

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Hubungan Regulasi Diri dengan Perencanaan Karir Siswa**

Pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik statistik uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel regulasi diri dengan perencanaan karir yang telah diketahui pada nilai signifikan sebesar 0,000. Dengan perbandingan  $0,000 < 0,005$  dapat disimpulkan bahwa ada hubungan regulasi diri secara signifikan terhadap perencanaan karir. Hasil nilai signifikansi pada uji korelasi tersebut menyatakan bahwa hipotesis adanya hubungan regulasi diri dengan perencanaan karir siswa dapat diterima.

Dengan adanya pengelolaan diri atau regulasi diri yang baik serta memperhatikan aspek-aspek yang terdapat didalam regulasi diri seperti metakognitif dimana individu harus memiliki pemahaman dan kesadaran tentang berpikir dimana ini ada keterkaitannya dengan pemahaman diri yang ada didalam teori perencanaan karir yang dikemukakan oleh Splete dan Piotrefesa dimana individu harus memahami kekurangan serta kelebihanannya maka individu akan memiliki rasa percaya diri dalam merencanakan karirnya dengan didukung oleh aspek regulasi diri yang baik. Individu dikatakan mampu merencanakan karir dengan baik apabila dapat meregulasikan dirinya dengan baik pula. Metagkonitif tersebut dapat digunakan sebagai landasan utama untuk menemukan cara terbaik dalam mencapai tujuannya, oleh karena

itu metakognitif diperlukan oleh setiap individu demi mendapatkan perencanaan karir yang matang

Hasil penelitian yang telah dilakukan sesuai dengan pernyataan Albert Bandura yang membagi faktor regulasi diri menjadi dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Ada tiga bentuk pengaruh faktor internal yaitu observasi diri, proses penilain, dan reaksi diri afektif. Faktor eksternal meliputi lingkungan, diri sendiri serta tingkah laku.<sup>70</sup> Jadi regulasi diri upaya individu mengatur diri dalam suatu aktivitas didalam melakukan suatu aktivitas dipengaruhi oleh dirinya sendiri serta lingkungan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Siswa cenderung kurang mempertimbangkan dalam merencanakan karirnya, kebanyakan siswa memikirkan karirnya ketika siswa hampir menyelesaikan studinya, dan siswa cenderung memandang karir hanya dari sudut pandang saja siswa tidak melihat keseluruhan mengenai dampak terhadap dirinya, jika mereka tidak mematangkan karirnya sejak dini. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Albert bandura dan Zimmerman.<sup>71</sup> Dimana siswa dituntut untuk memiliki kemampuan dalam mengatur diri sendiri dan perilakunya secara aktif dan mandiri dalam menjalankan aktivitas belajarnya yang dimana itu semua demi keberhasilan siswa dalam mencapai prestasi belajar, siswa hendaknya belajar dengan penuh semangat dan menggunakan kesempatan yang ada dengan sebaik mungkin. Sehingga siswa dapat berusaha

---

<sup>70</sup>Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang:UMM press, 2009), hal 286

<sup>71</sup>Fitriyawati dan Lukmawati, *Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan(STIKES) Mitra Adiguna Palembang*, Jurnal Psikologi Islam vol.2 No.1 (2016) hal 63-74

lebih mandiri. Seorang siswa yang mempunyai tingkat regulasi yang matang mereka akan lebih memiliki penerimaan informasi yang baik, yakni dapat menerima berbagai informasi dari sumber mana saja, dan siswa dapat mengevaluasi terhadap informasi yang diterima serta berani membuat suatu perubahan bentuk kemajuan dirinya.

#### B. Analisis Hubungan Regulasi Diri dengan Perencanaan Karir siswa

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ  
وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ.

Artinya: “ (tidak demikian) bahkan barangsiapa yang menyerahkan diri kepada Allah, sedang ia berbuat kebajikan, maka baginya pahala pada sisi Tuhannya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak pula mereka bersedih hati” (Q.S Al-Baqarah:112)<sup>72</sup>

Menurut Aidh al-Qarni dalam bukunya yang berjudul Tafsir Muyassar, ayat 112 dalam surat Al-Baqarah menjelaskan bahwa sesungguhnya surga itu akan dimasuki oleh setiap orang yang tulus dan ikhlas kepada Allah serta melaksanakan ibadah dengan baik, yaitu dengan mengikuti ajaran Rasulullah. Begitulah sifat seseorang yang akan masuk surga dari golongan manapun. Dia akan mendapatkan ganjaran dari Allah. Tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dalam menghadapi apa yang akan terjadi di akhirat nanti dan mereka juga tidak pernah bersedih hati atas kenikmatan dunia yang telah dilewatinya.<sup>73</sup>

Dijelaskan dalam surat Al-Baqarah ayat 6 bahwasanya Allah senantiasa memperingatkan manusia untuk mengontrol diri dalam melakukan berbagai

<sup>72</sup>Syamil Al-qur'an, (2007) Al-qur'an Tajwid, hal 33

<sup>73</sup> Al-Qarni Aidh, *Tafsir Muyassar*, (Jakarta: Qisthi Press, 2007) hal 23

aktivitas yang sesuai dengan tujuan hidupnya dan menyerahkan seluruh hasil yang telah diusahakan kepada Allah. Bagaimanapun manusia hanya mendapatkan porsi untuk melakukan usaha sebaik-baiknya.<sup>74</sup>

Dari ayat di atas bisa disimpulkan bahwa manusia pada dasarnya mempunyai kemampuan untuk mengatur serta mengontrol diri, hal tersebut dipengaruhi oleh motivasi yang kuat di dalam dirinya. Sesuai adanya perencanaan yang baik didalam diri manusia atas tindakan selama didunia. Manusia sepanjang hidupnya harus intropeksi memperhatikan apa yang telah ia perbuat untuk kebaikan masa depannya dengan kata lain manusia harus mempunyai rencana dan target sehingga kedepannya akan terarah dan tidak merugi.

