



EFEKTIVITAS VIDEO PSIKOEDUKASI DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN JURUSAN IPA/IPS SISWA SMAN 2 MAKASSAR

**Andi Nahliah Bungawali *, Aluna Saskia Melandani, Nur Alfiah Sumardin,
Nurul Alya Ilham**

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

*e-mail: andinahliah@gmail.com; Submitted: 7 Desember 2025; Accepted: 30 Desember 2025

Available online: 31 Desember 2025

Abstrak

Pemilihan jurusan IPA atau IPS merupakan keputusan penting bagi siswa SMA, tetapi banyak siswa masih mengalami kebingungan karena kurangnya pemahaman mengenai minat, kemampuan, dan konsekuensi akademik dari setiap jurusan. Kegiatan ini bertujuan untuk menguji efektivitas psikoedukasi berbasis video dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai pemilihan jurusan. Psikoedukasi diberikan kepada siswa kelas X SMAN 2 Makassar setelah dilakukan *need assessment* melalui observasi dan wawancara dengan guru BK. Pengukuran dilakukan menggunakan desain *pre-test* dan *post-test* untuk melihat perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil analisis *paired sample t-test* menunjukkan peningkatan signifikan pada pemahaman siswa, dengan kenaikan skor rata-rata dari 133,66 menjadi 145,03 ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa video psikoedukasi efektif membantu siswa memahami aspek peminatan dan pertimbangan akademik dalam memilih jurusan. Dengan demikian, psikoedukasi berbasis media visual dapat menjadi strategi pendukung dalam pengambilan keputusan akademik remaja.

Kata Kunci: Psikoedukasi; Pemilihan Jurusan; Video Edukasi; Siswa SMA

Abstract

Choosing between the Science (IPA) or Social Science (IPS) track is an important academic decision for high school students, yet many still experience confusion due to limited understanding of their interests, abilities, and the academic implications of each track. This community service activity aimed to examine the effectiveness of video-based psychoeducation in improving students' understanding of major selection. The intervention was delivered to tenth-grade students at SMAN 2 Makassar following a need assessment through observations and interviews with guidance and counseling teachers. A pre-test and post-test design was used to measure changes in knowledge before and after the psychoeducation. The paired sample t-test analysis showed a significant increase in students' understanding, with mean scores rising from 133.66 to 145.03 ($p < 0.05$). These results indicate that psychoeducational videos are effective in helping students comprehend key considerations related to academic majors. Therefore, visual and structured psychoeducation can serve as a supportive strategy in enhancing adolescents' academic decision-making.

Keywords: Psychoeducation; Major Selection; Educational Video; High School Students

PENDAHULUAN

Masa pendidikan adalah periode penting dalam perkembangan individu, dimana siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan akademik, akan tetapi juga membentuk keterampilan, minat, dan kemampuan dalam mengambil keputusan. Di Indonesia,



proses penentuan jurusan di sekolah Menengah atas, khususnya antara IPA (Ilmu Pengetahuan Alam) dan IPS (Ilmu Pengetahuan Sosial), pemilihan jurusan di sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan suatu proses yang sangat penting, karena keputusan yang tepat dapat membantu siswa mengoptimalkan potensi yang mereka miliki selama menempuh pendidikan di sekolah (Harahap, Yunus, & Sumijan, 2023).

Secara sederhana, pemilihan jurusan IPA atau IPS adalah proses di mana siswa SMA menentukan kelompok peminatan utama mereka, apakah ke kelompok IPA (Ilmu Pengetahuan Alam) atau IPS (Ilmu Pengetahuan Sosial). Pemilihan ini mencakup keputusan untuk menekuni mata pelajaran sains seperti (Matematika, fisika, biologi, kimia) jika memilih IPA, atau mata pelajaran Sosial humaniora seperti (Sejarah, geografi, ekonomi, sosiologi) jika memilih peminatan pada bidang IPS (Sahrun & Rahim, 2022).

