

SKRIPSI

**BIMBINGAN KELOMPOK CBT (*Cognitive Behavior Therapy*)
TEKNIK *BIBLIOTHERAPY* UNTUK MENINGKATKAN
KEMATANGAN KARIR SISWA KELAS 12 SMA AL HIKMAH
MUNCAR**



Oleh:
Rizka Adelia
NIM: 2012211045

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS KH MUKHTAR SYAFAAT
BLOKAGUNG BANYUWANGI
2024**

PRASYARAT GELAR

BIMBINGAN KELOMPOK CBT (*COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY*) TEKNIK *BIBLIOTHERAPY* UNTUK MENINGKATKAN KEMATANGAN KARIR SISWA KELAS 12 SMA AL HIKMAH MUNCAR

SKRIPSI/TESIS

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Univesitas KH Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan
Program Sarjana Sosial (S.Sos.)

Oleh:
RIZKA ADELIA
NIM: 2012211045

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
UNIVERSITAS KH MUKHTAR SYAFAAT
BLOKAGUNG BANYUWANGI
2024**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi/Tesis Dengan Judul:

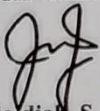
BIMBINGAN KELOMPOK CBT (*COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY*) TEKNIK *BIBILOTHERAPY* UNTUK MENINGKATKAN KEMATANGAN KARIR SISWA SMA KELAS 12 SMA AL HIKMAH MUNCAR

Telah disetujui untuk diajukan dalam sidang ujian skripsi/Tesis

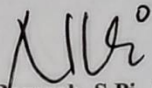
Pada tanggal: 15 Juni 2024

Mengetahui,

Ketua Prodi
Bimbingan dan Konseling Islam


Halimatus Sa'diah, S. Psi., M.A.
NIDN. 2101019008

Pembimbing


Nurin Baroroh, S.Pi., M.Psi
NIDN. 2104049306

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi/Tesis saudara Rizka Adelia telah di munaqosah kepada dewan penguji skripsi/tesis Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH Mukhtar Syafaat (UIMSYA) Blokagung Banyuwangi pada tanggal:

3 Juli 2024

dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos)

Tim Penguji:

Ketua



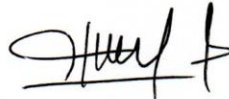
Nurin Baroroh, S.Pi., M.Psi
NIDN. 2104049306

Penguji I



Indifatul Anikoh, S. Sos., M.A
NIDN. 2124129603

Penguji II



Abdul Karim, S.Sos., M.A
NIDN. 2111069702



Agus Barhaqi, S.Ag, M.I.Kom
NIDN. 2128107201

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

“Angin tidak berhembus untuk menggoyangkan pepohonan, melainkan menguji kekuatan akarnya.”

– Ali bin Abi Thalib

Persembahan:

Skripsi/tesis ini kupersembahkan untuk Ibunda terkasih yang merawatku mulai bayi hingga dewasa, Ayahanda tercinta yang dengan nasihatnya diriku menjadi orang yang percaya diri, terimakasih untuk diriku sendiri karena telah sampai pada titik ini. Terimakasih untuk para Dosen da Staff FDKI khususnya Prodi BKI terkhusus pula kepada Ibu Arni Nur Laila, M.Pd selaku Dosen Pembimbing. Terimakasih untuk teman seperjuangan Niken Sukowati, S.E dan Qurotul A'yun, S.E, Elvi Nirwandani, S.E yang paling berjasa juga dalam penyelesaian Skripsi ini. Dan segenap Bani Agung yang juga penuh perjuangan dalam menyelesaikan skripsi.

**PERNYATAAN
KEASLIAN SKRIPSI/TESIS**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya:

Nama : Rizka Adelia
NIM : 2012211045
Program Studi : Bimbingan dan Komunikasi Islam
Alamat Lengkap : Bayur, RT. 03, RW. 03 Desa Barurejo Kecamatan
Siliragung Kabupaten Banyuwangi Provinsi Jawa Timur

Dengan sungguh-sungguh menyatakan bahwa skripsi/tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.



Banyuwangi, 20 Juni 2024

Yang Menyatakan,



Rizka Adelia
NIM: 2012211045

ABSTRAK

Rizka Adelia. 2024. Bimbingan Kelompok CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*) Teknik *Bibilotherapy* Untuk Kematangan Karir Siswa Sma Kelas 12 Sma Al Hikmah Muncar. Program Studi Bimbingan dan Komunikasi Islam, Universitas KH Mukhtar Syafaat. Pembimbing: Arni Nur Laila, M.Pd.

Kata Kunci: CBT (*Cognitive Behavior Therapy*), Teknik *Bibilotherapy*, Kematangan Karir

Masa muda atau remaja ini merupakan masa persiapan menuju masa depan emas. Remaja Indonesia yang duduk di bangku sekolah menengah tentu dihadapkan pada pilihan antara mempelajari sains dan sosial. Begitu para remaja ini lulus SMA, mereka yang melanjutkan ke perguruan tinggi harus memilih jurusan. Atau memilih pekerjaan yang sesuai dengan potensinya. Dikarenakan faktor internal dan eksternal siswa belum dapat memutuskan pilihan karir yang tepat, perlu pertimbangan yang panjang agar pilihan yang ia pilih sesuai dengan dirinya. Fokus penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Teknik *Bibliotherapy* terhadap peningkatan karir siswa.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian “*One Group pretest – posttest Design*”, dengan Teknik pengambilan sampel *Purposive Sampling* dengan spesifikasi kelas 12 SMA Al Hikmah Muncar data diolah dengan pendekatan analisis regresi linear sederhana. Peneliti mengumpulkan data melalui tes. Tes dilakukan dalam bentuk pernyataan yang di bagikan kepada siswa di saat *pretest* dan *posttest*. Setelah dilakukan *pretest* siswa di *treatment* (diterapi menggunakan *bibliotherapy*) dan kemudian dilakukan *post-test*.

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang sangat kuat penerapan *bibliotherapy* terhadap kematangan karir. Penelitian membuktikan bahwa penerapan biblioterapi terhadap kematangan karir yang ditunjukkan dengan nilai pengujian regresi menunjukkan hasil sebesar 2007,876 dan nilai $T_{hitung} -3,828$. Df sebesar 14 diperoleh T_{tabel} pada taraf signifikan 5% sebesar 1,761. Karena $T_{hitung} > T_{tabel}$, menyatakan bahwa artinya variabel *bibliotherapy* berpengaruh terhadap kematangan karir atau H_a diterima dan H_o ditolak.

ABSTRACT

Adelia, Rizka. 2024. CBT (Cognitive Behavior Therapy) Group Guidance Bibliotherapy Technique for Career Maturity of Class 12 High School Students at Al Hikmah Muncar High School. Islamic Counseling Guidance Study Program Darussalam Islamic University Blokagung Tegalsari Banyuwangi. Supervisor Arni Nur Laila M.Pd.

Keyword: *CBT (Cognitive Behaviour Therapy), Bibliotherapy, Career Maturity*

Youth or adolescence is a period of preparation for a golden future. Indonesian teenagers who are in middle school are certainly faced with the choice between studying science and social studies. Once teenagers graduate from high school, those who go on to college must choose a major. Or choose a job that suits your potential. Due to internal and external factors, students have not been able to decide on the right career choice, long consideration is needed so that the choice they choose suits them. The focus of this research is to determine the effect of bibliotherapy techniques on improving students' careers.

This research uses a quantitative method with a research design "One Group pretest - posttest Design", with a Purposive Sampling technique with data specifications for class 12 SMA Al Hikmah Muncar processed using a simple linear regression analysis approach. Researchers collect data through tests. The test is carried out in the form of a statement that is distributed to students during the pretest and posttest. After the pretest is carried out, students are given treatment (treated using bibliotherapy) and then a post-test is carried out.

The research results show that there is a very strong influence of the application of bibliotherapy on career maturity. Research proves that the application of bibliotherapy to career maturity as indicated by the regression test value shows a result of 2007.876 and a T value of -3.828. Df of 14 obtained Ttable at the 5% significance level of 1.761. Because Tcount > Ttable, this means that the bibliotherapy variable influences career maturity or H_a is accepted and H_o is rejected.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji pada Allah SWT., skripsi/tesis ini hanya bisa selesai semata karena rahmat, ridho dan kasih-Nya. Sholawat dan salam semoga tetap telimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW. yang menjadi teladan bagi umatnya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, skripsi/tesis ini tidak akan terselesaikan dengan baik.

Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang tulus dan ikhlas kepada:

- 1.. H. Ahmad Munib Syafa'at, Lc., M.E.I. Selaku Rektor Universitas KH. Mukhtar Syafaat.
- 2.. Agus Baihaqi, S.Ag., M.I. Kom. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.
- 3.. Halimatus Sa'diyah, S. Psi., M.A. Selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam.
- 4.. Arni Nur Laila, M.Pd. Selaku dosen pembimbing dalam penulisan skripsi/tesis ini.
- 5.. Seluruh Dosen Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Tegalsari Banyuwangi.
- 6.. Agus Suwantoko dan Siti Faidah. Selaku Orang tua saya.
- 7.. Diri saya sendiri.
- 8.. Niken Sukowati, S.E dan Qurotul A'yun, S.E, Elvi Nirwandani, S.E.
- 9.. Dan semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung telah menyumbangkan tenaga dan pikirannya demi terselesaikannya penulisan skripsi/tesis ini.
10. Terimakasih kepada segenap Bani Agung yang sudah berjuang bersama saya dalam penyelesaian skripsi.

Tiada balas jasa yang dapat diberikan oleh penulis kecuali hanya do'a kepada Allah yang Maha Pemurah lagi Maha Pengasih, semoga kebaikan beliau semua mendapat balasan dari-Nya.

Tiada gading yang tak retak, tiada manusia yang sempurna. Demikian juga dengan skripsi/tesis ini, tentunya masih ada kekurangan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis berharap akan saran dan kritik yang konstruktif.

Dan atas segala kehilafan dalam penulisan skripsi/tesis ini penulis mohon maaf sebagai insan yang dho'if. Akhirnya kepada *Allah Azza Wajalla*, penulis kembalikan segala suatunya dengan harapan semoga skripsi/tesis ini tersusun dengan ridho-Nya serta dapat memberikan manfaat. *Amin Ya Robbal 'Alamin*.

RIZKA ADELIA

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Luar	
Halaman Sampul Dalam	i
Halaman Prasyarat Gelar	ii
Halaman Persetujuan Pembimbing.....	iii
Halaman Pengesahan Penguji.....	iv
Halaman Motto Dan Persembahan	v
Halaman Pernyataan Keaslian Skripsi/Tesis	vi
Halaman Abstrak	vii
Halaman <i>Abstract</i>	viii
Kata Pengantar.....	ix
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xi
Daftar Gambar	xii
Daftar Lampiran	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	6
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2. Manfaat Praktis	6
1.5. Batasan Penelitian	6
1.6. Definisi Operasional.....	7
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	 9
2.1. Kajian Teori.....	9
2.1.1. <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	9
2.1.6. Bimbingan Kelompok.....	12
2.1.9. <i>Bibliotherapy</i>	14
2.1.13. Kematangan Karir	16
2.2. Hasil-hasil Penelitian Terdahulu	20
2.3. Kerangka Konseptual	23
2.4. Hipotesis.....	24
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 25
3.1. Jenis Penelitian	25
3.2. Waktu dan Lokasi Penelitian.....	25
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian.....	26
3.4. Variabel Penelitian	27
3.5. Uji Validitas, Reliabilitas, Normalitas.....	27
3.6. Data dan Sumber Data.....	30

3.7. Teknik Pengumpulan Data	30
3.8. Analisis Data	37
BAB 4 HASIL PENELITIAN.....	40
4.1. Deskripsi Umum Objek Penelitian	40
4.1.1. Lokasi Penelitian	40
4.1.2. Karakteristik Responden.....	40
4.2. Analisis Data.....	42
BAB 5 PEMBAHASAN.....	51
5.1. Tujuan Penelitian	51
BAB 6 PENUTUP	61
6.1. Kesimpulan.....	61
6.2. Keterbatasan Penelitian	61
6.3. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Penjaringan Subjek Penelitian	28
Tabel 2. Tabel Penolong Uji Validitas	29
Tabel 3. Pemberian Skor Angket.....	32
Tabel 4. Data Hasil Pengambilan Sampel Siswa.....	33
Tabel 5. Kisi-Kisi Kematangan Karir.....	34
Tabel 6. Kuesioner Kematangan Karir sebelum Uji Validitas	35
Tabel 7. Hasil Pengkategorian Responden	41
Tabel 8. Data Interval	41
Tabel 9. Hasil <i>Pretest-Posttest</i> Siswa.....	42
Tabel 10. Hasil Uji Validitas Angket	43
Tabel 11. Hasil Uji Reliabilitas Angket.....	44
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas.....	44
Tabel 13. Hasil <i>Pretest</i>	46
Tabel 14. Hasil <i>Posttest</i>	47
Tabel 15. Hasil Koefisien Regresi	48
Tabel 16. Hasil Analisis Korelasi	48
Tabel 17. Hasil Uji T- test	49
Tabel 18. Model <i>Summary</i>	49
Tabel 19. Interpretasi Hasil Regresi	50
Tabel 20. Rangkuman Hasil <i>Pretest-Posttest</i> Siswa SMAAL HIKMAH MUNCAR.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Desain Eksperimen <i>One Group Pretest-Posttest</i>	26
Gambar 2. Rumus Uji Validitas	29
Gambar 3. Rumus Uji Reliabilitas.....	30

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: Hasil Perhitungan Data
- Lampiran 2: *Blueprint* skala pengambilan keputusan
- Lampiran 3: Angket penelitian
- Lampiran 4: Modul pelaksanaan Bimbingan kelompok
- Lampiran 5: Hasil Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Hasil *Pretest-posttest*, Hasil Uji T, Hasil Uji Regresi, Rangkuman Hasil *Pretest-posttest* dan N-Gain.
- Lampiran 7: Biodata Penulis
- Lampiran 8: Bahan Bacaan Teknik Biblioterapi
- Lampiran 9: Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 10: Hasil Pelaksanaan Eksperimen
- Lampiran 10: Surat Pengantar penelitian
- Lampiran 11: Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian
- Lampiran 12: Hasil cek Plagiasi
- Lampiran 12: Kartu Bimbingan

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Dunia kerja merupakan suatu hal yang harus dilalui oleh setiap orang, baik anak-anak maupun remaja, dan setiap pekerjaan mempunyai karirnya masing-masing. Karir merupakan bagian penting dalam kehidupan seseorang. Menurut Ekaningrum, peranan seseorang dalam suatu jabatan dijelaskan berdasarkan karirnya. Proses perkembangan karir manusia dimulai pada masa anak usia dini, yaitu sejak masa kanak-kanak hingga masa tua, dan terbagi dalam tahapan-tahapan perkembangan karir.¹

Seiring bertambahnya usia anak, mereka tidak lagi memikirkan apakah keputusan masa depan mereka baik atau buruk. Anak-anak tahu bahwa mereka hanya bisa bahagia jika diberi makanan dan hal-hal menarik. Pikiran anak-anak cenderung dipengaruhi oleh orang-orang dan lingkungan di sekitarnya, dan pikiran anak-anak yang mudah terpengaruh tidak dapat dipercaya dengan keputusan hidupnya sendiri. Selama periode ini, tubuh menjadi lebih panjang dan kurus, dan keterampilan motorik halus juga meningkat. Pada tahap ini, anak mempunyai kendali yang lebih baik terhadap dirinya sendiri. Mereka juga mengembangkan keterampilan berbahasa, seperti meniru huruf, menelusuri bentuk huruf, dan bermain bersama teman.² Bisa dipastikan dalam usia ini, anak belum bisa memilih pilihan karir.

Masa muda atau remaja ini merupakan masa persiapan menuju masa depan emas. Remaja Indonesia yang duduk di bangku sekolah menengah tentu dihadapkan pada pilihan antara mempelajari sains dan sosial. Begitu para remaja ini lulus SMA, mereka yang melanjutkan ke perguruan tinggi harus memilih jurusan.

Menurut WHO, remaja adalah penduduk yang berumur antara 10 sampai 19 tahun, dan menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk yang berumur antara 10 sampai 18 tahun. (BKKBN) menunjukkan kelompok usia remaja belum menikah berusia 10 hingga 24 tahun.³

Pada tahap ini perubahan terjadi dengan sangat cepat dan mencapai puncaknya. Pada usia ini terdapat banyak aspek ketidakseimbangan dan ketidakstabilan emosi. Saat ini identitasnya sedang diselidiki karena identitasnya belum diketahui. Pola hubungan sosial mulai berubah, seperti halnya orang dewasa muda, remaja sering kali merasa berhak membuat keputusan sendiri. Pada tahap perkembangan ini, fokusnya adalah mencapai

¹ Ekaningrum Indri F, (2002), *The Boundaryless Career Pada Abad ke -21*, Jurnal Visi (Kajian Ekonomi manajemen dan Akuntansi) Vol. IX. No.1 Februari 2002, FE Unika Soegijapranata Semarang.

² Hildayani, R., Sugianto, M., Tarigan, R., & Handayani, E. (2014). *Psikologi perkembangan anak*.

³ www.depkes.go.id

kemandirian dan identitas, berpikir menjadi lebih logis, abstrak, dan idealis, serta anak lebih banyak menghabiskan waktu di luar keluarga.⁴

Masa remaja merupakan masa perkembangan menuju kemandirian atau kemandirian pribadi dan memerlukan kematangan untuk menentukan pilihan-pilihan yang dihadapi dalam hidup untuk mencapai aspek pembangunan tersebut, generasi muda harus mampu menyelesaikan tugas-tugas perkembangan: 1). Menerima kondisi fisik dan digunakan itu untuk keuntungan sendiri. 2). Menjadi mandiri secara emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya. 3). Mencapai jaminan kemandirian finansial. 4). Seleksi dan persiapan pekerjaan. 5). Persiapan pernikahan dan kehidupan berkeluarga, dan 6). Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang diperlukan untuk kewarganegaraan.⁵

Perubahan yang terjadi pada fisik dan psikologis individu ini dihadapkan dengan bentuk pilihan, remaja kini yang telah memutuskan untuk bekerja harus memilih arah pekerjaannya. Kaum muda berusia antara 16 dan 24 tahun ambil bagian bahwa dia dapat menentukan masa depannya dan harus mengambil keputusan mengenai hal itu dengan karirnya. Namun, remaja seringkali kesulitan mengambil keputusan karir yang baik dan tepat.

Kesiapan karir mengacu pada sikap dan keterampilan yang berperan dalam keputusan karir. Sikap dan keterampilan ini akan membantu Anda membuat keputusan karier yang tepat. Crites, sebaliknya, mendefinisikan kematangan karir individu sebagai kemampuan individu dalam mengambil keputusan karir, termasuk membuat keputusan karir yang realistis dan konsisten.⁶ Pemahaman kematangan karir merupakan aspek penting dalam memenuhi kebutuhan pengetahuan dan keterampilan individu untuk membuat keputusan karir yang cerdas dan realistis.⁷ Keberhasilan dan kemauan seorang pemuda atau individu untuk menyelesaikan tugas-tugas organisasi yang terlibat dalam setiap tahap pengembangan profesional disebut sebagai kesiapan karir.

Berdasarkan uraian berbagai pendapat mengenai kematangan karir, kematangan karir diartikan sebagai sikap dan kemampuan individu, serta kemampuan individu dalam mengambil keputusan karir yang didukung oleh faktor kognitif dan emosional melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan menyimpulkan bahwa keinginan untuk kematangan karir juga

⁴ Teresa M. Mc Devitt, Jeanes Ellis Omrod, *Child Development and Education*, (Colombos Ohio, Merril Prentice Hall, 2002), h. 17.

⁵ Prof. DrH. Syamsu Yusuf, 2000, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, Rosdakarya, Bandung ⁶ Hasan, B. 2006. *Career Maturity of Indians Adolescents as A Function of Self Concept, Vocational Aspiration and Gender*. Journal of the Indian Academy of Applied Psychology (No. 2 Vol. 32 February 2006) hal 20.

⁶ Levinson, Edward M et. al. 1998. *Six Approaches to the Assessment of Career Maturity*. Journal of Counseling and Development (Vol. 76 Iss. 4 Fall 1998) hal 69.

⁷ Ibid hal 73.

merupakan hubungan antara usia seseorang dengan tahap pengembangan profesionalnya, yang mempengaruhi kematangan.⁸

Pendidikan sekolah yang berbasis pesantren kini bukan hal yang baru di telinga publik, dimana kegiatan siswa yang banyak disekolah dapat berdampingan dengan kegiatan di pondok pesantren, walhasil jika seorang siswa yang tidak pandai mengkonsep diri, tidak dapat me *manage* diri sendiri akan mempengaruhi kegiatan yang ada disekolah.

Kasus ini ditemukan pada saat penulis melaksanakan KKN di SMA Al Hikmah Muncar, siswa kelas 12 SMA Al Hikmah mengalami kebingungan dalam pemilihan karir ataupun jurusan kuliah, dimana sebagian siswa bahkan keseluruhan adalah siswa yang menempati di pondok. Penulis dapat mengetahui permasalahan tersebut karena pada saat itu penulis melakukan wawancara dan pemberian pada angket kepada siswa. Waktu itu penulis hanya melakukan wawancara satu kelas yakni kelas IPS saja, karena disana hanya terdapat 2 kelas kelas 12. Dalam hal ini berarti siswa SMA Al Hikmah belum matang akan pengambilan keputusan karir, untuk itu perlu adanya dorongan atau tindakan yang dapat membantu siswa menuju kematangan karir.

Pada tanggal 15 September 2023 peneliti melakukan penelitian awal dengan bincang-bincang dengan siswa, pada saat peneliti melaksanakan program KKN (Kuliah Kerja Nyata) disini peneliti menemukan kejanggalan bahwasannya siswa kelas 12 IPA dan IPS belum memiliki pandangan terhadap masa depannya dan terkesan bingung. Setelah itu peneliti masuk kelas bertujuan untuk wawancara kepada siswa kelas 12 yang berjumlah 2 kelas di SMA Al Hikmah Muncar, pembicaraan diawali pertanyaan ringan setelahnya dilakukan wawancara individu.

Hasil wawancara penulis dengan salah satu peserta didik NMDS kelas 12 IPS SMA Al Hikmah Muncar.

“... ya, saya memiliki minat untuk melanjutkan ke perguruan tinggi tapi saya belum tau mau pilih universitas yang mana karena masih belum tau banyak tentang perguruan tinggi. Selanjutnya tentang jurusan, saya belum bisa menetapkan pilihan yang benar masih terpengaruh sama teman-teman kadang pengen pilih ilmu pemerintahan, terus pengen ambil jurusan PAI, kadang pengen juga kerja tapi nggak tahu *skill* saya apa? Kalo temen-temen kan pada jago makeup, kalo yang cowok juga bias apa aja”⁹

Selanjutnya hasil wawancara peserta didik jurusan IPA yang berinisial SA menyatakan bahwa:

“...saya belum ada minat untuk melanjutkan ke perguruan tinggi karena beberapa alasan yaitu pertama orang tua tidak mendukung, kedua saya juga belum tau walaupun ngelanjutin mau ambil jurusan apa bingung. Saya juga

⁸ Gonzalez, Manuel Alvarez. 2008. *Career Maturity: A Priority for Secondary Education*. Electronic Journal of Research in Educational Psychology (No. 16 Vol. 6 (3). 2008). p. 749-772.

⁹ Sumber: NMDS, *Wawancara Peserta Didik SMA Al Hikmah Muncar*, Tanggal 15 September 2023.

masih bingung soal lingkungan perguruan tinggi itu seperti apa. Selama ini guru BK belum memberikan informasi berkaitan tentang perguruan tinggi, walaupun mau mencari informasi saya mencarinya sendiri jika ada waktu luang. Mencari di internet atau bisa dari kakak-kakak alumni di luar”¹⁰

Berdasarkan uraian hasil wawancara kepada beberapa peserta didik yang telah penulis paparkan di atas ternyata beberapa peserta didik belum membuat perencanaan melanjutkan ke perguruan tinggi secara matang dan masih ragu-ragu mau melanjutkan ke perguruan tinggi setelah lulus. Peserta didik juga kekurangan informasi tentang pemilihan jurusan di perguruan tinggi sehingga memerlukan bantuan guru BK. Guru BK berperan penting untuk memudahkan peserta didik dalam merencanakan, menyiapkan dan memilih perguruan tinggi yang sesuai dengan minat peserta didik, dan ada yang merasa bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan khusus.

