

**KEEFEKTIFAN GET FUTURE TRAINING DALAM MENINGKATKAN OPTIMISME MEMASUKI DUNIA KERJA SISWA SMK SULTAN TRENGGONO**Dwi Mulyaningrum¹✉¹ Human Resource Department Puri Avia-Athalia Hotel & Conference Resort, Bogor, Jawa Barat**Info Artikel***Sejarah Artikel:*

Diterima 10 September 2016
Disetujui 28 Oktober 2016
Dipublikasikan 1 November 2016

Keywords:

Get Future Training,
optimism enter the working
world, self-efficacy

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan Get Future Training dalam meningkatkan optimisme memasuki dunia kerja siswa SMK Sultan Trenggono Semarang. Subjek penelitian adalah 9 siswa kelas 3 SMK Sultan Trenggono Semarang dengan menggunakan desain eksperimen one group pretest-posttest design. Pretest dilakukan 2 kali dan posttest satu kali. Perlakuan yang diberikan adalah Get Future Training yang menggunakan sumber-sumber self-efficacy sebagai prinsip pembuatan modul pelatihan yang terbagi menjadi 4 sesi yaitu sesi pembukaan, sesi games, sesi diskusi partisipatif dan pemberian film edukasi, dan yang terakhir adalah sesi penutupan. Data penelitian diambil menggunakan skala optimisme memasuki dunia kerja dengan koefisiensi reliabilitas sebesar 0,93. Analisis data menggunakan uji statistik non-parametrik Wilcoxon Sign Rank Test dengan bantuan software analisis data statistik. Hasil analisis data yang diperoleh menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai $Z = -2,680$ dengan probabilitas 0,007 ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan optimisme memasuki dunia kerja sebelum dan sesudah pelatihan dilakukan. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Get Future Training efektif dalam upaya meningkatkan optimisme memasuki dunia kerja pada siswa SMK Sultan Trenggono.

Abstract

SMK has purpose for prevent their students agree with job demand. However, competition in the working world make SMK's alumnus have low on the optimism enter the working world. Optimism enter the working world is positive belief about some condition within facing the environment that full of restriction and challenge in looking for household expenses with hope in order to trying achieve the result be better for the future. For that, researcher is trying to give alternative to increase the optimism enter the working world as like training (Get Future Training) in the SMK Sultan Trenggono Semarang. The aim of the research is to know the effectiveness Get Future Training to increase the optimism enter the working world in the SMK Sultan Trenggono Semarang. the responden of the research are 9 students in 3rd class of SMK Sultan Trenggono Semarang. The research used one group pretest-posttest design experiment design. Pretest was done twice and posttest just one. The treatment are Get Future Training that use the self-efficacy sources as principle training module maker. The training are divided to become 4 session that is opening session, games session, participative discussion and educative film given, and the last is closing session. The research data is taken by using the optimism enter the working world scale with the reliability coefficients are 0,931 and from 49 item that acquise 29 item have the high different power. Data collected by Wilcoxon Sign Ranks Test non-parametric statistic test with the software statistic data analysis helping. The result of data analysis used Wilcoxon Sign Rank Test by resulted the Z value = - 2,680 with probability 0,007 ($p < 0,05$), so can be conclude that the research have difference of the optimism enter the working world before and after doing the training. So, the result of research can conclude that Get Future Training effective for increase the optimism enter the world to SMK Sultan Trenggono's students.

© 2016 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:
Human Resource Department Puri Avia-Athalia Hotel &
Conference Resort, Bogor, Jawa Barat, Indonesia
Email: pawiradihardja@gmail.com

p-ISSN 2086-0803
e-ISSN 2541-2965

PENDAHULUAN

Bekerja adalah suatu keharusan bagi manusia. Karena dengan bekerja, manusia mencari nafkah untuk kelangsungan hidup di dunia. Sehingga optimisme dalam memperoleh pekerjaan sangat penting. Agar bisa bekerja sebenarnya individu tidak harus mengenyam sampai pada tingkat pendidikan yang paling tinggi. Sebagian besar perusahaan memberikan syarat minimal kelulusan SMA/ sederajat. Maka individu yang merencanakan bekerja selepas sekolah bisa menempuh pendidikan di SMK agar siap bekerja setelah lulus nanti.

