

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *Self-Efficacy* Karir dengan Eksplorasi Karir pada siswa kelas IX SMP Negeri 22 Medan. *Self-Efficacy* Karir siswa berada pada kategori sedang (85 siswa/72,0% dari 118 siswa), demikian pula Eksplorasi Karir (77 siswa/65,3%), yang berarti keyakinan diri maupun perilaku pencarian informasi karir siswa tergolong sedang. Hasil uji korelasi Spearman's Rho menunjukkan $p < 0,001$ ($p < 0,001 < 0,05$), dengan $r = 0,618$ yang bermakna secara statistik dan tergolong kuat (0,60–0,799), sehingga hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan adanya hubungan antara kedua variabel tersebut dinyatakan diterima.

Ditinjau dari *grand mean* per aspek, seluruh aspek pada kedua variabel berada pada kategori sedang. Pada *Self-Efficacy* Karir, urutan capaian dari tertinggi ke terendah adalah *Self-Assessment* (3,12), *Occupational Information* (3,11), *Problem Solving* (2,71), *Decision Making* (2,66), dan *Planning* (2,64) menunjukkan siswa relatif lebih yakin menilai diri dan mencari informasi dunia kerja, namun masih perlu penguatan dalam menyusun langkah konkret perencanaan karir. Pada Eksplorasi Karir, *Self-Exploration* (3,08) sedikit lebih tinggi daripada *Environmental Exploration* (3,02), menandakan siswa lebih aktif menggali potensi diri dibanding memanfaatkan informasi dari lingkungan sekitarnya.

Selanjutnya, koefisien determinasi menunjukkan *Self-Efficacy* Karir menyumbang efektif 38,2% terhadap Eksplorasi Karir, sementara 61,8% sisanya dipengaruhi faktor lain di luar variabel yang diteliti, seperti dukungan sosial, kematangan karir, akses informasi karir, dan kondisi lingkungan. Dengan demikian, dapat dinyatakan bahwa semakin tinggi *Self-Efficacy* Karir yang dimiliki siswa kelas IX SMP Negeri 22 Medan, semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk melakukan Eksplorasi Karir, dan sebaliknya.

5.2 Saran

Berdasarkan simpulan hasil penelitian, saran yang perlu dikemukakan adalah sebagai berikut.

1. Bagi Sekolah

Hendaknya sekolah menyediakan sarana dan prasarana yang mendukung pelaksanaan layanan bimbingan karir secara lebih optimal, seperti ruang konseling individual yang tertutup dan nyaman, papan informasi karir (career corner) yang memuat profil sekolah lanjutan dan prospek dunia kerja, akses komputer/internet untuk mengakses informasi PPDB serta tes minat-bakat daring, dan media asesmen karir sederhana seperti angket atau kartu minat karir. Ketersediaan sarana tersebut diharapkan mendukung pelaksanaan layanan BK yang lebih sistematis dan sesuai dengan kode etik bimbingan dan konseling. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

2. Bagi Guru BK

Hendaknya guru BK merancang layanan bimbingan karir yang lebih terarah untuk meningkatkan *Self-Efficacy* Karir siswa, merujuk pada empat sumber pembentukan *self-efficacy* menurut Bandura (1997): bimbingan kelompok

dengan teknik *modeling* (menghadirkan alumni sebagai role model), konseling kelompok dengan teknik *problem solving/career simulation* (melatih siswa memecahkan skenario hambatan karir), konseling individual dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengubah pola pikir negatif siswa yang ragu akan kemampuannya, serta pemberian informasi karir kontekstual melalui *career day* atau kunjungan narasumber profesi. Dengan pendekatan yang lebih terstruktur ini, siswa diharapkan lebih terbuka dan termotivasi untuk melakukan Eksplorasi Karir secara aktif.

3. Bagi Siswa

Hendaknya siswa dapat meningkatkan keyakinan diri dalam mengenali potensi, minat, dan kemampuan yang dimiliki sehingga mampu melakukan eksplorasi karir secara lebih mandiri dan aktif. Siswa juga diharapkan lebih terbuka kepada guru BK sebagai pengalaman yang berguna untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi pilihan pendidikan lanjutan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Apabila ingin melaksanakan penelitian dengan variabel Eksplorasi Karir, agar perlu memperhatikan faktor lain yang mempengaruhi eksplorasi karir selain *Self-Efficacy* Karir, yaitu faktor internal seperti kematangan karir, efikasi pengambilan keputusan, dan keterbukaan terhadap pengalaman baru, serta faktor eksternal seperti dukungan sosial keluarga dan teman sebaya, akses informasi karir, tekanan untuk berprestasi, dan kondisi lingkungan sosial ekonomi.