



JOURNAL OF CONTEMPORARY
GENDER AND CHILD STUDIES

Vol 5 No 2 Year 2026 Page 926-935

<https://zia-research.com/index.php/jcgcs>

Efektivitas Teori Konseling *Trait and Factor* dengan
Teknik Meniru untuk Meningkatkan Matang Karier Siswa

Dista Marta Anggraini¹, I Ketut Dharsana², Kade Sathya Gita Rismawan³

^{1,2,3} Universitas Pendidikan Ganesha, Indonesia

Email: dista@student.undiksha.ac.id ¹, iketut.dharsana@undiksha.ac.id ², kade.sathya@undiksha.ac.id ³

ARTICLE INFO

Kata Kunci

Bimbingan Klasikal
Kematangan Karier
Teknik Imitasi
Trait and Factor

ABSTRACT

Career maturity is an important aspect for senior high school students because they are required to prepare educational and career choices after graduation. However, many students still experience difficulties in understanding their potential, setting career goals, planning careers, obtaining occupational information, and solving career-related problems. This study aimed to determine the effectiveness of Trait and Factor counseling with imitation technique in improving the career maturity of grade XI students at SMA Negeri 2 Singaraja. This study used a quantitative approach with a quasi-experimental method and a nonequivalent control group design. The sample consisted of 80 students divided into an experimental group and a control group, with 40 students in each group. Data were collected using a career maturity questionnaire, observation, and documentation, while data analysis was conducted using descriptive analysis, N-Gain Score, normality test, homogeneity test, Independent Sample T-Test, and Cohen's d effect size. The results showed that the experimental group obtained a higher average score increase than the control group. The average N-Gain Score of the experimental group was 0.6281, while the control group obtained 0.3806. The Independent Sample T-Test showed a significance value of $0.000 < 0.05$, indicating a significant difference between the two groups. The effect size value of 4.90 indicated a very large effect. Therefore, Trait and Factor counseling with imitation technique is effective in improving students' career maturity and can be used as an alternative guidance and counseling service in schools.

ABSTRAK

Matang karier merupakan aspek penting bagi siswa sekolah menengah atas karena siswa mulai dihadapkan pada pilihan pendidikan lanjutan dan karir setelah lulus. Namun, masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam memahami potensi diri, menetapkan tujuan karir, membuat perencanaan karir, mencari informasi pekerjaan, dan menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan pilihan karir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teori konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru dalam meningkatkan matang karir siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Singaraja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu dan desain *nonequivalent control group design*. Sampel penelitian berjumlah 80 siswa yang terbagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, masing-masing terdiri atas 40 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner matang karir, observasi, dan dokumentasi, sedangkan analisis data dilakukan melalui analisis deskriptif, N-Gain Score, uji normalitas, uji homogenitas, Independent Sample T-Test, dan effect size Cohen's d. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memperoleh peningkatan skor rata-rata lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Rata-rata N-Gain Score kelompok eksperimen sebesar 0,6281, sedangkan kelompok kontrol sebesar 0,3806. Hasil uji Independent Sample T-Test menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Nilai effect size sebesar 4,90 menunjukkan pengaruh yang sangat besar. Dengan demikian, konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru efektif dalam meningkatkan matang karir siswa dan dapat digunakan sebagai alternatif layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

PENDAHULUAN

Kematangan karir merupakan salah satu aspek penting yang perlu dimiliki siswa pada jenjang sekolah menengah atas. Pada masa ini, siswa mulai dihadapkan pada berbagai pilihan yang berkaitan dengan pendidikan lanjutan, pekerjaan, dan arah masa depan. Kematangan karir tidak hanya berkaitan

dengan keinginan seseorang untuk memiliki pekerjaan tertentu, tetapi juga menunjukkan kesiapan individu dalam memahami diri, merencanakan masa depan, mencari informasi pekerjaan, dan mengambil keputusan karir secara tepat. Kematangan karir dapat dipahami sebagai kemampuan individu dalam menguasai tugas perkembangan karir sesuai dengan tahapannya serta menunjukkan perilaku yang dibutuhkan untuk merencanakan karir, mencari informasi, dan menyadari hal-hal yang diperlukan dalam membuat keputusan karir (Dewi et al., 2024). Dalam pandangan Crites, kematangan karir menunjukkan keselarasan antara sikap dan perilaku karir individu dengan sikap dan perilaku karir yang diharapkan pada rentang usia tertentu (Zahrani, 2025).

Kematangan karir siswa dapat dilihat melalui beberapa indikator, yaitu penilaian diri, penetapan tujuan, perencanaan, informasi pekerjaan, dan penyelesaian masalah (Zahrani, 2025). Penilaian diri membantu siswa memahami bakat, minat, nilai pribadi, kelebihan, dan kekurangan yang dimiliki. Penetapan tujuan membantu siswa menentukan arah karir yang lebih jelas dan realistis. Perencanaan karir membantu siswa menyusun langkah-langkah untuk mencapai tujuan tersebut. Informasi pekerjaan membantu siswa mengenal jenis pekerjaan, kualifikasi, peluang, dan tuntutan dunia kerja. Sementara itu, penyelesaian masalah membantu siswa menghadapi hambatan dan mengambil keputusan secara lebih rasional. Kelima indikator tersebut menjadi dasar penting agar siswa mampu menjalankan tugas perkembangan karir sesuai dengan tahap usianya.