Pada penelitian selanjutnya peneliti membagikan angket kematangan karir seminggu setelah wawancara yakni pada tanggal 21 September 2023. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa persen kematangan karir siswa-siswa kelas 12 SMA Al Hikmah. Berdasarkan hasil pemberian angket kepada 60 siswa ditemukan bahwa dimensi yang paling menonjol adalah masalah dalam merancang masa depan dan cita-cita. Sebelum itu peneliti melakukan wawancara dengan berbagai pihak yakni Guru BK dan walikelas. Hasil wawancara mengatakan bahwasannya memang terdapat kerendahan kematangan karir yang bisa jadi disebabkan faktor teman sebaya, lingkungan, keluarga, dan fasilitas sekolah.

Hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling bapak Maftuhin di sekolah tersebut menyatakan, bahwa:

“.... Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik *bibliotherapy* setelah ujian akhir siswa kelas 12, alasannya adalah saat ini siswa sedang fokus pada latihan ujian. Selain itu ada beberapa sarana yang kurang memadai, yakni ruang BK yang biasa digunakan sedang dilakukan renovasi. Untuk bimbingan kelompok ini saya sangat setuju sebab sebelumnya belum ada program seperti ini dikarenakan terkendala berbagai kegiatan, dan saya rasa konseling di SMA Al Hikmah belum optimal dikarenakan berbagai permasalahan.”¹¹

Berdasarkan wawancara dengan walikelas kelas 12 di SMA Al Hikmah, peneliti menemukan fakta bahwasannya masing-masing dari kelas IPA dan IPS memiliki *problem* atau masalah pada tiap pribadi siswa. Namun, hasil wawancara menunjukkan bahwasannya kelas 12 IPS memiliki permasalahan yang agak berat dalam perencanaan karir berbeda dengan kelas 12 IPA yang sudah terlihat memahami apa yang seharusnya dilakukan siswa kelas 12.¹²

¹⁰ Sumber: SA, *Wawancara Peserta Didik SMA Al Hikmah Muncar*, Tanggal 15 September 2023.

¹¹ Sumber: Bapak Maftuhin, *Wawancara guru BK SMA Al Hikmah Muncar*, Tanggal 18 September 2023

¹² Sumber: Ibu. Ekaningsih dan Ibu Siti Nur Imamah, *Wawancara dengan walikelas kelas 12 IPA dan walikelas kelas 12 IPS*, Tanggal 18 September 2023

Dari sinilah munculah rencana untuk mendorong siswa dalam merancang masa depan dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* dengan Teknik *Bibliotherapy*. Apa itu pendekatan CBT? Aaron T. Beck mendefinisikan terapi perilaku kognitif sebagai metode konseling yang dirancang untuk memecahkan masalah klien saat ini melalui restrukturisasi kognitif dan perilaku menyimpang. Mengingat bahwa dalam mencapai tujuan konseling *Cognitive Behavioral Therapy* peran teknik sangat diperlukan, maka dalam hal ini teknik konseling yang dipilih adalah teknik *bibliotherapy*. Teknik ini merupakan salah satu dari berbagai teknik dari pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy*.¹³ *Bibliotherapy* digunakan untuk meningkatkan kematangan karir melalui konseling melalui bahan bacaan, juga untuk menumbuhkan minat baca yang sudah tersingkirkan karena di SMA Al Hikmah minat baca siswa kurang sekali kini sudah tergantikan dengan gawai masing-masing. Boleh jadi jika bacaan yang ada pada gawai akan menambah semangat baca dan mengimplementasikannya dalam kasus kerendahan karir siswa.

Bibliotherapy meminta orang yang mempunyai masalah membaca buku-buku bermanfaat dan memotivasi yang akan membantu mereka pulih lebih cepat. Membaca tentang perjuangan orang lain yang mengalami situasi serupa dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman terhadap masalah yang mereka hadapi.¹⁴

Bibliotherapy merupakan media yang membantu klien mengatasi permasalahan pribadi. Dalam proses terapi *bibliotherapy* interaktif, setidaknya dua orang atau lebih (biasanya guru atau profesional lainnya) memfasilitasi keterlibatan peserta.¹⁵

Melalui teknik terapi *bibliotherapy*, informasi yang diperlukan atau sesuai dengan masalah diberikan dengan kematangan profesional, dan pemilihan sumber bacaan memungkinkan individu memposisikan dirinya sesuai dengan karakter dalam bacaan. Jika membaca digunakan sebagai “alat” untuk mendukung siswa, konselor bimbingan karir mempunyai sejumlah sumber alternatif yang tersedia untuk membimbing siswa, terutama mereka yang mengalami kesulitan. Buku-buku sulit seperti manga, buku cerita, artikel surat kabar/majalah, buku cerita karakter, dan buku akademis digunakan. Bagi siswa yang kesulitan membaca buku pelajaran, guru pembimbing dapat memilih komik dan cerita pendek yang disukai siswa. Setelah membaca buku

¹³ Apriliana, I. P., & Suranata, K. (2022). *Membantu Kematangan Karir Siswa SMK melalui konseling Cognitive Behavioral Therapy Teknik Bibliotherapy*. Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Therapy and Application, 11(3).

¹⁴ Solikin, A. (2015). *Bibliotherapy Sebagai Sebuah Teknik dalam Layanan Bimbingan dan Konseling: Bibliotherapy as a Technique in the Activities of Guidance and Counseling Services*. Anterior Jurnal, 14(2), 154-161.

¹⁵ Solikin, A. (2015). *Bibliotherapy Sebagai Sebuah Teknik dalam Layanan Bimbingan dan Konseling: Bibliotherapy as a Technique in the Activities of Guidance and Counseling Services*. Anterior Jurnal, 14(2), 154-161.

ini, siswa akan tertarik dengan tindakan tangguh para tokoh dalam cerita, yang akan membantu mereka memecahkan masalah yang mereka hadapi.

Hasil akhir dari penelitian nantinya diharapkan kematangan karir pada siswa SMA Al Hikmah Muncar yang pada awalnya rendah dan bahkan tidak ada dapat meningkat dengan adanya konseling CBT Teknik *Bibliotherapy* ini.

1. 2. Rumusan Masalah

1. Adakah perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah diadakannya bimbingan konseling kelompok menggunakan teknik *bibliotherapy* kelas 12 SMA Al Hikmah Muncar
2. Bagaimana pengaruh pendekatan CBT teknik *bibliotherapy* dapat meningkatkan kematangan karir siswa SMA Al Hikmah Muncar?

1. 3. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah diadakannya bimbingan kelompok teknik *bibliotherapy* SMA Al Hikmah Muncar
2. Mengetahui pengaruh pendekatan CBT teknik *bibliotherapy* dapat meningkatkan kematangan karir siswa SMA Al Hikmah Muncar

1. 4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Sebagai sumber rujukan yang relevan bagi para calon periset lainnya, karena setiap penelitian dengan berbeda subjek, beda pula hasil penelitian.

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi remaja SLTA yang sedang mengalami transisi perubahan pola hidup dari masa anak - anak dimana pilihan hidup seakan hak orang tua, menuju masa remaja akhir yang pilihan hidup termasuk karir. Dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* diharapkan bagi individu dapat berpikir dengan memahami diri sendiri di dasarkan pada rekonstruksi kognitif yang menyimpang, keyakinan konseli untuk membawa perubahan emosi dan strategi perilaku ke arah yang lebih baik, dengan menggunakan teknik *bibliotherapy*. Pendekatan CBT diharapkan dapat menurunkan keraguan dalam mengambil keputusan karir.

Manfaat bagi peneliti yaitu mendapatkan pemahaman tentang cara melakukan konseling kelompok pendekatan CBT guna meningkatkan kematangan terhadap karir siswa.

1. 5. Batasan Penelitian

Penelitian ini memfokuskan pada pengaruh konseling kelompok CBT Teknik *bibliotherapy* untuk kematangan karir siswa kelas 12 SMA

Al Hikmah Muncar. Batasa berikut dibuat untuk menentukan ruang lingkup penelitian.

1. Subjek Penelitian: penelitian hanya akan mencangkup siswa kelas 12 SMA Al Hikmah Muncar
2. Periode waktu: penelitian hanya akan memepertimbangkan data yang dikumpulkan dalam 10 tahun terakhir untuk menghindari informasi yang sudah usang. Namun, karena kurangnya jangkauan pencarian sumber yang masih baru peneliti juga menggunakan data 10 tahun terakhir.
3. Pendekatan: penelitian ini menggunakan pendekatan CBT (*Cognitive Behavior Therapy*) dengan menggunakan Teknik *Bibliotherapy*.

1. 6. Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesalahpahaman serta mengarahkan penelitian ini untuk mencapai tujuan maka diberi definisi istilah penelitian sebagai berikut:

1. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana seorang pemimpin kelompok memberikan informasi dan memimpin diskusi untuk mensosialisasikan anggota kelompok atau membantu anggota kelompok mencapai tujuan bersama. Kelompok juga dapat diartikan sebagai mendukung individu dalam situasi kelompok. Konseling kelompok berbentuk pertukaran informasi dan kegiatan kelompok untuk mendiskusikan masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial.¹⁶

2. Kematangan karir

Super percaya bahwa kematangan karir dapat didefinisikan sebagai cara seseorang berhasil menyelesaikan tugas pengembangan karir tertentu yang diperlukan sesuai dengan tahap perkembangannya saat ini. Kematangan karir dipandang sebagai serangkaian tindakan yang diperlukan untuk mengidentifikasi, memilih, merencanakan, melaksanakan, dan memutuskan tujuan karir.¹⁷

3. CBT Teknik *Bibliotherapy*

Milne menjelaskan bahwa CBT adalah pendekatan yang berfokus pada proses berpikir dan berhubungan dengan emosi, perilaku, dan keadaan psikologis. Inti dari terapi perilaku kognitif adalah gagasan bahwa individu dapat mengubah kognisi mereka, sehingga mengubah dampak pemikiran mereka terhadap kesehatan kognitif individu. Proses konseling melalui pemahaman individu didasarkan pada restrukturisasi

¹⁶ Arifin, B. S. (2015). *Dinamika Kelompok*. Bandung: CV Pustaka Setia.

¹⁷ Super, D. (1977). *Vocational maturity in mid-careers. The Vocational Guidance Quarterly*, 6, 294-302

keyakinan kognitif klien yang beragam dan mengubah emosi serta strategi perilakunya menjadi lebih baik.¹⁸

Teknik *bibliotherapy* mengacu pada kegiatan penggunaan bahan bacaan untuk mengintervensi pemikiran seseorang, sehingga ia dapat menerima informasi baru setelah membaca dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.¹⁹

¹⁸ Milne, C. W. (2013). *Cognitive Behavior Therapy*. Jakarta: Indeks.

¹⁹ Pehrsson, & Millen. (2006). *Using Counseling Expressif Tools to Enhance Emotional Literacy, Emotional Wellbeing, and Resilience: Improving Therapeutic Outcomes with Expressive Therapies*. Journal of Counseling, Psychotherapy, and Health.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2. 1. Kajian Teori

2.1.1. *Cognitive Behavior Therapy*

Menurut Corey, pendekatan konseling CBT berfokus pada wawasan dan menekankan pada proses mengubah pikiran negatif dan keyakinan maladaptif individu. Pada intinya, pendekatan CBT didasarkan pada penalaran teoritis tentang bagaimana orang merasa dan berperilaku tergantung pada bagaimana mereka memandang dan membingkai pengalaman mereka. Premis teoretis dari konseling CBT adalah bahwa komunikasi interpersonal dapat bersifat introspektif, keyakinan klien mempunyai makna pribadi yang mendalam, dan klien dapat menemukan makna tersebut dalam apa yang telah dipelajari atau ditafsirkan klien.²⁰

Muqodas menjelaskan, CBT merupakan metode konseling yang didasarkan pada konsep diri atau pemahaman diri klien berdasarkan keyakinan dan perilaku spesifik klien. Proses konseling yang memahami klien didasarkan pada restrukturisasi kognitif, yang mendistorsi keyakinan klien dan mengarah pada strategi emosional dan perilaku yang lebih baik. Oleh karena itu, CBT merupakan bentuk konseling yang lebih holistik. CBT dapat membantu orang mengidentifikasi dan memperbaiki gangguan penyesuaian dan gejala penekanan kognitif.²¹

Menurut Gufron Sukandar, konselor telah menunjukkan bahwa CBT dapat membantu klien membuang pikiran dan keyakinan buruk kemudian menggantinya dengan pola pikir yang lebih baik.²² CBT berfokus tidak hanya pada perubahan perilaku, tetapi juga pada distorsi kognitif dalam pemecahan masalah individu.²¹ Tujuan utama CBT adalah menghasilkan respons yang lebih adaptif terhadap situasi dengan menyesuaikan proses kognitif yang ada pada individu dan mengubah perilaku.

Menurut Milne, CBT merupakan pendekatan yang berfokus pada proses berpikir dan berkaitan dengan keadaan emosional, perilaku, dan psikologis. CBT berfokus pada gagasan bahwa individu mampu

²⁰ Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. California: Brooks/Cole.

²¹ Muqodas, I. (2011). *Cognitive-Behavior Therapy: Solusi Pendekatan praktek Konseling di Indonesia*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia. dalam Gunarsa, S. D. (2007). *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia.

²¹ Habsy, B. A. (2018). *Model Bimbingan Kelompok PPPM Untuk Mengembangkan Pikiran Rasional Korban Bullying Siswa SMK Etnis Jawa*. Jurnal Pendidikan (Teori dan Praktik), 91-99.

²² Sukandar, A. (2009). *Keefektifan Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil di rumah sakit PKU Muhammadiyah Surakarta*. Universitas Sebelas Maret Surakarta.

membuat perubahan kognitif dan dengan demikian mengubah dampak berpikir terhadap kesejahteraan kognitif individu. Proses konseling yang memahami individu didasarkan pada rekonstruksi keyakinan kognitif klien yang terdistorsi untuk meningkatkan strategi pembelajaran dan perilaku.²³

Aaron T. Beck mendefinisikan terapi perilaku kognitif sebagai metode konseling yang dirancang untuk memecahkan masalah klien saat ini melalui restrukturisasi kognitif dan perilaku menyimpang.²⁴

Matson dan Ollendic merumuskan definisi terapi perilaku kognitif sebagai pendekatan multi-fungsi yang menggunakan pemikiran sebagai bagian penting dalam pengajaran. Konseling berfokus pada pengamatan, keyakinan dan pemikiran.²⁵

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa terapi kognitif memadukan dua metode terapi fisik, yaitu terapi kognitif dan terapi perilaku. Terapi kognitif berfokus pada pikiran, asumsi dan keyakinan, terapi kognitif membantu orang belajar mengenali dan mengubah kesalahan berpikir atau pikiran irasional menjadi pikiran rasional. Namun, terapi perilaku membantu orang mengembangkan perilaku baru untuk memecahkan masalah mereka. Berdasarkan kedua perspektif tersebut, teori terapi perilaku kognitif meyakini bahwa ada hubungan antara pikiran negatif yang dimiliki individu dengan perilaku yang kemudian terwujud.

Terapi kognitif berfokus pada pemikiran, asumsi dan keyakinan serta membantu orang belajar mengenali kesalahan dan mengubahnya. Ini bukan hanya tentang berpikir positif, tetapi terapi kognitif juga tentang berpikir bahagia. Terapi perilaku membantu menghubungkan situasi masalah dan cara merespons (bereaksi) terhadap masalah. Orang belajar mengubah perilakunya, menenangkan pikiran dan tubuhnya agar merasa lebih baik, berpikir lebih jernih, dan membantu mereka mengambil keputusan yang tepat. CBT adalah konseling yang diterapkan untuk meningkatkan dan memelihara kesehatan internal. Konseling ini berupaya membentuk fungsi berpikir, merasakan dan bertindak, dengan menekankan otak sebagai analis, pengambil keputusan, penanya, pembuat dan pengambil keputusan. Pada saat yang sama, tujuan dari pendekatan perilaku adalah untuk menciptakan hubungan yang baik antara situasi masalah dan respons terhadap masalah.

²³ Milne, C. W. (2013). *Cognitive Behavior Therapy*. Jakarta: Indeks.

²⁴ Nursabila. (2018). *Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Cognitive Behavior Therapy Dalam Upaya Menangani Seorang Remaja Dengan Kecenderungan Histrionik di Yayasan Hotline Surabaya Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.

²⁵ Nursabila. (2018). *Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Cognitive Behavior Therapy Dalam Upaya Menangani Seorang Remaja Dengan Kecenderungan Histrionik di Yayasan Hotline Surabaya Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.

2.1.2. Prinsip - prinsip Konseling *Cognitif Behavior Therapy*

Memahami prinsip-prinsip terapi membantu konselor memahami konsep, strategi perencanaan proses konseling setiap sesi, dan penerapan teknik konseling perilaku kognitif. Berikut prinsip dasar CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*) berdasarkan penelitian yang disampaikan oleh Beck.

- 1) Terapi perilaku kognitif didasarkan pada rumusan masalah klien dan konsep kognitif klien yang terus berkembang.
- 2) Terapi perilaku kognitif didasarkan pada saling pengertian konselor dan konselor tentang permasalahan yang dihadapi supervisor.
- 3) Terapi perilaku kognitif memerlukan kerjasama dan partisipasi aktif.
- 4) Terapi perilaku kognitif diarahkan pada tujuan dan fokus pada masalah.
- 5) Terapi perilaku kognitif berfokus pada peristiwa terkini.
- 6) Terapi perilaku kognitif adalah pelatihan yang bertujuan untuk mengajarkan klien menjadi terapis dan menekankan pada pencegahan.

2.1.3. Tahapan dalam Konseling CBT (*Cognitive Behavior Therapy*)

Menurut Aaron Temkin dalam Amin ada beberapa tahap dalam pendekatan CBT yaitu:

- 1) *Rapport*, mengembangkan hubungan baik dengan konseli,
- 2) *Assesment problem, (interviews, selfmonitoring, thought sampling/record, scale and kuisioner,*
- 3) memandu konseli untuk menemukan pikiran yang tidak akurat, skema maladaptive dan distorsi kognitif,
- 4) menggunakan Dialog Socrates ²⁶ dan teknik-teknik konseling untuk membantu konseli merevisi pikiran negatif,
- 5) menspesifikkan pikiran-pikiran otomatis yang muncul,
- 6) *treatment*,
- 7) *homework assigment*,
- 8) menggali *feedback* dari konseli,
- 9) *termination*.²⁷

2.1.4. Fokus Teori *Cognitive Behavior Therapy*

Terapi perilaku kognitif adalah konseling yang berfokus pada restrukturisasi atau koreksi persepsi yang telah terdistorsi oleh peristiwa fisik dan psikologis yang merugikan dan memandang ke masa depan daripada masa lalu.

²⁶ Metode Dialog Socrates: merupakan suatu metode pembelajaran yang menggunakan percakapan dann perdebatan dengan deretan pertanyaan dimana tujuannya dapat memecahkan permasalahan

²⁷ Amin, Z. N. (2014). *Cognitive Behavior Therapy*. Semarang: UNESA.

Aspek kognitif dari terapi perilaku kognitif melibatkan perubahan pola pikir, keyakinan, sikap, asumsi, dan fantasi, serta dapat membantu mengidentifikasi dan mengubah perspektif kognitif yang salah.

Namun, perspektif perilaku terapi perilaku kognitif mengajarkan kita untuk mengubah hubungan yang salah antara situasi bermasalah dan kebiasaan, membantu kita merespons masalah, belajar, mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh, serta merasa lebih baik dan membantu Anda berpikir lebih jernih.

2.1.5. Tujuan Konseling CBT (*Cognitive Behavior Therapy*)

Menurut Oemarjadi, tujuan konseling CBT adalah membantu seseorang mengembangkan keterampilan profesional seperti komunikasi, hubungan interpersonal, keterampilan manajemen dan keterampilan pembinaan, serta meningkatkan motivasi.²⁸

2.1.6. Bimbingan Kelompok

Konseling kelompok berbentuk pertukaran informasi dan kegiatan kelompok untuk mendiskusikan masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial.

Herlina, Yusmansyah dan Utaminingsih menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dapat digunakan dengan sangat efisien mengingat dapat menjangkau lebih banyak klien dengan cepat dan akurat.

Dengan kata lain, interaksi antar individu melalui dinamika kelompok menjadi penting dalam kegiatan tersebut, sehingga memungkinkan individu untuk secara bersamaan belajar, bersosialisasi, mengembangkan hubungan yang lebih erat, membangun suasana hangat, dan membangun hubungan yang baik dan bisa memahami masalah orang lain.²⁹

Pelayanan konseling kelompok adalah pelayanan yang memberikan dukungan kepada individu melalui kegiatan kelompok (bimbingan). Layanan konseling kelompok perlu mewujudkan aktivitas dan dinamika kelompok untuk mendiskusikan berbagai hal yang akan membantu mengembangkan dan menyelesaikan permasalahan individu (siswa) peserta layanan. Konseling kelompok melibatkan diskusi topik-topik umum yang menjadi kepentingan bersama dalam kelompok.

²⁸ Oemarjoedi, A. K. (2003). *Pendekatan Cognitive Behavior dalam Psikoterapi*. Jakarta: Kreatif Media.

²⁹ Herlina, N., Yusmansyah, & Utaminingsih, D. (2013). *Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kemandirian dalam Belajar*. Jurnal Bimbingan dan Konseling.

Permasalahan yang dibahas dalam konseling kelompok dibahas dalam suasana dinamis kelompok yang terfokus dan konstruktif oleh seluruh anggota kelompok di bawah bimbingan seorang pemimpin kelompok (pemandu atau konsultan).²⁸ Dalam pelayanan konseling kelompok, seorang pemimpin kelompok harus memimpin kelompoknya. Pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan berlisensi untuk memberikan layanan bimbingan dan nasihat.

2.1.7. Tujuan Konseling Kelompok

Menurut Prayitno, layanan konseling kelompok dalam Rifda El Fiah secara umum ditujukan untuk mengembangkan keterampilan sosial siswa, khususnya keterampilan komunikasi. Melalui pembelajaran kelompok, Anda dapat mengidentifikasi masalah-masalah yang mungkin menghambat keterampilan sosial dan komunikasi siswa Anda, dan membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial dan komunikasi secara optimal.³⁰

Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan. Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa.

Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber (terutama guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. Bahan yang dimaksudkan dapat juga dipergunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan, yakni:

- 1) Mempunyai pemahaman yang efektif, objektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal tentang apa yang mereka bicarakan.
- 2) Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan sendiri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok.

³⁰ Rifda El Fiah, I. A. (2016). *Efektivitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita untuk mengatasi kesulitan komunikasi interpersonal peserta didik kelas x man krui lampung barat* t.p 2015/2016. Jurnal Bimbingan dan Konseling, 47-62.

- 3) Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap sesuatu hal yang buruk dan memberikan dukungan terhadap sesuatu hal yang baik.
- 4) Melaksanakan kegiatan-kegiatan yang nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana apa yang mereka programkan semula.³¹

2.1.8. Tahapan Konseling Kelompok

Menurut Corey, terdapat tahapan dalam proses pengendalian kelompok di Sutant yaitu tahap awal, tahap transisi, tahap operasional dan tahap akhir, ciri-ciri dari masing-masing tahap adalah sebagai berikut:

1. Tahap awal

Ini merupakan fase pengenalan dan penciptaan suasana antar anggota kelompok. Tujuannya adalah untuk saling mengenal, memahami dan memfasilitasi kegiatan layanan konseling kelompok.

2. Fase transisi

Langkah ini menjelaskan langkah-langkah yang harus diambil pada langkah berikutnya. Menyarankan dan mengamati apakah anggota sudah siap untuk mengambil langkah selanjutnya, mendiskusikan juga Susana dan meningkatkan partisipasi anggota kelompok.

3. Fase kerja

Ini adalah fase pengawasan kelompok dalam kehidupan nyata, di mana anggota fokus pada tujuan yang dapat dicapai, mempelajari materi baru, mendiskusikan berbagai topik, menyelesaikan tugas, dan mempraktikkan perilaku baru. Pada tahap ini, empati, kasih sayang, perhatian penuh, dan kedekatan emosional berangsur-angsur meningkat. Hal ini merupakan hasil komunikasi antar anggota tim dan pemahaman yang lebih baik dari masing-masing anggota tim.

