

PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR DITINJAU DARI DETERMINASI DIRI PADA SISWA SMK Y DI SEMARANG

Sri Andriani¹, I Rheny Arum Permitasari²

Fakultas Psikologi, Universitas AKI

521200050@student.unaki.ac.id

Abstract

Career decision-making can be defined as the process in which an individual explores career alternatives, compares them, and makes a choice. It is an action of deciding or selecting one career option from various available alternatives. Self-determination refers to an individual's behavior and ability to identify and achieve goals based on their knowledge and self-assessment to act in their life, aiming to maintain or improve the quality of their life. The hypothesis of this study is that there is a positive relationship between self-determination and career decision-making among students of SMK Y. A Spearman's rho non-parametric correlation statistical analysis of the self-determination scale scores and career decision-making scale scores from 151 respondents shows a coefficient of 0.638 with a significance level of 0.000. This proves that there is a significant positive relationship between self-determination and career decision-making among the students of SMK Y.

Keywords: *Self-Determination, Career Decision-Making.*

Abstrak

Pengambilan keputusan karir dapat diartikan sebagai proses yang dilakukan individu untuk mencari alternatif-alternatif karir, membandingkannya serta menetapkan pilihan, dan merupakan suatu tindakan untuk dapat memutuskan atau menjatuhkan pilihan pada satu pilihan karir dari berbagai macam pilihan karir yang ada. Determinasi diri adalah perilaku dan kemampuan diri dalam mengidentifikasi dan mencapai tujuan berdasarkan pengetahuan dan penilaian individu terhadap diri sendiri untuk bertindak dalam kehidupannya yang bertujuan untuk mempertahankan atau meningkatkan kualitas kehidupannya. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara determinasi diri dengan pengambilan keputusan karir siswa SMK Y. Melalui analisis statistik non-parametrik korelasi *Spearman-rho* terhadap hasil skor skala determinasi diri dan skor skala pengambilan keputusan karir yang melibatkan sebanyak 151 orang responden menunjukkan adanya hasil koefisien sebesar 0,638 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000. Hal ini membuktikan bahwa memang terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel determinasi diri dengan pengambilan keputusan karir pada siswa SMK Y.

Kata kunci: Determinasi Diri, Pengambilan Keputusan Karir

PENDAHULUAN

Salah satu upaya yang dilakukan oleh Pemerintah untuk menyiapkan tenaga kerja yang professional adalah melalui Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). SMK merupakan salah satu bentuk satuan pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan kejuruan pada jenjang pendidikan menengah (Undang-undang Sisdiknas Nomor 20 Tahun 2003). Tujuan khusus pendidikan menengah kejuruan adalah sebagai berikut: menyiapkan peserta didik agar menjadi manusia produktif, mampu bekerja mandiri, mengisi lowongan pekerjaan yang ada sebagai tenaga kerja tingkat menengah sesuai dengan kompetensi dalam program keahlian yang dipilihnya; menyiapkan peserta didik agar mampu memilih karir, ulet dan gigih dalam berkompentensi, beradaptasi di lingkungan kerja dan mengembangkan sikap profesional dalam bidang keahlian yang diminatinya; membekali peserta didik dengan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni agar mampu mengembangkan diri di kemudian hari baik secara mandiri maupun melalui jenjang pendidikan yang lebih tinggi; dan membekali peserta didik dengan kompetensi-kompetensi yang sesuai dengan program keahlian yang dipilih.

Dengan memilih SMK, berarti siswa juga sudah harus memilih profesi apa yang akan ditempuh di masa yang akan datang. Proses memilih profesi masa depan terbentang selama jangka waktu yang panjang dan mencakup berbagai pilihan kecil yang akhirnya melalui jalur profesional tertentu. Banyak dari pilihan ini dapat disebut pendidikan, karena termasuk keputusan tentang sekolah, perguruan tinggi, jurusan atau jalur pendidikan lain yang membuka berbagai alternatif profesional dan keputusan. Seperti yang disampaikan oleh Super (dalam Setiawati, 2021) tentang teori pengembangan karir, pilihan pendidikan mewakili siklus mini pengembangan karir dan membutuhkan keputusan yang nantinya mempengaruhi siklus berikutnya dan pilihan keputusan akhir.

