

GUIDING WORLD JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING
Volume 09, Nomor 02
Tahun 2026
E-ISSN: 2614-3585

DOI: 1033627

Peran Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan CDMSE dan Kontrol Diri Pada Peserta Didik

The Role of Group Guidance in Developing CDMSE and Self-Control Among Students

Revelia Putri Harumiyati[1], Sugiyanto[2]
Universitas Negeri Yogyakarta
Email: reveliaputri15@gmail.com

Abstrak: *Career Decision-Making Self-Efficacy (CDMSE) dan kontrol diri merupakan kemampuan penting dalam kesiapan peserta didik menghadapi keputusan pendidikan dan karier. Meskipun penelitian mengenai bimbingan kelompok dan kedua kemampuan tersebut berkembang, bukti empiris masih cenderung dikaji secara terpisah dengan karakteristik intervensi yang beragam. Kajian ini bertujuan mensintesis peran bimbingan kelompok dalam pengembangan CDMSE dan kontrol diri serta mengidentifikasi proses yang mendasarinya. Penelitian menggunakan narrative literature review terhadap artikel tahun 2020–2026 yang ditelusuri melalui Google Scholar, ScienceDirect, APA PsycNet, Garuda, dan ERIC. Dari 22 artikel yang teridentifikasi, 15 memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis secara deskriptif-naratif. Hasil sintesis menunjukkan bahwa kontribusi bimbingan kelompok berlangsung melalui eksplorasi diri, informasi, pengalaman vikarius, dukungan sosial, latihan, umpan balik, dan refleksi. Temuan ini menunjukkan bahwa kualitas dinamika kelompok dan pengalaman belajar mendukung perkembangan CDMSE dan kontrol diri.*

Kata Kunci: *Bimbingan Kelompok; Career Decision-Making Self-Efficacy; CDMSE ; Kontrol Diri*

Abstract: *Career Decision-Making Self-Efficacy (CDMSE) and self-control are important competencies in preparing students to make educational and career decisions. Although research on group guidance and these two competencies has developed, empirical evidence has largely examined them separately, with diverse intervention characteristics. This study aimed to synthesize the role of group guidance in developing CDMSE and self-control and to identify the underlying processes. A narrative literature review was conducted on articles published between 2020 and 2026, retrieved from Google Scholar, ScienceDirect, APA PsycNet, Garuda, and ERIC. Of the 22 articles identified, 15 met the inclusion criteria and were analyzed using descriptive-narrative synthesis. The findings indicate that the contribution of group guidance occurs through self-exploration, information provision, vicarious experiences, social support, practice, feedback, and reflection. These findings suggest that the quality of group dynamics and learning experiences supports the development of CDMSE and self-control.*

Keywords: *Guidance Group; Career Decision-Making Self-Efficacy; CDMSE; Self Control*

PENDAHULUAN

Remaja berada pada fase perkembangan yang mulai berkaitan dengan pendidikan dan karir (Lau et al., 2021). Pada fase ini, peserta didik mulai mempertimbangkan pilihan pendidikan dan merencanakan masa depan (Erfiansyah, 2022). Menurut Super (1957, dalam Savickas, 2019), peserta didik pada usia remaja berada pada tahap eksplorasi, yaitu mulai mengenali potensi diri, mengeksplorasi pilihan karir, serta belajar mengambil keputusan sesuai minat dan kemampuan. Oleh karena itu, kemampuan mengambil keputusan karir penting dikembangkan sejak dini.

