

A. Latar Belakang

Hal ini sangat memprihatinkan, khususnya pada lulusan SMK dimana terlihat bahwa kurang optimalnya perwujudan dari tujuan berdirinya Sekolah Menengah Kejuruan itu sendiri. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk menekan jumlah pengangguran adalah dengan mengoptimalkan *self efficacy karier* siswa, sehingga siswa tidak ragu dan menjadi yakin atas kemampuan yang dimilikinya untuk menghadapi kariernya kedepan.

¹ Suci Wulandari, “Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Minat Berwirausaha Pada Siswa Kelas XII Di Smk Negeri 1” (Skripsi, Fakultas Ekonomi, Unesa, Kampus Ketintang Surabaya, 2012),hal.1

Menurut *House Committee on Education and Labour* (HCEL) bahwa: *“pendidikan kejuruan adalah suatu bentuk pengembangan bakat, pendidikan dasar keterampilan, dan kebiasaan-kebiasaan yang mengarah pada dunia kerja yang dipandang sebagai latihan keterampilan”*.³ Bukan hanya dari beberapa definisi yang diungkapkan para ahli. Menurut undang-undang Sistem Pendidikan Nasional tentang pasal 18 dijelaskan bahwa: *“Pendidikan Kejuruan merupakan pendidikan menengah yang mempersiapkan peserta didik terutama untuk bekerja pada bidang tertentu”*.⁴

² Onong Uchajana, *Dinamika Komunikasi* (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 1993),hal.3.
³ Malik Oemar, *House Committee on Education and Labour*. (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 1990),hal.94
⁴ Deddy mulyana , dkk, *Komunikasi Antar Pribadi* (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 1990),hal.15

Hal tersebut menunjukkan masa remaja merupakan masa yang terpenting dalam perkembangan individu, karena jika tidak dapat mampu melaksanakan tugas perkembangan pada masa remaja, maka masa dewasa pun tidak akan berjalan semestinya. Menurut Hurlock masa remaja merupakan masa yang sangat berhubungan pada penentuan kehidupan di masa depan, karena perilaku dan aktivitas yang dilakukan pada masa remaja menjadi masa awal dalam mengukir kehidupan yang lebih baik dimasa depan mereka.⁶

⁵ Elfi mu'awanah, *Bimbingan Konseling Islam di Sekolah Dasar* (Jakarta: PT.Bumi Aksara, 2009),hal.25

⁶ Elisabeth Hurlock, *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi 5* (Jakarta: Erlangga, 2009),hal.207

⁷ Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Offset, 2011), hal.74

Ditinjau dari tahap perkembangan karir menurut Super dan Jordaan, bahwa siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) termasuk dalam tahap eksplorasi pada tingkat tentatif dan transisi (usia 15-21 tahun).⁹ Pada tahap tentatif (15-17 tahun), faktor-faktor yang diperhitungkan dan dipertimbangkan adalah kebutuhan, minat, kapasitas, nilai-nilai dan kesempatan. Sedangkan pada tahap transisi dimana individu berusaha untuk memperoleh karir, memutuskan karir dan siap masuk ke dunia kerja. Bila individu telah memiliki kesiapan untuk membuat perencanaan karir, memanfaatkan sumber informasi karir, pencarian informasi karir, dan dapat mengambil keputusan karir maka individu telah mencapai kematangan karir.¹⁰ Sehingga terhitung memiliki *self-efficacy karier* yang tinggi.

