

Hubungan Antara Regulasi Diri Dalam Belajar Dengan Rencana Pemilihan Karier

The Corelation Between Self-Regulation Learning With Career Selection Plan

Romulus Akyan Rasman Naibaho^{1*}, Yusmansyah², Diah Utaminingsih³

¹ Mahasiswa FKIP Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung

² Dosen Pembimbing Utama Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

³ Dosen Pembimbing Pembantu Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

Received: Januari, 2018

Accepted: Januari, 2018

Online Published: Februari, 2018

Abstract: The Corelation Between Self-Regulation Learning With Career Selection Plan. The problem was lack of understanding of career selection plan. The researched purpose was to know the corelation between self-regulation learning with career selection plan at grade XI students of SMAN 11 Bandar Lampung in school year 2017/2018. This researched method is correlational. The researched sample was 44 students and the population amounted to 219 students determined by simple random sampling technique. Data collection techniques using self-regulation scales in learning and career selection plans. Analysis data of this research was using Product moment correlation. The research result showed that there was a positive and significant relationship between self-regulation learning with student career selection plan. This is indicated from the results of calculated by $T\text{-count} > T\text{-table}$ ($0,426 > 0,297$) with $P\text{ Value} = 0,426$ then H_0 rejected and H_a accepted. The conclusion of this research that positive and significant corelation between self-regulation learning with career selection plan at grade XI students of SMAN 11 Bandar Lampung I n school year 2017/2018

Keyword: corelation, selection career plan, self-regulation learning

Abstrak: Hubungan antara Regulasi Diri Dalam Belajar dengan Rencana Pemilihan Karier. Masalah penelitian ini adalah kurangnya pemahaman rencana pemilihan karier. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier pada siswa kelas XI SMAN 11 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018. Metode penelitian ini adalah korelasional. Sampel penelitian sebanyak 44 siswa dan populasi berjumlah 219 siswa yang ditentukan dengan teknik *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala regulasi diri dalam belajar dan rencana pemilihan karier. Analisis data pada penelitian ini menggunakan korelasi *Product moment*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier siswa. Hal ini ditunjukkan dari nilai $T_{hitung} > T_{tabel}$ ($0,426 > 0,297$) dengan nilai $P = 0,426$. maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier siswa kelas XI SMAN 11 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018.

Kata kunci : hubungan, regulasi diri dalam belajar, rencana pemilihan karier

PENDAHULUAN / INTRODUCTION

Keadaan global pada era saat ini telah mengalami perubahan yang sangat pesat dari era sebelumnya sehingga membuat kehidupan semakin kompetitif dan membuka peluang bagi manusia untuk mencapai status keadaan yang diharapkan pada masa yang sedang berlangsung. Remaja sebagai generasi penerus dipersiapkan untuk dapat mengikuti kompetisi terutama dalam dunia pendidikan agar tingkat kehidupannya saat dewasa memiliki status yang diakui dan menjadikan tingkat kehidupannya jauh lebih baik darisebelumnya, sehingga dapat mempersiapkan generasi berikutnya yang kompeten dan memiliki tingkat kehidupan yang lebih baik lagi.

Dunia pendidikan ,khususnya dalam proses belajar dari tingkat dasar hingga tingkat lanjutan, seorang siswa diharapkan memiliki strategi dalam belajar serta memiliki pemahaman tentang dirinya. Strategi belajar yang dimaksud adalah cara agar siswa mampu merencanakan proses pembelajaran yang baik serta meningkatkan proses pembelajaran yang baik bagi dirinya. Sedangkan yang dimaksud memiliki pemahaman tentang dirinya yaitu memahami kekurangan dan kelebihan dirinya dalam proses pembelajaran itu sendiri, oleh karenanya, pemahaman yang benar mengenai arti belajar dengan segala aspek, bentuk, dan manifestasinya mutlak diperlukan oleh para pendidik khususnya pada guru. Kekeliruan atau ketidaklengkapan persepsi mereka terhadap proses belajar dan hal-hal yang berkaitan dengannya mungkin akan mengakibatkan kurang bermutunya hasil pembelajaran yang dicapai peserta didik sehingga mencapai prestasi belajar yang baik.

Menurut Syah (Wahab, 2015:249) ada beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar pada siswa, dan membagi dengan garis besar menjadi tiga, yaitu : 1) Faktor internal, 2) Faktor eksternal, 3) Faktor pendekatan belajar (*Approach to learning*). Dari pernyataan diatas dikemukakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik seperti kemauan, minat serta faktor lainnya. Faktor yang berasal dari luar diri peserta didik seperti lingkungan bermain atau dorongan semangat dari orang tua, maupun faktor dari segi pendekatan belajar yang dilakukan oleh siswa itu sendiri.

