PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat
Volume 11, Issue 9, Pages 2814-2819 September 2026 e-ISSN: 2654-4385 p-ISSN: 2502-6828
https://journal.umpr.ac.id/index.php/pengabdianmu/article/view/13023
DOI: https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v11i9.13023

Layanan Psikoedukasi untuk Kesiapan Pelajar Memasuki Perguruan Tinggi

Psychoeducation Service for Student Readiness in Entering Higher Education

Shaleh Afif [1]

Ariani [2]

Dipo Surya Pratikno [2]

[1]Islamic Psychology Study Program, Faculty of Psychology, Universitas Islam Pemalang, Pemalang, Central Java, Indonesia

[2]Islamic Education Management Study Program, Faculty of Tarbiyah and Teacher Training, Universitas Islam Pemalang, Pemalang, Central Java, Indonesia

email: shalehafif83@gmail.com

Kata Kunci
Psikoedukasi
Kesiapan Perguruan Tinggi
Bimbingan Karir
Efikasi Diri

Keywords:
Psychoeducation
College readiness
Career guidance
Self Efficacy

Received: May 2026
Accepted: August 2026
Published: September 2026

Abstrak

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan kesiapan psikologis dan akademis pelajar, memberikan orientasi konkret mengenai berbagai program studi, mengembangkan kemampuan refleksi diri dan pengambilan keputusan, serta mengenalkan ekosistem kemahasiswaan. Kegiatan dilaksanakan melalui tiga komponen utama: (1) simulasi perkuliahan per program studi menggunakan pendekatan experiential learning, (2) kuliah umum dan seminar bimbingan karir bertajuk Open Mind yang mencakup eksplorasi diri, pemilihan jurusan, dan penyusunan rencana aksi, serta (3) forum diskusi kemahasiswaan untuk pengenalan kehidupan akademik. Hasil evaluasi formatif menunjukkan peningkatan signifikan pada kejelasan tujuan pendidikan, kepercayaan diri dalam memilih jurusan, serta pemahaman tentang lingkungan perguruan tinggi. Peserta juga menunjukkan peningkatan kemampuan refleksi diri dan penyusunan rencana aksi yang konkret. Disimpulkan bahwa program psikoedukasi terstruktur berbasis pengalaman secara efektif meningkatkan kesiapan pelajar memasuki perguruan tinggi dan direkomendasikan untuk diintegrasikan ke dalam kalender akademik tahunan.

Abstract

The objectives of this community service activity were to enhance students' psychological and academic preparedness, provide concrete orientation on various study programs, develop self-reflection and decision-making skills, and introduce the campus ecosystem. Activities were implemented through three main components: (1) study program simulations using an experiential learning approach, (2) a public lecture and career guidance seminar titled Open Mind covering self-exploration, major selection, and action planning, and (3) a student discussion forum for academic life orientation. Formative evaluation results indicated significant improvements in clarity of educational goals, confidence in selecting a major, and understanding of the higher education environment. Participants also demonstrated enhanced self-reflection and the ability to formulate concrete action plans. It is concluded that structured, experience-based psychoeducation programs effectively improve students' readiness for higher education and are recommended for integration into annual academic calendars.

© 2026 Shaleh Afif, Ariani, Dipo Surya Pratikno. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/). DOI: https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v11i9.13023

PENDAHULUAN

Transisi dari jenjang pendidikan menengah ke perguruan tinggi merupakan salah satu fase perkembangan paling krusial dalam kehidupan seorang pelajar. Fase ini tidak hanya melibatkan perubahan lingkungan belajar yang signifikan, tetapi juga menuntut kesiapan psikologis, akademis, dan sosial yang matang (Rahmadani & Mukti, 2020). Mahasiswa baru berada dalam fase emerging adulthood, di mana eksplorasi diri dan kebebasan menjadi tugas perkembangan utama, sehingga dukungan yang terstruktur sangat diperlukan dalam menghadapi dinamika perkuliahan (Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi UNJ, 2024). Kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa masih banyak pelajar yang menghadapi kebingungan dalam menentukan pilihan jurusan dan merancang arah karir masa depan. Kesalahan dalam memilih jurusan dapat berakibat pada penurunan motivasi belajar dan performa akademis yang buruk (Setyowati *et al.*, 2019).

