

Life Proposal : Career Planning Tool to Improve Student Self Determination

Ani Christina

SMA Al Hikmah Boarding School Batu
anichristina08@gmail.com

Article History

received 20/9/2021

revised 20/10/2021

accepted 20/11/2021

Abstract

Self-determination (SDT) is the ability in identifying and achieving the purpose based on knowledge and the assessment of the individual against himself. Three aspects in the SDT includes autonomy, competence and relationships become an important part for students to be able to understand the capabilities of themselves, having a positive competitiveness to other students. The researcher gave the question form to 55 students and analyzed the ability of SDT during the implementation of Life Proposal Program. This program is a career-focused educational model, also can defined as student career planning tool. Life Proposal Program designed by Guidance and Counseling teacher in SMA Al Hikmah Boarding School Batu to help student arrange plan for their future includes state of self identity, scopes of role in the future, future life mapping, and self planned learning. The results of the study showed that the student SDT ability is well developed.

Keywords: *self-determination, career planning, guidance, counseling*

Abstrak

Determinasi diri (*self determination*) adalah kemampuan dalam mengidentifikasi dan mencapai tujuan berdasarkan pengetahuan dan penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Tiga aspek determinasi diri meliputi kemandirian, kompetensi dan relasi menjadi bagian penting bagi siswa untuk dapat memahami kemampuan dirinya, memiliki daya saing yang positif dengan siswa lainnya. Peneliti memberikan formulir pertanyaan kepada 55 siswa dan menganalisis kemampuan determinasi diri selama pelaksanaan Program Proposal Hidup. Program ini adalah model pendidikan yang berfokus pada karir, juga dapat didefinisikan sebagai alat perencanaan karir siswa. Program Proposal Hidup dirancang oleh guru Bimbingan dan Konseling di SMA Al Hikmah Boarding School Batu untuk membantu siswa menyusun rencana masa depan meliputi pernyataan jati diri, ruang lingkup peran di masa depan, pemetaan kehidupan masa depan, dan pembelajaran terencana mandiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan determinasi diri siswa berkembang baik.

Kata kunci: *determinasi diri, bimbingan karir, perencanaan karir, bimbingan dan konseling*



PENDAHULUAN

Pada era modern ini, perencanaan karir mendapat perhatian luas dari masyarakat. Terlebih, lulusan perguruan tinggi secara langsung mempengaruhi dunia industri dan stabilitas sosial. Perencanaan karir berpengaruh pada minat siswa dan keluarganya, Oleh karena itu, perencanaan karir siswa memiliki arti praktis yang sangat penting (Zhang, 2016). Bimbingan perencanaan karir merupakan upaya bantuan terhadap individu agar dapat mengenal dan memahami dirinya, mengenal dunia kerjanya, mengembangkan masa depannya sesuai dengan bentuk kehidupannya yang diharapkan dapat meningkatkan kematangan karir siswa. Lebih lanjut diharapkan dengan layanan bimbingan karir, individu mampu menentukan dan mengambil keputusan karir secara tepat dan bertanggung jawab atas keputusan yang diambilnya sehingga mereka mampu mewujudkan dirinya secara bermakna (Lestari 2017).

Perencanaan karir adalah program penting bagi siswa. Dalam salah satu penelitian, program semacam peta karir memastikan siswa memiliki pemahaman yang jelas tentang jalur akademis mereka dari tahun pertama dan seterusnya, pilihan bermakna dengan membangun hubungan antara aspirasi karir dan studi mereka. Perencanaan karir bahkan bisa mengembangkan kepuasan diri siswa yang mendorong mereka tetap kompetitif dan tumbuh (Tomy & Pardede, 2017). Konselor sekolah diharapkan lebih proaktif dengan memberikan arahan pada siswa dan dan memberi dukungan bagi orang tua tentang cara untuk membantu anak mereka membuat perencanaan karir, mengembangkan hubungan dengan siswa, dan mengintegrasikan peran komunitas ke dalam perencanaan karir siswa (Bardick & Bernes, 2004).

