

Sosialisasi Meningkatkan *Self-Awareness* dalam Pemilihan Karir Siswa Kelas XII di SMA Negeri 1 Sidoharjo

Aghi Viona Semas Puspita¹, Anniez Rachmawati Musslifah²

Universitas Sahid Surakarta.

¹Email: aghivionasp@gmail.com

²Email: anniez@usahidsolo.ac.id

*Corresponding author

Email: aghivionasp@gmail.com

ABSTRAK

Siswa SMA Kelas XII seringkali merasa kebingungan dalam pemilihan karir untuk masa depannya. Hal tersebut dipengaruhi oleh faktor dalam diri antara lain faktor realitas, faktor proses pendidikan, faktor emosi, dan faktor nilai pribadi. Berdasarkan faktor tersebut siswa sendiri lah yang mampu membuat pilihan-pilihan karir untuk dirinya. Pemilihan karir akan lebih efektif apabila memiliki kesadaran diri (*self-awareness*) yang baik. Tujuan kegiatan sosialisasi ini tentu saja berkaitan dengan hal tersebut di mana untuk membantu siswa meningkatkan *self-awareness* dalam pemilihan karir untuk masa depan siswa setelah lulus dari SMA. Sosialisasi ini menggunakan metode ceramah dan tanya jawab dalam pelaksanaannya. Hasil dari kegiatan sosialisasi ini yaitu setelah siswa diberikan materi terkait *self-awareness*, siswa mengalami peningkatan *self-awareness* dibuktikan dengan siswa yang awalnya kebingungan memilih karir menjadi dapat menjelaskan gambaran pemilihan karir yang sesuai dengan dirinya selama satu tahun, lima tahun bahkan sampai sepuluh tahun kedepan.

Kata Kunci: *Kesadaran diri, Pemilihan Karir, Siswa*

ABSTRACT

Class XII high school students often feel confused about choosing a career for their future. Career selection is influenced by several internal factors, namely reality, educational processes, emotions, and personal values. Based on these factors, students themselves can make career choices for themselves. Career selection will be more effective if you have good self-awareness. The aim of this socialization activity is related to this, which is to help students increase self-awareness in choosing a career for the student's future after graduating from high school. This socialization uses lecture and question-and-answer methods in its implementation. The result of this socialization activity is that after students get the material related to self-awareness, students experience an increase as evidenced by students who were initially confused in choosing a career, becoming able to explain the description of a career election that is suitable for them for one year, five years or even ten years.

Keywords: *Self-Awareness, Career Selection, Students*

PENDAHULUAN

Siswa SMA Kelas XII sedang dalam periode peralihan dari masa remaja ke masa dewasa. Periode ini penting dalam menentukan identitas diri di mana dapat menjelaskan siapa dirinya dan peranan dalam masyarakat. Salah satu tugas perkembangan masa remaja yaitu hidup mandiri dan mampu mengambil keputusan termasuk pemilihan karir (Hurlock, 2017). Pemilihan karir merupakan suatu proses yang penting dalam kehidupan individu

dimana individu memilih jalur karir yang sesuai dengan minat dan bakatnya (Mazwar & Sabarrudin, 2024).

Germeijs dan Verschuere (Puteri & Rozana, 2022) mengungkapkan pentingnya menentukan pilihan karir diawal sebelum masuk perguruan tinggi dimana hal tersebut berpengaruh dengan prestasi akademik selama tahun pertama dalam perguruan tinggi. Siswa SMA Kelas XII seringkali merasa kebingungan dalam pemilihan karir untuk masa depannya. Hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, menurut Ginzberg (Amsanah, 2018) faktor tersebut antara lain faktor realitas, faktor proses pendidikan, faktor emosi, dan faktor nilai pribadi. Berdasarkan faktor tersebut, siswa sendirilah yang mampu membuat pilihan-pilihan karir untuk dirinya yang dapat dipertanggungjawabkan.

