

Pengembangan Panduan Pelaksanaan Strategi *Coping* untuk Peserta Didik yang Mengalami Ketidaksesuaian Pemilihan Keputusan Karier

Lulu Prie Anjani*, Rian Rokhmad Hidayat*, Agus Tri Susilo*

*Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sebelas Maret, Surakarta

Email: rianrh@staff.uns.ac.id

Abstract: This study aimed to develop a coping strategy guide to assist the Vocational High School (SMK) students experiencing career decision-making mistake. This guide consisted of two parts, Guide for School Counselors and Students Worksheet.

This study is categorized as Research and Development adapting the concept proposed by Plomp and Nieveent, this is called as educational design research This study comprised of three activities, namely, 1) Preliminary Research; 2) Prototyping Stage; and 3) Assessment Phase. The subject of expert judgment was two Guidance and Counseling experts. The data were analyzed using qualitative and quantitative techniques. The qualitative technique was done by collaborating the suggestions from the experts. The suggestions were then used as the basis for product improvement. Quantitative technique was carried out using inter-rater agreement model, aiming at discovering the reliability, based on two experts.

The score of product feasibility test from the expert's judgment was 1.00 (very strong), meaning that this product is feasible to be used following the determined purpose. This study concluded that the information had met the criteria of product feasibility, based on expert judgment.

Key Words: Coping Strategy, REBT counseling, career.

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan panduan strategi coping untuk membantu peserta didik SMK yang mengalami ketidaksesuaian pengambilan keputusan karier. Panduan ini terdiri dari dua bagian yaitu buku Panduan Bagi Guru BK dan Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD).

Penelitian ini merupakan penelitian dan pengembangan dengan mengadaptasi konsep Penelitian dan Pengembangan Plomp dan Nieveen yang disebut model penelitian educational design research. Penelitian pengembangan model Plomp ini terdiri dari tiga kegiatan, yaitu 1) Preliminary Research; 2) Prototyping Stage; dan 3) Assesment Phase. Subjek uji ahli adalah dua ahli Bimbingan dan Konseling. Teknik analisis data yang digunakan dalam tahap ini yaitu menggunakan teknik kualitatif dan teknik kuantitatif. Teknik kualitatif dilaksanakan dengan cara menggabungkan masukan dan saran dari ahli yang dipilih peneliti, lalu digunakan sebagai dasar perbaikan produk. Sedangkan teknik kuantitatif menggunakan metode inter-rater agreement model yang bertujuan untuk mengetahui tingkat reabilitas panduan menurut dua ahli.

Hasil dari uji kelayakan produk yang dikembangkan mendapat penilaian ahli sebesar 1,00 (sangat kuat) yang artinya produk ini sudah layak untuk digunakan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Simpulan hasil penelitian dan pengembangan ini adalah bahan informasi sudah memenuhi kriteria kelayakan produk berdasarkan uji ahli yang sudah dilakukan.

Kata Kunci: strategi *coping*, konseling REBT, karier.

PENDAHULUAN

Peserta didik Sekolah Menengah Kejuruan adalah individu yang berada pada rentang usia remaja. Pada masa ini, remaja berada pada masa untuk memasuki dunia pendidikan tinggi ataupun untuk masuk pada dunia kerja. Muagman (Sarwono, 2006) menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa dimana individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa. Ada beberapa tugas perkembangan yang harus dicapai oleh seorang remaja, salah satunya adalah memilih pekerjaan dan mempersiapkan diri untuk bekerja. Pada jenjang SMK ditemukan peserta didik yang merasa bahwa mereka masuk pada jurusan yang salah. Pada kenyataan di lapangan, masih ada peserta didik yang memilih sekolah lanjutan ataupun memilih jurusan bukan berdasarkan minat dan bakat yang dimiliki.

Hasil penelitian Maklufah (2013) di MAN 2 Pamekasan, ada 23 peserta didik yang mengikuti pilihan teman saat pemilihan jurusan yang masuk pada kategori tinggi dengan presentase 23%, kemudian 52 peserta didik dengan presentase sedang yaitu 59% dan 14 peserta didik dengan presentasi rendah yaitu 15%. Peran orang tua memiliki hubungan yang signifikan dengan pemilihan sekolah lanjutan peserta didik kejenjang yang lebih tinggi, hal ini sesuai dengan hasil penelitian Lulloh (2006) di SMA N 3 Kediri. Orang tua yang ikut andil dalam pemilihan jurusan atau sekolah lanjutan karena peserta didik kurang mampu memutuskan apa yang akan dipilihnya sehingga mereka membutuhkan pertimbangan dari orang tua.

