



**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BIMBINGAN KELOMPOK  
SMP N 7 BREBES  
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

Kelas/ Semester	IX A		
Alokasi waktu	1X30 Menit		
Topik/ Materi	Pemahaman diri		
Bidang Layanan	Pribadi		
Aspek Perkembangan/ SKKPD	Pengembangan Pribadi		
Model	Teknik Model self-instruction		
Jumlah Anggota	6 Anggota		
Media dan Alat	Video Call Whatsapp , google form		
TUJUAN LAYANAN	Tahap Pengenalan	Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	Konseli dapat <b>menyimpulkan</b> pemahaman diri yang dimiliki ( <b>C5</b> )	Konseli <b>mengelola</b> pemahaman dirinya agar berkembang ( <b>A5</b> )	Konseli dapat <b>mengembangkan</b> pemahaman diri ( <b>P4</b> )
1. Tahap Awal dan Peralihan ( <i>Melalui video call WA</i> )	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru BK menyampaikan tujuan bimbingan kelompok di melalui VC</li> <li>2. Guru BK menjelaskan langkah-langkah kegiatan bimbingan kelompok</li> <li>3. Guru BK menjelaskan tentang kegiatan yang akan dilakukan ( <i>Konsolidasi</i>)</li> <li>4. Guru BK menanyakan kalau ada siswa yang belum mengerti dan diberi penjelasan</li> <li>5. Guru BK menyiapkan siswa untuk melakukan komitmen (<i>Norming</i>)</li> <li>6. Guru BK menyiapkan topik dalam bimbingan kelompok</li> </ol>		
2. Tahap Kegiatan ( <i>Melalui video call WA</i> )	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemimpin kelompok menyampaikan topik bimbingan kelompok yaitu Pemahaman Diri Dalam Pemilihan Studi Lanjutan dan pentingnya topik tersebut dibahas.</li> <li>2. Pemimpin kelompok menyampaikan garis besar materi</li> <li>3. Pemimpin kelompok menjelaskan peran setiap pemimpin anggota kelompok.</li> <li>4. Menerapkan model self-instruction (tahapan kegiatan dalam lampiran)</li> </ol>		
3. Tahap Penutup ( <i>Melalui video call WA</i> )	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberi penguatan tentan kegiatan dan merencanakan kegiatan lanjutan</li> <li>2. Berdoa dan Menyampaikan salam perpisahan dan dilanjutkan dengan menyanyi bersama</li> </ol>		
EVALUASI			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Evaluasi Proses</b> : Menyimak proses jalannya layanan via whatsApp group tentang sikap dan keaktifan para peserta dalam mengikuti bimbingan kelompok</li> <li>2. <b>Evaluasi Hasil</b> : Evaluasi dari bimbingan kelompok ini akan dilakukan secara daring melalui google formulir yang akan diisi anggota kelompok</li> </ol>			

Mengetahui,

Kepala Sekolah SMPN 7 BREBES

Brebes, JULI 2020

Guru BK

Dahudin S.Pd.,M.Pd

NIP.19610922 198501 1 002

Chrisna Yuni Astuti S.Pd.

NIP.-

### Tahapan model self- instruction

- Kegiatan diawali dengan pemaparan pemahaman diri yang dimiliki anggota kelompok berkaitan dengan pemilihan studi lanjutan yang akan dihadapi berdasarkan hasil pengukuran awal.
- Kegiatan dimulai dengan satu-persatu peserta didik/anggota kelompok memaparkan tentang pemahaman diri yang dimiliki sebagaimana dalam pengukuran awal, dan menganalisis apakah yang mereka rasakan terhadap pemahaman diri mereka sudah cukup baik untuk menjadikan landasan dalam pemilihan studi lanjutan.
- Setelah masing-masing anggota kelompok menyampaikan pemahaman dirinya selanjutnya pengisian lembar instruksi diri

Kerja Peserta Didik Pada Bimbingan Kedua	
Melakukan identifikasi keyakinan diri negatif melalui lembar format yang disediakan guru Bimbingan dan Konseling/pemimpin kelompok secara tertulis. Konseli melakukan kegiatan melatih instruksi diri sesuai dengan topik dengan cara:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memilah-milah daftar pikiran negatif yang muncul dan instruksi diri sebagai <i>positive self-statement</i></li> <li>• Mengevaluasi daftar pikiran negatif yang muncul dan daftar instruksi diri yang dibuatnya</li> <li>• Berlatih melakukan positive self-talk dengan cara membaca saksama susunan positive self-statement yang dibuatnya.</li> </ul>	
<b>Tabel Instruksi Diri Siswa pada Bimbingan Pertama</b>	
Pikiran yang Muncul	Instruksi Diri
Setelah pelaksanaan pelatihan selesai maka siswa diajak untuk merefleksi dari pelaksanaan kegiatan Bimbingan ini serta melakukan perencanaan perilaku baru sesuai dengan pemikiran positif yang telah dimunculkan. Akhir kegiatan setiap siswa diberikan pekerjaan rumah ( <i>home work</i> ) untuk dapat melatih pemahaman siswa di rumah. Nantinya pekerjaan siswa tersebut akan dibahas pada pertemuan selanjutnya.	

