

	Jurnal Al-Taujih Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami	p-ISSN : 2502-0625, e-ISSN : 2715-7571
		Volume 11 No. 1 Hal 70 - 77
		https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/
Received June 25, 2024; Accepted May 2, 2025; Published July 16, 2025		

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK JOURNALING DALAM MENINGKATKAN PERENCANAAN KARIR

Ifana Rofida*, David Ari Setyawan
 ifanarofida07@gmail.com
 Institut Agama Islam Negeri Kudus

Abstract : *Career planning was a process in which individuals learned about themselves and their environment, made commitments, selected and consciously planned various career paths, and realistically accepted the consequences to achieve their desired goals. This process was particularly important for students. It aimed to help individuals become more confident, independent in choosing a career aligned with their potential, and prepared to face its consequences. This study aimed to determine the level of students' career planning before and after receiving group counseling services using the journaling technique, as well as the effectiveness of the service in improving it. The method used was quantitative with a pre-experimental design and applied a one-group pretest-posttest model. The sampling technique used proportionate stratified random sampling, resulting in 12 respondents. The research findings showed that group counseling using the journaling technique was effective in improving career planning. This was evidenced by the Wilcoxon Signed Rank Test, which produced a significance value of 0.002 — less than 0.05 — indicating that the alternative hypothesis (H_a) could not be rejected. Additionally, the N-Gain test showed a score of 0.43 (> 0.30), confirming that the treatment provided was effective.*

Keywords: *Group Counseling; Journaling; Career.*

Abstrak : Perencanaan karir adalah suatu proses dimana individu belajar tentang diri dan lingkungannya, membuat komitmen, memilih, merencanakan segala bidang karir secara sadar serta realistis menerima berbagai konsekuensinya untuk mencapau tujuan yang diinginkan. Proses ini sangat penting, terutama bagi peserta didik.. Hal ini bertujuan agar individu lebih percaya diri, mandiri dalam menentukan karir sesuai potensinya, dan siap menerima konsekuensinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat perencanaan karir peserta didik sebelum dan sesudah layanan bimbingan kelompok dengan teknik journaling, serta efektivitas layanan tersebut dalam meningkatkannya. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan jenis penelitian pre-eksperimental dan menggunakan one-group pretest-posttest design. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan proportionate stratified random sampling yang memperoleh 12 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik journaling efektif untuk meningkatkan perencanaan karir yang dibuktikan oleh nilai signifikansi dari uji Wilcoxon Signed Rank Test.yaitu 0,002 yang dapat dikatakan kurang dari 0,05 sehingga H_a tidak dapat ditolak. Selain itu juga uji N-Gain dimana memperoleh skor sebesar 0,43 $> 0,30$ dinyatakan bahwa perlakuan yang diberikan dapat dikatakan efektif.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok; *Journaling*; Karir.

A. PENDAHULUAN

Mencerdaskan serta menggali potensi peserta didik dalam pendidikan salah satunya dapat dilakukan dengan bantuan bimbingan dan konseling. Pasal 3 UU RI Nomor 20 Tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dalam proses pendidikan. Dalam pendidikan bimbingan dan konseling menurut (Sitompul, 2018) berfungsi untuk memberikan bantuan dalam mengarahkan berbagai bidang karir, sosial, pribadi serta belajar. Efektivitas kegiatan dalam pendidikan dapat dilihat dari keberhasilan pelaksanaan bimbingan dan konseling. Oleh karena itu, peran dari guru BK sangat diperlukan dengan tujuan supaya peserta didik dapat mencapai potensi serta harapan yang diinginkan terutama dalam perkembangan karirnya.

Karir merupakan keseluruhan hidup sebagai perwujudan diri dan bagaimana menjalankan kehidupan untuk mencapai suatu tujuan. Dalam mencapai tujuan, individu memerlukan kekuatan seperti penguasaan keterampilan dan karakteristik diri yang dapat mendorong kesuksesan karir. Karir dapat menghasilkan pengalaman hidup yang bermakna dikarenakan jika individu berkarir sesuai dengan potensi yang dimiliki tentunya akan dijalankan dengan bahagia, dikembangkan dan diperlihatkan seluruh kompetensi yang dimiliki. Begitu pula sebaliknya, apabila individu berkarir tidak sesuai dengan potensinya, maka akan memperoleh hasil yang tidak maksimal dan merasa malas jika melakukannya. Oleh karena itu, untuk menghindari hal tersebut diperlukannya sebuah perencanaan supaya apa yang akan dijalankan atau dilakukan dapat sesuai dengan keadaan dan keinginan diri. Begitu pun dengan merencanakan sebuah karir, dimana individu harus memahami keserasian antara karakteristik pribadi dengan pekerjaan yang dipilih.

