

**PERAN GURU BK DALAM LAYANAN PERENCANAAN MASA DEPAN UNTUK  
MENCEGAH ANTISIPATORI SISWA KELAS X-E12 MAN 1 SURAKARTA  
TAHUN AJARAN 2024/2025**

Nama\_1 Hera Heru Sri Suryani<sup>1</sup>, Nama\_2 Aditya Wahyu Eka Prasetya<sup>2</sup>, Nama\_3  
Ahmad Jawandi<sup>3</sup>

Institusi/lembaga Penulis <sup>1</sup>BK FKIP Universitas Slamet Riyadi Surakarta

Institusi/lembaga Penulis <sup>2</sup>BK FKIP Universitas Slamet Riyadi Surakarta

Institusi/lembaga Penulis <sup>3</sup>BK FKIP Universitas Slamet Riyadi Surakarta

Alamat e-mail : <sup>1</sup>heraheruyanti@gmail.com,

Alamat e-mail : <sup>2</sup>adityawep102@gmail.com,

Alamat e-mail : <sup>3</sup>[ahmadjawandi@gmail.com](mailto:ahmadjawandi@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Future planning information services are provided to students to prevent anticipatory. Through motivation and guidance, students are expected to understand the conditions they face so that it is easier to determine their future. The purpose of this study is to determine the role of the Guidance and Counseling Teacher at MAN 1 Surakarta in the Process of Preventing Anticipatory in MAN 1 Surakarta, especially for class X-E12 students in the 2024/2025 Academic Year. This descriptive qualitative study uses interviews, observations, and documentation, with validity tests through source and time triangulation. Data analysis is carried out through reduction, presentation, and drawing conclusions. The results of the study indicate that information services for class X-E12 students at MAN 1 Surakarta increase understanding of the meaning, characteristics, causes, and ways to overcome anticipatory. Guidance and Counseling teachers play an active role in creating a motivating atmosphere so that students are enthusiastic, understand the material, and are involved in the service process.*

*Keywords: Anticipatory, Information Services, Role of Guidance and Counseling Teachers, Future Planning.*

**ABSTRAK**

Layanan informasi perencanaan masa depan diberikan kepada siswa untuk mencegah antisipatori. Melalui motivasi dan arahan, siswa diharapkan memahami kondisi yang dihadapi sehingga lebih mudah menentukan masa depannya. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui bagaimana peran Guru BK di MAN 1 Surakarta dalam Proses Mencegah Terjadinya Antisipatori di MAN 1 Surakarta terutama untuk siswa kelas X-E12 Tahun Pelajaran 2024/2025. Penelitian kualitatif deskriptif ini menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi, dengan uji keabsahan melalui triangulasi sumber dan waktu.

Analisis data dilakukan melalui reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan informasi pada siswa kelas X-E12 MAN 1 Surakarta meningkatkan pemahaman tentang pengertian, ciri, penyebab, dan cara mengatasi antisipatori. Guru BK berperan aktif menciptakan suasana yang memotivasi sehingga siswa antusias, memahami materi, dan terlibat dalam proses layanan.

Kata Kunci: Antisipatori, Layanan Informasi, Peran Guru BK, Perencanaan Masa Depan.

### **A. Pendahuluan**

Perencanaan karir adalah hal penting yang perlu dilakukan setiap individu untuk menata masa depannya. Setiap orang perlu mengenali serta memahami kemampuan dan potensi diri agar dapat melanjutkan ke jenjang karir berikutnya. Namun, masih banyak yang kurang memperhatikan perencanaan karir, sehingga sebagian individu tidak memahami potensi yang dimilikinya. Kondisi ini dapat menyebabkan seseorang memilih untuk tidak bekerja terlebih dahulu atau bahkan menjadi pengangguran.