Pemilihan jurusan di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA), khususnya antara IPA dan IPS, merupakan salah satu keputusan penting yang harus dihadapi siswa. Keputusan ini tidak hanya memengaruhi struktur pembelajaran, materi, dan metode yang akan ditempuh selama tiga tahun ke depan, tetapi juga berdampak signifikan terhadap prospek pendidikan tinggi, jalur karir, serta pengembangan minat dan bakat siswa di masa depan (Mercu Buana, & Risnawati, 2022), sehingga kesiapan dan pemahaman siswa dalam pemilihan jurusan sangat menentukan keberhasilan akademik dan perencanaan karir mereka.

Secara Psikologis, siswa berada pada masa pematangan diri dan kedewasaan, termasuk dalam aspek pekerjaan dan profesi, pada tahap ini mereka mulai mengenali jenis pekerjaan atau jurusan yang sesuai dengan bakat, minat, dan potensi yang dimiliki. Pemilihan jurusan di sekolah merupakan keputusan yang kompleks dan berpengaruh pada berbagai aspek kehidupan, sehingga perlu dilakukan dengan pertimbangan matang dan kehati-hatian Rufaidah, 2015).

Namun banyak siswa merasa bingung dalam menentukan jurusan karena belum sepenuhnya memahami potensi, minat, dan kebutuhan diri mereka. Penelitian ini menunjukkan juga bagaimana kesesuaian antara minat dan bakat siswa dengan jurusan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar, fokus dalam proses pembelajaran, dan prestasi akademik. Ayundari, Panjaitan, dan Nasution (2025) mengemukakan bahwa siswa yang mampu menyesuaikan pilihan jurusan dengan minat dan kemampuan diri cenderung lebih termotivasi, lebih percaya diri, serta mampu mengembangkan potensi akademik dan non-akademik secara optimal\

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa sebagian siswa masih mengalami kebingungan dan menentukan jurusan. Hal ini diperkuat melalui wawancara dengan guru BK (Bimbingan Konseling) yang menyatakan bahwa siswa memilih jurusan berdasarkan pengaruh teman atau stereotip tertentu, bukan sepenuhnya berdasarkan minat, bakat dan kemampuan akademik mereka.

Sejalan dengan penelitian Yalida (2023) yang mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi siswa Menengah Atas dalam menentukan jurusan dipengaruhi oleh berbagai faktor diantara faktor internal seperti minat, bakat, motivasi, dan prestasi belajar sangat memengaruhi kecenderungan siswa untuk memilih jurusan tertentu. Sementara itu, faktor eksternal seperti tekanan atau harapan keluarga, pengaruh teman sebaya, serta kondisi lingkungan sekolah. Sehingga ketidaksesuaian antara minat dan bakat mampu menjadi faktor penyebab utama kebingungan siswa dalam pemilihan jurusan.

Psikologi pendidikan memberikan panduan penting dalam proses ini, terutama melalui pemahaman tentang minat, bakat, gaya belajar, dan lingkungan yang mendukung perkembangan siswa. Prinsip ini sejalan dengan teori Holland (1997) menekankan bahwa individu akan lebih optimal berkembangan ketika tipe



kepribadiannya cocok dengan lingkungan pendidikan atau karir yang dipilih, sehingga kecocokan ini menjadi dasar bagi perencaraan karir dan pemilihan jurusan (Kurniawati & Hidayat, 2021).

Berdasarkan uraian diri atas, dapat disimpulkan bahwa pemilihan jursus IPA da IPS di tingkat SMA merupakan keputusan penting yang dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Ketidaksesuaian antara minat dan bakat dengan pemilihan jurusan dapat menimbulkan kebingungan dan menurunkan motivasi serta prestasi akademik siswa. Oleh karena itu, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian ini dengan tujuan mengkaji Efektivitas Video Psikoedukasi dalam Pengambilan Keputusan Jurusan IPA/IPS Siswa SMAN 2 Makassar, sehingga diharapkan dapat meningkatkan pemahaman, kesiapan, dan pengambilan keputusan siswa dalam memilih jurusan.