⁸ Elfi mu'awanah, *Bimbingan Konseling Islam di Sekolah Dasar* (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2009), hal.24 - 25

¹⁰ Luluk Sersiana, dkk. Jurnal BK UNESA, “Hubungan Antara Self-Efficacy Karir Dan Persepsi Terhadap Masa Depan Karir dengan Kematangan Karir Siswa Smk Pgri Wonoasri Tahun Ajaran 2012/2013”. Vol 03 No 01. Pp 172-180,hal.173

¹¹ Luluk Sersiana, dkk. Jurnal BK UNESA, “Hubungan Antara Self-Efficacy Karir Dan Persepsi Terhadap Masa Depan Karir dengan Kematangan Karir Siswa Smk Pgri Wonoasri Tahun Ajaran 2012/2013”. Vol 03 No 01. Pp 172-180,hal.173

Semua perubahan yang terjadi di dalam diri pada masa remaja menuntut individu untuk melakukan penyesuaian diri dalam diri dalam membentuk suatu “*sense of self*” yang baru tentang siapa dirinya. Karena perubahan-perubahan yang terjadi mempengaruhi remaja pada hampir semua area, konsep diri juga berada dalam keadaan terus berubah pada periode ini. Ketidakpastian masa depan membuat formulasi dari tujuan yang jelas merupakan tugas yang sulit. Namun, dari penyelesaian masalah dan konflik remaja inilah lahir konsep diri remaja.¹⁵ Dari situlah, *self-efficacy karier* akan terbentuk dan relatif tinggi, sehingga siswa akan dengan yakin mampu melakukan dan melaksanakan karirnya nanti dengan baik.

¹⁵ Makalah Matakuliah Seminar BK (PB 318): *Upaya bimbingan dan konseling menggunakan teknik restrukturisasi kognitif untuk mereduksi body dysmorphic disorder pada siswa*. BAB I (2012),hal.4

Dalam hal meningkatkan *self-efficacy* karier siswa yang cenderung rendah, dapat dilakukan dengan memfokuskan pada *kognitif* siswa melalui bimbingan konseling karir dengan pendekatan teknik *restrukturisasi kognitif*. Teknik *restrukturisasi kognitif* adalah proses belajar untuk menyangkal *distorsi* kognitif atau fundamental "*kesalahan berpikir*", dengan tujuan menggantikan pikiran seseorang yang tidak rasional, keyakinan kontra-faktual yang akurat dan dominan, menuju ke pola berfikir yang rasional dan positive.

¹⁶ Posted by sahar pratama at 07:01, Sumber Buku: Ghuftron M. Nur & Risnawati Rini S. 2010. *Teori-Teori Psikologi* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media).

Hal inilah yang menjadi dasar serta dorongan peneliti untuk menguji *efektivitas* dan upaya bimbingan konseling karir melalui teknik *restrukturisasi kognitif* dalam meningkatkan *self-efficacy karier* siswa kelas XII di SMK Darul Ulum Baureno Bojonegoro. Karena pada dasarnya *self-efficacy* diri yang baik dan positif akan memunculkan hasil karir yang baik pula. Sehingga nantinya, penelitian ini dapat digunakan rujukan untuk meningkatkan *self-efficacy karier* siswa yang rendah/negative untuk menuntun mereka menuju gerbang karir dimasa berikutnya, dalam mencetak generasi yang berkualitas yang yakin atas kemampuan dirinya dengan *self-efficacy karier* tinggi.

Untuk menghindari adanya keluasan serta *multi-tafsir* dalam pembahasan penelitian nanti, maka Peneliti memberikan fokus penelitian yakni sebagai berikut:

- ¹⁷ Makalah matakuliah Seminar BK (PB 318): *Upaya bimbingan dan konseling menggunakan teknik restrukturisasi kognitif untuk mereduksi body dysmorphic disorder pada siswa*. BAB I,hal.4.

- ### C. Rumusan Masalah

1. Apakah bimbingan konseling karir melalui teknik *restrukturisasi kognitif efektif* untuk meningkatkan *self-efficacy* karir siswa kelas XII SMK Darul Ulum, Baureno, Bojonegoro?
2. Seberapa besar *efektivitas* bimbingan konseling karir melalui teknik *restrukturisasi kognitif* untuk meningkatkan *self-efficacy* karir siswa kelas XII SMK Darul Ulum, Baureno, Bojonegoro?

