

PENGARUH *SELF REGULATED LEARNING* TERHADAP KEMATANGAN KARIER PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING UNY

THE INFLUENCE OF SELF REGULATED LEARNING TOWARD CAREER MATURITY ON STUDENTS OF GUIDANCE AND COUNSELING UNY

Oleh: nur naningsih putri astuti, bimbingan dan konseling, fakultas ilmu pendidikan universitas negeri yogyakarta, nur.naningsih2015@student.uny.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self regulated learning* terhadap kematangan karier mahasiswa bimbingan dan konseling UNY. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan skala *self regulated learning* dan skala kematangan karier. Analisis data menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) sebanyak 22 mahasiswa (13,3%) memiliki *self regulated learning* dengan kategori tinggi, 144 mahasiswa (86,7%) memiliki *self regulated learning* dengan kategori sedang, dan tidak ada mahasiswa yang memiliki *self regulated learning* dengan kategori rendah; (2) sebanyak 53 mahasiswa (31,9%) memiliki kematangan karier dengan kategori tinggi, 113 mahasiswa (68,1%) mahasiswa memiliki kematangan karier dengan kategori sedang, dan tidak ada mahasiswa yang memiliki kematangan karier dengan kategori rendah, (3) *self regulated learning* berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap kematangan karier mahasiswa bimbingan dan konseling UNY dengan sumbangan efektif sebesar 20,2%. Dengan demikian, diketahui bahwa dengan memiliki *self regulated learning* tinggi maka akan dapat meningkatkan kematangan karier.

Kata kunci: *self regulated learning*, kematangan karier

Abstract

The purpose of this study was determine the effect of self regulated learning toward career maturity on guidance and counseling students of Yogyakarta State University. This research was quantitative research. Scale of self regulated learning and scale of career maturity has used to collect the data. Data analysis was using simple linear regression analysis. The result of this study show that: (1) 22 students (13,3%) have high level of self regulated learning and 144 students (80,67%) have moderate level of self regulated learning; (2) 53 students (31,9%) have high level of career maturity and 113 students (68,9%) have moderate level of career maturity; (3) self regulated learning has positive and significant effect toward career maturity in guidance and counseling students of Yogyakarta University with effective contribution at 20,2%. Thus, it is known that by having high self regulated learning will be able to increase career maturity.

Keywords: *self regulated learning*, career maturity

PENDAHULUAN

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen pendidikan yang ada di Indonesia. Layanan bimbingan dan konseling diperlukan sebagai sarana dalam membantu peserta didik untuk memfasilitasi tugas-tugas perkembangannya. Sutirna^[1] Peserta didik yang dimaksud tidak hanya peserta didik dalam lingkup pendidikan formal (sekolah) akan tetapi juga dalam pendidikan nonformal (luar sekolah) dan

pendidikan informal (lingkungan keluarga) bahkan bagi guru, tutor, calon guru, calon tutor, dan dapat juga bagi para orang tua serta masyarakat. Salah satu komponen dalam pendidikan formal misalnya sekolah yaitu layanan bimbingan dan konseling.

Salah satu bidang yang ada dalam layanan bimbingan dan konseling yaitu bidang belajar. Sugihartono^[2] menyatakan belajar merupakan suatu proses memperoleh pengetahuan dalam

bentuk perubahan tingkah laku dan kemampuan dalam bereaksi yang relatif permanen atau menetap karena terjadi adanya interaksi individu dengan lingkungannya. Mahasiswa belajar di perguruan tinggi untuk mempersiapkan diri untuk karier yang diinginkan. Dalam hal ini mahasiswa BK belajar untuk menjadi konselor selama berada di bangku perkuliahan. Proses belajar tersebut mahasiswa membutuhkan strategi belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Strategi belajar ini yang disebut *self regulated learning* (SRL).

Pada dasarnya, belajar memiliki tujuan agar kemampuan yang ada pada diri manusia dapat berkembang secara optimal. Tujuan dari belajar ini dapat tercapai dengan hasil yang maksimal jika individu dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Keberhasilan proses belajar mengajar ditentukan oleh beberapa faktor, baik faktor internal dan faktor eksternal individu. *Self regulated learning* dapat diartikan sebagai pembelajaran mandiri yang merupakan faktor internal individu yang dimiliki oleh pembelajar baik tenaga pendidik maupun peserta didik.

Peneliti melakukan observasi dan wawancara terbatas kepada beberapa mahasiswa bimbingan dan konseling UNY bahwa mereka mengetahui arah karier dari jurusan bimbingan dan konseling tetapi dalam proses belajarnya belum bisa merencanakan atau melakukan suatu strategi untuk mencapai kariernya dengan alasan hanya mengikuti alur pembelajaran kampus yang ada. Hung mengemukakan bahwa ketika memasuki tahap belajar pada tingkat pendidikan tinggi, mahasiswa masih terbawa kebiasaan yang mereka jalani selama menempuh pendidikan di SMA.

Mahasiswa baru masih menjadi peserta didik yang pasif dalam mencari pengetahuan. Diperkuat dengan pendapat Istiningrum^[3] kondisi mahasiswa yang pasif tersebut menyebabkan mahasiswa mengalami SRL yang rendah.

SRL diperlukan oleh mahasiswa untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Tujuan pembelajaran akan tercapai apabila mahasiswa memiliki keadaan psikologis yang baik. SRL yang baik akan membantu mahasiswa untuk mengurangi kecemasan akademik sebagaimana dalam penelitian Pratiwi^[4] yang menunjukkan bahwa kecemasan akademik siswa akan menurun apabila siswa memiliki SRL yang baik. Selain itu, SRL juga dapat menjadi faktor pendukung bagi mahasiswa untuk mencapai karier yang diinginkan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Istiningrum^[3] bahwa mahasiswa dengan tingkat SRL rendah cenderung kesulitan ketika diharuskan menyelesaikan permasalahan yang terjadi di dunia nyata. Sementara itu, dunia kerja menginginkan agar lulusan perguruan tinggi mampu bekerja untuk menyelesaikan permasalahan aktual yang dihadapi dalam lingkup pekerjaan.

Kemampuan SRL yang rendah pada mahasiswa dapat menghambat proses perkuliahan dan kematangan karier mahasiswa. Kematangan karier mahasiswa berkaitan dengan masa dewasa awal. Santrock menyatakan dalam Izzaty^[5] masa dewasa awal merupakan peralihan dari masa remaja akan tetapi belum dewasa sepenuhnya. Pada masa dewasa awal merupakan fase eksplorasi di mana individu dengan usia 18 - 21 tahun berada dalam perkembangan spesifikasi, yaitu individu diharuskan untuk mempersempit arah karier pada

umumnya menjadi satu arah tertentu. Apabila individu sudah mampu menentukan dan merencanakan kariernya dengan baik maka dapat diasumsikan ia akan mampu mengambil langkah selanjutnya yang diperlukan untuk melaksanakan keputusannya tersebut.

Pemilihan pekerjaan dapat diawali dengan memilih jurusan di perguruan tinggi. Dalam memilih jurusan, individu harus mempertimbangkan bakat dan minatnya agar sesuai dengan karier yang diinginkan. Namun kenyataannya masih banyak individu yang merasa salah memilih jurusan. Kondisi ini sesuai dengan wawancara awal pada beberapa mahasiswa BK UNY yang menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa belum mengetahui tentang jurusannya ketika memasuki awal kuliah. Mahasiswa tidak memilih jurusan sesuai dengan kemampuannya sehingga mengalami kesulitan dalam proses perkuliahan. Mahasiswa kurang memiliki gambaran mengenai jurusan yang dipilih ketika mendaftarkan diri kuliah.

Salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk mewujudkan karier yang diharapkan sehingga tercipta manusia yang berkualitas yaitu melalui proses belajar. Berdasarkan kondisi rendahnya SRL yang kurang baik pada mahasiswa tahap tersebut dan fenomena terhambatnya kematangan karier yang ada pada mahasiswa tersebut maka peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh SRL terhadap kematangan karier mahasiswa khususnya mahasiswa bimbingan dan konseling.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *ex post facto* dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self regulated learning* terhadap kematangan karier mahasiswa bimbingan dan konseling UNY.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNY pada bulan Mei 2019.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa BK UNY. Populasi penelitian ini mahasiswa BK sebanyak 285 mahasiswa. Adapun jumlah sampel yang digunakan sejumlah 166 mahasiswa pada angkatan 2018, 2017, 2016, 2015, dan 2014 yang masih aktif menjadi mahasiswa BK.

Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala *self regulated learning* dan skala kematangan karier. Terdapat empat alternatif pilihan jawaban pada setiap item yang menunjukkan tingkat kesesuaian mahasiswa dengan pernyataan yang diajukan. Empat alternatif pilihan jawaban tersebut adalah sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai.

Validitas dan Reliabilitas

Penelitian ini menggunakan validitas konstruk. Validitas konstruk digunakan karena instrumen yang digunakan untuk mengukur sikap cukup memenuhi validitas konstruk. Untuk menguji validitas ini digunakan pendapat dari ahli (*expert judgement*). Kemudian peneliti melakukan

uji coba instrumen penelitian. Uji coba instrumen dilakukan untuk mengetahui konsistensi item dalam instrumen penelitian. Uji coba instrumen penelitian dilakukan pada 50 mahasiswa BK UNY yang menjadi subjek penelitian memiliki karakteristik sama seperti subjek utama penelitian. Validasi isi diukur dengan menggunakan korelasi *Product Moment*.

Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan rumus *Alpha Chronbach*. Rumus *Alpha Chronbach*. Reliabilitas skala *self regulated learning* adalah sebesar 0,714 sedangkan reliabilitas skala kematangan karier sebesar 0,714.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini akan menggunakan uji persyaratan analisis dan uji hipotesis. Uji persyaratan analisis berupa uji normalitas dan uji linearitas, selanjutnya dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis dilakukan menggunakan uji regresi linier sederhana dalam menganalisis hipotesis pada penelitian ini dengan perhitungan menggunakan *SPSS 23 for Windows*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. *Self Regulated Learning*

Variabel *self regulated learning* (X) diukur melalui skala *self regulated learning* yang terdiri atas 35 item pernyataan dengan 4 alternatif jawaban dimana memiliki rentang skor 1 sampai skor 4 sehingga skor minimal yang dapat diperoleh sebesar 35 dan skor maksimal yang dapat diperoleh sebesar 140.

Berikut adalah tabel sebaran data kategori *self regulated learning* pada mahasiswa bimbingan dan konseling UNY.

Tabel 1. Sebaran Data Kategorisasi *Self Regulated Learning*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	22	13,3%
Sedang	144	86,7%
Rendah	-	-
Jumlah	166	100%

Sumber : Data Primer Diolah, 2019

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa bimbingan dan konseling UNY memiliki *self regulated learning* dengan kategori tinggi sebanyak 22 mahasiswa (13,3%) dan kategori sedang sebanyak 144 mahasiswa (86,7%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa program studi bimbingan dan konseling UNY memiliki *self regulated learning* kategori sedang.

b. Kematangan Karier

Variabel kematangan karier (Y) diperoleh melalui skala kematangan karier yang terdiri atas 31 item pernyataan dengan 4 alternatif jawaban dimana memiliki rentang skor 1 sampai skor 4, sehingga skor minimal yang dapat diperoleh sebesar 31 dan skor maksimal yang dapat diperoleh sebesar 124.

Berikut adalah tabel sebaran data kematangan karier pada mahasiswa bimbingan dan konseling UNY.

Tabel 2. Sebaran Data Kategorisasi Kematangan Karier

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	53	31,9%
Sedang	113	68,9%
Rendah	-	-
Jumlah	166	100%

Sumber: Data Primer Diolah, 2019

Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa bimbingan dan konseling UNY memiliki kematangan karier dengan kategori tinggi sebanyak 53 mahasiswa (31,9%) dan kategori

sedang sebanyak 113 mahasiswa (68,9%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa program studi bimbingan dan konseling UNY memiliki kematangan karier kategori sedang.

c. Uji Prasyarat Analisis

1. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil perhitungan dengan bantuan program *SPSS Statistic 23.0 for Windows* diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,200. Nilai signifikansi $0,200 > 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa data variabel penelitian berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

Berdasarkan hasil perhitungan dengan bantuan program *SPSS Statistic 23.0 for Windows* diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,480. Nilai signifikansi $0,480 > 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa variabel-variabel penelitian mempunyai hubungan yang linear.

3. Uji Hipotesis

Analisis regresi linear sederhana digunakan untuk mengukur pengaruh variabel independen (X) yaitu *self regulated learning* terhadap variabel dependen (Y) yaitu kematangan karier. Syarat kelayakan untuk melakukan analisis ini sudah terpenuhi yaitu variabel penelitian berdistribusi normal dan memiliki hubungan yang linear.

Hipotesis penelitian ini adalah “*self regulated learning* terhadap kematangan karier mahasiswa bimbingan dan konseling UNY”. Berikut ini adalah hasil uji hipotesis penelitian menggunakan analisis regresi linear sederhana

dengan bantuan program *SPSS Statistic 23.0 for Windows*.

Tabel 3. Output *SPSS Coefficients* Regresi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	63,802	4,154		15,359	,000
srl	,274	,042	,450	6,448	,000

a. Dependent Variable: karier

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai konstan (a) adalah sebesar 63,802. Koefisien regresi (b) menunjukkan nilai sebesar 0,274. Nilai signifikansi berdasarkan perhitungan secara statistik menunjukkan bahwa nilai signifikansi adalah $0,000 < 0,05$ dengan persamaan regresinya yaitu $Y = 63,802 + 0,274X$. Model regresi ini mempunyai arti bahwa jika tidak ada *self regulated learning* (X) maka nilai konsisten kematangan karier adalah sebesar 63,802 dan setiap penambahan 1 tingkat *self regulated learning* (X), maka kematangan karier (Y) akan meningkat sebesar 0,274.

Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian ini, dapat ditarik simpulan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *self regulated learning* terhadap kematangan karier pada mahasiswa bimbingan dan konseling UNY. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien regresi sebesar 0,274 dan nilai konstanta sebesar 63,802 maka pengaruh kedua variabel tersebut positif dan signifikan. Artinya semakin tinggi *self regulated learning* maka semakin tinggi pula tingkat kematangan karier dan sebaliknya.

Tingkat *self regulated learning* yang dimiliki mahasiswa BK UNY adalah sebanyak 22 mahasiswa (13,3%) termasuk dalam kategori tinggi dan 144 mahasiswa (86,7%) termasuk dalam kategori sedang. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat *self regulated learning* mahasiswa yang menjadi responden penelitian ini sebagian besar termasuk dalam kategori sedang. Tingkat *self regulated learning* mahasiswa kategori sedang berarti mahasiswa belum terlibat secara aktif dalam proses perkuliahan akan tetapi tidak juga mengacuhkan perkuliahannya. Belum optimalnya *self regulated learning* mahasiswa ini seperti yang dikatakan Zimmerman^[6] bahwa regulasi diri untuk belajar dapat terjadi apabila individu mampu memproses dirinya sendiri (*person*) secara tepat dan strategis untuk mengatur perilaku (*behavior*) dan lingkungan (*environment*) belajar yang sedang berlangsung. Tingkat penguasaan mahasiswa pada aspek kemampuan mengatur diri (kognitif), kemampuan strategi sosial-emosional (motivasi), dan kemampuan strategi dalam berperilaku menunjukkan sejauh mana keterlibatan mahasiswa dalam belajar mereka, ketiga aspek tersebut berada pada tingkat sedang. Pendapat tersebut mendukung hasil penelitian ini yang mana menyatakan bahwa tingkat *self regulated learning* mahasiswa bimbingan dan konseling UNY sebagian besar berada pada kategori sedang.

Sementara itu, tingkat kematangan karier yang dimiliki mahasiswa BK UNY berdasarkan hasil penelitian ini adalah sebanyak 53 mahasiswa (31,9%) termasuk dalam kategori tinggi dan 113 mahasiswa (68,1%) termasuk dalam kategori sedang. Hal ini diketahui bahwa tingkat kematangan karier pada mahasiswa BK UNY yang

menjadi responden penelitian ini sebagian besar termasuk dalam kategori sedang. Faktor kematangan karier yang dapat dipengaruhi oleh proses pembelajaran mandiri yaitu berupa perencanaan karier di antaranya mendorong untuk merencanakan langkah-langkah logis dalam pilihan kariernya, mendorong mahasiswa untuk memilih tujuan arah karier. Eksplorasi karier, di antaranya menilai diri sendiri terhadap kemampuan dalam karier yang dipilih, memiliki gambaran arah karier yang dipilih, serta memiliki preferensi diri untuk memilih karier. Informasi terkait karier di antaranya mendorong untuk mencari informasi mengenai pilihan karier yang akan memperbanyak wawasan individu terkait dengan karier, pengetahuan tentang dunia kerja berkaitan dengan tugas pada pekerjaan tertentu, informasi tentang kelompok pekerjaan yang lebih disukai berupa meningkatnya pengetahuan individu untuk memahami persyaratan kerja, baik keterampilan maupun persyaratan fisik. Realisasi keputusan karier berupa meningkatnya kemampuan individu dengan pemilihan karier yang sesuai serta berbagai kemungkinan yang menjadi permasalahan dalam pengambilan keputusan karier tersebut. Beberapa indikator tersebut mendukung bagaimana kematangan karier dapat melekat pada mahasiswa sehingga sesuai apabila sebagian besar mahasiswa BK UNY memiliki tingkat kematangan karier pada tingkat sedang. Hal ini sejalan dengan pendapat Super dalam Winkel & Hastuti^[7] yang menyatakan bahwa individu sudah mulai mengupayakan agar dirinya memiliki pemahaman yang lebih terutama tentang informasi pekerjaan, membuat rencana, memikul tanggung jawab, alternatif-alternatif

karier, pilihan karier sehingga dinyatakan siap bekerja.

Hasil uji hipotesis analisis regresi sederhana pada penelitian ini menunjukkan bahwa nilai sigifikansi adalah 0,00 lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa *self regulated learning* berpengaruh secara signifikan terhadap kematangan karier mahasiswa BK UNY. Adapun nilai koefisien korelasi yaitu sebesar 0,274 sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh positif *self regulated learning* terhadap kematangan karier mahasiswa BK UNY. Sementara itu, sumbangan efektif *self regulated learning* terhadap kematangan karier adalah sebesar 20,2% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti *locus of control*, *self efficacy*, faktor demografis, kepribadian, dan lain sebagainya. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan *self regulated learning* berpengaruh terhadap kematangan karier pada mahasiswa BK UNY. Hal tersebut berarti peningkatan dan penurunan kematangan karier mahasiswa BK UNY dipengaruhi oleh *self regulated learning* dalam diri mahasiswa BK UNY. Zimmerman^[6] menyatakan dalam faktor-faktor yang mempengaruhi SRL yaitu interaksi antara faktor pribadi (person) dan lingkungan dapat menjadi salah satu yang menyebabkan munculnya matang atau tidaknya keputusan karier seseorang. Jika individu memiliki keinginan untuk mencapai target karier yang telah ditentukan dan melakukannya dengan baik agar mencapai level yang tinggi, maka individu tersebut lebih berkemungkinan untuk terlibat dalam menentukan

strategi belajar dengan antusiasme yang lebih besar dibandingkan dengan individu yang memiliki target pencapaian yang rendah.

Hasil penelitian ini relevan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hartiningtyas, Purnomo, & Elmunyah^[8] mengenai hubungan antara *self regulated learning* dan *locus of control internal* dengan kematangan vocational siswa SMK mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara *self regulated learning* dengan kematangan karier. Individu yang memiliki sikap mandiri dalam belajar dapat mengetahui apa yang harus dilakukan agar belajarnya efektif dan dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Individu mengetahui apa saja yang harus dilakukan dalam belajar untuk mencapai kompetensi tertentu. Dengan demikian individu yang memiliki *self regulated learning* biasanya memiliki kematangan karir yang berhubungan dengan apa yang akan dilakukan di masa mendatang.

Terbuktinya hipotesis dalam penelitian ini dapat memberikan informasi bahwa *self regulated learning* mahasiswa perlu ditingkatkan agar kematangan karier mahasiswa dapat meningkat karena semakin tinggi *self regulated learning* mahasiswa maka semakin tinggi pula kematangan karier mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *self regulated learning* mahasiswa maka semakin rendah pula kematangan karier mahasiswa. Diterimanya hipotesis ini erat kaitannya dengan pendapat Zimmerman^[6] yang menjelaskan bahwa individu yang memiliki *self regulated learning* yang baik, maka dapat membuat keputusan sendiri tanpa dipengaruhi oleh orang lain, dapat mengandalkan diri sendiri, dan lebih bertanggung jawab pada keputusan yang

telah dipilih. Selain itu, Super dalam Nurillah^[9] menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat kematangan karier secara keseluruhan dapat dibagi dalam faktor internal yang berasal dari dalam diri individu dan faktor eksternal yang berasal dari luar individu. Salah satu faktor internal di antaranya adalah prestasi individu yang mana prestasi tersebut dapat diperoleh melalui *self regulated learning* yang baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh data bahwa *self regulated learning* memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap kematangan karier mahasiswa bimbingan dan konseling UNY. Maka dengan demikian dapat diartikan bahwa hipotesis yang diajukan “terdapat pengaruh positif *self regulated learning* dengan kematangan karier pada mahasiswa bimbingan dan konseling UNY” dapat diterima.

Saran

1. Bagi Mahasiswa

- a. Mengevaluasi dan menindaklanjuti setiap proses perkuliahan sehingga dapat mengetahui hal-hal yang perlu ditingkatkan guna memperbaiki proses belajarnya agar memperoleh hasil yang optimal di kemudian hari.
- b. Mahasiswa diharapkan dapat mematangkan kariernya dimulai dari pengenalan dirinya sendiri mengenai minat dan bakat dengan

mempertahankan cita-cita untuk mencapai prestasi karier yang diinginkan

2. Bagi Perguruan Tinggi

Perguruan tinggi tempat belajar mahasiswa dapat menerapkan program pengajaran berupa kunjungan wajib ke suatu tempat yang sesuai dan relevan dengan program studi agar dapat meningkatkan keyakinan diri akan keputusan kariernya. Dengan begitu, mahasiswa diharapkan dapat memiliki proses pembelajaran yang realistis dalam kehidupan nyata sehingga mendorong mahasiswa memiliki kematangan karier yang baik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang ingin meneliti topik yang sama dapat menggali informasi lebih dalam mengenai *self regulated learning* maupun kematangan karier serta melakukan penelitian mengenai kemungkinan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kedua variabel tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- ^[1]Sutirna. (2013). Bimbingan dan konseling: pendidikan formal, nonformal, dan informal. Yogyakarta: Andi Offset.
- ^[2]Sugihartono, dkk. (2015). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- ^[3]Istiningrum, A. A. (2017). Peningkatan self-regulated learning skills mahasiswa pada mata kuliah akuntansi pengantar melalui problem-based learning. *Cakrawala pendidikan. Tahun XXXVI No. 1*, 81-90.
- ^[4]Pratiwi, A. P. (2009). Hubungan antara kecemasan akademis dengan self-regulated learning pada siswa rintisan sekolah bertaraf internasional di SMA Negeri 3 Surakarta. *Skripsi*. Fakultas psikologi, Universitas Diponegoro Semarang.
- ^[5]Izzaty, R. E. dkk. (2013). *Perkembangan peserta didik*. Yogyakarta: UNY Press.

- [6] Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Education Psychology*. Vol 81, 329-339.
- [7] Winkel, W. S. & Hastuti, M. M. S. (2006). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- [8] Hartiningtyas, L., Purnomo, & Elmunyah, H. (2016). Hubungan antara *self regulated learning* dan *locus of control internal* dengan kematangan vokasional siswa SMK. *Journal of Education*. Vol 1(6), 1127-1136.
- [9] Nurrillah, S. A. L. (2017). Program bimbingan karier untuk meningkatkan kematangan karier mahasiswa. *Journal of innovative counseling*. Vol 1(1), 67-85.