

## **Penerapan Konseling Karier Berbasis *Trait and Factor* dalam Membantu Kematangan Pemilihan Karier Siswa SMA**

Sayyidah Nur Laily<sup>1</sup>, Etik Darul Muslikah<sup>2</sup>

Program Studi Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Indonesia

[1542400076@surel.untag-sby.ac.id](mailto:1542400076@surel.untag-sby.ac.id)<sup>1</sup>, [etikdarul@untag-sby.ac.id](mailto:etikdarul@untag-sby.ac.id)<sup>2</sup>

### **Kata Kunci:**

*Pengabdian Kepada Masyarakat, Konseling Karier, Trait And Factor, Kematangan Karier Dan Jurusan*

### **Abstrak**

Pemilihan karier dan jurusan merupakan tugas perkembangan penting pada masa remaja akhir yang menuntut kesiapan individu dalam memahami diri, mengenali alternatif pilihan, serta mengambil keputusan secara bertanggung jawab. Namun, tidak semua siswa berada pada tingkat kematangan pemilihan karier dan jurusan yang optimal. Penerapan konseling karier berbasis *trait and factor* bertujuan untuk membantu siswa dalam mencapai kematangan pemilihan karier dan jurusan. Sasaran kegiatan adalah seorang siswa SMA kelas XI yang mengalami ketidakmatangan dalam menentukan pilihan karier dan jurusan pendidikan lanjutan. Kegiatan dilaksanakan melalui layanan konseling karier individual yang terdiri dari empat sesi. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, serta penggunaan hasil asesmen psikologis sebagai dasar pemahaman karakteristik diri siswa. Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa konseling karier berbasis *trait and factor* mampu membantu siswa dalam memahami potensi diri, mengenali alternatif pilihan karier yang sesuai, serta meningkatkan keyakinan (*self-efficacy*) dalam pengambilan keputusan karier dan jurusan.

### **Key Word:**

*Community Service, Career Counseling, Trait And Factor, Career Maturity*

### **Abstract**

*Career and major selection is an important developmental task in late adolescence that requires individuals to be prepared to understand themselves, recognize alternative choices, and make responsible decisions. However, not all students are at the optimal level of maturity for career and major selection. The implementation of trait and factor-based career counseling aims to help students achieve maturity in career and major selection. The target of this activity is an 11th-grade high school student who is immature in determining their career and major choices for further education. The activity was carried out through individual career counseling services consisting of four sessions. Data collection techniques were conducted through interviews, observations, and the use of psychological assessment results as a basis for understanding student characteristics. The results of the activity showed that trait and factor-based career counseling was able to help students understand their potential, recognize suitable career alternatives, and increase students' confidence (self-efficacy) in making career and major decisions.*

Copyright © 2026 Sayyidah Nur Laily, Etik Darul Muslikah

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

## **PENDAHULUAN**

Pemilihan karier dan jurusan merupakan salah satu tugas perkembangan yang harus dihadapi oleh siswa pada jenjang pendidikan menengah hingga perguruan tinggi. Proses ini tidak hanya berkaitan dengan penentuan bidang studi atau pekerjaan yang akan ditekuni, tetapi juga menyangkut kesiapan individu dalam memahami potensi diri, minat, serta nilai-nilai yang dimiliki. Kematangan dalam pemilihan karier dan jurusan menjadi aspek penting karena keputusan yang diambil akan berdampak pada perkembangan akademik, psikologis, dan sosial individu di masa mendatang.

Pada kenyataannya, proses pemilihan jurusan bukanlah hal yang mudah bagi setiap siswa. Beragamnya alternatif pilihan yang ada serta tuntutan untuk menyesuaikan bakat, minat, dan kondisi diri saat ini sering kali memunculkan kebingungan, keraguan, dan kesulitan dalam mempersiapkan diri memilih bidang atau program pendidikan, fakultas, maupun jenis perguruan tinggi setelah menyelesaikan pendidikan di SMA. Kesalahan, kekeliruan, dan ketidaktepatan dalam menentukan jurusan atau program studi di perguruan tinggi merupakan permasalahan yang berkaitan erat dengan proses pengambilan keputusan tersebut (Natasha, dkk., 2020).

