier dan pekerjaan. Kemudian permasalahan ini ditindaklanjuti dengan memberikan tindakan berupa layanan informasi karier. Selanjutnya didapatkan hasil yakni sekitar 80,15% peserta didik menyatakan bahwa mereka semakin mengetahui dan memahami tentang arah pilihan kariernya, setelah diberikan layanan informasi karier.

Berdasarkan penelitian tersebut diperoleh fakta bahwa di sekolah-sekolah masih terbatasnya layanan informasi karier yang diberikan oleh guru BK kepada peserta didik. Sehingga tidak dipungkiri bahwa hal ini berdampak pada keterbatasan peserta didik dalam melakukan pengambilan keputusan karier. Namun berdasarkan

pemaparan penelitian-penelitian di atas, dapat disimpulkan setelah diberikannya layanan informasi karier memberikan perubahan kepada peserta didik yaitu adanya pengaruh yang positif dan signifikan dalam peningkatan pemahaman peserta didik dalam bidang karier.

Namun tidak dipungkiri bahwa masih banyak permasalahan yang berkaitan dengan karier peserta didik SMA, seperti penelitian yang dilakukan oleh Zen (2012) diperoleh data yaitu masih banyak peserta didik SMA di Padang yang mengalami masalah sebagai berikut : (1) peserta didik kebingungan dalam menentukan jenis pendidikan lanjutan yang akan ditempuh (40%), (2) tidak mengetahui prospek pekerjaan atau jabatan jika menyelesaikan studi (50%), (3) informasi karier yang belum memadai (50%), (4) belum mengetahui potensi diri (40%). Kemudian pada penelitian yang dilakukan oleh Jenab (2013) diperoleh hasil bahwa sebagian besar peserta didik kelas XII SMA Negeri 1 Palimanan masih belum mengetahui atau kebingungan dalam menentukan studi lanjutan setelah tamat sekolah nanti. Bahkan peserta didik masih belum mengetahui karier di masa depan yang sesuai dengan diri mereka.

Serupa dengan penelitian-penelitian sebelumnya, Amin (2002) melaporkan bahwa; 90% peserta didik SMA di Kabupaten Bandung menyatakan bingung dalam memilih karier untuk masa depan. Pada kenyataannya, peserta didik SMA juga belum bisa mencapai tugas

perkembangan karier. Peserta didik SMA masih ragu dan tidak memiliki kesiapan membuat keputusan karier yang tepat bagi masa depan. Fakta ini menyatakan bahwa banyak remaja kurang peduli terhadap karier, serta pilihan atas dasar mengikuti teman jika terus dibiarkan akan mengakibatkan dampak negatif. Akibat dampak negatif tersebut adalah, pemilihan studi lanjut secara asal, dan pemilihan kerja tidak sesuai bakat, serta tanpa melihat kemampuan dalam diri individu akan menjerumuskan pada kegagalan karier. Dari hasil penelitian tersebut, diketahui bahwa ternyata masih banyaknya peserta didik SMA mengalami kendala yang berkaitan dengan karier setelah lulus dari Sekolah.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Ardiyanti (2004) pada lembaga tim konselor "*detection*" September hingga Oktober 2013, sebanyak 164 orang siswa kelas XII dari beberapa SMA di Yogyakarta, mengalami masalah dalam memilih program studi di perguruan tinggi. Mereka mengalami kebimbangan dan kesulitan dalam menetapkan pilihan program studi yang akan diambilnya di perguruan tinggi. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebanyak 10 dari 15 orang siswa, mengalami keraguan dalam memilih program studi yang akan diambil di perguruan tinggi.

Penelitian mengenai buku bantuan diri dilakukan oleh Bergsma (2007) dan diperoleh hasil analisis dari 57 buku psikologi yang memiliki

penjualan terbaik di Belanda yang memaparkan bahwa tujuan utama buku bantuan diri dapat untuk meningkatkan kekuatan dan fungsi pribadi. Tema yang umum biasanya ada pada buku bantuan diri adalah pengembangan pribadi, hubungan personal, mengatasi stress dan identitas.

Penelitian lain mengenai buku bantuan diri juga dilakukan oleh Wilson dan Cash (2007) yang diterbitkan dalam majalah dengan judul *Psychology Magazine* yang melakukan survei terhadap 264 mahasiswa. Diperoleh hasil bahwa terdapat sikap positif setelah membaca buku bantuan diri, seperti adanya kenikmatan dalam membaca, orientasi kontrol diri yang kuat dan kepuasan dalam hidup. Kemudian pembaca cenderung memiliki kemampuan untuk mengenali hubungan antara pikiran, perasaan dan tindakan. Serta pembaca ingin menggunakan buku bantuan diri untuk memperbaiki diri. Selain itu membaca buku bantuan diri tampaknya menjadi bagian dari gaya menangani suatu masalah yang cocok dengan budaya individualistik, hal ini karena individu memiliki kebebasan untuk mendapatkan kebahagiaan dengan caranya sendiri.