Dalam dunia pendidikan yang semakin kompetitif, kematangan karir menjadi salah satu bentuk kesiapan siswa dalam menghadapi masa depan. Siswa yang memiliki kematangan karir baik cenderung mampu mengenali potensi diri, memahami pilihan pendidikan dan pekerjaan, serta menentukan langkah yang sesuai dengan kemampuan dan minatnya. Sebaliknya, siswa yang belum memiliki kematangan karir akan lebih mudah mengalami kebingungan, keraguan, dan ketidakyakinan dalam menentukan pilihan masa depan. Permasalahan ini masih banyak terjadi pada siswa SMA, terutama ketika mereka harus menentukan jurusan pendidikan lanjutan atau pilihan pekerjaan setelah lulus sekolah.

Permasalahan mengenai karir pada siswa SMA juga diperkuat oleh hasil penelitian sebelumnya. Siswa SMA berada pada tahap eksplorasi karir sehingga perlu mempersiapkan pilihan pendidikan lanjutan dan pekerjaan sesuai dengan minat serta kemampuan yang dimiliki. Namun, masih terdapat 52,3% siswa SMA/MA/SMK yang belum memiliki pilihan perguruan tinggi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa banyak siswa masih mengalami kesulitan, kebingungan, dan ketakutan dalam menentukan jurusan maupun studi lanjut (Rismawan et al., 2026). Hambatan dalam pengambilan keputusan karir juga dapat muncul karena siswa kurang yakin terhadap kemampuan diri, takut salah memilih, serta belum memiliki informasi yang memadai mengenai perguruan tinggi atau pekerjaan yang sesuai dengan dirinya.

Kondisi serupa juga ditemukan pada siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Singaraja. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal, sekitar 67,25% siswa kelas XI mengalami kesulitan dalam menyusun rencana karir dan mengambil keputusan secara mandiri. Kesulitan tersebut dipengaruhi oleh minimnya informasi karir, kurangnya dukungan orang tua, ketidakjelasan potensi diri, serta kecenderungan siswa mengikuti pilihan teman atau orang tua. Dampak dari kondisi tersebut terlihat pada munculnya kebingungan dalam memilih jurusan, rendahnya motivasi belajar, serta kecemasan siswa dalam menghadapi transisi pendidikan maupun dunia kerja. Keadaan ini menunjukkan bahwa siswa membutuhkan layanan bimbingan dan konseling yang dapat membantu mereka meningkatkan kematangan karir secara lebih terarah.

Salah satu bentuk layanan yang relevan untuk membantu siswa dalam meningkatkan kematangan karir adalah bimbingan klasikal. Bimbingan klasikal merupakan layanan dasar dalam bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa dalam satu kelas secara terencana, sistematis, dan berkesinambungan. Layanan ini sesuai digunakan karena permasalahan karir tidak hanya dialami oleh beberapa siswa tertentu, tetapi juga menjadi kebutuhan perkembangan bagi seluruh siswa dalam satu kelas. Melalui bimbingan klasikal, guru bimbingan dan konseling dapat membantu siswa memperoleh informasi karir, mengenali potensi diri, menetapkan tujuan, dan menyusun perencanaan karir. Bimbingan klasikal juga dapat digunakan untuk meningkatkan perencanaan, eksplorasi, dan pengambilan keputusan karir siswa (Putri et al., 2024).

Bimbingan karir di sekolah memiliki peran penting dalam membantu siswa memahami diri dan mengenal dunia kerja. Melalui bimbingan karir, siswa dapat diarahkan untuk memahami kemampuan, minat, dan kondisi lingkungan yang berkaitan dengan pilihan pendidikan maupun pekerjaan. Layanan karir

tidak hanya memberikan informasi tentang pekerjaan, tetapi juga membantu siswa merencanakan masa depan sesuai dengan kemampuan dan minat yang dimiliki. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling di sekolah perlu dirancang agar mampu menjawab kebutuhan perkembangan karir siswa (Tabrani et al., 2024).

Pendekatan yang dapat digunakan untuk membantu siswa meningkatkan kematangan karir adalah konseling *Trait and Factor*. Pendekatan ini menekankan pentingnya pemahaman terhadap karakteristik individu, seperti bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kelebihan, dan kekurangan diri. Pemahaman tersebut kemudian dikaitkan dengan pilihan pendidikan atau pekerjaan yang sesuai. Konseling *Trait and Factor* dinilai dapat membantu individu menemukan potensi, memahami kelemahan dan kelebihan diri, berpikir rasional, serta menyesuaikan diri dengan pilihan hidup dan karirnya (Dewi et al., 2024). Pendekatan tersebut digunakan untuk membantu siswa memahami kondisi dirinya sebelum menentukan arah karier.