Menurut Miller & Brown (Papalia & Olds, 2001) Regulasi diri merupakan suatu proses yang terjadi dimana seseorang mampu mengatur pencapaian dan tindakan yang mereka lakukan sendiri dengan cara menentukan target untuk mereka, mengevaluasi kesuksesan mereka saat telah mencapai target tersebut. Zimmerman (Schunk, Pintrich, dan Meece 2008:154), Regulasi diri belajar adalah proses dimana siswa mengaktifkan dan mempertahankan kognisi, perilaku, dan perasaan yang mana secara sistematis diorientasikan pada pencapaian tujuan mereka.

Berdasarkan pendapat diatas dalam regulasi diri secara umum maupun regulasi dalam belajar, menekankan pada proses mengatur atau mengaktifkan strategi yang baik dalam mengejar target atau pencapaian dalam proses pembelajaran. Target atau pencapaian yang diinginkan oleh siswa adalah hasil prestasi belajar yang optimal. Setiap siswa tentunya menginginkan hasil belajar yang optimal di sekolah, dan demi mencapai hasil belajar yang optimal maka siswa harus memiliki perencanaan yang baik dalam mencapai hasil tersebut.

Dalam membuat perencanaan yang baik siswa diharapkan memahami dirinya, inilah yang dinamakan dengan Regulasi Diri.

Regulasi diri dalam belajar yang baik akan sangat membantu siswa dalam menyusun segala bentuk perencanaan. Baik perencanaan dalam lingkungan masyarakat, dalam lingkup sekolah dan pembelajaran bahkan dalam lingkup merencanakan pemilihan karir. Oleh sebab itu, perencanaan yang baik dalam proses pembelajaran akan sangat membantu siswa dalam mencapai hasil belajar yang baik sehingga memiliki perencanaan yang baik dalam menyusun suatu hal yang ingin dicapai oleh dirinya.

Regulasi diri merupakan faktor yang sangat penting dalam membuat suatu perencanaan, karna regulasi diri berperan dalam menentukan pencapaian perencanaan yang diharapkan. Namun pada kenyataannya, tidak semua siswa memahami dan menyadari pentingnya regulasi diri, utamanya regulasi diri dalam belajar untuk mencapai hasil perencanaan yang baik, sehingga yang terjadi pada siswa hanya pencapaian yang seadanya dari hasil belajar yang seadanya pula.

Fenomena yang sering terjadi dalam hal perencanaan pememilihan karier adalah siswa cenderung kurang mempertimbangkan dalam perencanaan pememilihan suatu studi lanjut atau pekerjaan dalam menyambut karier. Biasanya siswa mempertimbangkan pilihan karirnya ketika siswa hampir menyelesaikan studi atau dapat dikatakan sebagai perencanaan “dadakan” ketika telah tidak lagi melanjutkan studi. Siswa cenderung memandang tentang kariernya hanya dari satu sudut pandang saja, tidak melihat dari berbagai sudut pandang atau secara menyeluruh mengenai dampak

atau hasil dari pilihan karier yang dihadapi. Selain itu ada juga siswa yang memilih jenis karier karena mengikuti teman-temannya, mengikuti idola atau publik figur, bahkan terkadang ada siswa yang memilih berdasarkan pemilihan orang tua atau tuntutan orang tua.

Hollander and Parker (Rachadiani, 2002:33) menyatakan bahwa: “Pilihan karier remaja bergantung pada persetujuan antara pemahaman dirinya dan pekerjaan yang akan dijalannya. Dari pendapat diatas, berarti bahwa dalam pemilihan karier yang diambil sangat tergantung terhadap pemahaman dirinya mengenai batas kemampuan, minat, cita-cita serta hubungan pemahaman pemilihan karier yang dipilihnya. Dengan kata lain adanya hubungan yang erat antara pemahaman dirinya dengan apa yang akan dilakukan dalam pilihan kariernya.

Fenomena yang terjadi di SMA Negeri 11 Bandar Lampung hampir sama dengan permasalahan yang terjadi pada umumnya. Berdasarkan wawancara dengan Guru BK di SMA Negeri 11 Bandar Lampung masih terdapat siswa yang bingung dalam memutuskan apakah akan melanjutkan studi ke perguruan tinggi atau langsung bekerja nantinya. Sedangkan dari hasil penyebaran kuesioner yang dilakukan kepada 50 siswa kelas XI SMA negeri 11 Bandar Lampung, yang terdiri dari siswa kelas XI IPA dan siswa kelas XI IPS, terdapat 30 (60%) siswa menjawab belum memiliki rencana pemilihan karier, terdapat 15 (30%) siswa memiliki rencana pemilihan karier namun masih bingung dan ragu dengan rencana yang dipilih olehnya, sedangkan sisanya 5 (10%) mengaku menunggu arahan dari orangtua. Hal ini menunjukkan masih ada siswa yang belum memiliki pemahaman

terhadap dirinya sendiri serta pilihan karier yang akan dipilihnya.

Berdasarkan pemaparan tersebut, penting bagi siswa untuk berusaha mengambil langkah-langkah yang tepat untuk merencanakan pememilihan 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, kemampuan khusus yang dimiliki dan juga peluang yang ada.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka dalam penelitian ini, peneliti akan melihat “Hubungan antara Regulasi Diri dalam belajar dengan Perencanaan Pemilihan Krier pada siswa kelas XI di SMA Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018“ .

