

Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Life Career Rainbow* Pada Kematangan Karir Peserta Didik SMK Di Era Revolusi Industri 5.0

Rima Anti Puspitasari^{a,1,*}, Tika Febriyani^{b,2},

^{a, b} Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, UIN Raden Intan Lampung, Indonesia.

¹ rimasmkn1okus@gmail.com *; ² tikafebriyani@radenintan.ac.id

* Corresponding Author



Received 20 – 05 – 2026; Accepted 15 – 06 – 2026; Published 29 – 06 – 2026

ABSTRACT

This study aimed to examine the effect of group guidance services using the Life Career Rainbow technique on improving the career maturity of tenth-grade students at SMK Negeri 2 Bandar Lampung in the Industry 5.0 era. Preliminary findings indicated that most students had a moderate level of career maturity, particularly in career orientation, career information and planning, and career decision-making. The study employed a quantitative approach with a pre-experimental one-group pretest-posttest design. The sample consisted of seven students selected through purposive sampling. Data were collected using a validated and reliable career maturity questionnaire and analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The intervention was conducted through structured group guidance sessions involving life-role recognition, self-mapping, career exploration, and future planning reflection. The results showed an increase in students' career maturity after the treatment. The Asymp. Sig. (2-tailed) value of 0.018 (< 0.05) indicated that the Life Career Rainbow technique had a significant effect on improving students' career maturity.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Life Career Rainbow* terhadap peningkatan kematangan karir peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung di era Revolusi Industri 5.0. Hasil pra-penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik memiliki tingkat kematangan karir pada kategori sedang, sehingga belum optimal dalam orientasi, informasi, dan perencanaan karir serta pengambilan keputusan karir. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *pra-eksperimen* dan *desain one group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 7 peserta didik yang dipilih melalui purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan angket kematangan karir yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, kemudian dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Perlakuan diberikan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Life Career Rainbow* yang mencakup pengenalan peran kehidupan, pemetaan diri, eksplorasi karir, dan refleksi perencanaan masa depan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kematangan karir peserta didik setelah perlakuan. Nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,018 (<0,05) menunjukkan bahwa teknik *Life Career Rainbow* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kematangan karir peserta didik.

KEYWORDS

Group Guidance,
Technique Life Career
Rainbow, Career
Maturity

KATA KUNCI

Bimbingan Kelompok,
Teknik Life Career
Rainbow Super,
Kematangan Kair

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



1. Pendahuluan

Perkembangan Revolusi Industri 5.0 membawa perubahan signifikan terhadap kebutuhan kompetensi tenaga kerja. Era ini tidak hanya menuntut penguasaan teknologi, tetapi juga kemampuan berpikir kritis, kreativitas, komunikasi, kolaborasi, serta kemampuan mengelola karir secara mandiri. Kondisi tersebut menjadikan kematangan karir sebagai salah satu aspek penting yang perlu dimiliki peserta didik, khususnya pada jenjang Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) yang dipersiapkan untuk memasuki dunia kerja setelah lulus.