Dewa Ketut Sukardi menjelaskan bahwa perencanaan karir ialah aktivitas dalam merencanakan suatu hal yang dilakukan dengan terarah dan fokus terhadap pola hidup serta harapan untuk dapat menentukan

keputusan penting bagi kehidupan. Sedangkan Menurut Witko dalam (Sitompul, 2018) berpendapat terkait perencanaan karir ialah upaya yang dilakukan sebelum menentukan keputusan. Dillard dalam (Adiputra, 2015) mengatakan perencanaan karir adalah suatu proses untuk mencapai karir yang ditandai beberapa hal berikut:

1. Memiliki kejelasan arah setelah menyelesaikan pendidikan.
2. Terdapat kemajuan dalam akademik dan profesional.
3. Mempunyai cita-cita yang jelas akan masa depan.
4. Adanya pandangan sesuai kenyataan terhadap diri dan lingkungan.
5. Dapat mengambil keputusan sendiri.
6. Mengerti akan penghargaan positif terhadap pekerjaan dan nilai-nilai.
7. Mampu mengelompokkan pekerjaan yang diinginkan.
8. Memiliki cara yang sesuai dengan keadaan diri dalam mengembangkan cita-cita.

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa perencanaan karir ialah rangkaian proses individu dalam memahami diri, meneguhkan komitmen, mampu memilih berbagai bidang karirnya dan mengetahui konsekuensinya secara sadar serta realistis supaya mencapai tujuan karir yang diharapkan.

Menurut penjelasan dari Ginzberg dalam (Saifuddin, 2018) terdapat tiga tahap perkembangan karir pada individu salah satunya masa tentatif. Pada tahap tentatif terjadi pada peserta didik SMP/MTs yang berkisar pada usia 11-16 tahun. Masa ini merupakan transisi dari anak-anak ke dewasa yang mencakup berbagai perubahan meliputi kognitif, biologis dan sosial-emosional. Sementara itu, *The National Career Development Guidelines (NCDG in Andersen & Vandehey)* (Zaroh, 2017) state that during adolescence, people start to develop three things: career management, lifelong learning, and social and academic achievement on a personal level. Dengan demikian, dalam merencanakan serta mengembangkan karir perlu melakukan dan menyelesaikan tugas-tugas perkembangan supaya dapat

menghasilkan karir yang bermakna dan sesuai dengan masanya.

Peserta didik pastinya sering mengalami kesulitan dalam merencanakan dan menentukan karirnya seperti sulit dalam menentukan sekolah yang sesuai dengan potensinya, kurang dukungan dari keluarga bahkan kurangnya informasi yang didapatkan. Hal ini sejalan dengan informasi yang diperoleh peneliti dari guru BK MTs NU Matholi'ul Huda (N. Izzah, personal communication, October 11, 2023) menyatakan bahwa permasalahan karir peserta didik disebabkan oleh rendahnya kepercayaan diri dan mudah terpengaruh dengan teman sebaya serta orang tua terutama dalam pemilihan sekolah lanjutan. Penelitian yang dilakukan oleh (Rizekia & Christiana, 2019) menjelaskan permasalahan karir yang terjadi di lingkungan sekolah seperti peserta didik cenderung terpengaruh oleh teman sebaya dan kurang teguh pendirian, minimnya kepercayaan diri, tidak mendapat dorongan dari orang tua dan teman, belum mampu mengenali bakat dan minat, kurang informasi karir serta hanya tertuju pada satu pilihan.

Penelitian yang dilakukan oleh (Syafitri & Ismanto, 2023) juga menjelaskan realita di sekolah peserta didik belum sepenuhnya optimal dalam merancang perencanaan karir misalnya mereka tidak mengetahui apa yang ingin diraih, banyak terpengaruh oleh teman sebayanya, kurang dukungan dari orang tuanya, tidak yakin akan kemampuannya, belum mampu dalam memahami diri sendiri, kurangnya informasi yang lebih mendalam serta kebingungan dalam mencerna informasi yang berbeda-beda. Supriyatna dalam (Asri & Yusuf, 2021) menjelaskan masalah karir yang menjadi perhatian khusus peserta didik meliputi adanya keraguan akan kurikulum pendidikan, kurangnya informasi terkait dunia kerja, kurang percaya diri dengan pilihan karir masa depan, terdapat kekhawatiran jika tidak bisa bekerja sesuai keahliannya jika melanjutkan ke tahap yang lebih tinggi, takut dalam memilih serta menentukan karir sesuai potensinya.

