



EKSPLORASI HAMBATAN PSIKOLOGIS DALAM PROSES PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS: PERAN KONSELOR DALAM MEMFASILITASI

Helmi Reza Musyaffa¹, Fikri Raspati², Ibrena Amabel Egita Barus³, Mutyah Hafit⁴, S.fahmy dalimunthe⁵

helmirezamusyaffa@mhs.unimed.ac.id , fikirifaspati15@gmail.com ,
ibrenaamabelegitabarus@gmail.com , mutia298212@gmail.com , fahmy@unimed.ac.id

Universitas Negeri Medan

Abstract (English)

This research aims to explore the psychological barriers that individuals may face in the career decision making process, as well as to evaluate the role of counselors in facilitating this process through a literature study. The literature study method was used to collect and analyze related articles covering the topic of career decision making and the role of counselors in helping individuals overcome psychological barriers. The results of literature studies show that psychological factors such as uncertainty, confusion, and fear of failure have a significant impact on the career decision making process. The counselor's role in facilitating this process is recognized as crucial in providing emotional support, guidance, and relevant information resources to individuals experiencing difficulty in making career decisions.

Abstrak (Indonesia)

Penelitian ini bertujuan untuk menjelajahi hambatan psikologis yang mungkin dihadapi individu dalam proses pengambilan keputusan karir, serta untuk mengevaluasi peran konselor dalam memfasilitasi proses tersebut melalui studi literatur. Metode studi literatur digunakan untuk mengumpulkan dan menganalisis artikel-artikel terkait yang mencakup topik pengambilan keputusan karir dan peran konselor dalam membantu individu mengatasi hambatan psikologis. Hasil studi literatur menunjukkan bahwa faktor-faktor psikologis seperti ketidakpastian, kebingungan, dan ketakutan akan kegagalan memiliki dampak signifikan pada proses pengambilan keputusan karir. Peran konselor dalam memfasilitasi proses ini diakui sebagai krusial dalam memberikan dukungan emosional, bimbingan, dan sumber daya informasi yang relevan bagi individu yang mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan karir.

Article History

Submitted: 12 Mei 2024

Accepted: 18 Mei 2024

Published: 19 Mei 2024

Key Words

Hambatan Psikologis, Pengambilan Keputusan Karir, Konselor, Studi Literatur.

Sejarah Artikel

Submitted: 12 Mei 2024

Accepted: 18 Mei 2024

Published: 19 Mei 2024

Kata Kunci

Hambatan Psikologis, Pengambilan Keputusan Karir, Konselor, Studi Literatur.

PENDAHULUAN

Pengambilan keputusan karir merupakan salah satu tahapan penting dalam perjalanan hidup seseorang yang dapat mempengaruhi arah dan kesuksesan karir mereka. Proses ini melibatkan evaluasi yang cermat terhadap minat, nilai, keahlian, dan tujuan individu untuk memilih jalur karir yang sesuai. Namun, dalam realitasnya, proses pengambilan keputusan karir sering kali dihadapi dengan berbagai hambatan psikologis yang dapat menghambat individu dalam membuat keputusan yang tepat dan memuaskan.



Eksplorasi hambatan psikologis dalam proses pengambilan keputusan karir menjadi hal yang penting untuk dipahami lebih dalam. Ketika individu mengalami ketidakpastian, kebingungan, atau ketakutan akan konsekuensi kegagalan dalam memilih jalur karir, hal ini dapat menyebabkan stres, keputusasaan, dan bahkan menunda pengambilan keputusan secara keseluruhan. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam tentang hambatan-hambatan psikologis ini menjadi krusial dalam merancang intervensi yang efektif dalam bidang konseling karir.

Selain itu, peran konselor dalam memfasilitasi proses pengambilan keputusan karir juga menjadi aspek yang tidak bisa diabaikan. Konselor memiliki peran yang penting dalam memberikan dukungan emosional, membantu individu mengidentifikasi nilai-nilai dan minat mereka, serta menyediakan informasi yang relevan mengenai peluang karir dan jalur pendidikan yang sesuai. Melalui bimbingan dan fasilitasi, konselor dapat membantu individu mengatasi hambatan-hambatan psikologis yang mereka hadapi dan membuat keputusan karir yang lebih mantap dan bermakna.

