

BIMBINGAN KELOMPOK BERBASIS ANALISIS SWOT UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN DIRI DAN MERENCANAKAN KARIR KELAS XI-4 DI SMP NEGERI 2 PALEMBANG

Yola Veronika¹, Aminathussolekhah², Rani Mega Putri³
yolaveronika@gmail.com¹, aminathussholekhah0147@gmail.com²,
rani@fkip.unsri.ac.id³

Universitas Sriwijaya^{1,3}, SMP Negeri 2 Palembang²

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman diri dan kemampuan merencanakan karir siswa melalui layanan bimbingan kelompok berbasis analisis SWOT pada siswa kelas XI-4 di SMP Negeri 2 Palembang. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) yang dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, dokumentasi, serta tes pre-test dan post-test untuk mengukur pemahaman siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok berbasis analisis SWOT memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman diri dan perencanaan karir siswa. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan hasil pre-test dan post-test, yaitu dari 35% pada pre-test siklus I, meningkat menjadi 62% pada post-test siklus I, dan mencapai 92% pada post-test siklus II. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pendekatan SWOT mampu membantu siswa mengenali kekuatan, kelemahan, peluang, dan ancaman dalam diri mereka, sehingga mereka dapat menyusun rencana karir yang lebih terarah dan realistis. Dengan demikian, bimbingan kelompok berbasis analisis SWOT efektif digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling untuk mendukung pengembangan potensi dan perencanaan masa depan siswa.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Analisis Swot, Pemahaman Diri, Perencanaan Karir.

ABSTRACT

This study aims to improve students' self-understanding and career planning skills through group counseling based on SWOT analysis for Class XI-4 students at SMP Negeri 2 Palembang. The research employed a Guidance and Counseling Action Research design, conducted in two cycles. Each cycle consisted of four stages: planning, implementation, observation, and reflection. Data were collected through observation, documentation, and pre-test/post-test assessments to measure students' understanding. The results showed that the group counseling service based on SWOT analysis had a positive impact on enhancing students' self-awareness and ability to plan their careers. This was evidenced by the increase in test scores: from 35% in the pre-test of cycle I, rising to 62% in the post-test of cycle I, and reaching 92% in the post-test of cycle II. These improvements indicate that the SWOT-based approach effectively helped students identify their strengths, weaknesses, opportunities, and threats, enabling them to formulate clearer and more realistic career plans. In conclusion, group counseling based on SWOT analysis is an effective method for use in school guidance and counseling programs to support students' personal development and future planning.

Keywords: Group Counseling, SWOT Analysis, Self-Understanding, Career Planning.

PENDAHULUAN

Memasuki era globalisasi dan Revolusi Industri 4.0 yang semakin berkembang menuju Society 5.0, dunia kerja mengalami perubahan yang sangat cepat dan dinamis. Perubahan ini menuntut setiap individu untuk tidak hanya memiliki keterampilan teknis, tetapi juga pemahaman diri yang kuat agar mampu menyesuaikan diri dengan kebutuhan masa depan. Bagi

peserta didik, khususnya di jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), proses pengenalan diri dan perencanaan karir merupakan tahapan penting yang perlu dibimbing sejak dini.

Masa remaja awal adalah fase kritis dalam perkembangan identitas, termasuk identitas karir. Erikson (dalam Santrock, 2020) menyebutkan bahwa pada tahap ini, remaja mulai mencari tahu siapa mereka dan apa yang ingin mereka capai di masa depan. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling di sekolah memainkan peran sentral dalam membantu siswa mengenal diri, memahami potensi, dan menentukan arah karir secara realistis dan terarah.

Pada kenyataannya, banyak siswa SMP yang belum memiliki pemahaman yang utuh tentang siapa diri mereka dan apa yang menjadi kekuatan maupun kelemahan mereka. Mereka juga sering kali bingung saat diminta menyebutkan cita-cita atau rencana masa depan. Wahid dan Fauziah (2020) mengungkapkan bahwa rendahnya eksplorasi karir di kalangan remaja disebabkan oleh minimnya pemahaman individu terhadap dirinya sendiri, baik dalam aspek minat, bakat, maupun nilai pribadi yang dimilikinya.