Winkel dan Hastuti (2011) menjelaskan bahwa kematangan individu dalam proses pemilihan karier dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal berkaitan dengan kondisi dan karakteristik yang berasal dari dalam diri individu. Faktor ini mencakup pengetahuan, baik

mengenai berbagai bidang karier dan jabatan yang tersedia maupun pemahaman terhadap diri sendiri. Selain itu, kondisi jasmani juga berperan penting karena kesesuaian fisik dapat menjadi pertimbangan dalam menjalani bidang atau jabatan tertentu. Nilai-nilai yang dianut individu turut memengaruhi proses ini karena nilai tersebut membentuk sifat dan karakter, sekaligus menumbuhkan harapan serta tujuan hidup. Di samping itu, bakat atau kemampuan khusus, termasuk kemampuan kognitif, inteligensi, dan keterampilan, berperan dalam menunjang performa kerja, membuka peluang untuk meraih jabatan yang lebih tinggi, serta mencapai kesuksesan karier. Minat atau ketertarikan terhadap suatu bidang juga memengaruhi cara berpikir dan menentukan pilihan karier yang ingin ditekuni, sementara kepribadian yang tercermin dalam sifat dan karakter khas individu menjadi faktor penentu kecocokan seseorang dengan jenis pekerjaan tertentu.

Selain faktor internal, kematangan dalam pemilihan karier juga dipengaruhi oleh faktor eksternal yang berasal dari lingkungan sekitar individu. Faktor ini mencakup status ekonomi keluarga yang meliputi latar belakang pendidikan orang tua, tingkat pendapatan, posisi atau kedudukan sosial, serta lingkungan tempat tinggal. Pengaruh anggota keluarga, seperti harapan dan pendapat yang disampaikan oleh orang tua maupun saudara, turut membentuk arah pilihan karier individu, demikian pula pandangan yang dianut oleh orang tua dan keluarga besar. Kondisi sosial-ekonomi negara atau daerah tempat individu tinggal juga dapat memengaruhi ketersediaan dan peluang karier. Selain itu, konsultasi dengan guru atau staf sekolah berperan penting dalam memberikan informasi terkait pilihan karier, persyaratan suatu pekerjaan, serta membantu individu mengomunikasikan cita-cita yang ingin ditekuni. Pergaulan dengan teman sebaya, terutama adanya dukungan sosial, dapat menambah motivasi dalam menentukan pilihan karier. Terakhir, peraturan dan tuntutan yang berlaku pada setiap jabatan atau jurusan pendidikan menjadi faktor eksternal lain yang perlu dipertimbangkan dalam proses pemilihan karier.

Sasaran kegiatan adalah seorang siswa berinisial RU yang mengalami ketidakmatangan dalam pemilihan karier dan jurusan. RU mengeluhkan ketidakpastian dalam menentukan jenjang karier dan jurusan kuliah. Pada kelas X, RU cenderung menjalani proses belajar dengan santai dan belum memikirkan secara serius jurusan kuliah yang akan dipilih. RU merasa belajar sekadarnya tanpa memperhatikan cara maupun hasil belajar sehingga beberapa mata pelajaran memperoleh nilai yang kurang memuaskan. Orang tua RU berpesan agar RU mencari bidang yang disukai untuk dipelajari lebih lanjut. Di sisi lain, RU sebenarnya tertarik pada dunia bisnis dan memiliki pengalaman berjualan serta pernah meraih prestasi dalam lomba bisnis di sekolah. Namun, RU merasa ragu dengan pilihannya karena ayahnya menjelaskan berbagai tantangan dan risiko di bidang tersebut, meskipun juga menekankan bahwa dunia bisnis sangat luas. Keraguan ini membuat RU merasa kurang yakin terhadap kemampuan diri dan kecocokan karier yang ingin dipilih.

Ketidakyakinan RU semakin terasa ketika orang tuanya membebaskan dirinya dalam menentukan jurusan tanpa memberikan ekspektasi tertentu. Meskipun ayah, ibu, dan kakaknya sempat menawarkan pilihan karier sesuai bidang masing-masing, RU justru semakin bingung menentukan arah. Memasuki kelas XI, RU mulai menyadari perlunya belajar lebih serius dan mempertimbangkan jurusan secara matang. Atas dorongan orang tua, RU mengikuti bimbingan belajar di luar sekolah, namun hal tersebut belum membantunya mengambil keputusan. Seiring mendekati kelas XII dan meningkatnya dorongan orang tua agar segera menentukan pilihan, RU semakin merasakan kecemasan dan kebingungan dalam menghadapi keputusan kariernya.