Crites (dalam Saifuddin, 2018) menjelaskan kematangan karier merupakan keselarasan antara perilaku dan sikap karier nyata dengan perilaku dan sikap karier yang diharapkan pada rentang usia tertentu di tiap-tiap fase perkembangan. Salah satu fase perkembangan yang menjadi tolak ukur kematangan karier adalah fase remaja akhir. Remaja akhir berada pada rentang usia 18 hingga 21 tahun (Monks, et

al., dalam Dharmasatya & Wilani, 2020). Di Indonesia, individu dengan rentang usia 18 hingga 21 berada pada jenjang sekolah menengah atas kelas XII dan bangku perkuliahan. Dalam rentang remaja akhir tersebut diharapkan individu sudah menentukan pilihan jurusan studi lanjut dan karier dengan melakukan eksplorasi dan mempersiapkan pilihan karier guna mencapai kematangan karier (Saifuddin, 2018).

Namun demikian, tidak semua siswa dengan rentang remaja akhir tersebut dapat dengan mudah menentukan karir apa yang ingin mereka jalani saat sudah harus memasuki masa sekolah tingkat menengah atas. Berbagai faktor dapat berpotensi menghambat pengambilan keputusan karir seorang siswa, bahkan tak jarang dapat menghadirkan kecemasan dan kebimbangan bagi para individu remaja itu (Menon, 2023). Penelitian lain menyatakan bahwa 85% dari jenis pekerjaan yang akan muncul di tahun 2030 belum ditemukan di masa sekarang. Seorang remaja yang mengikuti pelatihan teknik mesin saat ini mungkin tidak akan memiliki kompetensi yang dibutuhkan oleh industri setelah lulus empat tahun yang akan datang. Selain itu, dapat ditemukan adanya kebimbangan dan keraguan untuk menemukan minat yang akan menjadi dasar karir individu. Ketidakpastian tentang apakah mimpi karir pribadi dinilai cukup realitis untuk dicapai atau justru hanya fatamorgana. Begitu berkembangnya sosial media juga menambah kebingungan mengingat karir yang tidak umum seperti “*Youtuber*” atau *influencer* Instagram kini telah menjadi sumber pendapatan bagi sebagian orang. Dan adanya *stereotype* tentang bekerja rutin sebagai pegawai kantoran 9-5 sudah tidak menjadi ideal lagi bagi remaja masa kini (Menon, 2023).

Berdasarkan riset pendahuluan, permasalahan penentuan karir siswa juga terjadi pada siswa SMK Y di Semarang. Menurut keterangan guru BK, ditemukan bahwa masih sangat banyak siswa SMK yang masih bingung dengan pilihan karir mereka di saat awal mereka mulai masuk sekolah. Hal tersebut banyak dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah kurangnya pemahaman siswa tentang bakat dan minat yang ada dalam dirinya sehingga terlihat siswa ragu dalam memutuskan tujuannya atau cita-citanya. Selain itu, terbatasnya pengetahuan siswa tentang alternatif jurusan yang menjadi pilihan karirnya, mereka terlihat enggan untuk mencari informasi lebih jauh tentang seluk beluk karir jurusan dan memilih untuk ikut pilihan teman atau sesuai apa yang diperintah keluarga. Jika

permasalahan tersebut terus berlanjut maka akan berpotensi menimbulkan masalah baru yaitu banyak siswa yang memilih jurusan karir tidak sesuai dengan minatnya.