Berdasarkan hal tersebut, guru BK harus lebih detail dalam memperhatikan

perencanaan masa depan peserta didik mulai dari memberikan berbagai informasi terkait persyaratan untuk memasuki perguruan tinggi ataupun perusahaan hingga strategi atau tips supaya dapat masuk di sekolah lanjutan yang diinginkan. Permasalahan perencanaan karir sangat penting untuk dibahas dikarenakan hal ini dapat memudahkan dalam pencapaian tujuan di masa depan sehingga peserta didik memiliki gambaran dari apa yang harus direncanakan dan dilakukan nantinya. Untuk mengatasi beberapa permasalahan diatas terkait perencanaan karir, guru BK dapat melakukan layanan bimbingan dan konseling salah satunya bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok menurut Sukardi dalam (Adityawarman, 2021) adalah layanan yang diberikan oleh konselor kepada beberapa konseli tujuannya untuk menunjang kehidupan sebagai pelajar, keluarga dan masyarakat. Sementara menurut Mungin dalam (Setyawan, 2016), bimbingan kelompok ialah kegiatan yang dilakukan individu dalam kelompok untuk mendiskusikan topik atau pokok bahasan secara luas dan mendalam. Corey dalam (Setyawan, 2016), menjelaskan bimbingan kelompok yaitu bantuan yang membahas topik umum khususnya dalam pendidikan, karir, sosial dan pribadi dengan dilakukan secara berkelompok.

Layanan bimbingan kelompok dapat menjadikan peserta didik saling berinteraksi satu sama lain sehingga menimbulkan semangat dan keberanian untuk saling bertanya serta menyampaikan pendapat. Layanan ini dapat dipadukan dengan berbagai teknik salah satunya teknik *journaling*. Teknik *journaling* adalah menulis catatan harian atau jurnal yang bertujuan untuk mengekspresikan dan mengeluarkan pikiran, perasaan serta berbagai ekspresi yang disimpan di dalam diri. Teknik ini dimaksudkan untuk menemukan jati diri individu, pertumbuhan dan aktualisasi diri dengan menyalurkan emosinya dalam proses menulis. Maka dari itu, dengan memberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *journaling* peserta didik memiliki kesempatan untuk merencanakan karir sesuai dengan potensi yang dimiliki serta

dapat meningkatkan pemahaman diri dan karirnya.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan bentuk eksperimen dimana hasilnya menentukan pengaruh dari suatu perlakuan/*treatment* tertentu. Desain yang digunakan adalah *one-group pretest-posttest design*. Desain ini menurut (Sugiyono, 2022) dilakukan dengan pemberian *pretest* tentang perencanaan karir dan setelah itu diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *journaling*, kemudian diberikan *posttest* dimana tujuannya untuk mengetahui apakah pemberian perlakuan ada pengaruh atau tidak terhadap subyek yang diteliti. Pola penelitian ini sebagai berikut:

Pola One-Group Pretest-Posttest Design

O₁ X O₂

Keterangan:

- O₁ : Nilai pretest sebelum diberikan perlakuan.
 X : Perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *journaling*.
 O₂ : Nilai posttest sesudah diberikan perlakuan.

Penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan populasi sebanyak 64 peserta didik dan sampel yang terdiri dari 12 peserta didik. Pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified random sampling*. Teknik tersebut digunakan supaya subyek dari masing-masing kelas dapat diambil secara seimbang mengingat jumlah peserta didik di setiap kelasnya berbeda sehingga mendapatkan jumlah sampel yang mewakili. Menurut (Doni, 2018) cara pengambilan sampel teknik *proportionate stratified random sampling* sebagai berikut:

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n$$

Keterangan:

- n_i : Jumlah sampel per kelas.
 n : Jumlah sampel keseluruhan.
 N_i : Jumlah peserta didik per kelas.
 N : Jumlah populasi keseluruhan.

Tabel 1. distribusi sampel penelitian

Kelas	Jumlah Peserta Didik	Sampel	Jumlah Sampel Penelitian
IX C	33	33/64x12 = 6,1	6
IX D	31	31/64x12 = 5,8	6
Total	64		12

Selain *Wilcoxon Signed Rank Test* peneliti menggunakan uji N-Gain untuk mengetahui tingkat efektivitas. Adapun kriteria keefektifan dari nilai N-Gain menurut Meltezer dalam (Oktavia et al., 2019) sebagai berikut.