Perencanaan karir dan pemahaman terhadap minat serta bakat sangat penting, karena sering ditemukan individu yang menekuni karir tidak sesuai dengan kemampuannya. Banyak yang memilih pekerjaan hanya berdasarkan faktor tertentu tanpa

benar-benar mengetahui potensinya, sehingga menimbulkan masalah seperti ketidaknyamanan di lingkungan kerja atau ketidakmampuan menjalankan tugas dengan baik. Hal ini juga berlaku bagi mereka yang ingin melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi, di mana idealnya mereka memahami minat dan bakatnya. Namun, tidak jarang keputusan tersebut hanya karena dorongan orang tua atau sekadar mengikuti teman. Oleh karena itu, perencanaan karir sangat ditekankan. Karir sendiri merupakan pekerjaan atau profesi yang berkaitan erat dengan pekerjaan yang dijalani. Seseorang akan merasa betah dan bahagia di tempat kerja apabila minat dan bakatnya selaras dengan potensi diri. Sebaliknya, mereka yang karirnya tidak sesuai dengan kemampuan cenderung mudah bosan dan kehilangan motivasi

karena tidak mampu menguasai pekerjaan tersebut.

Menurut Setyowati dan Suryanti (2020), tidak semua siswa merencanakan pendidikan dengan baik, sehingga banyak lulusan SMA bingung menentukan studi lanjut atau bekerja, bahkan memilih jalur yang tidak sesuai kemampuannya. Sementara itu, Damayanti (2023) menjelaskan bahwa kecemasan antisipatori adalah peningkatan rasa cemas saat memikirkan peristiwa masa depan. Jika berlebihan, kondisi ini dapat berdampak besar pada kehidupan, ditandai dengan pikiran tak terkendali, sulit konsentrasi, gelisah, dan masalah emosional.

Berdasarkan hasil wawancara saat MAGANG/PLP1&2 pada bulan September-Desember di MAN 1 Surakarta, bisa dilihat kondisi antisipatori di MAN 1 Surakarta masih terdapat banyak siswa yang memiliki kecemasan yang berlebih di masa depan seperti contoh siswa takut gagal dalam SNMPTN atau SBMPTN. Siswa takut jika nilai ujian tidak bagus dan tidak lulus nantinya. Masih banyak siswa di MAN 1 Surakarta yang memiliki gejala antisipatori. Guru BK sendiri kurang fokus pemberian layanan BK

terutama pemberian layanan BK karir dari sini dapat disimpulkan kurangnya informasi mengenai perencanaan secara keseluruhan. Dari beberapa fenomena yang terjadi seperti pada saat saya mewawancarai siswi kelas X-E12 berinisial M. Siswi ini memiliki masalah terhadap perencanaan karirnya, karena ia memiliki bakat dan minat dalam bidang komunikasi tetapi orang tuanya ingin ia kuliah di bidang akuntansi. Maka dari itu ia bimbang untuk meneruskan kuliah dalam bakat minatnya atau mengikuti kemauan orang tua, dari sinilah peran guru bimbingan dan konseling sangatlah penting dalam proses perencanaan karir peserta didiknya dalam upaya perencanaan karir ini guru BK diharapkan mampu memberikan bimbingan kepada peserta didiknya untuk mempersiapkan perencanaan karir.

Layanan Informasi tentang perencanaan masa depan untuk mencegah terjadinya antisipatori dengan memberikan pengertian tentang informasi perencanaan masa depan pada siswa kelas X-E12 di MAN 1 Surakarta. Dengan layanan informasi menjadikan siswa memahami berbagai hal tentang kondisi yang

dialami. Layanan informasi yang akan diberikan kepada siswa nantinya berupa motivasi dan arahan agar kedepannya siswa tidak mengalami antisipatori. Dengan informasi yang diberikan akan memudahkan siswa dalam menentukan masa depan nya.

Untuk mengetahui bagaimana peran Guru BK di MAN 1 Surakarta dalam dalam Proses Mencegah Terjadinya Antisipatori di MAN 1 Surakarta terutama untuk siswa kelas X-E12 Tahun Pelajaran 2024/2025.