Tujuan utama dalam penelitian ini, adalah:

- [illegible]

- ## Manfaat Penelitian

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini memberikan bukti *empiris* dan diharapkan dapat menjadi masukan *informatif* bagi sekolah-sekolah, terutama Sekolah Menengah Kejuruan untuk meningkatkan *self-efficacy karier* siswa, dengan menggunakan bimbingan konseling karir melalui teknik *restrukturisasi kognitif*.
- b. Hasil penelitian ini sebagai bahan informasi dan acuan *teoritik* bagi peneliti selanjutnya, khususnya bagi peneliti-peneliti yang mengkaji tentang peningkatan *self-efficacy karier* siswa, dalam rangka menghadapi dan terjun bekerja.
- c. Memberikan kontribusi bagi pengembangan khazanah keilmuan Bimbingan dan Konseling Islam bagi peneliti, masyarakat luas, dan

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metode adalah suatu prosedur atau cara untuk mengetahui sesuatu yang mempunyai langkah-langkah yang sistematis. Sedangkan peneliti adalah terjemah dari bahasa inggris: *research* yang berarti usaha atau pekerjaan untuk mencari kembali yang dilakukan dengan metode tertentu dengan cara hati-hati, sistematis serta sempurna terhadap permasalahan, sehingga dapat digunakan untuk menyelesaikan atau menjawab problemnya.¹⁸

Design penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *pretest and posttest control group design*. Menurut Sugiyono, mengemukakan bahwa: “Dalam penelitian ini terdapat dua kelompok yang dipilih secara random,

¹⁹ Ibnu Hadjar, *Dasar-Dasar Metodologi Kuantitatif dalam Pendidikan* (Jakarta: PT. Grafindo Persada, 1996).hal.321

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode eksperimen. Yang bertujuan untuk mengetahui akan pengaruh atau akibat dari suatu perlakuan (*treatment*). Dan untuk *treatment* yang dimaksud peneliti adalah dengan menggunakan teknik *restrukturisasi kognitif*, sehingga nantinya bisa diukur *efektive* atau *tidak efektif* perlakuan tersebut untuk meningkatkan *self-efficacy* karier siswa.

Untuk mempermudah proses penelitian, secara garis besar, *design eksperimen* yang digunakan pada penelitian ini digambarkan sebagai berikut:

R1	O₁	X	O₂
R2	O₃	-	O₄

Gambar 1.1 Desain Penelitian Pre test dan Post test Control Group Design

²⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: CV. Alfabeta, 2009),hal.74

internal yang tinggi.²² Subjek penelitian dalam desain ini dikelompokkan menjadi 2 kelompok, yaitu: *kelompok satu* disebut sebagai kelompok eksperimen. *Kelompok dua* disebut sebagai kelompok kontrol.²³

2. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

Populasi berasal dari bahasa inggris *population*, yang berarti jumlah penduduk. Dalam metode penelitian kata populasi amat *populer*, digunakan untuk menyebutkan serumpun atau sekelompok objek yang menjadi sasaran penelitian. Oleh karenanya, populasi penelitian merupakan keseluruhan (*universum*) dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuh-tumbuhan, udara, gejala, nilai, peristiwa, sikap hidup dan sebagainya, sehingga objek-objek ini dapat menjadi sumber data penelitian.²⁴

a. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.²⁵ Dalam penelitian yang berjudul “efektivitas bimbingan konseling karier melalui teknik *restrukturisasi kognitif* untuk meningkatkan *self efficacy* karier siswa” ini, peneliti memberdayakan keseluruhan siswa SMK Darul Ulum Baureno Kelas XII pada tahun ini (baca: 2016) menjadi populasi dalam

²² Notoatmodjo, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Jakarta: PT. Grafindo Persada, 2010),hal.61

²³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: CV. Alfabeta, 2009), hal.74

²⁴ Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik serta Ilmu-ilmu Sosial Lainnya Edisi Kedua* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2005), hal.109

Sugiyono, *Motode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&*, (Bandung: Cv.Alvabeta, 2011),hal.80

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu.

Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili).²⁷ Semakin besar jumlah sampel akan semakin bagus untuk bisa menggambarkan keseluruhan populasi, jika kedapatan jumlah populasi yang besar. Maka perlulah peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel untuk mempermudah dalam menentukan sampel.

Adapun teknik sampling itu dilakukan untuk mengambil bagian terkecil yang bisa menggambarkan keseluruhan populasi tersebut, karena sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.²⁸

2011),hal.118

Purposive sampling juga disebut *judgmental sampling*, yaitu pengambilan sampel berdasarkan “*penilaian*” (judgment) peneliti mengenai siapa-siapa saja yang pantas (memenuhi persyaratan) untuk dijadikan sampel. Oleh karenanya agar tidak sangat subjektif, peneliti harus punya latar belakang pengetahuan tertentu mengenai sampel dimaksud (tentu juga populasinya) agar benar-benar bisa mendapatkan sampel yang sesuai dengan persyaratan atau tujuan penelitian (memperoleh data yang akurat).²⁹

Ada beberapa hal yang menjadi ciri-ciri, kriteria & karakteristik peneliti dalam menentukan sampel, agar sampel benar-benar sesuai dengan yang diharapkan peneliti dan untuk menghindari *subjektifitas* penelitian, diantaranya sebagai berikut:

- 1) Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Darul Ulum Baureno Bojonegoro Kelas XII.
- 2) Yang akan terjun bekerja (memulai karier), setelah lulus.

²⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R & D* (Bandung: CV. Alfabeta, 2011),hal.118

- 1) Sampel ini dipilih sedemikian rupa, sehingga relevan dengan desain penelitian.
- 2) Cara ini relatif mudah untuk dilaksanakan.
- 3) Sampel yang dipilih adalah individu yang menurut pertimbangan penelitian menggambarkan variabel dalam penelitian.

- 1) Tidak ada jaminan sepenuhnya bahwa sampel itu *representatif* seperti halnya dengan sampel acakan atau random.
- 2) Setiap *sampling* yang acakan atau random yang tidak memberikan kesempatan yang sama untuk dipilih kepada semua anggota populasi.

Dalam penelitian ini, subjek yang akan kami teliti adalah siswa kelas XII SMK Darul Ulum, Baureno, Bojonegoro, yang memiliki *self-efficacy karier* rendah dari hasil tabulasi *skala kecenderungan self-efficacy karier* pada saat *pre test* dilakukan.

Adapun total subjek penelitian yang diambil untuk dijadikan sampel adalah 19 siswa SMK Darul Ulum Baureno Bojonegoro.

Secara *teoritis* variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau objek, yang mempunyai “*variasi*” antara satu orang dengan orang lain atau satu objek dengan objek yang lain. Variabel juga dapat merupakan atribut dari bidang keilmuan atau kegiatan tertentu.³⁰

Kerlinger menyatakan bahwa variabel adalah konstruk (*construck*) atau sifat yang dipelajari. Dibagian lain Kerlinger menyatakan bahwa variabel dapat dikatakan sebagai suatu sifat yang diambil dari suatu nilai yang berbeda (*different values*).³¹

Berdasarkan pengertian diatas, maka dapat dirumuskan disini bahwa variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

³⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: CV. Alfabeta, 2011),hal.38

³¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi*, (Bandung: CV. Alfabeta, 2001), hal.20

Variabel Independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Maka dalam penelitian ini, variabel independen (bebasnya) adalah: *Bimbingan konseling karier melalui teknik restrukturisasi kognitif* sebagai variabel X (Independen).