Menurut Bandura (dalam Feist & Feist, 2008), efikasi diri berperan penting dalam menumbuhkan keyakinan individu saat menentukan pilihan karier, sementara efikasi diri yang rendah membuat individu lebih fokus pada hambatan dan kegagalan. Hal ini sejalan dengan pendapat Seligman (dalam Susantoputri, 2014) yang menyatakan bahwa kematangan karier dipengaruhi oleh faktor internal individu, keluarga, dan sosial ekonomi, termasuk *self-efficacy* sebagai bagian dari konsep diri. Febriyanti dan Aminudin (2022) menegaskan bahwa pemilihan karier merupakan implementasi konsep diri yang mana *self-efficacy* menjadi aspek penting dalam perkembangan karier remaja. *Self-efficacy* dapat muncul secara alami pada sebagian individu, tetapi pada sebagian lainnya diperlukan arahan dan masukan agar keyakinan tersebut dapat terbentuk dan berkembang, khususnya pada kalangan siswa (Azis, dkk., 2022). Pada kasus RU, meskipun ia memiliki cita-cita yang diminati, tingkat *self-efficacy* yang belum optimal membuatnya ragu dalam menentukan pilihan. Oleh karena itu, RU membutuhkan arahan dan penguatan agar mampu memahami bakat, minat, serta kepribadiannya secara objektif sehingga dapat menyusun rencana karier dengan motivasi dan usaha yang lebih baik.

Berdasarkan kasus tersebut layanan yang dapat diberikan adalah konseling individual berbasis *trait and factor*. Konseling merupakan sarana yang diberikan oleh konselor kepada individu yang membutuhkannya agar individu tersebut dapat mengembangkan potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalah, dan menyesuaikan diri terhadap lingkungan. Konseling adalah proses pemberian bantuan

yang dilakukan melalui proses wawancara ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami masalah guna mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh klien (Fradinata & Sukma, 2023).

Konseling karier *trait and factor* dikembangkan oleh Frank Parson untuk membantu remaja yang mengalami kesulitan dalam menentukan pekerjaan yang sesuai dengan minat, bakat, dan potensi mereka secara rasional dan objektif (Syamal, dkk., 2021). *Trait* merujuk pada karakteristik yang dimiliki individu, yaitu ciri atau sifat yang bisa diukur seperti bakat. Sedangkan, *factor* dalam Bahasa Inggris berarti unsur. Konseling *trait and factor* menggunakan bantuan alat tes psikologi untuk menganalisis ciri, dimensi, potensi, dan aspek kepribadian tertentu yang mempunyai kaitan dengan keberhasilan atau kegagalan seseorang dalam menjalankan suatu pekerjaan (Praswantika dalam Dewany, dkk., 2022). Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan layanan ini difokuskan pada upaya mendeskripsikan bagaimana intervensi konseling karier *trait and factor* berperan dalam membantu meningkatkan kematangan pemilihan karier dan jurusan pada siswa.

## METODE

Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk layanan konseling karier *trait and factor*. Sasaran kegiatan adalah seorang siswa berinisial RU yang mengalami ketidakmatangan dalam pemilihan karier dan jurusan. Teknik pengumpulan data asesmen meliputi wawancara mendalam, observasi pada *setting* belajar, serta asesmen alat tes psikologi yang relevan untuk mengungkapkan bakat, minat, dan kepribadian siswa. Setelah didapatkan gambaran yang menyeluruh mengenai bakat, minat, dan kepribadian siswa, dilakukan proses intervensi konseling karier *trait and factor*.

Pelaksanaan kegiatan konseling karier *trait and factor* terdiri dari empat sesi konseling yang dilakukan secara tatap muka di ruang konseling sekolah. Tahapan kegiatan meliputi: 1) Tahap pertama adalah *rapport* dan eksplorasi diri, yakni proses menjalin *rapport*, membangun komitmen, dan proses memahami diri meliputi bakat, minat, dan kepribadian; 2) Tahap kedua adalah eksplorasi karier, yakni proses mengenal pilihan karier yang sesuai dengan hasil asesmen; 3) Tahap ketiga adalah perencanaan karier, yakni proses merencanakan langkah yang harus dipersiapkan untuk pilihan karier yang diminati; dan 4) Tahap keempat adalah evaluasi Evaluasi proses konseling karier dan *follow up*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil diperoleh dari rangkaian proses intervensi konseling karier berbasis *trait and factor* yang dilaksanakan secara bertahap dalam beberapa sesi. Setiap sesi dirancang untuk membantu siswa mengembangkan kematangan pemilihan karier dan jurusan melalui pemahaman diri, pengenalan pilihan karier, perencanaan langkah yang menunjang pilihan karier yang diminati, dan evaluasi proses konseling karier.