Menurut Mubarik, et al (2014), dalam menentukan pilihan karirnya, individu turut dipengaruhi faktor yang berasal dari dalam individu sendiri ataupun faktor yang berasal dari luar. Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu. Faktor internal ini seperti jenis kelamin, kepribadian, bakat minat, dan lainnya. Sedangkan faktor eksternal berasal dari luar diri individu. Faktor eksternal dapat berupa pengaruh lingkungan seperti dukungan orang tua, teman sebaya, informasi karir yang lengkap dari sekolah dan sebagainya. Salah satu faktor internal yang mempengaruhi dalam pengambilan keputusan karir yaitu determinasi diri (Pratama & Primanita, 2023; Ayu, 2023; Faturrahmi, 2020; Utari 2019; Munfarinda, 2017; Dharmasatya & Wilani, 2020).

Palmer & Wahmeyer (2003) menggambarkan determinasi diri sebagai perilaku individu untuk bertindak dalam kehidupannya yang bertujuan untuk mempertahankan atau meningkatkan kualitas kehidupannya. Sementara Mamahit & Situmorang (2016) menyatakan bahwa self determination atau determinasi diri adalah kemampuan diri dalam mengidentifikasi dan mencapai tujuan berdasarkan pengetahuan dan penilaian individu terhadap diri sendiri. Menurut Deci dan Ryan (2000) determinasi diri adalah konsep berbasis empiris mengenai kesejahteraan perilaku dan perkembangan kepribadian manusia melalui pemenuhan kebutuhan dasar psikologis, yaitu otonomi, kompetensi, dan keterkaitan, yang secara khusus memperhatikan faktor-faktor sosial-kontekstual sebagai pendukung atau penghambat proses pemenuhan tersebut. Mereka juga mengartikan bahwa determinasi diri sebagai kemampuan seseorang dalam memilih dan memiliki beberapa pilihan untuk menentukan suatu keputusan.

Seorang siswa yang memiliki determinasi diri tinggi dinilai mampu mengarahkan dirinya untuk mencapai tujuan hidup yang didorong atas terpenuhinya kebutuhan aspek autonomy yang dicirikan dengan siswa sudah mampu mengambil keputusan, mampu bertanggung jawab, dan mengendalikan diri. Sedangkan pada aspek kompetensi, ditandai kemampuan siswa menentukan tujuan untuk memiliki keahlian tertentu, berusaha dan optimis dalam melakukan sesuatu dan memiliki motivasi untuk mencapai prestasi. Sementara, pada aspek

relasi ditandai dengan kemampuan dalam menjalin hubungan, mampu bekerja sama dengan orang lain dan memiliki dukungan dari orang lain (Dharmasatya & Wilani, 2017).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti menemukan adanya kepentingan untuk melakukan investigasi terhadap keterhubungan antarkedua variabel penelitian ini, yaitu determinasi diri dan pengambilan keputusan karir siswa SMK Y Semarang. Adanya pengaruh tingkat determinasi diri siswa terhadap aspek kehidupan belajar di sekolah, termasuk mempengaruhi kemampuan pengambilan keputusan karir dapat mempertegas diadakannya studi empiris. Selain itu, variabel determinasi diri dan pengambilan keputusan karir merupakan aspek yang masih potensial untuk dapat dikembangkan, diperbaiki, dan ditingkatkan melalui upaya banyak pihak, seperti sekolah, staf pengajar, orang tua, lingkungan, serta siswa itu sendiri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat kuantitatif korelasional. Skala pengambilan keputusan karir dibuat berdasarkan aspek proses eksplorasi, kristalisasi, pemilihan, dan klarifikasi. Skala terdiri dari 32 butir (item). Skala berikutnya adalah skala determinasi diri yang disusun peneliti dengan berdasar pada elemen *competence* (kompetensi), *autonomy* (otonomi), dan *relatedness* (keterhubungan dengan orang lain). Skala terdiri dari 24 butir (item). Sampel yang digunakan adalah siswa SMK Y yang berjumlah total 151 orang. Teknik pengambilan sampel diambil dengan menggunakan teknik sampling jenuh