Fase terakhir Ini adalah tahap akhir dari konseling kelompok. Pengakhiran terjadi pada dua tingkat, yaitu pada akhir setiap sesi dan pada akhir sesi kelompok secara keseluruhan. Istirahat memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk memperjelas makna pengalaman mereka, mengkonsolidasikan hasil yang dicapai dan mengambil keputusan tentang perilaku

³¹ Hartanti, Jahju. (2022). *Tinjauan Teoritis*. Tulungagung: UD DUTA SABLON.

yang ingin mereka ambil di luar kelompok dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.³²

2.1.9. Bibliotherapy

Menurut Jachna, *bibliotherapy* merupakan dukungan psikoterapi melalui buku, artikel, komik, dan bahan bacaan lainnya untuk membantu menyelesaikan masalah pribadi. Perawatan ini terutama direkomendasikan bagi orang-orang yang kesulitan mengungkapkan masalahnya dengan kata-kata. Awalnya diperkenalkan sebagai pengobatan oleh para profesional medis di Inggris dan digunakan secara khusus untuk menyembuhkan orang yang menderita stres, depresi, dan kecemasan.³³

Pehrsson dan Mc Millen menjelaskan bahwa konseling *bibliotherapy* terdiri dari membaca buku dan mendiskusikan situasi serupa dengan anak. *Bibliotherapy* juga mengacu pada aktivitas penggunaan bahan bacaan untuk mengintervensi pemikiran seseorang, memungkinkan dia menerima informasi baru setelah membaca dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.³⁴

Hal ini memungkinkan informasi yang dibaca memungkinkan individu bisa memposisikan diri sesuai dengan siapa yang mereka baca. Meskipun membaca buku digunakan sebagai “alat” untuk mendukung siswa, namun konselor bimbingan karir mempunyai banyak alternatif alat untuk membimbing siswa, terutama ketika siswa sedang menghadapi masalah. Buku-buku diantaranya seperti komik, dongeng, artikel surat kabar dan majalah, cerita tokoh, dan makalah akademis.

Bagi siswa yang umumnya kesulitan membaca buku pelajaran, guru bimbingan konseling dapat memilih film kartun atau cerita pendek yang disukai siswa. Setelah membaca buku, siswa terbantu dalam memecahkan permasalahan yang dihadapinya, dan siswa tertarik untuk mengamati keluwesan tokoh dalam cerita.

2.1.10. Teknik *Bibliotherapy*

Menurut Brown dan Lent, teknik yang digunakan dalam *bibliotherapy*, yaitu:

- 1) *Self monitoring*,
- 2) Kontak minimum,
- 3) Kelola konselor, dan
- 4) Arahan konselor.³⁴

³² Corey, G. 2005. *Theory and Practice of Counseling & Psychotherapy*. Seventh edition. USA: Brooks/Cole Thompson.

³³ Jachna. (2005). *Proses pelaksanaan bibliotherapy sebagai alternatif penyembuhan individu melalui membaca*. Anova. Vol. 3 (1).

³⁴ S.D. Brown dan R.W.L E NT. (1984). *Relation of self-efficacy expectations to academic achievement and persistence*. *journal of counseling psychology*. Vol. 2 (31).

2.1.11. Tujuan *Bibliotherapy*

Tujuan *bibliotherapy* selanjutnya adalah menjadi alat untuk membantu klien mengatasi masalah pribadinya. Buku merupakan salah satu alat untuk membantu seseorang mengatasi permasalahan.

Bibliotherapy juga dapat digunakan sebagai alat curah pendapat, yang memungkinkan anggota membandingkan ide dan meningkatkan kesadaran.³⁵

Dapat disimpulkan bahwa tujuan *bibliotherapy* adalah untuk mendampingi orang-orang yang mengalami gejala emosi akibat permasalahan yang dihadapinya, membekali mereka dengan bacaan-bacaan tentang topik-topik yang sesuai, dan membantu mereka mewujudkan karakter yang ingin mereka kembangkan sendiri.

2.1.12. Tahapan *Bibliotherapy*

Menurut Oslen ada lima tahapan dalam pelaksanaan *bibliotherapy*, baik secara individu maupun kelompok, antara lain:

- a) Mulailah dulu dengan motivasi. Peneliti atau konselor dapat memberikan kegiatan pendahuluan seperti permainan atau role play yang dapat mendorong klien untuk berpartisipasi dalam kegiatan konseling.
- b) Kedua, memberikan waktu yang cukup untuk membaca materi yang telah disiapkan sehingga siap. Sebelumnya peneliti/guru memahami dengan benar bahan bacaan yang disediakan.
- c) Ketiga, lakukan inkubasi. Guru memberikan waktu kepada klien untuk memikirkan materi yang baru saja dibacanya.
- d) Keempat, tindak lanjuti. Pengawasan paling baik dilakukan melalui metode diskusi yang memungkinkan pengawas bertukar pendapat untuk menghasilkan ide-ide baru. Konselor kemudian membantu klien memahami informasi ini dalam kehidupan mereka sendiri.
- e) Kelima, evaluasi. Evaluasi paling baik dilakukan secara independen dari supervisor. Hal ini dilakukan untuk memancing konselor agar mengambil kesimpulan utuh dan memahami makna pengalaman, sangat diperlukan adanya konselor atau pendidik yang dapat membimbing siswa dalam

³⁵ Novitawati. (2011) *Pengaruh rational biblio therapy terhadap penurunan perilaku merokok dengan transtheoretical model of behavior change sebagai acuan Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar*, Journal Education Psychology Counseling, Vol. 2. No. 1.

menyelesaikan permasalahannya melalui teknik *bibliotherapy* terutama peran konselor dalam membantu siswa yang sering mempunyai masalah dengan dirinya. Oleh karena itu, perlu adanya profesionalisme guru bagi siswa yang mengalami rendah diri.³⁶

2.1.10. Kematangan Karir (*Career Maturity*)

Dalam Islam Allah menjelaskan dalam Al-Qur'an bahwasanya manusia di bumi ini diberikan tuntutan untuk berkarir dan memenuhi kebutuhannya sesuai dengan usaha yang mereka lakukan, dijelaskan dalam Surat Al-Baqarah ayat 286, yaitu:

لَا يَكْفِيكَ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۖ

Artinya: "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya" QS. Al-Baqarah (2): 286).

Ayat di atas secara tegas memerintahkan manusia bekerja menurut kadar kemampuan dan keahlian pribadi yang optimal. Artinya, tidak bekerja melebihi batas kemampuan, baik kemampuan fisik maupun teknik, dan juga tidak bekerja di bawah kemampuan yang sebenarnya.

وَقُلْ اْعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ عِلْمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ

Artinya: Dan Katakanlah, "Bekerjalah kamu, maka Allah dan Rasul-Nya serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu itu, dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) Yang Mengetahui akan yang ghaib dan yang nyata, lalu diberitakan-Nya kepada kamu apa yang telah kamu kerjakan". (QS. At-Taubah, 9: 105).³⁷

Kita melihat dari ayat di atas bahwa ayat ini menekankan pada kewajiban bekerja dan membangun karir. Perintah bekerja yang diberikan pada ayat di atas mengandung makna perintah untuk bekerja hanya karena Allah dan melakukan berbagai amal shaleh dan bermanfaat baik bagi diri sendiri maupun masyarakat. Kita juga dapat memahami bahwa Al-Quran tidak hanya sebatas mengatur secara khusus urusan agama, namun juga mengatur urusan kehidupan dunia

³⁶ Olsen, Marci A. 2006, *Bibliotherapy: School Psychologists' Report of Use and Efficacy (pdf)*, Universitas Young Bringham <http://contentdm.lib.byu.edu/ETD/image/etd1274>.

³⁷ 1bid, hlm. 203. *Abi Abdillah Muhammad bin Islamil bin Ibrahim Albukhari*, Shahih Al-bukhori, (Kairo: Dar Ibnu Al-jawazir, 2010), hlm. 243

dengan memerintahkan umat manusia untuk menekuni pekerjaan dan karir.

Hadits di atas mengajarkan pentingnya bekerja atau menekuni suatu profesi untuk memenuhi kebutuhan jasmani seperti pangan, sandang, dan papan. Untuk memenuhi kebutuhan fisik, seseorang harus bekerja dan berusaha, meskipun usaha dan usaha tersebut tidak hanya memenuhi kebutuhan fisik. Sebab, manusia bisa memperoleh kepuasan batin atau batin ketika bekerja. Namun demikian, manusia di dunia ini hendaknya dapat memilih karir yang sesuai dengan dirinya dan selaras dengan dirinya, agamanya, dan masyarakatnya dengan memenuhi tugas pekerjaannya.

Super percaya bahwa kematangan karir dapat didefinisikan sebagai cara seseorang berhasil menyelesaikan tugas pengembangan karir spesifik yang diperlukan untuk tingkat pertumbuhan mereka saat ini. Kematangan karir adalah serangkaian tindakan yang diperlukan untuk mengidentifikasi, memilih, merencanakan, dan melaksanakan tujuan karir dan membuat keputusan.³⁸

Menurut Super dalam Sharf, Kesiapan karir generasi muda dapat diukur dengan menggunakan indikator kesiapan karir. Pertama, dari perspektif perencanaan karir. Kedua, dimensi eksplorasi karir merupakan keinginan individu untuk memperoleh informasi dari sumber karir. Ketiga, pengetahuan tentang keputusan karir. Yang keempat adalah pengetahuan (informasi) tentang dunia kerja (*knowledge about the world of work*). Kelima: Pengetahuan tentang kelompok profesi yang direkomendasikan (*knowledge of preferred professional group*).³⁹ Menurut Seligman, seseorang yang telah mencapai kematangan karir yang tinggi atau positif mengalami serangkaian proses dalam hidupnya. Urutan proses tersebut adalah:

- a) Peningkatan kesadaran diri
- b) Peningkatan pengetahuan terhadap pilihan yang diambil
- c) Peningkatan kesesuaian antara citra diri (bakat, minat, nilai, kepribadian) dengan tujuan karir.
- d) Peningkatan evaluasi tujuan karir yang realistis
- e) Peningkatan kompetensi perencanaan karir untuk mencapai kesuksesan
- f) Peningkatan sikap terkait karir (orientasi kinerja, kemandirian, perencanaan, komitmen, motivasi, efikasi diri)

³⁸ Super, D. (1977). *Vocational maturity in mid-careers. The Vocational Guidance Quarterly*, 6, 294-302.

³⁹ Sharf, R. S. (1992). *Applying Career Development Theory to Counseling. University of Delaware*. California: Brooks/Cole Publishing Company.

- g) Peningkatan kesuksesan dan kepuasan terhadap pengembangan karir dalam kehidupan.⁴⁰

Menurut Savickas, seseorang sudah matang atau siap mengambil keputusan karir jika memiliki keterampilan pengambilan keputusan karir yang didukung oleh pengetahuan pendidikan yang kuat berdasarkan pembelajaran dan pengalaman.⁴¹ Handoko menjelaskan, karier adalah pekerjaan atau jabatan apa pun dalam dunia kerja.⁴² Dariyo mengatakan karier adalah proses memilih karier bagi orang-orang yang berada pada berbagai tahap perkembangan.⁴³ Dalam penelitian ini, pengertian singkat karir berperan dalam fase perkembangan terkait kesiapan dunia kerja dalam baik pada masa dewasa maupun masa muda.

Karir merupakan sikap, aktivitas atau perilaku yang diasosiasikan dengan peran pekerjaan sepanjang kehidupan seseorang. Decenzo dan Robbins berpendapat berpendapat bahwa karier adalah suatu bentuk hubungan antara pekerjaan dan pengalaman yang dicapai seseorang sepanjang hidupnya. Kematangan karir mengacu pada kemauan dan kemampuan individu untuk menangani tugas-tugas perkembangan yang terkait dengan keputusan karir.⁴⁴

Menurut Lavinson, Ohler, Caswell dan Kiewra dalam Yunia Eka Rachmawati mengartikan kesiapan karir sebagai kemampuan untuk mengambil pilihan karir yang realistis dan stabil dengan memperjelas apa yang diperlukan dalam memilih karir.⁴⁵

Berdasarkan berbagai penjelasan angka-angka di atas, kematangan karir merupakan kunci kemampuan seseorang dalam menentukan pilihan karir yang stabil dan realistis serta menyelesaikan tugas-tugas perkembangan karir dengan menyadari apa yang dimaksud dengan kematangan karir konsep kemampuan dan kemampuan. Ini juga mengacu pada tahapan pengembangan profesional tertentu, dari

⁴⁰ Seligman, L. (1994). *Development Career Counseling and Assessment*. Thousand Oaks: Sage.

⁴¹ Savickas, M. L. (2002). *Career Construction. A Developmental Theory of Vocational Behavior*. Dalam D. Brown, & Associates (Eds.), *Career Choice and Development*. San Francisco: Jossey-Bass.

⁴² Handoko T. Hani. (2000). *Manajemen Personalita dan Sumberdaya Manusia*, Edisi II, Cetakan Keempat Belas. Yogyakarta: BPFE

⁴³ Dariyo, Agoes. 2004. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor: Ghalia Indonesia.

⁴⁴ Rachmawati, Y. E. (2013). *Hubungan antara Self Efficacy dengan Kematangan Karir pada Mahasiswa Tingkat Awal dan Tingkat Akhir di Universitas Surabaya*. Calyptra: Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya, 1 (1).

⁴⁵ Rachmawati, Y. E. (2013). *Hubungan antara Self Efficacy dengan Kematangan Karir pada Mahasiswa Tingkat Awal dan Tingkat Akhir di Universitas Surabaya*. Calyptra: Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya, 1 (1).

tahap eksplorasi hingga tahap penurunan. Hal ini ditandai dengan kematangan pribadi dalam mengenali dan mengatasi permasalahan dalam pekerjaan, atau mampu menghadapi tantangan perkembangan dalam kehidupan.

2.1.13. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kematangan Karir

Super dan Overstreet dalam Osipow mengklasifikasikan faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan karir menjadi lima kelompok, yaitu:

- a) Faktor biososial seperti usia dan kecerdasan, jenis kelamin
- b) Faktor lingkungan, seperti interaksi dengan orang lain di sekitar yang bersangkutan, yang dalam hal ini terfokus pada orang tua. Interaksi individu dengan lingkungan sekitar dapat menjadi dukungan sosial yang dapat membantu masyarakat dalam mengatasi permasalahan yang dihadapinya.
- c) Faktor profesional seperti aspirasi karir, minat karir, nilai pekerjaan dan jenis pekerjaan
- d) Ciri-ciri kepribadian, termasuk konsep diri, *locus of control*, kemampuan khusus, nilai-nilai, dan tujuan hidup.
- e) Prestasi generasi muda, menunjukkan keberhasilan akademik, penguasaan materi bimbingan karir, kebebasan, partisipasi siswa di sekolah dan kegiatan ekstrakurikuler.⁴⁶

2.1.15.1. Ciri-Ciri Tidak Matang Karir

Crites dalam Abimanyu, individu dikatakan tidak matang karir disebabkan karena:

- a) Individu mempunyai banyak potensi dan membuat banyak pilihan tetapi ia tidak dapat memilih satu sebagai tujuannya.
- b) Individu tidak dapat mengambil keputusan, ia tidak bisa memilih satupun dari alternatif-alternatif yang mungkin baginya.
- c) Individu yang tidak berminat, ia telah memilih satu pekerjaan tetapi ia bimbang akan pilihannya itu karena tidak didukung oleh pola minat yang memadai.

2.1.15.2. Ciri-Ciri Matang Karir

Super dalam Abimanyu menjelaskan ciri-ciri dikatakan matang karir itu adalah sebagai berikut:

⁴⁶ Osipow, S. H., & Navy Personnel Research and Development Center San Diego Ca. (1989). *Career Development Models: A Brief Overview of Relevant Theory*. San Diego, California: Navy Personnel Research and Development Center.

- a) Perencanaan meliputi perencanaan jangka panjang, jangka menengah, jangka pendek
- b) Sikap dan tingkah laku eksplorasi, meliputi sikap dan tingkah laku ingin tahu, penggunaan sumber, dan partisipasi.
- c) Perolehan informasi, terdiri dari informasi pendidikan dan latihan, syarat-syarat masuk, tugas-tugas, penerimaan dan penawaran, dan promosi.
- d) Pengetahuan tentang pembuatan keputusan, meliputi dasar-dasar dan praktek pembuatan keputusan.
- e) Orientasi kenyataan, mencakup faktor-faktor pengetahuan diri, kenyataan, konsisten, kristalisasi dan pengalaman kerja.⁴⁷

2. 2. Hasil - hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu bertujuan untuk mendapatkan bahan perbandingan dan acuan. Selain itu, untuk menghindari kesamaan dengan penelitian ini. Maka dalam kajian pustaka ini peneliti mencantumkan hasil-hasil penelitian terdahulu sebagai berikut:

1. Hasil penelitian Affan Abdul Jabbar, Deni Purwanto, Nina Fitriyani, happy Karlina Majo, Wirda Hanim. (2019)

Penelitian Affan Abdul Jabbar, Deni Purwanto, Nina Fitriyani, happy Karlina Majo, Wirda Hanim dengan judul “*Konseling kelompok Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Kematangan Karir*” penelitian ini mengatakan bahwa konseling kelompok merupakan layanan yang dapat membantu peserta didik mengatasi hambatan dalam kematangan karir. Metode yang digunakan adalah kajian pustaka yang didukung oleh data-data dari beberapa artikel, buku-buku sumber, dan dokumen pendukung lainnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) secara efektif dapat membantu dalam mengatasi permasalahan karir peserta didik. Persamaan pada penelitian ini dengan penelitian saya adalah sama-sama menggunakan pendekatan CBT untuk membantu mengatasi hambatan peserta didik dalam kematangan karirnya. Lalu perbedaannya penelitian ini menggunakan metode kajian pustaka dan penelitian saya menggunakan kuantitatif eksperimen. Jika menggunakan kajian pustaka yang bersumber pada penelitian terbaru belum pasti hasilnya signifikan dan sesuai dengan lapangan.

⁴⁷Abimanyu, S. (1990). *Hubungan antara Beberapa Faktor Sosial, Prestasi, Jenis Kelamin, dan Lokus Kendali dengan Kematangan Karir Siswa SMA*. Disertasi, tidak diterbitkan. Malang: FPs UM.

Maka dari itu saya mencoba menggunakan eksperimen dalam penelitian ini.

2. Hasil Penelitian I Made Gunawan dan Juwita Wulandari. (2017)

Penelitian I Made Gunawan dan Juwita Wulandari dengan judul “*Pengaruh Teknik Biblioterapi Terhadap Kesadaran Diri Siswa*” ini berisi tentang mengetahui pengaruh teknik Biblioterapi terhadap kesadaran diri siswa kelas XI Jurusan Teknologi Komputer Dan Jaringan (TKJ) SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara. Metode penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif eksperimen *One group pretest-posttest Design* dan analisis data menggunakan *T-test*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa analisis data yang diperoleh yaitu: ($t_{hitung} 8.179 > t_{tabel} 2.201$), Dengan demikian, bahwa pelaksanaan teknik Biblioterapi memiliki peranan yang positif dalam menumbuhkan kesadaran diri pada siswa SMK Negeri 1 Tanjung Tahun Pelajaran 2016/2017. Persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian saya kurang lebih banyak yang sama, dalam hal metode penelitian, Teknik pengambilan sampel, Teknik Bibliotherapy. Namun ada perbedaan pula yakni pada dalam metode penelitian, penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif eksperimen *One group pretest-posttest Design* sedangkan penelitian saya menggunakan kelas *two group pretest-posttest design*.

3. Hasil Penelitian Muwakhidah Muwakhidah dan Cindy Asli Pravesti. (2017)

Penelitian Muwakhidah Muwakhidah dan Cindy Asli Pravesti dengan judul “*Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavior Therapy untuk Mengurangi Keraguan Pengambilan Keputusan Karier Siswa Sekolah Menengah Kejuruan*” Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok *cognitive behavior therapy* dalam menurunkan keraguan pengambilan keputusan karier siswa Sekolah Menengah Kejuruan. Desain penelitian menggunakan *pretest-posttest control group design*. Hasil *pretest* skala keraguan pengambilan keputusan karier kelompok eksperimen menunjukkan bahwa seluruh anggota kelompok masuk pada klasifikasi memiliki keraguan pengambilan keputusan karier yang tinggi, kemudian setelah dilakukan intervensi konseling kelompok CBT untuk menurunkan keraguan pengambilan keputusan karier siswa hasil menunjukkan bahwa skala keraguan pengambilan keputusan karier kelompok eksperimen menunjukkan penurunan yang signifikan. Pada dasarnya penelitian ini dengan penelitian saya sama, namun perbedaannya dalam pengambilan sampel penelitian ini

menggunakan *random assignment* sedang penelitian saya menggunakan *Purposive Sampling*.

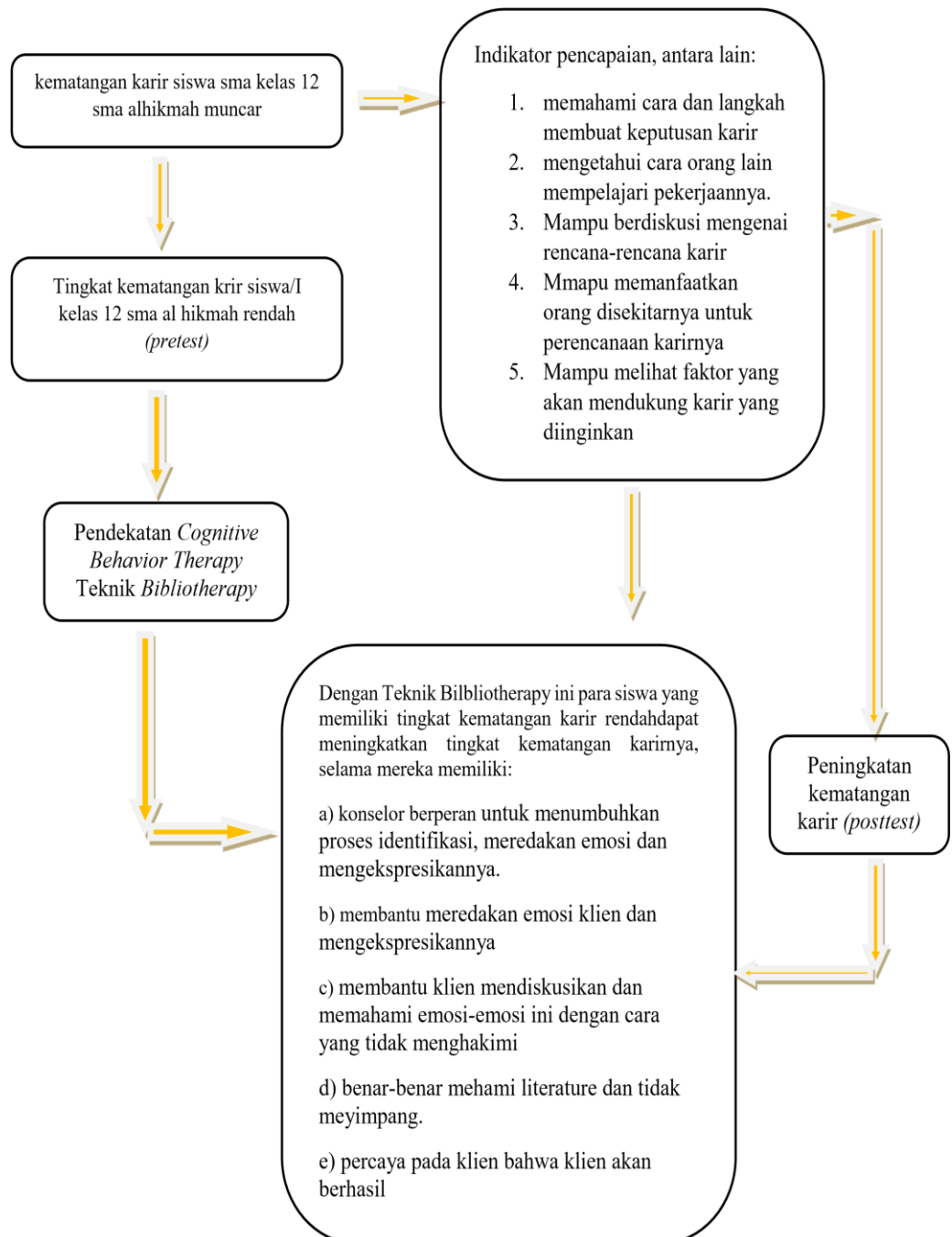
4. Hasil Penelitian I Putu Agus Apriliana dan Kadek Suranata. (2022)

Penelitian I Putu Agus Apriliana dan Kadek Suranata dengan judul “*Membantu Kematangan Karir Siswa SMK melalui Konseling Cognitive Behavioral Therapy*” penelitian ini mencoba menguraikan konsep kematangan karir dan upaya konseling yang dapat dilakukan oleh Guru BK/konselor untuk membantu kematangan karir siswa SMK. Penelitian ini menggunakan kajian buku serta artikel nasional dan internasional dirivew yang selanjutnya dilakukan analisis konten. Hasil dari analisis menunjukkan bahwasannya pelayanan konseling dengan pendekatan *cognitive behaviour therapy* teknik *bibliotherapy* yang diimplementasikan oleh guru BK dapat membantu kematangan karir siswa.

5. Hasil Penelitian Insan Suwanto, (2020)

Penelitian dengan judul “*Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Teknik Bibliotherapy Sebagai Intervensi dalam Konseling Kelompok*” penelitian ini bertujuan mengkaji bahwasannya pendekatan CBT teknik *bibliotherapy* dapat diintervensi dalam bimbingan kelompok. Metode dalam artikel ini menggunakan studi literatur dan kajian penelitian terkait. Hasil pembahasan dari studi literature dapat disimpulkan bahwa *Bibliotherapy* adalah dimana seseorang yang mengalami masalah diminta membaca buku-buku yang bersifat membantu dirinya dan memotivasi agar mempercepat penyembuhan. Membaca mengenai kesulitan orang lain yang sama dengan mereka, dapat memberikan kesadaran dan pemahaman terhadap masalah yang dihadapinya.