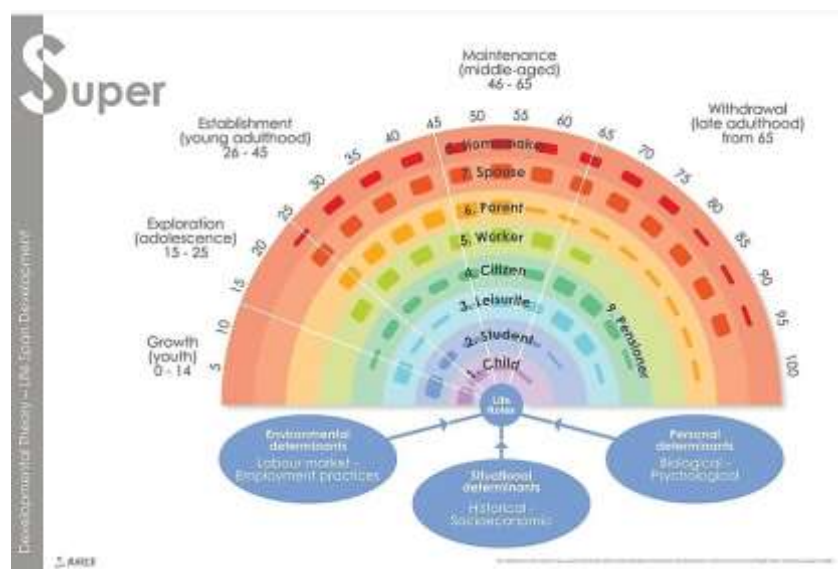
Kematangan karir merupakan kesiapan individu dalam memahami diri, mengenali peluang karir, merencanakan masa depan, serta mengambil keputusan karir secara tepat sesuai tahap perkembangannya. Super menjelaskan bahwa kematangan karir mencerminkan kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas perkembangan karir yang meliputi perencanaan karir, eksplorasi karir, kompetensi informasi karir, pengambilan keputusan karir, dan orientasi terhadap dunia kerja. Individu yang memiliki kematangan karir tinggi cenderung lebih siap menghadapi perubahan dunia kerja dan mampu menentukan pilihan karir secara realistis.

Kondisi kematangan karir peserta didik SMK masih menjadi perhatian penting. Data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa lulusan SMK masih menempati tingkat pengangguran terbuka tertinggi dibandingkan jenjang pendidikan lainnya. Fenomena tersebut mengindikasikan adanya kesenjangan antara kompetensi yang dimiliki lulusan dengan kebutuhan dunia kerja. Selain itu, rendahnya kematangan karir dapat menyebabkan peserta didik mengalami kebingungan dalam menentukan pilihan karir, kurang percaya diri terhadap kemampuan diri, serta kesulitan menyusun perencanaan masa depan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik berada pada kategori kematangan karir sedang. Persentase indikator informasi dan perencanaan karir sebesar 63,34%, orientasi pilihan karir sebesar 64,00%, konsistensi preferensi vokasional sebesar 63,86%, kristalisasi ciri dan kemampuan sebesar 63,29%, serta kebijaksanaan dalam preferensi karir sebesar 62,37%. Temuan tersebut menunjukkan bahwa peserta didik telah memiliki gambaran awal mengenai karir, namun belum mampu merencanakan dan mengambil keputusan karir secara optimal.

Salah satu layanan yang dapat digunakan untuk meningkatkan kematangan karir adalah layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk memperoleh informasi, bertukar pengalaman, mengembangkan pemahaman diri, serta membangun kemampuan mengambil keputusan melalui dinamika kelompok yang kondusif. Dalam penelitian ini, layanan bimbingan kelompok dipadukan dengan teknik *Life Career Rainbow* yang dikembangkan oleh Donald E. Super.

Gambar 1. *Life Career Rainbow*



Life Career Rainbow merupakan pendekatan perkembangan karir yang menekankan bahwa individu menjalankan berbagai peran kehidupan secara bersamaan sepanjang rentang kehidupannya, seperti peran sebagai pelajar, anggota keluarga, warga masyarakat, maupun pekerja. Melalui pemahaman

terhadap berbagai peran tersebut, individu diharapkan mampu membangun konsep diri yang lebih jelas dan mengembangkan perencanaan karir yang realistis sesuai potensi yang dimiliki.

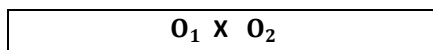
Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan aspek perkembangan karir peserta didik. Namun, penelitian mengenai penerapan teknik *Life Career Rainbow* dalam layanan bimbingan kelompok pada peserta didik SMK di era Revolusi Industri 5.0 masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Life Career Rainbow* terhadap kematangan karir peserta didik.

