

## PENGARUH REGULASI DIRI TERHADAP ASPIRASI KARIER PADA REMAJA

### EFFECT OF SELF REGULATION ON CAREER ASPIRATION IN ADOLESCENTS

**Rezky Graha Pratiwi<sup>1</sup>, Endah Retnowati<sup>1</sup>**

1. Psikologi, Program Pascasarjana, Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Colombo No. 1, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55281, Indonesia

E-mail : rezkygraha01.2017@student.uny.ac.id

No. Handphone: 081367126225

### ABSTRAK

Aspirasi karier adalah suatu pencapaian atau cita-cita yang mereka inginkan pada posisi tertentu. Teori Bandura digunakan untuk menghipotesiskan aspirasi karier yang dipengaruhi oleh regulasi diri pada siswa remaja. Diperkirakan bahwa siswa remaja yang memiliki regulasi diri yang tinggi akan meningkatkan aspirasi karier mereka. Jika siswa tidak memilih karier yang tepat, siswa tidak akan mengalami pengangguran. Untuk menguji ini, 118 siswa kelas 11 Indonesia dengan usia rata-rata 17,3 tahun berpartisipasi dalam penelitian ini. Penelitian ini merupakan penelitian populasi. Mereka menggunakan teori Bandura untuk skala regulasi diri yaitu observasi diri, penilaian proses, reaksi diri dan skala aspirasi karier menggunakan teori O'brien yaitu cita-cita, keinginan di bidang karier, ketetapan hasil). Hasilnya terbukti secara positif dan signifikan aspirasi karier dipengaruhi oleh regulasi diri. Kesimpulannya bahwa regulasi diri dapat memprediksi aspirasi karier.

Kata kunci: Regulasi diri, aspirasi karier, teori Bandura, remaja

### ABSTRACT

Career aspirations is achievement or ambition that they want in a certain position. Bandura's theory was used to hypothesize that the career aspirations are influenced by student's self-regulation. It was predicted that students who have high self-regulation will improve their career aspirations. If students do not choose the right career, students will not experience unemployment. To test these, 118 grade 11th Indonesian students with an average age of 17,3 years participated in the study. This research is a population research. They completed self regulation scale Bandura: self observation, assesment process, self reaction and career aspiration scale O'brien: ambition, desire in the career field, determination. The result of the study prove that self-regulation of career aspirations has a positive effect and significant. This means self-regulation predicts teen career aspirations.

Keywords : Self regulation; career aspiration; Bandura's theory; adolescent

Masa remaja merupakan peralihan individu dari anak-anak menuju ke dewasa biasanya dialami dengan rentang waktu yang menunjukkan perubahan seperti fisik, kognitif, dan sosial emosional dan moral (Papalia, Old, dan Feldman, 2009). Pada masa remaja, terjadi perubahan yang begitu cepat pada individu yang dimana mereka sudah mulai tertarik membicarakan tentang karier mereka dan pasangan masing-masing (Santrock, 2009).

Seperjalanan dengan perubahan remaja yang bermacam-macam dan pesat, remaja saat ini juga mendapatkan suatu permasalahan dalam kehidupan

seperti masalah karier. Masalah karier adalah salah satu masalah yang dialami oleh remaja sekarang, hal ini ditunjukkan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yusuf (2009) terdapat permasalahan karier yang dialami oleh para remaja dalam menentukan masa depannya. Hal tersebut selaras dengan pendapat Sawitri (2009) yang ternyata di Indonesia mengalami masalah karier siswa remaja terkait dengan keputusan karier seperti bingung dalam menentukan karier mereka selanjutnya. Hal seperti ini yang dapat memicu perhatian wali siswa dan guru dalam mencapai karier yang diinginkan remaja.