Pendekatan inovatif SMA Al Hikmah Boarding School mengambil paradigma *heutagogy* dan *self directed learning*. Pendekatan tersebut dimaknai sebagai peningkatan pengetahuan, keterampilan, prestasi atau perkembangan personal yang dipilih oleh seseorang dan diupayakan sendiri, dengan metode apapun, siklus yang seperti apapun, dan pilihan waktu kapanpun. melahirkan beberapa program (Gibbons, 2002). *Self directed learning* merupakan salah satu bentuk implementasi konsep *student-centered learning*. Indikator peserta didik yang siap dengan *self directed learning* adalah menikmati kemandirian memilih jadwal dan cara belajar sendiri, tidak terlalu membutuhkan guru, puas dengan eksplorasi belajar sendiri.

Pendekatan *self directed learning* melahirkan beberapa inovasi program bimbingan dan konseling. Proses layanan bimbingan dan konseling antara lain adalah pelayanan dasar berupa bimbingan klasikal, pelayanan orientasi, pelayanan informasi, bimbingan kelompok, aplikasi instrumentasi dengan topik *self directed learning*, pelayanan responsif berupa konseling bagi peserta didik yang mengalami kesulitan belajar, dan pelayanan perencanaan karir individual berupa program berkelanjutan dengan tajuk Proposal Hidup.

Proposal Hidup adalah sebuah program bagi siswa untuk menuliskan rencana hidupnya ke depan, yang ditulis tanpa intervensi orang tua sekalipun. Mereka harus memutuskan arah hidup mereka sendiri. Terdapat beberapa bagian dalam penulisan proposal hidup, yaitu penetapan jati diri, penjabaran peran-peran kehidupan, penyusunan peta perjalanan hidup, rencana aktivitas jangka lima tahun, dan rencana belajar mandiri selama di SMA. Semua proses penulisan didasarkan pada kebutuhan dan keinginan siswa, utamanya penentuan aktivitas di masa depan.

Siswa menulis proposal ini pada masa pengenalan lingkungan sekolah, yang disebut *Basic Leader Camp*. Hanya beberapa waktu setelah siswa tamat SMP, mereka langsung diajak bekerja keras menuliskan hal-hal mendasar tentang kehidupan. Pergolakan pertama tentunya tentang penetapan jati diri. Saat teman-teman seusia mereka masih disibukkan dengan proses pencarian jati diri, suka aksi coba ini-itu, hobi cari perhatian publik, siswa-siswa di sini dikondisikan untuk segera mengambil

keputusan tentang apa sesungguhnya jati diri mereka, siapakah diri mereka, apa potensi diri mereka, dan apa tantangan-tantangan hidup ke depan yang harus mereka hadapi.

Pendekatan belajar mandiri, yang disosialisasikan dengan istilah populer *self directed learning*, ternyata melahirkan penentuan sikap mandiri. Misalnya, seorang siswa SMA ada yang menuliskan target sudah bisa menjadi imam dan khatib Jumat, sebuah aktivitas yang biasanya hanya diserahkan pada orangtua. Ini merupakan hal yang sangat menakjubkan. Beberapa siswa menulis target sudah menguasai bahasa pemrograman komputer ketika di SMA, ada juga yang ingin magang di rumah sakit agar mendalami dunia kedokteran, dan ada pula yang membuat target sudah menjadi pimpinan organisasi pemuda ketika SMA.

Penentuan sikap mandiri selama menyusun proposal hidup ini diasumsikan dapat meningkatkan kemampuan determinasi diri (*self determination*) siswa. *Self Determination Theory* (SDT) adalah teori motivasi yang mengasumsikan bahwa semua siswa, tidak peduli usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, kebangsaan, atau latar belakang budaya, memiliki kecenderungan pertumbuhan yang melekat (misalnya, motivasi intrinsik, rasa ingin tahu, kebutuhan psikologis) yang memberikan landasan motivasi untuk kualitas diri mereka yang tinggi (Reeve, 2012). Determinasi diri (*self determination*) adalah kemampuan dalam mengidentifikasi dan mencapai tujuan berdasarkan pengetahuan dan penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Tiga aspek determinasi diri meliputi kemandirian, kompetensi dan relasi menjadi bagian penting bagi siswa untuk dapat memahami kemampuan dirinya, memiliki daya saing yang positif dengan siswa lainnya (Wilujeng, 2018).