Di SMP Negeri 2 Palembang, khususnya pada kelas XI-4, banyak siswa yang mengalami kebingungan dalam menentukan arah masa depan mereka. Banyak di antara mereka yang belum sepenuhnya memahami kekuatan dan kelemahan pribadi, serta kesulitan dalam merencanakan langkah-langkah konkret untuk mencapai tujuan karir. Situasi ini memunculkan kebutuhan akan bimbingan yang lebih terstruktur, yang tidak hanya membantu mereka dalam memahami akademik tetapi juga dalam hal pengembangan pribadi dan perencanaan karir.

Melalui observasi dan wawancara yang dilakukan di kelas XI-4, ditemukan bahwa banyak siswa yang merasa kurang percaya diri dalam mengambil keputusan terkait masa depan mereka. Beberapa di antaranya merasa bingung dengan pilihan jurusan atau karir yang ingin mereka tekuni setelah menyelesaikan pendidikan di SMP. Diperkuat juga dengan hasil asesmen kebutuhan dan permasalahan peserta didik yang telah diberikan kepada siswa dengan item pertanyaan “saya masih bingung memikirkan karir setelah lulus SMP” yang memiliki nilai presentase sebesar 2,58% termasuk dalam kategori tinggi.

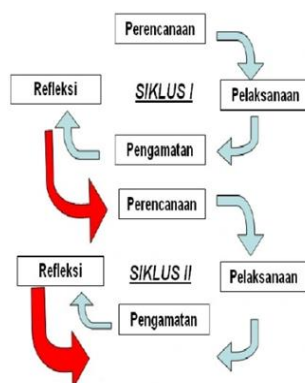
Dalam konteks ini, pendekatan analisis SWOT (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats) dapat menjadi salah satu metode yang efektif dalam layanan bimbingan konseling. Analisis SWOT awalnya digunakan dalam dunia manajemen strategis, namun sejak beberapa tahun terakhir mulai banyak diadaptasi dalam bidang pendidikan dan pengembangan diri. Menurut Prasetyo dan Handayani (2022), penerapan SWOT dalam bimbingan konseling membantu siswa mengevaluasi kekuatan dan kelemahan pribadi secara sistematis, serta mengidentifikasi peluang dan hambatan dari lingkungan yang dapat memengaruhi masa depan mereka.

Pendekatan ini sejalan dengan teori Social Cognitive Career Theory (Lent, Brown, & Hackett, 2020) yang menyatakan bahwa pengambilan keputusan karir yang efektif sangat dipengaruhi oleh self-efficacy (keyakinan terhadap kemampuan diri), outcome expectations (harapan atas hasil dari tindakan), dan goals (tujuan personal). Melalui SWOT, siswa didorong untuk mengevaluasi faktor-faktor tersebut secara reflektif, sehingga mereka mampu membentuk tujuan karir yang selaras dengan potensi dan kondisi nyata di lingkungan mereka. Dilihat dari hasil penjabaran di atas, peneliti tertarik untuk meneliti “Bimbingan Kelompok Berbasis Analisis SWOT untuk Meningkatkan Pemahaman Diri Dan Merencanakan Karir kelas XI-4 di SMP Negeri 2 Palembang”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) yang bertujuan untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan meningkatkan efektivitas bimbingan kelompok berbasis analisis SWOT dalam meningkatkan pemahaman diri dan perencanaan karir siswa. Prosedur pada penelitian tindakan ini digunakan sebagai alat untuk mengumpulkan informasi, data, dan memberikan jawaban atas masalah penelitian. Arikunto (2013) menyatakan

bahwa satu siklus PTBK terdiri dari empat tahapan yaitu : (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan, (3) Pengamatan dan (4) Refleksi. Gambaran model yang digunakan Arikunto sebagai berikut:



Gambar 1. Sikulus Penelitian Tindakan Kelas

(sumber: Arikunto Suharsimi, *Penelitian Tindakan Kelas*, 2013)

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis presentase yaitu menggunakan rumus persentase menurut Arikunto (2013) sebagai berikut:

$$p = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

p = persentase yang dihitung

f = frekuensi yang diperoleh

n = jumlah keseluruhan responden/data

Adapun menurut Arikunto (2013) teknik persentase yang digunakan ada empat kriteria, yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Kriteria Presentase