Variabel dependen adalah variabel yang sering disebut variabel output, kriteria konsekuen. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya bebas, maka dalam penelitian ini variabelnya adalah: *Self-efficacy karier* sebagai variabel Y. Setelah didapat variabel dependen, maka adapun aspek/indikator variabel Y yaitu:

- 1) *Self Appraisal* (Mampu menilai diri)
- 2) *Occupational Information* (Mampu mendapat Informasi karir)
- 3) *Goal Selection* (Mampu memilih tujuan)
- 4) *Planning* (Mampu merencanakan)
- 5) *Problem Solving* (Mampu memecahkan masalah)
- 6) *Magnitude* (Mampu menyelesaikan)
- 7) *Generality* (Mampu menggeneralisasikan)
- 8) *Strength* (Mampu mengatasi kesulitan)³²

[illegible]

Deskripsi teori atau disebut juga definisi operasional dimaksudkan untuk memberikan gambaran atau batasan-batasan tentang teori-teori yang akan dipakai sebagai landasan dalam penelitian termasuk variabel-variabel permasalahan yang akan diteliti. Untuk menghindari kesalahan dalam memahami masalah yang akan diteliti, maka akan dipaparkan definisi operasional, yang ada dalam penelitian ini.

Dalam penelitian ini ditemukan dua variabel, yakni variabel bebas berupa bimbingan konseling karier melalui teknik *restrukturisasi kognitif* dan variabel terikat yaitu *self-efficacy karier*. Berikut masing-masing deskripsi dari tiap-tiap variabel tersebut:

- a. ***Bimbingan Konseling Karier melalui teknik restrukturisasi kognitif*** yang dimaksudkan disini adalah salah satu jenis bimbingan yang berusaha membantu individu dalam memecahkan masalah karir (pekerjaan) untuk memperoleh penyesuaian diri yang sebaik-baiknya dengan masa depannya.³³ Juga proses membantu seseorang untuk mengerti dan menerima gambaran tentang diri pribadinya dan gambaran tentang dunia kerja diluar dirinya, mempertemukan gambaran tentang diri tersebut dengan dunia kerja itu, untuk pada akhirnya dapat: memilih bidang pekerjaan,

[illegible]

Para ahli mengemukakan beberapa pendapat yang menjelaskan pengertian teknik *restrukturisasi kognitif*, menurut Ellis, yaitu memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-pikiran atau pernyataan diri negative dan keyakinan-keyakinan klien yang tidak rasional menjadi pikiran-pikiran yang positif dan rasional.³⁵

³⁴ Ruslan A.Gani. *Bimbingan Konseling Karir* (Bandung: Angkasa, 1992),hal.11

³⁵ Muhammad Nursalim, dkk. *Strategi Konseling* (Surabaya: Unesa University Press, hal.47

Proses ini menjelaskan bahwa serangkaian tindakan yang dilakukan individu pada awalnya dikonstruksi dalam pikirannya. Pemikiran ini kemudian memberikan arahan bagi tindakan yang dilakukan individu tersebut. Keyakinan seseorang akan *self-efficacy* mempengaruhi bagaimana seseorang menafsirkan situasi lingkungan, antisipasi yang akan diambil dan perencanaan yang akan dikonstruksi. Individu yang menilai bahwa mereka sebagai orang yang tidak mampu, maka akan menafsirkan situasi tersebut sebagai hal yang penuh resiko dan cenderung gagal dalam membuat perencanaan.

Self efficacy karier yang dimaksudkan, mengutip Bandura mendefinisikan bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk

[illegible]

Self-efficacy karier merupakan elemen penting dalam menunjang karier siswa kedepan, sehingga ketika siswa mengalami *self-efficacy karier* rendah/negative, maka akan mempengaruhi kariernya kedepan.³⁹

Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Woolfolk bahwa *self-efficacy* merupakan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri atau tingkat keyakinan mengenai seberapa besar kemampuannya dalam mengerjakan suatu pekerjaan tertentu untuk mencapai hasil tertentu. Berdasarkan definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy karier* adalah keyakinan seorang individu terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan untuk mencapai suatu tujuan dimana individu yakin mampu untuk menghadapi segala tantangan dan mampu memprediksi seberapa besar usaha yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan tersebut.