Selain pendekatan konseling, teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik meniru atau *modeling*. Teknik ini memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar melalui pengamatan terhadap model atau figur tertentu. Model yang digunakan dapat berupa *live model* maupun *symbolic model*. *Live model* dapat berupa orang terdekat atau figur nyata yang relevan dengan kehidupan siswa, sedangkan *symbolic model* dapat berupa video atau cerita tokoh inspiratif. Melalui proses pengamatan, siswa dapat mempelajari perilaku positif yang berkaitan dengan cara mengenali diri, menetapkan tujuan, menghadapi hambatan, dan menyusun langkah karir. Teknik *modeling* dapat membantu individu mempelajari perilaku melalui pengamatan terhadap model yang ditampilkan (Aulia et al., 2024).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu siswa menghadapi permasalahan karir. Pendekatan konseling *Trait and Factor* dengan teknik *modeling* terbukti dapat meningkatkan kematangan karir siswa, khususnya dalam membantu siswa memahami diri dan mempersiapkan rencana karir (Krisdiyanti, 2023). Bimbingan klasikal dengan pendekatan *Trait and Factor* juga berpengaruh terhadap peningkatan kematangan karir siswa, terutama pada aspek persiapan rencana dan eksplorasi karir (Sugiati & Fitri, 2020). Selain itu, bimbingan klasikal dapat meningkatkan perencanaan, eksplorasi, dan pengambilan keputusan karir siswa (Putri et al., 2024). Layanan bimbingan klasikal juga dapat membantu siswa memperoleh informasi melalui kegiatan layanan yang terarah dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik (Aziz & Supriyadi, 2022). Penelitian lain menunjukkan bahwa *Cognitive Behavior Group Counseling* efektif meningkatkan *career decision making self-efficacy* siswa SMA (Rismawan & Gading, 2020). Teknik *cognitive restructuring* juga terbukti efektif meningkatkan *career decision-making self-efficacy* siswa dalam menentukan pilihan karir (Rismawan et al., 2026).

Meskipun demikian, penelitian-penelitian sebelumnya masih memiliki perbedaan dengan penelitian ini. Penelitian terdahulu lebih banyak membahas kematangan karir melalui pendekatan *Trait and Factor*, teknik *modeling*, bimbingan klasikal, *Cognitive Behavior Group Counseling*, dan *cognitive restructuring*. Belum banyak penelitian yang secara khusus mengkaji efektivitas teori konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru dalam layanan bimbingan klasikal untuk meningkatkan matang karir siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Singaraja. Kesenjangan tersebut menjadi dasar penelitian ini, sehingga penelitian ini diarahkan untuk menguji efektivitas teori konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru untuk meningkatkan matang karir siswa. *State of the art* penelitian ini terletak pada penerapan konseling *Trait and Factor* yang dipadukan dengan teknik meniru dalam layanan bimbingan klasikal. Orisinalitas penelitian ini terdapat pada penggunaan teknik meniru sebagai penguatan dalam proses konseling *Trait and Factor*, sehingga siswa tidak hanya diarahkan untuk memahami potensi diri, tetapi juga memperoleh contoh perilaku karir melalui model yang relevan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teori konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru untuk meningkatkan matang karir siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Singaraja. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam bidang karir, serta menjadi alternatif layanan bagi guru bimbingan dan konseling dalam membantu siswa merencanakan masa depan secara lebih matang.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu atau *quasi experiment*. Desain penelitian yang digunakan adalah *nonequivalent control group design*, yaitu desain penelitian

yang melibatkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok diberikan *pre-test* dan *post-test*, tetapi hanya kelompok eksperimen yang memperoleh perlakuan berupa konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru melalui layanan bimbingan klasikal. Kelompok kontrol digunakan sebagai pembandingan dan tidak memperoleh perlakuan khusus tersebut. Desain ini digunakan untuk mengetahui perbedaan perubahan skor matang karir antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah perlakuan diberikan (Sugiyono, 2022).

Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 2 Singaraja yang beralamat di Jalan Srikandi, Baktiseraga, Kecamatan Buleleng, Kabupaten Buleleng, Bali. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 2 Singaraja yang berjumlah 475 siswa. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2022). Sampel penelitian terdiri dari dua kelas, yaitu kelas XI A dan XI B, dengan jumlah masing-masing 40 siswa, sehingga jumlah sampel penelitian adalah 80 siswa. Satu kelas ditetapkan sebagai kelompok eksperimen dan satu kelas lainnya sebagai kelompok kontrol. Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi, sehingga sampel digunakan apabila peneliti tidak memungkinkan untuk meneliti seluruh populasi (Sugiyono, 2022).

Perlakuan dalam penelitian ini diberikan kepada kelompok eksperimen melalui layanan bimbingan klasikal dengan menerapkan konseling *Trait and Factor* dan teknik meniru. Layanan disusun dalam lima Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling (RPLBK) yang mengacu pada indikator matang karir, yaitu penilaian diri, penetapan tujuan karir, perencanaan karir, pencarian informasi pekerjaan, dan penyelesaian masalah karir. Setiap layanan dilaksanakan selama 2×45 menit. Proses layanan mengacu pada tahapan konseling *Trait and Factor*, yaitu analisis, sintesis, diagnosis, prognosis, *treatment*, dan *follow up*. Teknik meniru dilakukan melalui *symbolic model* berupa video tokoh inspiratif dan *live model* melalui figur yang relevan dengan perkembangan karir siswa. Teknik *modeling* digunakan karena individu dapat belajar melalui proses pengamatan terhadap model, baik secara langsung maupun simbolik (Aulia et al., 2024).

