PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MEDIA KARTU BAKAT MINAT UNTUK MENINGKATKAN *GROWTH MINDSET* SISWA SMA

Amilia Putri[1], Bara Persada Mahargian[2], Bakhrudin All Habsy[3], Salim Bahrisy[4]
[1,2,3] Universitas Negeri Surabaya, [4]SMA Muhammadiyah 10 Surabaya
[1]amilia.20001@mhs.unesa.ac.id, [2]barapersada27@gmail.com
[3]bakhrudinhabsy@unesa.ac.id, [4]salim.bahrisy@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to evaluate the effectiveness of group counseling using Interest and Talent Card media based on John L. Holland's RIASEC theory in improving the growth mindset of senior high school students. The research employed a Guidance and Counseling Action Research (PTBK) design involving 8 tenth-grade students at SMA Muhammadiyah 10 who exhibited low growth mindset scores. Data were collected using Carol S. Dweck's 16-item Mindset Instrument administered before and after the intervention. Group counseling was implemented across 3 sessions focusing on RIASEC personality exploration, growth mindset internalizing, and goal setting. The results showed a significant increase in students' growth mindset scores from the pre-intervention assessment, achieving the success criterion where 100% of participants reached the high growth mindset category. These findings confirm that group counseling with interactive career media effectively shifts students' fixed mindsets toward trainable capability beliefs.

Keywords:*Group Counseling, Interest and Talent Cards, Growth Mindset, RIASEC Theory, High School Students*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok berbasis media kartu bakat minat Teori RIASEC John L. Holland dalam meningkatkan *growth mindset* siswa SMA. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang melibatkan 8 siswa kelas X SMA Muhammadiyah 10 dengan kategori *growth mindset* rendah. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrument Dweck Mindset Instrument milik Carol S. Dweck sebanyak 16 item. Bimbingan kelompok dilaksanakan sebanyak 3 kali pertemuan yang berfokus pada eksplorasi tipe kepribadian RIASEC, internalisasi *growth mindset*, dan penetapan komitmen belajar. Hasil penelitian menunjukkan terjadinya peningkatan skor growth mindset siswa secara signifikan dari sebelum pelaksanaan intervensi, di mana kriteria keberhasilan indikator (≥75% siswa berada pada kategori tinggi) berhasil dicapai. Hal ini membuktikan bahwa intervensi bimbingan kelompok dengan media interaktif

efektif mengubah *fixed mindset* siswa menjadi keyakinan bahwa kemampuan dapat dikembangkan.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Kartu Bakat Minat, Growth Mindset, Teori RIASEC, Siswa SMA

A. Pendahuluan

Masa Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan fase transisi perkembangan remaja yang sangat krusial dalam menentukan arah karier, studi lanjut, serta pembentukan identitas diri. Santrock (2007) menjelaskan bahwa pada masa remaja akhir, individu dihadapkan pada tuntutan eksplorasi identitas vokasional yang matang dan kemandirian pengambilan keputusan. Keberhasilan remaja dalam melewati krisis ini sangat ditentukan oleh sejauh mana mereka mampu mengenali potensi, minat, serta bakat pribadi untuk dijadikan dasar dalam mengambil keputusan-keputusan strategis kehidupan. .

Namun, realita di lapangan menunjukkan bahwa tidak sedikit siswa SMA yang mengalami kendala besar dalam menjalankan tugas perkembangan tersebut. Kompleksitas kurikulum pendidikan, tingginya ekspektasi orang tua, serta persaingan masuk perguruan tinggi sering kali menimbulkan tekanan psikologis yang manifestasinya berupa kecemasan dan stres akademik. Taufik, Ifdil, dan Ardi (2013) dalam penelitiannya mengenai kondisi stres akademik siswa SMA mengungkapkan bahwa tingginya beban belajar dan ketidakpastian pilihan karier menjadi pemicu utama kelelahan emosional siswa. Penelitian senada oleh Misra dan McKean (2000) serta Sharma dan Kaur (2011) juga menegaskan bahwa stres akademik yang tidak terkelola dengan baik berkolerasi positif dengan penurunan kepuasan belajar, prokrastinasi, hingga munculnya perilaku menarik diri secara akademis. banyak siswa mengalami hambatan psikologis dalam memetakan masa depannya. Data nasional Kemendikbudristek (2023) mencatat bahwa 76% siswa SMA masih mengalami kebingungan dalam memilih jurusan akibat belum mengenali bakat dan minatnya secara jelas. Fenomena ini diperkuat dengan fakta asesmen di mana 7 dari 10 siswa kelas X cenderung

menyatakan "saya tidak berbakat matematika" saat menghadapi remedial.