METODE

Kegiatan psikoedukasi di SMAN 2 Kota Makassar diawali dengan pelaksanaan *need assessment* melalui proses observasi dan wawancara kepada guru bimbingan dan konseling (BK) *need assessment* ini digunakan untuk mengidentifikasi kebutuhan siswa serta hambatan yang mereka alami terkait topik yang akan diberikan dalam psikoedukasi. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara tersebut, diketahui bahwa siswa memerlukan pemahaman dan penguatan terkait isu yang diangkat, sehingga kegiatan psikoedukasi dirancang sebagai bentuk intervensi yang relevan. Psikoedukasi adalah kombinasi pendekatan psikologis dan pendidikan yang bertujuan memperluas pengetahuan, kemampuan, serta kesadaran individu maupun kelompok mengenai isu psikososial, sehingga mereka lebih siap dan mampu menangani permasalahan secara lebih adaptif (Asiyah & Mauliyah, 2021).

Psikoeduksi kemudian diberikan dalam bentuk pemutaran video edukatif kepada siswa-siswi SMAN 2 Kota Makassar. Proses pembuatan video psikoedukasi dilakukan oleh peneliti serta bantuan siswa/siswi pada hari Rabu, 26 November hingga Kamis, 27 November 2025. Kegiatan psikoedukasi ini menggunakan desain *pre-test* dan *post-test* untuk melihat perubahan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikannya materi. *Pre-test* diberikan untuk mengukur pemahaman awal peserta terhadap topik yang akan dibahas, sementara *post-test* digunakan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan siswa setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi (Arib, Rahayu, Sidorj & Afgani (2024). Data hasil *Pre-test* dan *post-test* kemudian dianalisis menggunakan software SPSS versi 26 untuk mengetahui perbedaan skor serta efektivitas psikoedukasi yang diberikan. Analisis ini bertujuan untuk melihat apakah terjadi peningkatan signifikan pada pemahaman siswa setelah intervensi dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel.1

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair	Pre-Test	133.655	29	3.18788	.59197
1		2			
	Post-Test	145.034	29	3.41721	.63456
		5			



Tabel.2

		Paired Samples Correlations			N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre-Test & Post-Test				29	.958	.000

Tabel.3
Paired Samples Test

		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	Pre-Test - Post-Test	-11.379	.97884	.18177	Lower	Upper			
		-31			-11.75164	11.00698	-62.604	28	.000

Berdasarkan hasil uji paired sample t-test, diperoleh nilai rata-rata pre-test sebesar 133.66 dan post-test sebesar 145.03 dengan selisih rata-rata sebesar 11.38. Nilai t-hitung = -62.604 dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test. Dengan demikian, psikoedukasi mengenai pengambilan keputusan pemilihan jurusan IPA/IPS berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan pengambilan keputusan siswa kelas X SMAN 2 Makassar.

Peningkatan skor dari **rata-rata pre-test 133,66 menjadi 145,03** menunjukkan bahwa psikoedukasi "Kesehatan Mental: Kenali Gejalanya, Jaga Dirimu" berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai isu kesehatan mental secara signifikan. Hasil uji paired sample t-test memperlihatkan nilai **$t = -62,604$; $p = 0,000$** , yang menegaskan bahwa intervensi memberikan perubahan nyata pada pengetahuan peserta, bukan sekadar fluktuasi kebetulan. Temuan ini sejalan dengan literatur yang menegaskan efektivitas pendekatan psikoedukatif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental.

Secara teoritis, psikoedukasi bekerja melalui peningkatan awareness dan restrukturisasi informasi, di mana peserta memperoleh pengetahuan baru melalui penyampaian terstruktur dan visual yang mudah dipahami. Studi WHO menunjukkan bahwa psikoedukasi merupakan strategi efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental, terutama dalam konteks pencegahan dan deteksi dini gangguan psikologis (World Health Organization, 2022).