Pada sesi pertama, konselor berfokus pada membangun hubungan yang terbuka dengan konseli, membangun komitmen agar konseli mampu melaksanakan proses konseling hingga akhir, serta memahami diri berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan. Konseli idak merasa keberatan, secara sadar, dan sukarela bersedia memberikan komitmennya pada sesi konseling ini. Berdasarkan penjelasan hasil asesmen yang telah dilakukan, konseli mengatakan bahwa ada sejumlah hal yang sudah sadari dan mendapat validasi lebih lanjut dari hasil asesmen tersebut, begitu juga sejumlah hal yang baru diketahui setelah mendengar hasil asesmen tersebut. Pada sesi ini, konseli mengisi lembar refleksi dengan menceritakan bagaimana konseli mempersepsikan dirinya sendiri, meliputi karakter, kekuatan, dan kelemahan yang dimiliki. Hasil sesi pertama menunjukkan adanya perkembangan dalam pemahaman diri konseli. Konseli mulai dapat mengaitkan antara minat dan kemampuan yang dimiliki. Evaluasi sesi menunjukkan bahwa konseli mulai menunjukkan kesiapan untuk mempertimbangkan pilihan secara lebih rasional dan mandiri, sesuai dengan prinsip pendekatan *trait and factor*.

Pada sesi kedua, konseli diarahkan pada pengenalan dan eksplorasi berbagai alternatif karier dan jurusan yang sesuai dengan karakteristik konseli. Hasil sesi ini menunjukkan bahwa konseli mulai memiliki gambaran yang lebih jelas mengenai beberapa pilihan karier dan jurusan yang sesuai dengan dirinya. Konseli mampu mempertimbangkan beberapa alternatif pilihan jenjang karier dan jurusan yang sesuai. Evaluasi pada sesi ini menunjukkan peningkatan kemampuan konseli dalam menganalisis pilihan dan menunjukkan sikap lebih bertanggung jawab terhadap keputusan yang akan diambil. Di akhir sesi, konselor memberikan penugasan, yakni mencari tahu lebih lanjut informasi terkait karier dan jurusan yang tersedia.

Sesi ketiga difokuskan pada penguatan proses pengambilan keputusan karier dan jurusan. Konselor membantu konseli merangkum hasil eksplorasi karier dan jurusan yang telah dikerjakan sebelumnya. Konseli didorong untuk menentukan tiga alternatif pilihan yang paling sesuai dengan karakteristik pribadinya, kemudian membuat rencana tindakan yang akan dilakukan untuk terjun ke dalam pilihan tersebut, mulai dari hal yang sederhana hingga hal yang lebih kompleks. Hasil pada sesi ini menunjukkan bahwa konseli telah

mencapai tingkat kematangan pemilihan karier dan jurusan yang lebih baik. Konseli mampu menyatakan pilihan secara lebih mantap dan menunjukkan kesiapan dengan adanya rencana tindakan yang bersifat praktis atas keputusan tersebut. Evaluasi dilakukan dengan meninjau perubahan pemahaman, sikap, dan kesiapan konseli yang menunjukkan adanya perkembangan signifikan dalam kematangan pemilihan karier dan jurusan.

Sesi keempat berfokus pada tahap evaluasi hasil dan *follow-up* setelah sesi konseling dilakukan. Hasil pada sesi ini menunjukkan bahwa konseli lebih mantap dengan keputusan yang telah dibuat dan telah menyampaikan keputusan tersebut kepada orang tuanya terkait pilihan karier yang telah dipilih. Konseli merasa lebih terarah setelah sesi konseling ini diberikan.