Berdasarkan (BPS-RI, 2015) pada tahun 2010 sebesar 4,16% sampai pada tahun 2015 meningkat sebesar 6,21%. Selanjutnya dikatakan bahwa statistik tahun 2015 menunjukkan bahwa angka pengangguran di Indonesia pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) meningkat. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengangguran yang terjadi pada siswa remaja tidak menuntut kemungkinan pada rendahnya aspirasi karier siswa remaja yang mengakibatkan pengangguran setelah siswa lulus sekolah. Selanjutnya menurut Khotimah (2018) tingkat pendidikan sangat berpengaruh secara positif terhadap tingkat pengangguran di Kota Yogyakarta pada tahun 2009 sampai 2015. Ketika individu belum mendapatkan kariernya maka individu tersebut memiliki aspirasi karier yang rendah yang berada pada masa remaja (Yusuf, 2009).

Disimpulkan oleh Crain (2014), penyebab utama dari adanya pengangguran adalah bahwa remaja adalah masa pencarian identitas (Crain, 2014). Crain menegaskan bahwa seharusnya seseorang remaja sudah mampu menentukan kariernya. Selanjutnya Santrock (2009) menyatakan bahwa jika pada masa remaja, seseorang belum bisa menentukan identitas dirinya yaitu berkaitan dengan aspirasi kariernya, maka individu tersebut akan mengalami hambatan dalam kariernya (Crain, 2014) yang berujung pada masalah pengangguran.

Aspirasi karier menurut Holland (1997) yaitu individu-individu yang siap membuat keputusan karier sesuai dengan minat, tujuan, dan skill individu. Lebih lanjut dikatakan bahwa aspirasi karier suatu keinginan atau ambisi untuk mendapatkan pekerjaan di bidang pekerjaan yang diminati. Selanjutnya dikatakan Santrock (2009) aspirasi karier merupakan individu-individu yang sudah siap ketika ingin menentukan kariernya, yang mana remaja akan dihadapkan pada penentuan siapa mereka, keadaan mereka, dan kemana arah hidup mereka.

Aspirasi karier termasuk dalam teori perkembangan karier yang dikembangkan oleh Super, Savickas, dan Super (1996) aspirasi berada pada tahap eksplorasi, bahwa pada tahap ini usia sangat memengaruhi individu dalam perkembangan karier yang disebut dengan pelangi karier dan tahapannya antara lain perkembangan, eksplorasi, penetapan, pemeliharaan dan penurunan. Selanjutnya dikatakan lagi, pada tahap eksplorasi aspirasi termasuk dalam usia 15 tahun yang dicirikan dengan pemantapan karier, dari keinginan karier sampai keputusan akhir tentang karier pilihan.

Menurut penelitian yang dilakukan Lattuca, Terenzini, Harper, dan Yin (2009) bahwa individu yang memiliki aspirasi karier yang tinggi adalah disebabkan oleh kemampuan atau keterampilan individu itu sendiri. Menurut Hargett (2011) ada beberapa faktor yang memengaruhi aspirasi karier individu remaja antara lain bimbingan akademis yang

berkualitas, kepuasan individu, serta kesuksesan akademik ketika masih menjadi peserta didik di SMA atau SMK. Hal ini dapat dilakukan para siswa pada saat mereka menjalankan proses belajar agar terciptanya akademik yang baik supaya menghasilkan hasil yang baik pula. Holland (1997) membagi enam minat dalam aspirasi karier yang disingkat RIASEC yaitu, Realistik (R), Investigatif (I), Artistik (A), Sosial (S), *Enterprising* (E), dan *Conventional* (C). Ke-enam minat tersebut merupakan kesesuaian kepribadian individu dengan lingkungan pekerjaan yang dipilihnya. Setiap individu mempunyai kepribadian yang berbeda-beda. Individu akan memilih pekerjaan sesuai dengan kemampuan dan keterampilan yang mereka miliki.

Aspirasi karier memberikan informasi tentang kepentingan dan harapan individu, tidak terkekang oleh kenyataan menurut (Kim, O'Brien dan Kim, 2015). Lanjut dikatakan, aspirasi karier merupakan suatu pencapaian atau cita-cita yang mereka inginkan pada posisi tertentu. Hasil penelitian yang dilakukan (Elisa dan Shinta, 2014) menunjukkan bahwa regulasi diri adalah faktor yang paling berperan dalam pemilihan aspirasi karier. Hal ini serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan (Istriyanti & Simarmata, 2014) bahwa remaja memerlukan cara yang tepat untuk dapat melakukan aspirasi karier dengan memiliki regulasi diri yang baik.