METODE PENELITIAN/ RESEARCH METHOD

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sudut pandang deskriptif berdasarkan tingkat eksplanasi dari jenis penelitian, sedangkan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional. Penelitian korelasi berkaitan dengan pengumpulan data untuk menentukan ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih dan seberapa kuat tingkat hubungannya. Sehingga metode penelitian ini sangat tepat untuk digunakan meneliti permasalahan yang ada (Sumanto, 2014).

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 11 Bandar Lampung karena berdasarkan pra- penelitian dapat mewakili masalah pokok dalam penelitian ini dan dapat mewakili sekolah setingkat lainnya. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada Tahun Pelajaran 2016/2017.

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI di SMA Negeri 11 Bandar Lampung yang berjumlah 219 siswa. Sampel yang digunakan adalah sebesar 44 siswa. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan cara *simple random sampling*. Cara yang akan digunakan untuk menentukan sampel adalah dengan cara mengundi nomor absen siswa setiap kelasnya.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan sudut pandang deskriptif, di mana penelitian korelasional adalah penelitian yang bermaksud mendeteksi sejauh mana variasi-variasi dalam suatu faktor berhubungan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan koefisien korelasinya (Sugiyono, 2015).

Penelitian dilakukan dengan menyebarkan skala psikologi, yang dalam penelitian ini terdiri atas dua skala, yaitu skala regulasi diri dalam belajar dan skala rencana pemilihan karier. Selanjutnya siswa yang menjadi sampel penelitian akan mengisi kedua skala yang diberikan. Data penelitian diperoleh dari jawaban siswa (responden) yang mengisi kedua skala yang diberikan.

Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai Variabel bebas (*independent*) Disebut juga variabel stimulus, prediktor, *antecedent*. Dalam Bahasa Indonesia disebut sebagai variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel *dependent*/terikat (Sugiyono, 2015:61). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Regulasi diri dalam belajar (X).

Variabel terikat (*dependent*) Sering disebut sebagai variabel *output*, kriteria, konsekuen. Dalam Bahasa Indonesia disebut sebagai variabel

terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2015:61). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah perencanaan pemilihan karier (Y).

Berdasarkan definisi operasional Regulasi Diri dalam belajar merupakan suatu proses dalam merencanakan pencapaian dalam pembelajaran, mencari cara dalam mencapai pembelajaran yang baik, mengevaluasi kesuksesan dalam pencapaian target dan diukur melalui penggunaan strategi belajar yang dipakai oleh siswa dalam menghadapi tugasnya serta memberikan penghargaan dari pencapaian target karena telah mencapai tujuan.

Sedangkan berdasarkan definisi operasional rencana pemilihan karier yang matang menuntut pemikiran tentang segala tujuan yang hendak dicapai dalam jangka panjang (*long-range goals*) dan semua tujuan yang hendak dicapai dalam jangka pendek (*short-range goals*). Perencanaan karier di masa depan adalah bentuk upaya preventif dalam meminimalisir kemungkinan kesalahan yang dibuat. Seandainya siswa hanya memikirkan tujuan jangka pendek saja, tanpa menghubungkan dengan tujuan jangka panjang, maka akan besar kemungkinan bahwa tujuan jangka pendek yang dicapai ternyata tidak sesuai dengan tujuan jangka panjang. Kematangan perencanaan karier untuk jangka panjang tergantung dari corak pendidikan yang diterima dari dalam keluarga. Hasil dari perencanaan ialah keputusan tentang suatu yang dipilih secara sadar, biasanya diambil dari beberapa alternatif yang dipilih.

Data penelitian dikumpulkan melalui jawaban skala yang di isi oleh setiap siswa yang menjadi sampel

penelitian. Setelah siswa selesai mengisi skala yang diberikan, data akan dikumpulkan untuk kemudian di analisis.

Pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan. Instrumen atau teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala. Skala yang digunakan yaitu skala likert dan digunakan pada variable Regulasi Diri dalam belajar dan skala Perencanaan Pemilihan Karier. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena social.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala yang terdiri dari 2 jenis skala yaitu skala regulasi diri dalam belajar dan skala rencana pemilihan karier. Kedua skala tersebut diberikan dalam bentuk pernyataan ataupun pertanyaan. (Azwar, 2012:62) menyatakan bahwa skala adalah perangkat pernyataan yang disusun untuk mengungkapkan atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala model *Likert*.

Dalam penelitian ini subjek diberikan empat pilihan jawaban skala terhadap item favorabel yaitu: Sangat sesuai (SS) dengan bobot nilai 4, Sesuai (S) dengan bobot nilai 3, Tidak Sesuai (TS) dengan bobot nilai 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan bobot nilai 1. Sedangkan item unfavorabel yaitu: Sangat sesuai (SS) dengan bobot nilai 1, Sesuai (S) dengan bobot nilai 2, Tidak Sesuai (TS) dengan bobot nilai 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan bobot nilai 4. Dalam pemberian bobot nilai respon positif terhadap item *favorable* akan diberi bobot yang lebih tinggi daripada respon negatif, sedangkan untuk

item *unfavorable*, respon positif akan diberikan skor yang bobotnya lebih rendah dibanding respon negatif.

