

## EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KARIR UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN ADAPTASI KARIR MAHASISWA BK FIP UNJ ANGGARAN 2011

Oleh :

Nur Izzah Robbaniyah<sup>1)</sup>  
Dra. Michiko Mamesah, M.Psi<sup>2)</sup>  
Susi Fitri, S.Pd., Kons., M.Si<sup>3)</sup>

### *Abstrak*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling karir untuk meningkatkan kemampuan adaptasi karir mahasiswa BK UNJ angkatan 2011. Metode penelitian yang digunakan adalah *single subject experiment*. Populasi dan sampel dari penelitian ini adalah 1 mahasiswa dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner dan observasi dan dianalisis dengan analisis dalam kondisi, antar kondisi, hasil baseline awal (A-1), intervensi (B) dan baseline akhir (A-2). Dari hasil data yang telah didapatkan diperoleh peningkatan persentase kemampuan adaptasi karir subjek. Pada tahap baseline awal (A-1), persentase yang didapat subjek adalah sebesar 61,3%. Pada tahap intervensi (B) persentase meningkat menjadi 64,8%, sedangkan pada fase baseline akhir (A-2), kemampuan adaptasi karir subjek menjadi 70,2%. Pada analisis antar kondisi juga didapatkan hasil persentase overlap data yang didapatkan subjek adalah sebesar 20%. Hal ini menunjukkan bahwa overlap data termasuk ke dalam kategorisasi sangat rendah. Dari hasil data tersebut dapat diinterpretasikan bahwa pemberian intervensi berupa konseling karir efektif untuk digunakan dalam meningkatkan kemampuan adaptasi karir mahasiswa.

**Kata Kunci :** karir, konseling karir, adaptasi karir.

### **Pendahuluan**

Karir merupakan satu aspek yang termasuk ke dalam tugas perkembangan manusia. Pada tugas perkembangan karir dikenal dengan aspek wawasan dan kematangan karir. Bagi mahasiswa diharapkan mampu memperkaya informasi yang terkait dengan perencanaan dan pilihan karir. Individu sering mengambil keputusan karir dalam ketidak-pastian, tidak memiliki arah dalam eksplorasi

karir juga kurang mampu dalam melakukan perencanaan karir.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswa BK didapatkan data persentase mahasiswa yang memiliki keinginan untuk pindah atau keluar dari program studi BK, yaitu sebanyak 18,18% mahasiswa angkatan 2011 memiliki keinginan untuk pindah program studi. Alasan yang dikemukakan oleh mahasiswa tersebut antara lain kare-

1 Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, nurizzahrobbaniyah@gmail.com

2 Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ

3 Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, fitri\_penelitian@yahoo.com

na ketidakcocokan konsep diri yang dimiliki dengan konsep diri guru BK yang ideal. Oleh karena itu, konseling karir menjadi salah satu alternatif cara yang diharapkan mampu untuk meningkatkan kemampuan adaptasi karir mahasiswa BK.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana efektivitas layanan konseling karir untuk meningkatkan kemampuan adaptasi karir mahasiswa BK FIP UNJ angkatan 2011. Manfaat dari penelitian ini adalah diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan kemampuan adaptasi karir di bidang BK.

## Kajian Teori

Bruce Shertzer mengemukakan karir sebagai suatu rangkaian pekerjaan-pekerjaan, jabatan-jabatan dan kedudukan, yang dipegang oleh orang/ seseorang seumur hidupnya (Sukardi, 1989). Donald Super mengemukakan bahwa karir merupakan suatu rangkaian pekerjaan, jabatan dan kedudukan yang mengarah pada kehidupan dalam dunia kerja (Sukardi, 1989). Adapun H. L Wilensky mengartikan karir sebagai suatu riwayat pekerjaan yang teratur dimana dalam setiap pekerjaan yang ditekuni itu adalah merupakan suatu persiapan untuk selanjutnya atau masa depannya (Sukardi, 1989). Maka dapat disimpulkan bahwa karir adalah suatu rangkaian pekerjaan yang berhubungan dengan posisi, peran, kegiatan, dan pengalaman, yang ditekuni oleh seorang individu untuk persiapan masa mendatang seumur hidupnya.