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Uji daya diskriminasi terhadap item-item dalam skala pengambilan keputusan karir menunjukkan hasil koefisien korelasi dengan kisaran antara 0,316 sampai 0,621 yang berarti juga menunjukkan tercapainya hasil koefisien korelasi $r_{xy} > 0,30$. Koefisien korelasi item-item skala pengambilan keputusan karir tersebut dapat dicapai dengan melakukan melibatkan 21 item dari sebelumnya berjumlah 32 item. Koefisien *Alpha Cronbach* yang diperoleh pada skala pengambilan

keputusan karir menunjukkan hasil sebesar 0,890. Uji daya diskriminasi terhadap *item-item* dalam skala determinasi diri menunjukkan hasil koefisien korelasi dengan kisaran antara 0,306 sampai 0,519 yang berarti juga menunjukkan tercapainya hasil koefisien korelasi $r_{xy} > 0,30$. Koefisien korelasi item-item skala determinasi diri tersebut dapat dicapai dengan melibatkan 23 item dari sebelumnya sebanyak 24 item. Sementara itu, koefisien *Alpha Cronbach* yang diperoleh dari penghitungan terhadap skala determinasi diri menunjukkan hasil sebesar 0,857.

Pada penelitian ini diperoleh hasil nilai normalitas *Kolmogorov-Smirnov* (K-SZ) skor skala pengambilan keputusan karir sebesar 0,044 dengan nilai signifikansi 0,200 atau $p > 0,05$. Hasil ini memberikan kesimpulan bahwa sebaran data variabel pengambilan keputusan karir terdistribusi secara normal. Sementara itu pada variabel determinasi diri, hasil nilai normalitas *Kolmogorov-Smirnov* (K-SZ) menunjukkan hasil sebesar 0,088 dengan nilai signifikansi 0,006 atau $p < 0,05$. Hasil tersebut juga memberikan kesimpulan bahwa sebaran data variabel determinasi diri terdistribusi secara tidak normal.

Hasil uji linieritas kedua variabel dalam penelitian ini memperoleh nilai *Flinierity* sebesar 109,610 dengan signifikansi sebesar 0,00 atau $p < 0,05$. Hasil ini menyimpulkan bahwa relasi atau hubungan antara variabel determinasi diri dengan variabel pengambilan keputusan karir bersifat linier.

Pembahasan

Melalui analisis statistik non-parametrik korelasi Spearman-rho terhadap hasil skor skala determinasi diri dan skor skala pengambilan keputusan karir yang melibatkan sebanyak 151 orang responden menunjukkan adanya hasil koefisien sebesar 0,638 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000. Hal ini membuktikan bahwa memang terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel determinasi diri dengan pengambilan keputusan karir pada siswa SMK YSemarang yang ditunjukkan melalui hasil penghitungan nilai signifikansi korelasi yang lebih kecil dari 1%. Berdasarkan hasil penghitungan statistik ini pula maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Kesimpulan ini juga dapat berarti bahwa semakin tinggi tingkat determinasi diri yang dimiliki siswa, maka semakin baik pula pengambilan keputusan karir pada

siswa SMK YSemarang. Hal sebaliknya juga berlaku, bahwa semakin rendah tingkat determinasi diri, maka pengambilan keputusan karir siswa SMK YSemarang semakin buruk.