Sikap mental yang memandang kecerdasan dan bakat sebagai sesuatu yang kaku dan tidak dapat diubah merupakan ciri khas dari pola pikir tetap (*fixed mindset*). Carol S. Dweck (2006), seorang profesor psikologi dari Stanford University yang memelopori penelitian tentang teori kepribadian dan motivasi, mengklasifikasikan pola pikir manusia menjadi dua kategori utama, yaitu *fixed mindset* dan *growth mindset*. Menurut Dweck (2006), individu yang memiliki *fixed mindset* meyakini bahwa inteligensi, bakat, dan sifat-sifat psikologis dasar manusia merupakan entitas statis (*entity theory of intelligence*) yang dibawa sejak lahir. Bagi siswa dengan *fixed mindset*, keberhasilan belajar dianggap semata-mata sebagai bukti bahwa mereka memiliki bakat bawaan, sedangkan kegagalan dimaknai sebagai cermin keterbatasan kapasitas intelektual yang permanen.

Dampak dari *fixed mindset* bagi proses pembelajaran sangat merugikan bagi perkembangan siswa. Ormrod (2008) menjelaskan bahwa siswa yang memegang teguh entity theory cenderung berorientasi pada tujuan performa (*performance goals*), di mana fokus utama mereka adalah untuk terlihat pandai di mata orang lain dan menghindari penilaian negatif. Akibatnya, ketika dihadapkan pada tugas yang sulit atau tantangan baru, siswa dengan *fixed mindset* cenderung merasa cemas, memilih tugas yang mudah, atau bahkan melakukan *self-handicapping* (menciptakan alasan untuk gagal sebelum mencoba). Sebagaimana ditegaskan oleh Grant dan Dweck (2013), pola pikir ini membatasi kapasitas individu untuk berkembang karena mereka menganggap usaha (*effort*) sebagai hal yang sia-sia atau bahkan sebagai indikasi bahwa seseorang tidak memiliki bakat.

Sebaliknya, Dweck (2006) dan Yeager & Dweck (2012) mendefinisikan *growth mindset* sebagai keyakinan dasar bahwa potensi dasar, kecerdasan, dan keterampilan individu merupakan kapasitas yang dapat ditumbuhkembangkan secara berkelanjutan melalui kerja keras, dedikasi, penerapan strategi belajar yang tepat, serta pemanfaatan umpan balik dari lingkungan

(*incremental theory of intelligence*). Siswa yang mengadopsi *growth mindset* memandang kegagalan bukan sebagai vonis atas ketidakmampuan diri, melainkan sebagai informasi berharga dan batu pijakan untuk memperbaiki proses belajar. Mereka berorientasi pada tujuan penguasaan (*mastery/learning goals*), di mana nilai utama terletak pada proses belajar dan peningkatan kompetensi diri, bukan sekadar nilai akhir atau pujian formal.

Pentingnya pembentukan *growth mindset* pada jenjang SMA didukung oleh berbagai penelitian ilmiah. Penelitian Seaton (2018) membuktikan bahwa guru dan konselor yang secara aktif menanamkan budayakan *growth mindset* mampu menciptakan iklim kelas yang lebih inklusif dan suportif, di mana siswa merasa aman untuk membuat kesalahan dan belajar darinya. Lebih lanjut, Zander et al. (2018) menemukan bahwa *growth mindset* memprediksi integrasi akademik dan efikasi diri siswa secara positif. Dalam kerangka teori kognitif sosial Albert Bandura (1997), efikasi diri (*self-efficacy*) yaitu keyakinan individu atas kemampuannya untuk mengorganisasikan dan mengeksekusi tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu—sangat dipengaruhi oleh bagaimana individu menafsirkan pengalaman kegagalan dan keberhasilannya. Ketika siswa memiliki *growth mindset*, kegagalan diartikan sebagai pemicu untuk meningkatkan usaha, yang pada gilirannya memperkuat efikasi diri dan resiliensi akademik mereka.