Konsep dasar teori Super menekankan peran penting yang dimainkan kedewasaan kerja. Konsep utama di dalam teori Super adalah : (a) tahap-tahap karir; (b) tugas-tugas perkembangan yang dicapai ketika berhasil melewati tahap tertentu; (c) pengimplementasian konsep-diri bagi pengembangan identitas karier; (d) perkembangan kedewasaan karier; dan (e) pola karir. Sebagaimana tahapan karir Super, mahasiswa berada dalam tahap eksplorasi (usia 14-24 tahun). Pada tahap ini, individu melakukan tiga proses karir, yaitu : kristalisasi, spesifikasi, dan implementasi (aktualisasi) (Gibson, 2011).

Adaptasi dapat dikonseptualisasikan dengan menggunakan dimensi perkembangan serupa dengan yang digunakan untuk menggambarkan kematangan karir, yaitu perencanaan, mengeksplora-

si, dan memutuskan (Savickas, 1997). Savickas menyebutkan bahwa adaptasi sebagai kualitas untuk mampu mengubah, tanpa kesulitan besar, agar sesuai dengan keadaan baru atau mengubah keadaan (Allison, 2007). Perubahan adaptasi karir akan memusatkan perhatian konselor pada pengembangan kesiapan untuk mengatasi (*coping*) dalam konseli dari segala usia, di semua peran kehidupan (Savickas, 1997). Adaptasi, baik pada remaja maupun orang dewasa, melibatkan sikap *planfull* (perencanaan), eksplorasi diri dan lingkungan, dan informasi pengambilan keputusan.

National Career Development Association menuliskan definisi konseling karir sebagai suatu proses membantu seorang individu dalam perkembangan karir di hidupnya dengan berfokus pada definisi peran kerja dan bagaimana interaksi peran dengan berbagai peran di kehidupan (Koivisto, 2010). Konseling karir yaitu suatu interaksi orang ke orang antara praktisi dan konseli, biasanya berlangsung dengan aplikasi melibatkan teori psikologis dan mengenali keterampilan komunikasi (Kids, 2006). Berdasarkan pendapat para ahli yang telah dipaparkan diatas, dapat disimpulkan bahwa konseling karir adalah suatu bantuan yang diberikan oleh seorang praktisi kepada seorang konseli dalam permasalahannya tentang karir. Selain itu juga membantu konseli untuk membuat perencanaan maupun keputusan tentang karirnya.

Tujuan konseling karir adalah membantu individu yang mengalami permasalahan karirnya, mengantisipasi tugas perkembangan karirnya, merencanakan bagaimana strategi karir dan coping, serta membuat perencanaan kerja selanjutnya. Adapun pendekatan konseling karir yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan Robert Nathan. Parsons menuliskan tiga faktor yang menjadi pilihan bijak dalam memilih karir, yaitu : sebuah pemahaman yang jelas tentang diri, sebuah pengetahuan tentang persyaratan dan prospek pada perbedaan garis kerja, dan kebenaran penalaran pada dua kelompok fakta (Nathan, 2006).

## Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode single subject experiment dengan disain penelitian A-B-A. Penelitian ini di-

laksanakan di Fakultas Ilmu Pendidikan UNJ sejak bulan Januari-Juni 2013. Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa BK UNJ angkatan 2011. Adapun subjek penelitian adalah seorang mahasiswa BK UNJ angkatan 2011 yang memiliki kemampuan adaptasi karir yang rendah sebagaimana hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan sebelumnya. Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel terikat (adaptasi karir mahasiswa) dan variabel bebas (intervensi yang diberikan yakni konseling karir).

Teknik analisis data yang dilakukan terdiri dari dua jenis, yaitu : analisis dalam kondisi dan analisis antar kondisi. Pada analisis dalam kondisi, komponen yang akan dianalisis meliputi tingkat stabilitas, kecenderungan arah, dan level perubahan. Sedangkan pada analisis antar kondisi terdapat beberapa langkah yang harus dianalisis, yaitu : menentukan jumlah variabel yang diubah, perubahan kecenderungan arah, perubahan kecenderungan stabilitas, level perubahan, serta persentase overlap pada kondisi baseline dengan intervensi. Semakin besar skor level perubahan, semakin meningkat grafik kecenderungan jejak, semakin meningkat grafik kecenderungan arah, dan semakin kecil persentase overlap data (0-25%) maka semakin efektif intervensi konseling karir untuk meningkatkan kemampuan adaptasi karir mahasiswa.

## Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai kemampuan adaptasi karir mahasiswa pada tahap A-1, B dan A-2 adalah sebagai berikut :

Nama	A-1	B	A-2
DR	61,3 %	64,8 %	70,2 %

A-1 : Kondisi awal kemampuan adaptasi karir subjek penelitian sebelum diberikan intervensi berupa konseling karir. Pada tahap ini peneliti melakukan baseline awal sebanyak tiga kali dalam jangka waktu lima hari.

B : Kondisi kemampuan adaptasi karir subjek penelitian selama diberikan intervensi berupa konseling karir. Intervensi dilakukan sebanyak lima kali pertemuan dalam jangka waktu 29 hari.

A-2 : Pengulangan kondisi baseline sebagai evaluasi sejauh mana intervensi yang diberikan mem-

pengaruhi kemampuan adaptasi karir subjek penelitian. Tahap ini dilakukan sebanyak tiga kali dalam jangka waktu lima hari.

Adapun pencapaian rerata per-indikator yang dialami oleh subjek penelitian adalah sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Pencapaian Rerata Per Indikator**

Indikator	A-1	B	A-2
<i>Concern (Planfulness)</i>	54,4 %	63,3 %	72,2 %
<i>Control (Eksplorasi Diri dan Lingkungan)</i>	62,2 %	68,7 %	64,4 %
<i>Curiosity (Mencari Informasi dalam Pengambilan Keputusan)</i>	63,3 %	60 %	73,3 %
<i>Confidence (Kesiapan Coping)</i>	65,6 %	67,3 %	71,1 %

Pada penelitian ini, fase awal dan akhir baseline diisi oleh subjek penelitian. Instrumen yang digunakan berupa instrumen baku yang berjudul Skala Kemampuan Adaptasi Karir yang telah diadaptasi oleh peneliti.

Pada penelitian ini, terlihat beberapa kecenderungan bahwa subjek memandang dirinya berbeda dengan ketika orang lain, dalam hal ini saat peneliti mengobservasi subjek penelitian. Hal ini terlihat pada indikator 2 dan 3, pada indikator 2 yaitu mampu mengeksplorasi diri dan lingkungan (control), di tahap A-1 subjek memiliki persentase sebesar 62,2 %, sedangkan pada tahap B persentase sebesar 69% dan pada tahap A-2 sebesar 64,4 %. Sebagaimana yang telah disebutkan di atas bahwa pada tahapan baseline awal dan akhir merupakan hasil self report dari subjek sendiri. Sedangkan tahap intervensi merupakan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti.

Di tahap intervensi, peneliti melihat beberapa peningkatan kemampuan adaptasi karir yang dimiliki subjek, seperti subjek menyadari berbagai kelebihan yang dimiliki oleh dirinya. Selama intervensi, Subjek menyadari bahwa ternyata konsep diri yang dimiliki olehnya beririsan dengan konsep diri yang idealnya dimiliki oleh guru BK. Namun dari hasil data baseline akhir yang telah didapatkan, diketahui bahwa subjek mengalami penurunan sebesar 5,6% pada indikator ini. Hal ini berarti bahwa subjek me-

mandang dirinya lebih rendah dibanding orang lain menilai dirinya. Faktor eksternal dalam hal ini cukup berperan bagi subjek. Subjek membutuhkan penguatan eksternal yang meyakinkan bahwa dirinya memiliki kemampuan yang baik.

Berbeda dengan indikator 3 yaitu mencari informasi dalam pengambilan keputusan (*curiosity*). Dari hasil data yang didapatkan, diketahui bahwa subjek mengalami peningkatan yang cukup baik. Dari hasil A-1 subjek memiliki persentase sebesar 63,3% sementara pada A-2 dengan persentase 73%. Meskipun dari hasil observasi selama intervensi, peneliti memberikan penilaian pada subjek dengan persentase yang lebih rendah dibanding hasil A-1 dan A-2, yaitu sebesar 60%. Hal ini terlihat dari kondisi subjek yang kurang antusias dalam mencari informasi untuk mengembangkan bidang karirnya.



Adapun pada indikator 1 dan 4, yaitu (1) memiliki sikap *planfulness (concern)* dan (4) kesiapan menentukan strategi coping (confidence), subjek mengalami peningkatan yang cukup baik. Peningkatan yang cukup signifikan terlihat pada indikator 1 yaitu memiliki sikap *planfulness (concern)*, pada A-1 sebesar 54,4%, B sebesar 63,3%, dan A-2 sebesar 72,2%. Pada saat intervensi dilakukan, peneliti menggali informasi mengenai pilihan karir yang diambil oleh subjek. Sehingga pada tahap intervensi dan A-2, subjek menyadari bahwa pilihan karirnya saat ini merupakan persiapan untuk masa depan karirnya dan subjek juga membuat perencanaan karir jangka panjang dan jangka pendek.

Adapun pada indikator 4, persentase yang dimiliki oleh subjek juga mengalami peningkatan meskipun kurang terlihat signifikan. Pada tahap A-1 subjek memiliki persentase sebesar 65,6%, B sebesar 67,3%, dan A-2 sebesar 71,1%. Pada tahap intervensi, peneliti memberikan semacam latihan kepada subjek untuk mempersiapkan strategi coping dalam karirnya.

Berdasarkan analisis dalam dan antar kondisi yang telah dilakukan dalam penelitian ini didapatkan hasil sebagaimana terlihat di Tabel 2 :

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa pemberian layanan konseling karir, efektif untuk digunakan dalam meningkatkan kemampuan adaptasi karir mahasiswa.

**Tabel 2**  
**Komponen Analisis Kriteria Efektivitas**

Komponen Analisis	Hasil Penelitian	Analisis Hasil Penelitian
Level Perubahan	A-1 = +2 B = +21 A-2 = +2	Selisih yang dimiliki cukup besar sehingga intervensi yang diberikan berupa layanan konseling karir efektif untuk meningkatkan kemampuan adaptasi karir mahasiswa.
Kecenderungan Jejak	 Meningkat	Kecenderungan jejak yang dialami pada penelitian ini meningkat sehingga intervensi yang diberikan efektif untuk meningkatkan kemampuan adaptasi karir mahasiswa.
Kecenderungan Arah	 Meningkat	Kecenderungan arah yang dialami pada penelitian ini meningkat sehingga intervensi yang diberikan efektif untuk meningkatkan kemampuan adaptasi karir mahasiswa.
Overlap Data	20 %	Persentase overlap data pada penelitian ini sebesar 20 %. Semakin kecil persentase overlap maka intervensi semakin efektif digunakan untuk meningkatkan kemampuan adaptasi karir mahasiswa.

## Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa terdapat peningkatan kemampuan adaptasi karir mahasiswa BK pada setiap tahapnya. Pada tahapan A-1 (baseline 1), persentase kemampuan adaptasi karir mahasiswa sebesar 61,3%. Sedangkan pada tahap B (intervensi) dan A-2 persentase yang dimiliki oleh subjek adalah sebesar 64,8% dan 70,2%.

Dari hasil penelitian ini juga didapatkan selisih skor level perubahan yang cukup tinggi, kecenderungan jejak dan arah yang meningkat, juga persentase overlap sebesar 20%. Semakin besar selisih skor pada level perubahan, semakin meningkat grafik kecenderungan jejak dan arah, juga semakin

kecil persentase overlap maka semakin baik pengaruh intervensi terhadap target behavior.

Dengan demikian, dapat diinterpretasikan bahwa pemberian intervensi berupa layanan konseling karir mempengaruhi peningkatan adaptasi karir mahasiswa. Dengan kata lain, penggunaan konseling karir cukup efektif digunakan untuk meningkatkan kemampuan adaptasi karir mahasiswa.

### **Daftar Kepustakaan**

- Azwar, Saifuddin. Metodologi Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000.
- Cosseted, Imelda and Charlene J Allison. Donald E Super: Life Space and Life Span Theory of Career Development. Lynwood, 2007.
- J. Allison, Charlene and Mel Cossette. Three Theories of Career Development and Choice. Lynwood, 2007.
- Koivisto, Petro. Preparing for Working Life: Effects of Group Counseling on Adolescents Career Development and Mental Health. Finlandia: Juvenes Print, 2010.
- L. Gibson, Robert and Marianne H. Mitchell. Bimbingan dan Konseling. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2011.
- L. Savickas, Mark. Career Adaptability: An Integrative Construct for Life-Span, Life Space Theory. 1997.
- M. Kids, Jennifer. Understanding Career Counseling: Theory, Research, and Practice. India: Sage Publications, 2006.