- Dilanjutkan dengan pelatihan self-instruction atau instruksi diri untuk meningkatkan pemahaman diri dalam pemilihan studi lanjutan.
- Pemimpin kelompok melakukan demonstrasi instruksi diri dengan suara yang keras.

(Cognitive Modeling. Konselor melakukan demonstrasi instruksi diri dengan suara yang keras. Hal yang penting adalah ungkapan diri (selfstatement) yang cocok untuk anak. Misalkan “Saya pasti bisa mengendalikan diri saya untuk semangat belajar. Pertama saya harus sabar dalam berbagai situasi. Saya pasti bisa melakukannya”.)

- Anggota kelompok melakukan pengulangan verbalisasi diri seperti yang dimodelkan oleh pemimpin kelompok sampai melibatkan perilaku yang tepat. (Overt external guidance)
  - Anggota kelompok menunjukkan perbuatan dan perilaku yang tepat saat membisikkan perkataan instruksi diri. (Overt self-guidance yaitu konseli melakukan pengulangan verbalisasi diri seperti yang dimodelkan oleh konselor sampai melibatkan perilaku yang tepat)
  - Anggota kelompok melakukan pengulangan tugas seperti yang diinstruksikan dan melafalkan identifikasi pemahaman baru yang tepat lebih banyak secara lembut. (Faded overt self-guidance)
  - Anggota kelompok terbiasa dengan melakukan instruksi diri dengan tepat untuk meningkatkan pemahaman diri. (Covert self-instruction)
- 1) Jika keseluruhan proses dari beberapa kali pertemuan/sesi layanan bimbingan kelompok dengan topik Pemahaman Diri sudah cukup dan dianggap selesai maka:
- Pemimpin Kelompok
- a. Memandu evaluasi-diri peserta didik/konseli
  - b. Melakukan pengukuran akhir
  - c. Menutup kegiatan self instruction

## Pemahaman Diri Siswa

### 1. Pengertian Pemahaman Diri

Pemahaman diri banyak diperbincangkan oleh banyak orang dan setiap orang mengartikan pemahaman diri menurut cara pandang mereka masing-masing.

Selain itu Baumeister mengatakan bahwa *meaning* mengandung beberapa bagian kepercayaan yang saling berhubungan antara benda, kejadian dan hubungan. Baumeister menekankan bahwa *meaning* pada akhirnya memberikan arahan, intensi pada setiap individu, di mana perilaku menjadi memiliki tujuan, daripada hanya berperilaku berdasarkan insting atau impuls.

Menurut Santrock, Pemahaman diri (*self – Understanding*) adalah gambaran kognitif remaja mengenai dirinya, dasar, dan isi dari konsep diri remaja.1[4]

Menurut Hartono pemahaman diri siswa SMA adalah pengenalan secara mendalam atas potensi-potensi dirinya yang mencakup ranah minat, abilitas, kepribadian, nilai dan sikap yang mana pengenalan siswa atas pribadinya sendiri mencakup dua sisi yaitu pengenalan siswa atas keunggulannya dan pengenalan siswa atas kekurangannya sendiri. Kekuatan merupakan seperangkat kemampuan yang dimiliki siswa baik yang bersifat potensial maupun aktual. Kekuatan siswa menggambarkan keunggulan, kehebatan pribadi siswa, sedang kekurangan siswa adalah sejumlah keterbatasan yang dimiliki siswa. Kekurangan siswa menggambarkan ketidak mampuan siswa yang menjadi hambatan siswa dalam meraih cita-cita.2[5]

Dalam modul layanan informasi tentang pemahaman diri yang disusun oleh tim konselor RSMABI Jawa Tengah menggambarkan bahwa pengenalan terhadap diri sendiri merupakan kemampuan seseorang dalam mengeksplorasi potensi diri sendiri yang terdiri dari potensi fisik dan potensi psikis. Potensi psikis yaitu kelebihan pada anggota badan, panca indera beserta kekuatan/ kualitasnya, sedangkan potensi psikis yaitu seluruh kemampuan dan kekuatan yang dimiliki seseorang yang berkaitan dengan kemampuan kejiwaan antara lain : intelektual(IQ), bakat, minat, dan sifat, ciri-ciri kepribadian.3[6]

Dari uraian diatas penulis menyimpulkan bahwa pemahaman diri adalah suatu situasi yang dialami individu dimana seseorang mengenal tentang potensinya baik potensi fisik maupun potensi psikisnya sehingga individu memahami arah dan tujuan hidupnya atau cita-cita. Potensi fisik yaitu sejumlah kemampuan yang ada pada anggota badan dan panca indra individu

---

sedangkan potensi psikis individu mencakup minat, abilitas, kepribadian, nilai dan sikap. Pemahaman yang dimaksudkan disini tidak hanya terbatas pada pengenalan siswa atas keunggulannya saja tetapi juga mencakup pengenalan siswa atas kekurangan yang ada dalam diri.

## **2. Tujuan Pemahaman Diri**

Pemahaman diri merupakan aspek penting bagi siswa SMA. Siswa yang memahami diri lebih memiliki peluang yang besar dalam meraih cita-cita dari pada siswa yang belum mengenal dengan baik akan diri mereka sendiri, karena mereka yang memahami diri telah memahami kemampuan, minat, kepribadian, dan nilai termasuk kelebihan dan kekurangan yang ada dalam diri mereka sehingga mereka memiliki arah dan tujuan hidup yang realistis dimana mereka memiliki cita-cita yang sesuai dengan potensi diri.