³⁹ Howard S. Friedman, *Kepribadian, Teori Klasik dan Modern* (Jakarta: Erlangga, 2006),hal.284

Menurut Bandura, seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi (positive) akan membangun lebih banyak kemampuan-kemampuan melalui usaha-usaha mereka secara terus menerus, sedangkan efikasi diri yang rendah (negative) akan menghambat dan memperlambat perkembangan dari kemampuan-kemampuan yang dibutuhkan seseorang. Bandura juga mengatakan bahwa individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung percaya bahwa segala sesuatu sangat sulit dibandingkan keadaan yang sesungguhnya sedangkan orang yang memiliki perasaan efikasi diri yang kuat akan mengembangkan perhatian dan usahanya terhadap tuntutan situasi dan dipacu oleh rintangan sehingga seseorang akan berusaha lebih keras.

Kerangka berfikir merupakan suatu bentuk perencanaan dalam proses penyelesaian penelitian. Berangkat dari kedua variabel di atas, maka kerangka berfikir dalam penelitian ini dapat digambarkan dalam kerangka berikut ini:

[illegible]

a. Angket atau Kuesioner

Metode angket merupakan serangkaian atau daftar pertanyaan yang disusun secara sistematis, kemudian dikirim kembali atau dikembalikan ke petugas atau peneliti.⁴³

Cara pemberian nilai dalam penelitian ini menggunakan teknik angket yang hanya memberikan tanda lingkaran, silang, atau *checklist* pada lembar jawaban yang telah tersedia. Jawaban *responden* telah disediakan sehingga

⁴³ Burhan Bungin, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Jakarta: Prenada Media Group, 2011),hal.95

dapat memudahkan peneliti dalam menganalisisnya, karena jawaban seragam.

Dalam penelitian ini, Peneliti menggunakan angket langsung tertutup, dimana tiap pertanyaan telah disediakan pilihan jawaban sehingga *responden* hanya tinggal memilih jawaban yang sesuai dengan keadaan dirinya. Selain itu, dalam penelitian inipun Peneliti menggunakan *Skala Linkert* untuk menghitung analisis jawabannya, dengan kriteria penilaian sebagai berikut:

Pernyataan	SS	S	TS	STS
Favorable	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4

Adapun maksud penilaian *skala linkert* diatas, adalah bahwa item pernyataan mulai dari item nomor 1 sampai item nomor 33 penilaian atas jawabanya yaitu sebagai berikut: SS = 4, S = 3, TS = 2, STS = 1. Akan tetapi untuk pernyataan item nomor 34 sampai 66 penilaian yang diberikan adalah sebaliknya. Semakin tinggi Skor, maka semakin tinggi pula *self-efficacy karier* siswa, begitu sebaliknya.

7. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Dalam penelitian ini, data yang dianalisis adalah data yang terkumpul dari instrumen penelitian berupa angket (kuesioner).

Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variable dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variable dari

Analisis data dalam penelitian kuantitatif menggunakan statistic. Ada 2 macam statistic yaitu statistic deskriptif dan statistic inferensial. Statistic inferensial meliputi statistic parametris dan nonparametris.

Teknik Analisis data dimaksudkan untuk mengkaji kaitannya dengan kepentingan pengajuan hipotesis penelitian. Tujuannya adalah untuk mencari kebenaran data tersebut dan untuk mendapatkan suatu kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan. Juga untuk membuktikan adanya *efektivitas* teknik *restrukturisasi kognitif* dalam meningkatkan *self-efficacy karier* siswa kelas XII SMK Darul Ulum, Baureno, Bojonegoro.

Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan Uji Analisis *paired sampel T-Test* atau Uji *T-Test*. Analisis *paired sampel T-Test* merupakan prosedur yang digunakan untuk membandingkan rata-rata dua variabel dalam satu group atau untuk menguji pengaruh variabel satu ke variabel yang lain. Adapun rumus *Paired Sampel T-Test* adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} - 2r\left(\frac{s_1}{\sqrt{n_1}}\right)\left(\frac{s_2}{\sqrt{n_2}}\right)}}$$

Dari rumus analisis *paired sampel T-Test* diatas, berikut adalah keterangan masing-masing itemnya:

⁴⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D* (Bandung: CV. Alfabeta, 2010),hal.45

- $\bar{X}_1$: Rata – rata sampel 1
- $\bar{X}_2$: Rata – rata sampel 2
- S_1 : Simpangan baku sampel 1
- S_2 : Simpangan baku sampel 2
- S_1^2 : Varian 1
- S_2^2 : Varian 2
- r : Korelasi antar dua variabel

Teknik analisis data dimaksudkan untuk mengkaji kaitannya dengan kepentingan pengajuan hipotesis penelitian. Tujuannya untuk mencari kebenaran data tersebut dan untuk mendapatkan suatu kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan.

Tahap-tahap berikut disusun dan digunakan untuk rancangan penelitian supaya proses penelitian lebih sistematis dan bisa dipertanggung jawabkan validitasnya.

[illegible]

Adapun tahap-tahap penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Tahap pra lapangan

Tahap pra lapangan adalah tahap dimana ditetapkannya apa saja yang harus dilakukan sebelum seorang peneliti masuk ke lapangan obyek studi. Dalam hal ini, terdapat 7 hal yang harus dilakukan dan harus dimiliki oleh seorang peneliti yang akan diuraikan berikut ini.⁴⁶

- 1) Menyusun rancangan penelitian
- 2) Memilih lapangan penelitian
- 3) Menjajaki dan menilai keadaan lapangan
- 4) Memilih dan memanfaatkan informan
- 5) Menyiapkan perlengkapan penelitian
- 6) Persoalan etika penelitian

b. Tahap pekerjaan lapangan

Setelah pekerjaan pra lapangan dianggap cukup, maka peneliti bersiap-siap untuk masuk ke lokasi penelitian dengan membawa perbekalan yang disiapkan sebelumnya. Agar bisa masuk ke lokasi penelitian dengan mulus, maka ada beberapa hal yang perlu disiapkan, yakni:⁴⁷

- 1) Memahami latar penelitian dan persiapan diri
- 2) Memasuki lapangan
- 3) Berperan serta sambil mengumpulkan data
- 4) Tahap analisis data

⁴⁶ Moh. Kasiram, *Metodologi Penelitian Kualitatif – kuantitatif* (Malang: UIN-Maliki Press, 2010), hal.281

⁴⁷ Moh. Kasiram, *Metodologi Penelitian Kualitatif – kuantitatif* (Malang: UIN-Maliki Press, 2010),hal.285

G. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah dalam pembahasan dan penyusunan penelitian ini, maka Peneliti akan menyajikan pembahasan ke dalam beberapa BAB yang sistematis pembahasannya adalah sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan, berisi serangkaian pernyataan atau kalimat yang memberikan gambaran mengenai permasalahan yang diangkat dalam penelitian, serta penjelasan mengapa permasalahan itu menjadi satu hal menarik untuk dijadikan penelitian. Bagian dalam bab ini meliputi: *latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian dan sistematika pembahasan.*

Bab II Tinjauan Pustaka, merupakan salah satu upaya penggalian teori yang dapat digunakan peneliti untuk menjelaskan hakikat dari gejala yang ditelitinya. Unsur yang terkandung dalam bagian ini antara lain: deskripsi teori, penelitian terdahulu yang relevan, dan hipotesis penelitian.

Bab III Penyajian Data, akan berisi penjelasan secara ringkas dan menyeluruh mengenai bagaimana penelitian dilakukan. Dalam hal ini akan dijelaskan deskripsi umum objek penelitian, deskripsi pelaksanaan penelitian, deskripsi hasil penelitian dan pengujian hipotesis.

Bab IV Analisis Data, merupakan penjabaran dari jawaban-jawaban responden yang telah dianalisis dari metode yang telah digunakan . Dibagian ini berisikan uji normalitas dan linearitas juga analisis tingkat efektivitas teknik.

Bab V Penutup, penutup merupakan bagian terakhir. Di mana pada bagian ini akan membahas tentang kesimpulan dan saran.