Para ahli diminta pertimbangan untuk melakukan judgement terhadap indikator (konstruk) penelitian, apakah sudah tepat atau masih perlu diperbaiki lagi. Peneliti telah melaksanakan uji validitas isi dengan tiga orang ahli. Menguji validitas konstruk, peneliti melakukan uji coba kepada tiga orang ahli yang akan memberikan expert judgement. Dalam penilaian ini, Uji ahli instrumen penelitiann dilaksanakan pada tanggal 18 Juli 2017 sampai dengan 19 Juli 2017, peneliti memberikan instrumen kepada 3 dosen ahli yaitu Bapak Redi Eka Andriyanto, M.Pd., Ibu Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons., dan Ibu Yohana Oktariana, M.Pd.

Setelah dilakukan *judgement expert*, peneliti menganalisis *hasil judgement expert* menggunakan koefisien validitas isi Aiken's V. Menurut (Azwar, 2013:134) "Aiken telah merumuskan formula Aiken's V untuk menghitung Content Validity Coeffisien yang di dasarkan pada hasil penilaian panel ahli sebanyak n orang terhadap suatu aitem mengenai sejauh mana aitem tersebut mewakili konstruk yang diukur". Penilaian dilakukan dengan cara memberikan angka antara 1 (yaitu sangat tidak mewakili atau sangat tidak relevan sampai dengan 4 (yaitu sangat mewakili atau sangat relevan).

Dalam hal ini peneliti melakukan *judgement expert*, peneliti menganalisis *hasil judgement expert* menggunakan koefisien validitas isi Aiken's V. Menurut (Azwar, 2012:134) "Aiken telah merumuskan formula Aiken's V untuk menghitung Content Validity Coeffisien yang di dasarkan pada hasil penilaian panel ahli sebanyak jumlah

orang terhadap suatu aitem mengenai sejauh mana aitem tersebut mewakili konstruk yang diukur". Berdasarkan hasil uji ahli maka, hasil uji validitas isi menggunakan *Aiken's V* dari 22 aitem pernyataan skala regulasi diri dalam belajar 0,66 dan berkaidah keputusan tinggi dan koefisien validitas isi *Aiken's V* dari 18 aitem pernyataan skala rencana pemilihan karier adalah 0,66 dan berkaidah keputusan tinggi. Dengan demikian koefisien validitas isi skala regulasi diri dalam belajar dan rencana pemilihan karier ini dapat memenuhi persyaratan sebagai instrumen yang valid dan dapat digunakan dalam penelitian.

Hasil yang diperoleh menggunakan rumus dari *Alpha Cronbach*. Penulis menggunakan formula ini karena menurut (Azwar, 2012:115) data untuk menghitung koefisien realibilitas alpha diperoleh lewat sekali saja penyajian skala pada sekelompok responden, dengan koefisien reliabilitas untuk skala regulasi diri dalam belajar = 0,859 maka hal tersebut menunjukkan bahwa instrumen ini termasuk ke dalam kategori reliabilitas yang sangat tinggi. Hasil perhitungan skala rencana pemilihan karier diperoleh = 0,870 maka hal ini menunjukkan bahwa instrumen ini termasuk ke dalam kategori reliabilitas yang sangat tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kedua instrumen dalam penelitian ini dapat digunakan dalam penelitian.

Analisis data penelitian dilakukan agar data yang sudah diperoleh dapat dibaca dan ditafsirkan. Dalam menganalisis data, peneliti menggunakan beberapa uji, seperti (1) uji normalitas, untuk mengetahui distribusi sampel yang terpilih mempunyai distribusi yang normal atau tidak; (2) uji linearitas, digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat

berbentuk linear atau tidak; dan (3) uji hipotesis.

Dalam hal ini, Uji normalitas yang dipakai menggunakan teknik *one sample kolmogorov-smirnov* dengan bantuan program SPSS 21. Tujuan Uji Normalitas adalah untuk mengetahui apakah data yang didapatkan memiliki sebaran data yang merata yang mewakili populasi variabel dan berbentuk normal atau tidak. Jika nilai signifikansi hitung > standar signifikansi (0.05). Dari hasil perhitungan uji normalitas Regulasi diri dalam belajar sebesar 0,638 maka data berdistribusi normal dan hasil perhitungan uji normalitas Rencana Pemilihan Karier sebesar 0,453 maka data berdistribusi normal.

Pengujian linearitas ini dilakukan dengan bantuan SPSS 20.0 dengan menggunakan *test for linearity*. Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah data dari 2 variabel mempunyai hubungan yang linear secara signifikan atau tidak secara signifikan. Jika P (Sig. Deviation of linearity) lebih besar dari 0.05 (Sig), maka hubungan 2 variabel berpola linear. Berdasarkan hasil perhitungan Uji linearitas variabel Regulasi diri dalam Belajar dan Variabel Rencana Pemilihan Karier adalah 0,075 lebih besar dari 0,05, maka hubungan kedua variabel berpola linear.

