

Intervensi Konseling Karier Individual Berbasis Pendekatan *Trait and Factor* untuk Mengatasi Hambatan Kematangan Karier Siswa SMA

Ulima Anggresvania¹, Etik Darul Muslikah²

Program Studi Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Indonesia

ulimaanggresvania@gmail.com¹

Kata Kunci:

*Konseling Karir,
Trait And Factor,
Hambatan
Kematangan Karier*

Abstrak

Hambatan dalam kematangan karier merupakan permasalahan yang banyak dialami oleh siswa Sekolah Menengah Atas (SMA), terutama ketika siswa belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai potensi diri, minat, serta arah perencanaan karier yang realistis. Kondisi ini dapat berdampak pada rendahnya kesiapan siswa dalam mengambil keputusan karier sesuai dengan tahap perkembangannya. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan intervensi konseling karier individual berbasis pendekatan *Trait and Factor* sebagai upaya mengatasi hambatan kematangan karier pada siswa SMA. Mitra kegiatan adalah siswa SMA yang mengalami hambatan dalam kematangan karier. Metode pelaksanaan meliputi pemetaan kebutuhan melalui wawancara dan asesmen psikologis, pelaksanaan konseling karier individual sebanyak lima sesi, serta evaluasi capaian intervensi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman diri, kejelasan arah pilihan karier, serta kemampuan Siswa SMA dalam menyusun perencanaan karier jangka pendek dan jangka panjang. Kegiatan ini menunjukkan bahwa intervensi konseling karier individual berbasis pendekatan *Trait and Factor* dapat menjadi bentuk layanan pengabdian yang relevan dalam membantu siswa SMA mengatasi hambatan kematangan karier.

Key Word:

*Career Counseling,
Trait and Factor,
Barriers to Career
Maturity*

Abstract

Barriers to career maturity are commonly experienced by senior high school students, particularly when students have not yet developed adequate self-understanding regarding their potential, interests, and realistic career planning. These conditions may hinder students' readiness to make career decisions appropriate to their developmental stage. This activity aimed to provide an individual career counseling intervention based on the *Trait and Factor* approach as an effort to address barriers to career maturity among senior high school students. The partners of this activity were senior high school students experiencing barriers in career maturity. The implementation method included needs assessment through interviews and psychological assessments, the delivery of individual career counseling sessions conducted in five sessions, and evaluation of intervention outcomes. The results indicated improvements in self-understanding, clarity of career direction, and students' ability to formulate short-term and long-term career plans. These findings suggest that individual career counseling interventions based on the *Trait and Factor* approach can serve as a relevant form of community service in helping senior high school students overcome barriers to career maturity.

Copyright © 2026 Ulima Anggresvania, Etik Darul Muslikah

This work is licensed under an **Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)**

PENDAHULUAN

Kematangan karier merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan siswa SMA, khususnya pada fase transisi dari pendidikan menengah menuju pendidikan lanjutan atau dunia kerja. Kematangan karier berkaitan dengan kesiapan individu dalam memahami potensi diri, mengeksplorasi pilihan karier, serta mengambil keputusan karier yang sesuai dengan tugas perkembangannya. Namun, dalam praktik di lapangan masih ditemukan siswa SMA yang mengalami hambatan dalam kematangan karier yang ditandai dengan rendahnya pemahaman diri, ketidakjelasan tujuan karier, serta kesulitan dalam menyusun perencanaan karier yang realistis.

Hambatan kematangan karier pada siswa SMA dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi kurangnya eksplorasi minat dan kemampuan, sedangkan faktor eksternal antara lain tekanan dan harapan orang tua terkait pilihan pendidikan dan karier. Ketidakesesuaian antara karakteristik pribadi siswa dan tuntutan lingkungan dapat menimbulkan konflik internal, keraguan, serta kecemasan dalam proses pengambilan keputusan karier. Apabila kondisi ini tidak ditangani, hambatan kematangan karier berpotensi berdampak pada kesejahteraan psikologis dan penyesuaian siswa di masa depan.

