

---

# PROSIDING

Seminar Nasional & Call Paper  
Psikologi Sosial 2019

---

## PSIKOLOGI SOSIAL DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0: PELUANG & TANTANGAN

Malang, 4 Mei 2019  
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI MALANG

---

# **PROSIDING**

Seminar Nasional & Call Paper  
Psikologi Sosial 2019

---

## **PSIKOLOGI SOSIAL DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0: PELUANG & TANTANGAN**

Malang, 4 Mei 2019  
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI MALANG

# PROSIDING

---

Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Sosial 2019

PSIKOLOGI SOSIAL DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0: PELUANG & TANTANGAN

Fakultas Pendidikan Psikologi, Aula Gedung C1 Universitas Negeri Malang, 4 Mei 2019

## PANITIA PELAKSANA

Ketua Pelaksana : Angga Yuni Mantara, S.Psi., M.Si

Sekretaris : Rakhmadiyah Dewi Noorizki, S.Psi., M.Si.  
Iksan, S.Pd

Bendahara : Mochammad Sa'id, S.Psi., M.Si.  
Armita Eko Wati

Sie Acara : Ayu Dyah Hapsari, S.Psi., M.A.

Sie Pubdekdok : Yudi Tri Harsono, S.Psi., M.A.  
Rizky Adi Saputro  
Nadendra Aditamawira P., A.Md.

Sie Akomodasi : Aryudho Widyatno, S.Psi., M.A.  
Sonny Efendi

Sie Kesekretariatan: Hari Santoro, M.Hum  
Herry Setya Budi, A.Md

Sie Perlengkapan : Bambang Arie Nugroho M, A.Md  
Setyoko Abraham Saputro

Sie Konsumsi : Dwi Nikmah Puspitasari, S.Psi., M.Psi

## PENYUNTING:

Rakhmadiyah Dewi Noorizki, S.Psi., M.Si

## STEERING COMMITTEE

Prof. Dr. Fattah Hanurawan, M.Si., M.Ed.

Dr. Tutut Chusniyah, M.Si

Dr. Nur Eva, M.Psi

Dr. Endang Prastuti, M.Si

Dr. Sudjiono, M.Si

Dr. Immanuel Hitipeuw, M.A.

Dr. Hetti Rahmawati, S.Psi., M.Si.

Dr Istiani, M.Psi.

Dr. Fransisca Iriani Roesmala Dewi, M.Si.

Dr. Andrian Pramadi, M.Si.

## REVIEWER:

Dr. Tutut Chusniyah, M.Si – Universitas Negeri Malang

Dr. Istiani, M.Psi – Universitas Bina Nusantara

Dr. Fransisca Iriani Roesmala Dewi, M.Si – Universitas Tarumanegara

Dr. Andrian Pramadi, M.Si – Universitas Surabaya

**PENYELENGGARA**

Fakultas Pendidikan Psikologi  
Universitas Negeri Malang

ISBN: 978-623-90767-3-3

**PENERBIT:**

Fakultas Pendidikan Psikologi  
Universitas Negeri Malang

**REDAKSI:**

Jl. Semarang 5 Malang  
Telp. (0341) 579700  
Email: [psikologi.fppsi@um.ac.id](mailto:psikologi.fppsi@um.ac.id)

Cetakan pertama, Juni 2019

Hak cipta dilindungi undang-undang.  
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk apapun  
Tanpa ijin tertulis dari penerbit

ISBN 978-623-90767-3-3



## SAMBUTAN KETUA PANITIA SEMINAR NASIONAL & CALL PAPER PSIKOLOGI SOSIAL 2019

Fakultas Pendidikan Psikologi – Universitas Negeri Malang  
Aula Gedung C1 UM, Sabtu, 4 Mei 2019

Assalamualaikum Wr. Wb.

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa bahwa dengan rahmat-Nya maka kegiatan Seminar Nasional bertema “Psikologi Sosial Di Era Revolusi Industri 4.0: Peluang Dan Tantangan” dapat diselenggarakan di Malang oleh Fakultas Pendidikan Psikologi UM.

Tema ini diangkat karena selama ini yang kita ketahui mengenai penggunaan media teknologi informasi ialah bagaimana menggunakan teknologi tersebut dengan tepat. Padahal sejatinya penggunaan teknologi ini merupakan bagian dari revolusi industri 3.0, implikasi berkembangnya komputer pada masa tersebut. Dunia bergerak lebih cepat dari yang kita harapkan dan bergerak menuju revolusi industri 4.0.


Komponen Revolusi Industri 4.0 (RI 4.0) dengan periode sebelumnya ialah internet yang mudah diakses, sensor-sensor yang merekam aktivitas tubuh (*Internet of Things*), komputasi awan, dan *machine learning*. Tentunya data individu bisa didapat lebih mudah karena semua serba tercatat. Dari hal ini juga kita dapat mengambil keuntungan bahwa perilaku sosial juga makin mudah tercatat. Karena perilaku tercatat, maka peluang penelitian psikologi juga turut berkembang pada ranah tersebut.

Akses internet yang mudah menyebabkan akses terhadap informasi juga semakin mudah, namun kita terkadang melupakan bahwa informasi yang tersebar bisa sangat beragam, baik yang benar ataupun berita palsu. Sehingga kepekaan kita terhadap informasi yang kita dapat perlu kita tingkatkan dan tidak turut menyebarkan berita palsu.

Sensor-sensor yang merekam aktivitas tubuh dapat digunakan sebagai media untuk meneliti perilaku individu, terutama tentang perilaku sehat dengan olahraga. Data yang didapat dari sensor bisa digunakan untuk mengklarifikasi perilaku individu yang didapat dari angket ataupun skala yang bersifat *self-report*.

Komputasi awan memungkinkan seseorang tidak hanya bekerja didalam ruangan, namun mampu melaksanakan tugas dari jarak jauh, atau bahkan diluar kantor. Model bekerja dari rumah pernah menjadi fenomena populer di perusahaan-perusahaan multinasional. Namun, psikologi sosial perlu melihat bagaimana interaksi antara orang-orang yang tidak bertemu secara langsung dalam membahas permasalahan dalam situasi seperti itu.

Fenomena *machine learning* meneliti bagaimana perilaku kita tercatat dan dipelajari karena kita melakukan hal tertentu secara berulang. Contoh yang paling dekat dari penggunaan teknologi ini ialah bagaimana aplikasi ojek daring mampu memperkirakan kita akan kemana atau akan membeli makanan apa, dan memunculkan pilihan yang sering kita pilih akan muncul pertama kali. Maka, sejatinya kita tidak akan pernah lepas dari *machine learning* yang tertanam pada aplikasi tersebut.



Kami segenap panitia mengharapkan acara ini dapat terlaksana lancar dan memberikan manfaat bagi para peserta. Terima kasih sebesar-besarnya saya sampaikan kepada semua personil yang telah membantu pelaksanaan acara ini mulai dari masa-masa persiapan, pematangan konsep, penyediaan pernak-pernik acara hingga pelaksanaan.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

**Ketua Panitia**  
**Angga Yuni Mantara, S.Psi., M.Si.**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN IDENTITAS .....	ii
SAMBUTAN KETUA PANITIA.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
RUNDOWN ACARA.....	x
PEMBAGIAN RUANG PRESENTASI ORAL .....	xi

## PEMBICARA UTAMA

MENINJAU ULANG KAJIAN PSIKOLOGI SOSIAL SI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0: TANTANGAN EPISTEMOLOGI	
<b>Rahkman Ardi</b> .....	1
APLIKASI PSIKOLOGI SOSIAL TERHADAP PERILAKU PENGGUNAAN INTERNET	
<b>Fattah Hanurawan</b> .....	15