Tabel 2. Klasifikasi Nilai N-Gain

Nilai N-Gain	Kriteria
N > 0,70	Tinggi
0,30 ≤ n < 0,70	Sedang
N < 0,30	Rendah

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Layanan bimbingan kelompok dilakukan terhadap 12 peserta didik. Pada tahap awal 9 Desember 2023, peneliti melakukan wawancara kepada guru BK dan mengamati kondisi peserta didik di lingkungan sekolah. Setelah itu, peneliti menyusun instrumen angket perencanaan karir dan selanjutnya divalidasi oleh validator ahli dalam bidang bimbingan dan konseling. Peneliti melakukan validasi kepada 2 dosen BK dan 1 guru BK yang selanjutnya diuji menggunakan V-Aiken untuk mengetahui butir pernyataan yang valid untuk digunakan. Selanjutnya setelah angket dinyatakan valid, peneliti melakukan uji coba 24 butir angket kepada 56 peserta didik untuk mengetahui reliabilitas instrumen angket perencanaan karir. Hasil dari uji reliabilitas *Alpha Cronbach* dinyatakan memenuhi syarat reliabel. Hasil *output* reliabilitas dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Hasil output reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,821	24

Berdasarkan hasil pengolahan data diatas, nominal *cronbach's alpha* sebesar 0,821 yang menandakan bahwa nilai tersebut lebih besar dari nilai ketentuan rumus *cronbach's alpha* menurut (Masrukhin, 2022) yaitu sebesar 0,60. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa instrumen tersebut bersifat reliabel sehingga layak untuk digunakan sebagai alat penelitian. Pada tahap selanjutnya tanggal 13 Januari 2024 dengan pengawasan dari guru BK, peneliti melakukan penyebaran angket perencanaan karir kepada peserta didik kelas IX C dan IX D di ruang kelas. Pemberian angket ini bertujuan untuk mengetahui tingkat perencanaan dari masing-masing peserta didik sebelum diterapkannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *journaling*. Setelah pengisian angket selesai, peneliti menjelaskan untuk pertemuan selanjutnya akan diadakan layanan bimbingan kelompok. Adapun tingkat perencanaan karir peserta didik sebelum diberikan perlakuan ditampilkan pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil *Pretest* Perencanaan Karir

No	Responden	Skor Pre-Test	Kategori
1	EA	54	Rendah
2	MPE	50	Rendah
3	NS	53	Rendah
4	SFH	61	Rendah
5	AAF	54	Rendah
6	MIM	54	Rendah
7	MWIS	62	Sedang
8	NL	62	Sedang
9	ZA	62	Sedang
10	ZNF	61	Rendah
11	MCS	73	Sedang
12	MZM	76	Sedang

Pada pertemuan selanjutnya, 29 Januari 2024 – 17 Februari 2024 peserta didik yang diketahui menunjukkan perencanaan karir rendah dan sedang berdasarkan hasil angket akan mendapatkan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *journaling*. Layanan ini dilakukan sebanyak tiga kali dan pemberian teknik dilakukan

sebanyak dua kali. Pada tahap terakhir, setelah pemberian teknik *journaling* pada layanan ketiga, peneliti kembali menyerahkan lembar angket perencanaan karir untuk mengetahui apakah hasil angket terdapat perubahan atau tidak. Adapun tingkat perencanaan karir peserta didik setelah diberikan perlakuan diperlihatkan pada tabel 5.

Tabel 5. Hasil *Posttest* Perencanaan Karir

No	Responden	Skor Post-Test	Kategori
1	EA	76	Sedang
2	MPE	76	Sedang
3	NS	74	Sedang
4	SFH	79	Tinggi
5	AAF	76	Sedang
6	MIM	76	Sedang
7	MWIS	67	Sedang
8	NL	74	Sedang
9	ZA	73	Sedang
10	ZNF	78	Tinggi
11	MCS	80	Tinggi
12	MZM	84	Tinggi

Berdasarkan tabel perencanaan karir peserta didik meningkat setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *journaling*. Peningkatan perencanaan karir peserta didik tersebut berada pada kategori sedang dan tinggi.