Menurut Muhamat Farid ketika seseorang mengetahui kondisi dan gambaran tentang dirinya maka dia akan dapat menjalani hidupnya dengan nyaman dan juga memiliki rasa percaya diri yang kuat karena sudah memiliki pandangan diri yang jelas.<sup>4[8]</sup>

Dalam materi kuliah yang disusun di Universitas Negeri Malang dengan materi pemahaman diri ditujukan agar siswa mampu mempersiapkan diri dalam memasuki dunia kerja, sehingga dapat mencapai kesuksesan dalam karier.

Pemahaman diri atau disebut *knowing yourself* oleh Levinson, Ohler, Caswell dan Kiewra merupakan aspek penting dalam pengambilan keputusan selanjutnya kemampuan siswa dalam pengambilan keputusan karier merupakan wujud nyata dari kematangan perkembangan karier siswa.<sup>5[9]</sup> Sedangkan kematangan karier menurut Super memiliki enam dimensi, yaitu; (1) dimensi membuat pilihan karier, (2) dimensi kompetensi khusus tentang mencari informasi karier dan keterampilan-keterampilan membuat perencanaan karier, (3) dimensi konsistensi pilihan-pilihan, (4) dimensi pengembangan konsep diri, (5) dimensi kebebasan membuat keputusan karier, dan (6) dimensi konsistensi membuat pilihan yang realistis berdasarkan tujuan pribadi.<sup>6[10]</sup>

Dari uraian di atas penulis menyimpulkan bahwa tujuan pemahaman diri bagi siswa adalah:

- a. Mampu mengeksplorasi potensi diri mereka yang mencakup: minat, abilitas, dan cita-cita sehingga individu dapat merencanakan karier yang sesuai dengan potensi diri.
  - b. Siswa bisa mempersiapkan diri dengan baik dalam memasuki dunia kerja. Dengan persiapan yang matang individu dapat mencapai kesuksesan dalam berkarier.
-

- c. Siswa mencapai kematangan dalam perkembangan karier
- d. Siswa mampu mengambil keputusan karier secara mandiri

### **3.faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemahaman Diri Siswa**

Pemahaman diri (minat, abilitas, kepribadian, nilai-nilai dan sikap, kelebihan dan kekurangan) di pengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang turut mempengaruhi pemahaman diri ditentukan oleh diri terbuka dan tertutup. Kepribadian yang terbuka berkontribusi positif terhadap pemahaman diri, sedangkan kepribadian yang tertutup adalah faktor penghambat dalam pemahaman diri. Faktor eksternal (lingkungan) yang mempengaruhi pemahaman diri antara lain, lingkungan keluarga, teman sebaya, dan sekolah.

Menurut Hurlock masa remaja dikatakan sebagai masa transisi karena belum mempunyai pegangan, sementara kepribadianya masih mengalami suatu perkembangan, remaja masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisiknya. Remaja masih labil dan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya. Remaja sebagai bagian dari generasi penerus yang menjadi tonggak sebagai individu yang bermakna pada hari kemudian diharapkan juga memiliki pemahaman tentang diri yang benar, hal tersebut sangat diperlukan bagi setiap orang dalam menjalani kehidupannya, sehingga di peroleh suatu gambaran yang jelas tentang dirinya dan supaya remaja bias menjalankan apa yang sudah didapatkannya.<sup>7[18]</sup>

Pada kesempatan ini penulis lebih menekankan pada pengaruh lingkungan sekolah terhadap pemahaman diri siswa terletak pada peran kepala sekolah, sataf administrasi, guru mata pelajaran, dan peran konselor sekolah dalam melaksanakan program bimbingan dan konseling. Program bimbingan yang dilaksanakan oleh konselor sekolah mencakup empat bidang antara lain; bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan karier, dan bimbingan belajar. Untuk mewujudkan tujuan bimbingan di sekolah, konselor perlu melaksanakan berbagai kegiatan layanan bantuan dimana salah satunya adalah layanan informasi.

Pemahaman diri siswa di pengaruhi oleh pelaksanaan layanan informasi dalam bidang bimbingan karier, yang mana materi dalam pemberian informasi kepada siswa mencakup, potensi diri (minat, abilitas, nilai-nilai dan sikap) serta kekuatan atau kelebihan dan kekurangan/ kelemahan diri.

### **4. Aspek-aspek pemahaman diri**

Banyak aspek yang harus dipahami oleh seseorang<sup>8[19]</sup>, diantaranya :

---

a. Aspek Fisik

Seluruh anggota badan individu termasuk bagian-bagiannya. Artinya individu harus mengenali dan memahami kondisi jasmaniahnya dengan segala potensinya. Apakah kondisi jasmani semua sehat ? Apakah kondisi jasmaniahnya normal dan sebagainya. Hal ini penting agar individu mampu mengambil keputusan dengan tepat dan mampu menyikapi hidup ini dengan benar.

b. Aspek Psikis,

Adalah yang berhubungan dengan kondisi kejiwaan individu. Bagaimana kecerdasannya, bagaimana emosinya. Sehingga individu mampu menyikapi pilihan-pilihan karir dan masa depan juga mampu menempatkan dirinya dalam berhubungan dengan orang lain

c. Aspek Minat.