Berdasarkan penelitian mengenai buku bantuan diri, diperoleh kesimpulan bahwa buku bantuan diri bukan merupakan sesuatu yang asing bagi individu. Selain itu buku bantuan diri juga memberikan banyak dampak positif bagi pembacanya.

Penelitian mengenai penggunaan buku bantuan diri pada bidang karier pernah dilakukan oleh Hartung dan Santili (2018) yang berjudul "*My Career Story: Description And Initial Validity Evidence My Career Story (MCS)*" merupakan buku dari Mark Savickas, terdiri dari buku kerja autobiografi yang dipandu sendiri dan dirancang untuk disimulasikan dalam konseling pembangunan karier. MCS berisi serangkaian pertanyaan dari konstruksi karier, untuk memperoleh kisah kehidupan karier dan mengungkap tema kehidupan yang kemudian terkait dengan masalah karier saat ini yang dialami oleh pengguna buku. Berdasarkan jawaban atas pertanyaan yang diajukan di dalam buku, hal tersebut bertujuan untuk mengembangkan tujuan hidup dari kemampuan beradaptasi, sifat naratif, intensionalitas, dan tindakan. Penelitian ini selain mendeskripsikan mengenai perkembangan dan penggunaan buku MCS, juga mengilustrasikan kasus dan studi validasi awal mengenai MCS. Selain itu, dilakukannya analisis semantik laten, yaitu metode untuk menentukan kemiripan makna kata-kata dan bagian-bagian dalam badan teks. Nilai total dari dua ahli untuk masing-masing bagian ringkasan menunjukkan nilai rata-rata mulai dari 0,67-0,94 dengan total nilai kesepakatan rata-rata di semua bagian 0,81. MCS merupakan sebuah intervensi diri sendiri serta untuk meningkatkan refleksi diri dan membantu pengguna untuk menceritakan kisah karier mereka sendiri, dalam hal siapa mereka,

dimana dunia kerja yang diinginkan dan apa yang mereka pikir perlu untuk menghubungkan diri mereka dengan pekerjaan yang mungkin di minati.

Selain itu, pengembangan buku dengan tema karier juga pernah dilakukan oleh Rochmawati (2015). Penelitian ini mengembangkan buku panduan pemilihan karier yang berbasis teori *trait and factor* sebagai media. Produk yang dihasilkan terdiri dari dua buku yaitu buku panduan untuk konselor dan buku panduan untuk peserta didik. Media tersebut dikembangkan dengan memenuhi kriteria akseptabilitas (kegunaan, kelayakan, kepatutan, dan ketepatan). Buku panduan pemilihan karier untuk siswa SMA ini bertujuan membantu memantapkan pilihan karier siswa SMA dalam memilih jurusan di perguruan tinggi berdasarkan pada teori pemilihan karier *trait and factor* yaitu bakat, minat, prestasi, nilai-nilai, dan kepribadian individu. Alasan menggunakan teori *trait and factor*, karena teori tersebut menekankan pada pemahaman diri melalui testing psikologis dan penerapan pemahaman dalam memecahkan beragam masalah yang dihadapi, khususnya menyangkut pilihan program studi atau bidang pekerjaan.

Adapun pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian R&D dengan model ADDIE. Namun peneliti hanya sampai kepada tahap *development* (pengembangan). Penelitian dengan

model ADDIE yang hanya sampai pada tahap *development* (pengembangan) juga dilakukan oleh Hanum, Ismayani dan Rahmi (2017) yang mengembangkan media pembelajaran buletin untuk peserta didik kelas X SMA/MA di Banda Aceh yang hanya melakukan penelitian hingga tahap *development* (pengembangan). Hal ini karena tujuan dari penelitian tersebut berfokus pada mengembangkan media buletin serta mengetahui tingkat kelayakan media buletin berdasarkan penilaian validator. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Lestari (2017), yang melakukan penelitian dengan model ADDIE tetapi hanya sampai pada tahap *development* (pengembangan, sehingga belum sampai pada tahap *implementation* (implementasi) dan *evaluation* (evaluasi) karena terbatasnya waktu dan biaya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat penelitian-penelitian yang menggunakan model ADDIE dan hanya melakukan penelitian hingga tahap ketiga atau tahap *development* (pengembangan).