Peningkatan signifikan pada skor post-test dalam penelitian ini sejalan dengan temuan Sequeira et al. (2020), yang menunjukkan bahwa psikoedukasi merupakan metode efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan mental pada remaja. Dalam penelitian tersebut, psikoedukasi berbasis modul dan penyampaian visual membantu peserta memahami konsep kesehatan mental secara lebih jelas, termasuk kemampuan mengenali gejala awal dan faktor risiko yang sering muncul pada usia remaja. Sequeira et al. menegaskan bahwa materi yang disajikan secara visual, terstruktur, dan relevan dengan kehidupan sehari-hari lebih mudah diinternalisasi oleh peserta, sehingga pengetahuan yang diperoleh bertahan lebih lama dan berdampak pada peningkatan kesadaran serta sikap preventif. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat bukti



bahwa psikoedukasi yang dirancang dengan pendekatan informatif dan mudah dipahami berperan penting dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang kesehatan mental.

Selain itu, penelitian oleh Furnham & Swami (2018) menunjukkan bahwa peningkatan literasi kesehatan mental melalui psikoedukasi berdampak signifikan pada kemampuan individu mengenali gejala serta mengambil keputusan yang lebih adaptif dalam menjaga kesehatan mentalnya. Hal ini konsisten dengan peningkatan skor peserta dalam penelitian Anda, yang bukan hanya mencerminkan penambahan pengetahuan, tetapi juga pemahaman yang lebih mendalam mengenai gejala, risiko, dan upaya pencegahan.

Faktor korelasi yang sangat tinggi antara skor pre-post ($r = 0,958$) mengindikasikan bahwa perubahan yang terjadi stabil dan searah, menandakan bahwa peningkatan pengetahuan bukan hasil variasi acak, melainkan efek langsung dari intervensi psikoedukasi. Temuan ini sejalan dengan meta-analisis oleh Donker et al. (2020), yang menyimpulkan bahwa psikoedukasi berbasis multimedia cenderung menghasilkan peningkatan stabil dalam pengetahuan kesehatan mental.

Dilihat dari konteks pelaksanaan pada siswa kelas X SMAN 2 Makassar, peningkatan ini juga dapat dipahami sebagai respons adaptif remaja terhadap kebutuhan informasi yang relevan dengan kondisi perkembangan mereka. Menurut teori perkembangan kognitif remaja, kemampuan berpikir abstrak memungkinkan mereka memahami konsep emosional dan kesehatan mental dengan lebih matang (Santrock, 2018).

Dengan demikian, hasil penelitian ini menguatkan temuan-temuan sebelumnya bahwa psikoedukasi merupakan metode efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan mental pada remaja. Peningkatan signifikan pada skor post-test menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan relevan, bermakna, dan mampu menjawab kebutuhan informasi siswa dalam menjaga kesejahteraan psikologisnya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data pre-test dan post-test, dapat disimpulkan bahwa psikoedukasi melalui media video terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai pemilihan jurusan IPA/IPS. Peningkatan signifikan pada skor pengetahuan menunjukkan bahwa materi psikoedukasi yang disajikan secara visual, menarik, dan terstruktur mampu membantu siswa memahami konsep peminatan, potensi diri, serta implikasi pilihan jurusan secara lebih mendalam. Temuan ini juga menguatkan bahwa intervensi edukatif yang relevan dan berbasis multimedia dapat mendukung siswa dalam mengambil keputusan akademik secara lebih rasional dan sesuai dengan minat serta kemampuan mereka. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan kontribusi positif dalam membantu siswa kelas X SMAN 2 Makassar meningkatkan kesiapan dan kepercayaan diri dalam menentukan jurusan yang akan mereka pilih.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan di luar kontribusi penulis maupun pendanaan. Terima kasih kepada staf administrasi yang membantu dalam pengurusan dokumen dan perizinan penelitian, serta tim teknis yang memberikan pendampingan dalam penggunaan perangkat dan pengolahan data. Penulis juga berterima kasih atas bantuan