Perencanaan merupakan proses dimana manusia menentukan kemana ia harus melangkah, dengan implikasi perencanaan yang benar maka langkah awal dari sebuah proses manajemen sudag terarah dengan baik.<sup>75</sup>

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa SMP Negeri 3 Ponggok ada beberapa siswa yang mengalami kesulitan untuk mengambil keputusan dalam menentukan alternatif mana yang akan dipilihnya. Salah satunya dalam merencanakan karir yang akan dipilihnya kelak setelah lulus dari SMP, mereka dihadapkan dengan berbagai pilihan serta permasalahan tentang rencana karirnya. Kesulitan-kesulitan tersebut

---

<sup>74</sup> Fitriyawati dan Lukmawati, *Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan(STIKES) Mitra Adiguna Palembang*, Jurnal Psikologi Islam vol.2 No.1 (2016) hal 63-74

<sup>75</sup>*Ibid*, hal 63-74

bisa dihindari jika siswa memiliki konsep diri tentang hal-hal yang berhubungan dengan dunia karir.

Terdapat perubahan perkembangan dalam regulasi diri mengenai pekerjaan terjadi ketika mereka remaja dan dewasa awal, individu dikatakan matang atau siap untuk membuat keputusan karir jika pengetahuan yang dimilikinya untuk membuat suatu perencanaan karir yang baik dan didukung oleh informasi yang kuat mengenai sekolah lanjutan ataupun pekerjaan, berdasarkan pencarian yang dilakukan serta pengelolaan atau regulasi diri yang baik pula.

Zimmerman mengatakan bahwa individu dikatakan mampu mengatur diri apabila pikiran serta tindakannya berada dibawah kontrol sendiri, bukan dikontrol orang lain maupun lingkungan sekitarnya. Individu dikatakan mampu mengatur dirinya adalah individu yang memiliki aspek-aspek regulasi diri yang telah ditetapkan yaitu metakognitif, motivasi serta perilaku.<sup>76</sup> Hasil serta penilaian terhadap performa dan perilakunya akan menentukan baik tidaknya perencanaan karir yang individu buat.

Ketika hasilnya positif maka akan berdampak pada perencanaan karir yang baik begitu sebaliknya jika asilnya negatif maka ia akan kurang mampu merencanakan karirnya dengan baik. Peran aktif orang tua dalam pendidikan sekolahnya sangat membantu dalam karir seorang individu. Dengan melakukan komunikasi yang baik kepada individu dapat membentuk

---

<sup>76</sup>*Ibid*, hal 63-74

metakognitif, motivasi serta perilaku individu menjadi lebih baik dan terbuka dengan karirnya akan dipilihnya kelak.

### **C. Implementasi Bimbingan Konseling Secara Praktis dan Teoritis**

#### **a) Secara Praktis**

Dari pihak sekolah melalui guru BK setidaknya bisa membangun strategi khusus dalam menangani siswa yang cenderung mereka tidak melanjutkan sekolah, hal ini dikarenakan siswa dengan latar belakang seperti ini biasanya mereka membutuhkan pengawasan khusus karena mereka memiliki rasa malas yang kuat didalam belajar maupun merencanakan karirnya. Melalui pengawasan serta hubungan yang baik terhadap mereka yang tidak ingin melanjutkan sekolah diharapkan agar siswa bisa terbuka dan jujur, karena mereka tidak hanya malas saja bisa jadi dipengaruhi faktor-faktor yang lain selain kedua faktor yang sebelumnya telah dijelaskan.

Langkah selanjutnya guru BK dapat mengidentifikasi masalah perencanaan karir siswa. Guru BK harus mencari tahu penyebab dari permasalahan siswa yang tidak melanjutkan sekolah serta mencari informasi seluas-luasnya tentang siswa. Setelah masalah dan penyebabnya sudah diketahui guru BK harus memikirkan solusi, tetapi ketika memberikan solusi tidak perlu tergesa-gesa. Pada tahap pemecahan masalah ini sebaiknya siswa diberi kesempatan dalam menyampaikan ide dalam memecahkan masalahnya.

#### **b) Secara Teoritis**

Menurut Bandura, teori tentang regulasi diri disebut dengan teori belajar sosial. Regulasi diri menurut Bandura upaya dimana individu mengatur diri dalam suatu aktivitas dimana individu atau siswa aktif melibatkan metakognisi, motivasi serta perilaku.<sup>77</sup> Implikasi Bimbingan Konseling digunakan untuk memahami siswa yang tidak bisa mengambil keputusan dalam merencanakan karirnya serta siswa yang tidak melanjutkan sekolah dengan mencari data pendukung dari lingkungan dimana siswa tinggal, lingkungan yang dimaksud disini meliputi lingkungan keluarga, teman-teman serta lingkungan masyarakat. Hal-hal yang perlu diperhatikan adalah kebiasaan siswa dalam melakukan aktifitasnya sehari-hari.

---

<sup>77</sup> Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang:UMM press, 2009), hal 284