Alwisol (2009) menyatakan regulasi diri adalah suatu kemampuan yang dimiliki manusia berupa kemampuan untuk berpikir dan dengan kemampuan itu individu dapat memanipulasi lingkungan, sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat kegiatan tersebut. Selain itu, menurut Zimmerman dan Clark (2014) regulasi diri merupakan kemampuan yang dimiliki manusia berupa kemampuan untuk berpikir dan kemampuan yang dapat memanipulasi lingkungan, sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat kegiatan tersebut. Dikatakan lagi bahwa regulasi diri ini merupakan faktor internal dalam individu. Regulasi diri adalah cara individu mengontrol dan mengarahkan tindakan sendiri. Selanjutnya dikatakan, individu memiliki banyak informasi tentang dirinya sendiri, termasuk karakteristik dan keinginan serta konsep masa depan individu sendiri. Individu merumuskan tujuan dan mengejarnya, menggunakan keahlian sosial dan regulasi diri.

Menurut Baumister dan Heartherhon (1996) ada tahapan dalam regulasi diri yang meliputi standar, monitoring dan tahapan tindakan atau operasi yang artinya tahapan standar ini mencakup hal-hal yang ideal atau cita-cita individu, maupun pencapaian tujuan. Selanjutnya tahap monitoring suatu tahap pengetesan, dimana terjadi perbandingan antara keadaan diri yang sesungguhnya dan standar yang ada. Lanjut dikatakan tahapan terakhir yaitu tahap tindakan atau operasi merupakan lanjutan dari tahapan monitoring. Jika individu dalam tahap pengetesan menyadari bahwa kondisi yang dimiliki lebih rendah daripada nilai

standar, maka individu tersebut akan melakukan proses perubahan. Dengan adanya suatu standar yang jelas dan konsisten, maka pengembangan regulasi diri individu tersebut akan terarah jelas.

Menurut Bandura (1991), akan terjadi strategi reaktif dan proaktif dalam regulasi diri. Strategi reaktif dipakai untuk mencapai tujuan, namun ketika tujuan tersebut hampir tercapai, strategi proaktif menentukan tujuan baru yang lebih tinggi. Seseorang akan memotivasi dan membimbing tingkah lakunya sendiri melalui strategi proaktif, menciptakan ketidakseimbangan agar dapat memobilisasi kemampuan dan usahanya berdasarkan antisipasi apa saja yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan. Selanjutnya, Schunk (2008) juga mengatakan bahwa bahwa regulasi diri bermakna memiliki maksud dan tujuan, melakukan tindakan-tindakan yang diarahkan pada tujuan dan memantau. Strategi- strategi dan tindakan-tindakan yang diarahkan pada tujuan, dan memastikan tercapainya keberhasilan. Hal ini menunjukkan masih ada siswa yang belum mempertimbangkan keadaan dirinya yang sesungguhnya dalam merencanakan pilihan kariernya.

Hal ini sangat penting bagi siswa untuk berusaha mengambil langkah-langkah yang tepat untuk memilih karier bagi masa depannya, dengan memahami berbagai faktor yang ada pada dirinya, seperti gambaran yang baik tentang dirinya, kelebihan serta kekurangan yang ada pada dirinya, dan juga peluang yang disediakan di lingkungannya. Berdasarkan penjelasan di atas, maka diduga variabel-variabel psikologis seperti regulasi diri sangat berhubungan positif dengan aspirasi karier remaja. Oleh sebab itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan dari kedua variabel tersebut yaitu, regulasi diri yang berhubungan positif dengan aspirasi karier. Penelitian ini bertujuan untuk menguji seberapa signifikan regulasi diri sebagai prediktor aspirasi karier.