Sangat Baik	76% - 100%
Cukup Baik	56% - 75%
Kurang Baik	40% - 55%
Tidak Baik	< 40%

PEMBAHASAN

a. Hasil Siklus I

1. Perencanaan

Pada tahap perencanaan siklus I, guru BK mengidentifikasi permasalahan yang muncul di kelas IX.1 SMP Negeri 2 Palembang, yaitu rendahnya efikasi diri yang berpengaruh terhadap pembelajaran di kelas. Berdasarkan identifikasi tersebut, disusunlah rencana tindakan berupa layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik Role Play Guru BK menyusun perangkat layanan RPL, menyusun instrumen berupa lembar observasi proses bimbingan, angket pengukuran efikasi diri, Indikator efikasi diri yang akan diukur meliputi aspek kepercayaan diri, inisiatif, dan ketekunan siswa dalam menghadapi tugas dan tantangan. Jadwal pelaksanaan ditetapkan dengan melibatkan siswa secara aktif dan fleksibel agar tidak mengganggu proses pembelajaran utama.

2. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dalam tiga sesi. Sesi pertama membahas pengenalan diri melalui eksplorasi minat, bakat, dan nilai-nilai personal. Sesi kedua mengajak siswa menganalisis kekuatan dan kelemahan pribadi, dan sesi ketiga mengintegrasikan hasil tersebut dengan peluang dan tantangan eksternal dalam bentuk peta SWOT pribadi. Guru BK berperan sebagai fasilitator untuk memandu diskusi dan aktivitas

kelompok secara aktif dan reflektif.

3. Pengamatan

Pada tahap pengamatan Siklus I, guru BK melakukan observasi terhadap proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dan mencatat partisipasi aktif siswa selama sesi berlangsung. Secara umum, siswa menunjukkan minat yang cukup baik terhadap materi yang disampaikan, terutama saat membahas kekuatan dan kelemahan pribadi. Namun, sebagian siswa masih terlihat pasif dalam diskusi kelompok dan kesulitan menghubungkan potensi diri dengan peluang serta tantangan karir. Pengamatan ini didukung oleh data hasil evaluasi yang diperoleh dari pre-test dan post-test. Hasil pre-test menunjukkan bahwa hanya 35% siswa yang memiliki pemahaman awal mengenai potensi diri dan arah perencanaan karir. Setelah pelaksanaan tiga sesi layanan, hasil post-test meningkat menjadi 62%, yang menunjukkan adanya peningkatan sebesar 27%. Meskipun peningkatan ini cukup signifikan, data ini juga menunjukkan masih adanya kebutuhan penguatan dalam mengarahkan siswa untuk menyusun rencana karir yang konkret berbasis hasil analisis SWOT.

4. Refleksi

Pada tahap refleksi, guru BK menyimpulkan bahwa meskipun terjadi peningkatan, masih ada hambatan dalam kemampuan siswa menghubungkan hasil analisis SWOT ke dalam rencana karir yang konkret. Beberapa siswa mengalami kebingungan dalam mengidentifikasi peluang dan ancaman eksternal yang relevan. Oleh karena itu, dalam siklus berikutnya, dirancanglah strategi perbaikan berupa penambahan media visual, diskusi eksplorasi profesi, serta latihan membuat rencana karir jangka pendek dan jangka panjang.

b. Hasil Siklus II

1. Perencanaan

Pada tahap perencanaan siklus II, guru BK memperbaiki pendekatan layanan dengan menyusun kegiatan yang lebih aplikatif dan kontekstual. Ditambahkan beberapa metode eksplorasi karir seperti pemutaran video profesi, simulasi wawancara kerja, dan diskusi kelompok tentang berbagai jalur pendidikan dan pekerjaan. Lembar kerja rencana karir dikembangkan untuk membantu siswa menyusun tujuan yang spesifik, realistis, dan sesuai hasil analisis SWOT mereka. Selain itu, kriteria penilaian keberhasilan juga diperjelas, menekankan pada kemampuan siswa menyusun langkah konkret dan menghubungkannya dengan faktor internal dan eksternal.

2. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, layanan bimbingan kelompok dilanjutkan ke tiga sesi berikutnya. Sesi keempat berfokus pada penyusunan rencana karir berdasarkan hasil analisis SWOT. Sesi kelima melibatkan diskusi imajinatif “Jika aku menjadi...” untuk memperkuat motivasi dan arah pilihan karir siswa. Sesi keenam digunakan untuk presentasi rencana karir yang telah dibuat, diikuti umpan balik dari guru BK dan teman sebaya. Aktivitas disampaikan secara interaktif dan menekankan kerja sama serta refleksi mendalam.

3. Pengamatan

Tahap pengamatan Pada tahap pengamatan Siklus II, guru BK kembali mencermati dinamika kelompok, keterlibatan siswa, serta perubahan sikap dan pemahaman mereka setelah mengikuti layanan yang telah disempurnakan. Dengan adanya tambahan media pembelajaran, seperti video profesi, simulasi wawancara, dan diskusi peran karir, siswa tampak jauh lebih antusias dan aktif dalam mengikuti kegiatan. Mereka lebih percaya diri dalam menyampaikan ide dan pendapat, serta menunjukkan pemahaman yang lebih baik dalam mengaitkan kekuatan, kelemahan, peluang, dan ancaman dengan pilihan karir masing-masing. Hasil post-test menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan, yaitu 91% siswa telah mampu menyusun rencana karir secara realistis dan relevan dengan hasil analisis SWOT mereka. Angka ini menunjukkan peningkatan sebesar 29% dari siklus I, dan 56% dari kondisi awal (pre-test siklus I). Data ini mengindikasikan bahwa layanan bimbingan kelompok berbasis analisis SWOT telah berjalan secara efektif dan berhasil membantu siswa dalam memahami diri serta merancang masa

depan karir mereka.

4. Refleksi

Pada tahap refleksi, perbaikan strategi dan pendekatan layanan memberikan hasil yang jauh lebih optimal. Penambahan media seperti video profesi, simulasi wawancara kerja, serta diskusi terbimbing mengenai pilihan pendidikan dan pekerjaan membuat siswa lebih mudah menghubungkan hasil analisis SWOT dengan perencanaan karir. Siswa tampak lebih aktif, percaya diri, dan menunjukkan minat besar terhadap kegiatan bimbingan kelompok. Hasil post-test pada akhir siklus ini meningkat tajam hingga 91%, menunjukkan bahwa hampir seluruh siswa telah memahami potensi dirinya dan mampu merancang rencana karir jangka pendek dan jangka panjang secara konkret. Jika dibandingkan dengan hasil pre-test awal sebesar 35%, maka terjadi peningkatan total sebesar 56%, yang mengindikasikan efektivitas pendekatan bimbingan kelompok berbasis SWOT dalam membantu siswa mengenali diri dan merancang masa depan. Dengan demikian, layanan ini dinilai berhasil dan layak untuk diintegrasikan ke dalam program bimbingan konseling reguler di sekolah.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan bimbingan kelompok berbasis analisis SWOT secara bertahap dapat meningkatkan pemahaman diri dan kemampuan merencanakan karir siswa kelas XI-4. Peningkatan yang terjadi dari siklus I ke siklus II memperkuat bahwa pendekatan ini mampu memberikan dampak positif terhadap proses pembentukan kesadaran diri dan arah masa depan peserta didik.

Pada siklus I, siswa mulai memahami konsep dasar SWOT (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats) dan menerapkannya untuk mengevaluasi potensi diri mereka. Hasil pre-test sebesar 35% menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai potensi dan rencana karir. Setelah diberikan tiga sesi layanan bimbingan kelompok, hasil post-test meningkat menjadi 62%, menandakan adanya peningkatan pemahaman sebesar 27%. Namun, pengamatan menunjukkan bahwa siswa masih mengalami kesulitan dalam menerjemahkan hasil analisis SWOT menjadi langkah konkret dalam perencanaan karir. Keterbatasan dalam metode penyampaian dan kurangnya visualisasi peluang kerja menjadi faktor penghambat.