Salah satu bentuk layanan psikologi terapan yang dapat diberikan untuk membantu siswa SMA mengatasi hambatan kematangan karier adalah konseling karier. Pendekatan *Trait and Factor* menekankan pentingnya pemahaman karakteristik individu, seperti minat, kemampuan, dan kepribadian, serta pencocokannya dengan karakteristik dan tuntutan dunia kerja. Pendekatan ini bersifat praktis dan sistematis sehingga relevan untuk diterapkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Oleh karena itu, kegiatan ini difokuskan pada pemberian intervensi konseling karier individual berbasis pendekatan *Trait and Factor* untuk membantu siswa SMA mengatasi hambatan dalam kematangan karier.

METODE

Mitra dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) yang mengalami hambatan dalam kematangan karier. Hambatan tersebut ditunjukkan melalui kesulitan dalam memahami potensi diri, rendahnya kejelasan arah karier, serta keterbatasan dalam menyusun perencanaan karier jangka pendek dan jangka panjang.

Kegiatan pengabdian dilaksanakan dalam bentuk intervensi konseling karier individual menggunakan pendekatan *Trait and Factor*. Pelaksanaan kegiatan terdiri dari beberapa tahapan sebagai berikut: Pemetaan kebutuhan Siswa SMA, dilakukan melalui wawancara awal dan asesmen psikologis untuk memperoleh gambaran karakteristik diri serta hambatan kematangan karier yang dialami siswa (1). Pelaksanaan intervensi konseling karier individual, dilaksanakan dalam lima sesi. Setiap sesi difokuskan pada pembangunan hubungan konseling, eksplorasi karakteristik diri, identifikasi hambatan kematangan karier, pemberian informasi karier, serta penyusunan perencanaan karier yang sesuai dengan potensi siswa (2). Evaluasi capaian intervensi, dilakukan dengan membandingkan kondisi Siswa SMA sebelum dan setelah mengikuti layanan konseling berdasarkan hasil wawancara dan refleksi siswa (3).

Evaluasi kegiatan pengabdian dilakukan secara deskriptif kualitatif dengan meninjau perubahan pemahaman diri, kejelasan pilihan karier, serta kesiapan siswa dalam menyusun perencanaan karier sebagai indikator peningkatan kematangan karier.

Tabel 1. Tahapan Intervensi Konseling Karier Individual

Tahap/Sesi	Tujuan Intervensi	Bentuk Kegiatan	Dampak pada Mitra
Sesi 1 Pengantar.	Membangun <i>rapport</i> , menggali masalah hambatan kematangan karier.	Menjelaskan tujuan dan proses konseling, menggali keluhan secara lebih dalam.	Siswa SMA mampu mengungkapkan hambatan kematangan karier yang dialami serta menunjukkan keterlibatan dalam proses konseling.
Sesi 2 Eksplorasi Diri.	Mengenali karakteristik pribadi (<i>traits</i>).	Eksplorasi melalui hasil asesmen psikologis yang telah dilakukan sebelumnya.	Siswa SMA memahami potensi diri, minat, serta karakteristik kepribadian yang dimiliki.
Sesi 3. Eksplorasi Karier.	Mengidentifikasi pilihan karier atau pendidikan yang sesuai dengan mencocokkan profil pribadi dengan pilihan karier.	Pemberian penjelasan informasi tentang karier, pencocokan karakteristik, pro-kontra antara individu dengan pilihan karier (<i>trait and factor</i>)	Siswa SMA mampu mengenali alternatif pilihan karier yang sesuai dengan potensi dirinya.
Sesi 4	Menyusun perencanaan karier yang realistis.	Penyusunan langkah karier serta rencana jangka pendek dan jangka panjang.	Siswa SMA memiliki perencanaan karier yang lebih terarah dan realistis.
Sesi 5	Mengevaluasi kesiapan pengambilan keputusan karier.	Refleksi proses konseling dan perumusan tindak lanjut.	Siswa SMA menunjukkan kesiapan dalam mengambil keputusan karier dan mengomunikasikannya kepada orang tua.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan adanya perubahan positif pada Siswa SMA setelah mengikuti intervensi konseling karier individual. Pada kondisi awal, siswa menunjukkan hambatan dalam kematangan karier yang ditandai dengan rendahnya pemahaman terhadap potensi diri, ketidakjelasan arah karier, serta kebingungan dengan harapan orang tua dalam menentukan pilihan karier. Setelah mengikuti rangkaian konseling, siswa mulai menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai minat, kemampuan, dan karakteristik kepribadian yang dimilikinya. Selain itu, siswa mampu mengidentifikasi alternatif pilihan karier yang sesuai dengan potensi diri serta menyusun perencanaan karier jangka pendek dan jangka panjang secara lebih realistis. Dampak intervensi juga terlihat pada meningkatnya kesiapan siswa dalam mengambil keputusan karier serta mengomunikasikan rencana karier kepada orang tua secara lebih adaptif.