Layanan bimbingan kelompok ini dilakukan guru BK dan peneliti melalui beberapa tahap yaitu tahap pembuka, peralihan, inti dan penutup. Berdasarkan tiga kali pemberian layanan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *journaling* sudah dilaksanakan dengan baik sesuai dengan ketentuan dan telah menjalankan peraturan yang disepakati bersama antara pemimpin dengan anggota. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *journaling* disertai bertukar pendapat antar anggota menjadikan anggota kelompok memiliki pemahaman terkait perencanaan karir yang harus direncanakan untuk masa depan. Dalam pelaksanaannya diselingi dengan permainan untuk membangun

dinamika kelompok dan membangkitkan semangat serta kefokuskan.

Hasil yang diperoleh dari pelaksanaan perlakuan ini adalah anggota kelompok menjadi lebih paham akan pentingnya perencanaan karir yang bisa dimulai dengan mengetahui bakat dan minat yang ada dalam diri sehingga mereka bisa menentukan sekolah lanjutan atau karir yang akan ditempuh untuk masa depan. Layanan bimbingan kelompok juga membantu memandirikan anggota untuk menyelesaikan permasalahannya terutama dalam hal karir, selain itu anggota kelompok dibimbing untuk lebih peduli dalam merencanakan masa depan dan merealisasikan keinginannya menjadi wujud yang nyata. Dengan adanya layanan bimbingan kelompok, melatih peserta didik untuk berani dalam berkomunikasi, berani tampil untuk berbicara dikarenakan dalam kegiatan ini para anggota diminta untuk saling mengeluarkan pendapatnya. Selain itu, layanan ini menjadikan peserta didik lebih peduli dan menghargai satu sama lain. Dalam teknik *journaling* juga membantu anggota kelompok untuk lebih meyakinkan keinginannya, harapannya dan impiannya yang selama ini hanya dipikirkan saja. Dengan *journaling* ini membantu mereka untuk memahami apa yang harus dihargai dan diperjuangkan.

Penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan bantuan SPSS 23. Dalam penelitian ini, tujuan dari uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menurut (Windi et al., 2022) ialah untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan pada sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *journaling*. Adapun kriterianya apabila nilai sig. < 0,05 maka H_a tidak dapat ditolak. Namun jika nilai sig > 0,05 maka H_a ditolak. Hasil Analisis Deskriptif Data *Pretest* dan *Posttest* dan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dapat dilihat tabel 6 dan tabel 7.

Tabel 6. Hasil Analisis Deskriptif Data *Pretest* dan *Posttest*

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Min.	Max.
PreTest	12	60.17	7.953	50	76
PostTest	12	76.08	4.166	67	84

Sampel hasil statistik deskriptif yaitu nilai pretest dengan rata-rata 60,17 dan nilai posttest dengan rata-rata 76,08. Dari hal ini berarti bahwa *terdapat* peningkatan tingkat perencanaan karir peserta didik setelah diberikan perlakuan.

Tabel 7. Hasil Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*

Test Statistics ^a	
	PostTest - PreTest
Z	-3.064 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Hasil output *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai *Asymp. Sig (2 tailed)* sebesar 0,002. Maka dapat dikatakan hasil *output* yang diperoleh menunjukkan nilai sig. $0,002 < 0,05$ yang artinya H_a tidak dapat ditolak. Sehingga dapat dikatakan terdapat perbedaan signifikan terkait tingkat perencanaan karir peserta didik di MTs NU Matholi'ul Huda sebelum dan sesudah diterapkannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *journaling*.

Selain uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, peneliti juga menggunakan uji N-Gain untuk mengetahui tingkat efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *journaling* dalam meningkatkan perencanaan karir peserta didik. Hasil uji N-Gain dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8. Hasil Uji N-Gain

Nama	Pretest	Posttest	Skor N-Gain	Kriteria
EA	54	76	0,52	Sedang
MPE	50	76	0,57	Sedang

Nama	Pretest	Posttest	Skor N-Gain	Kriteria
NS	53	74	0,49	Sedang
SFH	61	79	0,51	Sedang
AAF	54	76	0,52	Sedang
MIM	54	76	0,52	Sedang
MWIS	62	67	0,15	Rendah
NL	62	74	0,35	Sedang
ZA	62	73	0,32	Sedang
ZNF	61	78	0,49	Sedang
MCS	73	80	0,30	Sedang
MZM	76	84	0,40	Sedang
Mean			0,43	Sedang

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa 11 peserta didik dalam kategori sedang dan 1 peserta didik dengan kategori rendah. Sementara rata-rata yang diperoleh dari N-Gain skor sebesar 0,43 yang dinyatakan lebih besar dari 0,30. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *journaling* cukup efektif untuk meningkatkan perencanaan karir peserta didik.