Namun demikian, banyak peserta didik masih mengalami kesulitan dalam menentukan pilihan karir maupun sekolah lanjutan (Alamat & Erlinda, 2026). Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh teman sebaya, harapan orang tua, maupun persepsi terhadap sekolah favorit, sehingga keputusan yang diambil belum sepenuhnya sesuai dengan potensi diri (Offando & Sukma, 2024). (Widiawati & Setyowani, 2016) menunjukkan bahwa teman menjadi salah satu faktor eksternal yang menghambat pemilihan sekolah lanjutan sebesar 65,72%. Selain itu, (Humbaina & Rizkyanti, 2020) menunjukkan bahwa 75% remaja mengalami konflik dengan orang tua, terutama dalam komunikasi terkait pilihan pendidikan dan karir. Kondisi tersebut mengakibatkan peserta didik mengalami keraguan, kebingungan, bahkan kurang percaya terhadap kemampuannya dalam menentukan pilihan karir. Oleh karena itu, diperlukan layanan bimbingan dan konseling yang tepat untuk membantu peserta didik mengambil keputusan karir. Dalam psikologi karir, keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam pengambilan keputusan karir dikenal sebagai *Career Decision-Making Self-Efficacy* (CDMSE). Taylor & Betz (1983) menjelaskan CDMSE sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas pengambilan keputusan karir. Individu dengan CDMSE tinggi cenderung lebih aktif mengeksplorasi informasi karir, menetapkan tujuan, menyusun perencanaan, serta mampu mengatasi hambatan. Sebaliknya, rendahnya CDMSE menyebabkan individu lebih mudah ragu, bergantung pada orang lain, dan kurang yakin terhadap keputusan yang diambil (Lent & Brown, 2019).

Selain CDMSE, pengambilan keputusan karir juga dipengaruhi oleh kontrol diri, yaitu kemampuan mengendalikan perilaku, emosi, dan tekanan lingkungan (Setiawan, 2023). Kontrol diri membantu peserta didik mengelola emosi, mempertimbangkan konsekuensi, serta mengurangi kecenderungan mengambil keputusan karena tekanan sosial (Rachmaniar, 2020). Setio (2014, dalam Shofyyah et al., 2023) menunjukkan bahwa kontrol diri berkontribusi sebesar 68,2% terhadap kemampuan remaja dalam mengambil keputusan karir. Dengan demikian, CDMSE dan kontrol diri saling melengkapi, karena CDMSE memperkuat keyakinan diri, sedangkan kontrol diri membantu peserta didik mengambil keputusan secara tepat dan bertanggung jawab.

Salah satu layanan yang dapat mendukung CDMSE dan kontrol diri adalah bimbingan kelompok. Melalui dinamika kelompok, peserta didik dapat berdiskusi, mengenali potensi, mengeksplorasi pilihan karir, serta memperoleh dukungan sosial (Ilhamuddin et al., 2024). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok mampu mendukung kematangan karir, *self-efficacy*, pengambilan keputusan, dan kontrol diri. Namun, perbedaan teknik, jumlah sesi, sasaran, dan variabel menghasilkan temuan yang beragam. Oleh karena itu, diperlukan kajian untuk memperoleh gambaran tentang peran bimbingan kelompok dalam mengembangkan CDMSE dan kontrol diri.

Meskipun penelitian mengenai bimbingan kelompok, CDMSE, dan kontrol diri telah banyak dilakukan, kajian yang membahas ketiganya secara terpadu masih terbatas. Penelitian sebelumnya lebih banyak mengkaji CDMSE dan kontrol diri secara terpisah dengan teknik layanan yang beragam. Oleh karena itu, kajian ini bertujuan untuk mensintesis peran bimbingan kelompok dalam pengembangan CDMSE dan kontrol diri serta implikasinya bagi layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

METODE

Artikel ini disusun menggunakan pendekatan *narrative literature review*. *Narrative literature review* merupakan pendekatan yang digunakan untuk mengidentifikasi, merangkum, menginterpretasikan, dan mensintesis hasil penelitian yang relevan dengan suatu topik secara naratif (Ferrari, 2015; Green et al., 2006). Pendekatan ini dipilih karena penelitian mengenai peran bimbingan kelompok dalam mendukung pengembangan *Career Decision-Making Self-Efficacy* (CDMSE) dan kontrol diri memiliki karakteristik yang beragam, baik dari segi bentuk intervensi, teknik layanan, karakteristik peserta didik, maupun variabel yang dikaji.

Penelusuran literatur dilakukan melalui beberapa basis data, yaitu Google Scholar, ScienceDirect, APA PsycNet, Garuda, dan ERIC. Pencarian menggunakan kombinasi kata kunci *"bimbingan kelompok", "group guidance", "Career Decision-Making Self-Efficacy", "kontrol diri"*, dan *"self-control"*. Literatur yang digunakan dibatasi pada artikel jurnal yang diterbitkan dalam rentang tahun 2020–2026. Pembatasan tahun tersebut dilakukan untuk memperoleh temuan penelitian yang relatif mutakhir dan sesuai dengan perkembangan kajian bimbingan dan konseling.