Dari analisis variabel regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier diperoleh nilai sig. *deviation from linearity* data tersebut adalah sebesar $0,075 > 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa sebaran data antara variabel regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier berpola linier.

Setelah dilakukan pengujian normalitas dan linearitas data penelitian, selanjutnya peneliti melakukan pengujian

hipotesis menggunakan rumus korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS 20.0 *for Windows*. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan metode *korelasi Product Moment* untuk melihat hubungan antara variabel regulasi diri dalam belajar dengan perencanaan pemilihan karier. Penggunaan Rumus tersebut didasari karena kedua data variabel berdistribusi normal dan berbentuk linear.

Dari hasil analisis menggunakan rumus diatas dan bantuan SPSS 20.0 telah diketahui bahwa nilai r_{hit} untuk variabel regulasi diri dalam belajar (X) dengan rencana pemilihan karier (Y) memiliki korelasi yang signifikan dengan $r_{hit} > r_{tabel}$. Diketahui r_{hitung} regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier sebesar 0,426, sedangkan r_{tabel} untuk $n= 44$ adalah 0,297. Berdasarkan hasil analisis diatas, maka $r_{hit} > r_{tabel}$ ($0,426 > 0,297$).

HASIL DAN PEMBAHASAN / RESULT AND DISCUSSION

Persiapan penelitian yang pertama adalah pengurusan surat permohonan izin penelitian dari fakultas untuk melaksanakan penelitian di SMAN 11 Bandar Lampung. Menemui waka kurikulum SMAN 11 Bandar Lampung guna mendapatkan izin penelitian dengan membawa surat pengantar dari fakultas dan skala yang akan digunakan dalam penelitian. Selanjutnya berkonsultasi dengan guru BK mengenai waktu dan proses pelaksanaan penelitian.

Penelitian ini dilaksanakan pada semester ganjil tahun ajaran 2017/2018 di SMAN 11 Bandar Lampung. Penelitian dilaksanakan pada kelas XI sebanyak 2 kelas (44 orang) untuk penelitian. Alasan menggunakan kelas XI karena pada tahapan ini adalah tahap persiapan siswa dalam mengontrol, merencanakan dan

mengevaluasi proses belajar guna mempersiapkan diri dalam memilih kelanjutan study atau mempersiapkan diri dalam menghadapi dunia pekerjaan setelah lulus dari sekolah, sehingga tahapan ini cocok untuk melihat regulasi diri dalam belajar memiliki hubungan dengan rencana pemilihan karier.. Peneliti tidak memakai kelas X dan XII karena dipandang pada kelas X adalah tahap peralihan siswa dari SMP menuju SMA, sehingga belum memiliki kemandirian dalam menentukan tujuan belajarnya dan kelas XII merupakan tahapan memfokuskan diri dalam menghadapi ujian, sehingga sangat tidak baik jika memilih kelas XII.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian adalah *simple random sampling*, karena sampel terdiri dari siswa-siswa yang ada di kelas-kelas dan kelas-kelas tersebut memiliki kesempatan yang sama untuk dijadikan sampel penelitian.

Pengumpulan data dilaksanakan dalam 2 hari, pada tanggal 6 dan 7 September 2017 pada kelas XI IPS 1 dan XI IPS 2. Penelitian ini dilakukan dengan cara peneliti memberikan Regulasi diri dalam belajar (X) dan skala Rencana Pemilihan Karier (Y) secara langsung kepada masing-masing subjek. Skala yang telah diberikan peneliti kepada siswa diisi dan oleh para siswa kelas XI ini langsung dikembalikan kepada peneliti. Sebelum mengisi skala, peneliti memberikan sedikit penjelasan mengenai tujuan dan alasan peneliti datang dan menjelaskan mengenai pengertian tentang skala. Kemudian peneliti menerangkan tentang cara pengisian dengan alasan agar siswa tidak keliru dan kesulitan dalam mengisi skala. Siswa mengisi skala dalam waktu sekitar 50 menit.

Uji normalitas regulasi diri dalam belajar dimaksudkan untuk mengetahui apakah data yang akan dianalisis berbentuk sebaran normal atau tidak, dengan kata lain sampel dari populasi yang terbentuk merupakan data normal atau tidak.

Hasil uji normalitas regulasi diri dalam belajar menggunakan program SPSS.20, pada tabel 4.1 dibawah ini

| Variabel | Signifikansi hitung | Standar Sig | Keterangan |
|-----------------------------|---------------------|-------------|------------|
| Regulasi Diri Dalam Belajar | 0.638 | 0.05 | Normal |

Dasar pengambilan keputusan pada uji normalitas adalah bahwa jika nilai signifikansi lebih besar dari $> 0,05$ maka data berdistribusi normal. Berdasarkan Tabel 4.1 hasil uji normalitas diperoleh nilai untuk variabel Regulasi Diri Dalam Belajar dengan taraf kepercayaan (0,05) dan nilai signifikansi sebesar 0,638. Maka dari keterangan diatas dapat diperoleh nilai signifikansi $0,638 > 0,05$ yang artinya data Regulasi Diri Dalam Belajar berdistribusi normal.