## 1. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *ex-post facto*. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan penyebab yang memungkinkan perubahan perilaku yang disebabkan oleh suatu peristiwa. Penelitian ini melibatkan remaja kelas XI kategori usia 17,3 tahun ( $SD = 0,87$ ). Penelitian ini merupakan penelitian populasi yang berjumlah 118 siswa di sebuah SMK Negeri Pringapus, Semarang, Indonesia. SMK Negeri Pringapus, Semarang, Indonesia berdiri pada tanggal 16 Mei 2008 yang diresmikan oleh wakil bupati Semarang. Sebelum memiliki gedung baru, pembelajaran siswa-siswi SMK Negeri Pringapus menumpang di SMP Negeri Pringapus yang berjarak 3 Km dari lokasi SMK Negeri Pringapus. Letak sekolah ini berada di sebelah timur lapangan sepak bola Desa Jatirunggo, Kecamatan Pringapus, Semarang. Terdapat 3 jurusan yang ada pada

sekolah ini yaitu, multimedia, tata busana dan teknik sepeda motor. Kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan di SMK Negeri Pringapus seperti Osis, Pramuka, Pasibra, Bakset, Futsal, Voli, Rohis dan juga Palang Merah Remaja.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dengan dua macam instrumen yaitu berupa skala regulasi diri yang mengacu pada teori Bandura (1997) yaitu: 1) observasi diri, 2) proses penilaian, 3) reaksi diri, yang terdiri dari 24 aitem. Sedangkan skala aspirasi karier mengacu pada teori O'Brien (1996) yaitu: 1) cita-cita, 2) keinginan dalam bidang karier, 3) ketetapan hati, yang terdiri dari 39 aitem.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada skala *likert* yang terdiri dari empat kategori jawaban yaitu dengan pilihan jawaban sangat sesuai (SS) dengan nilai 4, sesuai (S) dengan nilai 3, tidak sesuai (TS) dengan nilai 2, sangat tidak sesuai (STS) dengan nilai 1, sedangkan kategori *unfavorable* adalah sebaliknya. Skala regulasi diri terdiri atas 15 aitem *favorable* dan 9 aitem *unfavorable* sementara skala aspirasi karier terdiri atas 23 aitem *favorable* dan 16 aitem *unfavorable*. Reliabilitas instrumen regulasi diri cukup tinggi ( $\alpha \text{ cronbach} = 0,820$ ), dan juga reliabilitas instrumen aspirasi karier ( $\alpha \text{ cronbach} = 0,889$ ). Hal ini menunjukkan bahwa reliabilitas mendekati 1 yang berarti arah hubungan yang tinggi karena di atas 0,5.

Prosedur pengisian skala dalam penelitian ini dilakukan di dalam kelas masing-masing pada jam kosong pelajaran dengan kondisi yang sunyi dan tenang. Masing-masing siswa mengisi identitas yang ada pada lembar skala terlebih dahulu lalu siswa membaca petunjuk dan mulai mencontreng skala penelitian. Pengisian skala dilakukan secara bersama-sama dalam waktu yang ada agar siswa lebih fokus dalam menjawab skala.

## 2. Hasil Dan Pembahasan

Data penelitian yang didapatkan merupakan hasil dari pengisian angket regulasi diri dan aspirasi karir pada tabel. 1 sebagai berikut:

**Tabel. 1 Deskriptif Statistik**

|     | N   | Min | Maks | Mean   | St.dev |
|-----|-----|-----|------|--------|--------|
| R.D | 118 | 24  | 96   | 101,23 | 6,54   |
| A.K | 118 | 39  | 156  | 115,34 | 8,45   |

Berdasarkan angket di atas terdapat 118 responden yang menjawab pernyataan dari masing-masing variabel regulasi diri dan aspirasi karier dengan memperoleh nilai minimum, maksimum, mean dan *standard of deviation* dapat dilihat pada tabel 1.