Kesimpulan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mamahit & Situmorang (2016) pada 410 orang siswa yang menemukan bahwa terdapat korelasi antara variabel self determination dan motivasi berprestasi dengan kemampuan pengambilan keputusan karir pada siswa SMA. Pengambilan keputusan karir untuk usia remaja membutuhkan level pemahaman karir yang mapan, yaitu tampak dari sikap dan kompetensi yang dimiliki. Hal ini menggambarkan bahwa siswa mampu membuat keputusan karir perlu didasari dengan keyakinan dan dorongan yang kuat dari dalam dirinya untuk berhasil. Kemampuan pengambilan keputusan karir adalah kemampuan siswa terkait proses penilaian dan pemikiran dalam mengintegrasikan pengetahuan tentang dirinya dengan pengetahuan suatu pekerjaan untuk membuat pilihan karir. Sementara itu, self determination adalah kemampuan diri dalam mengidentifikasi keinginan yang berkaitan dengan otonomi, kompetensi, dan relasi dalam rangka mencapai tujuan.

Selain itu, dalam menentukan pilihan karirnya, individu turut dipengaruhi faktor yang berasal dari dalam individu sendiri sekaligus juga faktor yang berasal dari luar. Faktor yang berasal dari dalam diri individu merupakan hasil dari dinamika idealisme yang diterapkan oleh individu; minat yang memberi rasa senang saat melakukan aktivitas tertentu; kecerdasan dan bakat yang akan menjadi bekal individu dalam mempertimbangkan pilihan; serta sifat atau ciri kepribadian yang memberikan corak pada pilihan individu. Semakin lengkap faktor tersebut terpenuhi oleh individu, maka semakin mantap individu akan menentukan pilihan karirnya (Mubarik, et al., 2014). Individu yang akan melakukan suatu keputusan dianggap perlu untuk memiliki determinasi diri (Hamzah, et al., 2014).

Oleh karena itu, seseorang yang memiliki determinasi diri yang tinggi akan membuat orang tersebut mudah untuk mengambil keputusan yang sesuai dan yang paling penting bagi mereka, dan memungkinkan individu mencapai kehidupan yang lebih baik setelah mereka lulus sekolah. Karena determinasi diri itu membantu seseorang dalam membuat keputusan dan menentukan pilihan karir yang efektif (Faturrahni, 2020). Wehmeyer (dalam Mamahit & Situmorang, 2016) memaparkan

bahwa individu yang memiliki tingkat self determination yang baik, akan mampu merumuskan goal setting, dia dapat membuat keputusan karir yang tepat untuk dirinya. Selain itu, sejalan dengan yang diungkapkan oleh Deci & Ryan (2000) bahwa saat individu mengembangkan self determination yang menuntut individu menerima kekuatan dan keterbatasan diri mereka dan mengetahui berbagai kekuatan yang bertindak atas dirinya, maka mereka juga akan dapat menentukan pilihan dan mampu membuat keputusan untuk memenuhi kebutuhannya yang dalam hal ini adalah kebutuhan untuk memilih karir.

Hasil penghitungan skor variabel penelitian ini juga menemukan bahwa variabel determinasi diri memiliki sumbangan efektif sebesar 42,4% terhadap variabel pengambilan keputusan karir siswa SMK YSemarang. Sementara sisanya sebesar 57,6% variabel keputusan karir siswa SMK YSemarang dipengaruhi oleh faktor lainnya. Adapun beberapa faktor lainnya yang dapat mempengaruhi baik atau buruknya proses pengambilan keputusan karir siswa antara lain karena faktor genetik, kondisi lingkungan, faktor pengalaman atau belajar, dan keterampilan menghadapi tugas atau masalah (Munandir, 1996). Selain itu juga terdapat faktor nilai-nilai idealisme, minat, kecerdasan, adanya bakat khusus, dan sifat kepribadian lainnya yang ikut menentukan (Mubarik, et al., 2014).

Berdasarkan hasil perhitungan skor variabel tergantung penelitian ini, yaitu pengambilan keputusan karir siswa SMK Y Semarang ditemukan bahwa sebagian besar termasuk ke dalam kategori tinggi. Lebih lanjut terdapat 118 responden dari 151 total keseluruhan atau sebanyak 78,15% responden memiliki skor pengambilan keputusan karir yang masuk ke dalam kategori tinggi. Sementara itu, 33 dari 151 total responden atau 21,85% responden mendapatkan skor yang sedang, dan tidak seorang pun tergolong kategori rendah. Hasil ini menunjukkan adanya kemampuan membuat keputusan karir perlu didasari dengan keyakinan dan dorongan yang kuat dari dalam diri responden penelitian untuk berhasil.