Alat ukur utama dalam penelitian ini adalah kuesioner matang karir, sedangkan RPLBK digunakan sebagai perangkat pelaksanaan perlakuan pada kelompok eksperimen. Kuesioner matang karir digunakan untuk memperoleh data *pre-test* dan *post-test*, sementara RPLBK digunakan sebagai pedoman pelaksanaan layanan konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru melalui bimbingan klasikal. Instrumen kuesioner matang karir disusun berdasarkan lima indikator, yaitu penilaian diri, penetapan tujuan karir, membuat perencanaan karir, mencari informasi pekerjaan, dan membuat penyelesaian masalah. Instrumen terdiri dari 50 butir pernyataan dengan skala Likert lima pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Instrumen penelitian telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Validitas isi dilakukan melalui penilaian tiga orang ahli menggunakan rumus *Content Validity Ratio* (CVR) dan *Content Validity Index* (CVI). Validitas isi digunakan untuk mengetahui kesesuaian isi instrumen dengan konsep yang hendak diukur melalui penilaian ahli atau *expert judgement* (Zulpan & Rusli, 2020). Hasil validitas isi menunjukkan bahwa seluruh 50 butir pernyataan dinyatakan relevan dan dapat digunakan. Selanjutnya, validitas empiris diuji menggunakan korelasi *Product Moment Pearson*. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa nilai *r* hitung berada pada kisaran 0,25 sampai 0,64, sedangkan nilai *r* tabel sebesar 0,22 pada taraf signifikansi 5% dengan jumlah responden 80 siswa. Karena seluruh nilai *r* hitung lebih besar dari *r* tabel, maka 50 butir pernyataan dinyatakan valid.

Uji reliabilitas dilakukan menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan bantuan SPSS versi 25. Reliabilitas digunakan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen dalam mengukur variabel penelitian secara stabil dan dapat dipercaya (Arikunto, 2021). Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,918 dengan jumlah 50 butir pernyataan. Nilai tersebut berada pada kategori sangat reliabel, sehingga instrumen matang karir dinyatakan layak digunakan dalam proses pengumpulan data penelitian (Sugiyono, 2022).

Teknik analisis data dilakukan melalui analisis deskriptif dan analisis inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk mengetahui gambaran skor matang karir siswa sebelum dan sesudah perlakuan, meliputi nilai rata-rata, standar deviasi, nilai minimum, nilai maksimum, serta perubahan skor *pre-test* dan *post-test*. Analisis inferensial dilakukan melalui uji prasyarat dan uji hipotesis. Uji prasyarat meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal, sedangkan uji homogenitas digunakan untuk mengetahui kesamaan varians antara kelompok eksperimen

dan kelompok kontrol. Data dinyatakan normal dan homogen apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.

Uji hipotesis dilakukan menggunakan *Independent Sample T-Test* dengan bantuan SPSS versi 25 untuk mengetahui perbedaan peningkatan matang karir antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengambilan keputusan dilakukan berdasarkan nilai signifikansi pada taraf 0,05. Apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selain itu, perhitungan *effect size* menggunakan Cohen's d dilakukan untuk mengetahui besar efektivitas konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru dalam meningkatkan matang karir siswa. Kriteria interpretasi *effect size* digunakan untuk mengetahui apakah efektivitas perlakuan berada pada kategori lemah, kecil, sedang, atau besar (Fauziah et al., 2023).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perangkat layanan yang digunakan dalam penelitian ini berupa Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling (RPLBK). RPLBK tersebut digunakan sebagai pedoman pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan menerapkan teori konseling *Trait and Factor* dan teknik meniru atau *modeling* untuk meningkatkan matang karir siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Singaraja. Penyusunan RPLBK disesuaikan dengan indikator matang karir yang digunakan dalam instrumen penelitian, yaitu penilaian diri, menetapkan tujuan karir, membuat perencanaan karir, mencari informasi pekerjaan, dan membuat penyelesaian masalah. Dengan demikian, setiap kegiatan layanan diarahkan untuk membantu siswa memahami diri, menentukan arah karir, menyusun rencana, memperoleh informasi karir, serta menyelesaikan hambatan yang berkaitan dengan pilihan karir.