Pemilihan karir lebih efektif apabila memiliki kesadaran diri (*self-awareness*) yang tinggi. Menurut Solso (2008), *self-awareness* (kesadaran diri) merupakan proses fisik dan psikologis yang mempunyai hubungan timbal balik dengan kehidupan mental terkait dengan tujuan hidup, emosi, dan proses kognitif. Menurut Goleman (2007), *self-awareness* merupakan kesadaran diri individu dalam menerima, memahami, dan mengelola segala potensi diri untuk mengembangkan hidupnya di masa depan. *Self-awareness* membantu individu ketika mengambil keputusan dalam hidupnya termasuk pemilihan karir berdasarkan dengan potensi dan nilai hidup yang dimiliki.

Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti tertarik untuk melaksanakan pengabdian kepada siswa kelas XII dengan memberikan Sosialisasi Meningkatkan *Self-Awareness* dalam Pemilihan Karir di SMA Negeri 1 Sidoharjo. Sosialisasi ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran diri (*self-awareness*) di mana siswa diminta untuk lebih mengenali dirinya lebih dalam, termasuk membangun kepercayaan diri dan manajemen emosinya sehingga siswa mampu untuk memilih karir yang sesuai dengan dirinya untuk masa depannya.

METODE PELAKSANAAN

Permasalahan yang terjadi pada siswa kelas XII dapat teratasi dengan adanya kegiatan pengabdian ini, yang dilakukan sosialisasi dengan metode ceramah berlokasi di Mushola SMA Negeri 1 Sidoharjo, Kecamatan Sidoharjo, Kabupaten Wonogiri, Jawa Tengah. Sosialisasi dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 26 November 2024 pukul 09.00 WIB sampai selesai. Sasaran pengabdian ini adalah Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Sidoharjo, Kecamatan Sidoharjo, Kabupaten Wonogiri, Jawa Tengah. Siswa yang hadir dalam kegiatan sosialisasi

ini terdiri dari 130 siswa dari satu angkatan. Adapun tahapan dari kegiatan pengabdian sebagai berikut:

1. Tahapan persiapan

Tahap persiapan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu penyusunan materi yang sesuai dengan permasalahan yang terdapat pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Sidoharjo.

2. Tahapan pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian ini sebagai berikut:

Tabel 1. Susunan Acara Kegiatan Sosialisasi

Susunan Acara Kegiatan	Penanggungjawab
Pembukaan	Pembawa acara
Sambutan dari Kepala Sekolah	Kepala Sekolah
Penyampaian materi “Meningkatkan <i>Self-Awareness</i> dalam Pemilihan Karir Siswa Kelas XII”	Aghi Viona Semas Puspita selaku pelaksana kegiatan pengabdian
Sesi tanya jawab	Aghi Viona Semas Puspita
Penutup	Pembawa acara

3. Tahapan evaluasi

Tahap evaluasi dalam kegiatan pengabdian ini dilakukan pada setiap tahapan pelaksanaan berlangsung, demi keberhasilan adanya kegiatan yang dilakukan. Adapun rancangan evaluasi antara lain memastikan kondisi yang kondusif dan berjalan sesuai dengan susunan acara dan waktu pelaksanaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian dengan metode ceramah dan sesi tanya jawab yang dilakukan oleh pelaksana terbukti efektif dalam meningkatkan *self-awareness* dalam pemilihan karir siswa. *Self-awareness* penting untuk ditingkatkan supaya siswa-siswi dapat mengatasi secara mandiri terkait terbatasnya informasi, memberikan fasilitas untuk pertumbuhan diri sesuai dengan keinginan dan cita-cita (Esterilita dkk, 2020). Goleman (Dariyo, 2016) mengemukakan bahwa *self-awareness* merupakan kondisi di mana individu mengetahui secara pasti apa yang dirasakan oleh dirinya sendiri. *Self-awareness* (kesadaran diri) dimaknai sebagai kesadaran terhadap diri dari setiap individu dalam memandang diri dan orang lain (Arofah & Sancaya, 2022). Dapat disimpulkan bahwa *self-awareness* (kesadaran diri) merupakan suatu kondisi individu dalam keadaan sadar dan mengetahui apa yang dirasakan oleh dirinya dan orang

lain. Menumbuhkan *self-awareness* dalam pemilihan karir dijelaskan oleh pelaksana dengan beberapa strategi antara lain mengeksplorasi diri, menentukan tujuan karir, membangun kepercayaan diri, berani mengambil keputusan, memanajemen stress dan emosi, serta mengeksplorasi karir.