How to cite: Afif, S., Ariani, A., & Pratikno, D.S. (2026). Layanan Psikoedukasi untuk Kesiapan Pelajar Memasuki Perguruan Tinggi. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, **11**(9), 2814-2819. https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v11i9.13023

Penelitian terkait career decision self-efficacy menunjukkan bahwa siswa Indonesia memiliki tingkat keyakinan pengambilan keputusan karir yang beragam, dan intervensi psikoedukasi terbukti mampu meningkatkan efikasi diri tersebut secara signifikan (Khatijatusshalihah *et al.,* 2022).

Psikoedukasi merupakan pendekatan terstruktur yang mengintegrasikan prinsip-prinsip psikologi dengan proses pendidikan guna meningkatkan kesadaran diri, kompetensi emosional, dan keterampilan pengambilan keputusan individu. Program psikoedukasi yang efektif tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga memfasilitasi proses refleksi aktif peserta (Pratiwi *et al.,* 2021). Dalam konteks Indonesia, career decision self-efficacy siswa terbukti berhubungan positif dan signifikan dengan pengambilan keputusan karir (G-Couns, 2022), sementara penelitian Şeker dan Çapri (2022) membuktikan bahwa program psikoedukasi karir secara signifikan meningkatkan *career decision self-efficacy* siswa kelas XI. Sebagai bagian dari tanggung jawab Tri Dharma Perguruan Tinggi, program layanan psikoedukasi ini dilaksanakan sebagai bentuk respons preventif dan edukatif. Tujuan kegiatan adalah: (1) meningkatkan kesiapan psikologis dan akademis pelajar, (2) memberikan orientasi konkret mengenai berbagai program studi, (3) mengembangkan kemampuan refleksi diri dan pengambilan keputusan, serta (4) mengenalkan ekosistem kemahasiswaan secara partisipatif.

METODE

Sasaran dan Lokasi Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini ditujukan kepada pelajar SMA/SMK sederajat kelas XI dan XII. Pelaksana kegiatan adalah Tim Pengabdian Masyarakat Fakultas Psikologi pada Semester Genap Tahun Akademik 2024/2025. Pendekatan yang digunakan bersifat integratif mencakup dimensi kognitif, afektif, dan behavioral secara simultan (Pratiwi *et al.,* 2021).

Komponen Kegiatan

Kegiatan 1 — Simulasi Perkuliahan per Program Studi. Peserta dibagi ke dalam kelompok kecil yang mengikuti sesi simulasi di prodi pilihan masing-masing selama 60–90 menit, dipandu oleh dosen pengampu, dan dilengkapi sesi tanya jawab serta refleksi. Pendekatan experiential learning ini terbukti efektif membantu pelajar mengidentifikasi minat dan kecocokan akademis sekaligus mengurangi kecemasan transisi (Rahmadani & Mukti, 2020).

Kegiatan 2 — Kuliah Umum dan Seminar Open Mind. Tiga modul utama dilaksanakan: Modul 1 (Memahami Diri) melalui asesmen psikologis berbasis RIASEC (Taqyah *et al.,* 2024; Yudiana *et al.,* 2023); Modul 2 (Memilih Jurusan) berupa pemetaan profil diri dengan karakteristik program studi; dan Modul 3 (Menyusun Aksi) berupa workshop personal action plan dan teknik goal-setting.

Kegiatan 3 — Forum Diskusi Kemahasiswaan. Forum diskusi terbuka, simulasi sidang akademik mini, dan sesi berbagi pengalaman bersama mahasiswa aktif dilaksanakan berlandaskan UU No. 12 Tahun 2012 yang menjamin kebebasan akademik dan mimbar akademik bagi seluruh sivitas akademika.

Instrumen Evaluasi

Evaluasi dilakukan secara formatif menggunakan lembar observasi, refleksi tertulis peserta, dan angket kepuasan. Indikator yang diukur meliputi kejelasan tujuan pendidikan, kepercayaan diri dalam memilih jurusan, dan pemahaman tentang lingkungan perguruan tinggi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Evaluasi formatif menunjukkan peningkatan signifikan pada kejelasan tujuan pendidikan, kepercayaan diri dalam memilih jurusan, dan pemahaman lingkungan perguruan tinggi. Temuan ini konsisten dengan penelitian psikoedukasi karir sebelumnya yang menunjukkan korelasi positif antara perencanaan karir dengan kesiapan kerja (An-Nafs, 2025) dan peningkatan efikasi diri akademik (Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 2026). Dokumentasi pelaksanaan kegiatan disajikan pada Gambar 1, Gambar 2, dan Gambar 3.