2. 3. Kerangka Konseptual



2. 4. Hipotesis

Menurut Ahmad Qusyairi di dalam penelitian Suharsimi Arikunto, hipotesis merupakan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul.⁴⁸

Berdasarkan dari kerangka konseptual diatas, hipotesis dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

a. Rumusan masalah pertama

1. Hipotesis Alternatif (H_a): Terdapat perbedaan signifikan nilai sebelum dan sesudah dilaksanakannya bimbingan kelompok teknik *bibliotherapy*
2. Hipotesis Nol (H_0): Tidak terdapat perbedaan signifikan nilai sebelum dan sesudah dilaksanakannya bimbingan kelompok teknik *bibliotherapy*

b. Rumusan masalah kedua

1. Hipotesis Alternatif (H_a): bimbingan kelompok *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) teknik *bibliotherapy* dapat meningkatkan kematangan karir siswa kelas 12 SMA Al Hikmah.
2. Hipotesis Nol (H_0): bimbingan kelompok *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) teknik *bibliotherapy* tidak dapat meningkatkan kematangan karir siswa kelas 12 SMA Al Hikmah.

⁴⁸ Prof. DR. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 1st ed. (Bandung: Alfabeta, 2018).

BAB III METODE PENELITIAN

3. 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Sugiono penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.⁴⁹

Sedangkan metode yang di gunakan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok menggunakan teknik *bibliotherapy* penulis menggunakan *Quasi Eksperimen Design* “one group pretest pretest Design”. *Pretest* berupa pemberian instrumen pengumpulan data (career maturity scale) sebelum diberikan treatment. Sementara, *treatment* yang diberikan ialah konseling kelompok CBT dengan teknik *bibliotherapy* sebanyak 3 pertemuan, dengan frekuensi pertemuan tiga kali dalam seminggu, dan durasi 60 menit setiap pertemuan. *Posttest* berupa pemberian instrumen pengumpulan data yang diberikan setelah treatment. Kemudian teknik pengampilan sampel pada penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Secara garis besar, desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini digambarkan dalam gambar.

Gambar 1. Desain eksperimen *One Group Pretest Posttest- Design*

pretest	treatment	posttest
T ₁	X	T ₂

Keterangan:

X : pada saat perlakuan/ terapi dengan *bibliotherapy*

T₁ dan T₂: Nilai pretest dan posttest kelas eksperimen

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hasil anak sebelum diterapi dan sesudah terapi dengan buku atau dikenal dengan nama *bibliotherapy*.

3. 2. Waktu dan Lokasi Penelitian

Pada penelitian ini waktu penelitian dilakukan dengan penuh kesabaran. Yakni akan dilakukan dua sampai tiga minggu sebanyak 3 kali pertemuan dengan alokasi waktu 1 x 60 menit pada bulan Februari 2024. Untuk tempat penelitian berada di SMA Al Hikmah Muncar.

⁴⁹ Prof. Dr. Sugiono, *metode penelitian pendidikan pendekatan kualitatif, kuantitatif*, (hlm.14: Alfabeta, Bandung 2015, n.d).

3. 3. Populasi dan Sampel Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.⁵⁰ Berdasarkan pertimbangan pengertian populasi tersebut maka ditentukan populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMA Al Hikmah Muncar kelas 12 IPS dan IPA. Berdasarkan data yang didapat dari Staf TU SMA Al Hikmah Muncar kelas 12 IPS dan IPA berjumlah 60 siswa, 30 siswa dari kelas IPS dan 30 siswa dari kelas IPA.

Menurut Suharsimi Arikunto sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti.⁵¹ Jumlah sampel yang akan diambil dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan saran-saran tentang ukuran sampel yang dikemukakan oleh Roescoe. Saran-saran tersebut antara lain:

1. Ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai 500.
2. Bila sampel di bagi dalam kategori, maka jumlah sampel dalam setiap kategori minimal 30
3. Bila dalam penelitian akan melakukan analisis dengan *multivariate* (korelasi atau regresi ganda misalnya), maka jumlah sampel minimal 10 kali dari jumlah variabel yang diteliti. Misalnya variabel penelitiannya ada 5 (independen + dependen), maka jumlah anggota sampel $5 \times 10 = 50$
4. Untuk penelitian eksperimen yang sederhana, yang menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, maka jumlah sampel masing-masing antara 10 s/d 20.⁵²

Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini berjumlah 15 orang. Pada proposal ini menggunakan teknik *NonProbability Sampling* dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* yaitu pengambilan anggota sampel dan populasi di lakukan dengan pertimbangan tertentu. menggunakan jenis pengambilan sampel ini mengingat tujuan dari penelitian yakni meningkatkan kematangan karir siswa kelas 12 SMA Al Hikmah Muncar.

Pengambilan sampel pada responden pada siswa kelas 12 SMA Al Hikmah Muncar dengan terlebih dahulu mengkategorikan tingkat kematangan karirnya berdasarkan tingkat kematangan karir rata-rata dibandingkan dengan skor maksimum ideal, berikut daftarnya:

⁵⁰ Arikunto, S. (2010). *Metode peneltian*. Jakarta: Rineka Cipta, 173.

⁵¹ Arikunto, S. (2010). *Metode peneltian*. Jakarta: Rineka Cipta, 173

⁵² *Ibid.* h. 74

Tabel. 1 Data Penjaringan Subjek Penelitian

KATEGORI	FREKUENSI	fr (%)
sangat tinggi	1	$\geq 86\%$
tinggi	14	70-85%
sedang	25	54-69%
rendah	20	41-53%
sangat rendah	0	$\leq 40\%$

Data berikut dihitung menggunakan responden yang berjumlah 60 siswa dan jumlah item 20 pernyataan. Tabel 2 menunjukkan pengkategorian tingkat kematangan siswa, dapat dijelaskan bahwasannya nilai tertinggi memiliki nilai persen di atas 86%, dan nilai terendah memiliki nilai persen kurang dari 40%. Ada 1 frekuensi pada nilai persen di atas 86% dengan kategori tingkat kematangan karir yang sangat tinggi, ada 14 frekuensi pada nilai persen 70% sampai 85% berkategori tinggi untuk tingkat kematangan karir, ada 25 frekuensi pada nilai persen 54% sampai 69% kategori sedang pada tingkat kematangan karirnya, ada 20 frekuensi dengan nilai persen 41% sampai 53% dengan kategori rendah, dan 0 frekuensi pada nilai persen kurang dari 40% dengan kategori sangat rendah.

Mengingat penelitian ini bersifat bimbingan dan bukan konseling maka dari hasil diatas kami mengambil 15 siswa dari seluruh kategori tingkat kematangan karir untuk dijadikan sampel. Untuk melihat hasil persenan bisa dilihat pada lampiran.

3. 4. Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini konseling kelompok *Cognitive Behaviour Therapy* teknik *bibliotherapy* adalah variabel bebas (X) atau bisa dikatakan variabel independen, sedangkan kematangan karir siswa kelas 12 SMA Al Hikmah adalah variabel terikat (Y) atau variabel dependen.

3. 5. Uji Validitas, Reliabilitas, dan Normalitas

Dijelaskan metode penentuan validitas, reliabilitas dan normalitas yang akan digunakan untuk mengukur tingkat validitas, reliabilitas instrument data penelitian. Uji Normalitas data manfaatnya digunakan untuk menentukan alat analisis yang digunakan apakah menggunakan uji statistik Parametrik atau Non parametrik, bisa manual atau SPSS.

3.5.1. Uji Validitas.

Uji validitas mengukur apakah suatu survei valid, suatu survei dianggap valid jika pertanyaan dan pernyataan dalam survei tersebut

mengungkapkan apa yang ingin diukur oleh survei tersebut. Validitas bertujuan untuk mengukur apakah kuesioner yang Anda buat benar-benar dapat mengukur apa yang ingin Anda ukur.⁵³

Gambar 2. Uji Validitas

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N\sum x^2 - (\sum x)^2)(N\sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

sumber: Sugiyono, (2018)

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel X dan variabel Y

$\sum xy$ = Jumlah perkalian antara variabel x dan Y

$\sum x^2$ = Jumlah dari kuadrat nilai X

$\sum y^2$ = Jumlah dari kuadrat nilai Y

$(\sum x)^2$ = Jumlah nilai X kemudian dikuadratkan

$(\sum y)^2$ = Jumlah nilai Y kemudian dikuadratkan

Perhitungan uji validitas variabel Y dilakukan dengan menggunakan program komputer dengan menggunakan taraf signifikan 5% (0,05). Langkah-langkah yang peneliti lakukan untuk mengukur validitas adalah dengan mengedarkan angket kepada 50 yang tidak termasuk kedalam sampel penelitian, kemudian diketahui asil uji validitas yang diperoleh adalah 20 butir soal. Serta kevalidan data dapat di buktikan oleh jumlah r hitung > r tabel. Selanjutnya peneliti melakukan pengujian validitas dengan menghitung korelasi antar data pada masing-masing skor total. Kemudian hasil dari angket tersebut peneliti masukkan kedalam tabel untuk menghitung koefisien.

Tabel. 2 Tabel Penolong Uji Validitas

Sampel	X 1	X 2	X 3	X 4	X 5	X=2 0	Sko r X
1							
2							
N=5 0							

Kriteria dalam menentukan validitas suatu kuesioner adalah sebagai berikut:

⁵³ Imam Ghozali, *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*, Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2005, h. 52

a. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka pernyataan dinyatakan valid.

b. Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka pernyataan dinyatakan tidak valid.

3.5.2. Uji Reliabilitas

Setelah dilakukan uji validitas, kemudian kuesioner juga perlu diuji reliabilitasnya. Reliabilitas adalah derajat ketepatan, ketelitian atau keakuratan yang ditunjukkan oleh instrumen pengukuran. Pengujian reliabilitas instrument pada penelitian ini menggunakan *Alfa Cronbach* dengan program SPSS pada komputer. Menurut Arikunto Reliabilitas menunjukkan pada satu pengertian bahwa sesuatu instrument cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena tersebut sudah baik.⁵⁴

Pernyataan yang telah dinyatakan valid dalam uji validitas, maka akan ditentukan reliabilitasnya dengan kriteria sebagai berikut:

a. Jika r_{alpha} positif atau $>$ dari r_{tabel} maka pernyataan reliabel.

b. Jika r_{alpha} negatif atau $<$ dari r_{tabel} maka pernyataan tidak reliabel.

Dengan rumus sebagai berikut:

Gambar 3. Uji Reliabilitas

$$a = \left(\frac{K}{K-1} \right) \left(\frac{s_r^2 - \sum s_i^2}{s_x^2} \right)$$

sumber: Sugiyono, (2018)

Keterangan:

a : Koefisien reliabilitas *Alpha*

Cronbach

K : Jumlah item pertanyaan yang di uji

$\sum s_r^2$: Jumlah varian skor item

s_x^2 : Varian skor-skor tes (seluruh item K)

Dikatakan reliabel jika memiliki nilai alfa minimal 0,70. Langkah uji reliabilitas, yaitu dengan memilih item alat yang sudah valid, sehingga yang tidak valid tidak dilakukan analisis dalam uji reliabilitas. Hasil uji reliabilitas kuesioner kematangan karir sebesar 0,832 dengan 20 item yang sudah valid.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa kuesioner tingkat kematangan karir adalah reliabel, sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur penelitian.

3.5.3. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel terikat, variabel bebas, atau kedua variabel berdistribusi normal atau

⁵⁴ Arikunto, (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta

mendekati normal. Jika observasi kurang dari 30 maka diperlukan uji normalitas. Uji normalitas menentukan apakah error term mendekati distribusi normal. Jika jumlah observasi lebih besar dari 30 maka distribusi suku kesalahan sampling mendekati normal, sehingga tidak perlu dilakukan uji normalitas. Misalnya jika menggunakan 285 observasi maka uji normalitas dapat diabaikan. Karena jumlah responden dalam penelitian saya adalah 15 orang maka diperlukannya Uji Normalitas. Berikut penjelasan uji normalitas dengan menggunakan Uji *Shapiro-Wilk*. Uji *Shapiro-wilk*. Kriteria pengambilan keputusan dari uji *Shapiro-wilk* adalah sebagai berikut:

1. Apabila nilai signifikansi $> 0,05$, maka distribusi data memenuhi asumsi normalitas.
2. Apabila nilai signifikansi $< 0,05$, maka distribusi data tidak memenuhi asumsi normalitas.⁵⁵

3. 6. Data dan Sumber Data

Sumber data adalah subjek dari mana data dapat diperoleh. Apabila peneliti menggunakan kuesioner dan wawancara dalam pengumpulan datanya, maka sumber data disebut responden, yaitu orang yang merespon atau menjawab pertanyaan-pertanyaan peneliti, baik pertanyaan tertulis maupun lisan.⁵⁶

3.6.1. Data Primer

Data primer dalam penelitian kali ini di peroleh dari penyebaran kuesioner.⁵⁷ Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari hasil penyebaran kuesioner yang berisi pernyataan seputar pengetahuan karir dan seberapa matang perencanaan karir pada siswa SMA Al Hikmah Muncar.

3.6.2. Data Sekunder

Data sekunder yaitu data penelitian yang diperoleh peneliti secara tidak langsung tetapi melalui media perantara (diperoleh dan dicatat oleh pihak lain) yang berupa bukti, catatan atau laporan historis yang telah tersusun dalam arsip.⁵⁸

Data sekunder ini diperoleh data dari dan Guru BK staf TU SMA Al Hikmah Muncar.

3. 7. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang dipakai dalam penelitian ini adalah angket (kuesioner) dan dokumentasi.

⁵⁵ Ajija, Shochrul Rohmatul, dkk. 2011. *Cara Cerdas Menguasai EvIEWS*. Jakarta: Salemba Empat.

⁵⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2010, h. 172

⁵⁷ Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif komunikasi, ekonomi dan kebijakan publik imu-ilmu sosial lainnya*, Jakarta: Kencana, 2005, h.119

⁵⁸ Muchammad Fauzi, *Metode Penelitian Kuantitatif Sebuah Pengantar*, Semarang: Walisongo Press, 2009, h.166.

1. Observasi

Menurut Arikunto,⁵⁹ Observasi adalah upaya sadar untuk mengumpulkan data secara sistematis dengan menggunakan prosedur yang baku. sedangkan menurut Sugiyono, observasi merupakan suatu teknik yang kompleks, suatu proses yang terdiri dari berbagai proses biologis dan psikologis.⁶⁰

2. Angket (kuesioner)

Kuesioner adalah teknik pengumpulan data di mana responden diberikan daftar pertanyaan dan diharapkan menanggapi daftar pertanyaan tersebut. Serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis yang harus dijawab oleh responden. Dalam penelitian ini metode pengumpul data yang digunakan adalah angket yang pengukurannya dengan menggunakan skala *likert* yang berpedoman pada indikator - indikator variabel penelitian, pengerjaannya dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang telah disediakan.

Skala *likert* dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi masyarakat terhadap fenomena sosial. Dalam survei yang menggunakan skala likert, responden diminta untuk menanggapi pernyataan dengan menggunakan alternatif pilihan jawaban tergantung pada data penelitian yang dibutuhkan peneliti. Setiap jawaban diberi nilai berupa angka. Metode angket ini digunakan untuk memperoleh data terkait tingkat kematangan karir siswa-siswi SMA Al Hikmah Muncar.

Tabel 3. Pemberian Skor Angket

Pernyataan positif (+)		Pernyataan negatif (-)	
<u>Alternatif jawaban</u>	skor	<u>Alternatif jawaban</u>	skor
Sangat setuju	4	Sangat setuju	1
setuju	3	setuju	2
Tidak setuju	2	Tidak setuju	3
Sangat tidak setuju	1	Sangat tidak setuju	4

Kemudian untuk menentukan kategori jawaban responden terhadap masing-masing alternatif jawaban apakah tergolong sudah memiliki kematangan karir yang cukup, terlebih dahulu menentukan interval dengan cara berikut:

⁵⁹ Prof. Dr. Suharsimi Arikunto, *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik*.⁶³

Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D*⁶⁴ *Ibid*, h. 137.

⁶⁰ Sugiyono, (2005), *Statistik Untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta, hal. 51

$$I = \frac{Nt - Nr}{K}$$

Keterangan:

Nt = Nilai Tertinggi.

Nr = Nilai Terendah.

K = Kategori.

I = Interval Skor.

Sehingga dengan demikian dapat diketahui kategori jawaban responden masing-masing.

Tabel 4. Data Hasil Pengambilan Sampel Siswa SMA Al Hikmah Muncar

KATEGORI	FREKUENSI	fr (%)
sangat tinggi	1	≥86%
tinggi	14	70-85%
sedang	25	54-69%
rendah	20	41-53%
sangat rendah	0	≤ 40%

Data berikut dihitung menggunakan responden yang berjumlah 60 siswa dan jumlah item 20 pernyataan. Tabel 2 menunjukkan pengkategorian tingkat kematangan siswa, dapat dijelaskan bahwasannya nilai tertinggi memiliki nilai persen di atas 86%, dan nilai terendah memiliki nilai persen kurang dari 40%. Ada 1 frekuensi pada nilai persen di atas 86% dengan kategori tingkat kematangan karir yang sangat tinggi, ada 14 frekuensi pada nilai persen 70% sampai 85% berkategori tinggi untuk tingkat kematangan karir, ada 25 frekuensi pada nilai persen 54% sampai 69% kategori sedang pada tingkat kematangan karirnya, ada 20 frekuensi dengan nilai persen 41% sampai 53% dengan kategori rendah, dan 0 frekuensi pada nilai persen kurang dari 40% dengan kategori sangat rendah. Untuk melihat hasil persen dari tiap responden dapat dilihat pada lampiran.

Tabel 5. Kisi-kisi Kematangan Karir

VARIABEL	ASPEK	INDIKATOR	NOMOR ITEM		JUMLAH
			Fav ourable	Un favourable	
Kematangan karir	Pengetahuan tentang membuat keputusan	Memahami cara dan langkah-langkah membuat keputusan tentang karier	1,2		4
		Menggunakan pengetahuan dan pemikiran untuk membuat keputusan bagi rencana karier	9	4	
	Pengetahuan tentang (informasi) dunia kerja	Mengetahui tentang cara orang lain memahami minat dan kemampuannya dalam berkarier		8	2
		Mengetahui alasan orang lain berganti atau pindah pekerjaan	16		
	Perencanaan karir	Mempelajari semua informasi tentang karir	7	6,17	3
	Eksplorasi karir	Ada keinginan untuk (ingin) memanfaatkan orang tua, saudara-saudara, teman teman, guru, konselor, ahli dalam karir, buku-buku, dan film sebagai sumber-sumber informasi karir	18		1

	Realisme keputusan karir	Memiliki pemahaman yang baik tentang kelebihan dan kekurangan diri berhubungan dengan pilihan karir yang diinginkan	3,5,20	10,12,13,19	10
		Melihat kesempatan yang ada berkaitan dengan pilihan karir yang diinginkan	15		
		Mampu menerima keadaan diri secara realistis apa adanya berhubungan dengan pilihan karir yang diinginkan		11,14	

Tabel. 6 Angket/Kuesioner Kematangan Karir

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya tahu pekerjaan apa yang saya cita citakan.				
2.	Saya sudah merencanakan hal yang akan saya lakukan setelah lulus sekolah				
3.	Saya sangat optimis dengan pilihan bidang kerja yang saya inginkan.				
4.	Saya belum memiliki informasi sedikitpun mengenai pekerjaan yang akan saya geluti.				
5.	Saya yakin akan kesesuaian antara kompetensi dan karir yang akan saya pilih.				
6.	Saya malas mencari informasi mengenai pekerjaan yang saya minati.				
7.	Saya tidak yakin dengan pilihan karir yang akan saya ambil.				
8.	Saya belum mempunyai gambaran pekerjaan apapun setelah lulus sekolah				
9.	Saya tahu apa yang harus saya lakukan dengan bakat yang saya miliki				

10.	Saya tidak tahu bagaimana cara mengetahui seluruh potensi pada diri saya				
11.	Saya ragu dengan keputusan karir yang akan saya ambil karena kurangnya pengetahuan saya.				
12.	Saya tidak memiliki pengetahuan mengenai jenjang karir pada profesi yang saya minati.				
13.	Saya tidak tahu jenis karir apa yang sesuai untuk saya.				
14.	Saya takut menghadapi konsekuensi dari pilihan karir yang akan saya ambil.				
15.	Saya mengetahui jenis profesi apa yang akan saya tekuni di masa depan.				
16.	Walaupun semakin banyak saingan dalam mencari pekerjaan, saya akan tetap berusaha memperjuangkan cita-cita saya.				
17.	Saya tidak berminat untuk mempersiapkan diri dari sekarang sedangkan cita-cita belum pasti				
18.	Keterbatasan informasi kerja tidak merubah keputusan saya untuk memilih pekerjaan yang saya inginkan.				
19.	Saya tidak mengetahui spesifikasi tugas yang berkaitan dengan karir saya di masa depan.				
20.	Saya tahu apa yang harus saya lakukan dengan keterampilan yang saya miliki				

3. Dokumentasi

Dokumentasi artinya mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, agenda dan sebagainya. Dikutip dari Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Dokumentasi adalah pengumpulan, pemilihan, pemrosesan, dan penyimpanan informasi dalam suatu bidang pengetahuan. Selain itu, dokumentasi mengacu pada penyediaan atau pengumpulan bukti dan informasi (seperti gambar, kutipan, kliping koran, dan bahan referensi lainnya).

Dokumentasi tidak hanya berupa foto dan video melainkan data-data tertulis yang perlu dalam penelitian.

4. Wawancara

Wawancara adalah suatu pola dialog tertentu yang dimulai baik secara lisan maupun dalam bentuk teks. Mencapai tujuan spesifik dan fokus pada area konten tertentu melalui proses berkelanjutan untuk menghilangkan materi yang tidak relevan.

Tujuan wawancara adalah untuk memperoleh informasi dengan cara mengajukan pertanyaan dan menjawabnya oleh orang yang diwawancarai. Dalam proposal ini wawancara yang dilakukan peneliti cukup untuk melengkapi data kuesioner dan bukan merupakan sumber utama pengumpulan data.

5. Instrumen penelitian

merupakan alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitian agar pekerjaannya menjadi lebih mudah dan baik, dalam arti lebih cermat, lengkap sistematis sehingga lebih mudah untuk diolah dan Instrumen dalam proposal ini menggunakan angket.

Untuk menghasilkan data yang akurat, instrumen angket dalam proposal ini menggunakan skala likert. Jawaban setiap item menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negative adapun jawaban yang peneliti sediakan untuk setiap item pernyataan dimulai dari Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

3. 8. Analisis Data

Menganalisis data merupakan tahap penelitian yang paling penting, karena pada tahap ini informasi yang diperoleh dari lapangan dirumuskan. Data yang dianalisis dalam penelitian ini merupakan hasil tes yang dilakukan peneliti.

Informasi yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan metode kuantitatif. Hal ini memungkinkan data kuantitatif dianalisis menggunakan analisis regresi linier sederhana. Analisis regresi linier sederhana adalah jenis analisis yang digunakan untuk mengukur hubungan antara dua variabel dan dapat dibenarkan secara teoritis.⁶¹

1.) Analisis Regresi Linear Sederhana

Dalam proposal ini peneliti menggunakan statistik parametrik dengan rumus Analisis Regresi Linear Sederhana, Regresi yaitu meramal pengaruh data yang satu dengan data yang lainnya dan untuk mengantisipasi gejala-gejala yang akan datang. Digunakan untuk mengetahui arah hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen apakah positif atau negative, dan untuk memprediksi nilai

⁶¹ A. Hamzah and L. Susanti

dependen jika nilai variabel independen mengalami kenaikan atau penurunan. Rumus regresi linear sederhana sebagai berikut:⁶²

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y : Variabel dependen (nilai yang diprediksikan)

X : Variabel Independen

a : Konstanta (nilai Y apabila $X = 0$)

b : Koefisien regresi (nilai peningkatan ataupun penurunan)

Pengolahan data dilakukan dengan bantuan komputer program SPSS versi 27. Kriteria yang peneliti gunakan adalah apabila $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka H_a diterima. Adapun Nilai di interpretasikan sesuai dengan tabel berikut:

2.) Uji Hipotesis (Uji T)

Uji t digunakan untuk menguji hipotesis penelitian mengenai pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen secara parsial. Uji-t adalah uji statistik yang digunakan untuk menguji benar atau salahnya suatu hipotesis yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara mean dua sampel yang dipilih secara acak dari populasi yang sama.⁶³ Pengambilan keputusan dilakukan dengan melihat nilai signifikansi tabel probabilitas. Secara umum pengujian hasil regresi didasarkan pada tingkat kepercayaan 95% atau tingkat signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$).⁶⁴ Berikut kriteria uji statistic:

1. Jika nilai signifikansi uji $t > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Artinya tidak ada pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen.
2. Jika nilai signifikansi uji $t < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya terdapat pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen.