Pendidikan kita sejauh ini belum optimal mewadahi pengembangan potensi peserta didik dari segi persiapan karir masa depan, karena semua siswa wajib belajar materi pelajaran yang sama. Pendekatan *self directed learning* memungkinkan siswa dapat memilih sendiri manajemen belajarnya, dan membuat target belajar berbeda antar siswa satu dengan lainnya. Program Proposal Hidup turut mendukung analisis kebutuhan masing-masing peserta didik, sehingga tiap siswa akan mendapat gambaran proses belajar apa yang akan mereka pilih untuk dijalankan selama di SMA sesuai dengan tujuan karir masa depan masing-masing. Penelitian ini melihat apakah peserta didik memiliki *self determination*, yaitu kemampuan dalam mengidentifikasi dan mencapai tujuan berdasarkan pengetahuan dan penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui determinasi diri siswa dalam proses merencanakan masa depan dalam Program Proposal Hidup.

METODE

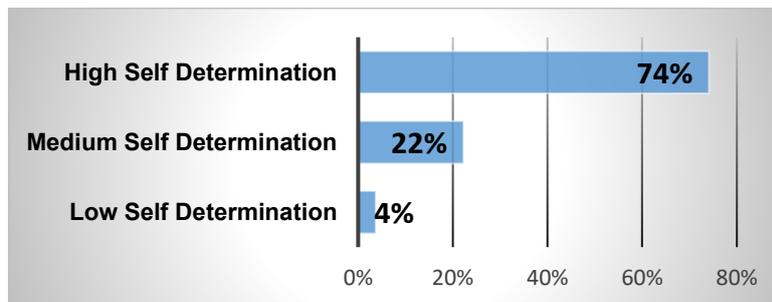
Peneliti memberikan angket pertanyaan kepada 55 siswa dan menganalisis kemampuan determinasi diri (*self determination*) selama pelaksanaan Program Proposal Hidup. Angket determinasi diri dibuat dengan indikator empat aspek determinasi diri meliputi motivasi instrinsik, kemandirian, kompetensi dan relasi. Kualitas determinasi diri dikelompokkan menjadi tiga, yaitu determinasi diri rendah, determinasi diri sedang dan determinasi diri tinggi. Subyek penelitian ini adalah 55 siswa kelas X SMA Al Hikmah Boarding School Batu Tahun Ajaran 2020/2021. Metode pengumpulan data menggunakan angket berskala dan angket terbuka. Analisis data dilakukan dengan metode analisis statistik deskriptif, yaitu metode dalam menganalisis data dengan menggambarkan data yang sudah dikumpulkan, tanpa membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (generalisasi). Analisis ini akan menyajikan gambaran visual berupa diagram dan tabel, ditambah dengan keterangan deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subyek penelitian berjumlah 55 orang berasal dari 3 kelas X SMA Al Hikmah Boarding School Batu Tahun Ajaran 2020/2021, yaitu kelas X MIPA 1, X MIPA 2, dan X, IPS 1. Angket determinasi diri yang terdiri dari 28 item pernyataan, disajikan dalam skala 1-5, dengan rentang skor determinasi 28-140. Subyek dengan skor 28-70 dimasukkan pada kategori subyek dengan determinasi diri rendah. Subyek dengan skor 71-98 dimasukkan pada kategori subyek dengan determinasi diri sedang. Subyek dengan skor 99-140 dimasukkan pada kategori subyek dengan determinasi diri tinggi. Kategorisasi determinasi diri subyek secara keseluruhan dapat dilihat dalam tabel 1 dan gambar 1.

Tabel 1. Kategori Determinasi Diri

Category	N	%
<i>High Self Determination</i>	41	74%
<i>Medium Self Determination</i>	12	22%
<i>Low Self Determination</i>	2	4%



Gambar 1. Kategori Determinasi Diri

Berdasarkan gambar di atas, data menunjukkan bahwa 4% subyek memiliki determinasi diri rendah, 22% subyek memiliki determinasi diri sedang, 74% subyek memiliki determinasi diri tinggi. Secara umum, dapat dikatakan bahwa siswa kelas X SMA Al Hikmah Boarding School Batu Tahun Ajaran 2020/2021 memiliki kemampuan tinggi dalam mengidentifikasi dan mencapai tujuan berdasarkan pengetahuan dan penilaian individu terhadap dirinya sendiri dalam proses penyusunan proposal hidup.