Perangkat layanan dalam penelitian ini terdiri atas lima RPLBK. Setiap RPLBK memuat satu indikator matang karir dan dilaksanakan melalui layanan bimbingan klasikal dengan alokasi waktu 2×45 menit. Pelaksanaan layanan mengacu pada tahapan konseling *Trait and Factor*, yaitu analisis, sintesis, diagnosis, prognosis, *treatment*, dan *follow up*. Pada tahap *treatment*, teknik meniru atau *modeling* digunakan melalui dua bentuk model, yaitu *symbolic model* dan *live model*. *Symbolic model* diberikan melalui video tokoh inspiratif atau tokoh sukses yang relevan dengan pengembangan karir siswa, sedangkan *live model* diberikan melalui figur nyata yang dapat diamati dan dijadikan contoh oleh siswa. Ringkasan RPLBK yang digunakan dalam penelitian ini disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. RPLBK Konseling *Trait and Factor* dengan Teknik Meniru

RPL	Indikator Matang Karir	Fokus Layanan	Waktu
1	Penilaian diri	Membantu siswa mengenali minat, bakat, kelebihan, kekurangan, dan karakter diri	2×45 menit
2	Penetapan tujuan karir	Membantu siswa menentukan cita-cita, pilihan karir, dan keyakinan terhadap tujuan karir	2×45 menit
3	Perencanaan karir	Membantu siswa menyusun langkah, strategi pendidikan, dan alternatif rencana karir	2×45 menit
4	Informasi pekerjaan	Membantu siswa mencari informasi pekerjaan, pendidikan lanjutan, dan peluang karir	2×45 menit
5	Penyelesaian masalah karir	Membantu siswa mengidentifikasi hambatan, menentukan solusi, dan mengambil keputusan karir	2×45 menit

Setiap RPLBK memuat beberapa komponen utama, yaitu identifikasi, desain layanan, pelaksanaan layanan, dan evaluasi. Komponen identifikasi digunakan untuk menggambarkan kesiapan dan kebutuhan siswa berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan *pre-test* terkait indikator matang karir. Komponen desain layanan memuat capaian layanan, tujuan umum, tujuan khusus, pendekatan konseling *Trait and Factor*, teknik meniru, praktik pedagogis, kemitraan pembelajaran, dan lingkungan pembelajaran. Komponen pelaksanaan layanan terdiri atas tahap pembukaan, kegiatan inti, dan penutupan. Pada kegiatan inti, siswa diarahkan mengikuti tahapan konseling *Trait and Factor* melalui proses analisis, sintesis, diagnosis, prognosis, *treatment*, dan *follow up*. Sementara itu, komponen evaluasi terdiri atas evaluasi proses dan evaluasi hasil. Evaluasi proses dilakukan melalui observasi selama layanan berlangsung, sedangkan evaluasi hasil dilakukan melalui LKPD dan refleksi siswa setelah kegiatan layanan.

Setelah perlakuan diberikan, data hasil penelitian diperoleh dari skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen terdiri atas 40 siswa yang memperoleh layanan konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru melalui bimbingan klasikal, sedangkan kelompok kontrol terdiri atas 40 siswa yang tidak memperoleh perlakuan khusus tersebut. Data *pre-test* dan *post-test* digunakan untuk mengetahui perubahan tingkat matang karir siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan. Ringkasan hasil *pre-test* dan *post-test* disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Uji

Kelompok		Rata-rata Selisih Skor	Standar Deviasi	Keterangan	
Eksperimen	0	67,0500	4,57950	Mengalami lebih tinggi	peningkatan
Kontrol	0	41,0000	5,46785	Mengalami lebih rendah	peningkatan

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa kelompok eksperimen memperoleh rata-rata selisih skor sebesar 67,0500 dengan standar deviasi sebesar 4,57950. Sementara itu, kelompok kontrol memperoleh rata-rata selisih skor sebesar 41,0000 dengan standar deviasi sebesar 5,46785. Selisih rata-rata peningkatan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebesar 26,0500. Hasil tersebut menunjukkan bahwa peningkatan skor matang karir pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Dengan demikian, secara deskriptif layanan konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru memberikan peningkatan yang lebih besar terhadap matang karir siswa dibandingkan kelompok yang tidak memperoleh perlakuan khusus.

Analisis selanjutnya dilakukan dengan menghitung *N-Gain Score* untuk mengetahui tingkat peningkatan matang karir siswa pada kedua kelompok. Hasil perhitungan *N-Gain Score* menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memperoleh rata-rata sebesar 0,628, sedangkan kelompok kontrol memperoleh rata-rata sebesar 0,381. Pada kelompok eksperimen, nilai *N-Gain Score* berada pada rentang 0,52 sampai 0,72. Sebanyak 4 siswa berada pada kategori tinggi dan 36 siswa berada pada kategori sedang. Sementara itu, pada kelompok kontrol, nilai *N-Gain Score* berada pada rentang 0,26 sampai 0,47. Sebanyak 1 siswa berada pada kategori rendah dan 39 siswa berada pada kategori sedang. Ringkasan hasil *N-Gain Score* disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil *N-Gain Score* Kelompok Uji

Kelompok		Rata-rata <i>N-Gain</i>	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Keterangan
Eksperimen	0	0,628	0,52	0,72	Sedang sampai tinggi
Kontrol	0	0,381	0,26	0,47	Rendah sampai sedang

Berdasarkan Tabel 3, kelompok eksperimen memiliki rata-rata *N-Gain Score* lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan matang karir siswa pada kelompok yang memperoleh layanan konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru lebih baik daripada kelompok kontrol. Peningkatan tersebut terlihat dari sebagian besar siswa kelompok eksperimen yang berada pada kategori sedang dan beberapa siswa mencapai kategori tinggi. Sementara itu, kelompok kontrol juga mengalami peningkatan, tetapi peningkatannya lebih rendah dan tidak terdapat siswa yang mencapai kategori tinggi.

Sebelum dilakukan uji hipotesis, data *N-Gain Score* terlebih dahulu diuji melalui uji normalitas dan homogenitas. Uji normalitas dilakukan menggunakan Shapiro-Wilk karena jumlah sampel pada masing-masing kelompok kurang dari 50 siswa. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi kelompok eksperimen sebesar 0,804 dan kelompok kontrol sebesar 0,258. Kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga data *N-Gain Score* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dinyatakan berdistribusi normal. Hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas *N-Gain Score*

Kelompok	Sig. Shapiro-Wilk	Kriteria	Keterangan
Eksperimen	0,804	Sig. > 0,05	Normal
Kontrol	0,258	Sig. > 0,05	Normal

Setelah data dinyatakan normal, dilakukan uji homogenitas menggunakan Levene Statistic. Hasil uji homogenitas menunjukkan nilai signifikansi *Based on Mean* sebesar 0,548. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga varians data kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dinyatakan homogen. Selain itu, nilai signifikansi *Based on Median* sebesar 0,536 dan *Based on Trimmed Mean* sebesar 0,544 juga lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, data memenuhi syarat untuk dilanjutkan pada uji hipotesis menggunakan *Independent Sample T-Test*. Hasil uji homogenitas disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Homogenitas *N-Gain Score*

Dasar Pengujian	Sig.	Kriteria	Keterangan
<i>Based on Mean</i>	0,548	Sig. > 0,05	Homogen
<i>Based on Median</i>	0,536	Sig. > 0,05	Homogen
<i>Based on Trimmed Mean</i>	0,544	Sig. > 0,05	Homogen

Uji hipotesis dilakukan menggunakan *Independent Sample T-Test* untuk mengetahui perbedaan peningkatan matang karir antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan hasil uji, diperoleh nilai signifikansi Levene's Test sebesar 0,548, sehingga interpretasi hasil uji-t menggunakan baris *Equal variances assumed*. Pada baris tersebut diperoleh nilai t sebesar -21,921 dengan df sebesar 78 dan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat perbedaan yang signifikan antara *N-Gain Score* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil uji *Independent Sample T-Test* disajikan pada Gambar 1.

Levene's Test for Equality of Variances				t-test for Equality of Means				
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
NGain	Equal variances assumed	.365	.548	-21.921	78	.000	-.24752	.01129
	Equal variances not assumed			-21.921	77.979	.000	-.24752	.01129

Gambar 1. Hasil Uji *Independent Sample T-Test*

Berdasarkan Tabel 6, nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan matang karir yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Nilai *Mean Difference* sebesar -0,24752 menunjukkan adanya perbedaan rata-rata *N-Gain Score* sebesar 0,24752 antara kedua kelompok. Tanda negatif muncul karena urutan perbandingan yang digunakan adalah kelompok kontrol dikurangi kelompok eksperimen. Dengan demikian, rata-rata *N-Gain Score* kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Hasil ini menunjukkan bahwa layanan konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru berpengaruh signifikan terhadap peningkatan matang karir siswa kelas XI.

Group Statistics					
Kelompok		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
NGain	Kontrol	40	.3806	.06091	.00805
	Eksperimen	40	.6281	.06008	.00792

Gambar 2. Hasil Uji *Independent Sample T-Test*

Berdasarkan output Gambar 2, diketahui bahwa rata-rata *N-Gain Score* kelompok kontrol sebesar 0,3806 dengan standar deviasi 0,05091, sedangkan rata-rata *N-Gain Score* kelompok eksperimen sebesar 0,6281 dengan standar deviasi 0,05008. Perbedaan rata-rata tersebut menunjukkan bahwa peningkatan matang karir pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Selanjutnya, data rata-rata dan standar deviasi tersebut digunakan untuk menghitung nilai *effect size* menggunakan rumus Cohen's *d*.

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai Cohen's *d* sebesar 4,90. Nilai tersebut termasuk dalam kategori besar, sehingga dapat diartikan bahwa layanan konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru memberikan pengaruh yang sangat kuat terhadap peningkatan matang karir siswa. Dengan demikian, perbedaan peningkatan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak hanya signifikan secara statistik, tetapi juga memiliki kekuatan pengaruh yang besar secara praktis.

Berdasarkan hasil penelitian, layanan konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru terbukti memberikan pengaruh terhadap peningkatan matang karir siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Singaraja. Hal tersebut terlihat dari peningkatan skor pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan melalui layanan bimbingan klasikal. Kelompok eksperimen memperoleh rata-rata selisih skor *pre-test* dan *post-test* sebesar 67,0500, sedangkan kelompok kontrol memperoleh rata-rata selisih skor sebesar 41,0000. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa peningkatan matang karir pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

Hasil perhitungan *N-Gain Score* juga menunjukkan kecenderungan yang sama. Kelompok eksperimen memperoleh rata-rata *N-Gain* sebesar 0,6281, sedangkan kelompok kontrol memperoleh rata-rata *N-Gain* sebesar 0,3806. Hasil tersebut menunjukkan bahwa peningkatan matang karir pada kelompok eksperimen berada pada kategori sedang dan lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Dengan demikian, layanan yang diberikan mampu membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan penilaian diri, menetapkan tujuan karir, membuat perencanaan karir, mencari informasi pekerjaan, serta menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan pilihan karir.