3.) Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Koefisien determinasi menunjukkan sejauh mana kontribusi variabel independen terhadap model regresi dapat menjelaskan variasi variabel dependen. Koefisien determinasi ditunjukkan dengan nilai *R-squared* (R^2) tabel ringkasan model. Nilai koefisien determinasi yang kecil berarti kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen sangat terbatas. Sebaliknya bila nilainya mendekati 1 (satu) dan jauh dari 0 (nol), berarti variabel independennya mempunyai. kami dapat memberikan

⁶² Prof. Dr. Suharsimi Arikunto, *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik*.

⁶³ Anas Sudijono, *Pengantar Statistik Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Pers, 2010, hlm. 278.

⁶⁴ Ghazali, I. (2016) *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS 23*. Edisi 8. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

semua informasi yang diperlukan untuk memprediksi variabel dependen.⁶⁵

⁶⁵ Ghozali, I. (2016) *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS 23*. Edisi 8. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro

BAB IV HASIL PENELITIAN

4.1 Deskripsi Umum Obyek Penelitian

SMA Al Hikmah merupakan salah satu unit Pendidikan di salah satu Yayasan PP. Minhajut Thullab Muncar Banyuwangi. Dalam 2024 ini siswa berjumlah 200 siswa dari kelas X, XI, dan XII. SMA Al Hikmah Muncar memiliki 2 jurusan yakni IPA, IPS dan Kurikulum Merdeka untuk kelas 10. Berikut profil lengkapnya:

PROFIL SEKOLAH

- I. Nama Sekolah : SMA Al Hikmah Muncar
- Status : Swasta
- II. Alamat Sekolah : Jl. KH. Abdul Mannan KM. 02 Sumberberas Muncar
- Propinsi : Jawa Timur
- Kabupaten/Kota : Banyuwangi
- Kecamatan : Muncar
- Desa : Sumberberas
- Jalan : KH. Abdul Mannan
- Kode Pos : 68472
- Telpon/Fax : 0333 592845 / 0333 592845
- E-mail/Website : smaalhikmahmuncar@gmail.com
<http://www.smaalhikmah.sch.id>

4.1.1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini bertempat di SMA Al Hikmah Muncar dimana sekolah ini adalah salah satu unit di Yayasan PP Minhajut Thullab Sumberberas Muncar.

4.1.2. Karakteristik Responden

Jumlah siswa kelas 12 yang akan di teliti berjumlah 60 orang lalu dilakukan tes berupa wawancara dan tes angket dan didapatkan 15 orang responden bimbingan kelompok pada penelitian ini dengan jenis pengambilan sampel *purposive sampling*.

Tabel. 7 Hasil Pengkategorian Responden

NO.	KODE NAMA	SKOR	KATEGORI
1.	RA	49	Sedang
2.	NMDS	43	Rendah
3.	SA	40	Rendah

4.	AKF	53	Sedang
5.	AHR	41	Rendah
6.	NA	39	Rendah
7.	RAD	55	Sedang
8.	KW	44	Sedang
9.	MMA	53	Sedang
10.	TA	36	Rendah
11.	YER	42	Rendah
12.	AHY	36	Rendah
13.	UY	44	Sedang
14.	ERW	49	Sedang
15.	EW	55	Sedang

Berikut data sampel penelitian yang berjumlah 15 orang terdapat 8 orang siswa yang memiliki tingkat kematangan karir sedang, dan 7 orang siswa dengan kematangan karir rendah yang akan dijadikan responden. Untuk mengetahui kategori siswa dapat dilihat dari data interval sebagai berikut:

Tabel. 8 Data Interval

KATEGORI	INTERVAL	FREKUENSI
sangat tinggi	69 – 80	1
Tinggi	56 – 68	14
Sedang	43 – 55	25
Rendah	33 – 42	20
sangat rendah	20 – 32	0
Jumlah		60

4.2 Analisis Data

1) Hasil Nilai Rata-rata *Pretest* dan *Posttest* Siswa SMA Al

Hikmah

Setelah melaksanakan penelitian di SMA Al Hikmah yang bertempat di ruang Konseling, maka ditemukan hasil *Pretest* dan *Posttest* sebagai berikut.

Tabel. 9 Hasil *Pretest-posttest* siswa kelas XII SMA Al Hikmah

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
pre	15	20	67	49.13	13.271
post	15	20	73	55.40	14.715
Valid N (listwise)	15				

Berdasarkan hasil Output SPSS versi 27 tentang hasil penilaian rata-rata diatas, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan nilai antara sebelum dan sesudah diberikan bimbingan konseling kelompok Teknik *Bibliotherapy*. Tertera di dalam tabel bahwa nilai pretest minimal 20 dan nilai maksimal 67 sehingga rata-rata yang diperoleh yaitu 49,13 dan nilai minimal untuk posttest adalah 20 dan nilai maksimal 73 sehingga nilai rata-rata ditemukan 55,40.

Pada hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan sebanyak 6,27 pada kematangan karir siswa kelas XII dalam memilih pilihan karir dengan menggunakan bimbingan konseling kelompok Teknik *Bibliotherapy*.

Hasil penelitian pada pertemuan pertama yang diperoleh peneliti adalah hasil observasi awal siswa yang mengalami kecemasan tidak memiliki pekerjaan setelah menyelesaikan pendidikan, kurang memahami bagaimana cara memilih pekerjaan atau studi lanjut, belum memiliki cita-cita.

1. Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

Pengujian validitas instrument dalam penelitian ini dilakukan secara statistik menggunakan rumus Regresi Linear Sederhana menggunakan bantuan SPSS versi 27. Variable penelitian adalah kematangan karir siswa sma al hikmah Muncar dengan 20 pernyataan yang disusun berdasarkan indicator kematangan karir.

Penulis menyebarkan angket pada 50 orang yang bukan termasuk sampel. Dari hasil hitungan tersebut penulis masukkan ke dalam rumus uji validitas dengan bantuan program SPSS versi 27 yaitu dimulai dari analyze – corelat - bivariat. Kemudian penulis menghitung r_{hitung} nya, kriteria valid atau tidaknya instrumen adalah jika nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$. Sesuai dengan jumlah responden, maka *degree of freedom* (df) = $n - Nr = 50 - 2 = 48$. r_{tabel} dengan df = 48 pada taraf 5% adalah sebesar 0,284. Hasil uji validitas dilakukan untuk mengukur sejauh mana alat pengukur dapat mengukur apa yang hendak diukur, hasil dari pengujian validitas dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel. 10 Hasil Uji Validitas Angket

NO	R _{hitung}	R _{tabel}	KETERANGAN
1	0,507	>0,284	Valid
2	0,477	>0,284	Valid
3	0,585	>0,284	Valid
4	0,348	>0,284	Valid
5	0,437	>0,284	Valid
6	0,397	>0,284	Valid
7	0,377	>0,284	Valid
8	0,288	>0,284	Valid
9	0,372	>0,284	Valid
10	0,464	>0,284	Valid
11	0,543	>0,284	Valid
12	0,640	>0,284	Valid
13	0,544	>0,284	Valid
14	0,439	>0,284	Valid
15	0,504	>0,284	Valid
16	0,679	>0,284	Valid
17	0,718	>0,284	Valid
18	0,510	>0,284	Valid
19	0,500	>0,284	Valid
20	0,532	>0,284	Valid

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa pengujian validitas variabel Y semua data dinyatakan valid karena memiliki r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} dimana r_{tabel} pada jumlah sampel 50 adalah 0,284 pada taraf signifikan 5%.

b. Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas dilakukan setelah semua butir pernyataan valid. Pengujian reliabilitas dimaksud untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten dan dapat dipercaya. Pengujian reliabilitas instrumen pada penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan angket kepada 50 orang yang bukan termasuk sampel. Hasil angket dimasukkan lagi kedalam tabel penolong dan kemudian di uji menggunakan uji reliabilitas dengan bantuan SPSS versi 27. Kriteria valid pada instrumen ini adalah jika nilai $\alpha > r_{tabel}$ (0,279).

Tabel. 11 Hasil Uji Reliabilitas Angket

No	Variabel	Nilai Alpha	R _{tabel}	Keterangan
1.	Variabel kematangan karir (Variabel Y)	0,832	0,279	Reliabel

Berdasarkan analisis reliabilitas dapat diketahui bahwa alpha untuk masing-masing variabel yaitu variabel kematangan karir (Y) diperoleh nilai alpha sebesar 0,832. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pengukuran reliabilitas $\alpha > r_{\text{tabel}}$ dimana r_{tabel} pada jumlah sampel 50 orang adalah 0,279 pada taraf signifikan 5%.

c. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel dependen, independen atau keduanya berdistribusi normal, mendekati normal atau tidak. Uji normalitas diperlukan jika observasi kurang dari 30. Uji normalitas menentukan apakah error term mendekati distribusi normal. Jika jumlah observasi melebihi 30 maka tidak perlu dilakukan uji normalitas karena distribusi suku kesalahan sampling mendekati normal.

Berikut Kriteria pengambilan keputusan dari uji *Shapiro-wilk* adalah sebagai berikut:

1. Apabila nilai signifikansi $> 0,05$, maka distribusi data memenuhi asumsi normalitas.
2. Apabila nilai signifikansi $< 0,05$, maka distribusi data tidak memenuhi asumsi normalitas.

Tabel 12. Hasil Uji Normalitas (*Shapiro Wilk*)

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pre	.105	15	.200*	.952	15	.558
post	.183	15	.189	.913	15	.150
*. This is a lower bound of the true significance.						
a. Lilliefors Significance Correction						

Berdasarkan hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai pretest adalah 0,558, yang artinya $0,558 > 0,05$ dengan demikian dapat disimpulkan bahwasannya data berdistribusi normal. Dan nilai posttest adalah 0,150 yang artinya $0,150 > 0,05$ dengan demikian dapat disimpulkan bahwasannya data berdistribusi normal.

2. Pengujian Regresi Linear Sederhana

Pengumpulan data dilakukan melalui pre dan posttest. Tes sebelum dan sesudah diberikan kepada 20 anak dalam pernyataan yang diukur pada skala *Likert*. Tujuan pengujian regresi adalah untuk mengetahui cara menghitung estimasi atau persamaan regresi yang menjelaskan pengaruh hubungan antar variabel.

Tabel 13. Hasil Nilai Pretest

N0	NAMA	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20	nilai pretest
1	RA	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	1	3	44
2	NMDS	3	2	2	4	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	51
3	SA	1	2	1	3	3	1	3	2	1	2	3	2	2	2	1	2	3	2	2	2	40
4	AKF	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	1	59
5	AHR	3	3	2	2	1	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	40
6	NA	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	1	1	2	51
7	RAD	2	2	2	3	2	1	3	3	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	38
8	KW	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	52
9	MMA	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	49
10	TA	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	67
11	YER	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	67
12	AHY	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	2	1	2	3	4	3	3	59
13	UY	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
14	ERW	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	35
15	EW	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	2	3	3	2	65

Tabel 14. Hasil Nilai Posttest

No	NAMA	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20	Nilai postest
1	RA	2	3	4	4	3	2	2	3	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	49
2	NMDS	3	4	4	3	3	2	2	2	3	4	3	2	4	2	3	3	2	3	3	2	57
3	SA	3	4	3	2	3	2	3	4	2	3	4	4	2	3	4	4	2	3	3	2	60
4	AKF	3	2	3	3	4	3	4	4	3	4	2	4	4	3	2	3	4	3	4	3	65
5	AHR	1	2	3	2	2	3	4	3	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	47
6	NA	4	2	3	3	2	2	2	3	4	3	3	4	2	3	3	4	4	3	3	3	60
7	RAD	2	2	1	1	1	2	3	2	2	3	2	1	2	2	3	3	2	2	2	2	40
8	KW	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	2	4	3	3	4	4	3	2	56
9	MMA	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	70
10	TA	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	73
11	YER	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	2	4	4	3	3	3	4	2	4	68
12	AHY	2	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	3	2	2	1	60
13	UY	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
14	ERW	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	1	1	2	1	3	1	2	2	1	2	36
15	EW	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	70

Setelah variabel Y sudah valid dan reliabel, maka dapat dibentuk persamaan regresi linear sederhana yaitu $Y = a + bX$.

Dimana:

Y= variabel dependen (nilai yang diprediksi)

a = konstanta (nilai Y apabila X=0) b = koefisien regresi (nilai peningkatan atau penurunan)

X= variabel independent

a. Hasil Persamaan regresi linear sederhana:

Tabel. 15 Hasil Analisis Regresi Sederhana

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.902 ^a	.814	.800	5.93463
a. Predictors: (Constant), biblio				

Di dalam kriteria penentuan uji regresi linier sederhana ditentukan bahwa apabila data yang dianalisis hanya menggunakan satu variabel bebas maka hasil hitung yang digunakan adalah nilai *R Square*. Karena dalam penelitian ini hanya menggunakan satu variabel maka hasil hitung yang digunakan adalah *R Square*.

Dari perhitungan diketahui bahwa besarnya nilai *R Square* adalah 0,814 atau 81,4 %. Dapat disimpulkan bahwa besarnya presentase pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 81,4 %, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian.

Tabel. 16 Hasil Analisis Korelasi

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pre & post	15	.902	.000

3. Pembuktian Hipotesis (Uji T)

Apabila diperoleh perbandingan nilai probabilitas (Sig. 2 tailed) < 0.05 maka H_0 ditolak, dan apabila nilai probabilitas (Sig. 2 tailed) > 0.05 maka H_0 diterima. Peneliti menentukan hipotesis berdasarkan berikut:

H_a : Terdapat pengaruh yang signifikan antara penerapan biblioterapi terhadap kematangan karir siswa

H_0 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara penerapan biblioterapi terhadap kematangan karir siswa.

Tabel. 17 Uji T-test

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	pre - post	-6.26667	6.34110	1.63726	-9.77825	-2.75508	-3.828	14	.002

Berdasarkan tabel 17, hasil perhitungan statistika diperoleh nilai t hitung – 3,828. Nilai t tabel dilihat dari tabel distribusi t diperoleh nilai t sebesar 1,761. nilai probabilitas sebesar 0,002.

Kesimpulan pada hasil nilai t hitung > dari t tabel dan sginifikansi $0,002 < 0,05$ artinya variabel *bibliotherapy* berpengaruh terhadap kematangan karir atau H_a diterima dan H_o ditolak.

4. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Tabel. 18 Model Summary

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.902 ^a	.814	.800	5.93463
a. Predictors: (Constant), biblio				

Berdasarkan hasil dari regresi diatas dan disesuaikan dengan hasil intepretasi maka 2007,876 menunjukkan interpretasi yang tinggi.

Dan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,814 didapat dari tabel *summary R Square*. Selanjutnya apabila dilihat korelasi (r) yang diperoleh sebesar 0,902 ternyata *terletak antara 0,80-1000* yang pada tabel interpretasi menyatakan bahwa korelasi tersebut *tergolong sangat kuat*.

Tabel. 19 Interpretasi Hasil Regresi

Besarnya	Interpretasi
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat ⁶⁶

⁶⁶ Sugiono, *Statistik untuk Penelitian* (Bandung, Alfabeta, 2013), 231.

BAB V PEMBAHASAN

5.1 Tujuan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian pada bab sebelumnya. Dalam bab ini, hasil penelitian tersebut dijelaskan dan dianalisis oleh peneliti. Peneliti menjelaskan hal ini dengan menggunakan data yang relevan dan hasil teori pada Bab 1, 2, 3, dan 4. Serta ditujukan untuk menjawab tujuan penelitian bimbingan kelompok CBT teknik *bibliotherapy* untuk peningkatan kematangan karir siswa sebagai berikut:

1. Mengetahui perbedaan signifikan nilai hasil sebelum dan sesudah dilasanakannya bimbingan kelompok teknik *bibliotherapy*
2. Mengetahui ada atau tidaknya pengaruh teknik *bibliotherapy* untuk peningkatan kematangan karir siswa.

Penelitian yang peneliti lakukan ini berisi tentang kematangan karir meningkatkan kematangan karir yang juga membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok bermanfaat dalam upaya menggugah minat baca pada siswa. digunakannya konseling kelompok lebih dipilih karena penulis menggunakan Quasi Eksperimen yang didalamnya terdapat 1 kelompok tanpa ada kelompok control. Melalui layanan bimbingan kelompok dengan topik tugas dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Dinamika kelompok yang terjadi berupa *sharing* atau pertukaran ide dan pemikiran di antara anggota kelompok, yang memungkinkan terjadinya interaksi, keakraban dan saling memotivasi satu sama lainnya, sehingga siswa menjadi lebih percaya diri dan menambah pengetahuan siswa dalam di bidang karir.

Hasil penelitian ini juga mendukung pendapat yang dikemukakan oleh Prayitno tentang pentingnya bimbingan kelompok untuk siswa yaitu:⁶⁷

“(1) Siswa mendapat kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya, (2) siswa memiliki pemahaman yang objektif, tepat serta luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan, (3) siswa belajar untuk bersikap positif terhadap keadaan diri dan lingkungan pribadi mereka yang bersangkutan paut dengan hal yang mereka bicarakan dalam kelompok, (4) menyusun program kegiatan yang mewujudkan penolakan terhadap hal yang buruk dan sokongan terhadap yang baik, (5) melaksanakan kegiatan yang nyata langsung untuk membuahkan hasil sesuai dengan yang dibicarakan.”

⁶⁷ _____. 1997, Buku II Pelayanan Bimbingan dan Konseling (SLTP), *Seri Pemandu Pelaksana Bimbingan dan Konseling di Sekolah*

Data diperoleh dari hasil jawaban angket /kuesioner yang diberikan peneliti kepada sampel pada saat proses penelitian berlangsung. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMA Al Hikmah Muncar kelas 12 yang berjumlah 15 orang. Angket dalam penelitian ini merupakan alat pengumpulan data primer yang utama. Peneliti mengambil pernyataan tersebut sesuai dengan tiap item indikator yang diambil dari teori Donald E Super dan Aaron T Beck dalam artikel teori-teori kematangan karir oleh Rachmawati⁶⁸ dan sudah teruji. Namun dalam penelitian ini yang diukur adalah seberapa pengaruh teknik *bibliotherapy* dalam meningkatkan kematangan karir dengan pendekatan CBT. Tahapan yang dilalui adalah dimulai dari pre-test, pembentukan kelompok, penjelasan tentang Langkah-langkah kegiatan kelompok teknik *bibliotherapy*, tahap peralihan, tahap pengakhiran, evaluasi kemudian diakhiri dengan posttest. Bimbingan konseling kelompok Teknik *Bibliotherapy* ini siswa diberi stimulus agar aktif dalam menyampaikan pendapat berupa bacaan artikel “steve jobs” dan beberapa kisah inspiratif lainnya. Selama melaksanakan pretest dan posttest peserta didik sudah memberikan kontribusi aktif dan apresiasi yang positif. Perbedaan tingkat kematangan karir tampak pada hasil angket yang dibagikan oleh peneliti.

Hasil jawaban angket dari responden dihitung dan diambil rata-rata dan signifikansi pretest dan posttest dengan menggunakan SPSS Versi 27. Menurut tabel 5 diatas, hasil r-hitung dari setiap item pernyataan dari variabel (Y) menunjukkan bahwa terdapat 20 pernyataan yang diisi oleh 50 responden dan nilainya lebih besar dari pada r-tabel maka item pernyataan tersebut dinyatakan valid dan dapat di jadikan sebagai instrument penelitian, Begitu pula dengan data hasil uji reliabilitas, pada tabel 11 diketahui data tersebut memiliki nilai *Chronbach's Alpha* sebesar 0,832 lebih besar dari 0,284 maka variabel tersebut dapat dikatakan memiliki reliabilitas mencukupi.

Berdasarkan penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, penerapan biblioterapi terhadap kematangan karir siswa sma al hikmah berpengaruh positif. Hasil koefisien regresi sebesar 2007,876 menunjukkan bahwa *bibliotherapy* berpengaruh sangat kuat terhadap peningkatan kematangan karir siswa SMA Al Hikmah. Artinya, *bibliotherapy* yang diberikan oleh guru BK kepada siswa sangat mempengaruhi terhadap peningkatan kematangan karir, ditambah pula mereka pada saat ini dimasa-masa terakhir sekolah maka akan sangat butuh informasi yang berkaitan dengan karir. Selain itu, penelitian yang ditulis

⁶⁸ Rachmawati, Y. E. (2013). Hubungan antara Self Efficacy dengan Kematangan Karir pada Mahasiswa

oleh Marlina pada tahun 2018 juga berpengaruh positif terhadap peningkatan minat baca pada anak-anak.⁶⁹

A. Analisis data dari nilai rata-rata *pretest* and *posttest* siswi kelas XII SMA Al Hikmah

Hasil *Pretest* kelompok eksperimen digunakan untuk mengetahui gambaran awal peserta didik sebelum diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik *bibliotherapy*. Pada tabel 09 menunjukkan bahwa nilai *pretest* adalah 67. nilai tersebut diambil dari data kuisioner yang diisi oleh siswi sebelum mengikuti tahapan-tahapan bimbingan kelompok. Yang mana dalam tahapan tersebut peneliti mengambil teknik *bibliotherapy*. Setelah mengikuti tahapan, siswi diberikan lembar *posttest* dan menunjukkan nilai *posttest* mencapai 73. dari nilai tersebut dapat dilihat antara nilai *pretest* dan *posttest* terdapat perbedaan yang signifikan yakni adanya peningkatan.

Tabel 20. Rangkuman Hasil *Pretest-Posttest* Siswa SMA Al Hikmah

N o	Nama	pretest	posttest	N-Gain Skor	Peningkatan	%N- Gain Persen
1.	RA	44	49	0,09	Rendah	8,93
2.	NMDS	51	57	0,12	Rendah	12,24
3.	SA	40	60	0,33	Sedang	33,33
4.	AKF	59	65	0,15	Rendah	14,63
5.	AHR	40	47	0,12	Rendah	11,67
6.	NA	51	60	0,18	Rendah	18,37
7.	RAD	38	40	0,03	Rendah	3,23
8.	KW	52	56	0,08	Rendah	8,33
9.	MMA	49	70	0,41	Sedang	41,18
10	TA	67	73	0,18	Rendah	18,18
11	YER	67	68	0,03	Rendah	3,03
12	AHY	59	60	0,02	Rendah	2,44
13	UY	20	20	0,00	Tidak terjadi Peningkatan	0,00
14	ERW	35	36	0,02	Rendah	1,54
15	EW	65	70	0,14	Rendah	14,29

Tabel diatas merupakan rangkuman hasil *pretest* dan *posttest* siswa SMA Al Hikmah Muncar dimana hasil *pretest* meningkat setelah diberi treatment atau bimbingan kelompok seperti terlihat pada nilai *posttest*. Tabel diatas menunjukkan bahwasannya terdapat 2 siswa yang mengalami peningkatan dengan kategori sedang dan terdapat 12 siswa

⁶⁹ Marlina, (2018). "*Penerapan Biblioterapi Terhadap Minat Baca Anak Di Desa Kutatrieng Kabupaten Pidie Jaya*". Fakultas Adab Dan Humaniora Universitas Islam Negeri Ar Raniry Darussalam-Banda Aceh.

yang mengalami peningkatan dengan kategori rendah, dan terdapat 1 siswa yang tidak mengalami peningkatan.

Dari hasil penelitian terjadinya tidak ada peningkatan bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya: siswa tidak begitu antusias dalam proses bimbingan, dari awal sudah tidak putus asa, tidak percaya diri pada potensi yang dimiliki, berbicara dengan teman, bengong. Menurut Super dalam Juwitaningrum, faktor yang memengaruhi kematangan karir adalah, 1) faktor lingkungan, seperti pekerjaan orang tua, kurikulum sekolah, rangsangan budaya. 2) faktor kepribadian, yakni konsep diri, control diri, bakat, minat, tujuan hidup, norma/nilai. 3) faktor keberhasilan pribadi seperti prestasi akademik atau non-akademik, kebebasan, kegiatan ekstrakurikuler, dan katif dalam organisasi social. 4) faktor biososial, seperti usia dan kecerdasan.⁷⁰

Hal tersebut didukung oleh penelitian dari Vanessa N. Pinarto⁷¹ bahwasannya faktor dari kematangan karir menurut Naidoo dalam literature reviewnya mengatakan terdapat beberapa faktor yang memengaruhi kematangan karir: 1) Perbedaan level Pendidikan, 2) Perbedaan jenis kelamin, 3) Status sosioekonomi, 4) *Locus of control*, 5) Ras dan perbedaan budaya, 6) *Work Role Sailence*.⁷² Hal ini di dukung oleh penelitian I Made Gunawan dan Juwita Wulandari pada tahun 2017 bahwa teknik *bibliotherapy* dapat mempengaruhi kesadaran diri siswa dimana siswa dapat sadar tentang kelemahan dan kelebihan pada dirinya.⁷³ Yang ditunjukkan pada hasil Uji Hipotesis sebagai berikut:

⁷⁰ Juwitaningrum, I. (2013). *Program Bimbingan Karir Untuk Kematangan Karir Siswa SMK*. Psikopedagogia Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 2(2).