Eksplorasi diri berkaitan dengan menggunakan pengalaman masa lalu untuk dijadikan sebagai motivasi bagi dirinya saat ini dan di masa yang akan datang. Menentukan tujuan karir, dilakukan dengan mempertimbangkan tujuan jangka pendek dan jangka panjang, misalnya jangka pendek adalah dengan memilih jurusan kuliah dan jangka panjang adalah dengan menjadikan jurusan kuliah sebagai patolan untuk bekerja dengan ilmu yang berhubungan. Membangun kepercayaan diri, di mana agar individu tidak merasa ragu dengan karir yang akan dipilih kedepannya. Berani mengambil keputusan, di mana keputusan pemilihan karir merupakan hal yang krusial yang harus dilalui oleh setiap siswa sehingga siswa diminta berlatih mengevaluasi resiko dan manfaat dari setiap keputusan yang akan diambil, salah satunya dengan menggunakan teknik analisis SWOT (*Strengths, Weakness, Opportunities, dan Threats*). Memanajemen stress dan emosi, hal ini berguna dalam melatih diri agar tidak memiliki rasa takut ketika menerima kegagalan dan dapat dilakukan dengan teknik relaksasi misalnya teknik pernapasan. Mengeksplorasi karir, di mana hal ini bertujuan agar dapat lebih memahami adanya berbagai pilihan karir sehingga akhirnya dapat menemukan karir yang sesuai.

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, *self-awareness* yang baik dapat menjadikan proses pemilihan karir lebih mudah. Pemilihan karir yang dilakukan dengan langkah yang tepat diharapkan mampu membuat karir berjalan lancar dan sukses. Sejalan dengan definisi yang disampaikan oleh Lee, Rojewski, dan Hill (Fadilla & Abdullah, 2019) yaitu pemilihan karir merupakan pemilihan untuk menentukan pendidikan maupun pekerjaan berdasar pada minat, tipe kepribadian, perasaan akan hambatan, dan peluang yang dimilikinya. Menurut Aji (2019), pilihan karir merupakan suatu proses yang dilakukan oleh individu untuk memenuhi kebutuhannya melalui pekerjaan yang akan dimilikinya kelak.

Menurut Amsanah (2018), pemilihan karir merupakan suatu interaksi antara kepribadian, kebutuhan, dan keadaan lingkungan dalam proses pengambilan keputusan karir yang berlangsung selama hidup individu, demi mencapai suatu kepuasan kerja. Pemilihan karir sangat penting bagi siswa, karena apabila siswa dapat memahami minat, bakat, dan keterampilan yang dimilikinya akan jauh dari kemungkinan timbulnya ketidakgairahan kerja yang dapat mengganggu jiwa dan juga apabila menemui kegagalan

(Amin, 2013). Dapat disimpulkan bahwa pemilihan karir merupakan suatu proses pemilihan karir berdasarkan minat, kepribadian, dan bakat demi kepuasan dari pekerjaan yang dimiliki kelak.



Gambar 1. Proses Ceramah



Gambar 2. Proses Sesi Tanya Jawab

Berdasarkan pelaksanaan pengabdian yang telah dilaksanakan, semula banyak siswa yang mengalami kebingungan dalam menentukan karir yang akan diambil setelah lulus dari SMA. Hal tersebut dibuktikan dari pertanyaan yang ditujukan kepada para siswa di awal kegiatan sosialisasi yaitu *"Sudah memiliki gambaran akan kuliah atau bekerja?"* dan *"Atau ada yang masih bingung akan melanjutkan apa? Silahkan angkat tangan untuk yang masih bingung."* Jawaban dari sekitar 60-70% siswa adalah *"Bingung akan melanjutkan apa setelah lulus SMA"* ditunjukkan dengan mengangkat tangan. Setelah pemaparan materi selesai dilaksanakan,