D. Kerangka Berpikir

Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan salah satu bentuk pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan umum pada jenjang pendidikan menengah. Tujuan dari Sekolah Menengah Atas (SMA) yaitu dalam mempersiapkan peserta didik untuk melanjutkan

ke jenjang yang lebih tinggi atau mengikuti pendidikan lebih lanjut setelah lulus dari sekolah.

Berkaitan dengan hal ini, sekolah memiliki peranan penting dalam membantu tugas-tugas perkembangan yang dihadapi oleh peserta didik. Selain itu, sekolah turut andil dalam mempersiapkan peserta didik untuk meraih impian di masa depan, yaitu dengan mengembangkan potensi serta pengembangan diri yang dimiliki. Adapun salah satu aspek yang sangat penting untuk dikembangkan, dalam upaya membantu peserta didik berkembang secara optimal adalah aspek karier.

Peserta didik pada jenjang SMA umumnya berada pada masa remaja dengan rentang usia 15 hingga 18 tahun. Menurut Super (Sukardi, 1994) bahwa perkembangan karier pada peserta didik SMA berada pada tahap eksplorasi yang dimulai pada usia 15-24 tahun yang ditandai dengan fase tentatif pada usia 15-17 tahun. Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa. Sebagai individu yang sedang mengalami proses peralihan, remaja memiliki tugas-tugas perkembangan yang mengarah pada kesiapannya memenuhi tuntutan dan harapan peran sebagai orang dewasa. Orientasi masa depan atau karier merupakan salah satu fenomena perkembangan kognitif yang terjadi pada masa remaja. Seperti pendapat Havighurst (Yusuf, 2004) bahwa pada masa remaja terdapat

tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikan, salah satunya yaitu memilih dan mempersiapkan karier.

Sehingga dapat diartikan bahwa peserta didik SMA memiliki tugas dalam membuat pengambilan keputusan kariernya setelah lulus dari sekolah. Oleh sebab itu, peserta didik juga harus memiliki pengetahuan dan pemahaman terhadap dirinya sendiri, mengenai kemampuan yang mereka miliki serta bidang yang ingin ditekuni setelah lulus dari sekolah.

Tetapi dalam mengambil keputusan karier, peserta didik dapat mengalami berbagai permasalahan, Supriatna (2009) menyebutkan bahwa masalah karier yang dirasakan peserta didik Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah peserta didik kurang memahami cara memilih program studi yang cocok dengan bakat dan minat, peserta didik tidak memiliki informasi tentang dunia kerja yang cukup, peserta didik masih bingung dalam memilih pekerjaan, peserta didik belum memiliki pilihan perguruan tinggi atau lanjutan pendidikan tertentu setelah lulus SMA, peserta didik belum memiliki gambaran tentang karakteristik, persyaratan, kemampuan dan keterampilan yang dibutuhkan dalam pekerjaan serta prospek pekerjaan untuk masa depannya.

Berdasarkan hasil wawancara pada studi pendahuluan, guru BK menggunakan media *power point* dan poster dalam memberikan

informasi mengenai karier dan lebih banyak menggunakan metode ceramah. Di sisi lain, menurut penuturan guru BK di SMA Negeri 50 Jakarta, masih cukup banyak peserta didik yang kebingungan dalam memutuskan pilihan program studi di perguruan tinggi yang diinginkannya. Selain itu, seringkali peserta didik menginginkan pilihan program studi yang tidak sesuai dengan hasil belajarnya selama di sekolah.