⁷¹ N. Pinarto Vanessa, (2022). "*Faktor-faktor yang Memepengaruhi Career Mturity Remaja Alhir di Kota Makassar*". Universitas Hasanuddin Fakultas Kedokteran Program Studi Psikologi Makassar.

⁷² Naidoo, A.V. (1998). *Career maturity: a review of four decades of research*. Bellville, South Africa: University of the Western Cape.

⁷³ I Made Gunawan & Juwita Wulandari, "*Pengaruh Teknik Biblioterapi terhadap Kesadaran Diri*", Jurnal Kependidikan 16 (2): 192-197, e-ISSN: 2442-7667p-ISSN: 1412-6087, © 2017 LPPM IKIP Mataram, 2017.

Tabel 1. Tabel Kerja Untuk Pengujian Hipotesis Tentang Teknik Biblioterapi Terhadap Kesadaran Diri Siswa Kelas XI Jurusan Teknologi Komputer dan Jaringan (TKJ) SMK Negeri 1 Tanjung Tahun Pelajaran 2016/2017

No	Kode Siswa	Pre-test	Post-test	Gain (d) (Post-Pre)	Xd (d-Md)	$\sum X^2d$
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
1	D	32	44	12	-7.45	55.503
2	DHW	34	59	25	5.55	30.803
3	NSU	40	53	13	-6.45	41.603
4	S	34	45	11	-8.45	71.403
5	AS	36	73	37	17.55	308.003
6	EHH	35	46	11	-8.45	71.403
7	IR	40	58	18	-1.45	2.103
8	JSD	38	63	25	5.55	30.803
9	NK	29	59	30	10.55	111.303
10	NS	36	52	16	-3.45	11.903
11	YA	31	50	19	-0.45	0.202
12	YH	34	50	16	-3.45	11.903
N=12		419	652	$\sum d = 233$	Md = 19.45	746.93

$$\begin{aligned}
 t &= \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{N(N-1)}}} \\
 t &= \frac{19.45}{\sqrt{\frac{746.93}{12(12-1)}}} \\
 t &= \frac{19.45}{\sqrt{\frac{746.93}{12(11)}}} \\
 t &= \frac{19.45}{\sqrt{\frac{746.93}{132}}} \\
 t &= \frac{19.45}{\sqrt{5.658}} \\
 t &= \frac{19.45}{2.378} \\
 t &= 8.179
 \end{aligned}$$

Dari hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwasannya nilai ternyata nilai *t* diperoleh = 8.179 kemudian dikonsultasikan dengan nilai *t* dalam tabel dengan db $(N-1) = 12-1 = 11$ dengan taraf signifikansi 5% = 2.201. Dengan demikian nilai (*t* hitung 8.179 > *t* tabel 2.201), maka hipotesis nihil (*H*₀) ditolak sedangkan hipotesis alternatif (*H*_a) diterima pada taraf signifikansi 5% sehingga penelitian ini dinyatakan signifikan. Berarti ada pengaruh teknik *bibliotherapy* terhadap kesadaran diri siswa kelas XI Jurusan Teknologi Komputer dan Jaringan (TKJ) SMK Negeri 1 Tanjung Tahun Pelajaran 2016/2017.

Hasil penelitian pada pertemuan pertama yang diperoleh peneliti adalah hasil observasi awal siswa yang mengalami kecemasan tidak memiliki pekerjaan setelah menyelesaikan pendidikan, kurang memahami bagaimana cara memilih pekerjaan atau studi lanjut, belum memiliki cita-cita. Kemudian peneliti melakukan *pretest* kepada siswa. Hasil nilai *pretest* pada tabel 13 siswa menunjukkan bahwasannya keadaan siswa memiliki nilai lebih rendah disbanding *posttest*, setelah dilakukan treatment oleh peneliti berupa bimbingan kelompok teknik *bibliotherapy* lalu peneliti melakukan *posttest* pada siswa, hasil *posttest*

bisa dilihat pada tabel 14, menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik *bibliotherapy* dapat meningkatkan perencanaan serta pengetahuan karir siswa. Yang telah dibuktikan dalam analisis data diatas yang menunjukkan bahwa *pretest < posttest*.

Terlihat pada pertemuan pertama siswa masih belum mengenali potensi dan kesiapan teori serta praktek tentang karir, namun siswa bisa menempatkan diri seperti siswa cukup menghormati siswa lain dan peneliti ketika sedang berbicara, siswa sesekali mencatat hal yang dianggap penting. Siswa juga cukup tertib dan sopan selama diskusi berlangsung. Setelah melewati pertemuan kedua yakni membaca bahan bacaan teknik *bibliotherapy* pemahaman siswa meningkat ditunjukkan dengan sikap siswa yang lebih antusias dan banyak bertanya.

B. Analisis data untuk mengetahui pengaruh Teknik *Bibliotherapy* untuk kematangan karir siswa SMA Al Hikmah Muncar

Untuk mengetahui berpengaruh atau tidaknya Teknik *bibliotherapy* terhadap kematangan karir siswa dapat lewat uji T, Koefisien Determinasi (R^2). Berdasarkan Uji T hasil menunjukkan bahwa Hasil uji tersebut dapat dilihat pada tabel 17 nilai hasil uji T- test adalah sebesar -3.828 dengan t tabel 1,761, signifikansi variabel terkait yaitu kematangan karir siswa sebesar 0,002 atau lebih kecil dari nilai alpha 0,05 kesimpulannya nilai t hitung > dari t tabel dan signifikan 0,002 < 0,05 artinya variabel *bibliotherapy* berpengaruh terhadap kematangan karir atau H_a diterima dan H_0 ditolak. Dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwasannya teknik *bibliotherapy* berpengaruh pada kematangan karir siswa. Namun agar lebih mendetail peneliti akan membahas pengaruh tersebut sesuai indikator:

1. Pengetahuan tentang membuat keputusan karir

Dapat diambil pemahaman bahwasannya pengetahuan tentang membuat keputusan karir adalah dimana siswa dapat memahami cara dan langkah-langkah membuat keputusan karir, siswa menggunakan pengetahuan dan pemikiran untuk membuat keputusan bagi rencana karir. Namun pada temuan hasil penelitian pada pertemuan pertama setelah dilakukannya *pretest* pada siswa kelas 12 SMA Al Hikmah Muncar pengetahuan untuk perencanaan karir belum tergambar pada beberapa siswa.⁷⁴ Beberapa hal penghambat perencanaan karir bisa terjadi dikarenakan beberapa faktor seperti, siswa memang dari sisi keluarga memiliki keterbatasan pendidikan, dari sisi sekolah tidak diberikan informasi karir, ada siswa yang dari sekolah sudah diberikan suntikan informasi karir namun memang siswa tersebut

⁷⁴ Sumber: UY, SA, TA, Wawancara dengan siswa kelas 12 IPA dan IPS, Tanggal 14 april 2024

tidak memiliki inisiatif atau merasa semangat dalam mencari informasi tersebut. Permasalahan siswa seperti ini sesuai dengan penuturan dari W.S Winkel dan Sri Hastuti pada tahun 2004 bahwasannya ada dua faktor yang mempengaruhi perencanaan karir: a. faktor internal: 1) nilai-nilai kehidupan, 2) bakat khusus, 3) minat, 4) sifat kepribadian yang khas, 5) pengetahuan mengenai bidang pekerjaan dan diri sendiri, 6) keadaan jasmani. b) faktor eksternal: 1) masyarakat, 2) taraf sosial ekonomi, 3) orang-orang lain yang tinggal serumah selain orang tua dan kakak adik, 4) Pendidikan sekolah, 5) pergaulan pertemanan.⁷⁵

2. Pengetahuan tentang dunia kerja/ pendidikan

Ada beberapa siswa yang menginginkan bekerja ada pula yang ingin melanjutkan bangku pendidikan pada siswa yang mengikuti bimbingan kelompok Teknik *bibliotherapy* ini. Namun, mereka juga masih bingung pada temuan hasil penelitian ada tiga siswa (SA, TA, UY) yang mengaku bahwasannya tidak mendapat pencerahan mengenai kelanjutan hidup setelah SLTA. SA yang berlatarbelakang siswa kurang mampu dan kehidupan keluarga *broken* memungkinkan tidak adanya sumbangan informasi tersebut sampai pada SA. TA siswa kelas 12 IPA yang jika disekolah menurut informasi guru-guru adalah siswa yang susah diatur (bandel) dan jika dikelas menurut wali kelas sering tidak menanggapi pertanyaan mengenai pembelajaran khususnya tentang rencana hidup.⁷⁶ Selanjutnya UY siswa yang seperti kebanyakan berangkat sekolah, duduk, mendengarkan, lalu pulang.

Masalah pada tiga siswa diatas merupakan hal kecil yang bisa dilupakan oleh pihak akademik maupun keluarga, mereka menelan mentah-mentah bahasa sekolah yang seakan mengetahui semua hal bahkan masa depan. Sekarang sudah zaman moderen mengapa siswa butuh informasi lagi tentang karir? mereka bisa melihatnya di berbagai platform media sosial. Pertanyaan seperti ini mungkin yang akan dilontarkan nantinya, hal seperti ini bisa saja dilakukan oleh para siswa namun jika tidak diarahkan apakah siswa nantinya bisa saja memilih jalan yang salah. Hal ini diperkuat oleh pendapat Prayitno dalam penelitian dari Karsani pada tahun 2019 mengenai siswa butuh informasi luasnya dunia setelah keluar dari gerbang sekolah dan berbagai persiapan setelahnya.⁷⁷ a. Memahami layanan

⁷⁵ Winkel, W. S dan Hastuti, Sri (2004). *Bimbingan dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.

⁷⁶ Sumber: Ibu Ekaningsih, Wawancara dengan walikelas 12 IPA SMA Al Hikmah Muncar, Tanggal 13 April 2024

⁷⁷ Karsani. (2019). *Layanan Informasi Karir untuk Meningkatkan Perencanaan Karir Peserta Didik Kelas XI SMA Budaya Bandar Lampung*. Jurusan: Bimbingan dan Konseling

informasi dan menguasai informasi tersebut dapat digunakan untuk: 1) Menyelesaikan masalah (seperti yang dialami oleh peserta yang terlibat) 2) Mencegah terjadinya masalah 3) Mengembangkan dan menerima kemungkinan-kemungkinan yang ada 4) Memberikan kesempatan kepada peserta yang terkena dampak untuk menggunakan hak-hak mereka. b. Perkembangan Kemandirian 1) Dengan memahami dan memperoleh informasi yang diperlukan peserta mampu memahami dan menerima diri sendiri dan lingkungannya secara obyektif, aktif, dan dinamis. 2) Peserta dapat mengambil keputusan. 3) Mengikuti keputusan yang diambil dan mengarahkannya pada kegiatan yang bermanfaat. 4) Aktualisasi diri secara terpadu.

3. Perencanaan karir

Setelah dilakukan bimbingan kelompok Teknik *bibliotherapy* pada pertemuan kedua sesi inkubasi, siswa sudah mulai bisa mengenali potensi diri dan hal apa saja yang perlu dipersiapkan untuk perencanaan karir. Seperti, siswa banyak bertanya pada teman lainnya mengenai rencana hidupnya, meminta cerita tokoh-tokoh inspiratif lainnya pada guru BK.

Progres ini cocok dengan hasil penelitian pada bab 4 yang berdasarkan Uji T hasil menunjukkan bahwa Hasil uji t tersebut dapat dilihat pada tabel 15 Nilai koefisien regresi variabel biblioterapi (t hitung) adalah sebesar -3.828 dengan t tabel 1,761, signifikansi variabel terkait yaitu kematangan karir siswa sebesar 0,002 atau lebih kecil dari nilai alpha 0,05. Kesimpulannya nilai t hitung > dari t tabel dan signifikansi $0,002 < 0,05$ artinya variabel *bibliotherapy* berpengaruh terhadap kematangan karir atau H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini didukung oleh penelitian Trya Apriliana dimana penelitian ini menunjukkan bahwa teknik *bibliotherapy* memengaruhi terhadap perencanaan karir siswa⁷⁸.

Pada pertemuan kedua sesi motivasi siswa masih belum mengenali potensi dan kesiapan teori serta praktek tentang karir, namun siswa bisa menempatkan diri seperti siswa cukup menghormati siswa lain dan peneliti ketika sedang berbicara, siswa sesekali mencatat hal yang dianggap penting. Siswa juga cukup tertib dan sopan selama diskusi berlangsung. Pada tahap ini

Pendidikan Islam. Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung 1440 H / 2019 M.

⁷⁸ Apriliana Trya, “Pengaruh Teknik Biblioterapi Terhadap Perencanaan Karir Siswa Kelas Xi di Sma Negeri 1 Tarakan Tahun Pelajaran 2018/2019”, Program Studi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Borneo Tarakan Tarakan, 2018

membahas mengenai esensi dari sebuah profesi dan pentingnya memahami pilihan karir

Namun pada penelitian pertemuan ketiga sesi tindak lanjut respon siswa dan situasi dalam kelompok sudah berada pada kategori baik. Siswa antusias dan aktif dalam diskusi, terjalin interaksi dan kerjasama yang baik sehingga permasalahan dalam diskusi dapat terselesaikan. Pemahaman siswa tentang karir pada pertemuan ketiga lebih baik daripada pertemuan kedua, sehingga mendapat hasil Uji T yang signifikan.

4. Eksplorasi karir

Eksplorasi karir adalah periode di mana seseorang berusaha untuk lebih memahami informasi karir, pilihan karir, dan karir entry-level, khususnya individu menerima informasi karir dari berbagai sumber. Misalnya nasehat, nasehat guru, orang tua, orang sukses, teman, dll.⁷⁹ Menjadikannya sebagai alternatif pilihan karir untuk dapat membantu individu dalam memilih dan mempersiapkan karir. Eksplorasi karir akan sangat berpengaruh bagi siswa, untuk itu bagi guru, orang tua, dan guru BK diharapkan dapat memantau tahapan perkembangan eksplorasi karir siswa.

Fungsi eksplorasi karir adalah merencanakan kegiatan-kegiatan yang menunjang karir seseorang guna mengetahui minat, bakat, keterampilan, kelebihan dan kelemahan serta dapat mempertimbangkan rencana karir sesuai dengan kebutuhan yang berkaitan dengan pekerjaan tersebut. Siapa yang akan terpilih di masa depan?

Pada temuan hasil penelitian peneliti mendapati tiga siswa seperti yang sudah dibahas diatas mengenai mereka yang belum mendapat informasi karir. Sesuai dengan pengertian dan fungsi dari eksplorasi karir, siswa yang eksplorasi karirnya rendah walhasil pada akhir pertemuan mereka kesulitan dalam menentukan karir. Seperti dalam penuturan Gati dan Saka pada penelitian Gladding pada tahun 2012, banyak orang belum bias menentukan keputusan karir disebabkan beberapa faktor: 1) kurangnya persiapan, 2) kurangnya informasi, 3) serta informasi yang tidak konsisten.⁸⁰

5. Realisme keputusan karir

Masih banyak siswa SMA yang belum mampu mengambil keputusan karir, alasannya adalah: ragu-ragu, dan tidak puas dengan keputusan yang diambil keputusan sebagai akibat dari

⁷⁹ Suherman, Uman. (2010). *Konseling Karir Sepanjang Rentang Kehidupan*. Sekolah Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia.

⁸⁰ Gladding, Samuel T. (2012). *Konseling Profesi yang Menyeluruh*. Jakarta: Indeks

pilihan itu. Bukanlah pilihan yang bijaksana dan masih bergantung pada orang lain orang lain (guru, orang tua, teman) belum mempunyai pilihan karir yang tegas dan beberapa siswa merasa puas dengan pilihan karirnya namun tetap meminta nasihat dari orang lain.

Hasil temuan penelitian sesi evaluasi pertemuan ketiga sudah terlihat bahwasannya siswa dapat menggambarkan terkait rencana karirnya.⁸¹ Seperti saat guru BK menanyakan hal apa yang dapat di contoh dari kisah tersebut, potensi apa yang ada pada salah satu tokoh, dan beberapa pertanyaan lainnya. Kemudian setelah itu *posttest* dilakukan dan mendapat nilai regresi sebesar 2007,876 dan nilai T_{hitung} sebesar -3.828 dan T_{tabel} 1,761 pada taraf signifikansi 5%, menyatakan bahwa terdapat korelasi yang positif antara variabel X dengan Y. Penerapan biblioterapi memiliki pengaruh sebesar 87% terhadap kematangan karir siswa sma al hikmah. Sedangkan sisanya sebesar 13% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dimana hasil diatas dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, 1) siswa memahami betul bahan bacaan teknik *bibliotherapy*, 2) siswa akan bertanya bila dirasa bacaan yang dibaca sesuai dengan minat dan bakatnya, 3) siswa berdiskusi dengan teman yang lain mengenai bahan bacaan.

Peningkatan ini juga dirasakan oleh guru BK dimana siswa seperti, sudah nyambung dengan apa yang dilakukan selama bimbingan kelompok, namun ada pula minusnya misal, ada siswa yang kurang berminat pada bimbingan kelompok ini dan memilih untuk diam selama proses bimbingan.⁸²

Siswa yang ditunjuk secara tidak langsung sebagai siswa yang kurang berminat pada bimbingan kelompok pun mengatakan hal yang sama bahwasannya dia tidak terlalu tertarik pada proses bimbingan kelompok ini.⁸³

⁸¹ Sumber: Bapak Maftuhin, S. Ag, Wawancara dengan selaku guru BK, Tanggal 13 April 2024

⁸² Sumber: Bapak Maftuhin, S. Ag, Wawancara guru BK setelah proses bimbingan berlangsung, Tanggal 12 April 2024

⁸³ Sumber: UY, Wawancara dengan siswa kelas 12 IPA, Tanggal 12 April 2024

BAB VI PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Dari hasil pembahasan yang telah diuraikan oleh peneliti pada bab-bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulannya sebagai berikut:

- 1) Penelitian ini membuktikan bahwa penerapan biblioterapi terhadap kematangan karir yang ditunjukkan dengan nilai pengujian regresi menunjukkan hasil sebesar 2007.876
- 2) Hasil yang diperoleh melalui uji regresi linear yang peneliti lakukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penerapan biblioterapi terhadap kematangan karir siswa kelas 12 SMA Al Hikmah Muncar, pengujian regresi menunjukkan hasil 2007.876 dan nilai T_{hitung} sebesar -3,828, menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara variabel X dengan variabel Y. penerapan *bibliotherapy* memiliki pengaruh sebesar 87% terhadap peningkatan kematangan karir.
- 3) Dan terdapat perbedaan nilai yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukannya bimbingan kelompok *bibliotherapy*. Dengan hasil nilai pretest minimal 20 dan nilai maksimal 67 sehingga rata-rata yang diperoleh yaitu 49,13 dan nilai minimal untuk posttest adalah 20 dan nilai maksimal 73 sehingga nilai rata-rata ditemukan 55,40. Pada hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan sebanyak 6,27 pada kematangan karir siswa kelas XII dalam memilih pilihan karir dengan menggunakan bimbingan konseling kelompok Teknik *Bibliotherapy*.

6.2 Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan penelitian yakni:

1. fasilitas yang kurang memadai, dikarenakan peneliti berdomisili di pondok pesantren maka penggunaan barang elektronik sangat terbatas, misal untuk menghubungi pihak sekolah dalam perencanaan.
2. Waktu, pengkondisian waktu saat melakukan *treatment* berupa bimbingan kelompok teknik *bibliotherapy* kepada siswa kelas 12 SMA Al Hikmah Muncar. Dikarenakan responden adalah siswa kelas 12 yang notabene sudah jarang masuk sekolah sebab sudah masa-masa akhir sekolah. Kurangnya waktu dalam mengerjakan penelitian ini juga mempengaruhi cepat atau tidak dalam pengerjaannya, dikarenakan universitas yang berada dibawah naungan pondok pesantren maka dari itu adapula kegiatan yang harus dilakukan selain di kampus dan harus ada batasan dalam setiap hal.
3. Dikarenakan peneliti masih baru dalam pengerjaan skripsi atau pemula maka banyak hal yang masih belum diketahui oleh peneliti
- 4) Tempat pelaksanaan bimbingan konseling, tempat yang seharusnya bertempat di ruang bimbingan konseling. Namun, karena ruang tersebut

terlalu kecil dan masih dalam proses renovasi maka pelaksanaan bimbingan dilakukan di ruang kelas 12 IPS.

6.3 Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas tentang penerapan biblioterapi terhadap kematangan karir siswa kelas 12 SMA Al Hikmah Muncar maka peneliti menyarankan:

3. *Bibliotherapy* diharapkan dapat diterapkan kepada siswa SLTA yang memiliki kematangan karir yang rendah khususnya di kelas 12 SMA Al Hikmah Muncar
4. *Bibliotherapy* diharapkan dapat memberikan ide-ide baru khususnya para tenaga pendidik khususnya guru BK.
5. Bimbingan kelompok Teknik *Bibliotherapy* dapat dijadikan referensi untuk guru BK apabila menemukan masalah yang sama dengan penelitian ini.
6. Penelitian ini diharapkan menjadi bahan referensi untuk peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abimanyu, S. (1990). *Hubungan antara Beberapa Faktor Social, Prestasi, Jenis Kelamin, dan Lokus Kendali dengan Kematangan Karir Siswa SMA. Disertasi, tidak diterbitkan. Malang: FPs UM.*
- Abi Abdillah Muhammad bin Islamil bin Ibrahim Albukhari, *Shahih Al-bukhori*, (Kairo: Dar Ibnu Al-jawazir, 2010), hlm. 243
- A. Hamzah and L. Susanti. *Penelitian Kuantitatif*
- Arifin, B. S. (2015). *Dinamika Kelompok*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Arifin, B. S. (2015). *Dinamika Kelompok*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Arikunto, S. (2010). Metode peneltian. *Jakarta: Rineka Cipta*, 173
- Amin, Z. N. (2014). *Cognitive Behavior Theraphy*. Semarang: UNESA.
- Arikunto, (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Anas Sudijono. *Pengantar Statistik Pendidika*, Jakarta: Rajawali Pers, 2010, hlm. 278.
- Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif komunikasi, ekonomi dan kebijakan publik imu-ilmu sosial lainnya*, Jakarta: Kencana, 2005, h.119
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. California: Brooks/Cole.
- Dariyo, Agoes. 2004. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor: Ghalia Indonesia
- Ekaningrum Indri F. (2002). *The Boundaryless Career Pada Abad ke –21*, Jurnal
- Visi (Kajian Ekonomi manajemen dan Akuntansi), Vol IX. No.1 Februari 2002, FE Unika Soegijapranata Semarang.
- Fathiyah. (2006). *Identifikasi kecenderungan penggunaan therapy pustaka untuk menyelesaikan masalah pada remaja*. Yogyakarta: Fip Uny
- Gonzalez, Manuel Alvarez. 2008. *Career Maturity: A Priority for Secondary Education*. Electronic Journal of Research in Educatonal Psychologi (No. 16 Vol. 6 (3). 2008). p. 749-772.
- Ghozali, I. (2016) *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS* 23.
- Hasan, B. 2006. *Career Maturity of Indians Adolescents as A Function of Self Concept, Vocational Aspiration and Gender*. Journal of the IndianAcademy of Applied Psychology (No. 2 Vol. 32 February 2006) hal 20.
- Habsy, B. A. (2018). *Model Bimbingan Kelompok PPPM Untuk Mengembangkan Pikiran Rasional Korban Bullying Siswa SMK Etnis Jawa*. Jurnal Pendidikan (Teori dan Praktik), 91-99.
- Handoko T. Hani. (2000). *Manajemen Personalia dan Sumberdaya Manusia*, Edisi II, Cetakan Keempat Belas. Yogyakarta: BPFE