SMK memiliki tujuan mencetak anak didik sesuai dengan tuntutan kerja dan diharapkan anak didik tersebut langsung terserap di perusahaan-perusahaan sesuai dengan bidang keahliannya. Salah satu SMK adalah SMK Sultan Trenggono. Berdasarkan data kelulusan siswa kelas 3 SMK Sultan Trenggono tahun 2015 dari 30 siswa SMK Sultan Trenggono yang mendapatkan pekerjaan hanya 3 siswa dan sisanya menganggur setelah lulus. Hal ini berbanding lurus dengan survei yang dilakukan oleh Tempo (*Tempo.com*) pada tahun 2013-2014 memberikan hasil yang sama, yang menyatakan bahwa lulusan SMK merupakan lulusan dengan tingkat pengangguran tertinggi

yaitu 11,21% pada tahun 2013 dan 11,24% pada tahun 2015. Hal tersebut membuktikan bahwa sekalipun SMK bertujuan untuk mencetak lulusan yang siap untuk bekerja, namun hal tersebut masih membuat lulusan SMK berada pada tingkat pengangguran tertinggi di Indonesia. Jumlah lulusan SMK justru lebih banyak menganggur dibanding lulusan SMA (Samani, 2013). Begitu juga dengan Nurhadi (dalam Samani, 2013) menyimpulkan bahwa penghasilan karyawan lulusan SMK lebih kecil dibanding lulusan SMA.

Hal tersebut dapat memberikan dampak negatif pada individu yaitu kurangnya keyakinan diri akan kemampuan yang dimiliki, menjadi pesimistis yang akhirnya akan membuat individu tersebut stres. Doring (dalam Monks, 2006:308) pun mengatakan bahwa pengangguran mempengaruhi psikis anak-anak muda sehingga timbul sikap pasrah dan putus asa hingga mematahkan pengharapan untuk masa depan yang baik. Studi awal telah dilakukan oleh peneliti dengan menyebarkan skala sederhana sebagai topik dari studi awal di SMK Sultan Trenggono. Berikut hasil studi awal optimisme memasuki dunia kerja pada 20 siswa SMK Sultan Trenggono:

Tabel 1.1 Hasil Studi Awal

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Memikirkan masa depan membuat saya <i>badmood</i>	13	7
2.	Saya khawatir akan masa depan saya	15	5
3.	Saya khawatir tidak bisa mendapatkan pekerjaan yang layak setelah lulus nanti	14	6
4.	Saya merasa yakin setelah lulus saya segera mendapatkan pekerjaan	8	12
5.	Saya bersemangat ketika saya mulai memikirkan masa depan saya	5	15
6.	Setelah lulus nanti, saya akan mendapatkan pekerjaan sesuai impian saya	3	17

Berdasarkan hasil rekapitulasi skala studi awal di atas, dapat diketahui bahwa siswa SMK Sultan Trenggono *badmood* ketika memikirkan masa depan, khawatir akan masa depan, khawatir tidak bisa mendapatkan pekerjaan yang layak setelah lulus, tidak

bersemangat ketika mulai memikirkan masa depan dan takut tidak mendapatkan pekerjaan sesuai impian. Hal-hal tersebut mengindikasikan rendahnya optimisme. Indikator rendahnya optimisme ini berkebalikan dengan apa yang disampaikan

Rizki (2013:51) yang mengatakan bahwa individu yang memiliki rasa optimis adalah individu yang selalu berfikir positif, memiliki kepercayaan diri yang tinggi, yakin pada kemampuan yang dimiliki, tidak takut gagal, berusaha meningkatkan kekuatan yang dimiliki dan tidak mudah stres.

Optimisme merupakan bagian penting dalam kehidupan individu. Optimisme yang baik akan membawa dampak positif bagi individu. Pratikto (2014:3) berpendapat bahwa optimisme juga dibutuhkan individu agar dapat menghadapi kehidupan yang akan datang dengan keyakinan diri yang penuh dan mampu mengatasi tantangan tanpa rasa cemas dalam diri. Keyakinan diri atau *self-efficacy* adalah keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan (Alwisol, 2009:287). Hasil penelitian Syarifatisnaini (2014:5) bahwa *self-efficacy* tinggi memiliki optimisme dan suasana hati yang positif. Secara tidak langsung dapat dimunculkan dugaan bahwa apabila *self-efficacy* diubah maka kondisi optimisme juga berubah.