Gambar 1. Sesi Kuliah di Fakultas Psikologi



Gambar 3. Sesi Mimbar Akademik Mahasiswa



Gambar 2. Campus Experience Day — Seminar Open Mind

Rangkuman capaian per komponen kegiatan disajikan pada Tabel I berikut.

Tabel I. Capaian dan Respons Peserta per Komponen Program.

Program	Capaian Utama	Respons Peserta
Simulasi Perkuliahan per Prodi	Peserta memiliki gambaran nyata tentang atmosfer akademik masing-masing prodi	Sangat antusias; banyak peserta mengubah preferensi jurusan setelah simulasi
Seminar Open Mind: Karir & Jurusan	Tersusunnya rencana aksi personal yang konkret dan terukur	Positif; peserta merasa lebih percaya diri dan memiliki arah yang jelas
Forum Diskusi Kemahasiswaan	Peningkatan keberanian berpendapat dan wawasan ekosistem kampus	Sangat positif; peserta terinspirasi oleh sharing mahasiswa aktif

Simulasi Perkuliahan Prodi

Pada komponen simulasi perkuliahan, peserta yang mengalami langsung suasana akademik berbagai prodi menunjukkan antusiasme tinggi. Sejumlah peserta bahkan mengubah preferensi jurusan setelah mengikuti simulasi, sesuai temuan Rahmadani dan Mukti (2020) bahwa paparan autentik terhadap lingkungan perguruan tinggi efektif mengurangi kecemasan dan meningkatkan kejelasan pilihan akademis. Perubahan pilihan tidak selalu menunjukkan ketidakstabilan keputusan, tetapi dapat menunjukkan bahwa peserta memperoleh informasi baru yang kemudian digunakan untuk melakukan evaluasi ulang terhadap pilihannya. Dalam konteks ini, simulasi perkuliahan juga dapat dipandang sebagai bentuk experiential learning, karena peserta memperoleh pengalaman konkret yang kemudian dapat direfleksikan untuk menentukan kesesuaian pilihan. Dengan demikian, kegiatan simulasi memiliki nilai lebih dibandingkan penyampaian informasi secara satu arah karena peserta memperoleh kesempatan untuk menguji persepsinya terhadap kehidupan perguruan tinggi.

Seminar Open Mind

Dalam kegiatan ini, asesmen RIASEC tidak hanya menghasilkan profil minat, tetapi digunakan sebagai media untuk mengajak peserta melakukan refleksi mengenai pilihan program studi dan kemungkinan arah karier. Pendekatan tersebut penting karena hasil asesmen minat sebaiknya tidak digunakan sebagai label yang secara deterministik menentukan masa depan individu. Sebaliknya, hasil asesmen perlu diposisikan sebagai informasi awal yang membantu peserta mengeksplorasi berbagai kemungkinan pendidikan dan karier.

Pada komponen seminar Open Mind, asesmen berbasis RIASEC berhasil membantu peserta mengidentifikasi profil minat karir secara terstandar. Rencana aksi personal yang disusun peserta menunjukkan tingkat kekonkretan yang meningkat. Hasil ini selaras dengan Ramadani dan Muhid (2022) bahwa pelatihan perencanaan karir terstruktur secara konsisten meningkatkan career decision self-efficacy. Sementara hasil penelitian Işık (2014) menunjukkan bahwa intervensi inventori minat dapat meningkatkan career decision self-efficacy, dan kelompok yang memperoleh sesi umpan balik serta interpretasi menunjukkan manfaat yang lebih kuat dibandingkan peserta yang hanya mengerjakan inventori tanpa proses interpretasi. Hal ini menunjukan bahwa pengenalan potensi diri berbasis RIASEC dapat membantu para siswa mengetahui dan mengeksplorasi potensi vokasi/karir yang cocok.