Sementara itu dari variabel determinasi diri, juga didominasi dengan skor yang tinggi. Secara rinci, terdapat 132 orang dari 151 total responden atau sekitar 87,42% dari responden mendapatkan skor determinasi diri yang tinggi. Sementara terdapat 19 orang atau 12,58% dari total 151 orang responden memiliki skor determinasi diri dalam kategori sedang. Tidak seorang pun responden yang

memiliki skor determinasi diri dalam kategori rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa responden yang merupakan siswa SMK YSemarang dinilai sudah memiliki cukup kemampuan diri dalam mengidentifikasi keinginan yang berkaitan dengan otonomi, kompetensi, dan relasi dalam rangka mencapai tujuan.\

Penelitian ini juga dinilai masih belum sempurna karena masih diduga memiliki beberapa keterbatasan dan kekurangan dalam pelaksanaannya. Misalnya, kurang adanya pengawasan langsung yang dilakukan oleh peneliti saat melakukan proses pengambilan data atau di saat para responden mengisi kuesioner skala alat ukur penelitian. Hal ini diduga mengakibatkan beberapa kuesioner yang dikumpulkan ternyata tidak terisi secara tuntas dan responden tidak bisa bertanya bila ada sesuatu yang tidak mereka mengerti. Akibat lainnya adalah kekurangan data observasi perilaku responden saat mengisi kuesioner, sehingga peneliti tidak memiliki data terkait tentang hal itu.

Kekurangan lainnya adalah masih adanya kemungkinan terjadinya social desirability bias atau bias yang terjadi pada respon yang muncul saat responden menyatakan jawaban sesuai dengan harapan atau norma kelompok yang dibandingkan dengan pengalaman mereka sendiri. Apalagi mempertimbangkan usia rata-rata responden yang masih tergolong remaja dan masih terpengaruh dengan sikap konformitas pada rekan sebaya.

KESIMPULAN

Melalui analisis statistik non-parametrik korelasi Spearman-rho terhadap skor skala determinasi diri dan skor skala pengambilan keputusan karir dari 151 responden, diperoleh hasil koefisien sebesar 0,638 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000. Hasil ini membuktikan adanya hubungan positif yang signifikan antara determinasi diri dan pengambilan keputusan karir pada siswa SMK Y, yang ditunjukkan melalui nilai signifikansi korelasi yang lebih kecil dari 1%. Berdasarkan hasil penghitungan ini, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Selain itu, analisis terhadap variabel penelitian menunjukkan bahwa determinasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 42,4% terhadap pengambilan keputusan karir siswa SMK Y.