Minat adalah rasa tertarik yang kuat terhadap obyek tertentu. Hal ini penting untuk dipahami individu, karena dengan adanya minat yang kuat terhadap obyek pilihan maka prestasi, keberhasilan yang diharapkan mudah tercapai demikian juga sebaliknya. Oleh karena itu perlu penanaman minat terhadap diri individu terhadap berbagai obyek positif, sehingga timbul rasa menyenangkan dengan motivasi tinggi.

d. Aspek Bakat.

Bakat adalah kemampuan yang dibawa oleh seseorang sejak lahir dan bersifat menurun (genetik). Pentingnya individu memahami bakat ini adalah agar individu mampu mengembangkan dirinya secara optimal. Bakat akan cepat berkembang dengan baik apabila ditunjang dengan sarana dan prasarana. Oleh karena itu peran semua masyarakat untuk memberi wadah penyaluran bakat-bakat terpendam positif sehingga memunculkan putra-putri berbakan di tanah air kita.

e. Aspek Cita-cita.

Cita-cita adalah gambaran diri yang ada pada diri seseorang. Ada yang menyebut "Potret Diri" seseorang. Artinya apabila individu mengatakan dengan lisan, misalnya : "Cita-cita saya ingin menjadi TNI/POLRI". Individu harus memahami apakah dirinya sudah memiliki potret diri menjadi seorang TNI/POLRI..Sudah tergambarlah secara keseluruhan dalam diri individu kriteria, syarat-syarat dan sebagainya yang mutlak harus dipenuhi untuk bisa menjadi anggota TNI/POLRI. Hal ini penting untuk dipahami dengan cermat gambaran dirinya, sehingga ia benar-benar mampu dan dapat memilih karir sesuai dengan cita-citanya.

f. Aspek Kebutuhan-kebutuhan Pokok

Hal ini penting juga untuk dipahami oleh individu, kebutuhan-kebutuhan pokok seperti apa yang diinginkan dalam menjalani kehidupan ini. Apakah hidup ini hanya untuk makan atau

makan untuk hidup. Apakah individu hanya menginginkan kebutuhan jasmani saja, atau individu disamping perlu kebutuhan-kebutuhan untuk jasmani, juga memerlukan kebutuhan bathin, dan sebagainya. Misalnya : makan, minum, keamanan, kasih sayang, rekreasi, aktualisasi diri, sosialisasi, dan sebagainya. Oleh karena itu individu perlu menentukan kebutuhan-kebutuhan pokok seperti apa yang diinginkan dalam hidup ini.

#### g. Aspek Gaya Hidup

Gaya hidup yang diinginkan oleh masing-masing orang berbeda antara satu dengan lainnya. Ada yang ingin bergaya hidup elite, ada yang ingin bergaya hidup biasa-biasa saja atau bergaya hidup sederhana. Oleh karena itu gaya hidup atau "life style", ini perlu dipahami dengan benar. Individu hendaknya menyesuaikan dengan kemampuannya, sehingga dalam menyikapi hidup ini tidak diperbudak oleh hawa nafsunya. Ketrampilan, kerja keras, pengalaman dan sebagainya akan mempermudah untuk memutuskan gaya hidup seseorang.

Pada aspek pribadi, ada 3 masalah yang sering dihadapi oleh siswa yaitu :

##### a. **Merasa rendah diri dengan wajah yang kurang cantik/cakep.**

Untuk masalah rendah diri dengan wajah yang kurang cantik ini, lebih menonjol pada masalah kurang kepercayaan diri (kurang PD). Siswa-siswi SMA sering mengalami masalah ini, bahkan kebanyakan orang-orang merasa tidak PD dengan wajah mereka yang dianggap tidak cantik/cakep.

Untuk mengatasi hal ini ada beberapa hal yang perlu kita terapkan pada diri kita sendiri, yaitu :

- 1) *Tidak menghiraukan siapa yang memandangi kita.*
- 2) *Percaya diri saja dengan apa yang kita miliki.*
- 3) *Lakukan aktifitas dengan baik.*
- 4) *Tunjukkan sesuatu yang menurut anda merupakan kelebihan yang anda punya,*
- 5) *Jika kulit wajah anda gelap ( hitam ) pakailah bedak yang sewajarnya.*
- 6) *Jika kulit badan anda gelap ( hitam ) pakailah pakaian yang warnanya tidak bertolak belakang dengan warna kulit anda, misalnya warna kuning, merah, hijau dan orange. Cobalah memakai pakaian dengan motif warna coklat, krem, atau pink muda.*
- 7) *Usahakan kulit anda tidak kusam dan anda selalu tampil dengan keadaan yang sederhana namun membawa kesan yang anggun.*

Dengan adanya beberapa hal diatas tadi, masalah kurang percaya diri dengan wajah anda yang kurang cantik/cakep akan sedikit membantu anda ketika anda mengalami masalah tersebut.

Dalam masalah ini kita dapat mengembangkannya dalam bentuk layanan informasi. Dimana didalam layanan ini terdapat bebrapa informasi yang diberikan oleh seorang guru BK terhadap siswa untuk menghindari masalah tersebut. Dengan adanya informasi diatas siswa bisa menghindari masalah Merasa rendah diri dengan wajah yang kurang cantik/cakep.