D. SIMPULAN

Terdapat dua hasil penelitian dari uji *Wilcoxon Signed Rank Test* antara lain 1) Berdasarkan statistik deskriptif yaitu nilai *pretest* menunjukkan rata-rata 60,17 dan nilai *posttest* menunjukkan rata-rata 76,08. Dari hal ini dapat dinyatakan bahwa terdapat peningkatan tingkat perencanaan karir peserta didik setelah diberikan perlakuan. 2) Hasil *Asymp. Sig (2 tailed)* sebesar 0,002. Maka dapat dikatakan hasil output yang diperoleh menunjukkan nilai sig. $0,002 < 0,05$ yang artinya H_0 tidak dapat ditolak. Sehingga dapat dikatakan terdapat perbedaan signifikan terkait tingkat perencanaan karir peserta didik sebelum dan sesudah diterapkannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *journaling*. Sementara itu, rata-rata yang diperoleh dari uji N-Gain menunjukkan skor sebesar 0,43 yang dinyatakan lebih besar dari 0,30. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *journaling* cukup efektif untuk meningkatkan perencanaan karir peserta didik.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, S. (2015). Penggunaan Teknik Modeling Terhadap Perencanaan Karir Siswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(1), 47–48. <https://doi.org/10.52657/jfk.v1i1.70>
- Adityawarman, L. P. (2021). Peran Bimbingan Kelompok Dalam Perencanaan Karir Siswa. *Advice: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 165. <https://doi.org/10.32585/advice.v2i2.786>.
- Asri, R., & Yusuf, A. M. (2021). Peningkatan Kematangan Karir Siswa Dengan Teori Holland. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 6 (2), 121–132. <https://doi.org/10.23916/08935011>
- Doni, D. (2018). *Pengaruh Lingkungan Belajar Terhadap Hasil Belajar Melalui Minat Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Ekonomi Kelas XI SMA Negeri 4 Pekanbaru* [Skripsi, Universitas Islam Riau]. <https://repository.uir.ac.id/4606/>
- Izzah, N. (2023, October 11). *Wawancara dengan Guru BK* [Personal communication].
- Masrukhin. (2022). *Statistik Deskriptif Dan Inferensial Aplikasi Program Spss Dan Excel* (Edisi Pertama, Cetakan Kedua). Media Ilmu Press.
- Oktavia, M., Prasasty, A. T., & Isroyati. (2019). *Uji Normalitas Gain Untuk Pemantapan Dan Modul Dengan One Group Pre And Post Test*. 598. <https://doi.org/10.30998/simponi.v0i0.439>.
- Rizekia, V., & Christiana, E. (2019). BIMBINGAN Kelompok Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Kemampuan Perencanaan Karir Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 3 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 10(1), 60–68.
- Saifuddin, A. (2018). *Kematangan Karier Teori Dan Strategi Memilih Jurusan Dan*

- Merencanakan Karir* (Cetakan 1). Pustaka Pelajar.
- Setyawan, D. A. (2016). Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa SMP Kota Semarang. *Nusantara of Research Journal*, 03(2), 79–80.
- Sitompul, L. (2018). Meningkatkan Pemahaman Perencanaan Karir Melalui Layanan Bimbingan Karir Di Sekolah Dengan Menggunakan Media Gambar Pada Siswa Kelas IX-1 SMP Negeri 1 Gebang Tahun 2017-2018. *JURNAL TABULARASA PPS UNIMED*, 15(3), 316–327.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (2nd ed.). CV. Alfabeta.
- Syafitri, T., & Ismanto, H. S. (2023). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Terhadap Perencanaan Karir Siswa Kelas XII SMA Negeri 3 Pati. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(4), 248–253.
<https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i4.17496>
- Windi, W. A., Taufiq, M., & Muhammad, T. (2022). Implementasi Wilcoxon Signed Rank Test Untuk Mengukur Efektifitas Pemberian Video Tutorial Dan PPT Untuk Mengukur Nilai Teori. *Produktif: Jurnal Ilmiah Pendidikan Teknologi Informasi*, 5(1), 405–410.
<https://doi.org/10.35568/produktif.v5i1.1004>
- Zaroh, S. (2017). Effectiveness of Guidance Program Using Modeling Techniques to Improve the Students Career Planning Ability. *International Journal of Social Science and Humanity*, 7(8), 600–601.