

## MENINGKATKAN EFIKASI DIRI DALAM PEMBUATAN KEPUTUSAN KARIER SISWA MELALUI TEKNIK MODELING SIMBOLIK

**Rini Setiawati**

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan\_Universitas Tidar

Email: [rinisetiawati41@untidar.ac.id](mailto:rinisetiawati41@untidar.ac.id)

### **Abstract**

*Making career decisions for students is not an easy matter. Sometimes, students encounter obstacles and doubts before deciding on a career path. To overcome individual uncertainty in making career decisions, it is necessary to have self-efficacy. Student self-efficacy in making student career decisions needs to be grown and developed. The symbolic modeling technique as an alternative in increasing self-efficacy in making career decisions was tested for its effectiveness in this study. The quasi-experimental in this study divided the research subjects into two groups, namely control and experiment where each group consisted of 16 students. The control group was given conventional treatment by the BK teacher, while the experimental group received treatment in the form of symbolic modeling techniques. The self-efficacy scale in making career decisions for students of class X SMA N 1 Tempel, was tested by t-test to determine the effectiveness of symbolic modeling techniques. The result of the hypothesis test is that the t-count value is greater than the t-table which is  $-2.380 > 1.703$ . Based on the results of the t-test, it can be concluded that self-efficacy in career decision making can be improved through symbolic modeling techniques.*

**Keywords:** *symbolic modeling, self-efficacy, career decision making*

### **Abstrak**

*Pembuatan keputusan karier bagi siswa bukan perkara mudah. Terkadang, siswa menemui hambatan dan keraguan sebelum memutuskan salah satu jalur karier. Untuk mengatasi ketidakpastian individu dalam membuat keputusan karier, perlu adanya efikasi diri. Efikasi diri siswa dalam pembuatan keputusan karier siswa perlu ditumbuhkan dan dikembangkan. Teknik modeling simbolik sebagai salah satu alternatif dalam meningkatkan efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier diuji efektivitasnya dalam penelitian ini. Eksperimen kuasi dalam penelitian ini membagi subjek penelitian menjadi dua kelompok yakni kontrol dan eksperimen dimana setiap kelompok berjumlah 16 siswa. Kelompok kontrol diberikan perlakuan konvensional oleh guru BK, sedangkan kelompok eksperimen mendapat perlakuan berupa teknik modeling simbolik. Skala efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier siswa kelas X SMA N 1 Tempel, diuji dengan t-test untuk mengetahui keefektifan teknik modeling simbolik. Hasil uji hipotesis yakni lebih besar nilai t hitung dari pada t table yakni  $-2.380 > 1.703$ . Berdasarkan hasil uji t tersebut ditarik kesimpulan efikasi diri dalam pengambilan keputusan karier dapat ditingkatkan melalui teknik modeling simbolik.*

**Kata Kunci:** *modeling simbolik, efikasi diri, pembuatan keputusan karier*

## 1. PENDAHULUAN

Dalam rentang kehidupan manusia, masa remaja merupakan fase yang tak kalah penting. Pada tahap ini, remaja mulai mempersiapkan karier dengan membuat rencana karier yang disesuaikan bakat, minat, peluang; mengeksplorasi alternatif-alternatif kemungkinan karier yang dapat dicapai; mencari berbagai informasi tentang karier yang diminati; dan pada akhirnya memantapkan pilihan karir (Bardick, Bernes, Magnusson, dan Witko, 2006; Creed, Patton, dan Prideaux, 2006). Siswa merupakan individu yang sedang berkembang ke arah kematangan. Yusuf (2013) mengemukakan bahwa dalam tahapan menuju kematangan, remaja sering kali menemukan permasalahan yang menyebabkan ketidakstabilan bahkan kemandegan dalam prosesnya. Tidak sedikit remaja yang mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan karier (Creed, Patton, dan Prideaux, 2006; Hirschi dan Lage, 2007; Argyropoulou, Sidiropoulou-Dimakakao dan Besevegis, 2007). Sebagai dampaknya, tidak sedikit remaja yang masih mengalami kebimbangan dalam menentukan pilihan karier sehingga berakibat pada ketidaksesuaian antara target yang diharapkan dari siswa dengan kenyataan di lapangan.

Keputusan karier bagi siswa SMA merupakan hal penting karena dihadapkan pada dua pilihan antara bekerja sejalan dengan karier yang ditekuninya atau melanjutkan sekolah sesuai dengan karier yang akan ditekuninya. Apapun keputusan mereka, keyakinan diri (efikasi diri) dalam membuat keputusan karier menjadi penting karena akan berpengaruh pada karier selanjutnya. Siswa dengan keyakinan diri tinggi cenderung mudah membuat keputusan karier.