Berdasarkan uraian tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Life Career Rainbow* terhadap kematangan karir peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung di Era Revolusi Industri 5.0.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *pra-eksperimen (pre-experimental design)* dan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Desain ini digunakan untuk mengetahui perubahan tingkat kematangan karir peserta didik sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Life Career Rainbow*.

Gambar 2. Pola *One Group Pre-Test And Post-Test*



Keterangan :

- O₁**: Kematangan Karir Peserta Didik (sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *life career rainbow*)
- X** : Perlakuan (layanan bimbingan kelompok dengan teknik *life career rainbow*)
- O₂**: Kematangan karir peserta didik (sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *life career rainbow*)

Penelitian dilaksanakan di SMK Negeri 2 Bandar Lampung pada semester ganjil tahun ajaran 2025/2026. Populasi penelitian terdiri 74 peserta didik kelas X yang memiliki tingkat kematangan karir kategori sedang berdasarkan hasil pra-penelitian. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling dengan mempertimbangkan karakteristik tertentu sesuai tujuan penelitian sehingga diperoleh 7 peserta didik sebagai subjek penelitian.

Instrumen yang digunakan berupa skala kematangan karir dengan model *Likert* yang disusun berdasarkan aspek kematangan karir menurut Donald E. Super, meliputi perencanaan karir, eksplorasi karir, kompetensi informasi karir, pengambilan keputusan karir, dan orientasi terhadap pilihan karir. Instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan dalam penelitian.

Pengumpulan data dilakukan melalui pemberian pretest sebelum perlakuan dan posttest setelah perlakuan. Perlakuan diberikan melalui layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *Life Career Rainbow* yang dilaksanakan dalam beberapa pertemuan secara terstruktur. Materi layanan mencakup pengenalan konsep diri, identifikasi peran kehidupan, eksplorasi karir, perencanaan karir, dan pengambilan keputusan karir.

Data penelitian dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan bantuan program *Statistical Package for Social Sciences (SPSS)*. Uji Wilcoxon digunakan karena jumlah sampel penelitian relatif kecil dan bertujuan untuk mengetahui perbedaan skor kematangan karir sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

3. Hasil dan Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Life Career Rainbow* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kematangan karir peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* yang menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar $0,018 < 0,05$ sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Temuan ini menunjukkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok mampu membantu peserta didik memahami potensi diri, mengenali berbagai alternatif karir, serta meningkatkan kemampuan mengambil keputusan karir.

Peningkatan kematangan karir yang terjadi tidak terlepas dari karakteristik teknik *Life Career Rainbow* yang menekankan pemahaman terhadap berbagai peran kehidupan (*life roles*) yang dijalani individu sepanjang rentang kehidupannya. Melalui kegiatan bimbingan kelompok, peserta didik memperoleh kesempatan untuk mengeksplorasi diri, mendiskusikan cita-cita, mengenali minat dan bakat, serta menyusun rencana karir yang lebih realistis sesuai dengan potensi yang dimiliki. Kondisi ini sejalan dengan teori Donald E. Super yang menjelaskan bahwa perkembangan karir merupakan proses sepanjang hayat yang dipengaruhi oleh konsep diri dan berbagai peran kehidupan individu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Adityawarman (2020) yang menyimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok berperan dalam meningkatkan kemampuan perencanaan karir siswa melalui proses diskusi, pemberian informasi, dan interaksi kelompok yang terarah. Layanan bimbingan kelompok memberikan ruang bagi peserta didik untuk memperoleh pemahaman yang lebih luas mengenai pilihan karir sehingga mampu merencanakan masa depan secara lebih matang.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Maulida (2020) yang menunjukkan bahwa penerapan strategi *self-management* dalam layanan bimbingan kelompok efektif untuk memantapkan pemilihan karir siswa. Penelitian tersebut menggunakan uji *Wilcoxon* dan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan setelah pemberian layanan bimbingan kelompok. Hasil tersebut memperkuat bahwa layanan kelompok dapat menjadi media yang efektif dalam membantu peserta didik mengambil keputusan karir secara lebih mantap.