## PERILAKU AGRESI

TAHAPAN PEMBUKTIAN KASUS PEMBUNUH PSIKOTIK WISCONSIN “EDWARD GEIN” DALAM PENGAPLIKASIAN DI INDONESIA	
<b>Ainun Jaryah Bahrir</b> .....	21
PERBEDAAN PERILAKU BULLYING SISWA YANG IKUT BELADIRI DAN TIDAK IKUT BELADIRI	
<b>Stepanus Kewaama Ruron</b> .....	30
FAKTOR PENYEBAB AGRESIVITAS VERBAL ANAK USIA DINI YANG BERSEKOLAH DI DAERAH PESISIR BANGKALAN	
<b>Dewi Mayangsari , Fadilah Yuliandari</b> .....	37
STRATEGY MENGATASI PERILAKU DELINKUENSI PADA REMAJA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP)	
<b>Indarto Imam Budoyo, Suryanto</b> .....	44
STUDI KASUS PENERIMAAN DIRI PADA PELAKU PELANGGARAN LALU LINTAS YANG MENGAKIBATKAN KORBAN MENINGGAL DUNIA DI LEMBAGA PERMASYARAKATAN LOWOKWARU KOTA MALANG	
<b>Intan Dwi Setia Rusiana, Pravissi Shanti</b> .....	52
ORIENTASI “POLIGAMI” (POLITIK GENERASI MILLENIAL) DALAM MENGAHADAPI PESTA DEMOKRASI 2019	
<b>Deni Zein Tarsidi, Ichsan Sukma Nugraha, Firda Fadhilah, Gita Pertiwi</b> .....	59
FAKTOR PEMBENTUK PERILAKU BODY SHAMING DI MEDIA SOSIAL	
<b>Eva Nur Rachmah, Fahyuni Baharuddin</b> .....	66

PRASANGKA DAN UJARAN KEBENCIAN SIBER: PERAN POLA KOMUNIKASI DARING DAN ALGORITMA MEDIA SOSIAL (Ruang Gema dan Gelembung Informasi)	
<b>Mardianto</b> .....	74

#### BUDAYA & PERILAKU MANUSIA DI SETTING KLINIS & PENDIDIKAN

THREE BREATH RELEASE UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN SKIZOPHRENIA DI RSJ MENUR SURABAYA	
<b>Rubiatul Adawiyah</b> .....	86
COGNITIVE RESTRUCTURING UNTUK PENGENDALIAN KECEMASAN PADA LANSIA	
<b>Iin Setiyowati</b> .....	90
STRATEGI KONSELING COGNITIVE RESTRUCTURING UNTUK MERUBAH SELF WELL-BEING PADA LANSIA PENDERITA STROKE	
<b>Hilda Nancy Velinda</b> .....	95
BEHAVIOUR CONTRACT UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN BERSOSIALISASI PASIEN SKIZOFRENIA DI RSJ MENUR SURABAYA	
<b>Annisa Nurul Faizuny</b> .....	100
TERAPI SUPORTIF UNTUK MENURUNKAN DEPERSONALISASI PADA PASIEN SKIZOFRENIA HEBEFRENIA DI RSJRW LAWANG MALANG	
<b>Ghiyats Mihmidaty</b> .....	104
EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KLASIK PADA LANSIA YANG MENGALAMI KECEMASAN MENYELURUH (GENERALIZED ANXIETY DISORDERS)	
<b>Frisca Putri D. W. S.</b> .....	110
TEKNIK SELF-TALK UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN CEMAS MENYELURUH	
<b>Mariya Manna</b> .....	117
KONSELING KELOMPOK REALITAS UNTUK MENGURANGI KEINGINAN MEMAKAI NARKOTIKA PADA PECANDU	
<b>Rosalina Citra Kasih</b> .....	122
SFBC (SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING): ALTERNATIF SOLUSI UNTUK MENINGKATKAN EMPATI MAHAMAHA SISWA BK	
<b>Sri Panca Setyawati, Laelatul Arofah, Ikke Yuliani Dhian Puspitarini, Santy Andrianie, Marizty Jessica R.D.</b> .....	129
PENERAPAN KONSELING ADLERIAN UNTUK MENGURANGI PERASAAN INFERIOR DAN MENINGKATKAN SOCIAL INTEREST PADA PASIEN SKIZOFRENIA	
<b>Mochamad Fahmy Arief</b> .....	136
METODE KATARSIS UNTUK MENGURANGI LONELINESS PADA LANSIA DI PANTI WERDA	
<b>Lady Christanti Rekadhayu</b> .....	143



EFEKTIVITAS KONSELING RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK MENURUNKAN KECENDERUNGAN GANGGUAN SKIZOID PADA ANAK <b>Laksita Wulya Danastri</b> .....	147
TEKNIK KONSELING KONFRONTASI UNTUK MENURUNKAN WAHAM PADA PENDERITA GANGGUAN AFEKTIF BIPOLAR EPISODE KINI MANIK DENGAN GEJALA PSIKOTIK <b>Melita Gusti Varadila</b> .....	151
PROSES GURU SEBAGAI SALAH SATU ALTERNATIF TEKNIK BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI KARIER MAHASISWA CALON GURU BK <b>Khususiyah, Nora Yuniar Setyaputri, Galang Surya Gumilang, Rosalia Dewi Nawantara, Eva Yuli Novitasari</b> .....	155
HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI AKADEMIK DENGAN ATRIBUSI KEGAGALAN <b>Ary Okta Kusumawardani</b> .....	163
PENINGKATAN DISIPLIN DIRI SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS MELALUI PANDUAN TEKNIK SELF INSTRUCTION <b>Rosalia Dewi Nawantara, Laelatul Arofah, Nora Yuniar Setyaputri</b> .....	173

#### BUDAYA & PERILAKU MANUSIA

FAKTOR PENYEBAB PRIA HOMOSEKSUAL COMING OUT <b>Fridayanti Yusuf, Hetti Rahmawati, Indah Yasminum Suhanti</b> .....	178
SELF DISCLOSURE DAN SELF CONTROL PADA REMAJA GAY TERHADAP LINGKUNGAN SOSIAL (DI KOMUNITAS PATAYA SURABAYA) <b>Rusydi Nuruddin, Nur Aziz Afandi, IGAA Noviekayati</b> .....	185
HUBUNGAN ANTARA PENYESUAIAN DIRI DENGAN STRES MAHASISWA RANTAU ANGKATAN 2018 DI FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI MALANG <b>Fyana Azara, Rakhmadiyah Dewi Noorrizki</b> .....	190
DINAMIKA IDENTITAS SOSIAL PADA ANGGOTA KELOMPOK REOG SINGO MANGKU JOYO DI SURABAYA <b>Fahyuni Baharuddin, Eva Nur Rachmah</b> .....	194
TINJAUAN TEORI COMPLIANCE TENTANG TRADISI MINUM MOKE DI KABUPATEN ENDE, NUSA TENGGARA TIMUR <b>Andini Fransiska Dhapa Saka, Eben Ezer Nainggolan</b> .....	202
FAKTOR-FAKTOR KOGNITIF DALAM PERILAKU SEHAT LANSIA <b>Alif Rodhiana, Suryanto, Tatik Meiyun</b> .....	209
RELEVANSI PEMIKIRAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN KI HADJAR DEWANTARA DALAM MENGHADAPI ERA EDUCATION 4.0 <b>Fressi Apriliyanti</b> .....	215

FRAME OF REFERENCE MASYARAKAT MADURA TENTANG KYAI: PENELITIAN ETHNOGRAFI DI DESA X KABUPATEN SUMENEP <b>Patmawati</b> .....	222
TRANSMISI BUDAYA DAN IDENTITAS SOSIAL PADA MASYARAKAT PENDALUNGAN <b>Prakrisno Satrio</b> .....	235
MAKNA BEKERJA BAGI JURU PARKIR WANITA <b>Yudi Tri Harsono</b> .....	242
IDENTITAS SOSIAL ANAK SD DALAM BERAGAMA (Studi kasus pada MI NU Waru II Medaeng, Sidoarjo) <b>Nofiasari Ika Agustina, Suryanto, Niken Titi Pratitis</b> .....	250
TERBENTUKNYA CINTA PASANGAN MENIKAH TANPA BERPACARAN DITINJAU DARI TEORI SEGITIGA CINTA ROBERT J. STERNBERG <b>Kristina Damayanti Pangamiani</b> .....	260
HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN STRES PADA ANGGOTA PEMADAM KEBAKARAN DI UNIT PELAYANAN TERPADU PEMADAM KEBAKARAN KOTA MALANG <b>Kamilatul Fitroh, Hetti Rahmawati, Diantini Ida Viatrie</b> .....	264
GAMBARAN KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA RANTAU DI UNIVERSITAS NEGERI MALANG <b>Faradiba Permatahati, Rakhmadiyah Dewi Noorrizki</b> .....	269
EFEKTIVITAS PELATIHAN PEMAHAMAN ETIKA KERJA UNTUK MENINGKATKAN KESIAPAN KERJA PADA SISWA MAGANG <b>Leanisafanera Rachmatul Praja</b> .....	273

#### PERILAKU EKONOMI & KONSUMEN

PERILAKU KONSUMTIF PADA LAKI-LAKI “ZAMAN NOW” PENGGUNA APLIKASI “ONLINE SHOP” DALAM MEMBELI BARANG DI SURABAYA <b>Sinatrya Ardhana Sesurya, Suryanto, Amanda Pasca Rini</b> .....	277
HUBUNGAN ANTARA INTERNAL LOCUS OF CONTROL DAN KEMAMPUAN INTERPERSONAL TERHADAP KESIAPAN MAHASISWA DALAM MENGELOLA USAHANYA SECARA BERKELANJUTAN <b>Agung Minto Wahyu, Rakhmadiyah Dewi Noorrizki, Angga Yuni Mantara</b> .....	285
HUBUNGAN PENGENDALIAN DIRI DENGAN KECENDERUNGAN PERILAKU KONSUMTIF PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS NEGERI MALANG <b>Afifah Chusna Az Zahra, Jainul Mukhaimin Nurofik, Krista Insan Dermawan, Rakhmadiyah Dewi Noorrizki</b> .....	293
PENGARUH PELATIHAN TEAM WORK TERHADAP KINERJA AWAK KAPAL SELAM TNI AL <b>Jaka Yulana Sani Saputra</b> .....	300

HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK PEKERJAAN DENGAN WORK ENGAGEMENT PADA KARYAWAN PT. X <b>Cevrela Fani Yasintasari, Olievia Prabandini Mulyana</b> .....	311
--	-----

PERAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN KINERJA KARYAWAN <b>Wahyu Hidayah</b> .....	320
---	-----

#### RUANG PERSONAL & RELASI SOSIAL

HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN INSTAGRAM TERHADAP REGULASI DIRI DAN FEAR OF MISSING OUT <b>Danan Satriyo Wibowo, Ratna Nurwindasari</b> .....	323
---	-----

PENGARUH PELAKU CROWDFUNDING TERHADAP PERILAKU PROSOSIAL <b>Ni Kadek Ayu Mas Yoca Hapsari, Angga Yuni Mantara</b> .....	328
--	-----

KOMUNIKASI INTERPERSONAL REMAJA YATIM DI PANTI ASUHAN HIDAYATUSH SHIBYAN SURABAYA <b>Triana Rosalina Noor</b> .....	333
---	-----

MODEL PENGASUHAN KELUARGA DALAM MENGURANGI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA ANAK <b>Ryan Andhika Putra, Suryanto, Adnani Budi Utami</b> .....	341
---	-----

PENERIMAAN DIRI DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA LANSIA DI PANTI WERDHA <b>Fahrizal Idham Priadana, Dwi Sarwindah Sukianti</b> .....	351
---	-----

PROBLEMATIKA SOSIAL MAHASISWA DI UNIVERSITAS NEGERI MALANG DITINJAU DARI PERSPEKTIF PERKEMBANGAN PSIKOSOSIAL <b>Aji Bagus Priyambodo, Hendi Setyawan</b> .....	356
--	-----

KONFORMITAS MAHASISWA ASAL TIMOR LESTE <b>Arlinda Cornelio Barros De Jesus Silva</b> .....	363
---	-----

**RUNDOWN ACARA**  
**WORKSHOP DAN SEMINAR NASIONAL & CALL PAPER**  
**PSIKOLOGI SOSIAL 2019**  
**FPPsi UNIVERSITAS NEGERI MALANG 3-4 MEI 2019**

**Jumat, 3 Mei 2019**

Waktu	Kegiatan
12.00-13.00	Registrasi
13.00-13.30	Pembukaan
13.30-16.00	Workshop “Pengantar Metodologi Riset Psikologi dalam Kajian Media”
16.00-16.30	Penutupan & Pembagian Sertifikat

**Sabtu, 4 Mei 2019**

07.30-08.30	Registrasi
08.30-09.00	Pembukaan
09.00-10.00	Sesi Pembicara 1 Dr. Rahkman Ardi, M.Psych. - Meninjau Ulang Kajian Psikologi Sosial di Era Industri 4.0: Tantangan Epistemologi
10.00-11.00	Sesi Pembicara 2 Prof.Dr. Fattah Hanurawan, M.Si., M.Ed. - Aplikasi psikologi sosial dalam perilaku penggunaan internet
11.00-12.00	Sesi Tanya Jawab
12.00-13.00	ISHOMA
13.00-15.00	Sesi Paralel
15.00-15.30	Penutupan dan Pembagian Sertifikat

## PEMBAGIAN RUANG PRESENTASI ORAL

4 Mei 2019

### Ruang 105 - Perilaku Agresi

Ainun Jaryah Bahri	Universitas Airlangga	Tahapan Pembuktian Kasus Pembunuh Psikotik Wisconsin “Edward Gein” dalam Pengaplikasian di Indonesia
Stepanus Kewaama Runon	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Perbedaan Perilaku Bullying Siswa yang Ikut Beladiri dan Tidak Ikut Beladiri
Dewi Mayangsari, Fadilah Yuliandari	Universitas Trunjoyo Madura	Faktor Penyebab Agresivitas Verbal Anak Usia Dini yang Bersekolah di Daerah Pesisir Bangkalan
Indarto Imam Budoyo	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Strategi Mengatasi Perilaku Delinkuensi pada Remaja Sekolah Menengah Pertama
Intan Dwi Setia Rusiana, Pravissi Shanti	Universitas Negeri Malang	Studi Kasus Penerimaan Diri pada Pelaku Pelanggaran Lalu Lintas yang Mengakibatkan Korban Meninggal Dunia di Lembaga Perumahan Masyarakat Lowokwaru Kota Malang
Deni Zein Tarsidi	Universitas Pasundan Bandung	Orientasi “Poligami” (Politik Generasi Millennial) dalam Menghadapi Pesta Demokrasi 2019
Eva Nur Rachma	Universitas 45 Surabaya	Faktor Pembentuk Kecemburuan (Jealousy) Terhadap Body Shaming di Dunia Maya pada Siswa SMA Gema 45 Surabaya
Mardianto	Universitas Negeri Padang	Prasangka dan Ujaran Kebencian di Media Sosial: Peran Pola Komunikasi Daring dan Propaganda Siber

### Ruang 106 - Budaya & Perilaku Manusia

Rubiatul Adawiyah	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Three Breath Release Untuk Menurunkan Kecemasan pada Pasien Skizofrenia
Iin Setiyowati	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Cognitive Restructuring Untuk Pengendalian Kecemasan pada Lansia
Hilda Nancy Velinda	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Strategi Konseling Cognitive Restructuring Untuk Merubah Self Well-Being pada Lansia Penderita Stroke
Annisa Nurul Faizuny	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Behaviour Contract dan Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Kemampuan Bersosialisasi pada Pasien Skizofrenia
Ghiyats Mihmidaty	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Terapi Suportif Untuk Menurunkan Depersonalisasi pada Penderita Skizofrenia Hebefrenik
Frisca Putri	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Efektivitas Terapi Musik Klasik pada Lansia yang Mengalami Kecemasan
Mariya Manna	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Teknik Self-Talk Untuk Mengurangi Kecemasan pada Lansia dengan Gangguan Cemas Menyeluruh
Rosalina Citra Kasih	Universitas Muhammadiyah Malang	Konseling Kelompok Realitas Untuk Mengurangi Keinginan Memakai Narkotika pada Pecandu

### Ruang 107 - Ruang Personal & Relasi Sosial

Sri Panca Setyawati, Laelatul Arofah, Ikke Yuliani Dhian Puspitarini, Santy Andrianie, Marizty Jessica Ratputri D.	Universitas Nusantara PGRI Kediri	SFBC (Solution Focused Brief Counseling): Alternatif Solusi Untuk Meningkatkan Empati Mahasiswa BK
Mochamad Fahmy Arief	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Penerapan Konseling Adlerian Untuk Mengurangi Perasaan Inferior dan Meningkatkan Social Interest pada Pasien Skizofrenia
Lady Christanti Rekadhayu	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Metode Katarsis Untuk Mengurangi Loneliness pada Lansia di Panti Werda
Laksita Wulya Danastri	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Efektivitas Konseling Restrukturisasi Kognitif Untuk Menurunkan Kecenderungan Gangguan Skizoid pada Anak
Melita Gusti Varadila	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Teknik Konseling Konfrontasi Untuk Menurunkan Waham pada Penderita Gangguan Afektif Bipolar Episode Kini Manik Dengan Gejala Psikotik
Khususiyah; Nora Yuniar Setyaputri; Galang Surya Gumilang; Rosalia Dewi Nawantara; Eva Yuli Novitasari	Universitas Nusantara PGRI Kediri	Proses Guru Sebagai Salah Satu Alternatif Teknik Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Karier Mahasiswa Calon Guru BK
Ary Okta Kusumawardani	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Hubungan Antara Konsep Diri Akademik dengan Atribusi Kegagalan
Rosalia Dewi Nawantara, Laelatul Arofah, Nora Yuniar Setyaputri	Universitas Nusantara PGRI Kediri	Peningkatan Disiplin Diri Siswa Sekolah Menengah Atas Melalui Panduan Teknik Self Instruction

### Ruang 108 - Budaya & Perilaku Manusia

Fridayanti Yusuf, Hetti Rahmawati, Indah Yasminum Suhanti	Universitas Negeri Malang	Faktor Penyebab Pria Homoseksual Coming Out
Rusydi Nuruddin	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Self Disclosure dan Self Control pada Remaja Gay Terhadap Lingkungan Sosial (di Komunitas Pataya Surabaya)
Fyana Azara	Universitas Negeri Malang	Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Stres Mahasiswa Rantau Angkatan 2018 di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang
Fahyuni Baharuddin	Universitas 45 Surabaya	Dinamika Identitas Sosial pada Anggota Kelompok Reog Singo Mangku Joyo di Surabaya
Andini Fransiska Dhapa Saka, Eben Ezer Nainggolan	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Tinjauan Teori Compliance Tentang Tradisi Minum Moke di Kabupaten Ende, Nusa Tenggara Timur
Alif Rodhiana	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Faktor-Faktor Kognitif Dalam Perilaku Sehat Lansia
Fressi Apriliyanti	Universitas Negeri Malang	Relevansi Pemikiran Pendidikan dan Kebudayaan Ki Hadjar Dewantara Dalam Menghadapi Era Education 4.0
Patmawati	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	<i>Frame Of Reference</i> Masyarakat Tentang Kyai

### Ruang 109 - Budaya & Perilaku Manusia

Prakrisno Satrio	Universitas 45 Surabaya	Transmisi Budaya dan Identitas Sosial pada Masyarakat Pendalungan
Yudi Tri Harsono	Universitas Negeri Malang	Makna Bekerja Bagi Juru Parkir Wanita
Nofiasari Ika Agustina , Suryanto, Niken Titi Pratitris	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Identitas Sosial Anak SD Dalam Beragama
Kristina Damayanti Pangamiani	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Terbentuknya Cinta Pasangan Menikah Tanpa Berpacaran Ditinjau dari Teori Segitiga Cinta Robert J. Sternberg
Kamilatul Fitroh, Hetti Rahmawati, Diantini Ida Viatrice	Universitas Negeri Malang	Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Stres pada Anggota Pemadam Kebakaran di Unit Pelayanan Terpadu Pemadam Kebakaran Kota Malang
Faradiba Permatahati	Universitas Negeri Malang	Gambaran Kepercayaan Diri Mahasiswa Rantau di Universitas Negeri Malang
Leanisafanera Rachmatul Praja	Universitas 17 Agustus 1945	Efektivitas Pelatihan Pemahaman Etika Kerja Untuk Meningkatkan Kesiapan Kerja pada Siswa Magang
Yudho Bawono, Setyaningsih, Lailatul Muarofah Hanim, Masrifah, Jayaning Sila Astuti	Universitas Trunojoyo Madura	Pernikahan Dini di Indonesia Dalam Perspektif Budaya

### Ruang 122 - Perilaku Ekonomi & Konsumen

Sinatrya Ardhana Sesurya, Suryanto, Amanda Pasca Rini	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Perilaku Konsumtif Pada Laki-Laki “Zaman Now” Pengguna Aplikasi “Online Shop” Dalam Membeli Barang di Kota Surabaya
Agung Minto Wahyu	Universitas Negeri Malang	Hubungan Antara Internal <i>Locus Of Control</i> dan Kemampuan Interpersonal Terhadap Kesiapan Mahasiswa Dalam Mengelola Usahanya Secara Berkelanjutan
Afifah Chusna Az Zahra, Jainul Mukhaimin Nurofik, Krista Insan Dermawan, Rakhmaditya Dewi Noorrizki	Universitas Negeri Malang	Hubungan Antara Pengendalian Diri dengan Kecenderungan Perilaku Konsumtif
Triyo Utomo	Univeritas Trunojoyo Madura	Tantangan Perilaku Konsumen Individu di Era Industri 4.0 Ditinjau dari Perspektif Teori ERG Alderfer
Jaka Yulana Sani Saputra	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Pengaruh Pemberian Pelatihan <i>Team Work</i> Siswa Calon Awak Kapal Selam TNI AL
Cevrela Fani Yasintasari	Universitas Negeri Surabaya	Hubungan Antara Karakteristik Pekerjaan dengan Work Engagement pada Karyawan PT. X
Wahyu Hidayah	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Peran Konsuling Dalam Meningkatkan Kinerja Karyawan

### Ruang 123A - Ruang Personal & Relasi Sosial

Ike Herdiana	Universitas Airlangga	Profil Psikologis Anak Buruh Migran Indonesia
Danan Satriyo Wibowo	Universitas Muhammadiyah Jember	Hubungan Intensitas Penggunaan Instagram Terhadap Regulasi Diri dan <i>Fear Of Missing Out</i>
Ni Kadek Yoca Hapsari, Angga Y Mantara	Universitas Negeri Malang	Pengaruh Pelaku <i>Crowdfunding</i> Terhadap Perilaku Prosocial
Triana Rosalina Noor	STAI An Najah Indonesia Mandiri	Komunikasi Interpersonal Remaja Yatim di Panti Asuhan Hidayatush Shibyan Surabaya
Ryan Andhika Putra	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Model Pendidikan Keluarga Dalam Mengurangi Penggunaan Media Sosial pada Anak
Fahrizal Idham Priadana	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Penerimaan Diri dengan Subjective Well Being Lansia yang Tinggal di Panti Werdha
Aji Bagus Priyambodo	Universitas Negeri Malang	Problematika Sosial Mahasiswa di Universitas Negeri Malang Ditinjau dari Perspektif Perkembangan Psikososial
Arlinda Cornelio Barros De Jesus Silva	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Konformitas Mahasiswa Asal Timor Leste



## PROSES GURU SEBAGAI SALAH SATU ALTERNATIF TEKNIK BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI KARIER MAHASISWA CALON GURU BK

### Khususiyah

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, UN PGRI Kediri  
khususiyah@unpkediri.ac.id

### Nora Yuniar Setyaputri

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, UN PGRI Kediri  
setyaputrinora@gmail.com / norayuniar@unpkediri.ac.id

### Galang Surya Gumilang

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, UN PGRI Kediri  
galang\_konselor@unpkediri.ac.id

### Rosalia Dewi Nawantara

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, UN PGRI Kediri  
rosaliadewi11@gmail.com

### Eva Yuli Novitasari

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, UN PGRI Kediri  
evanovita2707@gmail.com

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh hasil pengamatan peneliti dimana terdapat kurangnya efikasi diri karier mahasiswa S1 Bimbingan dan Konseling. Efikasi diri karier merupakan sesuatu kemampuan yang penting untuk dimiliki oleh seseorang. Keberhasilan seseorang dalam segi karier mereka dapat dipengaruhi oleh efikasi diri karier tersebut. Kurangnya efikasi diri karier dapat ditingkatkan dengan menggunakan Proses GURU. Proses GURU merupakan suatu teknik yang luwes dan komplit serta dinilai mampu mengakomodasi dari banyaknya tahapan pembelajaran ekperiensial. GURU adalah akronim dari *ground (G)*, *understand (U)*, *revise (R)* dan *use (U)*. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui tingkat efikasi diri karier mahasiswa Calon Guru BK sebelum dan sesudah melakukan pelatihan efikasi diri karier menggunakan Proses GURU. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik penelitian *experiment* dengan jenis *one group pretest posttest design*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Skala Pengukuran Efikasi Diri Karier. Pada penelitian ini diharapkan dengan menggunakan Proses GURU dapat meningkatkan efikasi diri karier mahasiswa calon Guru BK.

**Kata Kunci:** proses guru, efikasi diri karier.

### Abstract

This research is motivated by the observations of researchers where there is a lack of career self-efficacy for undergraduate and counseling undergraduate students. Career self-efficacy is something that is important for someone. A person's success in terms of their career can be influenced by the career self-efficacy. The lack of career self-efficacy can be improved by using the GURU Process. The GURU process is a flexible and complete technique and is considered to be able to accommodate many experiential learning stages. GURU is an acronym of *ground (G)*, *understand (U)*, *revise (R)* and *use (U)*. The purpose of this study was to determine the level of career self-efficacy of prospective BK students before and after conducting career self-efficacy training using the GURU Process. This study uses a quantitative approach with experimental research techniques with the type of one group pretest posttest design. The research instrument used was the Career Self-Efficacy Measurement Scale. In this study it is expected that by using the GURU Process can improve career self-efficacy of prospective Guidance & Counseling students.

**Keywords:** guru process, career self efficacy

Peran BK secara umum adalah membantu konseli agar dapat berkembang secara optimal. Salah satu dimensi yang tidak kalah penting agar konseli dapat

berkembang secara optimal adalah pemberian layanan untuk meyakinkan diri mereka agar mampu sukses dalam bidang kariernya. Pada kenyataannya

banyak dijumpai bahwa konseli sering kali tidak yakin untuk memutuskan hendak kemana mereka nanti. Ketidakyakinan konseli tersebut berkaitan dengan pemilihan studi lanjut, jenis pekerjaan yang hendak ditekuni, dan informasi tentang kelompok kerja yang akan dipilih.

Banyak faktor yang membuat mereka tidak yakin antara lain tidak adanya dukungan dari orang tua dan teman sebayanya, faktor ekonomi yang tidak mendukung atau mereka sebenarnya belum memahami potensi diri mereka sendiri dan cenderung pasrah dengan keadaan. Dapat diketahui bahwa permasalahan ini tidak hanya terjadi pada siswa atau pelajar yang sedang duduk di bangku sekolah menengah saja. Permasalahan ini tetap ada bahkan dapat berlanjut sampai pelajar tersebut duduk pada bangku kuliah atau mahasiswa. Akan tampak sangat ironis apabila yang memiliki keyakinan diri yang rendah terhadap profesi yang akan ditekuninya nanti adalah mahasiswa jurusan S1 Bimbingan dan Konseling. Dimana nantinya mereka diharapkan dapat menjadi guru BK/konselor yang kompeten dibidangnya.

Berdasarkan hasil wawancara terbuka kepada mahasiswa semester 7 Program Studi S1 BK Universitas Nusantara PGRI Kediri tahun ajaran 2018/2019, ditemukan efikasi diri karier yang masih perlu ditingkatkan pada diri calon konselor tersebut. Fenomena ini berawal ketika peneliti mengajukan pertanyaan secara klasikal pada mahasiswa semester 7 mengenai apakah nantinya setelah lulus S1 BK para mahasiswa ini telah mantap menjadi konselor. Dari masing-masing kelas yang menjawab mantap menjadi guru BK/konselor rata-rata kurang dari 10 mahasiswa sedangkan jumlah maksimal mahasiswa dalam satu kelas berkisar antara 30 orang. Kurangnya efikasi diri karier yang terjadi pada calon konselor ini ditandai dengan adanya kebimbangan mereka berkaitan dengan kejelasan profesi mereka, akan studi lanjut atukah bekerja, apakah mereka dapat menjadi konselor yang profesional, mampukah mereka nanti menyesuaikan diri dengan iklim sekolah, keinginan diri yang tidak sesuai dengan kehendak orang tua, serta ketersediaan lapangan pekerjaan bagi mereka. Kurangnya keyakinan diri yang muncul pada mahasiswa tersebut berkaitan dengan tingkat efikasi diri karier yang ada pada diri mahasiswa.

Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang mengenai kemampuan yang dimiliki untuk melakukan suatu kinerja guna mencapai apa yang

diinginkan (Bandura, 1993; 1994; 2006; 2009). Efikasi diri mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap pengambilan keputusan karier individu (Bandura dkk, 2001; Betz, 2007; Bozgeyikli dkk, 2009; Hackett dalam Bandura, 2009). Efikasi diri yang berkaitan dengan pengambilan keputusan karier dapat disebut sebagai efikasi diri karier. Efikasi diri karier adalah keyakinan individu pada kemampuan dirinya untuk melakukan aksi terkait dengan aktivitasnya hingga mendapatkan sebuah keberhasilan kariernya ke depan (Feehan & Johnston (1999); Anderson & Betz (2001) dan Lenz & Hackett (1987) dalam Brusokas & Malinauskas (2014)). Berdasarkan berbagai pendapat ahli dapat ditarik kesimpulan efikasi diri karier adalah keyakinan dalam diri individu akan kemampuannya dalam melakukan aktivitas guna mendukung keberhasilan atau cita-citanya di masa depan.

Efikasi diri karier berawal dari sisi kognitif individu dan merupakan hasil belajar seseorang. Proses GURU adalah teknik yang dipilih untuk meningkatkan efikasi diri karier tersebut. Di mana teknik ini merupakan bagian dari model praktik reflektif. Praktik reflektif ini adalah bagian dari metode *experiential learning* atau metode belajar dari pengalaman (Silberman, 2007). Proses GURU merupakan suatu teknik yang luwes dan komplit serta dinilai mampu mengakomodasi dari banyaknya tahapan pembelajaran ekperiensial. GURU adalah akronim dari *ground (G)*, *understand (U)*, *revise (R)* dan *use (U)*.

*Ground* merupakan tahap dalam mengungkap pemahaman dasar seseorang. *Understand* membantu individu untuk memahami diri dan juga memahami pilihan kariernya yang nantinya dapat digunakan untuk mengembangkan keterampilan analisisnya. *Revise* memungkinkan individu mengarahkan kecakapan kognitifnya untuk melakukan proses sintesis dan wicara diri agar senantiasa terjadi penilaian dan refleksi. Sedangkan *Use* memungkinkan individu untuk melakukan kegiatan penilaian dan eksekusi terhadap hasil revisi dari tahap sebelumnya sehingga dapat mengambil komitmen berupa perencanaan tindakan secara operasional dan sistematis.

Menurut Remer dalam Silberman (2007) proses GURU bisa diterapkan dalam berbagai situasi belajar dan pelatihan untuk meningkatkan suatu keterampilan tertentu. Hal ini tidak menutup kemungkinan dapat digunakan untuk meningkatkan efikasi diri karier pada calon konselor. Pada

praktiknya proses GURU tetap menitikberatkan pada pengalaman individu. Pengalaman erat hubungannya dengan faktor kognitif individu. Jika dikaitkan dengan Teori Belajar Sosial, sumber yang paling berpengaruh dari efikasi diri adalah pengalaman belajar (*mastery experience*) (Bandura, 1977). Hal ini berkaitan dengan bagaimana calon konselor mengelola, menanggapi dan mempersepsikan pengalaman yang telah mereka alami sehingga berpengaruh pada tingkat efikasi diri karier mereka.

Terkait dengan pemaparan diatas maka hal tersebut perlu dikritisi oleh pengajar para calon konselor. Jika mereka yang nantinya diharapkan dapat membimbing siswanya ternyata masih mempunyai efikasi diri karier yang rendah terhadap profesinya, dikhawatirkan hal ini akan berpengaruh pada kinerja mereka di sekolah maupun di luar sekolah. Perlu dilakukan upaya tersendiri untuk menyelesaikan permasalahan ini dan sebagai sarana dalam peningkatan efikasi diri karier calon konselor. Selain itu, upaya ini dapat digunakan untuk mendukung tugas konselor di jenjang perguruan tinggi. Pemaparan ini didukung oleh pendapat Santoso (2011) yang menyatakan bahwa di jenjang perguruan tinggi pelayanan bimbingan dan konseling lebih difokuskan pada pementapan karier, sebisa mungkin yang paling cocok baik dengan rekam jejak pendidikannya maupun kebutuhan untuk mengaktualisasikan dirinya sebagai pribadi yang produktif, sejahtera serta berguna untuk manusia lain. Pemberian informasi mengenai efikasi diri karier akan lebih terbantu dengan adanya media. Oleh karena itu perlu diadakannya sebuah penelitian tentang peningkatan efikasi diri karier mahasiswa S1 BK dengan menggunakan Proses GURU.

Adapun kaitan proses GURU tersebut dengan bidang karier telah dibuktikan oleh penelitian Hanggara (2016) yang berjudul *Keefektifan "Proses GURU" sebagai Teknik Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Karier Siswa SMK*. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa dengan menggunakan proses GURU kemampuan pengambilan keputusan karier siswa SMK dapat ditingkatkan. Dapat disimpulkan bahwa kemampuan pengambilan keputusan karier ini erat hubungannya dengan efikasi diri karier karena keduanya memakai faktor kognitif individu. Maka dengan hasil penelitian tersebut memperkuat bahwa

proses GURU dapat digunakan untuk meningkatkan efikasi diri karier calon Guru BK.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan teknik *experiment*. *Experiment* adalah teknik penelitian yang menguji apakah variabel *independent* dapat mempengaruhi variabel *dependent* (Cresswell, 2012). Menurut Cohen (2007), penelitian *experiment* adalah penelitian yang didalamnya terdapat suatu intervensi dan pengukuran sebelum dan setelah diberikan intervensi. Adapun pada penelitian ini yang menjadi variabel *independent* adalah proses GURU dan variabel *dependent* adalah efikasi diri karier mahasiswa S1 BK. Teknik ini digunakan karena untuk mengetahui adakah peningkatan efikasi diri mahasiswa S1 BK sebelum dan sesudah diberikan paket pelatihan menggunakan proses GURU. Secara khusus jenis *experiment* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre experiment* dengan *one group pretest posttest design*. *Pre experiment* belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh karena terdapat variabel lain yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel *dependent* (Sugiyono, 2012).

Penelitian ini dilaksanakan di Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Nusantara PGRI Kediri selama tiga bulan, yakni antara bulan Februari sampai Mei 2017. Mahasiswa semester tujuh Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Nusantara PGRI Kediri tahun ajaran 2018-2019. Subjek penelitian dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik ini dipilih dengan kriteria: 1) mahasiswa semester 7 S1 BK UN PGRI Kediri tahun ajaran 2016-2017 yang memiliki tingkat efikasi diri karier rendah dan sangat rendah; 2) mahasiswa tersebut telah melaksanakan MAGANG 2.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah Skala Pengukuran Efikasi Diri Karier. Adapun analisis hitung pelaksanaam *pre-posttest* yang digunakan untuk menentukan tingkat efikasi diri karier mahasiswa adalah menggunakan rumus Sturges yakni untuk menentukan 1) kelas (k):  $K=1+3,3 \log n$ ; 2) rentang (R): R= nilai maks-nilai min; 3) interval (i):  $i= K/R$ . Untuk uji hipotesis dilakukan perhitungan menggunakan *Paired Sample T-test* dengan bantuan program *SPSS IBM Statistic 20.0* apabila data terbukti normal dan homogen. Apabila data tidak normal dan tidak homogen maka perhitungan yang digunakan adalah *Wilcoxon Sign*

*Ranks Test*. Pengujian ini menggunakan ketentuan sebagai berikut: 1) apabila signifikansi  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima dan 2) apabila signifikansi  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak.

Data-data yang bersifat non angka/verbal yakni berupa pendapat mahasiswa akan dideskripsikan dan digunakan sebagai bahan pendukung. Bahan pendukung untuk menarik kesimpulan dari deskripsi tersebut, sehingga memberikan gambaran yang jelas terhadap aspek yang dinilai.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Bimbingan dan Konseling merupakan suatu sistem yang di dalamnya terdapat beberapa komponen yang saling berkaitan satu sama lain untuk membentuk sistem tersebut. Komponen-komponen tersebut meliputi: masalah, tujuan, teknik, media dan evaluasi (Nursalim, 2013). Agar tujuan dalam pemberian layanan BK baik di sekolah maupun di luar sekolah dapat tercapai, komponen-komponen tersebut harus dipenuhi oleh konselor. Seperti penggunaan teknik dalam pemberian layanan BK merupakan suatu hal yang sangat dianjurkan. Teknik inipun diperlukan untuk proses meningkatkan efikasi diri karier individu.

Salah satu variabel yang berhubungan dengan pengambilan keputusan karier seseorang adalah efikasi diri. Pernyataan ini didukung oleh pendapat beberapa ahli yang menyatakan bahwa efikasi diri mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap pengambilan keputusan karier individu (Bandura dkk, 2001; Betz, 2007; Bozgeyikli dkk, 2009; Hackett dalam Bandura, 2009). Efikasi diri yang berkaitan dengan bidang karier seseorang dapat disebut sebagai efikasi diri karier. Efikasi diri karier adalah keyakinan individu pada kemampuan dirinya untuk melakukan aksi terkait dengan aktivitasnya hingga mendapatkan sebuah keberhasilan dalam bidang karier (Feehan & Johnston, 1999; Anderson & Betz (2001) dan Lenz & Hackett (1987) dalam Brusokas & Malinauskas (2014)).

Keberadaan efikasi diri karier penting untuk dimiliki dan ditingkatkan pada diri seseorang karena mempunyai beberapa fungsi penting untuk keberhasilan karier mereka. Beberapa fungsi penting tersebut antara lain: a) seseorang yang mempunyai efikasi diri karier yang tinggi akan lebih berusaha keras untuk mendapatkan pekerjaan yang diinginkan; b) mereka akan lebih giat untuk meningkatkan prestasi kerjanya; c) mereka mengatur diri mereka untuk sebuah tujuan

yang menantang tersebut dan mempertahankan komitmen mereka untuk dapat mewujudkan hal yang berkaitan dengan karier mereka; d) mereka meningkatkan dan mempertahankan usaha mereka dalam menghadapi kegagalan yang berkaitan dengan profesi yang mereka tekuni; e) mereka dengan cepat memulihkan kembali semangat pada diri mereka setelah mengalami kegagalan; f) mereka dapat mereduksi stres dan depresi yang akan terjadi pada diri mereka; g) seseorang yang memiliki efikasi diri karier tinggi cenderung lebih menetapkan tujuan karier yang lebih tinggi pula dan lebih tekun dalam mencapai tujuannya tersebut.

Faktor yang mempengaruhi tingkat efikasi diri karier seseorang antara lain pengalaman belajar/pengalaman menguasai sesuatu (*experience of mastery*) merupakan interpretasi individu terhadap keberhasilan yang dicapai individu pada masa lalu. Hal ini akan mempengaruhi seberapa tinggi tingkat efikasi diri mereka. Individu dalam melakukan suatu tugas, studi ataupun pekerjaan akan menginterpretasikan hasil yang dicapai dan interpretasi tersebut akan mempengaruhi kemampuan dirinya pada kegiatan selanjutnya. Pengamatan terhadap orang lain atau modeling sosial (*vicarious experience*) merupakan proses modeling atau belajar dari orang lain. Efikasi diri individu akan meningkat apabila dipengaruhi model yang relevan. Pengalaman orang lain menentukan persepsi akan keberhasilan atau kegagalan individu.

Persuasi sosial (*social persuasion*) merupakan persuasi yang dilakukan oleh orang-orang yang menjadi panutan dan memiliki kemampuan untuk mewujudkan hal tersebut. Persuasi sosial yang diberikan kepada individu bahwa individu memiliki kemampuan untuk melakukan suatu tugas menyebabkan individu semakin termotivasi untuk menyelesaikan tugas tersebut. Kondisi emosional positif dan negatif (*positive and negative emotional state*) berkaitan dengan penilaian individu dalam menilai kemampuan, kekuatan dan kelemahan dirinya. Keadaan emosional yang sedang dihadapi individu akan mempengaruhi keyakinan individu dalam menjalankan tugas.