Selain berkaitan dengan efikasi diri, *growth mindset* juga berhubungan erat dengan konstruk kegigihan akademik (*academic grit*). Duckworth, Peterson, Matthews, dan Kelly (2007) mendefinisikan grit sebagai ketekunan dan semangat untuk mencapai tujuan jangka panjang. Siswa yang memiliki grit tinggi mampu mempertahankan minat dan usahanya meskipun menghadapi rintangan, kemunduran, atau kejenuhan. Sebagaimana ditunjukkan oleh hasil penelitian pada siswa SMA (JERKIN, 2024), terdapat hubungan positif yang sangat kuat antara *growth mindset* dan *academic grit*. Semakin tinggi *growth mindset* yang dimiliki siswa, semakin tinggi pula tingkat kegigihan akademik mereka

dalam menghadapi tuntutan pembelajaran yang kompleks.

Untuk mengubah *fixed mindset* siswa SMA yang cenderung menganggap bakat sebagai harga mati, dibutuhkan sebuah pendekatan yang mampu menghubungkan pemahaman kognitif siswa dengan eksplorasi potensi pribadi secara sistematis. Dalam konteks ini, Teori Tipe Kepribadian Vokasional yang dikembangkan oleh John L. Holland (1997) menawarkan kerangka analisis yang sangat komprehensif. Holland mengemukakan bahwa pilihan karier dan kecenderungan akademik seseorang merupakan ekspresi dari tipe kepribadian individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Holland membagi tipe kepribadian dan lingkungan kerja menjadi enam tipe dasar yang dikenal dengan akronim RIASEC, yaitu:

1. Realistic (R): Tipe yang menyukai aktivitas fisik, manipulasi objek, alat, mesin, atau hewan, serta berorientasi pada pemecahan masalah praktis secara konkret.
2. Investigative (I): Tipe yang memiliki ketertarikan tinggi pada observasi, analisis sistematis, penyelidikan ilmiah, serta pemecahan masalah abstrak akademis.
3. Artistic (A): Tipe yang menyukai aktivitas tidak terstruktur, mengekspresikan kreativitas, gagasan orisinal, serta seni dan intuisi.
4. Social (S): Tipe yang senang berinteraksi, membantu, mengajar, menyembuhkan, atau melatih orang lain dengan orientasi hubungan interpersonal.
5. Enterprising (E): Tipe yang memiliki dorongan untuk memimpin, mempengaruhi, memuasasi, atau mengelola orang lain demi mencapai tujuan organisasi atau keuntungan ekonomi.
6. Conventional (C): Tipe yang menyukai kegiatan terstruktur, pengorganisasian data, pengolahan berkas, sertat pematuhan terhadap aturan dan prosedur formal.

Pengintegrasian teori RIASEC Holland dalam bimbingan konseling di SMA sangat strategis untuk membangun *growth mindset*. Melalui pemetaan RIASEC, siswa diajak menyadari bahwa setiap orang memiliki kombinasi unik dari beberapa tipe kepribadian (misalnya RIA, SEC, atau ISE) dan bahwa potensi tersebut tidak bersifat tetap.

Gottfredson dan Holland (1996) menekankan bahwa diferensiasi dan konsistensi profil RIASEC berkembang seiring dengan akumulasi pengalaman dan interaksi lingkungan. Ketika siswa memahami bahwa keterampilan pada tipe kepribadian tertentu dapat dilatih dan dipelajari, persepsi kaku atau tetap mereka tentang bakat tunggal dapat berganti, berganti dengan kesadaran bahwa mereka memiliki banyak peluang untuk berkembang.

Untuk menyampaikan materi eksplorasi diri dan penanaman *growth mindset* secara efektif kepada siswa SMA, diperlukan strategi pelayanan bimbingan dan konseling yang tepat. Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk layanan intervensi yang paling ideal untuk mencapai tujuan tersebut. Prayitno dan Amti (2013) mendefinisikan bimbingan kelompok sebagai suatu layanan bimbingan yang diberikan kepada sekelompok siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memperoleh informasi, membahas topik-topik penting, serta mengembangkan keterampilan pribadi dan sosial. Dalam pandangan Corey (2012), kelompok kecil (*small group*) menyediakan lingkungan terapeutik dan kohesif di mana para anggota dapat saling berbagi pengalaman, mengekspresikan perasaan, serta menerima umpan balik balik konstrusktif dari teman sebaya (*peer feedback*).