## **B. Metode Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian ini dilakukan di kelas X E-12 MAN 1 Surakarta Tahun Pelajaran 2024/2025 pada bulan Desember/diMaret 2025. Penelitian ini menggunakan data primer dari siswa kelas X-E12 MAN 1 Surakarta dan data sekunder dari literatur, penelitian terdahulu, serta sumber terkait lainnya. Subjek penelitian adalah siswa kelas X-E12, sedangkan objeknya adalah layanan informasi guru BK tentang perencanaan masa depan untuk mencegah kecemasan antisipatori. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi terhadap guru

BK dan siswa, serta dokumentasi kegiatan layanan. Keabsahan data dijaga dengan triangulasi metode, sumber, dan teori. Analisis data dilakukan secara interaktif menggunakan model Miles & Huberman dalam Maharani (2020) melalui tahap pengumpulan, reduksi, penyajian data, serta penarikan kesimpulan yang dilakukan terus menerus hingga data jenuh.

## **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Dari hasil perolehan data menggunakan observasi selama kurang lebih satu minggu di kelas X-E12 MAN 1 Surakarta. Selain observasi juga dilaksanakan wawancara kepada guru Bimbingan dan Konseling serta beberapa siswa. Wawancara tersebut dilakukan secara bertahap, tahap pertama wawancara sebelum pelaksanaan pelayanan informasi dalam memberikan pemahaman siswa tentang perencanaan masa depan untuk mencegah terjadinya *Antisipatori*, dan dilanjutkan wawancara tahap kedua setelah pelaksanaan layanan informasi dalam memberikan pemahaman siswa tentang perencanaan masa depan untuk mencegah terjadinya

*Antisipatori* yang dilaksanakan oleh guru Bimbingan dan Konseling begitupun dengan proses observasi.

Maka dari itu hasil dari peran guru BK dalam memberikan pemahaman siswa tentang perencanaan masa depan untuk mencegah terjadinya *Antisipatori* melalui layanan informasi menggunakan media visual pada siswa kelas X-E12. Dengan pemberian peran guru Bimbingan dan Konseling dalam memberikan pemahaman siswa tentang perencanaan masa depan untuk mencegah terjadinya *Antisipatori* melalui layanan informasi mampu mengentaskan permasalahan siswa terutama yang berkaitan dengan pemahaman siswa mengenai bahaya *Antisipatori*. Hal ini disebabkan karena pada masa remaja merupakan masalah seseorang, jadi siswa butuh sedikit gambaran agar mereka tidak bingung untuk melangkah kedepannya.

Berdasarkan data yang diperoleh, siswa yang awalnya tidak paham mengenai perencanaan masa depan dan *Antisipatori* menjadi paham mengenai perencanaan masa depan untuk mencegah terjadinya *Antisipatori* dan dapat teratasi dan

berkurang setelah menerima layanan informasi yang diberikan guru BK seperti yang dijelaskan dalam teori "Ahmad Zaini" bahwa layanan informasi adalah layanan Bimbingan dan Konseling untuk memberikan informasi yang memungkinkan peserta didik mendapatkan informasi yang membantunya mengembangkan ketrampilan peserta didik di sekolah. Kegiatan layanan informasi ini dilakukan oleh guru Bimbingan dan Konseling segenap pemberian informasi terkait dengan mengamu informasi menumbuhkan yang semangat atau mengumumkan sesuatu untuk meningkatkan kualitas dan ketrampilan peserta didik di sekolah.

Proses layanan informasi adalah sesuatu layanan informasi yang kompleks dalam meningkatkan kemampuan peserta didik dalam mendapatkan suatu informasi seseorang yang telah pernah mendapatkan layanan informasi akan dapat memahami dan mengetahui yang baru.