Hasil uji *Independent Sample T-Test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai tersebut lebih kecil dari 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat perbedaan yang signifikan antara peningkatan matang karir siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selain itu, hasil perhitungan *effect size* menggunakan Cohen's *d* memperoleh nilai sebesar 4,90. Nilai tersebut termasuk dalam kategori besar, sehingga perbedaan peningkatan antara kedua kelompok tidak hanya signifikan secara statistik, tetapi juga memiliki pengaruh yang kuat secara praktis.

Peningkatan matang karir pada kelompok eksperimen dapat terjadi karena pendekatan *Trait and Factor* membantu siswa memahami potensi, minat, kemampuan, kelebihan, dan kekurangan diri dalam hubungannya dengan pilihan karir. Melalui pendekatan ini, siswa diarahkan untuk mengenali karakteristik dirinya, memahami tujuan yang ingin dicapai, dan menyesuaikan pilihan karir dengan kemampuan yang dimiliki. Pemahaman diri tersebut menjadi dasar penting bagi siswa dalam menentukan pilihan pendidikan lanjutan maupun pekerjaan secara lebih matang. Pendekatan *Trait and Factor* menekankan pentingnya kesesuaian antara karakteristik individu dan tuntutan pekerjaan atau bidang karir tertentu (Hartati & Karneli, 2020).

Penggunaan teknik meniru atau *modeling* juga menjadi faktor yang mendukung peningkatan matang karir siswa. Melalui teknik ini, siswa tidak hanya memperoleh penjelasan mengenai karir, tetapi juga mengamati contoh perilaku dari model yang ditampilkan. Model tersebut dapat berupa *symbolic model* melalui video tokoh inspiratif maupun *live model* melalui figur nyata yang relevan dengan perkembangan karir siswa. Pengamatan terhadap model membantu siswa memperoleh gambaran mengenai cara mengenali potensi diri, menetapkan tujuan, menghadapi hambatan, dan menyusun langkah untuk mencapai pilihan karir. Teknik *modeling* memungkinkan individu belajar melalui pengamatan terhadap perilaku model sehingga dapat membentuk perilaku baru yang diharapkan (Erford, 2016).

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Krisdiyanti yang menunjukkan bahwa pendekatan konseling *Trait and Factor* dengan teknik *modeling* efektif dalam meningkatkan kematangan karir siswa. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa siswa yang memperoleh layanan konseling mengalami peningkatan kemampuan dalam memahami diri, merencanakan karir, dan mengurangi kecemasan terhadap masa depan karir dibandingkan kelompok kontrol (Krisdiyanti, 2023). Hasil penelitian ini juga mendukung temuan Sugianti dan Fitri yang menyatakan bahwa bimbingan klasikal dengan pendekatan *Trait and Factor*

berpengaruh terhadap peningkatan kematangan karir siswa, terutama pada aspek perencanaan dan eksplorasi karir (Sugiati & Fitri, 2020).

Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa bimbingan klasikal dapat meningkatkan perencanaan, eksplorasi, dan pengambilan keputusan karir siswa (Putri et al., 2024). Layanan bimbingan klasikal memberikan ruang bagi siswa untuk memperoleh informasi, berdiskusi, dan merefleksikan pilihan karir secara lebih terarah. Dalam penelitian ini, bimbingan klasikal menjadi wadah pelaksanaan perlakuan karena permasalahan matang karir tidak hanya dialami oleh satu atau dua siswa, tetapi menjadi kebutuhan perkembangan bagi siswa dalam satu kelas.

Hasil penelitian ini juga dapat dikaitkan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling berperan dalam meningkatkan keyakinan siswa dalam mengambil keputusan karir. *Cognitive Behavior Group Counseling* terbukti efektif meningkatkan *career decision making self-efficacy* siswa SMA (Rismawan & Gading, 2020). Teknik *cognitive restructuring* juga terbukti membantu siswa dalam meningkatkan *career decision-making self-efficacy* (Rismawan et al., 2026). Meskipun pendekatan yang digunakan berbeda, kedua penelitian tersebut memperkuat bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu siswa menghadapi kebingungan, keraguan, dan hambatan dalam menentukan pilihan karir.