kemudian siswa yang sebelumnya mengalami kebingungan ditanyakan kembali dengan pertanyaan “Sudahkah memiliki gambaran kedepannya akan melanjutkan apa? Mungkin ada yang tahu beberapa tahun depan gambaran seperti apa? 5 atau 10 tahun,” kemudian meminta beberapa siswa untuk maju ke depan, dan siswa tersebut dapat menjawab pemilihan karir yang sesuai dengan dirinya bahkan hingga memiliki gambaran terhadap dirinya dalam lima tahun dan 10 tahun ke depan.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian sosialisasi dengan tema “Meningkatkan *Self-Awareness* dalam Pemilihan Karir Siswa Kelas XII” menggunakan metode ceramah dan sesi tanya jawab terbukti efektif dalam meningkatkan *self-awareness* siswa dalam pemilihan karirnya di masa depan. Menumbuhkan *self-awareness* dalam pemilihan karir dijelaskan dengan beberapa strategi oleh pelaksana antara lain mengeksplorasi diri, menentukan tujuan karir, membangun kepercayaan diri, berani mengambil keputusan, manajemen stress dan emosi, serta mengeksplorasi karir.

Adanya perubahan yang nyata pada siswa setelah dilakukannya sosialisasi peningkatan *self-awareness* dalam pemilihan karirnya. Dibuktikan dengan yang semula banyak siswa mengalami kebingungan dalam menentukan karir yang akan diambil setelah lulus dari SMA. Hal tersebut ditunjukkan dari pertanyaan yang ditujukan kepada para siswa di awal kegiatan sosialisasi sebelum pemaparan materi. Setelah pemaparan materi selesai dilaksanakan, siswa yang sebelumnya mengalami kebingungan ditanyakan kembali dengan pertanyaan yang sama, dan dapat menjawab pemilihan karir yang sesuai dengan dirinya bahkan hingga gambaran terhadap dirinya dalam lima dan 10 tahun ke depan.

DAFTAR RUJUKAN

- Aji, G. S. 2019. Pengaruh Kematangan Karir Terhadap Pemilihan Karir Peserta Didik. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 5(9).
- Amin, S. M. 2013. Bimbingan dan Konseling Islam. Jakarta: AMZAH.
- Amsanah, S. (2018). Efektivitas Layanan Informasi untuk Meningkatkan Pemilihan Karir Peserta Didik Kelas XII SMK Negeri 5 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019, *Universitas Islam Raden Intan*, 1(1)
- Arofah, L., & Sancaya, S. A. (2022). Self Awareness: Suatu Kecakapan Yang Harus dikuasai Dalam Pengambilan Keputusan Karier. *Seminar Nasional Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5, 907-914. <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/semidikjar/article/view/2412>



- Dariyo, A. (2016). Peran Self-Awareness dan Ego Support Terhadap Kepuasan Hidup Remaja Tionghoa. *Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi*, 15(2).
- Esterilita, M., Atika., Abdi, R., & Prayuda, S. (2020). Peningkatan Self-Awareness Siswa dalam Memilih Karir yang Tepat di Era Industri 4.0 di MA Asyafi'iyah 01 Jakarta. *JPM Bakti Parahita: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bakti Parahita*, 1(1).
- Fadilla, P. F., & Abdullah, S. M. (2019). Faktor Pengambilan Keputusan Karier Pada Siswa Sma Ditinjau Dari Social Cognitive Theory. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 8(2), 108.
<https://doi.org/10.30872/psikostudia.v8i2.3049>
- Goleman, D. (2007). *Emotional Quotient*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hurlock, E. B. (2017). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Mazwar, R., & Sabarrudin. (2024). Proses Pemilihan Karir Menurut Ginzberg. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(10), 752–760. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11500118>
- Puteri, S. A., & Rozana, A. (2022). Pelatihan Berbasis Self-Awareness untuk Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir. *PLAKAT : Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 4(1), 121. <https://doi.org/10.30872/plakat.v4i1.7834>
- Solso, R. L., Maclin, O. H., & Maclin, M. K. (2008). Psikologi Kognitif Edisi Kedelapan. Jakarta: Penerbit Erlangga.