Layanan informasi dapat diselenggarakan secara langsung dan terbuka oleh guru Bimbingan dan Konseling kepada peserta didik sesuai dengan kebutuhan peserta

didik tersebut. Berdasarkan teknik dan variasi serta fleksibel dapat digunakan melalui format klasikal atau kelompok atau individual tergantung jenis informasi dan karakteristik peserta layanan.

Layanan informasi adalah penyampaian berbagai informasi kepada sasaran layanan agar individu dapat mengolah dan memanfaatkan informasi tersebut demi kepentingan hidup dan perkembangannya. Layanan yang dimaksudkan untuk membantu peserta didik dalam menerima dan memahami berbagai informasi, misalnya informasi tentang diri sendiri, pendidikan, belajar, karier atau jabatan, dan sosial. Layanan informasi bisa dilakukan oleh konselor, guru, wali kelas, atau petugas sekolah lain.

Menurut Nurihsan (dalam Nasution & Abdillah, 2019), layanan informasi adalah layanan konseling yang membantu siswa menerima dan memahami informasi sebagai bahan pertimbangan dalam pengambilan keputusan demi kepentingan mereka. Informasi yang diberikan mempermudah siswa membuat perencanaan dan mengambil

keputusan. Selain itu, pendapat tersebut juga sejalan dengan Tohirin (2013) yang menyatakan bahwa layanan informasi bertujuan memenuhi kebutuhan siswa akan informasi yang diperlukan, sekaligus membekali mereka dengan pengetahuan dan pemahaman tentang lingkungan serta proses perkembangan remaja.

Menurut Winkel (2007), layanan informasi bertujuan membekali siswa dengan pengetahuan dan pemahaman tentang lingkungan hidupnya, baik lingkungan sekolah, keluarga, sekolah lanjutan, dunia kerja, maupun masyarakat luas, sehingga informasi yang diberikan mencakup berbagai aspek. Sementara itu, Arifudin et al. (2021) menjelaskan bahwa perencanaan adalah proses menetapkan tujuan dan menentukan langkah yang harus dilakukan untuk mencapainya, dengan mengatur serta memanfaatkan sumber daya manusia, alam, dan lainnya agar hasil sesuai harapan di masa depan.

Kecemasan antisipatori merupakan kondisi peningkatan kecemasan karena memikirkan suatu peristiwa atau situasi di masa depan. Mencemaskan

hal-hal yang akan terjadi di masa depan memang normal. Namun, jika kecemasan tersebut berlebihan, dapat berdampak besar bagi kehidupan kita. Kekhawatiran ini melibatkan perasaan cemas tingkat tinggi terhadap peristiwa atau situasi di masa depan. Hal tersebut biasa disebut dengan Anticipatory Anxiety.

Umumnya seseorang pada saat ini seringkali tergesa-gesa dalam menentukan atau memilih jalur pendidikan atau pekerjaan yang akan ditekuninya. Bahkan terkadang terdapat seseorang yang sama sekali tidak memiliki perencanaan dan pemikiran yang matang terlebih dahulu.

Akibatnya semakin lama, semakin tidak puas dengan pilihannya dan bahkan akan mengalami kekecewaan dan gejala jiwa yang tidak mudah untuk dikendalikan. Agar hal tersebut tidak terjadi, sebisa mungkin untuk kita memikirkan secara matang mengenai masa depan dengan baik dan benar. Tetapi, banyak orang yang memikirkan masa depannya dengan suatu kecemasan. Hal tersebut wajar apabila terjadi, namun jika kecemasan terhadap masa depan berlebihan akan

membawakan dampak yang tidak baik.

Kekhawatiran terhadap masa depan mungkin merupakan masalah umum. Namun, pada kecemasan antisipatif, tingkat kekhawatirannya berlebihan dan cenderung berfokus pada hasil negatif. Orang dengan kecemasan antisipatif mungkin akan merasa cemas selama berjam-jam, bahkan berhari-hari sebelum suatu peristiwa terjadi.