Data konseling bulan September-Oktober 2013 (Ardiyanti & Alsa, 2015) menunjukkan bahwa dari berbagai SMA di Yogyakarta terdapat 164 siswa Kelas XI mengalami keraguan dan kesulitan saat memilih dan memutuskan pilihan program studi yang sesuai dengan karier yang telah

diminati sebelumnya. Peneliti melakukan wawancara dengan 20 siswa Kelas X di SMA 1 Tempel, 12 diantaranya merasa ragu dalam membuat keputusan karier. Berdasarkan hasil analisis instrumen yang dilakukan oleh guru BK diketahui 4 penyebab ketidakyakinan siswa dalam membuat keputusan karier adalah: (1) siswa tidak mengetahui program studi yang diminati, (2) siswa tidak mengetahui peluang karier program studi yang diminati, (3) terdapat kesenjangan antara program studi keinginan orang tua dengan yang diminati, (4) siswa merasa tidak mempunyai keterampilan yang cukup untuk mendaftar di program studi tertentu yang diminati.

Paparan di atas menjadi bukti bahwa dalam hal membuat keputusan karier bukanlah hal mudah. Untuk mengatasi ketidakpastian individu dalam membuat keputusan karir, perlu adanya efikasi diri. Hasil penelitian Bandura, 1997; Brown dan Lent, 2005; Creed, Patton, dan Prideaux, 2006; Pappas dan Kounenou, 2011 menyebutkan bahwa salah satu faktor yang urgen dan berpengaruh dalam menentukan keputusan karier seseorang ialah efikasi diri. Efikasi diri siswa dalam pembuatan keputusan karier siswa perlu ditumbuhkan dan dikembangkan. Efikasi diri dalam mengambil keputusan karier juga menentukan keberhasilan karier dan kepuasan kerja (Walgito, 1989). Mahmuda (2010) mengemukakan bahwa keyakinan dalam hal keputusan karier sangat penting, karena memiliki korelasi terhadap keberhasilan atau kegagalan seseorang dalam pekerjaannya.

Sejalan dengan pendapat di atas, Flores, dkk. (2006) menyatakan bahwa maksud dari efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier adalah keyakinan yang dimiliki seseorang terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas-tugas yang berhubungan dengan keputusan karier. Penelitian yang dilakukan oleh Mulyana (2009); Budiningsih (2012); Widyastuti dan Pratiwi (2013) menunjukan bahwa dibandingkan dengan dukungan

sosial keluarga, efikasi diri berkontribusi terhadap stabilitas keputusan karier\

Efikasi diri bisa dikembangkan bahkan ditingkatkan melalui empat cara yaitu: (1) pengalaman penguasaan aktif, (2) persuasi sosial, (3) keadaan fisiologis dan afektif, dan (4) pengalaman orang lain (Bandura, 1997). Pengalaman orang lain dapat dijadikan bahan pembelajaran bagi orang lain. Mengamati kesuksesan atau kegagalan orang lain dapat mengubah pandangan bahkan perilaku individu. *Vicarious experiences* (pengalaman orang lain) disebut juga dengan modeling (Luthan dalam Masruroh 2012).

Bandura (1997, hlm. 86) mengemukakan bahwa pemodelan dapat digunakan sebagai salah satu teknik untuk menumbuhkan rasa efikasi diri seseorang, karena banyak orang yang tidak percaya bahwa pencapaian terbaik yang pernah didapatkan merupakan sumber informasi tentang kemampuan mereka. Efikasi diri dapat meningkat saat mengobservasi keberhasilan seseorang baik melalui slide, audio, video, atau film.

Teknik modeling terbukti memiliki kontribusi terhadap peningkatan efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier. Penelitian Masruroh (2012), Sintadewi, dkk (2014) menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik pemodelan mastery model lebih efektif dalam meningkatkan efikasi diri akademik. Salah satu macam dalam teknik modeling adalah modeling simbolik (Corey, 1999, dalam Nursalim dkk, 2005). Teknik modeling simbolik dilakukan dengan melihat dan mengamati kesuksesan atau kegagalan orang lain. Modeling simbolik dengan menampilkan model (tokoh) melalui film, video atau media lain akan menarik perhatian siswa karena cenderung tidak monoton.