Dalam konteks inilah, penelitian ini bertujuan untuk melakukan eksplorasi mendalam terhadap hambatan psikologis yang dialami individu dalam proses pengambilan keputusan karir, serta untuk mengeksplorasi secara khusus peran konselor dalam memfasilitasi proses tersebut. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor psikologis yang memengaruhi pengambilan keputusan karir dan peran konselor dalam membantu individu mengatasi hambatan tersebut, diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berharga bagi pengembangan teori dan praktik konseling karir.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur untuk menjelajahi dan menganalisis artikel-artikel terkait yang membahas topik pengambilan keputusan karir, hambatan psikologis yang mungkin dihadapi individu dalam proses tersebut, dan peran konselor dalam memfasilitasi proses pengambilan keputusan karir.

1. **Pemilihan Sumber Literatur** : Tahap pertama dalam metode studi literatur adalah mengumpulkan artikel-artikel yang relevan dengan topik penelitian. Kami menggunakan berbagai sumber literatur, termasuk jurnal akademis, buku, laporan penelitian, dan sumber-sumber online yang terpercaya seperti basis data akademis dan repositori institusi.

2. **Seleksi Artikel** : Setelah mengumpulkan sejumlah besar artikel, langkah selanjutnya adalah melakukan seleksi yang cermat untuk memilih artikel yang paling relevan dengan fokus penelitian kami. Artikel-artikel yang dipilih harus memiliki keterkaitan langsung dengan pengambilan keputusan karir, hambatan psikologis yang dialami individu, dan peran konselor dalam membantu individu mengatasi hambatan tersebut.

3. **Analisis Artikel** : Artikel-artikel yang telah dipilih kemudian dianalisis secara sistematis. Kami mengidentifikasi pola-pola, temuan, dan pendekatan yang umum dalam literatur terkait. Analisis ini membantu kami memahami berbagai perspektif yang ada dalam topik penelitian kami, serta mengeksplorasi kesamaan dan perbedaan antara penelitian yang berbeda.



4. Sinergi Temuan : Tahap terakhir dalam metode studi literatur adalah menyintesis temuan dari berbagai artikel yang telah dianalisis. Kami mencari tema-tema umum, tren, dan pemahaman yang mendalam tentang hambatan psikologis dalam pengambilan keputusan karir dan peran konselor dalam memfasilitasi proses tersebut. Sinergi temuan ini membantu kami merumuskan kesimpulan yang kuat dan implikasi praktis dari penelitian kami.

Melalui metode studi literatur ini, kami dapat mengeksplorasi dan memahami secara komprehensif dinamika kompleks yang terlibat dalam pengambilan keputusan karir dan peran konselor dalam membantu individu mengatasi hambatan psikologis dalam proses tersebut.

HASIL & PEMBAHASAN

Di dalam kehidupan orang dewasa, bekerja merupakan suatu hal yang sangat pokok guna mengisi sebagian besar waktunya, menuntut sebagian besar pikirannya, dan menyentuh sebagian besar perasaannya. Melalau pekerjaannya, seseorang dapat mememnuhi kebutuhan masyarakat, mendapat imbalan untuk memenuhi kebutuhan ekonominya sendiri, menciptakan identitas diri, dan menimbulkan harga diri. (Winkel 1997: 571). Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa remaja yang akan menentukan pilihan karir mereka harus paham akan kemampuan mereka terlebih dahulu. Agar mereka mencintai pekerjaannya yang akan dijabatnya tidak semata-mata mengharapkan imbalan saja melainkan suatu kesenangan untuk membantu orang lain. Dalam memutuskan pilihan karir seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya, faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu yang berasal dari diri individu sendiri, yang meliputi intelegensi, bakat, minat, kepribadian serta potensi-potensi lainnya. Sedangkan faktor eksternal yaitu faktor-faktor sosial atau faktor yang berasal dari luar diri individu seperti lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat .

Dewa Ketut Sukardi (2002:41) mengungkapkan dalam menetapkan pilihan karir ada beberapabimbingan karir yang dapat membantu siswa. Bimbingan karir ini dapat dirinci sebagai berikut

- 1.Pemantapan, pemahaman diri berkenaan dengan karir yang hendak dikembangkan.
- 2.Pemantapan orientasi dan informasi karir umumnya, khususnya karir yang dikembangkan.
- 3.Orientasi dan informasi terhadap dunia kerja dan usaha memperoleh penghasilan untuk memenuhi kebutuhan hidup.
- 4.Orientasi dan informasi terhadap pendidikan yang lebih tinggi, khususnya sesuai dengan karir yang hendak dikembangkan.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan karir ialah membant siswa menetapkan pilihan karir sehingga siswa tidak salah pilih oeh karena itu pentingnya untuk dikenalkan lebih awal. Untuk membantu siswa dalam mempersiapkan dirinya dalam pemilihan karir, maka siswa terlebih dahulu dapat memahami dirinya yaitu dengan cara memahami keterampilan yang dimiliki, bakat, minat, cita-cita, serta aspek lain yang mendukung pemahaman diri siswa.