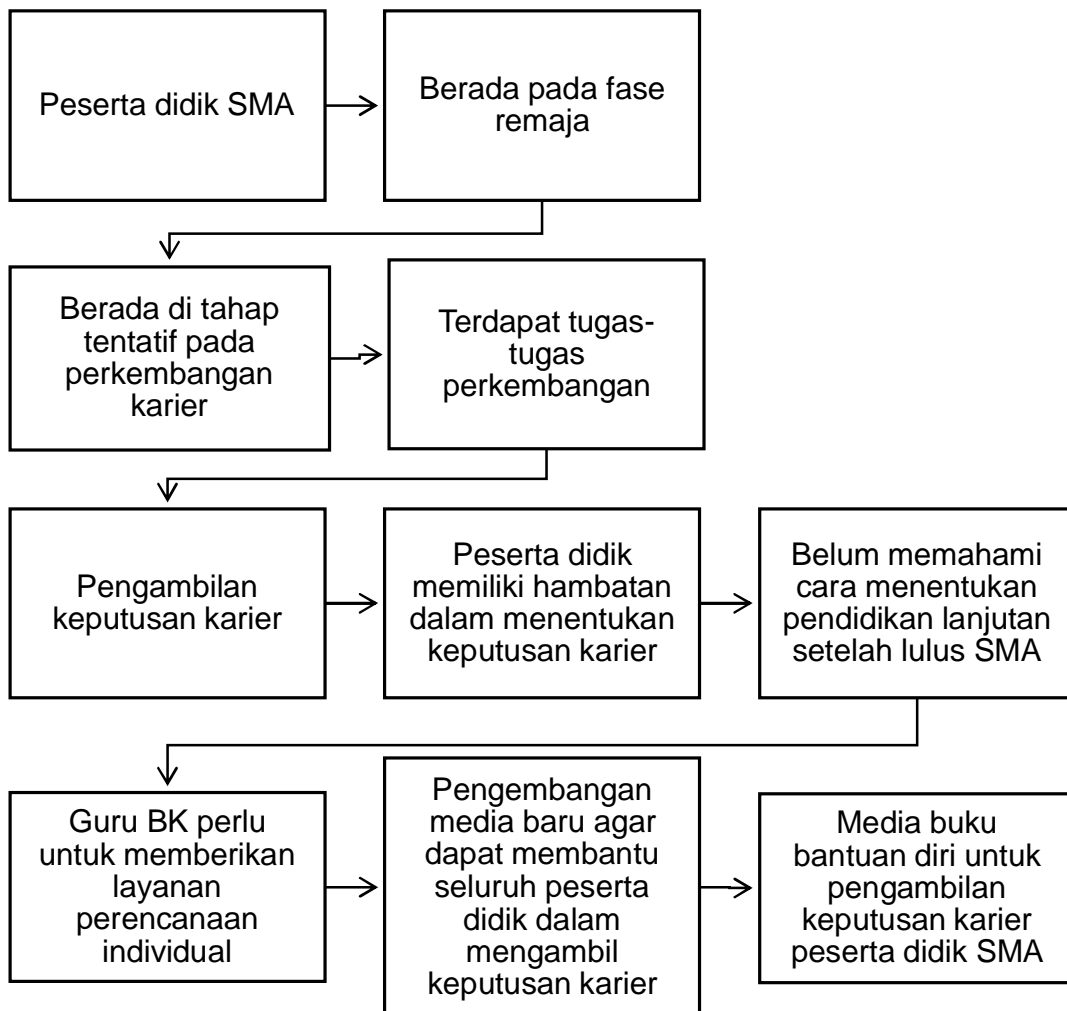
Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan melibatkan 155 peserta didik, diperoleh hasil bahwa 127 peserta didik (82%) ingin mengetahui mengenai media buku bantuan diri. Kemudian 138 peserta didik (89%) merasa bahwa pengembangan buku bantuan diri sebagai media dalam pemberian layanan karier perlu untuk dilakukan. Serta 131 peserta didik (85%) peserta didik ingin menggunakan buku bantuan diri sebagai media layanan BK dalam pemberian informasi mengenai pengambilan keputusan karier.

Berbagai permasalahan yang dialami oleh peserta didik berkaitan dengan kariernya, tentu diperlukannya sebuah solusi dalam mengatasi masalah tersebut. Oleh karena itu, peran guru BK di sekolah sangat diperlukan. Guru BK perlu memberikan informasi mengenai karier melalui layanan perencanaan individual. Melalui layanan perencanaan individual diharapkan dapat membantu peserta didik dalam membuat keputusan karier dengan tepat. Sehingga agar

layanan perencanaan individual dapat diterapkan secara maksimal, maka diperlukan inovasi baru yaitu dengan mengembangkan suatu media yang mendukung pemberian layanan tersebut.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan serta wawancara dengan guru BK di SMA Negeri 50 Jakarta maka perlu untuk dikembangkannya sebuah media yang dapat membantu pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling pada bidang karier.

Media yang dapat dikembangkan yaitu buku bantuan diri mengenai pengambilan keputusan karier. Bantuan diri menurut Kurtz (1997) memiliki tujuan untuk memberikan pemahaman dan solusi dari masalah yang dialami individu. Sehingga, buku bantuan diri dapat menjadi salah satu media yang menarik dan efektif dalam memberikan informasi dan juga membantu meningkatkan kemampuan peserta didik dalam mengambil keputusan karier.



Gambar 2.1 *Flowchart* Kerangka Berpikir