Berdasarkan data hasil penelitian terdahulu, fenomena efikasi diri (*self-efficacy*) dalam pembuatan keputusan karier menjadi sangat penting. Oleh karena itu, efikasi diri dalam

pembuatan keputusan karier khususnya dalam pemilihan program studi harus ditumbuhkan sejak dini untuk meminimalisir ketidakpastian dalam mengambil keputusan karier siswa dan menjadi lebih mantap dalam menjalani karier ke depan.

## 2. METODE PENELITIAN

Metode kuasi eksperimen yang dirancang dalam penelitian ini menggunakan *non-equivalent control group design*. Secara singkat, subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok yakni kelompok A yang selanjutnya disebut kelompok eksperimen dan kelompok B yang selanjutnya disebut kelompok kontrol. Teknik modeling simbolik diberikan kepada kelompok A (kelompok eksperimen), sedangkan kelompok B (kelompok kontrol) diberikan perlakuan konvensional oleh guru BK, kemudian keduanya diberikan *pre-test* dan *post-test*. Penelitian di SMA Negeri 1 Tempel ini, membandingkan kelompok kontrol dan eksperimen untuk mengukur perubahan yang terjadi (efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier) sebagai hasil dari perlakuan (teknik modeling simbolik).

Teknik modeling simbolik dalam penelitian ini adalah proses belajar observasi perilaku yang dilakukan oleh siswa Kelas X SMA Negeri 1 Tempel dengan cara mengamati perilaku individu sebagai model melalui *power point*, video, dan film untuk merangsang gagasan, sikap, dan perilaku. Sedangkan efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier dalam penelitian ini adalah keyakinan pada kemampuan seseorang untuk menyelesaikan tugas-tugas yang berkaitan dengan keputusan karier ketika memilih program studi lanjut di Perguruan Tinggi (PT) ditandai dengan dimensi *level*, *strength* dan *generality*.

Dimensi *level* (tingkat kesulitan) merupakan keyakinan yang dimiliki individu mengenai kemampuannya dalam menyelesaikan tugas pada

tingkat kesulitan yang berbeda. Dimensi *strength* (tingkat kekuatan) merupakan merupakan kemantapan individu terhadap kemampuan yang dimiliki, mencakup ketahanan dan ketekunan dalam menghadapi permasalahan. Dimensi *generability* (rentang keluasaan bidang) merupakan cakupan luas bidang tingkah laku individu mengenai kemampuannya.

Teknik uji *t-independent* digunakan untuk menganalisis data efikasi diri siswa dalam pengambilan keputusan karier sebelum dan sesudah diberikan teknik modeling simbolik. Prinsip dari teknik uji *t-test* ini adalah dengan membandingkan rerata kelompok kontrol dan eksperimen.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil *pre-test* mengenai efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier yang dilakukan terhadap 119 orang siswa SMA Negeri 1 Tempel adalah mayoritas (78,99%) siswa berkategori sedang, sebagian kecil (20,17%) siswa berkategori tinggi, dan sangat sedikit (0,84%) siswa berkategori rendah.

Berdasarkan cara mengatasi tugas-tugas yang berhubungan dengan keputusan karier, siswa dengan *self-efficacy* tinggi ditandai adanya kepercayaan pada kemampuan dirinya, sedangkan siswa dengan *self-efficacy* sedang cenderung lebih percaya diri pada kemampuan mereka, dan siswa dengan *self-efficacy* rendah ditandai kurangnya kepercayaan pada kemampuan dirinya. Skinner (Pujiastuti dkk, 2012) mengemukakan remaja dengan efikasi diri tinggi, cenderung menetapkan tujuan yang lebih tinggi dan spesifik, mengembangkan rencana yang logis, dan menghadapi tantangan. Lee dan Bobko (1994) yang menyatakan bahwa individu dengan *sense of self efficacy* kuat dalam situasi tertentu akan

mengarahkan semua upaya dan perhatiannya guna mencapai tujuan dan hasil yang maksimal.

Orang dengan *self-efficacy* rendah dalam membuat keputusan karier dapat menunda membuat keputusan karier (Betz, 1992). Bahkan ketika *self-efficacy* rendah dalam pembuatan keputusan karier didasarkan pada penilaian yang realistis dari ketrampilan seseorang dan pengalaman masa lalu, hal ini menyebabkan kurangnya kesadaran individu mengenai potensinya yang menghambat keberhasilan dalam mengejar karier yang berbeda (Betz & Hackett, 1981).