Pengambilan keputusan untuk pemilihan jurusan merupakan hal yang penting dan patut untuk dipertimbangkan secara matang karena hal ini merupakan salah satu proses dari perencanaan karier masa depan. Menurut Soetjipto (2008), karier adalah aspek yang memegang peran penting dalam kehidupan orang dewasa. Oleh karena itu, pemilihan jurusan harus dilakukan secara serius dan matang. Menurut Baharudin (2008) dalam pengambilan keputusan karier peserta didik di masa remaja mengalami kebingungan, yang pertama antara melanjutkan ke perguruan tinggi atau bekerja. Kedua adalah untuk mencapai kematangan dalam pemilihan karier untuk mencapai kematangan dalam pemilihan karier untuk menghadapi kedua pilihan tersebut. Yang dialami dalam proses pengambilan keputusan yaitu berupa ketidakpastian, kebingungan, dan stres. Santrock (2002) mengatakan bahwa terkadang pengambilan keputusan remaja mungkin disalahkan ketika dalam praktiknya, masalahnya bisa meliputi orientasi masyarakat terhadap remaja dan kegagalannya untuk memberi remaja pilihan-pilihan yang memadai.

Baharudin (2008: 24) mengemukakan bahwa minat merupakan suatu yang cenderung mendorong gairah tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu. Sedangkan menurut Slameto (2003: 57) pada dasarnya minat adalah penerimaan terhadap suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu di luar, semakin kuat hubungan tersebut maka semakin kuat minatnya. Dalam proses pembelajaran, minat merupakan awal penggerak peserta didik dalam belajar yang dapat

digunakan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Tujuan ini tentunya berkaitan dengan tujuan pembelajaran. Hal ini menggambarkan peserta didik yang memiliki minat belajar maka ia akan mendapatkan atau meraih cita-cita yang diinginkannya. Minat belajar sangat dibutuhkan oleh peserta didik agar peserta didik tersebut memiliki ketertarikan pada materi yang disampaikan sehingga akan mendorong peningkatan prestasi belajar peserta didik.

Ketidaksesuaian dengan jurusan yang diinginkan dengan jurusan yang dijalani saat ini akan mengakibatkan dampak psikologis dan kekecewaan bagi peserta didik. Penerimaan diri menjadi hal utama yang harus ditekankan pada peserta didik yang merasa salah jurusan. Ryff dan Singer (2008) mengemukakan definisi dari penerimaan diri yang berarti sikap positif terhadap diri, mengapresiasi dan menerima aspek kompleks dari diri termasuk kualitas diri yang baik dan buruk selain itu, penerimaan diri adalah proses panjang yang melibatkan kesadaran untuk berjuang secara akurat menerima tindakan, motivasi dan perasaan. Bagi peserta didik yang merasa bahwa dirinya salah jurusan tentunya akan berdampak pada prestasi belajarnya.

Berdasarkan masalah yang dikemukakan di atas juga dialami oleh beberapa peserta didik di SMK Kristen 1 Surakarta. Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara tidak terstruktur yang dilakukan oleh peneliti pada guru BK di SMK Kristen 1 Surakarta dan wawancara yang dilakukan dengan peserta didik kelas X TKI dengan jumlah peserta didik 30, X AK 1 dengan jumlah peserta didik 32 dan X AK 2 dengan jumlah peserta didik 32 dengan hasil dari 94 peserta didik terdapat 59 (62,7%) peserta didik yang mengalami ketidaksesuaian jurusan. Peserta didik di SMK Kristen 1 Surakarta yang merasa salah jurusan cenderung tidak ada perkembangan dan cenderung menurun prestasi belajarnya dan peserta didik juga bingung menentukan karier yang akan dipilihnya karena merasa kurang nyaman dengan jurusan yang dijalani sekarang. Setiap individu memiliki kemampuan yang berbeda dalam menghadapi masalah, maka dari itu pada kasus salah jurusan ini peserta didik memerlukan *strategy coping* atau *coping* strategi yang bertujuan untuk mengarahkan segala upaya untuk mengatasi masalah dan mencoba untuk menguasai atau mengurangi stres.