Pengujian hipotesis penelitian, yaitu pengaruh regulasi diri terhadap aspirasi karier remaja menggunakan uji asumsi terdiri atas uji normalitas dengan teknik kolmogorov Smirnov. Berikut ini adalah hasil uji normalitas pada tabel 2.

**Tabel 2. Hasil Uji Normalitas**

| No | Variabel        | Nilai P | Keterangan |
|----|-----------------|---------|------------|
| 1. | Regulasi Diri   | 0,200   | Normal     |
| 2. | Aspirasi Karier | 0,200   | Normal     |

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikan untuk skala regulasi diri ( $p = 0,200$ ) dan hasil nilai signifikan skala aspirasi karier ( $p = 0,200$ ). Maka hasil uji normalitas menunjukkan bahwa variabel regulasi diri dan aspirasi karier memiliki taraf signifikansi yang normal yaitu  $p > 0,05$  (nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, yaitu  $0,200 > 0,05$  dan  $0,200 > 0,05$ ). Sehingga kedua variabel berdistribusi normal karena nilai signifikan setiap variabel  $> 0,05$ .

Perhitungan dilakukan dengan menggunakan bantuan program *SPSS For Windows* versi 22.00. Pada penelitian ini, N sebanyak 118 siswa, sehingga diperoleh pengaruh yang positif, hal ini ditunjukkan dari nilai koefisien beta yaitu 0,769 dengan membandingkan nilai signifikansi 0,000 dan taraf kesalahan 5% atau ( $p < 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa regulasi diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap aspirasi karier. Lebih lanjut diartikan bahwa regulasi diri dapat memprediksi aspirasi karier. Hasil penelitian ini juga mendapatkan hasil yang sama seperti yang dilakukan oleh Nurjanah, Dahlan dan Utaminingsih (2017) bahwa ada hubungan positif antara regulasi diri dan aspirasi karier. Sama hal nya dengan penelitian yang dilakukan oleh Naibaho, Yumansyah dan Utaminingsih (2018) bahwa individu ketika dalam proses belajar yang baik akan sangat membantu siswa dalam menyusun segala bentuk perencanaan. Apabila regulasi diri tinggi maka aspirasi karier pun akan meningkat.

Berdasarkan hasil penghitungan variabel regulasi diri dan aspirasi karier diperoleh *constant value* sebesar 8,799 dan nilai *predictors of regression* sebesar 0,769 dengan persamaan regresi linier yakni  $Y = 8,799 + (0,769)X$ . Artinya persamaan regresi diperkirakan bahwa regulasi diri pada subjek dalam penelitian ini, maka nilai pada variabel aspirasi karier akan meningkat yaitu 79,36. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Shinta dan Elisa (2014) menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara regulasi diri dengan aspirasi karier siswa. Selanjutnya didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh oleh (Nurjanah, Dahlan dan Utaminingsih, 2017) bahwa semakin tinggi dan baik regulasi diri seseorang maka semakin baik pula aspirasi karier yang dimiliki, dengan adanya regulasi diri yang baik dengan memperhatikan strategi-strategi yang dilakukan dan persiapan yang

matang sehingga aspirasi karier dapat terpenuhi. Pembelajaran dalam regulasi diri dapat diatur sendiri dengan cara aktif yang dapat membangun dan kemajuan dalam tujuan belajar (Jones, 2017).

Pemilihan karier yang diperlukan yaitu persiapan perencanaan yang matang, daripada sekedar mendapatkan sesuatu yang sifatnya sementara. Menurut Bandura (1991), akan terjadi strategi reaktif dan proaktif dalam regulasi diri. Regulasi diri itu sendiri menurut Zimmerman (2008) adalah seseorang yang memiliki regulasi yang baik, pikiran dan perilakunya pada kendali dirinya, bukan pada orang lain atau lingkungan yang melibatkan usaha aktif. Pengaturan diri pada dasarnya batin yang mengarahkan aktivitas diri dalam mengendalikan perhatian dan perilaku (Fox dan Riconscente, 2008). Menurut Matric (2018) belajar mengatur diri sendiri membantu peserta didik mencapai tujuan akademik yang lebih tinggi karena memberikan kontrol atas pembelajarannya agar terciptanya aspirasi karier mereka.