Berdasarkan beberapa fungsi penting dan faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri karier tersebut sebagai konselor seharusnya memberikan pelayanan khusus kepada konselinya mengenai pemantapan dan peningkatan efikasi diri karier agar mereka dapat berhasil dalam bidang kariernya.

Komponen lain yang tidak kalah penting adalah teknik. Seperti yang telah diungkapkan oleh Nursalim (2013) mengenai komponen yang ada dalam sistem BK adalah: masalah, tujuan, teknik, media dan evaluasi. Kondisi lapangan mayoritas memerlukan teknik-teknik yang praktis, mudah diaplikasikan serta memiliki tahapan yang tidak terlalu panjang. Oleh karena itu dipilihlah proses GURU sebagai teknik untuk pemberian layanan BK mengenai efikasi diri karier tersebut. GURU adalah akronim dari *Ground, Understand, Revise* dan *Use*. Proses GURU merupakan salah satu bentuk praktik reflektif dimana praktik reflektif ini berkaitan erat dengan konsep belajar eksperiensial. Praktik reflektif dan belajar eksperiensial mempunyai satu kesamaan yaitu dalam proses pelaksanaannya mengutamakan pengalaman apa yang telah dialami individu dan merefleksikan hal tersebut untuk memperoleh tindakan yang lebih efektif dan produktif.

Proses GURU mempunyai 4 tahap yang sesuai dengan akronim GURU tersebut. **Pertama** adalah tahap *Ground* (Dasar/Pondasi), dimana dalam tahap ini seseorang diberikan pertanyaan-pertanyaan mendasar berkaitan dengan pengalaman yang telah dialami. Kegiatan ini dimaksudkan untuk membantu seseorang memahami, menjabarkan dan merinci pengalaman yang pernah mereka alami pada waktu yang sudah lampau. Pengalaman mendasar ini sifatnya internal sehingga untuk memanggilnya maka perlu menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang dapat menstimulus aspek kognitif dan emosionalnya sehingga aspek tersebut dapat teridentifikasi khususnya yang relevan dengan informasi yang ingin digali lebih lanjut.

Dengan pertanyaan - pertanyaan mendasar ini seseorang didorong untuk menceritakan pengalamannya baik kognitif maupun emosional yang pernah dialami, bahkan memiliki kemiripan situasi dengan topik permasalahan. Hasilnya adalah data atau informasi yang dinamakan dengan data dasar, yaitu informasi yang memuat tentang pemahaman, pengetahuan atau pengalaman seseorang tersebut terhadap suatu hal atau topik tertentu. Jika dikaitkan dengan efikasi diri karier maka pengalaman masa lampau yang akan dipanggil adalah pengalaman yang berkaitan dengan permasalahan karier individu.

**Kedua** adalah tahap *Understand* (Pemahaman). Tahap ini bertujuan agar seseorang mendapatkan pemahaman yang lebih luas dan lebih mendalam,

terkait topik yang dipelajari yaitu efikasi diri karier. Dalam tahap ini diberikan berbagai informasi yang relevan lalu seseorang tersebut didorong untuk menelaah dan mengurai informasi apa yang diterimanya. Pada tahap ini juga digunakan pertanyaan-pertanyaan yang mendorong individu untuk dapat mengidentifikasi persamaan dan perbedaan antara data dasar pada tahap sebelumnya dengan apa yang yang dipelajari saat ini, baik berupa peristiwa, pemikiran ataupun tindakan mereka. Pertanyaan-pertanyaan lebih lanjut juga diberikan sedemikian rupa untuk mengarahkan mereka agar dapat mengungkapkan apa yang mereka pelajari dan membuat pandangan umum serta membuat hipotesis.

Dengan pemahaman ini maka konseli akan membangun pengalaman dan pengetahuannya lebih lanjut dan membandingkannya dengan pengalaman sebelumnya yang memungkinkannya untuk memperbaiki apa yang kurang efektif baginya dalam rangka mencapai sesuatu yang dituju. Hasilnya adalah diperolehnya pemahaman baru yang lebih luas serta mendalam dibandingkan dengan pengalamannya yang terpaparkan dalam data dasar, khususnya yang berkaitan dengan pengalaman baik kognitif maupun emosional terhadap efikasi diri karier mereka.

**Ketiga** adalah tahap *Revise* (Revisi). Tahap revisi ini merupakan tahap yang memungkinkan seseorang untuk memperbaiki pikiran dan aspek emosionalnya menjadi lebih baik. Tujuan dari tahap ini yaitu mengarahkan seseorang agar secara kreatif dapat memperbaiki apa yang dirasa kurang efektif dalam rangka mencapai tujuan yang ingin dicapai. Tahap ini merupakan tahap yang penting karena kreativitas dan keaktifan seseorang diberdayakan dan dikembangkan melalui berbagai pertanyaan-pertanyaan stimulasi. Kegiatan ini dilakukan setelah individu memiliki pemahaman yang cukup luas tentang topik yang telah dikembangkan dalam tahap sebelumnya sehingga dimungkinkan untuk menganalisis kelebihan dan kekurangan dari apa yang dipikirkan dan dirasakannya untuk digantikan atau direvisi menjadi lebih efektif.

Kegiatan revisi ini dimulai dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan yang mengarahkan individu untuk mengidentifikasi berbagai aspek baik dalam pikiran maupun emosionalnya yang dirasa kurang efektif. Setelah itu dilanjutkan dengan memberikan pertanyaan yang mengarahkannya memperbaiki atau merevisinya menjadi lebih efektif. Jadi, hasil

dari tahap ini adalah pemahaman atau pengalaman kognitif dan emosional yang lebih baik dan efektif untuk diaplikasikan pada kehidupan selanjutnya dalam rangka meningkatkan efikasi diri karier mereka.

**Keempat** adalah tahap *Use* (Penggunaan). *Use* atau tahap penggunaan merupakan tahapan puncak dalam proses GURU. Tujuan dari tahap ini membantu seseorang merencanakan tindakan mereka berikutnya dan menggunakan apa yang telah mereka pelajari. Melalui tahap kegiatan ini konseli akan dapat mengambil suatu komitmen secara operasional, rinci dan lebih riil tentang tindakan apa saja yang hendak dilakukan dan bagaimana komitmen tersebut dilakukan guna mencapai tujuannya. Tahap ini dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan-pertanyaan yang membantu orang berpikir tentang apa yang mereka ingin lakukan dengan informasi baru dan ide-ide yang telah mereka pelajari serta pertanyaan tentang bagaimana mereka melakukannya. Selanjutnya mendorong mereka untuk mempertimbangkan bagaimana menggunakannya dalam berbagai kesempatan dan aspek kehidupan mereka. Hasil dari tahap ini adalah dirumuskannya rencana tindakan yang operasional, rinci dan lebih riil dimana memungkinkan individu untuk mengaplikasikannya dengan lebih mudah dan bertanggung jawab.

Dengan menggunakan proses GURU, seseorang dapat: a) mempertimbangkan dan menentukan tindakan apa yang akan dilakukan untuk merespon situasi yang sedang dialami; b) mengontrol tingkat emosi; c) mempercepat proses adaptasi dengan lingkungan baru; d) mengubah arah pikir konseli, yang semula mempunyai pola pikir yang kurang/tidak efektif menjadi pola pikir yang lebih efektif; e) lebih cermat dalam mempertimbangkan informasi; f) dapat mengevaluasi kinerja/tindakan yang telah dilakukan atau dapat menentukan keefektifan dari tindakan tersebut; dan g) dapat merencanakan tindakan apa saja yang perlu dilakukan untuk situasi selanjutnya (Remer, 2007). Remer (2007) juga mengungkapkan bahwa proses GURU ini bersifat luwes. Maksudnya dengan sifat luwes ini, proses GURU dapat diaplikasikan sebagai teknik dalam strategi apapun dan tahapan yang dimiliki pun tidak terlalu panjang. Pertanyaan-pertanyaan reflektif yang menjadi ciri utama proses GURU ini dapat diberikan dalam strategi BK dalam bentuk apapun misalnya seperti bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok memiliki peran yang sifatnya lebih pada pencegahan terjadinya suatu permasalahan dalam diri individu (DeLucia-Waack, 2006). Corey dkk (2014) menyatakan bahwa bimbingan kelompok fokus pada pengembangan kognitif, afektif dan keterampilan tingkah laku anggotanya melalui serangkaian prosedur terstruktur dalam pertemuan kelompok. Jadi, dengan menggunakan strategi layanan berupa bimbingan kelompok, perubahan pola pikir individu dan pembentukan tingkah laku baru dapat dikembangkan. Pola pikir dan tingkah laku baru yang akan dikembangkan berkaitan dengan efikasi diri karier seseorang. Menurut DeLucia-Waack (2006) satu kelompok jumlah ideal anggotanya jika berusia lebih dari 9 tahun adalah 5-8 anggota. Durasi dalam satu sesi bimbingan juga telah disimpulkan jika usia masing-masing anggota dalam satu kelompok lebih dari 9 tahun adalah 40-70 menit (DeLucia-Waack, 2006).