Untuk itu, pada siklus II, dilakukan perbaikan layanan dengan menambahkan media audio-visual, diskusi interaktif, dan latihan membuat rencana karir berbasis hasil analisis SWOT masing-masing. Hasilnya sangat signifikan, dengan 91% siswa menunjukkan kemampuan menyusun perencanaan karir yang relevan dan realistis. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran menjadi lebih bermakna ketika siswa diberikan media pendukung yang sesuai serta diarahkan dalam konteks kehidupan nyata mereka. Pendekatan SWOT juga memberikan struktur yang jelas bagi siswa untuk mengenali potensi internal dan eksternal dalam proses perencanaan karir, yang sangat penting di usia remaja menjelang pemilihan jalur pendidikan atau kerja.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (Hidayat & Prasetyo, 2020; Rahmawati & Setiawan, 2024) yang menyatakan bahwa SWOT analysis efektif digunakan dalam konteks bimbingan karir untuk mengembangkan kesadaran diri dan pengambilan keputusan yang matang. Keberhasilan metode ini juga memperkuat pentingnya pendekatan bimbingan yang tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga aplikatif dan reflektif, sehingga siswa dapat benar-benar menginternalisasi makna dari potensi diri dan pilihan karir. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok berbasis analisis SWOT merupakan strategi yang efektif dan aplikatif untuk meningkatkan pemahaman diri serta kesiapan siswa dalam merencanakan karir, khususnya di jenjang SMP dan SMA yang merupakan masa kritis dalam perkembangan identitas dan arah masa depan siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan dua siklus Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok berbasis analisis SWOT terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman diri dan kemampuan merencanakan karir siswa kelas XI-4 di SMP Negeri 2 Palembang. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan hasil tes dari 35% pada pre-test siklus I, menjadi 62% pada post-test siklus I, dan meningkat signifikan menjadi 91% pada post-test siklus II. Melalui pendekatan SWOT, siswa terbantu dalam mengenali kekuatan, kelemahan, peluang, dan ancaman yang berkaitan dengan diri mereka, sehingga mampu menyusun rencana karir yang lebih realistis dan sesuai dengan potensi serta kondisi pribadi. Peningkatan terjadi tidak hanya dalam aspek kognitif, tetapi juga dalam kepercayaan diri, partisipasi aktif, dan motivasi siswa untuk merancang masa depan mereka. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok berbasis SWOT dapat dijadikan sebagai salah satu model layanan yang efektif untuk mendukung program pengembangan diri dan perencanaan karir di sekolah menengah pertama, khususnya bagi siswa yang berada pada tahap perkembangan remaja akhir yang mulai menghadapi pilihan hidup penting.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyanti, D., & Sari, M. (2021). Pengembangan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Perencanaan Karir Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 55–62. <https://doi.org/10.21009/JBK.102.05>
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Hidayat, A., & Prasetyo, Y. (2020). Model Bimbingan Karier Berbasis SWOT untuk Penguatan Perencanaan Masa Depan Siswa. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 8(1), 22–30. <https://doi.org/10.24036/0301873219383-0-00>
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (2020). Social Cognitive Career Theory and Career Development. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work* (3rd ed., pp. 115–146). John Wiley & Sons.
- Nurhayati, L. (2022). Strategi Layanan BK Menggunakan Analisis SWOT untuk Meningkatkan Efektivitas Diri Siswa. *Bimbingan Konseling Indonesia Journal*, 4(3), 110–119.
- Nurochim. (2021). Analisis SWOT (strengths, weaknesses, opportunities, threats) pusat informasi dan konseling remaja (pik-remaja). *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Vol. 9, No. 1, 2021, <https://doi.org/10.29210/151800>
- Prasetyo, R., & Handayani, L. (2022). Penerapan Analisis SWOT dalam Layanan Bimbingan dan Konseling Karir di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(1), 45–52.
- Putri, D., & Nata, M. (2023). Meningkatkan Efikasi Diri Siswa dengan Pendekatan SWOT. *Jurnal Psikologi Remaja*.
- Rahmawati, F., & Setiawan, B. (2024). Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik SWOT untuk Mengembangkan Perencanaan Karier Siswa SMA. *Jurnal Ilmiah Konseling Indonesia*, 6(1), 13–21.
- Santrock, J. W. (2020). *Adolescence* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Wahid, A., & Fauziah, S. (2020). Hubungan antara Pemahaman Diri dan Eksplorasi Karir pada Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(2), 97–105.
- Yuliana, A., & Ardi, Z. (2021). SWOT Analysis in Career Counseling for Adolescents. *Jurnal BK Indonesia*, 9(1).