Uji normalitas Rencana Pemilihan Karier dimaksudkan untuk mengetahui apakah data yang akan dianalisis berbentuk sebaran normal atau tidak, dengan kata lain sampel dari populasi yang terbentuk merupakan data normal atau tidak.

Hasil uji normalitas Rencana Pemilihan Karier menggunakan program SPSS.20, pada tabel 4.2 dibawah ini

| Variabel | Signifikansi hitung | StandarSig | Keterangan |
|--------------------------|----------------------------|-------------------|-------------------|
| Rencana Pemilihan Karier | 0.453 | 0.05 | Normal |

Berdasarkan Tabel 4.1 hasil uji normalitas diperoleh nilai untuk variabel Rencana Pemilihan Karier dengan taraf kepercayaan (0,05) dan nilai signifikansi sebesar 0,453. Maka dari keterangan diatas dapat diperoleh nilai signifikansi $0,453 > 0,05$ yang artinya data Rencana Pemilihan Karier Belajar berdistribusi normal.

Uji linearitas data dilakukan terhadap skor regulasi diri dalam belajar dan skala rencana pemilihan karier. Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak. Di bawah ini adalah hasil dari uji linieritas yang telah dilakukan dengan bantuan program SPSS.20.

| Variabel | Sig. Deviation of Linearity | Sig | Keterangan |
|---|------------------------------------|------------|-------------------|
| Regulasi Diri Dalam Belajar dengan Rencana Pemilihan Karier | 0.075 | 0.05 | Linear |

Dasar pengambilan keputusan pada uji linearitas adalah jika nilai $P > 0,05$ berarti hubungan antara variabel

independen dengan dependen berpola linear.

Berdasarkan tabel 4.3 di atas diketahui bahwa untuk hubungan antara variabel regulasi diri dalam belajar (X) dengan rencana pemilihan karier (Y) memiliki nilai $P = 0,075 > 0,05$ maka hubungan kedua variabel linier.

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan metode korelasi. Korelasi ini digunakan untuk menguji hubungan antara variabel regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan rumus korelasi *Product moment*.

Setelah uji normalitas dan uji linearitas dilakukan kemudian diketahui bahwa data tentang regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier siswa adalah berbentuk data normal. Data yang diperoleh dalam penelitian ini dapat di uji hipotesiskan dengan menggunakan teknik korelasi *Product moment* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) 20.0.

Maka akan diperoleh analisis korelasi sebagai berikut:

| Korelasi | R hitung |
|---|-----------------|
| Regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier | 0,426 |

Pada perhitungan tersebut menggunakan taraf signifikansi 0,05, yang selanjutnya hasil perhitungan Regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier menunjukkan nilai *rhitung* 0,426 dan taraf signifikansi 0,05. Hasil yang didapatkan kemudian disertakan dengan ketentuan yang diberikan yaitu $rhitung > rtabel$.

Berdasarkan hasil perhitungan Regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier diperoleh hasil sebesar $r_{hitung} 0,426 > 0,297 r_{tabel}$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak.

Berdasarkan perhitungan tersebut maka hipotesis yang diterima dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara Regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier siswa kelas XI di SMAN 11 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018.

Pintrich (Mastuti, 2006:11) mengemukakan regulasi diri dalam belajar yaitu suatu kegiatan belajar yang diatur oleh diri sendiri, yang didalamnya individu mengaktifkan pikiran, motivasi dan tingkah lakunya untuk mencapai tujuannya dalam belajar. Dengan hal tersebut anak akan memiliki kekuatan besar dalam menyiapkan dan membentuk pribadi yang sesuai dengan pilihan belajar dan tujuan belajarnya. Tak terkecuali dalam hal merencanakan karier, ketika individu memiliki motivasi yang besar serta tujuan yang jelas terhadap apa yang dipelajari dibangku sekolah, kemungkinan individu tersebut akan mendapatkan atau menemukan jalan pilihan karier yang sesuai dengan potensi yang ada dalam dirinya.

Hal diatas diperkuat oleh Miller & Brown (Papalia & Olds, 2001) yang mengatakan bahwa regulasi diri merupakan suatu proses yang terjadi dimana seseorang mampu mengatur pencapaian dan tindakan yang mereka lakukan sendiri dengan cara menentukan target untuk mereka, mengevaluasi kesuksesan mereka saat telah mencapai target tersebut. Mengatur rencana serta tindakan yang mereka lakukan sendiri dengan menentukan target untuk diri mereka sendiri, serta mengevaluasi

kekurangan dari hasil pencapaian target yang diinginkan.