Bandura (1997) menyatakan bahwa orang dengan *self-efficacy* tinggi dicirikan oleh keyakinan pada kemampuan mereka untuk menangani dan menghadapi peristiwa dan situasi secara efektif, tekun dan ulet dalam menyelesaikan tugas, memiliki keyakinan pada kemampuan yang dimiliki, menjadikan kesulitan sebagai sebuah tantangan yang harus dipecahkan dan menyukai situasi, kondisi dan lingkungan baru, membuat dirinya untuk tertantang dan memiliki keyakinan yang kuat akan kemampuannya, selalu optimal dalam melakukan aktivitas dan selalu berusaha dan pantang menyerah saat mengalami kegagalan, fokus pada penyelesaian tugas dan alternatif-alternatif kemungkinan pemecahan saat menghadapi kesulitan, memiliki resiliensi yang tinggi setelah mengalami kegagalan, dan tidak menghindar dari masalah dan ancaman serta memiliki keyakinan bahwa mereka bisa melakukannya.

Rasa tidak berdaya, rentan terhadap kesedihan, apatis, kecemasan, menarik diri dari tugas-tugas yang sulit, cepat menyerah dalam menghadapi rintangan, ambisi yang rendah dan komitmen yang lemah terhadap tujuan yang ingin dicapai, dalam situasi sulit cenderung memikirkan kekurangan mereka sendiri, kesulitan tugas, dan

konsekuensi dari kegagalan mereka, dan lambat untuk pulih dari kegagalan merupakan tanda-tanda orang yang memiliki *self-efficacy* rendah (Bandura, 1997).

Peneliti menggunakan uji rerata (*t-test*) untuk menguji keefektifan teknik modeling simbolik untuk meningkatkan efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier siswa Kelas X SMA N 1 Tempel. Hasil pengolahan data dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1**  
**Uji Perbedaan Rerata Kelompok**  
**Kontrol dan Eksperimen**

Kelas	Rata-rata	Hasil Uji t hitung	Hasil Uji t tabel	Sig. (2 tailed)	Ket
Eksperimen	145.44	-2.380	1.736	0.030	Signifikan
Kontrol	133.89				

Nilai *t* hitung pada tabel di atas dengan *df* 16 nilai sig (*2-tailed*) = 0.030 adalah sebesar -2.380, sedangkan nilai *t* tabel pada taraf signifikansi ( $\alpha = 0.05$ ) adalah sebesar 1.736. Maka hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa *t* hitung lebih besar daripada *t* tabel, yaitu  $-2.380 > 1.736$ . Maka dapat dikatakan efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier siswa Kelas X SMA N 1 Tempel dapat ditingkatkan melalui teknik modeling simbolik efektif.

**Tabel 2**  
**Gambaran Hasil Pre-Test dan Post-Test**  
**Kelompok Eksperimen**

Dimensi	Indikator	Rerata Post-test	Rerata Pre-test	Gai n	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Level	Yakin dalam menghadapi tugas sulit	26.33	21.89	4.44	0.018	Signifikan
	Yakin dalam merencanakan tugas terkait pengambilan keputusan karier	22.44	17.78	4.67	0.006	Signifikan
	Bertahan lebih lama saat mengalami kesulitan	21.22	20.11	1.11	0.536	Tidak Signifikan
Strengh	Ulet dalam berusaha dan menghadapi tantangan	27.89	23.89	4.00	0.004	Signifikan
	Yakin dalam menghadapi	21.67	19.22	2.44	0.0173	Tidak Signifikan

berbagai situasi dalam proses pengambilan keputusan karier

Yakin untuk melakukan suatu tugas yang belum pernah dikerjakan	25.89	22	3.89	0.025	Signifikan
--	-------	----	------	-------	------------

**Tabel 3**  
Gambaran Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Kontrol

Dimensi	Indikator	Rerata	Rendahnya	Guganya	Signifikan (2-tailed)	Keterangan
<i>Level</i>	Yakin dalam menghadapi tugas sulit	2.78	2.2	0.6	0.9	Tidak Signifikan
	Yakin dalam merencanakan tugas terkait pengambilan keputusan karier	2.4	1.9	1.1	0.3	Tidak Signifikan
<i>Strength</i>	Bertahan lebih lama saat mengalami	2.2	1.1	1.1	0.6	Tidak Signifikan

Tabel 2 memperjelas bahwa nilai sig. (2-tailed) < 0,05 artinya terdapat perbedaan antara skor rerata *pre-test* dan *post-test*. Maka dapat dikatakan teknik modeling simbolik efektif meningkatkan efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier siswa kelompok eksperimen dalam 4 indikator yakni yakin dalam menghadapi tugas sulit, yakin dalam merencanakan tugas terkait pengambilan keputusan karier, ulet dalam berusaha dan menghadapi tantangan, dan yakin untuk melakukan suatu tugas yang belum pernah dikerjakan.