Coping strategi merupakan teknik yang digunakan untuk meminimalisir stres atau tekanan pada diri individu, namun masih belum banyak digunakan untuk membantu peserta didik yang mengalami hambatan, maka dari itu penulis memilih teknik *coping* strategi karena dianggap mampu membantu peserta didik yang mengalami hambatan khususnya pada penelitian ini yaitu membantu peserta didik yang mengalami stres akibat dari kesalahan pengambilan keputusan karier. Oleh karena itu, diperlukan pengembangan panduan pelaksanaan strategi *coping* untuk peserta didik yang mengalami kesalahan pengambilan keputusan karier.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam skripsi ini mengacu pada model pengembangan yang dilakukan Plomp dan Nieveen yang disebut model penelitian educational design research.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengembangkan panduan layanan strategi coping untuk mengatasi permasalahan peserta didik yang mengalami ketidaksesuaian pengambilan keputusan karier. Model penelitian ini memuat panduan langkah-langkah yang harus dilakukan oleh peneliti agar produk yang dirancang memiliki standar kelayakan. Penelitian pengembangan model Plomp ini terdiri dari tiga kegiatan, yaitu 1) Preliminary Research; 2) Prototyping Stage; dan 3) Assesment Phase. Subjek pada penelitian dan pengumpulan informasi awal dilakukan terhadap guru BK dari SMK Kristen 1 Surakarta dan peserta didik kelas X TKI, X AK 1, dan X AK 2. Sementara subjek uji ahli terdiri atas dua subjek ahli yang memiliki latarbelakang dibidang BK.

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah dengan menggunakan angket validitas ahli dan praktisi. Selain itu, peneliti juga menggunakan teknik studi pustaka mengenai lesbian, gay, biseksual, transgender, ataupun enam kontinum konseling transgender itu sendiri sebagai pondasi pengembangan yang dilakukan. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan untuk mengolah hasil uji ahli dan praktisi adalah teknik analisis data kuantitatif dan kualitatif. Data hasil uji ahli dan praktisi yang telah diperoleh kemudian dianalisis menggunakan *inter-rater agreement model* untuk mengetahui tingkat validitas produk yang dikembangkan. Adapun teknik analisis data dengan *inter-rater agreement model* ditunjukkan pada tabel 1 berikut.

Tabel 1. Kontingensi untuk Menghitung *Inter-rater Agreement Model* Gregory

Keterangan		Rater 1	
		Relevansi Lemah (1-2)	Relevansi Kuat (3-4)
Rater 2	Relevansi Lemah (1-2)	A	B
	Relevansi Kuat (3-4)	C	D

(Sumber: Gregory, 2015)

Berdasarkan tabel kesepakatan ahli di atas, maka peneliti dapat menentukan tingkat validitas produk menggunakan rumus berikut:

$$Indeks\ uji\ ahli = \frac{D}{A + B + C + D}$$

Keterangan :

- A : Relevansi rendah dari ahli 1 dan 2
- B : Relevansi tinggi dari ahli 1 dan relevansi rendah dari ahli 2
- C : Relevansi rendah dari ahli 1 dan relevansi tinggi dari ahli 2
- D : Relevansi tinggi dari ahli 1 dan 2

Kategori indeks uji validitas yang digunakan adalah indeks uji validitas yang diusulkan oleh Aiken (1985) yang sebagai berikut:

Tabel 2 Klasifikasi Validitas

Indeks	Keterangan
$\leq 0,4$	Kurang
0,4-0,8	Sedang
$> 0,8$	Sangat valid

(sumber: Aiken, 1985)

HASIL

Pengembangan yang dilakukan oleh peneliti adalah pengembangan panduan pelaksanaan strategi *coping* untuk peserta didik yang mengalami ketidaksesuaian pengambilan keputusan karier. Pengembangan ini berupa buku panduan serta buku lembar kerja peserta didik yang telah diuji oleh ahli dan praktisi. Ahli yang terlibat dalam uji produk tersebut adalah ahli BK dan ahli desain. Hasil uji ahli BK pada buku panduan yang dikembangkan adalah sebesar 1,00 yang berarti bahwa panduan tersebut memiliki validitas yang tinggi. Buku lembar kerja peserta didik menunjukkan validitas yang tinggi pada penilaian ahli BK, yaitu sebesar 1,00.

Berdasarkan data yang diperoleh tersebut, dapat diketahui bahwa nilai rata-rata dari penilaian ahli adalah sebesar 1,00. Berdasarkan angka tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa produk berupa buku panduan dan LKPD yang dikembangkan memiliki tingkat validitas yang tinggi berdasarkan kategori yang telah ditentukan sebelumnya.