Pengubahan *self-efficacy* ini bisa difasilitasi dengan adanya penyelenggaraan paket penelitian. Peneliti mengajukan alternatif pelatihan yang diberi nama "*Get Future Training*" dengan kegiatan berupa pemberian materi, pemberian motivasi, diskusi kelompok, pemberian *games*, dan *action plan*, yang bertujuan mengubah optimisme memasuki dunia kerja siswa SMK Sultan Trenggono.

Get Future Training adalah salah satu bentuk pelatihan keterampilan psikologi yang dikembangkan atas dasar prinsip-prinsip pengembangan *self-efficacy*. Adapun prinsip-prinsip *self-efficacy* menurut Bandura (1997:79) terdiri dari *Performance Experience* (Pengalaman Performansi), *Vicarious Experience* (Pengalaman Vikarius), *Verbal Persuasion* (Persuasi Verbal) dan *Emotional States* (Keadaan Emosi). Peneliti memilih empat sumber *self-efficacy* karena efikasi diri

dapat diperoleh, diubah ditingkatkan atau diturunkan melalui salah satu atau kombinasi empat sumber tersebut (Alwisol dalam Pihasnawati 2014:76).

Oleh karena itu, dirasa penting untuk meneliti lebih lanjut dengan mengangkat sebuah judul "*Keefektifan Get Future Training* dalam Meningkatkan Optimisme Memasuki Dunia Kerja Siswa SMK Sultan Trenggono Semarang", sehingga hasil penelitian ini dapat menjadi rekomendasi.

METODE

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII SMK Sultan Trenggono Semarang. Peneliti berasumsi bahwa siswa kelas XII sangat membutuhkan *Get Future Training* karena siswa tersebut akan segera lulus dan memasuki dunia kerja. Jumlah subjek yang dilibatkan sebanyak 9 orang dengan 2 orang memiliki skor rendah, 3 orang memiliki skor tinggi, dan 4 orang memiliki skor sedang. Skor tersebut diperoleh dari hasil *pretest* 1.

Adapun rancangan penelitian yang akan diberikan pada subjek adalah rancangan penelitian menggunakan desain eksperimen yaitu *one group pretest-posttest design*.

Pengukuran *one group pretest-posttest design* dilakukan tiga kali, yaitu: sebelum pelatihan (dua kali) dan sesudah pelatihan (satu kali).

Variabel yang digunakan adalah *Get Future Training* sebagai variabel bebas dan optimisme memasuki dunia kerja sebagai variabel terikat. *Get Future Training* adalah serangkaian proses yang terencana, terstruktur, dan didesain dengan teratur yang diawali dengan pengukuran kebutuhan, pelaksanaan, dan diakhiri evaluasi yang bertujuan untuk meningkatkan optimisme memasuki dunia kerja yang meliputi berfikir positif, pantang menyerah, target mencapai impian, mandiri dan memiliki strategi yang baik. Aspek yang dijadikan acuan penyusunan modul pelatihan didasarkan pada prinsip-

prinsip *self-efficacy* yang disesuaikan dengan kebutuhan untuk meningkatkan optimisme memasuki dunia kerja yaitu *Enactive Mastery, Vicarious Experience, Verbal Persuasion, dan Psychological and Affective States*. Metode yang digunakan dalam *Get Future Training* adalah metode pemberian *games*, pemberian materi informasi, pemberian film edukatif, studi kasus dan *action plan*.

Sedangkan optimisme memasuki dunia kerja adalah keyakinan positif tentang suatu keadaan dalam menghadapi lingkungan penuh tantangan dan rintangan dalam mencari nafkah dengan harapan mencapai hasil yang lebih baik untuk masa depan. Aspek yang dijadikan acuan penyusunan skala optimisme memasuki dunia kerja didasarkan pada ciri-ciri optimisme menurut Lopez dan Snyder (dalam Ekasari dan Susanti, 2009:11) yang sudah disesuaikan dengan kebutuhan untuk mengukur optimisme memasuki dunia kerja yaitu berfikir positif, pantang menyerah, target mencapai impian, mandiri dan memiliki strategi yang baik.

Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi (*pretest dan posttest*) yaitu skala optimisme memasuki dunia kerja. Skala yang digunakan sebelumnya diujicobakan terlebih dahulu dengan skor reliabilitas 0,931 menggunakan *software* analisis uji statistik. Uji hipotesis yang digunakan adalah uji *Wilcoxon Sign Ranks Test*. Peneliti menggunakan uji hipotesis tersebut karena pemilihan subjek yang *non-random*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari 26 subjek pada *pretest 1* yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 23,07 % (6 subjek), kategori tinggi sebanyak 53,85 % (14 subjek), kategori sedang sebanyak 15,39 % (4 subjek) dan yang berada pada kategori rendah sebanyak 7,69 % (2 subjek). Dengan demikian, responden yang seharusnya mengikuti pelatihan sebanyak 6

subjek yang memiliki kategori sedang (4 subjek) dan rendah (2 subjek).

Sedangkan gambaran mengenai optimisme memasuki dunia kerja subjek sebelum pelatihan (*pretest 2*) yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 11,1 %, yang berada pada kategori tinggi sebanyak 88,9 % (8 subjek). Dan tidak ada yang berada dalam kategori sedang, rendah maupun sangat rendah. Hal ini dapat terjadi dikarenakan *pretest 1* dan *pretest*. Gambaran mengenai gambaran optimisme memasuki dunia kerja setelah pelatihan (*posttest*) pada subjek yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 22,2 % (2 subjek), yang berada pada kategori tinggi sebanyak 77,8 % (7 subjek). Dan tidak ada yang berada dalam kategori sedang, rendah maupun sangat rendah. Hasil yang kategorisasi tersebut sebagian besar responden tergolong memiliki optimisme memasuki dunia kerja yang berada pada kategori tinggi.

Pada uji normalitas optimisme memasuki dunia kerja diperoleh signifikansi sebesar 0,588 ($p > 0,05$), maka data tersebut berdistribusi normal.

Pada uji homogenitas diperoleh signifikansi sebesar 0,858 ($p > 0,05$), maka data tersebut merupakan data yang homogen.

Oleh karena uji normalitas dan uji homogenitas memenuhi, peneliti dapat menggunakan uji statistik parametrik.

Menurut Feng, Li dan Chen (2015:2) berpendapat bahwa optimisme berfokus pada ekspektasi yang positif untuk masa depan. Hal ini sejalan dengan pendapat Govrilov dan Namun, karena peneliti mengambil data dengan cara *non-random*, peneliti memutuskan untuk menggunakan uji statistik parametrik yaitu *Wilcoxon Sign Ranks Test*. Hasil dari perhitungan *Wilcoxon Sign Ranks Test*, diperoleh bahwa $Z = - 2,680$ dengan signifikansi 0,007. Sehingga probabilitas yang diperoleh di bawah 0,05 ($p < 0,05$). Maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dengan begitu dapat dikatakan bahwa terdapat

perbedaan optimisme memasuki dunia kerja sebelum pelatihan dan setelah pelatihan dilakukan.

Jerkovic (2014:458) bahwa optimisme mewakili secara keseluruhan hasil dari ekspektasi mengenai masa depan dengan optimisme yang memiliki harapan menghasilkan kemiripan dalam konsep *self-efficacy*, meliputi kecenderungan pada keyakinan mengenai kemampuan individu. Nirmala (2011:54) sendiri berpendapat bahwa *self-efficacy* merupakan faktor penting bagi individu dalam kaitannya dengan optimisme memasuki dunia kerja karena *self-efficacy* lebih mengarah pada keyakinan diri terhadap kemampuan yang dimiliki individu secara umum sehingga terikat erat dengan optimisme memasuki dunia kerja.

Hasil olah data antara *pretest 1* dengan *pretest 2* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,058 dengan nilai *mean* sebesar 75,1 dan 86,3. Hasil ini menunjukkan bahwa optimisme memasuki dunia kerja subjek selama rentang waktu antara pemberian *pretest 1* dan *pretest 2* tidak menunjukkan perubahan secara signifikan. Hal ini juga diperkuat dengan hasil analisis deskriptif yang menunjukkan bahwa *pretest 1* terdapat 33,33 % subjek penelitian dengan kategori tinggi, 44,44 % subjek penelitian dengan kategori sedang, 22,22 % subjek penelitian dengan kategori rendah dan tidak ada subjek yang berada pada kategori sangat tinggi dan tinggi. Subjek yang mengalami perubahan dari kategori tinggi menjadi sangat tinggi sebanyak satu subjek, dua subjek mengalami perubahan dari kategori rendah menjadi tinggi sedangkan sisanya yaitu 6 subjek tetap berada pada kategori tinggi dengan satu subjek mengalami penurunan skor.