- Hartanti, Jahju. (2022). *Tinjauan Teoritis*. Tulungagung: UD DUTA SABLON.
- Herlina, N., Yumansyah, & Utaminingsih, D. (2013). *Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kemandirian dalam Belajar*. Jurnal Bimbingan dan Konseling.
- Hidayani, R., Sugianto, M., Tarigan, R., & Handayani, E. (2014). *Psikologi perkembangan anak*.
Ibid, h. 137.
Ibid, hal 73
Ibid, hlm. 203
- Imam Ghazali, *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*, Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2005, h. 52
- Jachna. (2005). *Proses pelaksanaan bibliotherapy sebagai alternatif penyembuhan individu melalui membaca*. Anova. Vol. 3 (1).
- Levinson, Edward M.et. al. 1998. *Six Approaches to the Assessment of Career Maturity*. Journal of Counseling and Development (Vol.76 Iss.4 Fall 1998) hal 69.
- Milne, C. W. (2013). *Cognitive Behavior Therapy*. Jakarta: Indeks Psychotherapy, and Health
- Muchammad Fauzi, *Metode Penelitian Kuantitatif Sebuah Pengantar*, Semarang: Walisongo Press, 2009, h. 166
- Muqodas, I. (2011). *Cognitive-Behavior Therapy: Solusi Pendekatan praktek Konseling di Indonesia*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia. dalam Gunarsa, S. D. (2007). *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Nursabila. (2018). *Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Cognitive Behavior Therapy Dalam Upaya Menangani Seorang Remaja Dengan Kecenderungan Histrionik di Yayasan Hotline Surabaya Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
- Novitawati. (2011) *Pengaruh rational biblio therapy terhadap penurunan prilaku merokok dengan transtheoretical model of behavior change sebagai acuan Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar*, Journal Education Psychology Counseling, Vol. 2. No. 1.
- Nota, L., & Rossier, J. (2015). *Handbook of life design: From practice to theory and from theory to practice*. MA: Hogrefe University Press.
- Oemarjoedi, A. K. (2003). *Pendekatan Cognitive Behavior dalam Psikoterapi*. Jakarta: Kreatif Media.
- Osipow, S. H., & Navy Personnel Research and Development Center San Diego CA. (1989). *Career Development Models: A Brief Overview of Relevant Theory*. San Diego, California: Navy Personnel Research and Development Center.
- Pehrsson, & Millen. (2006). *Using Counseling Expresif Tools to Enhance Emotional Literacy, Emotional Wellbeing, and Resilience: Improving Therapeutic Outcomes with Expressive Therapies*. Journal of Counseling,

- Prof. Dr. H. Syamsu Yusuf, 2000, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, Rosdakarya, Bandung
- Prof. DR. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 1st ed. (Bandung: Alfabeta, 2018).
- Prof. Dr. Suharsimi Arikunto, *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik*.
- Rifda El Fiah, I. A. (2016). *Efektivitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita untuk mengatasi kesulitan komunikasi interpersonal peserta didik kelas x man krui lampung barat t.p 2015/2016*. Jurnal Bimbingan dan Konseling, 47-62.
- Rachmawati, Y. E. (2013). *Hubungan antara Self Efficacy dengan Kematangan Karir pada Mahasiswa Tingkat Awal dan Tingkat Akhir di Universitas Surabaya*. Calyptra: Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya, 1 (1).
- Savickas, M. L. (2002). *Career Construction. A Developmental Theory of Vocational Behavior*. Dalam D. Brown, & Associates (Eds.), *Career Choice and Development*. San Francisco: Jossey-Bass.
- S.D. Brown dan R.W.L E NT. (1984). *Relation of self-efficacy expectations to academic achievement and persistance*. *journal of counseling pshycology*. Vol. 2 (31)
- Super, D. (1977). *Vocational maturity in mid-careers*. *The Vocational Guidance Quarterly*, 6, 294-302
- Solikin, A. (2015). *Bibliotherapy Sebagai Sebuah Teknik dalam Layanan Bimbingan dan Konseling: Bibliotherapy as a Technique in the Activities of Guidance and Counseling Services*. Anterior Jurnal, 14(2), 154-161.
- Sukandar, A. (2009). *Keefektifan Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil di rumah sakit PKU Muhammadiyah Surakarta*. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Sutanti, T. (2015). *Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Cerdas Istimewa di SMA Negeri Kota Yogyakarta*. Jurnal Konseling GUSJIGANG 01 (01).
- Super, D. (1977). *Vocational maturity in mid-careers*. *The Vocational Guidance Quarterly*, 6, 294-302.
- Sharf, R. S. (1992). *Applying Career Development Theory to Counseling*. University of Delaware. California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Seligman, L. (1994). *Development Career Counseling and Assessment*. Thousand Oaks: Sage.
- Sugiyono, *Metode ...*, h. 8
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2010, h. 172
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D*
- Sugiyono, (2005), *Statistik Untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta, hal. 51
- Teressa M. Mc Devitt, Jeanes Ellis Omrod, *Child Development and Education*, (Colombos Ohio, Merrill Prentice Hall, 2002), h. 17.

www.depkes.go.id

Data Hasil Penjaringan Sampel

RESPONDEN	TOTAL	SKOR IDEAL	%	KATEGORI
1	60	80	75	sangat tinggi
2	49	80	61.25	sedang
3	68	80	85	Tinggi
4	46	80	57.5	Sedang
5	64	80	80	Tinggi
6	43	80	53.75	Rendah
7	56	80	70	Tinggi
8	40	80	50	Rendah
9	59	80	73.75	Tinggi
10	43	80	53.75	Rendah
11	53	80	66.25	Sedang
12	52	80	65	Sedang
13	55	80	68.75	Sedang
14	61	80	76.25	Tinggi
15	49	80	61.25	Sedang
16	59	80	73.75	Tinggi
17	62	80	77.5	Tinggi
18	60	80	75	Tinggi
19	56	80	70	Tinggi
20	53	80	66.25	Sedang
21	43	80	53.75	Rendah
22	44	80	55	sedang
23	41	80	51.25	rendah
24	46	80	57.5	sedang
25	41	80	51.25	rendah
26	39	80	48.75	rendah
27	56	80	70	tinggi
28	36	80	45	rendah
29	44	80	55	sedang
30	36	80	45	rendah
31	47	80	58.75	sedang
32	47	80	58.75	sedang
33	53	80	66.25	sedang
34	43	80	53.75	rendah

35	48	80	60	sedang
36	41	80	51.25	rendah
37	38	80	47.5	rendah
38	44	80	55	sedang
39	45	80	56.25	sedang
40	44	80	55	sedang
41	43	80	53.75	rendah
42	55	80	68.75	sedang
43	43	80	53.75	rendah
44	43	80	53.75	rendah
45	34	80	42.5	rendah
46	34	80	42.5	rendah
47	43	80	53.75	rendah
48	42	80	52.5	rendah
49	36	80	45	rendah
50	44	80	55	sedang
51	49	80	61.25	sedang
52	46	80	57.5	sedang
53	51	80	63.75	sedang
54	53	80	66.25	sedang
55	49	80	61.25	sedang
56	64	80	80	tinggi
57	62	80	77.5	tinggi
58	55	80	68.75	sedang
59	56	80	70	tinggi
60	58	80	72.5	tinggi

Blue Print Skala Kematangan Karir

VARIABEL	ASPEK	INDIKATOR	NOMOR ITEM		JUMLAH
			Fav ourable	Un favourable	
Kematangan karir	Pengetahuan tentang membuat keputusan	Memahami cara dan langkah-langkah membuat keputusan tentang karier	1,2		4

		Menggunakan pengetahuan dan pemikiran untuk membuat keputusan bagi rencana karier	9	4	
	Pengetahuan tentang (informasi) dunia kerja	Mengetahui tentang cara orang lain memahami minat dan kemampuannya dalam berkarier		8	2
		Mengetahui alasan orang lain berganti atau pindah pekerjaan	16		
	Perencanaan karier	Mempelajari semua informasi tentang karier	7	6,17	3
	Eksplorasi karier	Ada keinginan untuk (ingin) memanfaatkan orang tua, saudara-saudara, teman teman, guru, konselor, ahli dalam karier, buku-buku, dan film sebagai sumber-sumber informasi karier	18		1
	Realisme keputusan karier	Memiliki pemahaman yang baik tentang kelebihan dan kekurangan diri berhubungan dengan pilihan karier yang diinginkan	3,5,20	10,12,13,19	10
		Melihat kesempatan yang ada berkaitan	15		

		dengan pilihan karir yang diinginkan			
		Mampu menerima keadaan diri secara realistis apa adanya berhubungan dengan pilihan karir yang diinginkan		11,14	

Angket Penelitian

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya tahu pekerjaan apa yang saya cita citakan.				
2.	Saya sudah merencanakan hal yang akan saya lakukan setelah lulus sekolah				
3.	Saya sangat optimis dengan pilihan bidang kerja yang saya inginkan.				
4.	Saya belum memiliki informasi sedikitpun mengenai pekerjaan yang akan saya geluti.				
5.	Saya yakin akan kesesuaian antara kompetensi dan karir yang akan saya pilih.				
6.	Saya malas mencari informasi mengenai pekerjaan yang saya minati.				
7.	Saya tidak yakin dengan pilihan karir yang akan saya ambil.				
8.	Saya belum mempunyai gambaran pekerjaan apapun setelah lulus sekolah				
9.	Saya tahu apa yang harus saya lakukan dengan bakat yang saya miliki				
10.	Saya tidak tahu bagaimana cara mengetahui seluruh potensi pada diri saya				
11.	Saya ragu dengan keputusan karir yang akan saya ambil karena kurangnya pengetahuan saya.				
12.	Saya tidak memiliki pengetahuan mengenai jenjang karir pada profesi yang saya minati.				
13.	Saya tidak tahu jenis karir apa yang sesuai untuk saya.				
14.	Saya takut menghadapi konsekuensi dari pilihan karir yang akan saya ambil.				

15.	Saya mengetahui jenis profesi apa yang akan saya tekuni di masa depan.				
16.	Walaupun semakin banyak saingan dalam mencari pekerjaan, saya akan tetap berusaha memperjuangkan cita-cita saya.				
17.	Saya tidak berminat untuk mempersiapkan diri dari sekarang sedangkan cita-cita belum pasti				
18.	Keterbatasan informasi kerja tidak merubah keputusan saya untuk memilih pekerjaan yang saya inginkan.				
19.	Saya tidak mengetahui spesifikasi tugas yang berkaitan dengan karir saya di masa depan.				
20.	Saya tahu apa yang harus saya lakukan dengan keterampilan yang saya miliki				

MODUL BIMBINGAN KELOMPOK *BIBLIOTHERAPY*
BERBASIS ARTIKEL TOKOH - TOKOH DUNIA "STEVE JOBS"
UNTUK MENINGKATKAN KEMATANGAN KARIR SISWA
(Panduan Guru BK SMA)

PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt. atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan pedoman penggunaan modul ini. Shalawat dan salam penulis sampaikan untuk junjungan kita Nabi Muhammad Saw.

Pedoman penggunaan modul ini disusun untuk memenuhi kebutuhan guru bimbingan dan konseling sebagai panduan dalam melaksanakan salah satu layanan bimbingan konseling di sekolah yakni bimbingan kelompok. Dalam modul ini lebih dikhususkan pada tahapan layanan bimbingan kelompok dengan memadukan teknik biblioterapi berbasis Artikel Tokoh Dunia "Steve Jobs" untuk meningkatkan kematangan karir siswa sma al-hikmah

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa pedoman penggunaan modul ini tentu punya banyak kekurangan. Untuk itu penulis dengan berlapang dada menerima masukan dan kritikan konstruktif dari berbagai pihak demi kesempurnaannya di masa yang akan datang. Akhirnya kepada Allah jualah penulis memohon semoga semua ini menjadi amal saleh bagi penulis dan bermanfaat bagi pembaca.

Blokagung, 20 Februari 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
PRAKATA	
DAFTAR ISI	
Pendahuluan	
Tujuan	
Manfaat	
Pelaksanaan	
Tahap Pelaksanaan	
Baseline Kriteria	
Satuan Acara Program	
Satuan Acara Program Per Sesi	

A. PENDAHULUAN

Bimbingan kelompok diartikan sebagai layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu, terutama guru pembimbing atau konselor yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan.⁸⁴

Sementara menurut Rusmana bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok (dinamika kelompok) yang memungkinkan setiap anggota untuk berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan atau keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi.⁸⁵

Buku merupakan media untuk mendapatkan wawasan, pengetahuan, informasi, dan hiburan. Selain itu, buku dapat menjadi media terapi atau penyembuhan bagi penderita gangguan mental, seperti gangguan emosi, kecemasan, trauma, dan stress.

Pemanfaatan buku sebagai media terapi disebut biblioterapi. Jachna mengatakan biblioterapi adalah dukungan psikoterapi melalui bahan bacaan untuk membantu seseorang yang mengalami permasalahan personal. Metode terapi ini sangat dianjurkan, terutama bagi individu yang sulit mengungkapkan permasalahannya secara verbal.⁷⁰

Biblioterapi telah dikenal sejak zaman Yunani Kuno. Biblioterapi berasal dari kata *biblion* dan *therapeia*. *Biblion* berarti buku atau bahan bacaan, sementara *therapeia* artinya penyembuhan. Jadi, biblioterapi dapat dimaknai sebagai upaya penyembuhan lewat buku. Bahan bacaan berfungsi untuk mengalihkan orientasi dan memberikan pandangan-pandangan yang positif sehingga menggugah kesadaran seseorang untuk bangkit menata hidupnya.

Bahan bacaan yang digunakan adalah beberapa artikel dan juga komik karena mengingat siswa kelas 12 di SMA AL HIKMAH tidak terlalu suka membaca, maka dari itu dengan manfaat *handphone* yang bias diakses tiap disekolah kami mencoba menggunakan bacaan berupa artikel menggugah biografi para tokoh motivator dunia dan beberapa komik yang berisi motivasi sehari-hari dalam hidup.

Bahan bacaan digunakan dalam rangka meningkatkan kematangan karir siswa kelas 12 SMA AL HIKMAH. Kematangan karir adalah dimana individu mampu dalam membuat pilihan karir, yang meliputi penentuan keputusan karir, pilihan yang realistis dan konsisten.

⁸⁴ Ketut Dewa Sukardi. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Bina Kasara 1988, hlm.48

⁸⁵ N, Rusmana. *Bimbingan Konseling Kelompok di sekolah*. Bandung: Rizqi, 2009, hlm.13 ⁷⁰ Jachna, T Joshua. 2005, *Bibliotherapy: What, Why and How*, artikel pdf. di akses dari situs <http://iilt.ilstu.edu/rlbroad/teaching/studentpubs/oddisey.pdf>

Tingkat Intervensi Biblioterapi

Melalui membaca seseorang bisa mengenali dirinya. Informasi dan pengetahuan yang diperoleh dari kegiatan membaca menjadi masukan untuk memecahkan masalah yang dihadapi seseorang. Saat membaca, pembaca menginterpretasi jalan pikiran penulis, menerjemahkan simbol dan huruf ke dalam kata dan kalimat yang memiliki makna tertentu, seperti rasa haru dan simpati. Perasaan ini dapat “membersihkan diri” dan mendorong seseorang untuk berperilaku lebih positif.

B. TUJUAN

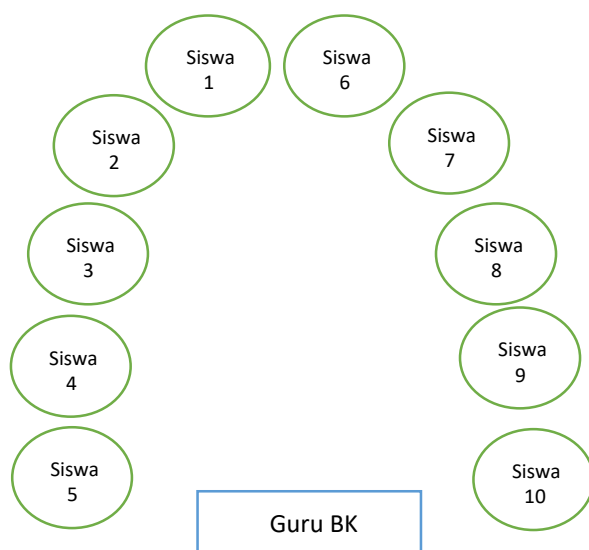
Bibliotherapy kelompok dengan artikel tokoh dunia “Steve Jobs” dan beberapa komik motivasi bertujuan untuk meningkatkan kematangan karir siswa kelas 12 SMA AL HIKMAH MUNCAR, menumbuhkan perencanaan karir siswa, mengembangkan potensi siswa yang terkubur.

C. MANFAAT

Manfaat dari Bibliotherapy kelompok dengan artikel tokoh dunia “Steve Jobs” dan beberapa komik motivasi adalah digunakan sebagai pedoman guru Bimbingan Konseling (BK) di SMA AL HIKMAH MUNCAR dan menjalankan program layanan bimbingan konseling khususnya bimbingan kelompok untuk meningkatkan kematangan karir siswa.

D. PELAKSANAAN

1. Waktu: Biblioterapi kelompok menggunakan artikel “Steve Jobs” dan beberapa komik motivasi dilaksanakan pada saat jam ekstrakurikuler atau di luar jam kelas sesuai dengan kesepakatan dengan guru BK.
2. Pelaksanaan: Terdiri dari 3 kali pertemuan, setiap pertemuan ada 2 sesi. Setiap sesi memerlukan waktu 15-30 menit.
3. Tempat: Ruang Lab. BK SMA AL HIKMAH
4. Pelaksana: Guru BK
5. Desain formasi:



E. TAHAP PELAKSANAAN

Tahap-tahap pelaksanaan biblioterapi kelompok sebagai berikut:

1. Motivasi: guru memberikan motivasi dengan kata-kata motivasi serta menjelaskan aturan selama proses biblioterapi kelompok berlangsung.
2. Kegiatan membaca: guru bersama siswa membaca kisah
3. Inkubasi: Guru memberikan waktu kepada siswa untuk menggali apa yang dapat dipelajari dari bacaan tersebut.
4. Tindak lanjut: Guru meminta siswa untuk mengungkapkan apa inti dan tujuan bacaan yang telah dibaca, dan membandingkan bacaan dengan masalah atau situasi yang dialami siswa.
5. Evaluasi: guru memancing siswa untuk memperoleh kesimpulan yang tuntas dan memahami arti pengalaman yang dialami.

F. BASELINE

1. Siswa mampu membaca dengan lancar
2. Memiliki tingkat kematangan karir yang rendah berdasarkan skor skala kematangan karir atau dokumentasi dari guru BK

G. KRITERIA

1. Siswa SMA/ Sederajat
2. Bersedia mengikuti seluruh sesi bimbingan kelompok
3. Mampu membaca dengan lancar
4. Tingkat kematangan karir

Tahap	Aktivitas	Langkah	Waktu (Menit)	Alat/bahan
Awal	Pembukaan	1. Guru mengucapkan salam kepada siswa 2. Siswa menjawab salam dari guru 3. Guru Membacakan presensi siswa 4. Guru memandu ice breaking untuk perkenalan 5. Guru menjelaskan tujuan biblioterapi 6. Mendiskusiakan kontrak dan harapan	15'	Lembar kontrak Lembar harapan Alat <i>ice break</i>
	Motivasi	1. Guru menyampaikan katakata motivasi pada siswa. 2. Guru menyampaikan aturan pelaksanaan <i>bibliotherapy</i> kelompok.	15'	Tata tertib
Tengah	Membaca	Guru memberikan penjelasan panduan membaca/ <i>reading guide</i> Siswa membaca bahan bacaan	20'	Bahan bacaan Lembar observasi
	Inkubasi	Guru memberikan waktu pada siswa untuk menggali apa yang dapat dipelajari dari bacaan yang telah dibacanya.	30'	Bahan bacaan Lembar observasi
Akhir	Tindak Lanjut	1. Guru bertanya kepada siswa apa yang dipikirkan siswa ketika membaca. 2. Guru bertanya kepada siswa apa yang dirasakan siswa setelah membaca.	30'	
	Evaluasi	1. Guru memancing siswa untuk menarik kesimpulan mengenai bacaan. 2. Guru memancing siswa untuk memahami arti pengalaman yang dialami siswa	30'	Lembar komitmen

I. Satuan Acara Per Sesi

Pertemuan 1 (Tahap Awal)

Sesi 1

Pembukaan/Perkenalan

Kegiatan ini merupakan pembuka kegiatan biblioterapi kelompok yang bertujuan untuk memberikan pengarahan awal kepada siswa sebelum biblioterapi kelompok dimulai. Sesi ini terdiri dari, perkenalan, *ice breaking*, penjelasan biblioterapi, kontrak biblioterapi, serta mendiskusikan harapan selama melaksanakan kegiatan biblioterapi kelompok.

Sesi ini diawali dengan perkenalan antara siswa dalam kelompok. Perkenalan dilakukan melalui *ice breaking* “permainan tangkap bola”, dilanjutkan dengan menjelaskan maksud dan tujuan biblioterapi kelompok kepada siswa. Kemudian guru BK dan siswa mendiskusikan kontrak dan harapan selama kegiatan biblioterapi kelompok juga memberikan skala kecerdasan emosional sebagai pengukuran awal/pre-test.

Aktivitas	Perkenalan antar siswa, <i>ice breaking</i> “permainan tangkap bola”, penjelasan tahapan biblioterapi kelompok, mendiskusikan kontrak dan harapan selama kegiatan biblioterapi kelompok serta pengukuran kecerdasan emosional/pre-test.
Durasi	15 menit
Tempat	Sekolah
Peralatan	lembar kontrak, lembar harapan, laptop, alat tulis, bola, skala kematangan karir
Tujuan	- Memperdalam <i>rapport</i> antara Guru BK dengan siswa dan antar siswa - Siswa dapat memahami maksud dan tujuan bimbingan kelompok <i>bibliotherapy</i> - Memotivasi siswa agar mengikuti biblioterapi kelompok dengan sungguh-sungguh - Mengetahui kecerdasan emosional siswa sebelum mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

Prosedur

1. Guru mengucapkan salam kepada siswa. "***Assalamu'alaikum wr wb...***"
2. Siswa menjawab salam dari guru "***Wa'alaikumsalam wr.wb...***"
3. Guru membaca daftar hadir siswa (presensi singkat dengan menanyakan siapa saja yang tidak bisa hadir pada sesi ini).... "***siapa saja temannya yang tidak hadir hari ini?...***"
4. Guru juga memberikan kesempatan kepada para siswa untuk memperkenalkan diri melalui *ice breaking* “permainan tangkap bola” selama 5 menit. Langkah-langkah pelaksanaan *ice breaking* :
 - Guru mengarahkan peserta untuk membentuk lingkaran.

- *Guru* menjelaskan aturan dalam permainan. *Guru* akan memulai permainan dengan melempar bola pada siswa. Siswa yang mendapatkan bola akan memperkenalkan diri, meliputi nama, asal, hobi. Setelah itu, ia melemparkan bola pada siswa lain, lalu memperkenalkan dirinya. Kemudian siswa itu memperkenalkan siswa sebelumnya, lalu memperkenalkan dirinya. Hal tersebut dilakukan berulang-ulang sampai semua siswa dalam kelompok mendapatkan bola. Apabila setiap siswa sudah memperkenalkan diri, siswa diminta untuk bertepuk tangan dengan penuh semangat.
- 5. *Guru* mulai menjelaskan maksud dan tujuan bimbingan kelompok *bibliotherapy* kepada siswa, termasuk aktivitas yang akan dilakukan.
- 6. *Guru* mendiskusikan kontrak dan harapan selama bimbingan kelompok *bibliotherapy*. Langkah-langkah pelaksanaan diskusi:
 - *Guru* membagikan alat tulis beserta lembar kontrak dan lembar harapan selama bimbingan kelompok *bibliotherapy*.
 - *Guru* memandu siswa mendiskusikan kontrak kegiatan dan menandatangani kontrak kegiatan.
 - *Guru* meminta siswa mengisi lembar harapan selama kegiatan, dan menempelkannya di tempat yang telah disediakan. Lembar harapan tersebut diharapkan dapat memotivasi mereka dalam mengikuti bimbingan kelompok *bibliotherapy*.
- 7. *Guru* membagikan skala kematangan karir untuk di respon oleh siswa.

Sesi 2

Tahap Motivasi

Tahap ini bertujuan untuk memotivasi para siswa agar terlibat aktif dalam proses bimbingan kelompok *bibliotherapy*.

Aktivitas	Penyampaian sapaan dan kata-kata semangat oleh guru, penjelasan tata tertib biblioterapi kelompok.
Durasi	15 menit
Tempat	Sekolah
Peralatan	lembar tata tertib bimbingan kelompok <i>bibliotherapy</i>
Tujuan	- Memotivasi siswa agar mengikuti bimbingan kelompok <i>bibliotherapy</i> dengan sungguh-sungguh

Prosedur:

1. *Guru* menyampaikan kata sapaan semangat dan kata motivasi pada siswa...” ***baiklah anak-anak, apakah hari ini sehat semuanya? Siap untuk membaca dan berdiskusi? Kita harus menjadi pribadi yang mampu menilai kekuatan dan kelemahan diri, mampu mengetahui***

potensi diri sendiri, dan mampu bekerjasama dalam tim...”(dapat dimodifikasi).