Menurut Zimmerman dan Pons (Mastuti, 2006:11), ada beberapa faktor yang mempengaruhi regulasi diri. Yaitu, Individu, Perilaku dan Lingkungan. Faktor individu, jika semakin banyak dan semakin beragam pengetahuan yang dimiliki individu maka akan semakin membantu individu melakukan regulasi sehingga dapat mencapai prestasi belajar yang baik.

Tingkat kemampuan metakognisi yang dimiliki individu yang semakin tinggi akan membantu pelaksanaan regulasi diri dalam diri individu. Terhadap sesuatu yang ingin diraih, semakin besar juga kemungkinan individu melakukan regulasi diri. Faktor perilaku mengacu pada upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan regulasi pada diri individu. Sedangkan faktor lingkungan mencurahkan perhatian khusus pada pengaruh sosial dan pengalaman pada fungsi manusia. Hal ini bergantung bagaimana lingkungan itu mendukung atau tidak mendukung. Dari faktor diatas, dapat dilihat bahwa semakin banyak pengetahuan yang ada pada individu dan upaya yang maksimal serta dukungan dari lingkungannya akan sangat mendukung terjadinya regulasi diri yang baik.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 11 Bandar Lampung, responden memiliki usia yang relatif sama yaitu 16-17 tahun yang termasuk dalam tugas perkembangan fase remaja. Menurut (Hurlock, 1980) salah satu tugas perkembangan fase remaja adalah mempersiapkan diri untuk

mencapai karier tertentu. Karier yang dimaksud adalah memiliki jabatan atau profesi tertentu. Pada usia yang relatif muda, individu memiliki tugas perkembangan dalam mempersiapkan tujuan karier, sedangkan ketika dalam usia tersebut individu sedang dalam bangku sekolah. Yang artinya, dari semasa bangku sekolah seorang siswa dituntut untuk mempersiapkan tujuan atau target dalam hal karier, setelah lulus dari bangku sekolah, apakah ingin bekerja atau melanjutkan pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi dalam perguruan tinggi.

Pendidikan merupakan salah satu usaha dalam menambah pengetahuan serta mengembangkan potensi sehingga menjadikan tingkat kehidupan jauh lebih, selain itu juga pendidikan adalah usaha mencerdaskan kehidupan bangsa seutuhnya, baik dari segi intelektualnya juga akhlaknya, agar dapat melaksanakan pembangunan berdasarkan perkembangan yang terjadi dimasa depan serta memiliki *Self Esteem* dalam perkembangan zaman. Selain itu, Pendidikan merupakan wadah atau sarana untuk belajar mempersiapkan diri bagi individu agar siap menghadapi era globalisasi. Sementara itu, Poerbakawatja (Syah, 2011:33) mengartikan pendidikan dengan ungkapan yang maksudnya usaha yang disengaja dalam bentuk perbuatan, bantuan, dan pimpinan orang dewasa kepada anak-anak agar mencapai kedewasaan.

Di dalam dunia pekerjaan, pendidikan merupakan salah satu faktor yang berperan dalam mencapainya. Hal ini di perkuat oleh Super (Manrihu, 1998: 25) bahwa rencana pemilihan karier adalah suatu proses kegiatan menyusun rencana karier yang akan digelutinya dimasa yang akan datang, dan dalam memasuki keahlian tertentu dibutuhkan

suatu kemampuan atau keterampilan yang relevan yang dapat diperoleh dari suatu jenis program pendidikan tertentu. Dengan kata lain dalam mencapai dunia pekerjaan yang diharapkan, seorang siswa membutuhkan kemampuan atau keterampilan yang didapat dari dunia pendidikan atau melalui pengembangan keterampilan atau kemampuan. Menurut Syah (Wahab, 2015:249). Pendidikan merupakan salah satu usaha dalam menambah pengetahuan serta mengembangkan potensi sehingga menjadikan tingkat kehidupan jauh lebih, selain itu juga pendidikan adalah usaha mencerdaskan kehidupan bangsa seutuhnya, baik dari segi intelektualnya juga akhlaknya, agar dapat melaksanakan pembangunan berdasarkan perkembangan yang terjadi dimasa depan serta memiliki *Self Esteem* dalam perkembangan zaman.

Terdapat 4 faktor utama yang mempengaruhi pilihan karier Adapun bersumber dari diri individu yaitu: Faktor realitas, Faktor proses pendidikan, Faktor emosi, Faktor nilai pribadi. Berdasarkan faktor diatas, perencanaan pemilihan karier dipengaruhi oleh dunia pendidikan. Inilah yang menjadi alasan mengapa peneliti memilih melihat hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier. Hal tersebut didasari oleh faktor antara regulasi diri dalam belajar dan rencana pemilihan karier yang saling menunjukkan keterkaitan walau tidak secara langsung mengatakan ada keterkaitan yang sangat besar antara regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier. Seperti disampaikan dalam halaman sebelumnya, regulasi diri merupakan perencanaan dalam pencapaian target, mengevaluasi target serta mengambil tindakan atas target. Sedangkan rencana pemilihan karier merupakan sebuah proses

perencanaan individu terhadap karier yang akan digelutinya.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari uji hipotesis peneliti menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikansi antara regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier yang didapat dari penyebaran skala dengan 44 responden. Berdasarkan hasil perhitungan Regulasi diri dalam dengan rencana pemilihan karier diperoleh hasil $t_{hitung} > t_{tabel} (0,426 > 0,297)$ dengan nilai $P = 0,426$ dan taraf signifikansi 0,05%. ,maka H_a diterima yang artinya ada hubungan yang positif dan signifikan antara regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier. Jika semakin positif regulasi diri dalam belajar maka akan semakin baik juga rencana pemilihan karier. Sebaliknya, jika semakin baik konsep rencana pemilihan karier pada siswa, maka hal tersebut dikarenakan didukung oleh regulasi diri dalam belajar yang semakin positif pada siswa.