Intervensi konseling karier yang mengacu pada pendekatan *trait and factor* memiliki kontribusi signifikan dalam meningkatkan kematangan siswa dalam menentukan pilihan karier dan jurusan. Pelaksanaan konseling secara sistematis dan bertahap membantu siswa memahami karakteristik dirinya, menelaah berbagai faktor yang berkaitan dengan alternatif karier dan jurusan, serta memperkuat keterampilan dalam mengambil keputusan. Temuan tersebut sejalan dengan pandangan bahwa pendekatan *trait and factor* merupakan pendekatan esensial dalam layanan bimbingan dan konseling, karena memungkinkan konselor memfasilitasi klien untuk mengenali dan memahami potensi dirinya, meliputi bakat, minat, dan karakteristik kepribadian, sehingga klien mampu merencanakan serta memilih karier yang sesuai dengan potensi dan aspirasi pribadi (Syamal, dkk., 2021).

Selain berkontribusi terhadap kematangan pemilihan karier, pendekatan ini juga berperan dalam memperkuat *self-efficacy* siswa dalam menghadapi proses pengambilan keputusan karier. Pemahaman diri yang diperoleh secara objektif melalui hasil asesmen mendorong tumbuhnya keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya dalam menetapkan dan menjalani pilihan karier yang telah dipilih. Peningkatan *self-efficacy* ditunjukkan melalui perubahan sikap, dari kondisi awal yang dipenuhi keraguan dan kecemasan menjadi lebih percaya diri, yakin, serta mampu menyusun rencana tindakan yang realistis sesuai dengan jurusan dan karier yang diminati. Hal ini selaras dengan pandangan Bandura yang menegaskan bahwa *self-efficacy* memiliki peran penting dalam memengaruhi pola pikir, motivasi, dan perilaku individu dalam menghadapi berbagai tugas perkembangan, termasuk tugas pemilihan karier (dalam Feist & Feist, 2008).

Dengan demikian, kematangan dalam pemilihan karier tidak hanya ditentukan oleh kesesuaian antara karakteristik individu dan alternatif karier yang tersedia, tetapi juga dipengaruhi oleh tingkat keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya. Konseling karier berbasis *trait and factor* yang dilaksanakan secara terencana dan terarah mampu memfasilitasi perkembangan tersebut melalui integrasi antara pemahaman diri dan penguatan *self-efficacy*. Oleh sebab itu, konseling individual dengan pendekatan *trait and factor* dapat dijadikan sebagai strategi yang efektif dalam membantu siswa mencapai kematangan pemilihan karier dan jurusan secara optimal.

## KESIMPULAN

Kegiatan konseling karier berbasis *trait and factor* terbukti memberikan manfaat bagi siswa dalam mencapai kematangan pemilihan karier. Siswa memperoleh pemahaman diri yang lebih baik, kejelasan pilihan karier, serta peningkatan keyakinan dalam mengambil keputusan. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi alternatif layanan pendampingan karier yang aplikatif bagi praktisi bimbingan dan konseling di sekolah.

## DAFTAR REFERENSI

- Azis, J. A., Rufaidah, A., & Mardiana, N. (2022). Profil self-efficacy peserta didik dan implikasinya dalam pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 2(1), 51–56.
- Dewany, R., Iswari, M., & Daharnis, D. (2022). Pendekatan konseling karier *trait and factor* dalam membantu siswa SMA untuk memilih jurusan di perguruan tinggi. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 2(2), 113–123.
- Febriyanti, F., & Aminudin, D. (2022). Kontribusi self-efficacy dengan kematangan karier siswa. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 2(2), 91–98.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2008). *Teori kepribadian: Theories of personality* (7th ed.). Salemba Humanika.
- Fradinata, S. A., & Sukma, D. (2023). Keterampilan dasar konselor dalam melakukan konseling individu. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Sosial*, 2(2), 119–128.
- Natasha, A. L., Siregar, M. R. A., & Jayawinangun, R. (2020). Strategi komunikasi penyuluhan guru bimbingan konseling dalam membantu siswa menentukan jurusan di perguruan tinggi. *Jurnal Penelitian Sosial Ilmu Komunikasi*, 4(2), 88–97.

- Susantoputri, K. M., & Gunawan, W. (2014). Hubungan antara efikasi diri karier dengan kematangan karier pada remaja di daerah Kota Tangerang. *Jurnal Psikologi*, 10(1), 67–73.
- Syamal, F., Afdal, A., & Yusuf, A. M. (2021). Perspektif teori trait and factor serta penerapannya dalam bimbingan dan konseling karier. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 6(2), 46–52.
- Winkel, W. S., & Hastuti, M. M. (2013). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan* (Rev. ed.). Media Abadi.