Dimensi *strength* dengan indikator bertahan lebih lama saat mengalami kesulitan dan dimensi *generality* dengan indikator yakin dalam menghadapi berbagai situasi dalam proses pengambilan keputusan karier mengalami peningkatan tetapi tidak signifikan. Artinya, siswa masih memiliki percaya akan kemampuan diri yang rendah.

Sedangkan siswa dalam kelompok kontrol, hasil perbandingan *pre-test* dan *post-test* dapat dicermati dari table di bawah ini

	kesulitan					dikerjakan
	Ulet dalam berusaha dan menghadapi tantangan	2	2	1	0	Tidak signifikan
	Yakin dalam menghadapi berbagai situasi dalam proses pengambilan keputusan karier	1	1	0	0	Tidak signifikan
	Yakin untuk melakukan suatu tugas yang belum pernah	2	2	0	0	Tidak signifikan
<i>Generality</i>	Yakin dalam menghadapi berbagai situasi dalam proses pengambilan keputusan karier	9	8	3	0	Signifikan
	Yakin untuk melakukan suatu tugas yang belum pernah	2	4	8	2	Signifikan

Tabel 3 menunjukkan adanya peningkatan nilai antara *pretest* dan *posttest* namun tidak signifikan. Walaupun jika dilihat dari *gain score* mengalami peningkatan namun ketika dilakukan uji t berdasarkan hasil pengolahan data bahwa nilai sig. (*2 tailed*) > 0.05, H0 diterima hal ini berarti bahwa tidak ada perbedaan antara skor rerata *pre-test* dan *pos-test* pada kelompok kontrol.

Efikasi diri dalam pengambilan karier merupakan penilaian individu terhadap kemampuannya dalam memilih, mengembangkan, dan menyesuaikan kariernya (Anderson dan Betz dalam Nasta K. A., 2007). Ballout (2009) mengemukakan bahwa orang dengan efikasi diri tinggi dalam hal keputusan karier akan memberikan lebih banyak usaha dan memiliki banyak strategi karier untuk mencapai tujuan tersebut. Sebaliknya dengan efikasi diri rendah membatasi diri pada pengalaman positif. Oleh karena itu, individu perlu memperoleh pengetahuan diri tentang kemampuan mereka, kecakapan fisik, dan keterampilan untuk mengatasi situasi yang mereka hadapi sehari-hari.

Selain berdasarkan hasil perhitungan secara kuantitatif, efektivitas teknik modeling simbolik dapat dilihat dari respon siswa dalam pelaksanaan dan hasil pengisian jurnal. Siswa terlihat antusias selama mengikuti kegiatan sesi dari awal hingga akhir. Hal ini terlihat saat penyampaian materi siswa memperhatikan, memperoleh pemahaman dan pengalaman baru, terbuka terhadap permasalahan karier yang dialaminya, berani mengungkapkan perasaan masing-masing dan

memberikan pendapat pada tayangan yang disampaikan serta mengikuti kegiatan sesuai dengan arahan.

Secara umum, jurnal kegiatan pada sesi ke-2 menunjukkan bahwa semua siswa memiliki kemampuan bertahan saat mengalami kesulitan dan ulet dalam berusaha dan menghadapi tantangan. Hal ini dibuktikan dengan jawaban mayoritas (7) siswa yang mengemukakan bahwa tidak boleh cepat putus asa, mudah menyerah dan semangat ketika menghadapi tantangan.

Jurnal sesi ke-3 menunjukkan semua siswa memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya dalam melakukan tugas terkait dengan pengambilan keputusan karier. Hal ini dibuktikan dari jawaban seluruh siswa yang mengemukakan bahwa harus memiliki jiwa pantang menyerah, tidak takut gagal, bekerja keras, tidak mudah putus asa, memiliki semangat tinggi, tidak takut mencoba, dan tidak terburu-buru dalam menentukan keputusan.

*Self-efficacy* yang tinggi dalam pembuatan keputusan karier akan meningkatkan partisipasi individu dalam bereksplorasi karier (Wolfe dan Betz, 2004; Stone, 2006). Individu dengan efikasi diri yang tinggi mengeksplorasi kemungkinan-kemungkinan karier yang dapat dicapainya berdasarkan kemampuan yang dimiliki. Dalam jurnal sesi ke-4 menunjukkan semua siswa memiliki kemampuan merencanakan tugas terkait pengambilan keputusan karier dan dapat melakukan tugas yang belum pernah dikerjakan. Hal ini tercermin dari jawaban siswa yang mengemukakan bahwa perlu mencari informasi dan diskusi dengan orang yang berpengalaman (orang tua, guru BK) untuk membuat keputusan karier, mengetahui langkah-langkah untuk membuat keputusan karier, mantap dalam memilih karier di masa depan, dan memiliki beberapa cita-cita yang menjadi prioritas.

Bandura (1997) mengemukakan bahwa orang dengan efikasi diri tinggi dicirikan oleh keyakinan pada kemampuan mereka untuk

menangani dan menghadapi peristiwa dan situasi secara efektif, ulet menyelesaikan tugas, yakin akan kemampuannya, tidak menganggap kesulitan sebagai ancaman dan menyukai lingkungan baru, berani mengambil resiko, dan memiliki komitmen yang kuat terhadap kemampuannya, selalu optimal dalam melakukan aktivitas dan selalu berusaha ketika mengalami kegagalan, fokus terhadap tugas dan strategi ketika menghadapi kesulitan, bangkit dengan segera saat mengalami kegagalan, dan menghadapi tekanan dan ancaman dengan keyakinan bahwa mereka bisa melakukannya.

Terdapat empat cara yang dapat dilakukan untuk menumbuhkan dan mengembangkan efikasi diri (Bandura, 1997) yakni: 1) Pengalaman penguasaan aktif adalah sumber informasi paling berpengaruh tentang efikasi diri; 2) Persuasi sosial adalah konfirmasi dari orang lain bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk mencapai apa yang diinginkannya; 3) Keadaan fisiologis dan afektif adalah kecemasan tingkat rendah yang terkait dengan perilaku yang relevan; 4) Pengalaman orang lain adalah belajar dengan mengamati perilaku orang lain.

Sumber efikasi diri ini tidak hanya penting dalam perkembangan awal, tetapi juga dapat digunakan sebagai panduan untuk merancang intervensi yang dapat menciptakan atau memperkuat harapan efikasi diri (Betz, 2004). Remaja dalam tahap perkembangan masih memerlukan model untuk menyadarkan perasaan efikasi diri. Banyak orang (termasuk remaja) tidak percaya bahwa prestasi sebelumnya merupakan sumber informasi tentang kemampuannya, oleh karena itu modeling dapat dijadikan sebagai teknik untuk menumbuhkan rasa efikasi diri yang dimiliki oleh seseorang (Bandura, 1997).

Bandura (1997) juga menemukan bahwa terdapat hubungan antara lingkungan dan efikasi diri. Jika keduanya dikorelasikan akan menghasilkan empat kemungkinan. Pertama, efikasi diri rendah dikombinasikan dengan kondisi

suasana lingkungan yang tidak mendukung membuat orang merasa apatis, enggan, dan tidak berdaya. Kedua, efikasi diri tinggi dikombinasikan dengan keadaan lingkungan yang tidak mendukung maka individu cenderung akan menambah usahanya untuk memperbaiki lingkungan. Individu tersebut mungkin memiliki kekuatan untuk memprotes, kegiatan aktivitas sosial, atau bahkan perubahan. Namun, jika semua upaya gagal, mereka menyerah dan mencari suasana lingkungan baru yang mendukung. Ketiga, efikasi diri rendah dikombinasikan dengan suasana lingkungan yang mendukung dapat membuat orang merasa depresi saat melihat orang lain dapat berhasil melakukan tugas-tugas yang menurutnya terlalu sulit. Keempat, efikasi diri yang tinggi dengan suasana lingkungan yang mendukung, maka kemungkinan besar akan mendapatkan hasil yang diinginkannya.

Pentingnya pengaruh lingkungan terhadap efikasi diri, siswa hendaknya difasilitasi dengan lingkungan yang responsif. Guru, orang tua dan lingkungan menjadi model bagi siswa, oleh karena itu harus menciptakan lingkungan yang kondusif dan responsif. Seperti, guru memberikan informasi yang dapat memberikan kemantapan karier siswa, guru dan orang tua memberikan arahan saat siswa membuat keputusan karier, guru dan orang tua saling bersinergi dalam pembuatan karier siswa, orang tua dan guru memberikan dukungan atas keputusan karier siswa, dan orang tua memberikan dukungan baik secara moral maupun materi.