Perencanaan karier merupakan salah satu hal yang penting bagi setiap individu untuk merencanakan masa depannya. Seseorang dituntut untuk mampu memahami dan mengetahui kemampuan dan potensi diri untuk mampu melanjutkan kejenjang karir selanjutnya, tidak banyak orang yang peduli dengan perencanaan karir ini, dari sini dapat disimpulkan bahwa beberapa individu merasa tidak memahami kemampuan dirinya sehingga hal ini yang mengakibatkan seseorang untuk merasa tidak berkarir terlebih dahulu atau menganggur. Dilihat dari hasil data berikut pentingnya perencanaan karir serta bagaimana seseorang mengetahui minat dan bakatnya sangat sering dijumpai seseorang berkarir tidak sesuai dengan kemampuannya dan hanya

mengandalkan hal yang semata-mata seseorang berkarir tanpa mengetahui potensinya, sehingga disini dapat menimbulkan permasalahan seperti tidak nyaman dan lingkungan kerja, tidak mampu menjalankan pekerjaannya dengan baik.

Dalam teori menurut Winkel (2006:316), tujuan diberikannya layanan informasi adalah membekali para siswa dengan pengetahuan tentang data dan fakta di bidang pendidikan sekolah, bidang pekerjaan, dan bidang pengembangan pribadi sosial, supaya mereka dapat belajar tentang lingkungan hidupnya dan lebih mampu mengatur dan merencanakan kehidupannya sendiri. Sementara itu, Damayanti (2023) menjelaskan bahwa kecemasan antisipatori adalah peningkatan kecemasan akibat memikirkan peristiwa masa depan. Wajar jika terjadi, namun bila berlebihan dapat berdampak besar pada kehidupan. Ciri-cirinya meliputi pikiran tak terkendali, sulit konsentrasi, gelisah, dan masalah emosional.

Berdasarkan hasil wawancara saat MAGANG/PLP 1&2 pada bulan September-Desember di MAN 1 Surakarta, bisa dilihat

kondisi antisipatori

di MAN 1 Surakarta masih terdapat banyak siswa yang memiliki kecemasan yang berlebih di masa depan seperti contoh siswa takut gagal dalam SNMPTN atau SBMPTN.

Siswa takut jika nilai ujian tidak bagus dan tidak lulus nantinya. Masih banyak siswa di MAN 1 Surakarta yang memiliki gejala antisipatori. Guru BK sendiri kurang fokus pemberian layanan BK terutama pemberian layanan BK karir dan risi ini dapat disimpulkan kurangnya informasi mengenai perencanaan secara keseluruhan dari beberapa fenomena yang terjadi seperti pada saat saya mewawancarai siswi kelas X-

E12 berinisial M. Siswi ini memiliki masalah terhadap perencanaan karirnya, karena ia memiliki bakat dan minat di bidang komunikasi tetapi orang tuanya

ingin ia kuliah di bidang akuntansi.

Maka dari itu ia bimbang untuk meneruskan kuliah di bidang minatnyanya atau mengikuti kemauan orang tuanya, dari sini lah peran guru bimbingan dan konseling sangatlah penting

dalam proses perencanaan karir peserta didiknya dalam upaya

perencanaan karir. Gurubk diharapkan mampu memberikan bimbingan kepada peserta didiknya untuk mempersiapkan perencanaan karir.

Layanan Informasi tentang perencanaan masa depan untuk mencegah terjadinya antisipatori dengan memberikan pengertian tentang informasi perencanaan masa depan pada siswa kelas X-E12 di MAN 1 Surakarta. Dengan layanan informasi menjadikan siswa memahami berbagai hal tentang kondisi yang dialami. Layanan informasi yang akan diberikan kepada siswa nantinya berupa motivasi dan arahan agar kedepannya siswa tidak mengalami antisipatori. Dengan informasi yang diberikan akan memudahkan siswa dalam menentukan masa depan nya.