Untuk memastikan kesesuaian literatur dengan fokus kajian, proses pemilihan artikel didasarkan pada kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria tersebut digunakan sebagai dasar dalam menentukan artikel yang dapat dipertahankan untuk tahap analisis dan artikel yang dikeluarkan dari kajian, sebagaimana disajikan pada Tabel berikut

Tabel 1. Kriteria Inklusi dan eksklusi

Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
Artikel merupakan hasil penelitian yang diterbitkan dalam jurnal ilmiah	Artikel tidak diterbitkan dalam jurnal ilmiah
Penelitian membahas bimbingan kelompok atau intervensi kelompok yang relevan dengan pengembangan CDMSE dan/atau kontrol diri	Ketidaksesuaian jenis layanan atau intervensi dengan fokus bimbingan kelompok
Artikel diterbitkan pada rentang tahun 2020–2026	Tahun publikasi yang berada di luar rentang 2020–2026
Subjek penelitian merupakan peserta didik atau remaja	Karakteristik subjek yang bukan peserta didik atau remaja
Membahas CDMSE dan/atau kontrol diri sebagai fokus kajian	Tidak berkaitan dengan CDMSE dan kontrol diri

Berdasarkan kriteria tersebut, proses pemilihan literatur dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu identifikasi artikel, penyaringan berdasarkan relevansi judul dan abstrak, pemeriksaan kelayakan teks lengkap, dan penetapan artikel yang memenuhi kriteria inklusi. Pada tahap identifikasi diperoleh 22 artikel dari seluruh basis data yang digunakan. Selanjutnya, dilakukan penyaringan berdasarkan kesesuaian judul dan abstrak dengan fokus kajian serta kriteria inklusi dan eksklusi. Sebanyak 7 artikel dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. Selanjutnya, 15 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan memiliki kesesuaian dengan fokus kajian digunakan sebagai sumber utama dalam proses analisis dan sintesis.

Analisis data dilakukan secara deskriptif-naratif melalui tiga tahap. Pertama, informasi dari setiap artikel diekstraksi berdasarkan penulis dan tahun publikasi, karakteristik peserta didik, bentuk layanan atau teknik bimbingan kelompok, variabel yang dikaji, desain penelitian, dan temuan utama. Kedua, temuan antarpenelitian dibandingkan berdasarkan fokus variabel, karakteristik layanan, teknik yang digunakan, karakteristik peserta didik, dan hasil penelitian untuk mengidentifikasi persamaan dan perbedaan. Ketiga, temuan yang telah dibandingkan disintesiskan dengan menggunakan konsep dan

teori yang relevan untuk menjelaskan bagaimana proses bimbingan kelompok dapat mendukung pengembangan CDMSE dan kontrol diri.

Dalam proses sintesis, artikel dibedakan berdasarkan fungsi evidensinya. Penelitian yang secara langsung menguji bimbingan kelompok atau intervensi berbasis kelompok terhadap CDMSE dan/atau kontrol diri digunakan sebagai bukti langsung, sedangkan penelitian yang tidak menguji bimbingan kelompok secara langsung digunakan sebagai bukti pendukung untuk menjelaskan faktor psikologis dan sosial yang berkaitan dengan perkembangan kedua kemampuan tersebut. Pembedaan ini dilakukan untuk menjaga ketepatan interpretasi dan tidak menyamakan kekuatan bukti dari setiap penelitian. Temuan tersebut kemudian disintesiskan untuk memahami kontribusi bimbingan kelompok serta proses yang memungkinkan dinamika kelompok mendukung perkembangan kedua kemampuan tersebut.

Dengan demikian, kajian tidak hanya merangkum hasil penelitian terdahulu, tetapi juga mengidentifikasi kecenderungan temuan, persamaan, perbedaan, serta proses yang mungkin menjelaskan bagaimana bimbingan kelompok dapat mendukung perkembangan CDMSE dan kontrol diri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan 15 artikel yang dianalisis, bimbingan kelompok menunjukkan kecenderungan hasil yang positif dalam mendukung pengambilan keputusan karir dan pengelolaan diri peserta didik. Namun, karakteristik intervensi yang digunakan beragam, mulai dari psikoedukasi, life design, symbolic modeling, bibliotherapy, simulation game, homeroom, hingga problem solving. Hal ini menunjukkan bahwa teknik bimbingan kelompok dapat disesuaikan dengan tujuan dan karakteristik peserta didik.