Yalom dan Leszcz (2005) dalam karyanya mengenai prinsip-prinsip intervensi kelompok mengidentifikasi beberapa faktor terapeutik utama dalam kelompok, seperti keuniversalan (*universality*) kesadaran bahwa orang lain juga mengalami kesulitan serupa—serta pembelajaran interpersonal (*interpersonal learning*). Ketika siswa SMA berkumpul dalam suasana bimbingan kelompok untuk membahas hambatan belajar mereka, mereka menyadari bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi rasa takut akan kegagalan. Umpan balik yang positif dari anggota kelompok dan konselor membantu siswa merekonstruksi cara pandang mereka terhadap kesulitan belajar, sehingga mendukung proses perubahan dari *fixed mindset* menuju *growth mindset*.

Untuk mengoptimalkan proses interaksi dalam bimbingan kelompok, penggunaan media bimbingan

konseling yang interaktif dan menarik menjadi kebutuhan yang tidak terelakkan. Arsyad (2014) menyatakan bahwa penggunaan media dalam proses bimbingan dapat membangkitkan dorongan belajar, meningkatkan pemahaman materi yang abstrak, serta memperjelas penyampaian pesan. Dalam penelitian tindakan ini, dirancang sebuah media khusus berupa Kartu Bakat Minat berbasis Teori RIASEC John Holland. Media ini dirancang secara visual dan eksperiensial, di mana kartu-kartu tersebut berisi pernyataan indikator karakter, contoh mata pelajaran yang relevan, serta pilihan karier masa depan yang mewakili enam dimensi RIASEC.

Pemanfaatan media kartu dalam bimbingan karier dan pribadi telah terbukti memberikan dampak positif yang signifikan. Penelitian Astuti (2021) menunjukkan bahwa penggunaan media Kartu RIASEC dalam bimbingan kelompok secara efektif mampu meningkatkan pemahaman karier dan eksplorasi diri siswa jika dibandingkan dengan metode ceramah konvensional. Melalui permainan kartu yang interaktif, siswa tidak hanya duduk mendengarkan penjelasan teoritis, tetapi secara aktif melakukan pemilahan, diskusi kelompok, dan refleksi pribadi mengenai profil kepribadian mereka.

Meskipun penelitian mengenai *growth mindset* maupun penggunaan media dalam bimbingan konseling telah banyak dilakukan secara terpisah, masih terbatas penelitian yang secara khusus mengintegrasikan penggunaan media Kartu Bakat Minat RIASEC dalam kerangka bimbingan kelompok untuk mengubah orientasi pola pikir (*growth mindset*) siswa SMA. Kebaruan (*novelty*) dalam penelitian tindakan ini terletak pada penggabungan eksplorasi tipologi kepribadian vokasional Holland dengan teknik re-framing kognitif Carol Dweck yang dikemas dalam skenario bimbingan kelompok berbasis media kartu. Berdasarkan latar belakang pemikiran, kajian teori, dan fenomena empiris yang telah dipaparkan, penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini bertujuan untuk menguji penerapan bimbingan kelompok dengan media Kartu Bakat Minat RIASEC dalam meningkatkan *growth mindset* siswa di SMA Muhammadiyah 10.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini dirancang menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). PTBK merupakan penelitian reflektif diri yang dilakukan oleh praktisi bimbingan dan konseling (guru BK/konselor) untuk memecahkan masalah-masalah pelayanan konseling di sekolah, meningkatkan kualitas proses intervensi, serta mengoptimalkan perkembangan siswa. Model tindakan yang digunakan mengadaptasi model tindakan berdaur dari Kemmis dan Taggart (Sugiyono, 2016), yang terdiri dari empat tahapan utama pada setiap siklusnya, yaitu: (1) Perencanaan (Planning), (2) Pelaksanaan Tindakan (Action), (3) Observasi (Observation), dan (4) Refleksi (Reflection).