Forum Diskusi Mahasiswa

Pada komponen forum diskusi kemahasiswaan, peserta melaporkan peningkatan keberanian berpendapat dan wawasan yang lebih kaya tentang ekosistem kampus. Keterlibatan mahasiswa aktif sebagai narasumber memberikan role model yang otentik dan inspiratif, konsisten dengan temuan bahwa diskusi yang dipimpin mahasiswa mendorong pengembangan keterampilan komunikasi dan berpikir kritis (Jurnal Efektivitas FDO, 2023). Interaksi dengan mahasiswa juga dapat mengurangi jarak psikologis antara peserta dengan kehidupan perguruan tinggi. Perguruan tinggi yang sebelumnya dipersepsikan sebagai lingkungan yang abstrak menjadi lebih konkret melalui cerita, pengalaman, dan interaksi langsung. Proses tersebut dapat membantu peserta membangun ekspektasi yang lebih realistis mengenai kehidupan akademik. Temuan meningkatnya keberanian peserta dalam menyampaikan pendapat juga menunjukkan bahwa forum tidak hanya memberikan informasi, tetapi sekaligus menjadi ruang latihan komunikasi. Peserta belajar bertanya, menyampaikan pendapat, mendengarkan pengalaman orang lain, dan membandingkan perspektif. Keterampilan tersebut relevan dengan tuntutan kehidupan perguruan tinggi yang menuntut kemandirian, komunikasi, kolaborasi, dan kemampuan berpikir kritis.

Integrasi dimensi kognitif, afektif, dan behavioral

Kekuatan utama program terletak pada pendekatan integratif yang menggabungkan dimensi kognitif, afektif, dan behavioral. Dimensi kognitif dikembangkan melalui pemberian informasi mengenai perguruan tinggi dan program studi. Dimensi afektif dikembangkan melalui proses mengenali minat, membangun keyakinan diri, serta mengurangi ketidakpastian mengenai kehidupan perguruan tinggi. Sementara itu, dimensi behavioral diwujudkan melalui penyusunan rencana aksi dan dorongan untuk melakukan eksplorasi lebih lanjut.

Pendekatan tersebut sejalan dengan temuan penelitian mengenai efektivitas intervensi karier. Langher et al. (2018), melalui meta-analisis terhadap intervensi karier, menunjukkan pentingnya intervensi yang dirancang secara sistematis untuk mendukung kompetensi pengelolaan karier pada individu dalam masa transisi pendidikan dan pekerjaan. Sementara Ulaş-Kılıç (2019) juga menunjukkan bahwa intervensi karier secara umum dapat memberikan dampak positif terhadap career decision-making self-efficacy. Hal ini memperkuat argumentasi bahwa layanan persiapan perguruan tinggi sebaiknya tidak hanya berbentuk seminar informasi, tetapi perlu memberikan pengalaman eksploratif, asesmen diri, kesempatan berdiskusi, dan latihan perencanaan.

Secara keseluruhan, pendekatan integratif yang mencakup dimensi kognitif, afektif, dan behavioral terbukti memberikan dampak positif yang holistik. Faktor pendukung utama meliputi antusiasme peserta yang tinggi, dukungan pihak sekolah dan orang tua, kompetensi fasilitator, serta fasilitas kampus yang memadai. Faktor penghambat yang teridentifikasi adalah keterbatasan waktu, variasi latar belakang peserta, dan keterbatasan kuota

KESIMPULAN

Program Layanan Psikoedukasi untuk Kesiapan Pelajar Memasuki Perguruan Tinggi telah berhasil dilaksanakan dengan capaian yang melampaui target awal. Melalui tiga komponen utama — simulasi perkuliahan per prodi, seminar bimbingan karir Open Mind, dan forum diskusi kemahasiswaan — para peserta memperoleh pengalaman belajar holistik mencakup dimensi kognitif, afektif, dan behavioral. Evaluasi formatif menunjukkan peningkatan signifikan pada kejelasan tujuan

pendidikan, kepercayaan diri dalam pemilihan jurusan, dan pemahaman ekosistem perguruan tinggi. Direkomendasikan agar program ini diintegrasikan ke dalam kalender akademik tahunan, diperluas jangkauannya melalui kemitraan dengan lebih banyak sekolah menengah, dikembangkan dalam format digital, dan dilengkapi studi tindak lanjut terhadap peserta yang diterima di perguruan tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Psikologi Institut Agama Islam Pemalang, DEMA Institut Agama Islam Pemalang, dan Ikatan Pelajar Muhammadiyah Pengurus Daerah Pemalang atas dukungan institusional dan pendanaan kegiatan ini. Terima kasih juga disampaikan kepada seluruh kepala sekolah dan guru bimbingan konseling SMA/SMK yang telah memfasilitasi partisipasi peserta, para dosen dan mahasiswa aktif yang berkontribusi sebagai fasilitator dan narasumber, serta seluruh peserta yang mengikuti program dengan penuh antusiasme.