Sementara itu, sisanya sebesar 57,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti genetik, kondisi lingkungan, pengalaman atau pembelajaran, serta keterampilan dalam menghadapi tugas atau masalah (Munandir, 1996). Selain itu, faktor lain yang turut memengaruhi proses pengambilan keputusan karir siswa adalah nilai-nilai idealisme, minat, kecerdasan, bakat khusus, dan sifat kepribadian (Mubarik et al., 2014). Berdasarkan perhitungan skor variabel pengambilan keputusan karir, sebagian besar siswa berada dalam kategori tinggi, dengan 118 responden dari 151 total responden (78,15%) memiliki skor yang tinggi, sementara 33 responden (21,85%) memiliki skor kategori sedang, dan tidak ada responden yang masuk kategori rendah. Demikian pula, skor variabel determinasi diri didominasi oleh kategori tinggi, dengan 132 responden (87,42%) memperoleh skor tinggi, sementara 19 responden (12,58%) berada dalam kategori sedang, dan tidak ada responden yang memiliki skor dalam kategori rendah.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan. Untuk orang tua, disarankan untuk meningkatkan kualitas komunikasi interpersonal dengan anak melalui pendekatan yang terbuka, suportif, dan empatik, serta memberikan contoh dalam pengelolaan emosi yang baik. Orang tua juga sebaiknya menghindari pola asuh yang otoriter atau permisif yang dapat mempengaruhi kontrol diri remaja. Bagi sekolah, penting untuk mengembangkan program bimbingan dan konseling yang fokus pada peningkatan kontrol diri dan regulasi emosi, serta menyelenggarakan seminar untuk orang tua mengenai komunikasi efektif dengan anak. Sekolah juga perlu mengawasi interaksi sosial di lingkungan sekolah untuk meminimalisir perilaku agresif antar siswa. Untuk remaja, disarankan untuk mengembangkan kesadaran diri dalam mengontrol emosi dan perilaku, memilih lingkungan pertemanan yang positif, serta mengurangi akses media yang mengandung unsur kekerasan yang dapat mempengaruhi perilaku agresif. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk menggali lebih dalam faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap agresivitas seperti pola asuh, stres akademik, dan pengaruh media sosial, serta menggunakan metode kualitatif untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi agresivitas pada

remaja. Penelitian lebih lanjut juga perlu menganalisis efektivitas intervensi seperti program pelatihan kontrol diri atau pendidikan karakter dalam mengurangi agresivitas remaja.

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa determinasi diri individu memiliki pengaruh kuat pada proses pengambilan keputusan karir pada pelajar. Oleh karena itu, peningkatan determinasi diri pada diri pelajar atau siswa dinilai akan dapat membantu mereka dalam menentukan pilihan karirnya. Beberapa hal yang dapat dilakukan oleh siswa yang bersangkutan, orang tua, pengajar, dan pihak sekolah sebagai upaya peningkatan determinasi diri siswa dapat berupa beberapa saran yaitu membantu menentukan sumber motivasi diri, tentukan apa yang membuat siswa merasa suatu aktivitas bermanfaat, apakah itu memenuhi rasa ingin tahu siswa atau meningkatkan kesejahteraan, dan ingatkan diri siswa tentang alasan pribadi ini untuk menikmati lebih banyak kesuksesan saat mengejar tujuan mereka. Melatih kesadaran diri.

Memahami diri sendiri berarti mengetahui apa yang diinginkan dan bagaimana mencapainya. Buatlah goal setting untuk terhubung dengan pikiran dan keinginan pribadi agar lebih memahami tujuan. Praktik ini dapat menjadi pengingat bahwa siswa memegang kendali atas hidup mereka. Siswa harus mengenal diri sendiri agar mampu membuat keputusan yang tepat tentang bagaimana mewujudkan keinginan atau cita-cita. Belajar pengaturan diri, studi yang berfokus pada pengasuhan anak menunjukkan bahwa anak-anak mengembangkan pengaturan diri lebih baik melalui pilihan daripada paksaan. Misalnya, jika pengasuh menggunakan alasan untuk mengajari anak pentingnya bersih-bersih dan memperkuat perilakunya dengan komentar positif dan permintaan sopan, kemungkinan besar mereka akan belajar bersih-bersih secara mandiri. Memelihara hubungan yang positif, menciptakan lingkaran positif ketika individu dikelilingi oleh teman, keluarga, dan kolega yang menghargai dan mendukungnya. Kepedulian dan dukungan ini membuat individu merasa lebih layak untuk mengejar apa yang diinginkan dan mampu mendapatkannya.

DAFTAR RUJUKAN

Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian, suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.