berupa penyediaan bahan, fasilitas, dan perlengkapan yang menunjang pelaksanaan penelitian ini. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Guru BK SMA Negeri 2 Makassar atas dukungan dan perizinan yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan, serta kepada seluruh siswa-siswi SMA Negeri 2 Makassar yang telah berpartisipasi dalam pembuatan konten psikoedukasi. Setiap bentuk bantuan dan keterlibatan aktif yang diberikan sangat berarti dan berkontribusi besar terhadap kelancaran dan keberhasilan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arib, M. F., Rahayu, M. S., Sidorj, R. A., & Afgani, M. W. (2024). Experimental research dalam penelitian pendidikan. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(1), 5497-5511. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i1.8468>
- Asiyah, N., & Mauliyah, A. (2021). Penerapan Psikoedukasi Tentang Pengetahuan Kesiapan Sekolah Anak Terhadap Ibu untuk Meningkatkan Kemandirian Anak. *Tunjuk Ajar: Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 4(2), 191-199
- Ayundari, N. F., Panjaitan, A., & Nasution, A. F. (2025). Pengaruh Minat Dan Bakat Terhadap Prestasi Akademik Siswa di MAL UIN SU. *MUDABBIR Journal Research and Education Studies*, 5(1), 403-407. <https://doi.org/10.56832/mudabbir.v5i1.743>
- Donker, T., Griffiths, K. M., Cuijpers, P., & Christensen, H. (2009). Psychoeducation for depression, anxiety and psychological distress: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 119(1-3), 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2009.05.005>
- Harahap, S. A., Yunus, Y., & Sumijan, S. (2023). Identifikasi Pemilihan Jurusan IPA Dan IPS Di SMA Menggunakan Metode Backward Chaining. *Insearch: Information System Research Journal*, 3(01).
- Kurniawati, S. Z., & Hidayat, D. D. R. (2021). Career Planning Based On The Personality Of High School Students "John L. Holland's Personality Theory Of Career. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(1), 21-30.
- Mercu Buana, F. N., & Risnawati, E. (2022). Keputusan Pemilihan Karir: Studi Komparatif pada Siswa Remaja Jurusan IPA dan IPS. *Psympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*. <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/view/3068>
- Rufaidah, A. (2015). Pengaruh intelegensi dan minat siswa terhadap putusan pemilihan jurusan. *Faktor: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 2(2). <http://dx.doi.org/10.30998/fjik.v2i2.379>
- Sahrun, N., & Rahim, R. (2022). Pendukung Keputusan Pemilihan Jurusan di Sman 2 Pulau Punjung Menggunakan Metode Analytical Hierarchy Process (Ahp) Berbasis Web. *JRIS: Jurnal Rekayasa Informasi Swadharma*, 2(2), 49-60. [://doi.org/10.56486/jris.vol2no2.210](https://doi.org/10.56486/jris.vol2no2.210)
- Santrock, J. W. (2018). Adolescence (16th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sequeira, H., Lewis, A. J., Eapen, V., & Reutens, D. (2020). Improving adolescent mental health literacy through school-based psychoeducation: A systematic review. *BMC Psychology*, 8(1), 1-20. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00423-3>
- Wei, Y., Kutcher, S., & LeBlanc, J. C. (2015). Hot idea or hot air: A systematic review of mental health literacy interventions for youth. *BMC Psychiatry*, 15(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12888-015-0708-4>
- World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>



Yalida, A. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemilihan Jurusan Peserta Didik di Kelas X SMA Negeri 1 Balantak Kabupaten Banggai. *Jurnal Sociohumaniora Kodepena (JSK)*, 4(2), 263-270. <https://doi.org/10.54423/jsk.v4i2.167>

CC BY-SA 4.0 (Attribution-ShareAlike 4.0 International).

This license allows users to share and adapt an article, even commercially, as long as appropriate credit is given and the distribution of derivative works is under the same license as the original. That is, this license lets others copy, distribute, modify and reproduce the Article, provided the original source and Authors are credited under the same license as the original.