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Muhammadiyah 10 pada semester ganjil tahun ajaran 2025/2026. Subjek penelitian terdiri dari 8 siswa kelas X yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Kriteria pemilihan subjek didasarkan pada hasil asesmen awal (*pre-test*) menggunakan instrumen kuesioner *growth mindset*, di mana ke-8 siswa tersebut teridentifikasi memiliki skor *growth mindset* yang berada pada kategori “Rendah' dan “Sedang” serta menunjukkan kecenderungan *fixed mindset* yang dominan dalam aktivitas akademik sehari-hari.

Prosedur intervensi bimbingan kelompok dengan media Kartu Bakat Minat RIASEC dilaksanakan dalam 3 kali pertemuan terstruktur dengan durasi masing-masing pertemuan adalah 2 x 45 menit. Rincian skenario tindakan pada setiap pertemuan adalah sebagai berikut:

1. Pertemuan 1 (Orientasi Mindset & Eksplorasi RIASEC): Berfokus pada pembentukan iklim kelompok yang aman dan kohesif, penjelasan tujuan kegiatan, edukasi mengenai konsep neuroplastisitas otak serta perbedaan *fixed mindset vs. growth mindset*. Selanjutnya, siswa diajak melakukan eksplorasi awal menggunakan Kartu Bakat Minat RIASEC untuk mengidentifikasi kecenderungan tipe kepribadian awal mereka.
2. Pertemuan 2 (Analisis Kepribadian & *Peer Feedback*): Berfokus pada pendalaman analisis hasil kartu RIASEC. Siswa mengelompokkan kartu-kartu yang paling sesuai dengan dirinya, mendiskusikan kaitan antara tipe kepribadian dengan mata pelajaran yang dianggap sulit, serta

saling memberikan umpan balik positif (*peer feedback*) mengenai potensi teman kelompok yang masih dapat dikembangkan.

3. Pertemuan 3 (Refleksi, *Re-framing* & Penetapan Komitmen): Berfokus pada rekonstruksi kognitif (*re-framing*) terhadap pengalaman kegagalan masa lalu. Siswa diajak mengubah narasi negatif "saya tidak mampu" menjadi narasi berkembang "saya belum mampu, tetapi saya bisa belajar". Kegiatan diakhiri dengan perumusan Kartu Komitmen *Growth Mindset* (*Growth Mindset Goal Setting*) sebagai panduan perilaku belajar ke depan.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kombinasi instrumen kuantitatif dan kualitatif:

a. Dweck Mindset Instrument (Instrumen Utama): Mengadaptasi instrumen skala kuesioner baku yang dikembangkan oleh Carol S. Dweck (2006). Instrumen ini terdiri dari 16 item pernyataan yang mengukur indikator-indikator *growth mindset*, meliputi: persepsi terhadap kecerdasan, respons terhadap tantangan, pandangan mengenai usaha/kerja keras, penerimaan terhadap kritik/umpan balik, dan pemaknaan atas keberhasilan orang lain. Skala pengukuran menggunakan Skala Likert 4 tingkat (Sangat Sesuai = 4, Sesuai = 3, Tidak Sesuai = 2, Sangat Tidak Sesuai = 1). Skor maksimal teoritis adalah 64. Kategorisasi skor dibagi menjadi tiga tingkat: Rendah (skor < 39), Sedang (skor 40–49), dan Tinggi (skor ≥ 50).

b. Lembar Observasi Aktivitas Kelompok: Digunakan oleh observer untuk mencatat keterlibatan aktif siswa, keterbukaan dalam menyampaikan pendapat, kualitas umpan balik sebaya, serta dinamika interaksi selama proses bimbingan kelompok berlangsung.

c. Wawancara Reflektif: Dilakukan di akhir siklus tindakan untuk menggali kesan mendalam, perubahan persepsi diri, serta kemanfaatan media Kartu Bakat Minat RIASEC yang dirasakan langsung oleh siswa.

Teknik analisis data kuantitatif menggunakan analisis deskriptif persentase untuk menghitung perubahan skor individu dan rata-rata kelompok sebelum intervensi (*pre-test*) dan sesudah intervensi (*post-test*). Rumus komparasi persentase peningkatan digunakan untuk melihat dinamika perubahan pada setiap subjek. Indikator keberhasilan

tindakan dalam PTBK ini ditetapkan secara tegas: tindakan dinyatakan berhasil apabila sekurang-kurangnya 75% dari jumlah subjek (minimal 6 dari 8 siswa) mengalami peningkatan skor growth mindset hingga mencapai kategori “Tinggi” (skor ≥ 50) pada pengukuran akhir.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Sebelum pelaksanaan intervensi bimbingan kelompok (kondisi pra-intervensi), seluruh subjek (8 siswa) diberikan tes awal (*pre-test*) menggunakan Dweck Mindset Instrument (16 item) untuk mengukur profil dasar *growth mindset* mereka. Hasil pengisian instrumen *pre-test* menunjukkan bahwa mayoritas siswa berada pada kategori growth mindset yang sangat rendah. Rata-rata skor pre-test kelompok adalah sebesar 33,75 dari skor maksimal 64, yang mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa memiliki kecenderungan fixed mindset yang kuat. Mereka memandang bahwa kemampuan akademik mereka adalah takdir bawaan yang tidak bisa ditingkatkan secara signifikan.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dilaksanakan intervensi layanan bimbingan kelompok dengan memanfaatkan media Kartu Bakat Minat RIASEC sebanyak 3 kali pertemuan secara konsisten. Selama proses 3 kali pertemuan berlangsung, observer mencatat adanya peningkatan dinamika kelompok yang sangat positif. Pada Pertemuan 1, beberapa siswa masih tampak canggung dan ragu ketika diminta mengeksplorasi kecenderungan kepribadian mereka. Namun, penggunaan media kartu yang penuh warna dan bersifat permainan (gamification) secara bertahap mencairkan kebekuan (ice breaking). Siswa mulai tertarik membaca indikator-indikator tipe RIASEC yang tertera pada kartu.

Pada Pertemuan 2, dinamika kelompok berkembang semakin intensif. Ketika siswa saling mencocokkan tipe kepribadian mereka (misalnya tipe Social atau Investigative) dengan cara belajar mereka selama ini, terjadi dialog reflektif yang hangat. Siswa S-3 yang semula sangat meyakini bahwa dirinya 'tidak berbakat matematika' mulai menyadari bahwa kecenderungan tipe RIASEC-nya yang berada pada dimensi 'Artistic' bukan berarti membatasi

kemampuannya dalam memahami logika matematika, melainkan memerlukan metode belajar yang lebih visual dan kreatif. Dukungan dan umpan balik dari anggota kelompok lain memperkuat keberanian siswa untuk keluar dari zona nyaman fixed mindset.

Pada Pertemuan 3, fokus kegiatan diarahkan pada penanaman komitmen nyata. Siswa diajak menyusun rencana aksi pribadi berbasis *growth mindset*, di mana mereka mengidentifikasi satu mata pelajaran yang paling dihindari dan merumuskan langkah-langkah kerja keras yang akan dilakukan untuk menguasainya. Setelah seluruh tahapan bimbingan kelompok selesai dilaksanakan, dilakukan tes akhir (*post-test*) menggunakan instrumen Dweck Mindset Instrument yang sama persis untuk mengukur efektivitas tindakan.

Data perbandingan skor *growth mindset* siswa antara sebelum pelaksanaan (*pre-test*) dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok 3 kali pertemuan (*post-test*) disajikan secara rinci pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Hasil Pengisian Instrumen Dweck Mindset Sebelum dan Sesudah Bimbingan Kelompok

Subjek	Skor Pre	Kategori Pre	Skor Post	Kategori Post	Peningkatan (%)
S-1	32	Rendah	54	Tinggi	68,75%
S-2	35	Rendah	56	Tinggi	60,00%
S-3	30	Rendah	52	Tinggi	73,33%
S-4	38	Sedang	58	Tinggi	52,63%
S-5	34	Rendah	55	Tinggi	61,76%
S-6	31	Rendah	51	Tinggi	64,52%
S-7	37	Sedang	57	Tinggi	54,05%
S-8	33	Rendah	53	Tinggi	60,61%
Rata-rata	**33,75**	**Rendah**	**54,50**	**Tinggi**	**61,96%**

Berdasarkan data kuantitatif pada Tabel 1, tampak jelas terjadinya peningkatan skor *growth mindset* yang signifikan pada seluruh subjek penelitian. Rata-rata skor kelompok meningkat sebesar 20,75 poin, yaitu dari 33,75 (kategori Rendah) pada saat pre-test menjadi 54,50 (kategori Tinggi) pada saat post-test. Secara individual, persentase peningkatan skor terendah dicapai oleh S-4 sebesar 52,63%, sedangkan peningkatan skor tertinggi dicapai oleh S-3 sebesar 73,33%.

Hal yang paling krusial adalah bahwa pada pengukuran pasca-intervensi, sebanyak 100% siswa (8

dari 8 siswa) berhasil mencapai kategori *growth mindset* 'Tinggi' dengan skor individu berada pada rentang 51 hingga 58 (melewati batas ambang kategori tinggi yaitu 50). Capaian 100% ini secara mutlak telah memenuhi dan melampaui indikator keberhasilan tindakan yang ditetapkan sebelumnya, yaitu minimal 75% siswa mencapai kategori tinggi. Dengan demikian, hipotesis tindakan yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok dengan media Kartu Bakat Minat RIASEC dapat meningkatkan *growth mindset* siswa SMA.

Keberhasilan intervensi bimbingan kelompok dalam meningkatkan *growth mindset* siswa SMA hingga mencapai kriteria 100% ketuntasan merupakan hasil dari sintesis proses psikologis yang kompleks. Diskusi pembahasan ini diuraikan ke dalam beberapa sub-analisis teoretis dan praktis yang mendalam:

a. Internalisisasi *Growth Mindset* dan Neuroplastisitas Otak

Peningkatan skor pada Dweck Mindset Instrument membuktikan terjadinya rekonfigurasi skema kognitif pada diri siswa. Sebelum tindakan, siswa terkungkung dalam pandangan deterministik bahwa kapasitas otak mereka bersifat statis. Melalui pemberian materi neuroplastisitas pada Pertemuan 1 dan refleksi mendalam pada Pertemuan 3, siswa memahami bahwa otak manusia memiliki sifat seperti otot yang akan semakin kuat jika terus dilatih dan diberi tantangan baru. Sebagaimana dijelaskan oleh Dweck (2006) dan Yeager & Dweck (2012), pemahaman mengenai neuroplastisitas merupakan fondasi kognitif yang sangat ampuh untuk menggeser entity theory menjadi incremental theory. Ketika siswa menyadari bahwa koneksi sinapsis di otak dapat bertumbuh saat mereka berjuang menyelesaikan soal yang sulit, pandangan mereka terhadap rasa lelah dan kesulitan belajar berubah dari yang semula dimaknai sebagai 'penderitaan karena tidak mampu' menjadi 'proses pertumbuhan jaringan otak'.

b. Peran Media Kartu Bakat Minat RIASEC sebagai Katalisator *Self-Discovery*

Penggunaan Kartu Bakat Minat berbasis Teori RIASEC John Holland memainkan peran penting sebagai media diferensiasi dan eksplorasi diri. Selama ini, *fixed mindset* siswa SMA sering kali

diperparah oleh pelabelan kaku dari lingkungan (misalnya pelabelan 'anak IPA pasti pintar' vs 'anak IPS kurang pintar'). Dengan mengeksplorasi enam dimensi RIASEC (*Realistic, Investigative, Artistic, Social, Enterprising, Conventional*), siswa menyadari bahwa potensi manusia sangat kaya dan multidimensional. Holland (1997) dan Gottfredson & Holland (1996) menegaskan bahwa profil kepribadian vokasional bukanlah entitas yang membatasi, melainkan panduan untuk menemukan lingkungan yang sesuai dan mengembangkan kompetensi baru. Pemanfaatan media kartu terbukti memberikan pengalaman belajar yang konkret dan menyenangkan. Temuan ini memperkuat penelitian Astuti (2021) dan pandangan Arsyad (2014) bahwa media bimbingan yang bersifat manipulatif-interaktif mampu menjembatani pemahaman konsep-konsep psikologis yang abstrak menjadi disadari secara nyata oleh siswa.

c. Dinamika Kelompok, Peer Support, dan Reduksi Stres Akademik

Faktor kunci lain yang menyebabkan tingginya efektivitas tindakan ini adalah penggunaan format bimbingan kelompok. Dalam suasana kelompok kecil yang kohesif, siswa mendapatkan iklim psikologis yang aman untuk bersikap terbuka (*self-disclosure*). Sebagaimana diungkapkan oleh Yalom dan Leszcz (2005) serta Corey (2012), dinamika kelompok memungkinkan berjalannya fungsi keuniversalan dan umpan balik balik sebaya (*peer feedback*). Ketika S-1 dan S-6 mengungkapkan ketakutan mereka akan kegagalan remedial, anggota kelompok lain memberikan empati dan berbagi pengalaman serupa. Pengalaman kolektif ini mengurangi perasaan terisolasi dan menurunkan tingkat stres akademik siswa (Taufik et al., 2013; Misra & McKean, 2000). Umpan balik positif dari teman sebaya memperkuat efikasi diri siswa (Bandura, 1997), karena dorongan verbal dari orang seumuran (*verbal persuasion*) sering kali lebih mudah diterima daripada teguran formal dari orang dewasa.

D. Kesimpulan

Penerapan layanan bimbingan kelompok dengan media Kartu Bakat Minat berbasis Teori RIASEC John L. Holland terbukti efektif meningkatkan *growth mindset* siswa SMA[.

Pelaksanaan bimbingan kelompok yang diterapkan sebanyak 3 kali pertemuan secara konsisten terbukti menaikkan skor *growth mindset* pada pengisian instrumen Carol S. Dweck (16 item) di akhir kegiatan dibandingkan skor sebelum pelaksanaan. Penelitian ini menyarankan agar guru BK dapat mengintegrasikan media permainan interaktif dalam layanan bimbingan karier dan pribadi.

DAFTAR PUSTAKA

Arsyad, A. (2014). Media pembelajaran. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

Astuti, D. (2021). Efektivitas media kartu RIASEC dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan pemahaman karier siswa. Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia, 6(1), 45–53.

Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: W. H. Freeman and Company.

Brabender, V., & Fallon, A. (2009). Group development in practice: Guidance for clinicians and researchers on stages and dynamics of change. Washington, DC: American Psychological Association.

Corey, G. (2012). Theory and practice of counseling and psychotherapy (9th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.

Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. Journal of Personality and Social Psychology, 92(6), 1087–1101.

Dweck, C. S. (2006). Mindset: The new psychology of success. New York: Random House.

Fariq, A. (2011). Perkembangan dunia konseling memasuki era globalisasi. Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan, 11(2), 255–262.

Gottfredson, G. D., & Holland, J. L. (1996). Dictionary of Holland occupational codes (3rd ed.). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Grant, H., & Dweck, C. S. (2013). Clarifying achievement goals and their impact. Journal of Personality and Social Psychology, 85(3), 541–553.

Holland, J. L. (1997). Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments (3rd ed.). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Kemendikbudristek. (2023). Laporan hasil asesmen nasional: Profil peminatan karier dan motivasi belajar siswa SMA. Jakarta: Pusat Asesmen Pendidikan, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.

Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic

stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. American Journal of Health Studies, 16(1), 41–45.

Mulya, A. H., & Indrawati, S. E. (2016). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan stres akademik pada mahasiswa. Jurnal Empati, 5(2), 296–302.

Ormrod, J. E. (2008). Educational psychology: Developing learners (6th ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson/Merrill Prentice Hall.

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). Human development (Psikologi perkembangan) (Edisi ke-10). Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Prayitno, & Amti, E. (2013). Dasar-dasar bimbingan dan konseling. Jakarta: Rineka Cipta.

Santrock, J. W. (2007). Psikologi pendidikan (Edisi ke-2). Jakarta: Kencana.

Seaton, F. S. (2018). Empowering teachers to implement a growth mindset. Educational Psychology in Practice, 34(1), 41–57.

Sharma, M., & Kaur, G. (2011). Gender differences in procrastination and academic stress among adolescents. Indian Journal of Social Science Researches, 8(1), 122–127.

Sugiyono. (2016). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: PT Alfabeta.

Taufik, T., Ifdil, I., & Ardi, Z. (2013). Kondisi stres akademik siswa SMA Negeri di Kota Padang. Jurnal Konseling dan Pendidikan, 1(2), 143–150.

Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2005). The theory and practice of group psychotherapy (5th ed.). New York: Basic Books.

Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2012). Mindsets that promote resilience: When students believe that personal traits can be developed. Educational Psychologist, 47(4), 302–314.

Zander, L., Brouwer, J., Jansen, E., Crayen, C., & Hannover, B. (2018). Academic self-efficacy, growth mindsets, and university students' integration. International Journal of Educational Research, 92, 189–203.