Dari keseluruhan artikel, sebagian penelitian berfokus pada CDMSE atau kemampuan yang berkaitan dengan pengambilan keputusan karier, sedangkan penelitian lainnya berfokus pada kontrol diri. Temuan ini menunjukkan bahwa bukti empiris mengenai bimbingan kelompok terhadap kedua variabel telah tersedia, tetapi masih lebih banyak dikaji secara terpisah. Oleh karena itu, kajian ini membahas dua fokus utama, yaitu peran bimbingan kelompok dalam mengembangkan CDMSE dan kontrol diri.

1. Peran bimbingan kelompok dalam meningkatkan *Career Decision-Making Self-Efficacy*

Hasil sintesis menunjukkan bahwa bimbingan kelompok berkontribusi positif terhadap peningkatan *Career Decision-Making Self-Efficacy* (CDMSE) peserta didik. Melalui interaksi kelompok, peserta didik memperoleh kesempatan untuk memahami kemampuan dan minat diri, memperoleh informasi karier, mengeksplorasi berbagai pilihan, serta memperkuat keyakinan dalam mengambil keputusan. Cardoso et al. (2022) menunjukkan bahwa intervensi *life design* berbasis kelompok pada peserta didik dapat mendukung perkembangan CDMSE, identitas vokasional, dan adaptabilitas karier. Sejalan dengan temuan tersebut, Basuki et al. (2021) menemukan bahwa intervensi psikoedukasi kelompok dengan teknik *symbolic modeling* dan *bibliotherapy* efektif meningkatkan CDMSE peserta didik. Umam (2021) juga menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dapat digunakan untuk mengembangkan efikasi diri dalam menentukan keputusan karier. Temuan yang lebih baru dari (Kurniasani & Hariastuti, 2026) semakin memperkuat bukti tersebut, dengan menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik *problem solving* dapat meningkatkan CDMSE peserta didik secara signifikan.

Meskipun menggunakan pendekatan yang berbeda, penelitian tersebut menunjukkan pola yang serupa, yaitu proses kelompok memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengeksplorasi pilihan, mendiskusikan alternatif, memecahkan masalah, dan memperoleh umpan balik yang dapat mendukung keyakinan dalam menghadapi tugas pengambilan keputusan karier. Temuan Şeker et al. (2022) turut memperkuat pemahaman tersebut melalui program psikoedukasi karier berbasis *Social*

Cognitive Career Theory yang meningkatkan *career decision self-efficacy*. Secara teoretis (Lent & Brown, 2019) menjelaskan bahwa *self-efficacy*, *outcome expectations*, dan tujuan merupakan komponen penting dalam proses pemilihan karier. Dalam bimbingan kelompok, diskusi, berbagi pengalaman, pemberian umpan balik, dan pengamatan terhadap anggota kelompok dapat memberikan pengalaman vikarius dan persuasi sosial yang memperkuat keyakinan peserta didik terhadap kemampuan dirinya.

Pemahaman tersebut diperkuat oleh penelitian Jin et al. (2022) dan Salim et al. (2023), meskipun keduanya tidak secara langsung menguji bimbingan kelompok. Jin et al. (2022) menunjukkan keterkaitan *self-efficacy* dengan CDMSE, sedangkan Salim et al. (2023) menunjukkan peran Career Decision Self-Efficacy dalam hubungan antara dukungan teman sebaya dan adaptabilitas karier. Jika dikaitkan dengan temuan penelitian berbasis kelompok, hasil tersebut menunjukkan bahwa penguatan keyakinan diri dan dukungan sosial dapat menjadi mekanisme yang membantu menjelaskan perkembangan CDMSE dalam dinamika kelompok. Pentingnya CDMSE pada masa remaja semakin diperkuat oleh (He et al., 2025) yang menemukan bahwa CDMSE berkaitan dengan perubahan ambivalensi dalam pengambilan keputusan karier. Temuan ini menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri dalam mengambil keputusan menjadi aspek penting bagi remaja dalam menghadapi keraguan dan ketidakpastian pilihan karier.