Pelaksanaan layanan informasi di MAN 1 Surakarta dinilai berjalan baik dan memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai perencanaan masa depan untuk mencegah kecemasan antisipatori. Guru BK berperan efektif dengan metode yang tidak hanya ceramah atau PowerPoint, tetapi juga mendorong partisipasi aktif siswa melalui tanya jawab, diskusi, dan

tukar pendapat. Kegiatan ini membuat siswa lebih memahami pengertian, ciri-ciri, penyebab, dan cara mengatasi antisipatori, serta menyadari pentingnya perencanaan masa depan sesuai kemampuan diri. Hasil akhirnya yaitu membuat siswa menjadi lebih siap menghadapi masa depan, mengurangi risiko kecemasan berlebih, dan mampu menerapkan pemahaman tersebut bagi kehidupan pribadi maupun lingkungannya.

### **E. Kesimpulan**

Dapat disimpulkan bahwa peran Guru BK dalam memberikan layanan informasi tentang perencanaan masa depan untuk mencegah terjadinya antisipatori pada siswa kelas X-E12 MAN 1 Surakarta tahun pelajaran 2024/2025 sangatlah penting. Sebelum mendapatkan layanan ini, pengetahuan siswa tentang perencanaan masa depan dan cara mencegah antisipatori masih sangat minim, sehingga mereka cenderung kurang memiliki gambaran yang jelas mengenai langkah yang harus diambil untuk masa depannya.

Setelah layanan informasi diberikan, terjadi perubahan perilaku positif pada siswa. Mereka menjadi

lebih paham, memiliki gambaran yang lebih jelas tentang masa depan, serta mampu mengidentifikasi langkah-langkah yang tepat untuk menghindari kecemasan berlebih. Hal ini menunjukkan bahwa layanan informasi efektif dalam membentuk pemahaman dan kesiapan siswa. Oleh karena itu, kerja sama antara guru BK dan pihak-pihak terkait sangat diperlukan agar pemahaman ini terus ditanamkan, sehingga siswa semakin mampu mengelola kecemasan dan terhindar dari sifat antisipatori.

Guru BK sebaiknya meningkatkan layanan informasi untuk mencegah kecemasan antisipatori pada siswa, menggunakan metode bimbingan yang bervariasi dan sesuai dengan masalah yang dihadapi agar hasilnya lebih efektif. Sementara itu, siswa diharapkan lebih semangat belajar, menjalankan ajaran agama, dan memanfaatkan informasi dari guru BK dengan baik. Sekolah diharapkan bekerja sama dengan guru dan orang tua untuk memberikan layanan terbaik, serta menciptakan lingkungan yang mendidik dan membangun keimanan siswa agar terhindar dari perilaku negatif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardiatna, W. A., Sinta, S., & Kusnarto, K. (2014). Survei faktor-faktor penghambat perencanaan karir siswa. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 3(2).
- Arifudin, M., Sholeha, F., Zahara, Umami, L., & Fikriya. (2021). Planning (Perencanaan) dalam manajemen pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan Islam*, 2(2), 147–148.
- Damayanti, N. (2023). Kecemasan remaja dalam menghadapi masa depan. *Jurnal Universitas Hang Tuah*, 6(2), 20–22.
- Maharani, R. A. (2020). Model analisis interaktif Miles and Huberman. *E-Prints Binadarma Program Pascasarjana Metodologi Riset*, 2(1), 1–27.
- Setyowati, S. K., & Hera, H. S. S. (2020). Pengaruh konseling sebaya terhadap perencanaan karier pada siswa kelas X IPA 3 di MAN 1 Surakarta tahun pelajaran 2018/2019. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 2.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah*. Jakarta: PTR Grafindo.

Winkel, W. S. (2007). *Bimbingan dan konseling di institut pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.