Kelompok kontrol dalam penelitian ini juga mengalami peningkatan skor matang karir, tetapi peningkatannya tidak sebesar kelompok eksperimen. Peningkatan pada kelompok kontrol dapat terjadi karena siswa tetap mengikuti kegiatan pembelajaran dan layanan sekolah yang berjalan seperti biasa. Namun, karena kelompok kontrol tidak memperoleh perlakuan khusus berupa konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru melalui bimbingan klasikal, peningkatannya lebih rendah dibandingkan kelompok eksperimen. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa perlakuan yang diberikan kepada kelompok eksperimen memberikan kontribusi yang lebih kuat terhadap peningkatan matang karir siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru melalui layanan bimbingan klasikal efektif digunakan untuk meningkatkan matang karir siswa. Layanan ini membantu siswa memahami diri, memperoleh informasi karir, menyusun rencana masa depan, dan mengembangkan kemampuan dalam menyelesaikan masalah karir. Dengan demikian, layanan ini dapat menjadi salah satu alternatif bagi guru bimbingan dan konseling dalam membantu siswa SMA mempersiapkan pilihan pendidikan dan karir secara lebih matang.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa teori konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru efektif dalam meningkatkan matang karir siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Singaraja. Hal ini terlihat dari peningkatan skor matang karir pada kelompok eksperimen yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Rata-rata *N-Gain Score* kelompok eksperimen sebesar 0,6281, sedangkan kelompok kontrol sebesar 0,3806. Hasil uji *Independent Sample T-Test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selain itu, nilai Cohen's *d* sebesar 4,90 menunjukkan bahwa layanan konseling *Trait and Factor* dengan teknik meniru memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap peningkatan matang karir siswa.

Kesimpulan penelitian ini menegaskan bahwa layanan bimbingan klasikal yang dipadukan dengan teori konseling *Trait and Factor* dan teknik meniru dapat membantu siswa memahami potensi diri, menetapkan tujuan karir, menyusun perencanaan karir, mencari informasi pekerjaan, serta menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan pilihan karir. Oleh karena itu, guru bimbingan dan konseling dapat menggunakan layanan ini sebagai alternatif dalam membantu siswa mempersiapkan pilihan pendidikan dan karir secara lebih matang. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menerapkan layanan serupa pada jenjang sekolah, atau karakteristik peserta didik yang berbeda agar efektivitasnya dapat dikaji secara lebih luas.

REFERENSI

- Arikunto, S. (2021). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aulia, D., Netrawati, N., & Ardi, Z. (2024). Pendekatan behavior menggunakan teknik *modeling* simbolik dalam mengurangi perilaku *bullying*. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(2), 27606–27612. Retrieved from <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/16881>

- Aziz, A., & Supriyadi, E. (2022). Upaya memberikan informasi kepada siswa terhadap bimbingan dan konseling melalui layanan bimbingan klasikal bagi seluruh siswa SMP Islam Nurul Yaqin. *Papanda Journal of Mathematics and Sciences Research*, 1(1), 15–25. <https://doi.org/10.56916/pjmsr.v1i1.127>
- Dewi, L. P. M. A., Dharmayanti, P. A., & Suranata, K. (2024). Konseling kelompok menggunakan pendekatan *Trait and Factor* untuk meningkatkan kematangan pilihan karir siswa. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 15(1), 117–127. <https://doi.org/10.23887/jibk.v15i1.82024>
- Fauziah, N., Asrizal, A., & Usmeldi, U. (2024). Meta analisis effect size pengaruh bahan ajar terhadap kemampuan berpikir kritis dan hasil belajar peserta didik. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 32103–32109. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.12241>
- Krisdiyanti, N. M. M. (2023). *Efektivitas Pendekatan Konseling Trait and Factor dengan Teknik Modelling untuk Meningkatkan Kematangan Karir Peserta Didik Kelas XI DPIB di SMK Negeri 3 Singaraja* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Ganesha).
- Putri, A. D., Syafriadif, N., & Donal. (2024). Bimbingan klasikal untuk meningkatkan, perencanaan, eksplorasi, pengambilan keputusan karir siswa tentang sekolah kedinasan. *Indonesian Journal of Education and Development Research*, 2(2), 957–969. <https://doi.org/10.57235/ijedr.v2i2.2384>
- Rismawan, K. S. G., & Gading, I. K. (2020). The effectiveness of cognitive behavior group counseling to improve career decision making self-efficacy of senior high school students. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 540, 142–149. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210407.228>
- Rismawan, K. S. G., Asli, L., & Rismadewi, N. W. M. (2026). The effectiveness of cognitive restructuring techniques to improve career decision-making self-efficacy. *International Journal of Social Science, Educational, Economics, Agriculture Research and Technology*, 5(6), 1835–2847. <https://doi.org/10.5281/zenodo.20045261>
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Ed. ke-4). Bandung: Alfabeta.
- Tabrani, Kenedi, G., Afinbar, & Ulfatmi. (2024). Konseling karir di sekolah dan dunia kerja. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(1), 369–376. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i1.4880>
- Zahrani, T. J. D., & Laili, N. (2025). *Self concept and future orientation in career maturity*: Konsep diri dan orientasi masa depan dalam kematangan karier. *Academia Open*, 10(1). <https://doi.org/10.21070/acopen.10.2025.13343>
- Zulpan, & Rusli, A. (2020). Validitas dan reliabilitas instrumen penilaian membaca *short functional text* pada siswa SMP kelas VIII. *Jurnal Pendidikan Guru*, 1(1), 86–95. <https://doi.org/10.47783/jurpendigu.v1i1.66>