Secara sintesis, bimbingan kelompok berkontribusi terhadap perkembangan CDMSE melalui eksplorasi diri, pemberian informasi, pengalaman vikarius, interaksi sosial, dan penguatan keyakinan diri. Meskipun teknik intervensi beragam, proses tersebut sama-sama memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengenali kemampuan dan minat, mengevaluasi pilihan, serta mempertimbangkan alternatif keputusan. Temuan ini menunjukkan bahwa kontribusi bimbingan kelompok terhadap CDMSE lebih berkaitan dengan kualitas proses dan pengalaman belajar yang relevan dengan tugas pengambilan keputusan karier daripada semata-mata teknik tertentu. Variasi karakteristik peserta didik dan bentuk intervensi juga menunjukkan bahwa penerapan bimbingan kelompok perlu disesuaikan dengan kebutuhan dan tahap perkembangan peserta didik.

Selain meningkatkan *Career Decision-Making Self-Efficacy*, berbagai penelitian juga menunjukkan kontribusi bimbingan kelompok terhadap perkembangan kontrol diri peserta didik. Pembahasan berikut menguraikan peran bimbingan kelompok dalam mendukung perkembangan kontrol diri.

2. Peran bimbingan kelompok dalam meningkatkan kontrol diri

Pada aspek kontrol diri, berbagai penelitian menunjukkan kecenderungan bahwa bimbingan kelompok dapat mendukung perkembangan kontrol diri peserta didik melalui pengalaman belajar yang memungkinkan mereka mengatur respons, mempertimbangkan tindakan, dan menyesuaikan perilaku dalam situasi sosial. Proses bimbingan kelompok berlangsung melalui interaksi antaranggota yang memungkinkan peserta didik terlibat aktif, bertukar pandangan, dan memperoleh pengalaman dari anggota kelompok lainnya. Dinamika tersebut memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengenali respons diri, mengendalikan perilaku, dan mempertimbangkan tindakan sebelum bertindak (Kurniawan et al., 2021).

Berliani & Wangid (2022) menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *simulation game* memberikan pengalaman kepada peserta didik untuk mengikuti aturan dan mengendalikan respons selama kegiatan. Temuan tersebut sejalan dengan Pahlawati et al. (2021) yang menemukan bahwa layanan bimbingan kelompok secara daring dengan teknik diskusi membantu peserta didik mengembangkan kontrol diri, terutama dalam mengatur penggunaan media sosial dan pengelolaan waktu. Sementara itu, Siboro et al, (2023) menunjukkan bahwa teknik *homeroom* memberikan ruang bagi peserta didik untuk berinteraksi, berbagi pengalaman, dan belajar mengelola

perilaku dalam berbagai situasi. Temuan lain dari Khaerunnisa et al. (2024) menunjukkan bahwa teknik *problem solving* memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk menghadapi masalah, mempertimbangkan berbagai respons, dan menentukan tindakan yang lebih tepat.

Meskipun teknik yang digunakan berbeda, keempat penelitian tersebut memperlihatkan pola yang serupa, yaitu adanya kesempatan bagi peserta didik untuk berlatih mengendalikan respons, mengevaluasi pilihan tindakan, dan menyesuaikan perilaku melalui pengalaman interaktif dalam kelompok. Dengan demikian, perkembangan kontrol diri dalam bimbingan kelompok tidak hanya berkaitan dengan teknik tertentu, tetapi juga dengan interaksi, latihan, refleksi, dan pengalaman mengelola perilaku yang berlangsung selama kegiatan kelompok.

Temuan tersebut juga sejalan dengan Harahap & Wahyuni (2024) yang menunjukkan bahwa proses layanan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengenali respons diri, mempertimbangkan konsekuensi tindakan, serta memilih perilaku yang lebih sesuai dengan situasi yang dihadapi. Pada masa remaja, perkembangan kontrol diri juga berkaitan dengan kondisi psikologis dan lingkungan sosial. Kim et al. (2022) menunjukkan bahwa kontrol diri berkaitan dengan kesehatan mental dan fungsi keluarga, sehingga perkembangan kemampuan tersebut juga perlu dipahami dalam konteks lingkungan peserta didik.