Melalui teknik modeling simbolik memungkinkan siswa untuk mengamati, mengobservasi, menggeneralisasi (model) perilaku orang lain dengan mengajarkan konten tertentu untuk membantu siswa memahami apa yang mereka pelajari melalui media *power point, leaflet, film, video, dan review*. Media merupakan segala benda, materi, objek yang digunakan untuk menyampaikan pesan dan membangkitkan otak,

perasaan, afeksi dan keterampilan (Ibrahim dan Syaodih, 2003). Manfaat penggunaan media menurut Arsyad (2002) adalah adanya respon positif, menjadi lebih menarik dan interaktif. Karakteristik beberapa model dalam video, film dan cerita lebih populer, menarik dan dipahami di kalangan siswa.

Nursalim dkk (2005) mengemukakan bahwa penerapan strategi teknik modeling simbolik menggunakan media audio dan video, serta media tertulis seperti buku dan komik. Media adalah segala benda, materi, objek yang bisa dipergunakan dalam menyampaikan pesan yang merangsang otak, perasaan, afeksi dan pembelajaran bagi siswa (Miarso dalam Nursalim 2005). Penelitian ini menggunakan media *slide power point, leaflet, video, film dan review film*.

Modeling erat kaitannya dengan *observational learning observational learning* yakni konsep bahwa orang belajar dengan mengamati perilaku orang lain (model) atau menanggapi perilaku baru mengamati kinerja orang lain (Mappiere, 2006). Hasil *pre-test* dan *post-test* mengalami perbedaan setelah diberikan teknik modeling simbolik, hal ini menunjukkan bahwa siswa dapat mengamati dan menanggapi perilaku model yang disajikan. Peningkatan efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier belum dapat dilihat dari ranah psikomotorik. Siswa mengalami perubahan kognitif dan afektif ditandai dengan adanya pemikiran positif akan kemampuan diri, memiliki keyakinan mampu untuk menghadapi, bertahan dan ulet saat mengalami tantangan dan kesulitan, mampu merencanakan tugas terkait pengambilan keputusan karier, serta dapat membuat rencana keputusan karier yang tepat.

Hasil *pre-test* dan *post-test* efikasi diri dalam pembuatan keputusan kariernya mengalami peningkatan yang signifikan kecuali indikator bertahan lebih lama saat mengalami kesulitan dan yakin dalam menghadapi berbagai situasi dalam proses pengambilan keputusan karier akibat

adanya perlakuan teknik modeling simbolik pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan perlakuan konvensional dari Guru Bimbingan dan Konseling.

#### 4. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan secara umum teknik modeling simbolik dapat meningkatkan efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier siswa Kelas X SMA Negeri 1 Tempel. Secara spesifik efikasi diri dalam pembuatan keputusan karier siswa melalui teknik modeling meningkat pada beberapa indikator yakni dimensi: a) *level* yakni yakin dalam menghadapi tugas sulit, yakin dalam merencanakan tugas terkait pengambilan keputusan karier, b) *strength* yakni: ulet dalam berusaha dan menghadapi tantangan, dan c) *generality* yakni yakin untuk melakukan suatu tugas yang belum pernah dikerjakan.

#### REFERENSI

Ardiyanti, D. & Alsa, A. (2015). Pelatihan "PLANS" untuk meningkatkan efikasi diri dalam pengambilan keputusan karier. *Journal of Professional Psychology*, 1(1), hlm. 1-17.

Argypoulo, E. P., Sidiropoulo-Dimakakou, D., & Besevegis, E. G. (2007). Argypoulo, E. P., Sidiropoulo-Dimakakou, D., & Besevegis, E. G. (2007). Generalized self efficacy, coping, career indecision, and vocational choice of senior high school students in greece: implication for career guidance practitioners. *Journal of Career Development*, 33(4), hlm. 316-337.

Arsyad, Azhar. 2002. Media Pembelajaran. Jakarta:PT Rajawali Press.

Badic, A. D. Bemes, K. B., Magnusson, K. C., & Witko, K. D. (2006). Junior high school student's plans for the future. *Journal of Career Development*, 32, hlm. 250-271.

Ballout, H. I. 2009. Career Commitment and Career Success: Modelrating Tole of Self Efficacy. *Journal Vareer Development International*, 14, hlm. 665-670.

Bandura, A. (1997). *Self efficacy: the exercise of control*. New York: Freeman.

Betz, N. E & Hackett, G. (1981). The relationship of career-related self efficacy expectations to perceived career options in college women and men. *Journal of counseling Psychology*, 28, hlm. 399-410.