Menurut A.Muri Yusuf (2005) pilihan karir adalah suatu keputusan psikologis yang dibuat oleh seseorang individu dalam menentukan pekerjaan/studi yang sesuai dengan lapangan kerja yang cocok, tersedia, dan nafkah yang memadai dan kompetensi akademik juga yang dimiliki.

Hasil studi literatur menunjukkan bahwa hambatan psikologis yang sering dialami siswa yaitu seperti ketidakpastian akan masa depan, kebingungan tentang minat dan bakat, serta ketakutan akan kegagalan merupakan beberapa faktor yang sering menghambat individu dalam mengambil keputusan karir.

Hambatan Psikologis

Hambatan psikologis merupakan unsur-unsur dari hambatan kegiatan psikis manusia. Didalam hambatan psikologis ini terdapat kepentingan, prasangka, stereotip, dan motivasi. Dimana kepentingan menjadikan manusia hanya terpusatkan kepada satu perhatian sehingga terstimulus untuk melakukan yang menjadi kepentingannya. Jika tidak ada kepentingan, maka itu akan dilewati begitu saja. Ditambah lagi bahwa komunikasi dalam komunikasi massa bersifat heterogen. Sangat kompleks sekali karena kita bisa mengelompokkannya dari usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan lainnya. Tentu saja perbedaan itu berpengaruh terhadap kepentingan-kepentingan mereka saat berkomunikasi. Karena pada setiap pesan di dalam komunikasi akan mendapatkan persepsi yang berbeda-beda dari komunikannya terutama dari segi manfaat atau kegunaannya. Maka, seleksi pun akan secara otomatis terjadi dalam kegiatan komunikasi.

Prasangka berkaitan dengan persepsi orang tentang seseorang atau kelompok lain, dan sikap serta perilakunya terhadap mereka. Persepsi adalah pengalaman tentang objek. Peristiwa, atau hubungan-hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan. Prasangka merupakan salah satu rintangan atau hambatan bagi tercapainya suatu tujuan dalam komunikasi. Prasangka melibatkan emosi yang memaksa kita untuk menarik kesimpulan atas dasar prasangka tanpa menggunakan pikiran yang rasional. Emosi seringkali membutuhkan pikiran dan pandangan kita terhadap fakta yang nyata. Untuk mengatasi hambatan prasangka, komunikator dalam komunikasi diharapkan berada di posisi yang netral. Juga harus memiliki reputasi yang baik, artinya dia tidak pernah terlibat dalam suatu perkara yang telah menyakiti sekelompok komunikasi tertentu. Maka berdasarkan hal tersebut agar komunikasi bisa efektif maka seorang komunikator harus bersifat acceptable (dapat diterima) oleh segala aspek.

Stereotip merupakan gambaran atau tanggapan tertentu mengenai sifat-sifat dan watak pribadi orang atau golongan lain yang bercorak negatif. Stereotip ini merupakan hal yang harus diwaspadai komunikator komunikasi massa. Mengingat apabila dalam proses komunikasi massa ada komunikasi yang memiliki stereotip tertentu pada komunikannya, maka dapat dipastikan pesan apa pun tidak akan bisa diterima oleh komunikasi.

Motivasi juga berpengaruh kepada efektivitas berkomunikasi. Motivasi lebih dianggap sebagai penghambat dalam proses komunikasi massa. Setiap manusia pada hakikatnya memiliki motif tertentu. Motif merupakan suatu pengertian yang melingkupi semua penggerak, alasan-alasan atau dorongan-dorongan dari dalam diri manusia yang menyebabkan manusia berbuat sesuatu. Kita mengetahui bahwa heterogenitas manusia membentuk motif yang beraneka ragam dalam kegiatan komunikasi massa. Melihat berbagai motif yang berbeda antara orang perorang,



maka identitas tanggapan seseorang terhadap pesan komunikasi pun berbeda sesuai dengan jenis motifnya. Semakin sesuai pesan komunikasi dengan motivasi seseorang, maka semakin besar kemungkinan komunikasi itu dapat diterima dengan baik oleh komunikan. Sebaliknya, komunikan akan mengabaikan suatu pesan dalam komunikasi yang tidak sesuai dengan motivasinya.