Regulasi diri terbagi atas lima aspek menurut Pintrich, R. R., dan DeGroot, E. V. (1990) yaitu aspek pertama, keyakinan diri seseorang pada kemampuannya untuk bisa berhasil dalam bidang tertentu. Kedua yaitu nilai intrinsik pada sebuah minat yang ada pada diri individu itu sendiri, selanjutnya ketiga kecemasan tes saat menghadapi tes atau ujian. Keempat, penggunaan strategi pembelajaran yaitu seseorang yang menggunakan pendekatan agar lebih aktif saat belajar, dan kelima yaitu pengaturan diri dalam belajar untuk mencapai tujuan dan beberapa strategi untuk mengoreksi kesalahannya dalam mengarahkan kembali dirinya ketika perencanaan yang dibuatnya tidak berjalan.

**Tabel 3. Koefisien Determinasi Penelitian**

| Model | R Square |
|-------|----------|
| 1     | ,591     |

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh hasil koefisien determinasi yang ditunjukkan kontribusi *R square* sebesar 0,591 atau 59,1%, terhadap aspirasi karier dan 40,9% dipengaruhi faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Adapun faktor-faktor lain yang berhubungan dengan aspirasi karier namun tidak diteliti pada penelitian ini yang memiliki sumbangan efektif sebesar 40,9%, faktor yang tidak diteliti meliputi konsep diri, efikasi diri, *locus of control* (Direito, Connolly, Simon and Trevethan, 2017).

Berdasarkan hasil pengujian di atas, kesimpulan yang didapat bahwa regulasi diri berpengaruh positif terhadap aspirasi karier remaja SMK Negeri Pringapus Semarang, artinya regulasi diri dapat memprediksi aspirasi karier. Regulasi diri dapat meningkatkan aspirasi karier remaja karena remaja yang memiliki

aspirasi karier yang rendah mengakibatkan regulasi diri yang rendah pula.

### 3. Simpulan

Berdasarkan dari data yang telah diperoleh bahwa hasil analisis yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan antara regulasi diri siswa remaja SMK Negeri Pringapus Semarang berada pada kategori yang tinggi, bahwa terdapat pengaruh regulasi diri terhadap aspirasi karier secara positif dengan nilai *R square* sebesar 0,591 atau 59,1% terhadap aspirasi karier dan 40,9% dipengaruhi faktor lain yang tidak diteliti. Hal ini menunjukkan bahwa variabel regulasi diri memengaruhi aspirasi remaja SMK Negeri Pringapus, Semarang