Berdasarkan penjelasan di atas maka proses GURU dapat digunakan sebagai teknik bimbingan kelompok. Sedangkan posisi media BK berupa paket pelatihan adalah sebagai sarana/wadah materi yang akan diberikan dalam pelaksanaan bimbingan. Menurut pendapat Remer (2007) dapat disimpulkan bahwa dalam pelaksanaan proses GURU tersebut selain menggunakan pertanyaan reflektif dapat digunakan pula media-media tertentu disesuaikan dengan materi dan karakteristik individu yang akan dilatih. Individu yang akan dilatih dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 Bimbingan dan Konseling atau dapat disebut sebagai calon Guru BK.

Penelitian Hanggara (2016) yang berjudul *Keefektifan "Proses GURU" sebagai Teknik Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Karier Siswa SMK* telah membuktikan bahwa dengan menggunakan proses GURU kemampuan pengambilan keputusan karier siswa SMK dapat ditingkatkan. Dapat disimpulkan bahwa kemampuan pengambilan keputusan karier ini erat hubungannya dengan efikasi diri karier karena keduanya adalah memakai faktor kognitif individu, maka dengan hasil penelitian tersebut memperkuat bahwa proses GURU dapat digunakan untuk meningkatkan efikasi diri karier calon Guru BK.

Mengacu pada hasil studi pendahuluan yang tertulis dalam latar belakang masalah, ternyata calon konselor tersebut masih mempunyai efikasi diri karier yang rendah mengenai profesi yang akan mereka tekuni nantinya. Rendahnya efikasi diri

karier yang terjadi pada calon konselor ini ditandai dengan adanya kebingungan berkaitan dengan kejelasan profesi mereka, akan studi lanjut ataukah bekerja, apakah mereka dapat menjadi guru BK/konselor yang profesional, mampukah mereka nanti menyesuaikan diri dengan iklim sekolah, keinginan diri yang tidak sesuai dengan kehendak orang tua, serta ketersediaan lapangan pekerjaan bagi mereka. Fenomena ini berawal ketika peneliti mengajukan pertanyaan secara klasikal pada mahasiswa semester 7 mengenai apakah nantinya setelah lulus S1 BK para mahasiswa ini telah mantap menjadi konselor. Dari masing-masing kelas yang menjawab mantap menjadi guru BK/konselor rata-rata kurang dari 10 mahasiswa sedangkan jumlah maksimal mahasiswa dalam satu kelas berkisar antara 30-45 orang.

Hal ini nampak sangat ironis karena jurusan yang mereka ambil adalah S1 BK yang diharapkan nantinya mereka dapat menjadi konselor yang profesional di lapangan, ternyata masih kurang mantap dan yakin mengenai profesi yang akan mereka tekuni nanti. Jika kurangnya efikasi diri karier calon konselor ini tidak segera ditangani dikhawatirkan problematik bimbingan dan konseling yang terjadi di lapangan tidak kunjung tereduksi.

## PENUTUP

### Simpulan

Efikasi diri karier adalah keyakinan individu pada kemampuan dirinya untuk melakukan aksi terkait dengan aktivitasnya hingga mendapatkan sebuah keberhasilan dalam bidang karier. Keberadaan efikasi diri karier penting untuk dimiliki dan ditingkatkan pada diri seseorang karena mempunyai beberapa fungsi penting untuk keberhasilan karier mereka. Komponen lain yang tidak kalah penting dibanding dengan media adalah teknik. Kondisi lapangan mayoritas memerlukan teknik-teknik yang praktis, mudah diaplikasikan serta memiliki tahapan yang tidak terlalu panjang. Oleh karena itu dipilihlah proses GURU sebagai teknik dimana proses ini bersifat luwes (Remer, 2007). Dengan sifat luwes ini, proses GURU dapat diaplikasikan sebagai teknik dalam strategi apapun dan tahapan yang dimiliki pun tidak terlalu panjang. Pertanyaan-pertanyaan reflektif yang menjadi ciri utama proses GURU dapat diberikan dalam strategi layanan BK dalam bentuk apapun misalnya seperti bimbingan kelompok. Proses GURU merupakan salah satu bentuk praktik

reflektif dimana praktik reflektif ini berkaitan erat dengan konsep belajar eksperiensial. Praktik reflektif dan belajar eksperiensial mempunyai satu kesamaan yaitu dalam proses pelaksanaannya mengutamakan pengalaman apa yang telah dialami individu dan merefleksikan hal tersebut untuk memperoleh tindakan yang lebih efektif dan produktif.

### Saran

- Guru BK/konselor dan para dosen BK dapat menggunakan proses GURU untuk meningkatkan efikasi diri karier calon konselor.
- Guru BK/konselor dan para dosen BK dapat menggunakan proses GURU ini sebagai teknik untuk pengembangan pribadi konselor.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. 1977. Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, Vol 84 (2): 191-215.
- Bandura, A. 1993. Perceived Self-Efficacy in Cognitive Development and Functioning. *Educational Psychologist*, Vol 28 (2): 117-148.
- Bandura, A. 1994. Self Efficacy. *Encyclopedia of Human Behavior*, Vol 4: 71-81.
- Bandura, A. 1998. *Personal and Collective Efficacy in Human Adaptation and Change*. Hove, UK: Psychology Press.
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G.V., & Pastorelli, C. 2001. Self-Efficacy Beliefs as Shapers of Children's Aspirations and Career Trajectories. *Child Development*, Vol 72 (1): 187-206.
- Bandura, A. 2006. *Self Efficacy Beliefs of Adolescent*. hlm 307-337, (Online), (<http://www.uky.edu/~eushe2/BanduraPubs/BanduraGuide2006.pdf>), diakses 19 Maret 2013.
- Bandura, A. 2009. *Self Efficacy in Changing Societies*. New York: Cambridge University Press.
- Betz, N.E. 2007. Career Self-Efficacy: Exemplary Recent Research and Emerging Directions. *Journal of Career Assessment*, Vol 15 (4): 403-422.
- Bozgeyikli, H., Eroglu, S.E., & Hamurcu, H. 2009. Career Decision Making Self-Efficacy, Career Maturity And Socioeconomic Status With Turkish Youth. *Georgian Electronic Scientific Journal: Education Science and Psychology*, No. 1 (14): 15-24.

- Brusokas, A. & Malinauskas, R. 2014. Career self-efficacy among Lithuanian adolescents in sports schools. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, No. 116: 212-216.
- Corey, M.; Corey, G; dan. Corey, C. 2014. *Groups: Process and practice.9<sup>th</sup> Ed.* Belmont, CA: Brooks/Cole.
- DeLucia-Waack, J.L. 2006. *Leading Psychoeducational Groups*. California: Sage Publications, Inc.
- Feehan, P.F. & Johnston, J.A. 1999.The Self-Directed Search and Career Self-Efficacy.*Journal of Career Assessment*, Vol 7 (2): 145-159.
- Hanggara, G.S. 2016.Keefektifan “Proses Guru” Sebagai Teknik Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Pengambilan Keputusan Karier Siswa SMK.*Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*.Vol. 1(4): 148-157
- Nursalim, M. 2013. *Pengembangan Media Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Remer, B. 2007.*Reflective Practice: Learning from Real-World Experience*. Dalam Silberman, M, (ed). *The Handbook of Experiential Learning*.San Fransisco: John Wiley & Sons. Inc.
- Santoso, D.B. 2011.*Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Silberman, M. 2007. *The Handbook of Experiential Learning*.San Fransisco: John Wiley & Sons. Inc.