Selain itu Hambatan-hambatan yang dominan ditemui siswa pada saat menentukan pilihan karir secara berurutan adalah:

- 1) teman-teman memberikan masukan yang berbeda dengan pilihan karir,
- 2) memasuki jurusan ini karena dorongan oleh teman-teman,
- 3) kurang begitu yakin dengan keadaan fisik saat ini bisa mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan keinginan,
- 4) hasil belajar kurang menunjang untuk pilihan karir nanti,
- 5) banyaknya kebutuhan anggota keluarga membuat pesimis untuk melanjutkan studi.

Banyaknya masukan dan dorongan dari teman-teman terkadang membuat siswa ragu dengan pilihannya sendiri karena mereka lebih mempertimbangkan masukan tersebut dari pada pilihan mereka sendiri. Banyak juga siswa yang ragu dalam memilih arah pilihan karir karena hasil belajar kurang memuaskan atau keadaan keluarga yang kurang mendukung, dan oleh sebab itu banyak siswa yang tidak bisa menentukan arah pilihan karir mereka. Menurut Enung Fatimah (2006:72) faktor ekonomi merupakan kondisi utama karena menyangkut kemampuan seseorang dalam mendukung pencapaian pendidikan dan cita-cita individu. Selain dari faktor ekonomi, teman sebaya adalah salah satu faktor yang bisa jadi hambatan bagi siswa, karena dibandingkan dengan keluarga teman sebaya lebih banyak mempengaruhi siswa dalam menentukan pilihan karir. Teman sebaya memberikan masukan yang belum tentu cocok dengan keinginan siswa, namun karena teman-teman banyak yang memberikan masukan tersebut siswapun lebih terpengaruh oleh hal itu.

Untuk mengatasi hambatan-hambatan tersebut, beberapa solusi yang dapat dilakukan adalah:

1. Pengembangan Kreativitas: Meningkatkan kemampuan siswa dalam berpikir kreatif dan mengembangkan potensi diri mereka. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan tugas-tugas yang memerlukan kreativitas dan memberikan feedback yang konstruktif.
2. Pengembangan Komunikasi: Meningkatkan kemampuan siswa dalam berkomunikasi dengan orang lain, termasuk dengan teman-teman dan orang tua. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan pelatihan komunikasi yang efektif dan meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya komunikasi dalam pengambilan keputusan karir.
3. Pengembangan Motivasi: Meningkatkan motivasi siswa untuk mengambil keputusan karir yang tepat. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan penghargaan dan pengakuan atas prestasi siswa, serta meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya motivasi dalam pengambilan keputusan karir.



4. Pengembangan Kepercayaan Diri: Meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam mengambil keputusan karir. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan pelatihan self-awareness dan meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya kepercayaan diri dalam pengambilan keputusan karir.
5. Pengembangan Kemampuan Problem Solving: Meningkatkan kemampuan siswa dalam menyelesaikan masalah yang terkait dengan pengambilan keputusan karir. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan tugas-tugas yang memerlukan kemampuan problem solving dan memberikan feedback yang konstruktif.
6. Pengembangan Kemampuan Self-Regulation: Meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatur diri sendiri dan mengambil keputusan karir yang tepat. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan pelatihan self-regulation dan meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya self-regulation dalam pengambilan keputusan karir.
7. Pengembangan Kemampuan Resilience: Meningkatkan kemampuan siswa dalam menghadapi hambatan dan kegagalan yang terkait dengan pengambilan keputusan karir. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan pelatihan resilience dan meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya resilience dalam pengambilan keputusan karir.

KESIMPULAN

Pengambilan keputusan karir merupakan tahapan penting dalam perjalanan hidup seseorang yang dapat mempengaruhi arah dan kesuksesan karir mereka. Proses ini melibatkan evaluasi yang cermat terhadap minat, nilai, keahlian, dan tujuan individu untuk memilih jalur karir yang sesuai. Namun, dalam realitasnya, proses pengambilan keputusan karir sering kali dihadapi dengan berbagai hambatan psikologis yang dapat menghambat individu dalam membuat keputusan yang tepat dan memuaskan.

Penelitian ini bertujuan untuk menjelajahi hambatan psikologis yang dialami individu dalam proses pengambilan keputusan karir, serta untuk mengevaluasi peran konselor dalam memfasilitasi proses tersebut melalui studi literatur. Hasil studi literatur menunjukkan bahwa faktor-faktor psikologis seperti ketidakpastian, kebingungan, dan ketakutan akan kegagalan memiliki dampak signifikan pada proses pengambilan keputusan karir. Peran konselor dalam memfasilitasi proses ini diakui sebagai krusial dalam memberikan dukungan emosional, bimbingan, dan sumber daya informasi yang relevan bagi individu yang mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan karir.