- Ayu, I. M. (2023). *Hubungan antara determinasi diri dan kualitas kehidupan sekolah dengan efikasi diri pengambilan keputusan karir pada siswa SMA* (Skripsi). Universitas Islam Negeri Raden Intan.
- Azwar, S. (2010). *Metodologi penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi 2). Pustaka Pelajar.
- Deci, E., & Ryan, R. (2000). The "what" and "why" of goal pursuit: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Dharmasatya, A., & Wilani, N. (2020). Peran determinasi diri dan dukungan sosial terhadap kematangan karir pada remaja siswa SMA kelas XII di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana, Edisi Khusus Kesehatan Mental dan Budaya*(2), 60-72.
- Dillard, J. M. (1985). *Lifelong career planning*. E. Charles Merrill Publishing Company.
- Faturrahmi, S. (2020). Hubungan self-determination dengan pengambilan keputusan karir serta implikasinya bagi layanan bimbingan dan konseling. *Skripsi*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Field, S., et al. (1997). Self-determination during adolescence: A developmental perspective. *Remedial and Special Education*, 18(5), 285-293.
- Gati, I., & Asher, I. (2001). The PIC model for career decision making: Prescreening, in-depth exploration, and choice. *The Career Development Quarterly*, 50(2).
- Hamzah, A., et al. (2014). Efektivitas pelatihan self untuk meningkatkan efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir siswa. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 6(1), 103-116.
- Legault, L. (2017). Self-determination theory. *Journal of Human Resource and Sustainability Studies*, 10(1).
- Mamahit, H., & Situmorang, D. (2016). Hubungan self-determination dan motivasi berprestasi dengan kemampuan pengambilan keputusan siswa SMA. *Jurnal Psikologi Psibernetika*, 9(2), 78-92.
- Menon, A. (2023). Career anxieties among teenagers. *Lifology Magazine*. Retrieved November 4, 2023, from <https://magazine.lifology.com/career/career-anxieties-among-teenagers/>
- Mubarik, A., et al. (2014). Faktor-faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan karir di SMK Bina Sejahtera 1 Bogor. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(1), 1-6.

- Munandir. (1996). *Program bimbingan karier di sekolah*. Jalan Pintu Satu.
- Munfarida, Y. (2017). Hubungan determinasi diri dengan pengambilan keputusan karir pada siswa SMAN 1 Tumpang Kabupaten Malang. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Ngafifah, L. (2016). Hubungan antara self-efficacy dengan pengambilan keputusan karir pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Majenang. *Skripsi*. Universitas Negeri Semarang.
- Palmer, S., & Wehmeyer, M. (2003). Promoting self-determination in early elementary school: Teaching self-regulated problem-solving and goal-setting skills. *Journal of Remedial and Special Education*, 24(2), 115-126.
- Pamudi, H. (2015). Kemampuan mengambil keputusan karir siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Kutasari Purbalingga. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Pratama, H., & Primanita, R. (2023). Hubungan determinasi diri dengan pengambilan keputusan karir pada siswa SMA di Kota Sawahlunto. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 1932-1938.
- Rianty, W. (2017). Efektivitas bimbingan karir dalam pengambilan keputusan karir pada peserta didik kelas XI SMK PGRI 4 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Raden Intan.
- Saifuddin, A. (2018). *Kematangan karier: Teori dan strategi memilih jurusan dan merencanakan karier*. Pustaka Pelajar.
- Setiawati. (2020). Profil keputusan karir siswa SMK. *Indonesian Journal of Counseling and Education*, 1(2), 23-30.
- Setiyowati, E. (2015). Hubungan efektivitas bimbingan karir dan orientasi masa depan dengan keputusan karir remaja. *Thesis*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sharf, R. S. (1992). *Applying career development theory to counseling*. Wadsworth, Inc.
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Afabeta.
- Utari, I. (2019). Hubungan antara determinasi diri dengan pengambilan keputusan karir pada siswa di SMAN 1 Kota Sungai Penuh. *Skripsi*. Universitas Negeri Padang.
- Winkel, W., & Hastuti, S. (2004). *Bimbingan karir di institusi pendidikan*. Media Abadi.