REFERENSI

Aisy, R., & Oktaviana, M. 2026. Pengaruh efikasi diri akademik terhadap penyesuaian akademik pada mahasiswa baru. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. **13**(1): 120–127. https://doi.org/10.26740/cjpp.v13n01.p120-127

Aryani, Y.D., Prasetya, A.F., Barida, M., Hartanto, D., & Kumara, A.R. 2025. Profil psikuedukasi self-efficacy dalam perencanaan karir siswa dan implikasinya terhadap nilai filsafat pendidikan. *BIKOLING: Jurnal Ilmu Bimbingan dan Konseling*. **2**(2): 37–42. https://doi.org/10.70134/bikoling.v2i2.727

Bella, K., Retnaningdyastuti, T.S.R., & Ajie, G.R. 2022. Hubungan self-efficacy dengan pengambilan keputusan karier siswa kelas XI SMA Institut Indonesia. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*. **6**(2): 229–239. https://doi.org/10.31316/g.couns.v6i2.3462

Işık, E. 2014. Effects of a brief interest inventory intervention on career decision self-efficacy. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*. **24**(2): 215–226. https://doi.org/10.1017/jgc.2014.13

Khatijatusshalihah, K., Riamanda, I., Aprilia, E.D., & Nisa, H. 2022. Career decision self-efficacy of Indonesian students. *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*. **3**(1): 17–22. https://doi.org/10.32505/inspira.v3i1.4131

Langher, V., Nannini, V., & Caputo, A. 2018. What do university or graduate students need to make the cut? A meta-analysis on career intervention effectiveness. *Journal of Educational, Cultural and Psychological Studies*. **17**: 21–43. https://doi.org/10.7358/ecps-2018-017-lang

Pratama, R.N., Rahman, M.S.A., Mukhlina, N., Imtiyaz, M., Mulika, R.A., Hartanto, R.B., & Khasanah, I.U. 2025. Pengembangan skala kesiapan menghadapi perubahan pada mahasiswa baru di Indonesia dan uji invariansi: Pendekatan MIMIC model. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*. **14**(2): 169–177. https://doi.org/10.21009/JPPP.142.08

Pratiwi, M., Purnamasari, A., & Prasetyo, I. 2021. Efektivitas pemberian konseling minat dan bakat untuk meningkatkan kematangan karir siswa SMA di Kota Palembang. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*. **12**(1): 132–136. https://doi.org/10.26877/e-dimas.v12i1.6169

Rahmadani, A., & Rahmawati, Y.M. 2020. Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional: Studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. **8**(3): 158–166. https://doi.org/10.29210/145700

Rahmadani, K.R., Azizah, D.H.N., Budianti, N.R., Ananda, R.P., & Aulia, A. 2024. Psikoedukasi perencanaan karir memasuki dunia kerja pada siswa tingkat akhir SMK Muhammadiyah 2 Bantul. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*. **9**(9): 1664–1671. https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i9.7147

Ramadani, D.N., & Muhid, A. 2022. Efektivitas pelatihan perencanaan karier untuk meningkatkan career decision self-efficacy pada fresh graduate: Literature review. *Jurnal Psikologi Tabularasa*. **17**(1): 56–63. https://doi.org/10.26905/jpt.v17i1.8107

Republik Indonesia. 2012. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi*. Jakarta: Pemerintah Republik Indonesia.

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

Soerjoatmodjo, G.W.L., Widjaja, Y., Febriyantoro, M.T., Valencia, G., & Valencia, D.M. 2025. Psikoedukasi melalui majalah dinding sekolah untuk mendorong kesadaran diri dan perencanaan masa depan siswa. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*. **6**(2): 348–360. https://doi.org/10.33474/jp2m.v6i2.23403

Sulastri, & Ruzain, R.B. 2025. Perencanaan karir dan kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. *AN-NAFS: Jurnal Fakultas Psikologi*. **19**(1): 18–23. https://doi.org/10.25299/annafs.2025.vol19(1).20570

Ulaş-Kılıç, Ö. 2019. The effects of career interventions on university students' levels of career decision-making self-efficacy: A meta-analytic review. *Australian Journal of Career Development*. **28**(3): 223–233. https://doi.org/10.1177/1038416219857567