Disamping data kuantitatif, peneliti juga mendapatkan data kualitatif berupa kritik dan saran dari ahli BK, ahli desain, dan praktisi. Kritik dan saran tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Kritik dan Saran Ahli BK

No	Ahli Bimbingan dan Konseling	
	Saran dan Kritik	Revisi
1.	Penambahan kata “pelaksanaan” pada judul buku panduan	Penambahan kata “pelaksanaan” sudah dilakukan
2.	Merapihkan tata tulis	Perapihan tata tulis sudah dilakukan
3.	Penambahan grafik dan animasi	Penambahan grafik dan animasi sudah dilakukan
4.	Penghapusan materi pada RPL Konseling Kelompok	Materi di RPL dipindah ke bagian lampiran

PEMBAHASAN

Buku panduan ini konten materi yang dibahas meliputi pengertian strategi *coping*, tujuan strategi *coping*, macam-macam strategi *coping*, tahapan proses *coping*, pengertian konseling REBT, dan tujuan konseling REBT. Pembahasan materi ini akan memberikan pemahaman lebih dalam untuk guru BK sebelum memberikan layanan untuk peserta didik. Kajian empiris

merupakan kegiatan dari studi lapangan yang dilakukan guna memperoleh data yang akan digunakan sebagai studi pendahuluan dalam penelitian. Berdasarkan hasil dari wawancara tidak langsung yang dilakukan dengan guru BK SMK Kristen 1 Surakarta menunjukkan bahwa data dari hasil wawancara didapatkan permasalahan peserta didik yang mengalami ketidaksesuaian pengambilan keputusan karier. Kajian teoretis dari penelitian dan pengembangan ini dilakukan dengan cara mengumpulkan eferensi dari berbagai sumber dan juga melakukan studi literatur. Studi literatur sendiri diperoleh dengan cara membaca dan mempelajari referensi-referensi yang ada untuk mendukung dan memperkuat landasan teori tentang penelitian dan pengembangan yang dilakukan. Kajian teoretis dari pengembangan strategi *coping* untuk peserta didik yang mengalami ketidaksesuaian pengambilan keputusan karier ini yaitu pengertian strategi *coping*, tujuan strategi *coping*, macam-macam strategi *coping*, tahapan proses *coping*, pengertian konseling *rational emotive behavioral therapy* dan tujuan *rational emotive behavioral therapy*.

Buku panduan ini juga berisi kurikulum yang digunakan sebagai rancangan layanan yang akan diberikan guru BK pada peserta didik agar dalam pemberian layanann konseling kelompok dapat terprogram dan terstruktur. Kurikulum ini dirancang berdasarkan kebutuhan peserta didik yang dilandaskan pada langkah-langkah dalam proses konseling REBT yang terdiri dari tahap awal dan transisi, tahap kerja, dan yang terakhir tahap akhir. Dalam tahap kerja peneliti menggunakan tahapan proses *coping* sebagai dasar karena tahapan ini bertujuan untuk membantu mengubah perilaku dan pemikiran peserta didik. Adapun tahapan proses *coping* tersebut menurut Intani dan Surjaningrum (2010: 121) meliputi respon *coping*, tujuan *coping*, dan hasil *coping*.

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Kim, Kim, dan Kim (2014) tentang dampak dari konseling REBT dalam strategi *coping* dan efikasi diri untuk peserta didik sekolah menengah kejuruan jurusan keperawatan menunjukkan bahwa konseling REBT dengan metode strategi *coping* dapat membantu peserta didik mengurangi emosi dan pikiran negatif.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mathew (2017) kehidupan seorang peserta didik merupakan fase kehidupan yang sangat rentan terhadap permasalahan, banyak faktor yang membuat peserta didik mengalami stres atau tekanan, faktor-faktor yang membuat peserta didik menjadi tertekan diantaranya tekanan akademisi yang mewajibkan peserta didik untuk sukses, kemudian ketidakpastian masa depan, dan sulitnya mengintegrasikan diri ke dalam lingkungan yang baru. Peserta didik yang menghadapi masalah sosial, emosional, fisik dan keluarga akan mempengaruhi kemampuan belajar dan kinerja akademiknya. Peran strategi *coping* dalam hal ini yaitu membantu peserta didik untuk dapat mengelola stres yang dihadapinya sehingga peserta didik tidak mendapat tekanan yang akan mempengaruhi kinerja akademiknya. Dari hasil yang diperoleh dari penelitian ini, *coping stress* dibutuhkan agar peserta didik merasa nyaman dan

menghilangkan tekanan yang dialaminya sehingga peserta didik akan mencapai kinerja akademik yang maksimal.