Angket determinasi diri dibuat dengan indikator empat aspek determinasi diri meliputi motivasi intrinsik (*intrinsic motivation*), kemandirian (*self-autonomy*), kompetensi (*self competence*) dan relasi (*relatedness*). Subyek dengan skor aspek 7-17,5 dimasukkan pada kategori subyek dengan determinasi diri rendah. Subyek dengan skor aspek 18-24,5 dimasukkan pada kategori subyek dengan determinasi diri sedang. Subyek dengan skor aspek 25-35 dimasukkan pada kategori subyek dengan determinasi diri tinggi. Tabel 2 menunjukkan rata-rata skor determinasi diri tiap aspeknya.

Tabel 2. Rata-rata Skor Determinasi Diri

Indikator Determinasi Diri	N	Mean	Range
<i>Intrinsic Motivation</i>	55	28,07	11-35
<i>Self Autonomy</i>	55	27,02	12-35
<i>Self Competence</i>	55	28,13	19-35
<i>Relatedness</i>	55	23,86	11-35

Rata-rata skor motivasi instrinsik (*intrinsic motivation*) adalah 28,07, sehingga termasuk kategori determinasi diri tinggi. Rata-rata skor kemandirian (*self-autonomy*) adalah 27,02, sehingga termasuk kategori determinasi diri tinggi. Rata-rata skor kemandirian kompetensi (*self competence*) adalah 28,13, sehingga termasuk kategori determinasi diri tinggi. Rata-rata skor relasi (*relatedness*) adalah 23,86, sehingga termasuk kategori determinasi diri sedang. siswa kelas X SMA Al Hikmah Boarding School Batu Tahun Ajaran 2020/2021 memiliki kemampuan

Tabel 3. Rata-rata Skor Determinasi Diri

Indikator Determinasi Diri	Kategori	N	%
<i>Intrinsic Motivation</i>	<i>High</i>	42	76%
	<i>Medium</i>	12	22%
	<i>Low</i>	1	2%
<i>Self Autonomy</i>	<i>High</i>	45	81%
	<i>Medium</i>	8	15%
	<i>Low</i>	2	4%
<i>Self Competence</i>	<i>High</i>	43	78%
	<i>Medium</i>	12	22%
	<i>Low</i>	0	0%
<i>Relatedness</i>	<i>High</i>	23	42%
	<i>Medium</i>	25	45%
	<i>Low</i>	7	13%

Tabel 2 menunjukkan sebaran kategori aspek determinasi diri seluruh subyek penelitian. Dalam aspek motivasi instrinsik (*intrinsic motivation*), kategori tinggi berjumlah 76%, kategori sedang berjumlah 22%, dan kategori rendah berjumlah 2%. Ini menunjukkan kategori terbanyak adalah subyek dengan motivasi instrinsik (*intrinsic motivation*) tinggi, yaitu kondisi motivasi kuat yang berasal dari sendiri, tanpa perlu dorongan dari lingkungan atau orang lain. Dalam aspek kemandirian (*self-autonomy*), kategori tinggi berjumlah 81%, kategori sedang berjumlah 15%, dan kategori rendah berjumlah 4%. Ini menunjukkan kategori terbanyak adalah subyek dengan kemandirian (*self-autonomy*) tinggi, yaitu kondisi motivasi independen, persepsi tentang alasan hidup untuk diri sendiri, dan integrasi diri sendiri cenderung kuat. Dalam aspek kompetensi (*self competence*), kategori tinggi berjumlah 78%, kategori sedang berjumlah 22%, dan kategori rendah berjumlah 0%. Ini menunjukkan kategori terbanyak adalah subyek dengan kompetensi (*self competence*) tinggi, yaitu keyakinan kuat tentang kemampuan diri untuk melakukan sesuatu di masa kini dan meraih sukses di masa depan. Dalam aspek relasi (*relatedness*), kategori tinggi berjumlah 42%, kategori sedang berjumlah 45%, dan kategori rendah berjumlah 13%. Ini menunjukkan kategori terbanyak adalah subyek dengan relasi (*relatedness*) sedang, yaitu keyakinan cukup kuat tentang kemampuan diri untuk memelihara hubungan dengan lingkungan.