### Daftar Pustaka

- Alwisol. (2009). Psikologi Kepribadian (Rev. ed). Malang: UMM Press.
- Badan Pusat Statistik. 2015. Keadaan Ketenagakerjaan Indonesia 2015.
- Bandura, A. (1991). *Social cognitive theory of self regulation. Organizational Behavior and Human Decision Processes*, Vol. 50, 248-287
- Baumister, R. F., & Heartherton, T. F. (1996). *Self regulation failure: An Overview. Psychological Inquiry*, Vol. 7(1), 1-15.
- Crain, W. (2014). Teori Perkembangan Konsep dan Aplikasi (3<sup>rd</sup> ed). Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Direito, I., Connolly, J., Simon, S., dan Trevethan, J. (2017). *Gender Differences In Science Interest, Self-Concept, And Career Aspirations. Proceedings of UCL Institute of Education, London, United Kingdom*.
- Elisa & Shinta, A. (2014). Hubungan antara Pengaturan Diri dan Aspirasi Karir pada Siswa Kelas 1 SD. *Jurnal Psikologi*. Vol. 10. ISSN. 1858-3970.
- Fox, E., & Riconscente, M. (2008). *Metacognition and Self-Regulation in James, Piaget, and Vygotsky*, 373-389. <https://doi.org/10.1007/s10648-008-9079-2>.
- Hargett, J. M. (2011). *Person-environment congruence and academic achievement of college students: An application of holland's theory* (Unpublished doctoral dissertation). Educational Psychology and Research, The University of Memphis.
- Holland, J. L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments* (3<sup>rd</sup> ed.). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Istriyanti, N. L. A., Simarmata, N. (2014). Hubungan Antara Regulasi Diri dan Perencanaan Karir pada Remaja putri Bali. *Jurnal Psikologi*. Vol.1, 301-310. ISSN. 2354-5607.
- Jones, J. A. 2017. Scaffolding Self-Regulated Learning Through Student Generated Quizes. *Active Learning in Higher Education*, 1-12. <https://doi.org/10.1177/1469787417735610>.
- Khotimah, H. (2015). Pengaruh Tingkat Pendidikan, Pertumbuhan Ekonomi, Angkatan Kerja, Dan Upah Minimum Terhadap Tingkat Pengangguran Di Diy Tahun 2009-2015. 599-609.
- Kim, Y. H., Brien, K. M. O., & Kim, H. (2015). Measuring Career Aspirations Across Cultures: Using the Career Aspiration Scale with Young Korean Women. <https://doi.org/10.1177/1069072715599538>.
- Lattuca, L. R., Terenzini, P. T., Harper, B. J., & Yin, A. C. (2010). Academic environments in detail: Holland's theory at the subdiscipline level. *Research in Higher Education*, 51(1), 21-39.
- Matric, M. (2018). *Self-Regulatory Systems: Self-Regulation And Learning*, 6(4). <https://doi.org/10.5937/jouproman6-19338>.
- Naibaho, Yusmansyah & Utaminingsih, D., 2018. Hubungan Antara Regulasi Diri dalam Belajar dengan Rencana Pemilihan Karier.
- Nurjanah, A. A., Dahlan, S., & Utaminingsih, D. (2017). Hubungan Regulasi Diri Dengan Perencanaan Karir Siswa The Relationship Self Regulation With The Carier Plan, (1), 132-144.
- O'Brien, K. M. (1996). *The influence of psychological separation and parental attachment on the career development of adolescent women. Journal of Vocational Behavior*, Vol.48, 257-274. doi:10.1006/jvbe.1996.0024.
- Papalia, D.E., Olds, S.W., Feldman, R.D. (2009). *Human Development* (Psikologi Perkembangan) (9<sup>rd</sup> ed). Jakarta: Salemba Humanika.
- Pintrich, P. R., & DeGroot, E. (1990, April). Quantitative and qualitative perspectives on student motivational beliefs and self-regulated learning. In *Annual Meeting of the American Educational Research Association, Boston, MA* (Vol. 128)
- Santrock, J. W. (2009). *Adolescence Perkembangan Remaja* (3<sup>rd</sup> ed). Jakarta: Salemba Humanika.
- Sawitri, D. R (2009). Pengaruh Status Identitas dan Efikasi Diri Keputusan Karir terhadap Keraguan Mengambil Keputusan Karir pada Mahasiswa

- Tahun Pertama Di Universitas Diponegoro.  
*Jurnal Psikologi Undip*. Volume 5, Nomor 2.
- Schunk, D. H. (2008). *Attributions as motivators of self-regulated learning*. In D. H. Schunk & B. J. Zimmerman (Eds.), *Motivation and self-regulated learning* (245–266). New York: Erlbaum.
- Super, D. E., Savickas, M. L., & Super, C. M. (1996). *The life-span, life-space approach to careers*. In D. Brown & L. Brooks (Eds.), *Career, choice and development* (3rd Ed.). San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Yusuf, S. 2009. *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rizqi Press
- Zimmerman, B. J. (2008) *Investigating self regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future respects*. *American Educational Research Journal*, Vol. 45(1), 166-183. doi. 10.3102/0002831207312909.
- Zimmerman, B. J., & Clark, Noreem. M. (2014). A Social Cognitive View of Self-Regulated Learning About Health. <https://doi.org/10.1177/109018114547512>.