Selain itu, penelitian Mahabbatullaina (2024) mengenai implementasi layanan bimbingan karier menunjukkan bahwa layanan karier yang diberikan secara sistematis mampu meningkatkan efikasi diri peserta didik dalam menentukan pilihan studi lanjutan. Efikasi diri merupakan salah satu komponen penting dalam kematangan karir karena berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam menentukan masa depan.

Hasil penelitian ini juga relevan dengan penelitian Hantoro dkk. (2022). yang mengembangkan media layanan bimbingan karir untuk meningkatkan pemahaman karir peserta didik SMK. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa layanan karir yang dikemas secara menarik mampu meningkatkan pemahaman peserta didik terhadap dunia kerja dan pilihan karir yang tersedia.

Selanjutnya, penelitian Rafiqoh, Handayani, dan Aminah (2025) menjelaskan bahwa pemilihan karir dipengaruhi oleh faktor *internal* maupun *eksternal*, termasuk *self-efficacy* dan dukungan sosial. Dalam layanan bimbingan kelompok, kedua aspek tersebut berkembang melalui interaksi antarpeserta yang saling memberikan dukungan, umpan balik, dan penguatan positif selama proses layanan berlangsung.

Penelitian Oktaviani, Fikriyani, dan Ikhsan (2025) juga menunjukkan bahwa strategi bimbingan kelompok mampu menghasilkan perubahan yang signifikan setelah perlakuan diberikan secara terstruktur. Meskipun fokus penelitian tersebut pada motivasi belajar, hasilnya memperlihatkan bahwa dinamika kelompok dapat mendorong perubahan perilaku positif pada peserta didik. Temuan ini memperkuat efektivitas layanan bimbingan kelompok sebagai intervensi dalam meningkatkan aspek perkembangan peserta didik, termasuk kematangan karir.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat berbagai temuan sebelumnya bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu strategi yang efektif untuk membantu peserta didik mengembangkan aspek perkembangan diri. Penggunaan teknik *Life Career Rainbow* memberikan kontribusi yang lebih spesifik dalam meningkatkan kematangan karir karena membantu peserta didik memahami hubungan antara konsep diri, peran kehidupan, dan perencanaan karir di masa depan.

Table 1. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test (Tabel Ranks)

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post tes - Pre test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	7 ^b	4.00	28.00
	Ties	0 ^c		
	Total	7		

Test Statistics^a

		Post tes - Pre test
Z		-2.375 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)		.002

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

*Sumber: Hasil Pengolahan Uji Wilcoxon Sigend Rank Test Dengan SPSS V.25 For Windows

Temuan ini sejalan dengan teori perkembangan karir Donald Super yang menyatakan bahwa kematangan karir ditandai dengan kesiapan individu dalam membuat keputusan karir yang realistis sesuai dengan tahap perkembangan usianya. Melalui *teknik life career rainbow*, peserta didik dapat memahami berbagai peran kehidupan yang memengaruhi perkembangan karir mereka. Selain itu, dinamika kelompok dalam layanan bimbingan kelompok memungkinkan peserta didik untuk saling berbagi pengalaman dan berdiskusi mengenai rencana karir sehingga dapat meningkatkan kesadaran diri serta kemampuan dalam mengambil keputusan karir secara mandiri.