Angket terbuka menggali data tentang dinamika perasaan siswa ketika mengerjakan Proposal Hidup. Sebanyak 20% subyek menyatakan diri mengalami serangkaian perasaan negatif seperti bingung, khawatir, ragu, kesulitan menuangkan ide, kurang percaya diri, dan takut apa yang dituliskan tidak terwujud di masa depan. Sebanyak 80% subyek menyatakan diri mengalami emosi positif seperti tertarik,

senang, rasa ingin tahu yang tinggi, seru, tertantang, tercerahkan, bangga dengan mimpi yang dituliskan, semangat mengejar cita-cita, antusias mengejar mimpi, yakin dan percaya diri akan mewujudkan cita-cita ketika berproses menyusun proposal hidup.

Subyek menyampaikan banyak manfaat yang didapat ketika menyusun proposal hidup. Pertama, subyek merasa lebih memahami dirinya sendiri, juga pemikiran dan perasaannya sendiri. Kedua, subyek merasa lebih jelas dalam memandang masa depan, mengetahui rencana yang akan dilakukan di masa depan, dan dapat menetapkan tujuan hidup dengan baik. Ketiga, subyek merasa mendapatkan keyakinan, optimisme, semangat dan ambisi untuk mewujudkan apa yang sudah ditulis.

Subyek juga menyatakan beberapa kesulitan yang dirasakan ketika proses penyusunan proposal hidup ini. Kesulitan yang dialami secara umum adalah kesulitan menemukan kata-kata yang tepat untuk menerjemahkan hal-hal yang diharapkan. Beberapa subyek juga menunjukkan keraguan dan kebingungan tentang apa yang diinginkan di masa depan. Beberapa subyek masih merasa pesimis akan mampu mewujudkan mimpinya.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa subyek penelitian, siswa kelas X SMA Al Hikmah Boarding School Batu Tahun Ajaran 2020/2021 mengembangkan *self determination* selama proses merencanakan masa depan dalam Program Proposal Hidup. Secara umum, dapat dikatakan bahwa siswa kelas X SMA Al Hikmah Boarding School Batu Tahun Ajaran 2020/2021 memiliki kemampuan tinggi dalam mengidentifikasi dan mencapai tujuan berdasarkan pengetahuan dan penilaian individu terhadap dirinya sendiri dalam proses penyusunan proposal hidup, dengan rincian hasil penelitian 4% subyek memiliki determinasi diri rendah, 22% subyek memiliki determinasi diri sedang, 74% subyek memiliki determinasi diri tinggi. Penelitian ini juga menemukan bahwa sebagian besar (80%) subyek penelitian menyatakan diri mengalami emosi positif, dan mendapatkan banyak manfaat selama menulis proposal hidup.

Penelitian selanjutnya dapat dikembangkan untuk menggali lebih dalam aspek-aspek lain yang menentukan determinasi diri siswa. Faktor internal seperti kematangan kepribadian siswa dan faktor eksternal seperti dukungan orangtua diperkirakan memiliki pengaruh kuat dalam proses seseorang menentukan perencanaan masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bardick, Angela D. & Bernes, Kerry B. (2004). *Junior High Career Planning: What Students Want*. Canadian Journal of Counselling/Revue canadienne de counseling/2004, Vol. 38:2 University of Lethbridg.
- Gibbons, M. (2002). *The Self-Directed Learning Handbook Challenging Adolescent Students To Excel*. San Francisco : Jossey-Bass.
- Indah, Lestari (2017). *Meningkatkan Kematangan Karir Remaja Melalui Bimbingan Karir Berbasis Life Skills*. Jurnal Konseling GUSJIGANG Vol. 3 No. 1 (Januari-Juni 2017) Print ISSN 2460-1187, Online ISSN 2503-281X. Kudus : Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Muria Kudus.
- Reeve, Johnmarshall (2012). *A Self-determination Theory Perspective on Student Engagement. Handbook of Research on Student Engagement*. Springer Science+Business Media, LLC 2012. Diakses dari <https://www.researchgate.net/>
- Tomy, Sarath & Pardede, Eric. (2019). *Map My Career: Career Planning Tool to Improve Student Satisfaction*. Institute of Electrical and Electronics Engineers

Access Journal. Received July 23, 2019, accepted August 29, 2019, date of publication September 13, 2019, date of current version September 26, 2019.

Wilujeng, H. (2018). *Analysis of Students' Self-Determination in Learning Mathematics* Journal of Physics: Conference Series Paper.

Zhang, Ting (2016). *A Study on Career Planning Guidance for College Students from the Perspective of Enterprises*. 6th International Conference on Social Network, Communication and Education (SNCE 2016).