Dalam konteks inilah, penelitian ini menemukan bahwa hambatan psikologis yang sering dialami siswa yaitu seperti ketidakpastian akan masa depan, kebingungan tentang minat dan bakat, serta ketakutan akan kegagalan merupakan beberapa faktor yang sering menghambat individu dalam mengambil keputusan karir. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam tentang hambatan-hambatan psikologis ini menjadi krusial dalam merancang intervensi yang efektif dalam bidang konseling karir.

Konselor memiliki peran yang penting dalam membantu individu mengatasi hambatan-hambatan psikologis yang mereka hadapi dan membuat keputusan karir yang lebih mantap dan



bermakna. Melalui bimbingan dan fasilitasi, konselor dapat membantu individu mengidentifikasi nilai-nilai dan minat mereka, serta menyediakan informasi yang relevan mengenai peluang karir dan jalur pendidikan yang sesuai. Dalam konteks ini, peran konselor dalam memfasilitasi proses pengambilan keputusan karir diakui sebagai krusial dalam memberikan dukungan emosional, bimbingan, dan sumber daya informasi yang relevan bagi individu yang mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan karir.

Dalam kesimpulan, penelitian ini menunjukkan bahwa eksplorasi hambatan psikologis dalam proses pengambilan keputusan karir pada siswa sekolah menengah atas adalah penting untuk dipahami lebih dalam. Pemahaman yang mendalam tentang hambatan-hambatan psikologis ini menjadi krusial dalam merancang intervensi yang efektif dalam bidang konseling karir. Peran konselor dalam memfasilitasi proses pengambilan keputusan karir juga diakui sebagai krusial dalam memberikan dukungan emosional, bimbingan, dan sumber daya informasi yang relevan bagi individu yang mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan karir.

DAFTAR PUSTAKA

- Harahap, S R. (2021). Hambatan-Hambatan Komunikasi. *Jurnal Al-Manaj*. 1 (1). 89
- Serru Tumanger,dkk.(2022). Hambatan Psikologis Siswa Dalam Proses Pembelajaran.Medan.*Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*.1(4)
- Yusuf Teguh,dkk.(2023). analisis pengambilan keputusan karir mahasiswa dengan eksplorasi karir sebagai pemediasi.Semarang.*Jurnal Ilmiah Mea(manajemen, ekonomi dan akuntansi)*.7(3)
- FY Falentini, T Taufik, M Mudjiran (2013)USAHA YANG DILAKUKAN SISWA DALAM MENENTUKAN ARAH PILIHAN KARIR DAN HAMBATAN-HAMBATAN YANG DITEMUI *JURNAL Konselor* 2(1),
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.
- Krumboltz, J. D., & Lenz, J. G. (2002). The Theory of Work Adjustment. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research into Practice* (pp. 233-256). Hoboken, NJ: Wiley.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (2000). Contextual Supports and Barriers to Career Choice: A Social Cognitive Framework. *Journal of Vocational Behavior*, 56(2), 173-195.
- Super, D. E. (1990). A Life-Span, Life-Space Approach to Career Development. In D. Brown & L. Brooks (Eds.), *Career Choice and Development* (pp. 197-220). San Francisco: Jossey-Bass.
- Savickas, M. L. (2005). The Theory and Practice of Career Construction. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research into Practice* (pp. 1-34). Hoboken, NJ: Wiley.



- Istriyanti, N. L. A. & Simarmata, N. (2014). Hubungan Antara Regulasi Diri dan Perencanaan Karir pada Remaja Putri Bali. *Jurnal Psikologi*, 1(2), 301-310.
- Akutansi Publik. *Jurnal PPKM*, 2(3), 69-83. Syah, M. (2014). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Remaja Rosdakarya.
- Suharso... (2014). Peranan Penting Perencanaan dan Pengembangan Karir. *Jurnal PUBLIKA*, 1(2), 268-281.
- Nurjanah, A. A., Dahlan, S., & Utaminingsih D. (2017). Hubungan Regulasi Diri dengan Perencanaan Karir Siswa. *Jurnal Konselor*, 6(2), 132-144.
- Nurmasari. (2015). Peranan Penting Perencanaan dan Pengembangan Karir. *Jurnal PUBLIKA*, 1(2), 268-281.
- Suryanti, R., Yusuf, M., & Priyatama, A. N. (2011). Hubungan Antara Locus of Control Internal dan Konsep Diri dengan Kematangan Karir Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 2 Surakarta. *Jurnal Wacana Psikologi*, 3(5), 1-18.