Hasil olah data antara *pretest 2* dan *posttest* diperoleh nilai signifikansi 0,007 dengan nilai *mean* sebesar 90,56 dan 86,33. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara *pretest 2* dan *posttest*. Hal tersebut diperkuat dengan hasil analisis

deskriptif yang menunjukkan bahwa *pretest 2* terdapat 11,1 % subjek penelitian yang berada pada kategori sangat tinggi, 88,9 % subjek penelitian yang berada pada kategori tinggi dan tidak ada yang berada pada kategori sedang, rendah dan sangat rendah. Sedangkan pada *posttest* terdapat 22,2 % subjek penelitian dengan kategori sangat tinggi, kategori tinggi sebanyak 77,78 % dan tidak ada yang berada pada kategori sedang, rendah, dan sangat rendah. Subjek penelitian yang mengalami perubahan dalam kategori sebanyak 2 subjek dan sisanya yaitu 7 subjek mengalami perubahan skor.

Berdasarkan hasil *posttest* dan wawancara tidak terstruktur yang dilakukan peneliti terhadap subjek maupun fasilitator, menunjukkan adanya perubahan perilaku setelah *Get Future Training* dilakukan. Subjek menjadi lebih bersemangat dan siap dalam memikirkan masa depan, subjek menjadi lebih optimis dalam menghadapi masa depan. Terutama pada dua subjek yang berada pada kategori rendah pada *pretest 1*. Pada *posttest*, dua subjek tersebut mengalami kenaikan skor yang cukup signifikan. Peneliti berasumsi bahwa dua subjek tersebut berusaha dengan baik untuk mencapai masa depan yang terarah melalui pelatihan tersebut. Hal ini sependapat dengan Govrilov dan Jerkovic (2014:460) bahwa *self-efficacy* dan optimisme terdiri dari ekspektasi positif mengenai masa depan yang didasari oleh keyakinan bahwa individu dapat melakukan apa

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan uraian pada bab sebelumnya, maka dapat diambil simpulan bahwa: bahwa terdapat perbedaan optimisme memasuki dunia kerja sebelum dan sesudah pelatihan dilakukan. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *Get Future Training* efektif dalam upaya meningkatkan optimisme memasuki dunia kerja pada siswa SMK Sultan Trenggono.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2004. *Psikologi Kepribadian*.
- Azwar, S. 2010. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. 1997. *Self-Efficacy*. Inggris: Oxford University
- Ekasari A. & Susanti N. D. 2009. Hubungan Antara Optimisme dan Penyesuaian Diri dengan Stress Pada Narapidana Kasus Napza di Lapas Kelas IIA Bulak Kapal Bekasi. *Jurnal Soul, Vol.2, No.2, September 2009*
- Feng et al. 2015. Impacts of Stress, Self-efficacy and Optimism on Suicide Ideation Among Rehabilitation Patients with Aute Pesticide Poisining. PLoS ONE: DOI:10.1371/journal.pone.0118011
- Govrilov and Jerkovic. 2014. When Less is More: A Short Version of the Personal Optimism Scale and the Self-Efficacy Optimism Scale. *Serbia: Research Paper 455-474*
<http://koran.tempo.co/konten/2014/11/12/356798/Lulusan----SMK---->
- Dominasi----Pengguguran Monks. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Jogjakarta. Gadjah Mada University Press
- Nirmala, A.P. 2011. Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Optimisme Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir di Kota Semarang. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata.
- Pratikto, N.M. 2014. Optimisme Pada Lansia Ditinjau Dari Status Pekerjaan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol.3, No.2, 2014*
- Rizki, U.Y. 2013. Hubungan Kesiapan Belajar dengan Optimisme Mengerjakan Ujian. *Educational Psychology Journal. ISSN 2252-634X*
- Samani, M. 2013. Pengangguran Lulusan SMK. *Artikel. Republika, 14 November Hlm. 6*
- Syarifatisnaini. 2014. Efikasi Diri Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua. *Naskah Publikasi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta

