

*Original Article*

## Pengaruh kontrol diri terhadap pembuatan keputusan karier siswa

Ananda Rachmaniar \*)

Universitas Ma'soem

\*) Jalan Raya Cipacing No.22 Jatinangor, Kabupaten Sumedang, 45360, Indonesia; Email: [anandarachmaniar@masoemuniversity.ac.id](mailto:anandarachmaniar@masoemuniversity.ac.id)

**Article History:**

Received: 04/06/2020;  
Revised: 04/06/2020;  
Accepted: 04/06/2020;  
Published: 08/06/2020.

**How to cite:**

Rachmaniar, A. (2020).  
Pengaruh kontrol diri terhadap  
pembuatan keputusan karier  
siswa. *Terapeutik: Jurnal  
Bimbingan dan Konseling*, 4(1),  
pp. 07–13. DOI:  
10.26539/terapeutik.41281



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2020, Rachmaniar, A. (s).

**Abstrak:** Pembuatan keputusan karier pada siswa tingkat SMP seringkali dipengaruhi kontrol diri yang belum stabil dan cenderung mengikuti tuntutan dan aturan yang ada di lingkungannya. Siswa SMP memiliki kecenderungan membuat keputusan karier dengan melihat teman atau melakukan saran yang diberikan orang tua tanpa mempertimbangkan kemampuan yang dimilikinya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa besar kontribusi kontrol diri siswa terhadap kemampuan pembuatan keputusan karier. Penelitian dilakukan melalui pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Penelitian ini dilakukan di SMP N 1 Jatisari dengan subjek sebanyak 173 siswa/i kelas VIII yang ditentukan secara random. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki kontribusi terhadap kemampuan pembuatan keputusan karier, meskipun korelasinya rendah namun arahnya positif. Hal ini berarti bahwa dengan meningkatnya kontrol diri siswa maka dapat berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan pembuatan keputusan kariernya.

**Kata Kunci:** Kontrol Diri, Keputusan Karier

**Abstract:** Career decision making for junior high school students is often influenced by self-control that is not yet stable and tends to follow the demands and rules that exist in their environment. Middle school students have a tendency to make career decisions by looking at friends or taking advice given by parents without considering their abilities. This study aims to see how much the contribution of student self-control to career decision-making abilities. The study was conducted through a quantitative approach with a descriptive correlational method. This research was conducted in Jatisari 1 N Middle School with 173 subjects in class VIII determined randomly. The results showed that self-control has a contribution to career decision-making abilities, although the correlation is low but the direction is positive. This means that increasing student self-control can contribute to the improvement of their career decision-making abilities.

**Keywords:** Self Control, Career Decisions

### Pendahuluan

Pengambilan atau pembuatan keputusan tidak akan terlepas dalam kehidupan setiap seseorang. Setiap seseorang akan dihadapkan pada pembuatan keputusan, oleh karena itu, kemampuan pembuatan keputusan sangat penting dimiliki oleh seorang seseorang. Seringkali, keputusan yang diambil oleh seseorang khususnya remaja tidak mempertimbangkan aspek-aspek pengetahuan, sikap, emosi, dan kontrol diri sehingga cenderung ikut-ikutan teman. Kemampuan pembuatan keputusan karier dan kontrol diri bagi remaja sangatlah penting dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan.

Sejumlah kesulitan yang dihadapi remaja dalam mengambil keputusan biasanya bersifat adaptif, hal ini akan meningkatkan motivasi seseorang meminta bantuan kepada orang lain, ini semua dapat terjadi kemungkinan karena kurangnya informasi ketika mereka akan menentukan pilihan. Selain itu, kontrol diri pada remaja juga cenderung mempengaruhi mereka dalam pembuatan keputusan kariernya. Remaja yang memiliki kecenderungan kontrol diri dengan kondisi yang rendah akan membuat keputusan karier seandainya tanpa mempertimbangkan konsekuensi dan tanggung jawab yang harus dijalaninya. Rumusan masalah penelitian ini antara lain bagaimana pengaruh kontrol diri terhadap pembuatan keputusan karier oleh siswa. Secara umum, tujuan dari penelitian ini adalah menggambarkan secara empirik pengaruh kontrol diri terhadap pembuatan keputusan karier siswa/i kelas VIII di SMP Negeri 1 Jatisari. Keputusan karier pertama yang diperlukan oleh seorang remaja adalah pemahaman mengenai pilihan, minat, dan nilai, yang kedua adalah realitas eksternal (world of work) merupakan hal yang harus diperhitungkan saat melakukan pilihan karier (Andersen dan Vandehey, 2012). Kondisi lingkungan, pilihan karier, dan tindakan yang akan diambil merupakan kompetensi wajib yang harus dimiliki dalam pemilihan karier.

Pilihan seseorang tentang suatu pekerjaan atau sekolah lanjutan dipengaruhi oleh faktor dengan kecenderungan untuk mendapatkan ganjaran dan faktor pengharapan agar terjadinya perubahan dalam kehidupannya (Kursi, 2016). Oleh karena itu, pembuatan keputusan yang diambil oleh siswa SMP saat dihadapkan pada pilihan sekolah adalah keputusan yang dilakukan untuk mendapatkan pujian dari orang sekitar bahwa ia mampu menjadi seseorang yang bermakna oleh orangtua dan lingkungannya dengan mengikuti pilihan orang tua tentang sekolah lanjutannya tanpa mempertimbangkan dan mengambil sikap dengan harapan suatu saat nanti pilihan yang diambilnya tersebut tidak akan disalahkan oleh orang tuanya.

Zamroni, Sugiharto, & Tadjri (2014: 2) melakukan penelitian pada siswa/i kelas IX di SMP 1 Dawe Kudus, berdasarkan hasil penelitian diperoleh keterangan bahwa para peserta didik sebagian besar masih kurang mampu memahami potensi yang dimilikinya. Selain itu, Yulius (2014: 5) menemukan bahwa sebagian besar peserta didik kelas IX di SMP Negeri 9 Salatiga masih mengalami kesulitan dan kebingungan dalam membuat keputusan memilih sekolah lanjutan. pada bulan Agustus 2014 diperoleh data dari Badan Pusat Statistik (BPS) bahwa jumlah seluruh pengangguran di Indonesia sebanyak 7.240.000 orang, sebanyak 7,15% pengangguran berasal dari lulusan SMP.

Fajri (2017) melakukan penelitian mengenai kemampuan pembuatan keputusan karier kepada siswa/i kelas IX di SMP Negeri 26 Bandung, berdasarkan hasil penelitian diperoleh keterangan sebanyak 153 orang peserta didik (53,50%) berada pada kategori mampu, 128 orang peserta didik (44,76%) berada pada kategori cukup mampu, dan 5 orang peserta didik (1,75%) berada pada kategori tidak mampu. Dari penelitian Lestari (2015) menunjukkan bahwa kemampuan keputusan karier siswa/i kelas IX di SMP Kartika XIX-2 berada pada kategori tinggi (16%), sedang (77,5%), dan rendah (9,3%). Hal ini dapat dimaknai bahwa siswa kelas IX mampu menyebutkan cita-cita yang diinginkan, akan tetapi belum mampu mengidentifikasi kelemahan dan kelebihan yang dimiliki; mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak dan bersikap di kehidupan sehari-hari; memilih kelanjutan studi yang banyak dipilih oleh teman agar nanti saat masuk sekolah sudah memiliki teman; mengikuti ekstrakurikuler karena banyak teman; mengikuti kegiatan di luar sekolah karena perintah orang tua; berdiskusi mengenai informasi kelanjutan studi karena ajakan teman; dan membuat sebuah keputusan cenderung terburu-buru.

Perencanaan keputusan karier di masa mendatang secara tepat merupakan salah satu aspek yang sangat krusial dan penting untuk dibantu. Layanan bimbingan karier berfokus pada perencanaan kehidupan seseorang dengan mempertimbangkan keadaan dirinya dengan lingkungannya agar ia memperoleh pandangan yang lebih luas tentang pengaruh dari segala peranan positif yang layak dilaksanakannya dalam masyarakat (Sitti Rahmaniar Abubakar, 2011). Hal ini menempatkan pentingnya layanan bimbingan karier bagi siswa sebagai bagian integral pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah untuk meningkatkan pengenalan, pemahaman dan kesadaran diri siswa tentang potensi yang dimilikinya (Khairun, Sulastri, & Hafina, n.d.). Proses untuk keputusan karier pada siswa SMP memiliki kecenderungan dengan melihat temannya atau mengikuti saran orang tua tanpa mempertimbangkan

kemampuan yang dimilikinya. Berdasarkan hal tersebut, maka seringkali mereka kurang mampu mengontrol pengaruh dari lingkungannya.

Kontrol diri menurut Cavanagh & Levitov (2002, hlm. 211) adalah salah satu bagian yang terpenting dalam pengarahan diri yang dapat membantu seseorang menyalurkan energi dan memungkinkan untuk membimbing kehidupan mereka sendiri. Kontrol diri juga diartikan sebagai kemampuan menyusun, membimbing, mengatur serta seseorang diarahkan untuk membentuk perilaku pada konsekuensi yang positif (Farid, 2014). Kontrol diri menjadi suatu hal yang penting untuk diperhatikan sebagai langkah dalam mengarahkan karier seseorang, karena melalui kontrol diri seseorang dapat mengambil keputusan secara tepat dalam hidupnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2014) menunjukkan bahwa gambaran umum kontrol diri siswa kelas IV SDN 1 Lubuk Ngin tahun ajaran 2014/2015 secara umum memiliki tingkat kontrol diri sedang. Dengan demikian menyiratkan bahwa tingkat kontrol diri seorang seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh usia, namun lingkungan di sekitar juga memiliki peran yang signifikan. Penelitian tersebut menyiratkan bahwa kemampuan dalam mengontrol diri merupakan hal yang penting dalam kehidupan seorang seseorang. Steinberg, Papalia & Olds (Supriatna, 2004, hlm. 239) mengemukakan bahwa orang tua seringkali harus memutuskan yang boleh dan tidak boleh dilakukan oleh siswa, termasuk di dalamnya memilih dan mengambil keputusan tentang teman, sekolah, mode, dan karier.

Hasil temuan di lapangan di atas menunjukkan siswa tingkat remaja membuat keputusan karier hanya berdasarkan pada sikap like or dislike dengan salah satu pilihan. Siswa yang mengalami kebingungan serta perasaan bimbang tentang keputusan yang diambil yang terlihat dari sikap dan kompetensi pribadi yang minim terhadap pilihan-pilihan karier yang ada (Setiobudi, 2017). Berdasarkan hasil dari penelitian di atas, terdapat kesamaan yang menggambarkan bahwa masih banyak siswa tingkat SMP yang mengalami kesulitan dalam membuat keputusan yang berhubungan dengan karier terutama dalam kontrol diri pada saat membuat keputusan. Apabila kondisi seperti ini terus dibiarkan tanpa dilakukan pendampingan dan bimbingan karier, maka siswa dapat membuat keputusan karier tanpa alasan yang tepat, hal ini tentu akan mempengaruhi kariernya di masa depan. Manfaat yang dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah memberikan gambaran mengenai bagaimana upaya yang dapat dilakukan untuk mengembangkan kemampuan pembuatan keputusan karier siswa/i kelas VIII di SMP I Jatisari.

## Metode

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Sukmadinata (2013: 54) mengemukakan bahwa penelitian deskriptif menghasilkan informasi yang tepat dan gambaran yang secara sistematis, faktual, dan akurat. Penggunaan metode deskriptif korelasional adalah untuk melihat pengaruh kontrol diri terhadap kemampuan pembuatan keputusan karier siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Jatisari. Arikunto (2002, hlm. 108) mengemukakan bahwa populasi yaitu keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/i kelas VIII di SMP Negeri 1 Jatisari berjumlah 508 orang. Penentuan jumlah sampel di dalam penelitian ini mengacu pada pendapat Surakhmad (Riduwan, 2005, hlm. 65) yang mengemukakan bahwa apabila populasi yang ada itu di bawah 100 orang, maka sampel yang dapat digunakan sebesar 50%, namun bila jumlah populasi berada antara 100 sampai 1000, maka sampel yang dapat digunakan adalah sebesar 15%-50% dari jumlah populasi.

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, maka jumlah sampel dalam penelitian yaitu 34% ( $508 = 172.72$ ) 173 orang siswa. Penentuan uji validitas item instrumen dalam penelitian menggunakan penghitungan statistika berdasarkan rumus *Pearson Product Moment* dengan menggunakan bantuan perangkat lunak yaitu *Microsoft Excel 2010*. Penentuan derajat terhadap validitas suatu pernyataan dalam instrumen penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan uji signifikansi, yaitu apabila t-hitung lebih besar atau sama dengan t-tabel maka item tersebut dinyatakan valid dan instrumennya dapat digunakan untuk mengukur variabel. Akan tetapi apabila t-hitung lebih kecil daripada t-tabel maka item tersebut dinyatakan tidak valid dan tidak dapat digunakan untuk mengukur variabel yang akan diteliti.

Untuk melihat seberapa besar pengaruh kontrol diri terhadap kemampuan dalam pembuatan keputusan karier siswa, peneliti menggunakan bantuan perangkat lunak *Microsoft Excel 2010 For Windows*.

## Hasil dan Diskusi

Data penelitian diperoleh melalui penyebaran angket dengan jumlah sampel sebanyak 173 responden yang terdiri dari 12 kelas di SMPN 1 Jatisari. Pengukuran data melalui kuesioner untuk variabel yang diteliti berupa data ordinal. Nilai koefisien korelasi dapat menunjukkan keeratan hubungan antar variabel penelitian. Dari hasil perhitungan dengan menggunakan *Microsoft Excel 2010 For Windows* didapat koefisien korelasi sebesar 0.374, hal ini berarti hubungan yang rendah dan positif antara kontrol diri dengan kemampuan pembuatan keputusan karier.

Jika diinterpretasikan korelasi kontrol diri dengan kemampuan pembuatan keputusan karier adalah rendah karena berkisar antara 0.20–0.399 dan arahnya positif ini berarti apabila kontrol diri meningkat maka kemampuan pembuatan keputusan karier juga akan semakin baik. Statistik uji yang diperoleh  $t_{hitung} = 2.449$  dan  $t_{tabel} = 1.974$ , karena  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka koefisien bebas kontrol diri dengan kemampuan pembuatan keputusan karier berarti. Dengan kata lain, kontrol diri berpengaruh positif secara signifikan terhadap kemampuan seseorang dalam pembuatan keputusan karier. Melihat data penelitian yang menunjukkan pengaruh kontrol diri terhadap kemampuan seseorang dalam pembuatan keputusan karier itu hanya sebesar 5.79%, hal ini sangat wajar dan diterima karena dalam proses seseorang untuk pembuatan keputusan karier terdapat banyak faktor yang mempengaruhinya.

Kontrol diri merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk peka terhadap situasi dan lingkungan sekitarnya yang digunakan dalam mengontrol perilaku serta mengubah perilaku yang sesuai dengan kondisi dan situasi di lingkungan sekitarnya. Kontrol diri sangat dibutuhkan oleh seorang seseorang agar dapat mengendalikan diri dari perilaku-perilaku yang merusak dan merugikan diri sendiri serta orang lain di sekitarnya sehingga diterima oleh lingkungannya. Kontrol diri dapat membantu seorang seseorang untuk mengendalikan emosi, menyusun, membimbing, untuk mengatur, lalu mengarahkan dirinya untuk menampilkan perilaku yang positif agar dapat diterima lingkungan sosialnya. Kontrol diri dapat dimaknai suatu kemampuan seorang seseorang dalam membaca kondisi diri dan lingkungannya (Ghufron & Risnawita, 2010).

Selain itu, kemampuan untuk dapat mengontrol dan mengelola perilaku agar dapat sesuai dengan situasi dan kondisi, sehingga bisa sesuai dengan orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konfirmasi dengan orang lain, dan menutupi perasaan. Menurut Messina dan Messina (Ghufron & Risnawita, 2010) kontrol diri adalah tingkah laku seorang seseorang yang terfokus pada keberhasilan dalam mengubah dirinya, menangkalkan perasaan self-destructive, autonomy, atau terbebas dari pengaruh orang lain.

Kebebasan seorang seseorang dalam menentukan tujuan, kemampuan untuk memisahkan perasaan, pikiran rasional dan tingkah laku yang berfokus pada tanggung jawab pribadi. Dengan demikian melalui kontrol diri seseorang mampu menghindari berbagai konflik dan juga membuat diri menjadi lebih bijak dalam menyikapi kondisi yang terjadi pada seseorang maupun lingkungan. Carter & Alex (2012, hlm. 5) menjelaskan bahwa pada diri seorang seseorang itu terdapat suatu sistem pengaturan diri yang memusatkan perhatian terhadap pengontrolan diri. Proses kontrol diri ini adalah dapat menjelaskan tentang bagaimana diri dapat mengatur dan mengendalikan perilaku dalam menghadapi serta menjalani kehidupan sesuai kemampuan yang dimiliki seseorang.

Apabila seseorang mengendalikan perilakunya dengan baik, maka ia akan dapat menjalani kehidupannya dengan baik. Sebagai salah satu sifat kepribadian, kontrol diri pada setiap seseorang berbeda. Seseorang dengan kontrol diri yang baik mampu mengubah kejadian dan menjadikan hal itu sebagai cara yang utama untuk mengarahkan dan mengatur perilaku dalam keadaan konsekuensi positif, sedangkan seseorang dengan kontrol diri rendah akan menjadi hal sebaliknya (Aini & Mahardayani, 2011) Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengontrol pikiran, mengambil keputusan dan mengontrol perilaku yang sesuai dengan situasi dan kondisi, sehingga dapat membawa seseorang ke arah yang positif.

Kemampuan untuk mengontrol pikiran, mengambil keputusan dan mengontrol perilaku merupakan aspek-aspek kontrol diri. Setiap remaja memiliki mekanisme yang dapat membantu dalam mengatur dan mengarahkan yang dimiliki yang dapat diartikan dengan kontrol diri (Auliya, 2014). Kontrol diri termasuk ke dalam aspek sikap terhadap karier, ketika remaja mampu mengontrol perasaannya, nilai yang dianutnya, dan mengontrol persepsinya akan karier masa depan dapat dipastikan bahwa pembuatan keputusan yang dilakukannya bukan hanya sekedar ikut-ikutan orang lain baik itu orang tua, teman, maupun orang dewasa lainnya, pengaruh dari orang lain akan ia jadikan sebagai bahan untuk dipertimbangkan saat membuat keputusan kariernya.

Pembuatan keputusan merupakan inti dari perencanaan karier. Pembuatan keputusan karier seseorang yang baik, dengan menentukan seberapa efektif ia dapat meraih tujuan kariernya. Keputusan karier juga dapat dijadikan sarana mencapai kebahagiaan hidup dan masa depannya, dengan bimbingan karier seseorang mempunyai kemandirian dalam menentukan dan memilih karier yang dapat memberikan kebahagiaan hidup dan masa depannya (Sitti Rahmaniar Abubakar, 2011). Sejumlah kesulitan dalam pembuatan keputusan karier yang dihadapi seorang remaja bisa bersifat adaptif dan dapat meningkatkan motivasi untuk meminta bantuan orang lain.

Hal ini dapat terjadi manakala remaja kurang memiliki informasi mengenai karier yang akan dipilihnya, padahal setiap remaja hendaknya memahami bahwa karier itu adalah sebagai suatu jalan hidup yang akan dilalui (Abubakar, 2011). Selain itu, kestabilan emosi dan kemampuan mengontrol diri yang rendah juga dapat menyebabkan remaja meminta bantuan pada orang lain dalam memutuskan kelanjutan sekolahnya setelah lulus SMP.

Jika hal tersebut terus dibiarkan, maka disaat remaja mengalami kesulitan dan hambatan saat telah menjalani kariernya ia cenderung akan menampilkan perilaku yang tidak bertanggung jawab terhadap pilihan karier yang sudah dibuatnya. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri dan kemampuan seseorang dalam pembuatan keputusan karier merupakan hal yang tidak akan dapat dipisahkan, namun tidak pula selalu terikat antara satu dengan yang lainnya. Penelitian mengenai pengaruh kontrol diri terhadap kemampuan seseorang dalam pembuatan keputusan karier yang dilakukan masih memiliki keterbatasan.

Metode pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini hanya menggunakan angket kontrol diri dan kemampuan seseorang dalam pembuatan keputusan karier, sehingga data-data pendukung dari orang tua, guru, dan teman tidak terakomodasi. Penelitian yang dilakukan masih terbatas pada metode deskriptif korelasional menggunakan sampel dan tanpa dilakukan intervensi. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan dengan mengambil populasi yang lebih banyak agar hasil yang didapatkan dapat memberikan gambaran yang utuh mengenai profil kontrol diri serta pengaruhnya agar dapat dikembangkan program layanan bimbingan karier yang efektif dalam meningkatkan kemampuan pembuatan keputusan karier oleh siswa.

## Simpulan

---

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh kontrol diri terhadap kemampuan seseorang dalam pembuatan keputusan karier, dihasilkan bahwa kontribusi kontrol diri terhadap kemampuan dalam pembuatan keputusan karier oleh siswa adalah rendah, namun arahnya positif dengan kontribusi sebesar 5.79% dan koefisien korelasi sebesar 0.374. Dengan demikian diperoleh keternagan bahwa saat kontrol diri siswa meningkat maka akan berpengaruh juga terhadap kemampuannya dalam membuat keputusan karier.

Dengan demikian kontrol diri dan kemampuan seseorang dalam pembuatan keputusan karier merupakan sesuatu hal yang tidak terikat namun tetap berkaitan satu sama lainnya. Kontrol diri termasuk aspek penting dalam karier, melalui kontrol diri seseorang dapat mengambil keputusan yang dilakukannya dengan bijak bukan hanya sekedar ikut-ikutan orang tua, teman dan orang-orang yang

termasuk pada faktor luar diri seseorang, namun sebagai pertimbangan untuk proses dalam pengambilan keputusan seseorang terhadap kariernya.

Pengaruh kontrol diri terhadap kemampuan yang kecil dalam penelitian ini dikarenakan instrumen yang digunakan hanya mengukur siswa tanpa melibatkan pihak lain. Oleh karena itu, untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan melibatkan orangtua dan lingkungan sekitar siswa agar dapat melihat pengaruh kontrol diri terhadap kemampuan seseorang dalam pembuatan keputusan karier lebih mendalam sehingga dapat diketahui faktor lain di luar kontrol diri.

## Ucapan Terima Kasih

Alhamdulillah Rabbil'alamin, puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT Azza Wa Jalla terhadap rahmat dan karunia-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan penelitian dengan baik. Shalawat serta salam semoga tercurah pada Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat dan seluruh umatnya hingga akhir zaman. Pada kesempatan ini, peneliti menyampaikan terima kasih dan penghargaan sebesar-besarnya kepada kepala sekolah, staf guru, dan staf tata usaha SMPN 1 Jatisari yang telah memberikan izin dalam melaksanakan penelitian, serta seluruh siswa-siswi SMPN 1 Jatisari kelas VIII yang sudah bersedia menjadi sampel penelitian ini.

## Daftar Rujukan

- Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2011). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(2), 65–71.
- Andersen, P., & Vandehey, M. (2012). *Career Counseling and Development in Global Economy second edition*. USA: Brooks/Cole.
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Badan Pusat Statistik. (2014). Tenaga Kerja. [Online]. Tersedia: <https://www.bps.go.id/Subjek/view/id/6>.
- Auliya, M. (2014). Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Agresi pada Siswa SMA Negeri 1 Padangan Bojonegoro. *Character*, 2(3), 1–6.
- Carter, H., Ryan, C., & Alex, R. (2012). *Negative Cases in the Nexus Between Self-Control, Social Bonds, and Delinquency*. *Journal of Youth Violence and Juvenile Justice*, 11, (1), 3-25.
- Cavanagh, M. & Levitov, J. E. (2002). *The Counseling Experience*. USA: Waveland Press, Inc.
- Fajri, A. (2017). *Kontribusi stabilitas emosi terhadap kemampuan pembuatan keputusan karier siswa SMP*. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 1(2), 179-196.
- Farid, M. (2014). *Religiusitas, Kontrol Diri Dan Kenakalan Remaja*. 3(02), 126–129.
- Ghufron, N.M., & Risnawita, R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar Ruz Media.
- Goleman, Daniel. (1999). *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi/ Daniel Goleman; alih bahasa, Alex Tri Kantjono Widodo*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Khairun, D. Y., Sulastris, M. S., & Hafina, A. (n.d.). *Kematangan Eksplorasi Karier Siswa*.
- Kursi, A. M. (2016). *Pengaruh layanan informasi peminatan terhadap kemantapan pilihan sekolah lanjutan*. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 49. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v2i1.2063>
- Lestari, M. (2015). *Program Bimbingan Karier Untuk Mengembangkan Kemampuan Keputusan Karier Siswa (Penelitian Kuasi Eksperimen Terhadap Siswa Kelas IX di SMP Kartika XIX-2 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015)*. Tesis pada program studi BK SPS UPI Bandung: Tidak Diterbitkan.
- Riduwan, dan Kuncoro, E. (2013). *Cara Menggunakan dan Memaknai Path Analysis (Analisis Jalur)*. Bandung: Alfabeta.
- Sari, S. P. (2014). *Perbandingan Efektivitas Play Therapy Dan Psikodrama Dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa*. Tesis PPS UPI. Bandung: Tidak Diterbitkan.

- Setiobudi, J. (2017). *Pengaruh efikasi diri terhadap pengambilan keputusan karier pada siswa kelas xii sma negeri 1 kalasan*. Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling, 3(1), 98–111.
- Sitti Rahmaniar Abubakar. (2011). *Pelaksanaan Bimbingan Karier Bagi Siswa Sma Sebagai Persiapan Awal Memasuki Dunia Kerja*. Selami Ips, 1, 137–144. Retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/221358-pelaksanaan-bimbingan-karier-bagi-siswa-s.pdf>.
- Sukmadinata, N. S. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Supriatna, M. (2004). *Konseling Kelompok: Wawasan Konsep, Teori, dan Aplikasi Dalam Rentang Sepanjang Hayat*. Bandung: Publikasi Jurusan PPB FIP UPI.
- Zamroni, E., Sugiharto, D.Y.P., & Tadjri, I. (2014). *Pengembangan Multimedia Interaktif Bimbingan Karier Untuk Meningkatkan Keterampilan Membuat Keputusan Karier Pada Program Peminatan Siswa SMP*. Jurnal Bimbingan Konseling, 3 (2).

---

**Competing interests:**

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

---