Secara sintesis, bimbingan kelompok mendukung perkembangan kontrol diri melalui pengalaman langsung, latihan pengendalian respons, interaksi sosial, umpan balik, dan refleksi terhadap konsekuensi perilaku. Meskipun teknik yang digunakan beragam, keterlibatan aktif peserta didik dalam proses latihan dan refleksi tampak menjadi unsur yang lebih konsisten daripada penggunaan teknik tertentu. Melalui proses tersebut, peserta didik memperoleh kesempatan untuk mengenali respons, mengendalikan perilaku dan emosi, serta menyesuaikan tindakan dengan tujuan yang hendak dicapai. Dinamika kelompok dapat menjadi mekanisme yang mendukung karena interaksi antarpeserta memungkinkan peserta didik memperoleh umpan balik, mengamati respons orang lain, dan merefleksikan pilihan perilaku. Dengan demikian, kontrol diri tidak hanya berkembang melalui pemahaman konseptual, tetapi juga melalui pengalaman dan praktik yang memungkinkan peserta didik menguji, mengevaluasi, dan menyesuaikan responsnya dalam situasi sosial.

3. Integrasi *Career Decision-Making Self-Efficacy* dan Kontrol Diri dalam Bimbingan Kelompok

Hasil sintesis menunjukkan bahwa *Career Decision-Making Self-Efficacy* (CDMSE) dan kontrol diri merupakan kemampuan yang saling melengkapi dalam pengambilan keputusan karier. CDMSE berkaitan dengan keyakinan peserta didik dalam memahami diri, mengeksplorasi pilihan, menetapkan tujuan, dan menghadapi tugas pengambilan keputusan. Sedangkan kontrol diri berkaitan dengan kemampuan mengendalikan respons, mempertimbangkan konsekuensi, dan mengatur perilaku sebelum bertindak.

Kedua kemampuan tersebut dapat dikembangkan melalui pengalaman belajar dalam dinamika bimbingan kelompok. Interaksi, berbagi pengalaman, pengalaman vikarius, latihan, umpan balik, pemecahan masalah, dan refleksi memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengeksplorasi pilihan, memperkuat keyakinan diri, serta belajar mengendalikan respons dan perilaku. Temuan tersebut menunjukkan bahwa dinamika kelompok dapat menjadi konteks yang memungkinkan berkembangnya CDMSE dan kontrol diri melalui pengalaman belajar dan interaksi sosial. Sintesis ini menunjukkan bahwa CDMSE dan kontrol diri dapat dipandang sebagai kemampuan yang saling melengkapi dalam pengambilan keputusan karier. Namun, penelitian yang ditelaah masih lebih banyak mengkaji CDMSE dan kontrol diri secara terpisah, sedangkan penelitian yang mengintegrasikan keduanya dalam satu layanan bimbingan kelompok

masih terbatas. Oleh karena itu, sintesis ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dapat diarahkan secara terpadu untuk memperkuat keyakinan peserta didik dalam mengambil keputusan sekaligus kemampuan mengelola respons dan perilaku selama proses pengambilan keputusan karier.

4. Implikasi Bimbingan Kelompok terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah

Temuan kajian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok relevan untuk mendukung perkembangan CDMSE dan kontrol diri peserta didik. Melalui interaksi kelompok, guru BK dapat membantu peserta didik memahami diri, mengeksplorasi pilihan pendidikan dan karier, membangun keyakinan dalam mengambil keputusan, serta mengelola respons dan perilaku. Pengembangan CDMSE dapat mencakup pemahaman diri, eksplorasi pendidikan dan karier, penetapan tujuan, dan pengambilan keputusan. Sementara itu, kontrol diri dapat dikembangkan melalui pengelolaan emosi dan perilaku, pemecahan masalah, serta pertimbangan konsekuensi sebelum bertindak. Dengan demikian, layanan tidak hanya berfokus pada pemberian informasi, tetapi juga memberi kesempatan untuk berdiskusi, berlatih, dan melakukan refleksi. Beragam teknik yang ditemukan menunjukkan bahwa pemilihan teknik perlu disesuaikan dengan tujuan layanan dan kebutuhan peserta didik. Guru BK berperan sebagai fasilitator yang membangun dinamika kelompok yang aman, aktif, dan reflektif melalui interaksi, umpan balik, pengamatan, dan latihan. Pelaksanaan layanan perlu didasarkan pada identifikasi kebutuhan, tujuan yang jelas, kegiatan yang sesuai, dan evaluasi perkembangan peserta didik. Dengan demikian, bimbingan kelompok dapat menjadi bagian strategis dari layanan BK yang bersifat preventif. Integrasi CDMSE dan kontrol diri membantu peserta didik tidak hanya dalam menentukan pilihan pendidikan dan karier, tetapi juga dalam mengelola diri selama proses pengambilan keputusan.