Kaitan antara strategi *coping* dengan konseling REBT sendiri adalah teknik konseling ini digunakan oleh guru BK untuk membantu peserta didik dalam perubahan pikiran-pikiran irasional menjadi rasional dan strategi *coping* sendiri muncul dari dalam diri peserta didik sebagai usaha untuk keluar dari permasalahan yang dihadapinya. Peserta didik yang mengalami ketidaksesuaian pengambilan keputusan karier akan mengalami konflik yang meliputi pikiran-pikiran irasional yang akan menimbulkan stres (Weiten dan Llyod, 1994) sehingga pengembangan *coping* ini digunakan untuk membantu peserta didik untuk keluar dari hambatan yang dilaluinya sehingga peserta didik akan mencapai tahap penerimaan terhadap apa yang dijalannya sehingga tidak lagi muncul pikiran-pikiran irasional yang dapat mengganggu proses belajarnya.

Setelah melalui tahapan dalam penelitian dan pengembangan yang dilakukan, produk berupa buku panduan dan Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) dinyatakan memiliki validitas yang tinggi. Hasil tersebut diperoleh dari pengujian yang dilakukan kepada ahli Bimbingan dan Konseling.

SIMPULAN

Kajian empiris dilakukan di SMK Kristen 1 Surakarta yang menunjukkan adanya peserta didik yang mengalami kesalahan pengambilan keputusan karier. Hasil kajian empiris ini juga diperkuat dengan adanya *need assesment* berupa wawancara tidak terstruktur yang dilakukan oleh peneliti pada guru BK di SMK Kristen 1 Surakarta. Hal tersebut menunjukkan perlu adanya produk yang dapat digunakan oleh guru BK untuk membantu peserta didik yang mengalami kesalahan pengambilan keputusan karier. Produk tersebut merupakan sebuah buku panduan yang berjudul Strategi *Coping* untuk Peserta Didik yang Mengalami Ketidaksesuaian Pengambilan Keputusan Karier.

Kajian teoretis dari penelitian dan pengembangan ini dilakukan dengan cara mengumpulkan berbagai informasi dan studi literatur. Studi literatur itu sendiri diperoleh dengan cara membaca dan mempelajari referensi-referensi yang ada guna mendukung dan memperkuat landasan teori tentang penelitian dan pengembangan yang dilakukan. Produk yang dikembangkan tadi merupakan buku panduan mengenai Strategi *Coping* untuk Peserta Didik yang Mengalami Ketidaksesuaian Pengambilan Keputusan Karier yang berisikan mengenai materi tentang strategi *coping* dan konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT), kurikulum, dan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)

Hasil validasi produk yang telah dilakukan oleh dua ahli bidang BK menunjukkan bahwa produk yang dikembangkan telah layak digunakan dan sudah sesuai dengan apa yang diharapkan.

Berdasarkan uji validitas produk, pengembangan strategi *coping* untuk peserta didik yang mengalami kesalahan pengambilan keputusan karier telah diterima oleh ahli BK dan sudah siap untuk diujikan kepada praktisi yaitu guru BK dan uji efektivitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Aiken, L. R. (1985). Three coefficients for analyzing the reliability and validity of ratings. *Educational and Psychological Measurement*, 45, 131-142.
- Baharudin dan Wahyuni, E.N. (2008). *Teori Belajar & pembelajaran*. Yogyakarta:Ar-Ruzz Media.
- Gregory, R.J. (2015) *Psycological Testing History, Priciples, And Application*. Harlow: Pearson Education Limited.
- Intani dan Surjaningrum. (2010). *Coping Strategy pada Mahasiswa Salah Jurusan*. *INSAN*, Vol. 12 (02) 119-126.
- Kim, M.A., Kim, J., & Kim, E.J. (2014). Effect of rational emotive behavioral therapy for senior nursing students on coping strategies and self-efficacy. *Nurse Education Today*.
- Lulloh, A.F.L. (2006). *Pengaruh Peran Orangtua Terhadap Keputusan Untuk Mengambil Pendidikan Lanjutan Bagi Siswa SLTA di SMA N 3 Kediri*. Tidak Dipublikasikan. Universitas Pawayatan Kediri.
- Maklufah. (2013). *Pengaruh Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kepuasan Memilih Jurusan di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 2 Pamekasan Madura*. Theses. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Mathew, C.P. (2017). Stress and Coping Strategies among College Student. *Journal Of Humanities And Social Science*. Volume 22, Issue 8, Ver IV.
- Plomp, T. & Nieveen, N. (2013). *Educational Design Research*. SLO: Netherlands Institute for Curriculum Development.
- Ryff, C.D. & Singer, B.H. (2008). Know Thyself And Become What You Are: A Eudaimonic Approach To Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, no 9 hal 13-39.
- Santrock. J. W. (2002). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. (2006). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Weiten, W. dan Llyod, M.A. (1994). *Psychology Applied to Modern Life: Adjustment in the 90 3rd Edition*. California: Brooks/Cole Publishing Company.