Table 2. Tabel perbandingan Pre-Test & Post-Test

No.	Nama	Pre-Test		Post-Test	
		Nilai	Keterangan	Nilai	Keterangan
1.	AS	66	Sedang	100	Sangat Tinggi
2.	AS	65	Sedang	81	Tinggi
3.	AF	65	Sedang	87	Sangat Tinggi
4.	ABB	65	Sedang	82	Tinggi
5.	FA	65	Sedang	96	Sangat Tinggi
6.	BAP	65	Sedang	81	Tinggi
7.	ADS	66	Sedang	97	Sangat Tinggi

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat berbagai temuan sebelumnya bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu strategi yang efektif untuk membantu peserta didik mengembangkan aspek perkembangan diri. Penggunaan teknik *Life Career Rainbow* memberikan

kontribusi yang lebih spesifik dalam meningkatkan kematangan karir karena membantu peserta didik memahami hubungan antara konsep diri, peran kehidupan, dan perencanaan karir di masa depan.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uji hipotesis menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar $0,018 < 0,05$. Dengan demikian, H_a diterima dan H_0 ditolak. Artinya, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Life Career Rainbow* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kematangan karir peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung di Era Revolusi Industri 5.0.

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar dan melibatkan kelompok kontrol sehingga efektivitas teknik *Life Career Rainbow* dapat dibandingkan secara lebih komprehensif. Selain itu, penelitian berikutnya dapat mengkaji pengaruh teknik *Life Career Rainbow* terhadap variabel lain seperti perencanaan karir, efikasi diri karir, kesiapan kerja, maupun pengambilan keputusan karir pada jenjang pendidikan yang berbeda.

References

- Adityawarman, L. P. (2020). Peran bimbingan kelompok dalam perencanaan karir siswa. *Advice: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 165–177. <https://doi.org/10.32585/advice.v2i2.786>
- Ade, N. H. (2025). Bimbingan karir dalam perencanaan karir remaja akhir. *JUBPI Journal*, 6(1), 20–30.
- Ajifah, S. (2024). Layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kematangan karir siswa di SMK Tamansiswa Medan. *Biblio Counselling Journal*, 8(2), 110–118.
- Budiman, C., Gunawan, G., & Hidayat, D. R. (2020). Layanan bimbingan karir teori Donald E. Super guna meningkatkan kematangan karir pada peserta didik di SMK. *JIBK Undiksha*, 11(1), 32–39.
- Darwin, M. R. (2025). Career maturity in the digital age: Challenges and solutions for guidance services. *Coution Journal*, 3(1), 10–18.
- Daulay, F. A. (2025). Pengaruh bimbingan karir teknik eksplor karir terhadap kematangan karir siswa. *Terapeutik Journal*, 5(1), 27–36.
- Febrianti, F., & Sarajar, D. K. (2024). Konsep diri dan kematangan karir siswa kelas XII. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 15–25.
- Hantoro, R. W., Hartini, S., Agungbudiprabowo, A., & Siswanti, R. (2022). Media permainan kartu kwartet untuk meningkatkan pemahaman karir siswa SMK. *Advice: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1). <https://doi.org/10.32585/advice.v4i1.2539>
- Kumara, A. R. (2017). *Bimbingan kelompok*. Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Ahmad Dahlan.
- Kurniawan, A. (2018). *Metode riset untuk ekonomi dan bisnis*. Bandung: Alfabeta.
- Mababbatullaina. (2024). Implementasi layanan bimbingan karier untuk meningkatkan efikasi diri siswa dalam melanjutkan studi. *Advice: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1). <https://doi.org/10.32585/advice.v6i1.5176>
- Maulida, L. (2020). Penerapan strategi self management dalam bimbingan kelompok untuk pemantapan pemilihan karir siswa. *Advice: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(1). <https://doi.org/10.32585/advice.v2i1.684>
- Oktaviani, S., Fikriyani, D. N., & Ikhsan, M. (2025). Strategi bimbingan kelompok dengan teknik self management untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. *Advice: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2). <https://doi.org/10.32585/advice.v7i2.7341>
- Rafiqoh, Handayani, E. S., & Aminah. (2025). Korelasi antara dukungan sosial dan self efficacy terhadap pemilihan

karir siswa kelas XI SMA. Advice: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 7(2).

Super, D. E. (1957). The psychology of careers: An introduction to vocational development. New York: Harper & Brothers.

Super, D. E. (1963). Career development: Self-concept theory. New York: College Entrance Examination Board.