PENUTUP

Berdasarkan hasil sintesis, bimbingan kelompok berkontribusi terhadap perkembangan *Career Decision-Making Self-Efficacy* (CDMSE) dan kontrol diri peserta didik melalui pengalaman belajar dan dinamika kelompok. Pada CDMSE, proses kelompok mendukung pemahaman diri, eksplorasi pilihan, pemberian informasi, pengalaman vikarius, dan penguatan keyakinan dalam mengambil keputusan. Pada kontrol diri, interaksi, latihan, pemecahan masalah, umpan balik, dan refleksi membantu peserta didik mengendalikan respons, mempertimbangkan konsekuensi, dan menyesuaikan perilaku. Kedua kemampuan tersebut saling melengkapi dalam proses pengambilan keputusan karier. Meskipun penelitian terdahulu telah menunjukkan kontribusi bimbingan kelompok terhadap masing-masing kemampuan, penelitian yang mengintegrasikan CDMSE dan kontrol diri dalam satu layanan masih terbatas. Oleh karena itu, bimbingan kelompok memiliki potensi untuk dikembangkan sebagai layanan BK yang mendukung kesiapan peserta didik dalam mengambil keputusan karier sekaligus mengelola diri secara lebih adaptif.

DAFTAR PUSTAKA

Alamat, Y. M. R., & Erlinda, M. (2026). Providing Career Understanding Services for Junior High School Students at SMP Negeri 11 Kupang City. *TOFEDU : The Future of Education Journal*, *5*(1), 106–114.

Basuki, T., Sugiharto, D. Y. P., & Japar, M. (2021). The Effectiveness of Psychoeducational Group with Symbolic Modeling and Bibliotherapy Techniques to Improve Career Decision Making Self-Efficacy of Junior High School Students. *Jurnal Bimbingan Konseling*, *10*(1), 54–60. https://doi.org/10.15294/jubk.v9i1.45483

Berliani, A., & Wangid, M. N. (2022). the Improvement of Students' Self-Control Through Group Guidance Simulation Game Technique. *European Journal of Education Studies*, *9*(6), 40–51. https://doi.org/10.46827/ejes.v9i6.4316

Cardoso. P., Duarte, M. E., Pacheco, L., & Janeiro, I. N. (2022). Life Design Group-Based

Intervention Fostering Vocational Identity, Career Adaptability, and Career Decision-Making Self-Efficacy. *Cypriot Journal of Education Sciences*, *17*(5), 1453–1467. https://doi.org/10.18844/cjes.v17i5.6674

Erfiansyah. (2022). Bimbingan Pada Remaja dalam Upaya Meningkatkan Kematangan Karir Berbasis Life Skills. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, *4*(2), 240–253.

Harahap, E. K., & Wahyuni, S. (2024). Effectiveness of Group Guidance Services Using Self-Control Techniques in Overcoming Academic Procrastination Attitudes. *Forum Paedagogik*, *15*(1), 67–79. https://doi.org/10.24952/paedagogik.v15i1.11299

He, Y. Z., Yuan, X. Q., Ye, W. Y., Li, S., Gu, W. H., Yang, S. Y., & Nie, Y. (2025). A latent transition analysis of ambivalence in career decision making: The roles of adolescent-parent career congruence and career decision-making self-efficacy. *Acta Psychologica*, *261*(October), 105843. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105843

Humbaina, M., & Rizkyanti, C. A. (2020). Hubungan Empati Dengan Perilaku Konflik Dengan Orang Tua Dual-Career. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, *3*(2), 201–216.

Ilhamuddin, M. F., Suyanto, K. D., Santoso, O., & Fitriani, D. N. (2024). Tahapan Bimbingan Kelompok: Landasan Teoritis dan Praktis dalam Fasilitasi Pengembangan Individu dan Kelompok. *Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan*, *6*(1), 107–115.