Betz, N. E. (1992). Counseling uses of career self efficacy theory. *Journal of Career Development Quarterly*, 43, hlm. 22-27.

Betz, N. E. (2004). Contributions of Self Efficacy Theory to Career Counseling: A Personal Perspective. *Journal of National Career Development*. 52, hlm. 340-353.

Bimo Walgito. 1989. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Offset.

Brown, S. D., & Lent, R. W. (2005). *Career development and counseling: putting theory and research to work*. Hoboken: John Wiley & Son.

Budiningsih, T. E. (2012). *Pengambilan keputusan terhadap perencanaan karier ditinjau dari efikasi diri dan ketepatan pilihan karier pada remaja SMA Negeri Kodya Semarang*. (Tesis). Program Pascasarjana, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.

- Creed, P., Patton, W., & Prideaux, L. A. (2006). Causal relationship between career indecision and career decision making self efficacy. *Journal of Career Development*, 33(1), hlm. 47-65.
- Flores, L. Y., Ojeda, L., Huang, Y., Gee, D., & Lee, S. (2006). The relation of acculturation, problem-solving appraisal, and career decision-making self efficacy to mexiam american high scholl student's educational goals. *Journal of Counseling Psychologi*, 53(2), hlm. 260-266.
- Germeijs, V., & Verschueren, K. (2006). High school student's career decision-making process: development and validation of the study choise task inventory. *Journal of Career Assessment*, 14, hlm. 449-471.
- Hischi, A., & Lage, D. (2007). The relation of secondary students career choise rediness to a six-phase model of career decision m aking. *Journal of Career Development*, 34(2), 164-191.
- Ibrahim, R dan Nana Syaodih S. 2003. *Perencanaan Pengajaran*, Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Lee, Cynthia anda Bobko, Philip. (1994). Self Efficacy Beliefs. Comparison of five Measure. *Journal of Applied Psychology*, 79 (3), hlm. 364 -369.
- Mahmoda, S. (2010). *Pengaruh keahlian individu terhadap pengembangan karier pegawai kanwill VII DJBC Surabaya*. [Online]. Diakses dari [http://www.damandiri.or.id/file/sitimahm\\_odaunairaddbabi.pdf](http://www.damandiri.or.id/file/sitimahm_odaunairaddbabi.pdf).
- Masruroh, Latifatul (2012) *Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Self Efficacy Akademik Siswa: Studi Eksperimen Kuasi di Kelas X Sekolah Menengah Atas Laboratorium Universitas Pendidikan Indonesia Bandung*. (Thesis). Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Mulyana, O. P. (2009). *Peningkatan efikasi diri terhadap pengambilan keputusan karier melalui pelatihan perencanaan karier*. (Tesis). Program Pascasarjana, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Nasta, K. A. (2007). *Influence of Career Self Efficacy Beliefs on Career Exploration Behavior*. Thesis. Departement of Psychology on The State University of New York at New Paltz.
- Nursalim, M. dkk (2005). *Strategi konseling*. Surabaya: Unesa University Press.
- Pappas, T. S., & Kounenou, K. (2011). Career decision making of Greek post secondary vocational students: the impact of parents and career decision making sel efficacy. *Journal of Procedia Sosial and Behavioral Sciences*, 15, hlm. 3410-3414.
- Pujiastuti, Endang, dkk. (2012). *Hubungan Self Efficacy dengan Orientasi Masa Depan Area Pendidikan Siswa Kelas XI Jurusan IPA Bertaraf Internasional SMA Negeri 5 Bandung*. Prosiding. SNaOO2012. Sosial, Ekonomi dan Humaniora
- Sintadewi, N. L. D., Suami. N. K., & Arum. W. M. P. D. (2014). Efektivitas model konseling behavioral teknik modeling untuk meningkatkan efikasi diri siswa kelas VII SMP Negeri 2 Singaraja. *Jurnal Undiksa BK*, 2 (1).
- Widyastuti, R, J., & Pratiwi, T. I. (2003). Pengaruh self efficacy dan dukungan sosial keluarga

terhadap kemantapan pengambilan keputusan karier siswa. *Jurnal BK UNESA*, 3(1), hlm. 231-238.

Wolfe, J. B., & Betz, N.E. (2004). The relationship of attachment variables to career decision-making self efficacy and fear of

commitment. *Journal of Career Development Quarterly*, 52, hlm. 363-369.

Yusuf, Syamsu. (2013). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rajawali Press