Berdasarkan hasil penelitian penyebaran skala regulasi diri dalam belajar dan rencana pemilihan karier yang melibatkan 44 responden, keterkaitan atau hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier dikatakan ada, walau dalam persentase yang tidak terlalu besar dikarenakan ada faktor lain yang saling mempengaruhi masing-masing variable. Hasil dari regulasi diri dalam belajar, dikategorikan terdistribusi normal, begitu juga dengan rencana pemilihan karier dikategorikan terdistribusi normal walau bukan dalam persentase 100%, dikarenakan banyak faktor-faktor yang mungkin memiliki hubungan terhadap rencana pemilihan atau mungkin memiliki hubungan dengan variable lain yang lebih besar dalam persentasenya

SIMPULAN / CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan dibahas dalam bab sebelumnya dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier pada siswa XI SMAN 11 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. Hasil perolehan korelasi regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier sebesar $t_{hitung} 0,426 > 0,297 t_{tabel}$, artinya Semakin positif regulasi diri dalam belajar maka akan semakin baik juga rencana pemilihan karier. Dan sebaliknya, semakin baik konsep rencana pemilihan karier pada siswa, maka hal tersebut didukung oleh regulasi diri dalam belajar yang positif pada siswa.

Berdasarkan dengan hasil penelitian yang telah diperoleh berkenaan dengan hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan rencana pemilihan karier siswa kelas XI SMA Negeri 11 Bandar Lampung maka dengan ini penulis mengajukan saran kepada guru bimbingan dan konseling Guru hendaknya dapat membantu membangun regulasi diri yang baik pada siswa dan membimbing siswa dalam merencanakan pemilihan karier yang sesuai dengan pilihannya agar siswa dapat secara maksimal menyiapkan diri dalam proses pembelajaran dan menyiapkan pilihan kariernya. Dan guru BK hendaknya menyiapkan layanan dalam BK seperti layanan orientasi, layanan bimbingan kelompok atau layanan lain yang mampu membantu siswa dalam menyiapkan dan mengenal potensi.

Kepada siswa Diharapkan siswa mampu menerapkan regulasi diri dalam belajar, sehingga siswa dapat merencanakan pemilihan karier setelah menyelesaikan study dibangku sekolah.

Dan hendaknya siswa memahami tujuan dari pembelajaran yang dilakukan disekolah agar dapat membantu siswa merencanakan pemilihan karier yang sesuai dengan kemampuan atau hasil pembelajarannya.

Kepada peneliti selanjutnya, Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutny dalam mencari faktor lain yang memiliki hubungan regulasi diri dalam belajar atau faktor lain yang memiliki hubungan pada rencana pemilihan karier seperti penjelasan dalam pembahasan sebelumnya agar lebih memperkaya penelitian mengenai regulasi diri dalam belajar maupun rencana pemilihan karier.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti, hendaknya peneliti selanjutnya memperhatikan instrumen agar tidak terlalu banyak dan tidak terlalu sedikit jumlahnya pernyataan agar tidak mengakibatkan siswa jenuh dan menjawab asal-asalan.

DAFTAR RUJUKAN / REFERENCES

Azwar, S. 2013. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar Offset.

Hurlock, E. B. 1990. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

Manrihu. 1998. *Pengaruh Bimbingan Dan Konseling Karier*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan. Jakarta: Direktorat Pendidikan.

Mastuti, E. 2006. *Memahami Perilaku Prokontramisasi Akademik Berdasar Tingkat Self Regulation Learning Dan Trait Kepribadian*. (Laporan Penelitian DIPA PNBP Surabaya: Lembaga Penelitian Universitas Airlangga).

Papalia, D. E, and Old, S. W. 2001. *Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.

Rachadiani. 2002. *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Pilihan Karier Siswa*. (<https://text-id.123dok.com/document/lzggk8xvz-hubungan-antara-konsep-diri-dengan-pilihan-karier-siswa.html>. Online. Diakses Pada 9 Januari 2017).

Schunk. 2008. *Self-Regulation Of Learning And Performance; Issue And Educational Aplication*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publisher.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.

Sumanto. 2014. *Teori Dan Aplikasi Metode Penelitian*. Yogyakarta: CAPS (Center Of Academic Publishing Service.)

Syah, M. 2011. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Wahab, Rohmalina. 2015. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali Pers.