Jin, Y. Y., Ahn, S., & Lee, S. M. (2022). The Mediating Effect of Bicultural Self-Efficacy on Acculturation and Career Decision-Making Self-Efficacy for International Students in South Korea. *Frontiers in Psychology*, *13*(February 2022), 1–9. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.602117

Khaerunnisa, F. S., Mustika, R. I., & Yuliani, W. (2024). Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Problem Solving untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa SMP Kelas VIII SMP Krida Utama Padalarang. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, *7*(6), 579–585. https://doi.org/10.22460/fokus.v7i6.

Kim, Y., Richards, J. S., & Oldehinkel, A. J. (2022). Self-control, Mental Health Problems, and Family Functioning in Adolescence and Young Adulthood: Between-person Differences and Within-person Effects. *Journal of Youth and Adolescence*, *51*(6), 1181–1195. https://doi.org/10.1007/s10964-021-01564-3

Kurniasani, P., & Hariastuti, R. T. (2026). Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving Untuk Meningkatkan Career Decision-Making Self-Efficacy Murid SMA Di Sidoarjo. *Jurnal BK UNESA*, *16*(2), 9–17.

Kurniawan, N. A., Hidayah, N., Rahman, D. H., & Malang, U. N. (2021). *Akseptabilitas Panduan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis Siswa SMK*. *8*(1), 35–43.

Lau, P. l., Guan, T. E., & Ahmad-Shamsuri, M. (2011). Testing and assessment for career guidance and counseling in school setting. *International Journal of Assessment and Evaluation in Education*, *1*(DEC), 105–115.

Lent, R. W., & Brown, S. D. (2019). Social cognitive career theory at 25: Empirical status of the interest, choice, and performance models. *Journal of Vocational Behavior*, *115*(April), 103316.

Offando, O., & Sukma, D. (2024). Contribution of Parental Support and Peer Influence to Student Career Decision Making. *Bisma The Journal of Counseling*, *8*(2), 162–168. https://doi.org/10.23887/bisma.v8i2.86215

Pahlawati, R., Hendriana, H., & Suherman, M. M. (2021). Layanan Bimbingan Kelompok Secara Daring Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Pengguna Sosial Media Di Smp. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, *4*(5), 401. https://doi.org/10.22460/fokus.v4i5.8320

Rachmaniar, A. (2020). Pengaruh kontrol diri terhadap pembuatan keputusan karier siswa. *Electronic) Pusat Kajian BK Unindra-IKI*, *7*(1), 7–13. https://doi.org/10.26539/teraputik.41281

Salim, A. R. M., Istiasih, M. R., Rumalutur, N. A., & Biondi Situmorang, D. D. (2023). The

role of career decision self-efficacy as a mediator of peer support on students' career adaptability. *Heliyon*, *9*(4), e14911. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14911
Savickas, M. L. (2019). Career Construction Theory: Life Potraits of Attachment Adaptability, and Identity. In *The ACA Encyclopedia of Counseling*. https://doi.org/10.4135/9781412963978.n483
Şeker, G., & Çapri, B. (2022). The Effect of the Career Psychoeducation Program on the Career Decision Self-Efficacy and Educational Outcome Expectations of Eleventh-Grade Students. *International Journal of Progressive Education*, *18*(2), 87–103. https://doi.org/10.29329/ijpe.2022.431.6
Setiawan, E. A. (2023). Kontrol diri terhadap keputusan karier siswa. *Jurnal Inovasi*, *2*(1), 84–91.
Shofyyah, S., Multisari, W., & Santoso, D. (2023). Pengaruh Konformitas Teman Sebaya dan Kontrol Diri Terhadap Pengambilan Keputusan Karir Siswa Kelas XII MA Bilingual Kota Batu. *Proceedings Series of Educational Studies Proceeding of International Seminar Indonesia-Malaysia*, (2017).
Siboro, Y M., Gading, K., Dharmayanti, A. (2023). Pengembangan Panduan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Homeroom untuk Meningkatkan Self-Control Siswa di Sekolah Menengah Pertama, Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia), 9(2), 648-653.
Umam, R. N. (2021). Pengembangan Efikasi Diri Siswa SMK dalam Menentukan Keputusan Karir Melalui Layanan Bimbingan Kelompok. *Islamic Counseling : Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, *5*(1), 115. https://doi.org/10.29240/jbk.v5i1.2701
Widiawati, A. I., & Setyowani, N. (2016). Faktor Penghambat Pemilihan Sekolah Lanjutan Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Ciluwak. *Indonesian Journal Of Guidance And Counseling*, *5*(1), 39–44.