**b. Mudah putus asa (frustasi) apabila mengalami kegagalan.**

Untuk masalah mudah putus asa atau frustasi apabila mengalami kegagalan, siswa dapat merasakan hal ini, ketika siswa melakukan sesuatu hal atau misi sederhananya dalam melakukan suatu aktifitas. Untuk mengatasi masalah ini ada satu contoh kasus yang bisa dijadikan pelajaran buat anda.

Disebuah sekolah ada seorang siswa duduk dibangku kelas III SMA yang saat itu menjalani UJIAN AKHIR NASIONAL (UAN). Ketika pengumuman berlangsung, ia tidak lulus ( gugur ). Ia mersa kecewa dan sedih sekali. Ia mersa putus asa ketika ia mengalami kegagalan. Ia pun merasa stress bahkan frustasi saat itu. Ia mengurung diri didalam kamarnya, ia tidak mahu makan dan ia tidak mau berbicara dengan siapapun, ia merasa malu dengan apa yang ia dapatkan sekarang.

Hari demi hari berlalu ia pun sedikit mahu untuk keluar kamar dan mahu berbicara dengan orang-orang disekitarnya, walaupun ia tidak seceria dulu. Tiba-tiba ada seorang temannya mengajaknya untuk berjalan-jalan sedikit. Dipersimpangan jalan ia melihat ada sebuah tempat yang melakukan audisi presenter. Ia mersa mampu dan ia ingin sekali mengikuti audisi tersebut. Melihat semangat yang ia tunjukkan temannya pun membantunya untuk mengikuti audisi tersebut. Berkat semangat dan kepercayaan dirinya, ia pun lulus dan berhasil menjadi raner up 1 dalam audisi prenter tersebut. Kini ia menjadi seorang presenter berbakat yang tampil dari satu acara ke acara lain. Walaupun bukan hal itu yang ia cita-citakan.

Dari cerita diatas saya harap anda dapat mengambil contoh kasus tersebut dan mengembangkannya dalam kehidupan anda ketika anda mengalami masalah tersebut. Dengan adanya layanan Konseling kelompok siswa dapat mencurahkan isi hatinya dan masalah pribadinya kepada seorang guru BK yang ada disekolah masing-masing. Dengan adanya layanan ini kita dapat memberikan solusi dari masalah yang mereka alami. Terlebih lagi dalam mengatasi masalah keputus asaan ketika mengalami kegagalan. Kita sebagai gruru BK dapat memberikan ia motivasi, dorongan dan support yang bisa membantunya dalam melewati masalah ini.

**c. Punya keinginan (cita-cita) yang kurang sesuai dengan kemampuan.**

Semua orang punya impian dan cita-cita yang berbeda-beda. Manusia diciptakan untuk memiliki impian dan mampu mewujudkannya. Bagaimana dengan seseorang yang mempunyai

cita-cita tapi tidak sesuai dengan kemampuannya? Kita mempunyai kemampuan yang berbeda-beda. Jika kita hanya mempunyai keterbatasan kemampuan, maka kita memandang sedikit apa yang menjadi kelebihan yang ada pada diri kita. Misalnya seorang wanita. Sewaktu duduk dibangku SMA ia ingin duduk dibangku IPA, namun kemampuannya tidak dapat menjangkau jurusan tersebut. Cita-citanya ingin menjadi seorang dokter yang professional dalam merawat masyarakat yang kurang mampu. Akan tetapi karena ia tidak bisa menempati jurusan IPA akhirnya ia memutuskan untuk menempati jurusan BAHASA. Ia semakin hari terlatih dalam merangkai kata. Dan ia bercita-cita sebagai sastrawan. Walaupun menurutnya ini bukan cita-cita utamanya. Namun ia menyadari walaupun cita-citanya ingin menjadi seorang dokter dan kemampuannya tidak sampai disitu, akan tetapi dengan ia menyadari bahwa ia ingin memiliki kelebihan dalam mengarang sebuah karya, maka ia memutuskan untuk menjadi seorang sastrawan. Walaupun begitu, ia tetap belajar ilmu kedokteran dan akan dimuat dalam tulisannya disebuah buku yang ia buat sendiri.

Masalah ini dapat kita kembangkan dengan menggunakan layanan yang ada di BK yaitu layanan penempatan dan penyaluran. Guru BK dapat memberikan layanan ini dengan cara memberikan solusi dengan menyadarkan siswa bahwa ia memiliki kelebihan yang dapat ia gunakan untuk menggapai cita-citanya yang tidak sesuai dengan kemampuannya. Masing-masing orang memiliki kemampuan yang berbeda-beda.

## **B. Bimbingan Karier**

### **1. Pengertian Bimbingan Karier**

Pengertian bimbingan karier menurut para ahli adalah sebagai berikut:

Menurut Winkel Bimbingan karir adalah bimbingan dalam mempersiapkan diri menghadapi dunia kerja, dalam memilih lapangan kerja atau jabatan /profesi tertentu serta membekali diri supaya siap memangku jabatan itu, dan dalam menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan dari lapangan pekerjaan yang dimasuki. Bimbingan karir juga dapat dipakai sebagai sarana pemenuhan kebutuhan perkembangan peserta didik yang harus dilihat sebagai bagian integral dari program pendidikan yang diintegrasikan dalam setiap pengalaman belajar bidang studi.<sup>9[24]</sup>

Menurut Marsudi Bimbingan karir adalah suatu perangkat, lebih tepatnya suatu program yang sistematis, proses, teknik, atau layanan yang dimaksudkan untuk membantu individu memahami dan berbuat atas dasar pengenalan diri dan pengenalan kesempatan-kesempatan dalam pekerjaan, pendidikan, dan waktu luang, serta mengembangkan

---

ketrampilan-ketrampilan mengambil keputusan sehingga yang bersangkutan dapat menciptakan dan mengelola perkembangan karirnya.<sup>10</sup>[25]

Dari beberapa pengertian di atas, ada beberapa kata yang sama yang perlu digaris bawahi yaitu kata proses membantu, memecahkan masalah karir, memilih pekerjaan dan penyesuaian diri. Dari ketiga kata ini dapat dirumuskan bahwa bimbingan karir adalah suatu proses membantu individu dalam memecahkan masalah karir dan mempersiapkan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Masalah karir yang dihadapi individu seperti bingung dalam menentukan jurusan yang akan dipilih, bingung akan kemana setelah lulus sekolah, dan lain sebagainya.

## **2. Tujuan Bimbingan Karier**

Pelaksanaan bimbingan karier di sekolah, khususnya SMA bertujuan agar siswa dapat memahami dirinya, memahami kariernya, dan mandiri dalam merencanakan karier serta mandiri menentukan pilihan kariernya.

Menurut Hartono, tujuan bimbingan karier di SMA sebagai berikut: (1) siswa dapat memahami dirinya dalam hal; minat, abilitaas, kepribadian, nilai-nilai dan sikap, serta kelebihan dan kekurangan-kekurangannya, (2) siswa dapat memahami dunia kerja seperti berbagai jenis karier dan peluang untuk mencapainya, (3) siswa dapat mempertemukan potensi diri dan kesempatan-kesempatan alternatif pilihan karier yang sesuai dengan potensi dirinya, (4) siswa dapat memperoleh kemandirian dalam membuat keputusan karier yang sesuai dengan potensi dirinya dan mampu mengikuti pendidikan karier dengan baik, dan (5) siswa dapat mengembangkan sikap positif terhadap pilihan kariernya, meraih dan mempertahankan kariernya dalam kehidupan masyarakat mendatang.<sup>11</sup>[31]

Peters dan Shetzer mengemukakan bahwa tujuan bimbingan karir adalah membantu siswa dengan cara yang sistematis dan terlibat dalam perkembangan karir. Guru pembimbing hendaknya dapat membantu siswa merencanakan karirnya sesuai dengan kemampuan, bakat dan minat yang dimilikinya.<sup>12</sup>[32]

Surya menyatakan bahwa tujuan bimbingan karir adalah membantu individu memperoleh kompetensi yang diperlukan agar dapat menentukan perjalanan hidupnya dan mengembangkan karir kearah yang dipilihnya secara optimal.<sup>13</sup>[33]

---

Dari uraian-uraian di atas dapat disimpulkan, tujuan bimbingan karier sebagai berikut: (1) siswa dapat memahami dirinya sendiri yang mencakup; minat, abilitas, nilai-nilai dan sikap, serta kelebihan dan kekurangan diri sendiri, (2) siswa dapat memahami tentang dunia kerja, (3) siswa dapat mencapai kematangan karier yang meliputi: perencanaan karier, pemilihan karier secara mandiri, dan dapat mengembangkan karier kearah yang lebih optimal.

#### **4. Fungsi Bimbingan Karier**

Menurut James C. Hansen, dan kawan-kawan, ada empat fungsi utama bimbingan dalam memberikan bantuan layanan bimbingan yang berkaitan dengan pilihan pekerjaan, jabatan atau karier yaitu; (1) fungsi yang berkenaan dengan masalah penempatan. Di sini petugas bimbingan terlibat dalam kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan analisis pekerjaan, dan keterangan adanya lowongan pekerjaan, serta pembahasan tentang pengembangan pekerjaan atau penciptaan pekerjaan baru. Semua ini bermanfaat sebagai sumber informasi bagi klien yang memerlukannya. (2) berkenaan dengan menyesuaikan diri terhadap pekerjaan yang sedang dijabat. (3) fungsi yang berkenaan dengan kepuasan kerja dalam menjabat suatu pekerjaan. Di sini sebelum seseorang memasuki suatu pekerjaan tertentu terlebih dahulu dibahas mengenai segi positif dan segi negatif dari pekerjaan kepada klien. Dengan pembahasan ini akan dapat dipertemukan antara unsur subyektif dan realistik, sehingga klien dapat memahami faktor-faktor kepuasan kerja yang dijabat. (4) fungsi yang berkenaan dengan masalah pergantian pekerjaan. Di sini petugas bimbingan bertugas menangani klien-klien yang melepaskan pekerjaan atau jabatan, dan kemudian mencari pekerjaan atau jabatan sebagai penggantinya.<sup>14[34]</sup>

Dari uraian diatas penulis menyimpulkan bahwa bimbingan karier memiliki fungsi sebagai berikut: (1) sebagai sumber informasi karier bagi siswa, (2) membekali siswa agar mampu menyesuaikan diri dengan pilihan karier, (3) memberikan informasi kepada siswa tentang segi positif dan negatif dari suatu karier, sehingga siswa mampu mentukan karier yang realistik, (4) membantu siswa dalam menyelesaikan masalah masalah-masalah yang berkaitan dengan karier

#### **5. Prinsip-prinsip Bimbingan Karier**

Menurut Hartono, prinsip-prinsip bimbingan karier<sup>15[35]</sup> sebagai berikut :

a. Prinsip-prinsip yang berkenaan dengan sasaran layanan, yang mencakup:

---

- 1) bimbingan karier melayani semua siswa tanpa memandang umur, jenis kelamin, suku, bangsa, agama, dan status sosial ekonomi,
- 2) bimbingan karier berurusan dengan sikap dan tingkah laku siswa yang terbentuk dari aspek kepribadian yang kompleks dan unik, oleh karena itu bimbingan karier perlu menjangkau keunikan dan kompleksitas pribadi siswa,
- 3) untuk meningkatkan pelayanan bimbingan karier sesuai dengan kebutuhan siswa, perlu dipahami keunikan siswa dengan berbagai kekuatan, kelemahan dan permasalahan kariernya,
- 4) setiap aspek pola kepribadian yang kompleks seseorang siswa, mengandung faktor-faktor yang secara potensial mengarah kepada sikap dan pola-pola tingkah laku yang tidak seimbang. Oleh karena itu pelayanan bimbingan karier harus mempertimbangkan berbagai aspek kepribadian itu, dan
- 5) meskipun beberapa individu memiliki persamaan dalam beberapa hal, perbedaan individu harus dipahami dalam rangka upaya memberikan bimbingan karier kepada mereka.

b. Prinsip-prinsip yang berkenaan dengan permasalahan yang dialami siswa, meliputi:

- 1) bimbingan karier berurusan dengan hal-hal yang menyangkut pengaruh kondisi mental dan fisik siswa dalam kaitannya dengan pekerjaan, dan sebaliknya pengaruh lingkungan pekerjaan terhadap kondisi mental dan fisik siswa, dan
- 2) kesenjangan sosial, ekonomi, dan budaya merupakan faktor timbulnya masalah siswa yang semuanya menjadi perhatian bimbingan karier.

c. Prinsip-prinsip yang berkenaan dengan program layanan, yang mencakup:

- 1) bimbingan karier merupakan bagian integral dari pelayanan bimbingan dan konseling, oleh karena itu program bimbingan karier harus selaras dan dipadukan dengan program bimbingan dan konseling sekolah
- 2) program bimbingan karier harus fleksibel, disesuaikan dengan kebutuhan siswa, masyarakat, dan kondisi sekolah,
- 3) program bimbingan karier di sekolah disusun secara berkelanjutan dari jenjang pendidikan yang terendah sampai yang tertinggi, dan
- 4) pelaksanaan bimbingan karier perlu dievaluasi (*assesment*) secara teratur dan terarah.

d. Pelaksanaan yang berkenaan dengan tujuan dan pelaksanaan pelayanan, yang meliputi:

- 1) bimbingan karier harus diarahkan untuk membantu siswa yang akhirnya mampu membimbing dirinya sendiri (*self help*) dalam menghadapi masalah karier,
- 2) dalam proses bimbingan karier keputusan yang diambil dan dilaksanakan siswa hendaknya atas keinginan siswa sendiri, bukan karena kemauan atau desakan dari konselor atau pihak lain,

- 3) permasalahan karier siswa harus ditangani oleh tenaga ahli dalam bidang yang relevan dengan permasalahan yang dihadapi,
- 4) kerja sama konselor, guru-guru lain, dan orang tua sangat menentukan hasil bimbingan karier, dan
- 5) pengembangan program bimbingan karier dilakukan melalui pemanfaatan hasil evaluasi (*assesment*) terhadap siswa yang mendapatkan bimbingan karier.

#### **7. Problem atau Masalah Bimbingan Karir**

Sadar tidak disadari dalam kehidupan kita pasti ada yang namanya sebuah tantangan, begitupula dalam meniti sebuah karir inipun masih tidak dapat jauh dari sebuah masalah atau sebuah tantangan. Tantangan dan masalah ini sebenarnya muncul dari diri, yang terletak dari kekurangmampuan dalam membuat *pleaning* sebuah karir. Menentukan keputusan akhir dan menentukan karir ini membutuhkan suatu ketrampilan dan sebuah proses yang dilatarbelakangi pemahaman individu terhadap dirinya atau jati dirinya dan pengenalan terhadap lingkungan pekerjaan yang ada di sekitarnya serta memadukan keduanya secara tepat. Banyak para ahli yang telah mendeskripsikan beberapa gejala dalam bimbingan karir ini, diantaranya adalah Williamson yang membagi gejala bimbingan karir menjadi empat bagian :

- a. Individu tidak dapat memilih atau merasa tidak ada pilihan, karena tidak mampu membedakan secara memadai atas pilihan karir dan komitmen terhadap pilihan itu (*no choice*),
- b. Individu tidak merasa yakin atau dia merasa bimbang atas pilihan karirnya (*uncertain choice*),
- c. Ketidakseleraan antara bakat atau minat individu dengan pilihan karirnya (*unwise choice*)
- d. Ketidakseleraan minat dengan bakat individu (*discrepancy*).

Namun sebenarnya masih banyak lagi berbagai gejala atau masalah dalam bimbingan karir yang perlu dicermati oleh seorang guru terutama dalam kaitannya upaya membantu perencanaan karir peserta didik. Selama menempuh dunia pendidikan, individu berusaha untuk sebisa mungkin mengembangkan pengetahuan, ketrampilan, nilai dan sikap yang nantinya pasti akan dibutuhkan ketika mulai mencari kerja, secara asuntif dari proses ini akan berlangsung biasanya sampai dengan usia 20 tahun. Dalam konteks jalur karir (*carrer path*) Santamaria (1991) mengemukakan kalur karir pada empat tahap yakni, *steady state*, *linear*, *transitory* dan *spiral*. Dari keempat jalur tersebut sangat erat kaitannya dengan proses seseorang atau individu dalam meniti sebuah karir. *Steady state*, jalur ini memerlukan jangka panjang dalam sebuah karir, *linear* yang ditandai oleh mobilitas yang konstan dalaam sebuah karir, *transitory* yang ditandai dengan adanya pencarian karir yang lebih variatif dan *spiral* yang ditandai dengan mobilitas karir secara lateral. Dalam konteks lain bimbingan karir dapat ditempuh melalui jalur pendidikan, pekerjaan,

jabatan, profesi, hobi dan social pribadi. Sejumlah kompetensi dan potensi individu yang memadai menjadi penentu berhasil tidaknya sebuah karir baik kompetensi ataupun juga potensi dari fisik, pribadi, social, intelektual, moral begitu juga spiritualnya.

Bimbingan karir di sekolah diarahkan untuk menumbuhkan kesadaran dan pemahaman peserta didik akan ragam kegiatan dan pekerjaan di dunia sekitarnya, pengembangan sikap positif terhadap semua jenis pekerjaan dan orang lain, dan mengembangkan kebiasaan hidup yang positif.

## 7. Faktor yang mempengaruhi Pemilihan Karir

Kesulitan yang dialami siswa dalam memilih dan menentukan karir tidaklah dapat dipungkiri, banyak siswa yang kurang memahami bahwa karir merupakan jalan hidup dalam usaha menggapai kehidupan yang baik dimasa mendatang.

Faktor yang menyebabkan siswa kesulitan dalam pemilihan karir antara lain:

### 1. Faktor yang ada dalam diri siswa

Diantaranya adalah: tingkat intelegensi, sikap mental, Jenis kelamin, agama dan minat terhadap suatu karir

### 2. Faktor di luar siswa

Diantaranya; tingkat ekonomi keluarga, minat orang tua dan kondisi sosial masyarakat

Dari kedua faktor tersebut diatas merupakan faktor yang mendasar, namun masih banyak lagi faktor yang menyertai kesulitan siswa dalam memilih karir.

Keberhasilan siswa dalam menentukan dan memilih karir amatlah ditentukan dari kemampuan guru pembimbing memberikan gambaran dan memberikan keyakinan kepada siswa tentang kemampuan dan potensi yang dimiliki serta mampu mengarahkan siswa menuju karir yang sesuai dengan kemampuannya tersebut.

Dalam memberikan keyakinan dan munculnya kepercayaan siswa terhadap guru pembimbing setidaknya guru harus memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

- a. Perlakuan terhadap siswa sebagai individu yang memiliki potensi untuk berkembang dan maju serta mampu mengarahkan dirinya sendiri untuk mandiri
- b. Sikap positif dan wajar
- c. Perlakuan terhadap siswa secara hangat, ramah, rendah hati, menyenangkan
- d. Pemahaman siswa secara empatik
- e. Penghargaan terhadap martabat siswa sebagai individu
- f. Penampilan diri secara asli dihadapan siswa
- g. Kekongkritan dalam menyatakan diri

- h. Penerimaan siswa secara apa adanya
- i. Perlakuan siswa secara premisive.Kepekaan terhadap parasaan yang dinyatakan oleh siswa dan membantu siswa menyadari dari perasaan itu
- j. Penyesuaian diri terhadap keadaan khusus

**C.Lampiran Instrumen Penilaian**

**PENILAIAN PROSES PESERTA DIDIK  
PADA LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL**

Nama Observer : .....  
 Kelas : .....  
 Topik : .....

Petunjuk:  
 Beritandacentang(√)padakolomskorsesuaidenganhasilpenilaianAnda.

Keterangan:  
 SS : Sangat sesuai (4)  
 S : Sesuai (3)  
 TS : Tidak sesuai (2)  
 STS : Sangat tidak sesuai (1)

NO.	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
1	Peserta didik terlibat aktif dalam proses diskusi				
2	Peserta didik antusias dalam mengikuti layanan bimbingan klasikal				
3	Peserta didik kreatif di dalam menyusun perangkat presentasi				
4	Peserta didik saling menghargai pendapat				
5	Peserta didik saling mengeluarkan pendapat				
6	Peserta didik berargumentasi mempertahankan Pendapat masing-masing				
7	Peserta didik bekerja sama dengan baik pada saat diskusi kelompok				
8	Peserta didik bertanya dan menanggapi pada saat diskusi layanan				
Skor akhir					