2. Guru menjelaskan aturan yang harus diikuti selama pelaksanaan bimbingan kelompok *bibliotherapy* berlangsung agar siswa terlibat secara aktif...*”apa kalian akan sedih jika kehilangan HP?, adakah yang tahu sebenarnya fungsi HP, tidak kali ini kita akan membahas fungsi dan tujuan HP ada. Tapi kita akan membahas siapa yang membuat HP. Barangkali kita bias bertanya langsung padanya apa itu fungsi HP sebenarnya.....”*

Pertemuan 2 (Tahap Tengah)

Sesi 3

Membaca bahan bacaan

Pada sesi ini merupakan sesi inti yaitu memberikan kesempatan siswa membaca bahan bacaan yang telah disediakan. Bahan bacaan yang berisi tentang kisah Steve Jobs yang berkaitan dengan kematangan karir.

Aktivitas	Membaca bahan bacaan
Durasi	20 menit
Tempat	Lab.Bimbingan Konseling SMA Al Hikmah
Peralatan	Bahan bacaan
Tujuan	Mampu memahami materi bacaan

Prosedur:

1. Guru menjelaskan *reading guide...**”baik ibu/bpk akan menjelaskan petunjuk dalam membaca agar anak-anak lebih mudah memahami isi bacaan...”*
2. Siswa membaca bahan bacaan

Sesi 4

Tahap Inkubasi

Pada Tahap ini memberikan waktu jeda pada siswa untuk merenungkan materi yang baru saja mereka baca.

Aktivitas	Merefleksikan materi bacaan
Durasi	30 menit
Tempat	Lab. Bimbingan Konseling SMA Al Hikmah
Peralatan	Bahan bacaan
Tujuan	Mampu merefleksikan materi bacaan

Prosedur:

Guru memberikan waktu pada siswa untuk menggali apa yang dapat dipelajari dari bacaan yang telah dibacanya..."*ayo anak-anak coba pahami, kira-kira ceritanya tentang apa tadi?...*"

Pertemuan 3 (Tahap akhir)**Sesi 5****Tahap Tindak Lanjut**

Pada tahap ini ini masing-masing peserta mengungkapkan apa inti dan tujuan materi bacaan yang telah dibaca, serta bagaimana penilaian atau persepsi siswa terhadap materi bacaan. Selanjutnya peserta diminta untuk membandingkan bacaan dengan masalah atau situasi yang mereka alami, bacaan tersebut dijadikan pedoman dan acuan dalam menyelesaikan masalah atau berkaitan dengan kecerdasan emosional siswa.

Aktivitas	Mengungkapkan inti bacaan, membandingkan bacaan dengan masalah atau situasi yang dialami siswa.
Durasi	30 menit
Tempat	Lab. Bimbingan Konseling SMA Al Hikmah
Peralatan	Bahan bacaan
Tujuan	- Mampu mengungkapkan isi bacaan - Mampu mengidentifikasi masalah dan membandingkannya dengan bahan bacaan.

Prosedur :

1. Guru menanyakan apa yang ada di dalam pikiran dan perasaan siswa ketika membaca kisah..."*ayo, sekarang kalian coba ungkapkan apa yang ada dalam perasaan kalian ketika membaca kisah tadi?..*"
2. Guru menanyakan apa yang siswa rasakan setelah membaca bacaan tersebut..."*nah..sekarang apa yang kita lakukan jika kita dalam situasi yang sama dengan tokoh tersebut...(sesuai dengan cerita)?*"

Sesi 6**Tahap Evaluasi**

Pada tahap ini, siswa dan guru mengemukakan pandangan dan penilaian mereka setelah membaca materi bacaan. Guru meminta komitmen siswa, apa yang harus dilakukan atau tindakan yang perlu cepat diwujudkan dan hal apa saja yang harus ditinggalkan, agar menjadi siswa yang cerdas emosi.

Aktivitas	Mengemukakan pandangan dan penilaian terhadap materi bacaan, meminta komitmen siswa berkaitan dengan tindakan yang harus, perlu cepat diwujudkan dan yang harus ditinggalkan dalam kehidupan sehari-hari.
Durasi	30 menit
Tempat	Sekolah
Peralatan	Lembar komitmen
Tujuan	- Mampu mengemukakan pandangan dan penilaian terhadap materi bacaan. - Mampu berkomitmen untuk melakukan tindakan yang harus dilakukan dan yang ditinggalkan dalam kehidupan sehari-hari

Prosedur:

1. Guru memancing siswa untuk menarik kesimpulan mengenai bacaan...*"nah...anak-anak..apa yang bisa kita pelajari dari bacaan ini? Apa kesimpulannya?..."*
2. Guru memancing siswa untuk memahami arti pengalaman yang dialami...*"kalau gitu, apa yang kita dapatkan hari ini? Bisa atau tidak dilakukan di sekolah dan di rumah? apa saja tadi perilaku baik yang dapat dicontoh?..."*

LEMBAR KONTRAK BIBLIOTERAPI KELOMPOK

Saya bersedia mengikuti biblioterapi kelompok ini dengan mematuhi peraturan-peraturan selama kegiatan ini berlangsung sebagai berikut:

1. Menghadiri sesi secara teratur dan tepat waktu.
2. Menjaga kerahasiaan.
3. Tidak berbicara dengan peserta lain jika tidak diizinkan untuk berbicara oleh guru.
4. Dengarkan baik-baik anggota kelompok lainnya.
5. Jujur, konkrit, dan terbuka dalam mendiskusikan masalah.
6. Tetapkan tujuan konkret untuk pertumbuhan diri.
7. Berperan aktif selama kegiatan dan mengerjakan lembar kerja secara sungguh-sungguh

TATA TERTIB BIMBINGAN KELOMPOK *BIBLIOTHERAPY*

- 1. Mengikuti setiap tahapan kegiatan sesuai dengan instruksi pimpinan kelompok.**
- 2. Biarkan orang lain mengetahui ide-ide anda.**
- 3. Ajukan pertanyaan anda.**
- 4. Jangan terlalu menguasai pembicaraan.**
- 5. Bantulah anggota lain untuk berpartisipasi.**
- 6. Dengarkan baik-baik pembicaraan anggota lainnya.**
- 7. Keberadaan anggota kelompok adalah untuk membantu.**
- 8. Bersedia menerima sudut pandang orang lain.**
- 9. Selalu siap sedia untuk berdiskusi.**
- 10. Dalam kelompok ini, semua anggota diperkenankan untuk berbicara tentang perasaan dan reaksi anda.**

LEMBAR KOMITMEN

Setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik biblioterapi berbasis sirah nabawiyah, maka saya akan:

- 1. Memahami kekuatan dan kelemahan diri**
- 2. Memotivasi diri sendiri**
- 3. Melakukan disiplin diri**
- 4. Memahami perasaan orang lain**
- 5. Melakukan yang diperintahkan Allah SWT**
- 6. Menjauhi larangan Allah SWT**

Hasil Uji Validitas Variabel Y

NO	R_{hitung}	R_{tabel}	KETERANGAN
1	0,507	>0,284	Valid
2	0,477	>0,284	Valid
3	0,585	>0,284	Valid
4	0,348	>0,284	Valid
5	0,437	>0,284	Valid
6	0,397	>0,284	Valid
7	0,377	>0,284	Valid
8	0,288	>0,284	Valid
9	0,372	>0,284	Valid
10	0,464	>0,284	Valid
11	0,543	>0,284	Valid

12	0,640	>0,284	Valid
13	0,544	>0,284	Valid
14	0,439	>0,284	Valid
15	0,504	>0,284	Valid
16	0,679	>0,284	Valid
17	0,718	>0,284	Valid
18	0,510	>0,284	Valid
19	0,500	>0,284	Valid
20	0,532	>0,284	Valid

Sumber data : Output IBM SPSS V.27

Hasil Uji Reliabilitas Variabel Y

No	Variabel	Nilai Alpha	R _{tabel}	Keterangan
1.	Variabel kematangan karir (Variabel Y)	0,832	0,279	Reliabel

Sumber data: Output IBM SPSS V.27

Hasil Pretest-posttest kelas XII SMA AL HIKMAH Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
pre	15	20	67	49.13	13.271
post	15	20	73	55.40	14.715
Valid N (listwise)	15				

Sumber data: Output IBM SPSS V.27

Hasil Uji Normalitas (Shapiro Wilk)

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pre	.105	15	.200*	.952	15	.558
post	.183	15	.189	.913	15	.150

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Sumber data: Output IBM SPSS V.27

Hasil Analisis Regresi Sederhana

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.902 ^a	.814	.800	5.93463

a. Predictors: (Constant), biblio

Hasil Uji T-test

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	pre - post	-6.26667	6.34110	1.63726	-9.77825	-2.75508	-3.828	14	.002

Sumber data: Output IBM SPSS V.27

Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.902 ^a	.814	.800	5.93463
a. Predictors: (Constant), biblio				

Sumber data: Output IBM SPSS V.27

Rangkuman Hasil Pretest-Posttest Siswa SMA Al Hikmah Muncar

No	Nama	pretest	posttest	N-Gain Skor	Peningkatan	%N-Gain Persen
1.	RA	44	49	0,09	Rendah	8,93
2.	NMDS	51	57	0,12	Rendah	12,24
3.	SA	40	60	0,33	Sedang	33,33
4.	AKF	59	65	0,15	Rendah	14,63
5.	AHR	40	47	0,12	Rendah	11,67
6.	NA	51	60	0,18	Rendah	18,37
7.	RAD	38	40	0,03	Rendah	3,23
8.	KW	52	56	0,08	Rendah	8,33
9.	MMA	49	70	0,41	Sedang	41,18
10	TA	67	73	0,18	Rendah	18,18
11	YER	67	68	0,03	Rendah	3,03
12	AHY	59	60	0,02	Rendah	2,44
13	UY	20	20	0,00	Tidak terjadi Peningkatan	0,00
14	ERW	35	36	0,02	Rendah	1,54
15	EW	65	70	0,14	Rendah	14,29

Sumber data: Output IBM SPSS V.27

BIODATA PENULIS

Nama : Rizka Adelia
 TTL : Tulang Bawang, 16 April 2003
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Agama : Islam
 NIM : 2012211045
 Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
 Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
 Alamat : Barurejo, Siliragung, Banyuwangi

Riwayat Pendidikan

Jenjang Pendidikan	Tahun Masuk	Tahun Lulus	Nama Instansi	Jurusan
SD/MI	2008	2014	SD 1 Hargorejo SD 1 Barurejo	
MTs	2015	2017	MTs Al Amiriyyah	
SLTA	2017	2020	SMA Darussalam	Bahasa
KULIAH	2020	2024	Univesitas KH Mukhtar Syafaat	Bimbingan dan Konseling Islam

Bahan Bacaan Teknik Bibliotherapy

Kisah Inspiratif Steve Jobs (Pendiri Apple)

Steven Paul Jobs atau lebih dikenal dengan sebutan Steve Jobs lahir di San Francisco, California, Amerika Serikat, 24 Februari 1955. Dia terlahir dari keluarga yang kurang mampu, Ayahnya bernama Abdulfattah Jandali, seorang muslim dari Siria dan ibunya Joanne Schieble warga asli Amerika.

Joanne Schieble ibunda dari Steve Jobs hamil karena kecelakaan, kemudian ia bertekad jika anaknya lahir harus diadopsi oleh keluarga sarjana yang sukses. setelah sekian lama akhirnya ada yang mau mengadopsi Steve Jobs, namun Schieble menolak karena ia tau bahwa yang ingin mengadopsi Steve Jobs (ibu angkatnya) seorang yang tidak pernah lulus kuliah dan ayah angkatnya tidak tamat SMA. Setelah beberapa bulan, Schieble berubah pikiran. Ia berjanji akan menyekolahkan steve jobs hingga perguruan tinggi.

Setelah 17 tahun kemudian, Steve Jobs kuliah di sebuah Universitas yang hampir sama mahalanya dengan Universitas Stanford, sehingga tabungan orang tuanya yang hanya bekerja sebagai pegawai rendahan itu habis untuk membayar biaya kuliah Steve Jobs.

Steve Jobs sangat bingung dengan keadaannya yang sudah enam bulan kuliah tidak mendapatkan hasil yang baik apalagi dengan kedaan orangtuanya

yang telah menghabiskan seluruh tabungannya untuk dia. akhirnya dengan rasa takut dan gelisah, dia memutuskan agar berhenti kuliah. dia menganggap bahwa keputusan itu adalah keputusan yang baik bagi orangtuanya.

Setelah Steve Jobs di DO (Drop Out), ia berhenti memilih kelas wajib dan mulai mengikuti kuliah yang ia sukai. ia memilih kelas kaligrafi. sejak kuliah ia tidak memiliki kamar kos sehingga selalu numpang tidur di kamar kos temantemannya. saat itu ia belum merasakan manfaat dari kuliah kaligrafi, namun 10 tahun kemudian ia bertemu dengan teman lamanya di SMA yaitu Steve Wozniak yang dipanggil dengan sebutan Woz. Woz ahli di bidang elektronika. sejak itu mereka mendesain komputer Machintos (Mac) yang pertama.

Steve Jobs dan Woz mengawali komputer Apple di garasi orang tua Steve Jobs ketika ia berumur 20 tahun. Mereka bekerja keras membangun Apple, dalam 10 tahun Apple berkembang dari hasil kerja keras mereka berdua hingga menjadi perusahaan 2 Milyar dolar dengan 4000 karyawan.

Setelah setahun peluncuran Machintos terbaik karya mereka dan Steve Jobs memasuki umur 30 tahun, Steve Jobs di pecat oleh perusahaannya sendiri. Bagaimana mungkin ia bisa dipecat oleh perusahaannya sendiri? namun itulah yang terjadi pada Steve Jobs.

“Seiring pertumbuhan Apple, kami merekrut orang yang saya pikir sangat berkompeten untuk menjalankan perusahaan bersama saya. Dalam satu tahun pertama, semua berjalan lancar. Namun, kemudian muncul perbedaan dalam visi kami mengenai masa depan dan kami sulit disatukan. Komisaris ternyata berpihak padanya. Demikianlah, di usia 30 saya tertendang.”

Steve Jobs menjadi tokoh publik yang gagal, Ia bahkan ingin pergi dari Silicon Valley. Namun sedikit demi sedikit, semangatnya pulih dan dalam 5 tahun. Ia mendirikan perusahaan NeXT dan kemudian ia membeli PIXAR Animation yang merupakan perusahaan Animasi tersukses di dunia. sejak saat itu ia jatuh cinta dengan wanita istimewa yang bernama Laurene Powell, dan akhirnya menjadi istrinya.

Setelah beberapa waktu kemudian, sesuatu yang ajaib menghampiri Steve Jobs. Perusahaan Apple membeli perusahaan NeXT milik Steve Jobs dan akhirnya, Steve Jobs kembali bekerja di Apple.

Beberapa saat sebelum kematiannya, orang banyak beranggapan Steve Jobs adalah orang yang tak terkalahkan, namun ternyata Steve Jobs memiliki penyakit tumor pankreas yang telah diketahuinya dan ia melakukan operasi tumor pada tahun 2004, namun ia merahasiakannya kepada publik. Pada tahun 2009 sakitnya mulai parah, kini ia mengalami penyakit kanker pankreas stadium lanjut, kemungkinan organ yang diserang adalah hati. Steve Jobs pernah melakukan transplantasi hati pada tahun 2009 dan dokter memprediksi penyakit kankernya akan menyerang kembali.

Saat-saat sebelum kematiannya, dokter mengatakan kalau kanker pankreasnya hampir pasti tidak dapat diobati. “Harapan hidup saya tidak lebih dari 3-6 bulan. Dokter menyarankan saya pulang ke rumah dan membereskan

segala sesuatunya, yang merupakan sinyal dokter agar saya bersiap mati. Artinya, Saya harus menyampaikan kepada anak Saya dalam beberapa menit segala hal yang saya rencanakan dalam sepuluh tahun mendatang”. Artinya Steve Jobs harus mengucapkan selamat tinggal pada keluarganya.

Pada tanggal 5 Oktober 2011, Steve Jobs meninggal dunia. Banyak hal yang dapat kita contoh dan pelajari dari sikap dan sejarah hidup Steve Jobs antara lain sikap percaya diri dan pantang menyerah merupakan sikap yang dapat membuat ia menjadi seorang yang sukses walaupun ia berada pada kondisi keluarga yang kurang mampu, dipecat oleh perusahaannya sendiri dan menderita penyakit selama bertahun-tahun.

Dokumentasi

Tahap 1: Pemberian angket *pretest*



Tahap 2: Menjelaskan Teknik Bimbingan dan Pemberian Motivasi



Tahap 3: siswa membaca bahan bacaan



Tahap 4: Diskusi indentifikasi masalah



Tahap 5: siswa mengumpulkan angket *Posttest*



Hasil Pelaksanaan eksperimen

Jumlah siswa yang termasuk dalam kelompok konseling adalah 15 siswa. Pelaksanaan bimbingan kelompok dimulai pada tanggal 8 april dan diakhiri pada tanggal 12 april 2024. Bimbingan kelompok dilaksanakan dalam waktu 60 menit setiap pertemuan. Adapun uraian bimbingan kelompok sebagai berikut:

1. Pertemuan I dilaksanakan pada tanggal 8 April 2024, pukul 08.00-09.30 WIB

Pada sesi satu ini merupakan sesi pertama dalam bimbingan kelompok, sehingga masih dalam tahap pengenalan bimbingan kelompok. Latihan ini dilaksanakan di ruang kelas 12 IPS SMA Al Hikmah Muncar. Kegiatan diawali dengan meminta konseli duduk melingkar kemudian membaca doa bersama. Kegiatan dilanjutkan dengan perkenalan dari konselor dan masing-masing konseli dengan menjalin hubungan hangat antara konselor dan konseli. Tak lupa guru konseling menjelaskan tujuan konseling serta memandu jalannya proses konseling. Kegiatan perkenalan dilanjutkan dengan penjelasan mengenai pengertian bimbingan kelompok beserta prosedurnya, kedisiplinan belajar, sekaligus penjelasan mengenai teknik *bibliotherapy* yang akan dilakukan pada pertemuan berikutnya. Tak lupa guru konseling menjelaskan tujuan konseling serta memandu jalannya proses konseling. Pada sesi ini semua konseli nampak antusias dapat dilihat dari cara konseli menceritakan pengalamannya mengenai hal-hal yang membuat konseli belum dipahami dalam perencanaan karir, dan seberapa tingkat kematangan karir siswa. Sebelum mengakhiri sesi I, konselor memberikan pertanyaan mengenai pemahaman konseli mengenai bimbingan kelompok dan perencanaan karir sekaligus meminta tanggapan konseli mengenai bimbingsn kelompok yang dilakukan pada sesi I. Kemudian kegiatan diakhiri dengan doa bersama dan salam.

2. Pertemuan 2 dilaksanakan pada tanggal 10 April 2024, pukul 09.00-10.00 WIB

Pada sesi II ini topik yang diangkat adalah profesi seperti apa yang aku inginkan. Latihan ini dilaksanakan di ruang kelas XII IPS. Pada tahap ini membahas mengenai esensi dari sebuah profesi dan pentingnya memahami pilihan karir. Kegiatan diawali dengan konselor mengucapkan salam kepada konseli kemudian dilanjutkan dengan membaca doa bersama. Kegiatan dilanjutkan dengan memberikan materi tentang kisah perjuangan CEO dari sebuah perusahaan besar Apple. Pada sesi ini penulis mulai membagi peran yang akan diperagakan kegiatan bimbingan kelompok teknik *rolle play*. Kemudian pada kali ini guru memberikan panduan kepada siswa tentang bimbingan konseling Bibliotherapy dan memberikan bahan bacaan beberapa artikel kepada siswa. Lalu siswa membaca artike tersebut kurang lebih selama 20 menit.

Setelah waktu membaca selesai guru memberikan waktu selama 30 menit agar siswa menggali apa yang dapat dipelajari dari bahan bacaan tersebut. Sebelum mengakhiri sesi II, guru menjelaskan bahwa sesi ke II dalam kegiatan ini akan segera berakhir guru mengajak kelompok untuk mengevaluasi kegiatan yang berlangsung. Kegiatan diakhiri dengan doa dan salam.

3. Pertemuan III dilaksanakan pada tanggal 12 April 2024, pukul 10.00-11.00 WIB

Pada kegiatan sesi ketiga ini, guru kembali menjelaskan pengertian, tujuan, asas dan prosedur dari kegiatan bimbingan kelompok Teknik Bibliotherapy. Serta memberi motivasi kepada siswa agar layanan berjalan dengan lancar dan baik. Pada sesi III ini melanjutkan sesi II kemarin yang dimana guru bertanya kepada siswa tentang apa yang dipikirkan oleh siswa setelah membaca artikel. Sesi ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar minat siswa dalam menggali informasi tentang pilihan karir. Kemudian guru bertanya apa yang dirasakan siswa setelah membaca artikel tersebut. adakah rasa jiwa bisnis seperti di contoh artikel? guru mendapat lebih banyak informasi yang didapat guru memancing siswa untuk menarik kesimpulan dari artikel, mulai dari siswa yang berada disamping kanan guru lanjut hingga selesai. Lalu guru memancing siswa untuk memahami pengalaman yang dialami siswa setelah membaca artikel tersebut dengan mencocokkan dengan kehidupan pribadi siswa jika di posisi Steve Jobs, setelah mengetahui informasi diri siswa guru mencatat hasilnya di Laporan observasi. Kegiatan diakhiri doa dan salam.



UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Blokagung - Banyuwangi

Jalan PP. Darussalam Blokagung Banyuwangi 68491
 No Hp : 08113129333, E-Mail: official@uimsya.ac.id, Website: uimsya.ac.id

Nomor : 51.2.12/007.34/ UIMSYA/FDKI/C.3/III/2024

Lamp. : -

Hal : **PENGANTAR PENELITIAN**

Kepada Yang Terhormat:

Kepala SMA Al-Hikmah Muncar

di -

tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan di bawah ini Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSYA) Blokagung Banyuwangi, memohonkan izin penelitian atas mahasiswa kami:

N a m a : RIZKA ADELIA
 NIM : 2012211045
 Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
 Alamat : Siliragung, Banyuwangi, Jawa Timur
 HP : 085707155650

Untuk dapat diterima/melaksanakan penelitian di lembaga/instansi yang Bapak/Ibu pimpin, dalam rangka penyelesaian program skripsi.

Adapun judul penelitiannya adalah:

"Bimbingan Kelompok Cognitive Behavior Therapy (CBT) Teknik Bibliotherapy Untuk Meningkatkan Kematangan Karir Siswa Kelas 12 SMA Al Hikmah Muncar"

Atas perkenan dan kerja samanya yang baik diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Blokagung, 17 Maret 2024

Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom
 NIPY. 3150128107201



YAYASAN MINHAJUT THULLAB
SMA AL HIKMAH MUNCAR
 "DARE TO BE EXCELLENT"

Type : Akreditasi "A" NSS. 302052505039 NDS. 3005090201 NIS. 300100 NPSN. 20540165
 Jl. KH. Abdul Mannan KM. 02 Sumberberas Muncar Telp. 0333 592845 Faks. 0333 – 592845
 Mail. Sma alikhmahmuncar@yahoo.co.id www.smaalikhmah.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: 425.1/2155/429.245.300100/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMA AL HIKMAH MUNCAR, menerangkan bahwa:

Nama : Rizka Adelia
 NIM : 2012211045
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
 Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
 Universitas : Universitas KH Mukhtar Syafaat

Telah melaksanakan **PENELITIAN** di SMA AL HIKMAH MUNCAR yang dilaksanakan pada tanggal 8 – 12 April 2024 dengan judul penelitian **“Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Biblioterapi Terhadap Kematangan Karir Siswa kelas 12 SMA Al Hikmah Muncar”**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Muncar, 12 April 2024







INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM

LAIDA

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

TERAKREDITASI

BLOKAGUNG - BANYUWANGI

© 2006 by The American Psychological Association or one of its allied publishers. This article is intended solely for the personal use of the individual user and is not to be disseminated broadly.

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Prozent Stadt: Bräutigen des Königs Wien

Journal of Clinical Psychology (1975) 31: 1-10

Lower House of the 11th Congress - 1809

No.	Topik Pembahasan	Tanggal	Tanda Tangan Pembimbing
1	Keterkaitan perkembangan wilayah Kediri - Jember	6 / 8 20	+
2	Peranan sungai dan air tanah untuk lahan pertanian	13 / 8 20	+
3	Perubahan penggunaan lahan di Kabupaten Jember	20 / 8 20	+
4	Perjanjian - Perjanjian Agraria	25 / 8 20	+
5	Perencanaan tata ruang kabupaten	2 / 9 20	+
6	Revisi bab 4 & 5	3 / 9 20	+
7	Revisi bab 5 (200m)	4 / 9 20	+
8	Full draft	5 / 9 20	+
9			
10			
11			
12			

Blokajung _____ 2023

Kenia Prodi
Binbingun dan Konseling Islam

Hallmark Sales, S.P.A., M.A.
NIPY, 3151301019001