Intervensi konseling karier individual berbasis pendekatan *Trait and Factor* dalam kegiatan ini memberikan kontribusi positif dalam membantu siswa SMA mengatasi hambatan kematangan karier. Pendekatan ini memungkinkan siswa untuk memahami keterkaitan antara karakteristik pribadi dan tuntutan karier secara sistematis, sehingga mendukung pengambilan keputusan karier yang lebih rasional. Temuan ini

sejalan dengan konsep kematangan karier yang menekankan kesiapan individu dalam menyelesaikan tugas perkembangan karier sesuai tahapannya. Proses konseling juga memberikan ruang bagi siswa untuk mengevaluasi pengaruh lingkungan keluarga terhadap pilihan karier serta mengembangkan strategi penyesuaian yang lebih adaptif. Dengan demikian, intervensi konseling karier individual dapat menjadi bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang relevan dan aplikatif dalam mendukung kesiapan karier siswa SMA.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui intervensi konseling karier individual berbasis pendekatan *Trait and Factor* mampu membantu siswa SMA mengatasi hambatan dalam kematangan karier. Siswa menunjukkan peningkatan pemahaman diri, kejelasan arah karier, serta kemampuan menyusun perencanaan karier yang realistis. Kedepannya diharapkan kegiatan serupa dapat dikembangkan dengan melibatkan jumlah mitra yang lebih luas serta bekerja sama dengan pihak sekolah agar manfaat intervensi dapat dirasakan secara berkelanjutan.

DAFTAR REFERENSI

- Brown, D., & Brooks, L. (Eds.). (1990). *Career choice and development* (2nd ed., pp. 197–261). Jossey-Bass.
- Brown, D., & Brooks, L. (1991). *Career counseling techniques*. Allyn & Bacon.
- Maslikhah, Hapsyah, D. R., Jabbar, A. A., & Hidayat, D. R. (2019). Implementasi teori Donald E. Super pada program layanan BK karier di SMK. *Jurnal Ilmu dan Budaya*, 41(64), 7661–7680. <http://journal.unas.ac.id/ilmu-budaya/article/view/716/589>
- Parsons, F. (1909). *Choosing a vocation*. Houghton Mifflin.
- Ristian, T., Rahmadani, N., & Hidayat, D. R. (2020). Studi literatur: Pendekatan teori trait and factor dalam pengambilan keputusan karier siswa SMA. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 11(1), 1. <https://doi.org/10.23887/jjbk.v11i1.27334>
- Savickas, M. L. (2013). Career construction theory and practice. In R. W. Lent & S. D. Brown (Eds.), *Career development and counseling* (2nd ed., pp. 147–183). Wiley.
- Sharf, R. S. (1992). *Applying career development theory to counseling*. Brooks/Cole Publishing Company.
- Super, D. E. (1957). *The psychology of careers*. Harper & Row.
- Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. In D. Brown & L. Brooks (Eds.), *Career choice and development* (2nd ed.). Jossey-Bass.
- Wang, L.-F., & Heppner, P. P. (2002). Assessing the impact of parental expectations and psychological distress on Taiwanese college students. *The Counseling Psychologist*, 30(4), 582–608. <https://doi.org/10.1177/00100002030004006>