

SELF-REGULATED LEARNING DAN OPENNESS TO EXPERIENCE TERHADAP ADAPTABILITAS KARIER REMAJA

Lucky Purwantini¹ purwantini.lucky@gmail.com

Selma Rene Mariki Rais²

Prodi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi

Abstrak. Remaja memiliki banyak tugas perkembangan. Beberapa diantaranya adalah mencapai kemandirian ekonomi dan dapat melakukan persiapan karier dengan melakukan perencanaan karier yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki dan menguji pengaruh *self-regulated learning* dan *openness to experience* terhadap adaptabilitas karier pada remaja. Responden pada penelitian ini adalah 386 siswa. Metode *cluster sampling* digunakan dalam penentuan responden. Pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan kuesioner. Alat ukur yang digunakan adalah skala *self-regulated learning* dengan nilai $r=0.929$, skala *big-five inventory* dengan nilai $r=0.883$ dan skala adaptabilitas karier dengan nilai $r=0.925$. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan analisis regresi berganda dalam program SPSS for windows. Hasil analisis menunjukkan bahwa *self regulated learning* ($\beta=0.225$, $p<0,05$) dan *openness to experience* ($\beta=0.685$, $p<0,05$) secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap adaptabilitas karier.

Kata Kunci: *Self-regulated learning, adaptabilitas karier, remaja.*

Abstract. Adolescents have many developmental tasks, some of them are to achieve economic independence and can make career preparations by doing a proper career planning. The aims of the study are investigate and examine the effect of self-regulated learning and openness to experience in the career adaptability on adolescents. Respondents in this research were 386 students. Cluster sampling method was used to determine the respondents. Interview and questionnaire method are applied in this study. The scale used was self-regulated learning scale with $r=0.929$, big-five inventory scale with $r=0.883$ and career adaptability scale with $r=0.925$. Analysis data was conducted using multiple regression method in SPSS for windows. The result shown that self regulated learning ($\beta = 0.225$, $p < 0.05$) and openness to experience ($\beta = 0.685$, $p < 0.05$) together had an effect in the career adaptability on adolescents.

Keywords: *Self-regulated learning, career adaptability, adolescents.*

Pendahuluan

Pendidikan dan pekerjaan merupakan bentuk karier seseorang sebagai peristiwa yang berlangsung dalam hidupnya. Pendidikan dan pekerjaan yang berlangsung dalam rentang kehidupan merupakan sarana untuk mengekspresikan dan mengembangkan potensi diri yang dimiliki seseorang. Seseorang yang sukses mengembangkan potensi dirinya dalam pendidikan dan pekerjaan tak luput dari perencanaan dan pengambilan keputusan yang matang karena hal ini menyangkut keberhasilan kariernya di masa depan. Karier merupakan suatu hal yang penting bagi manusia dalam kehidupannya.

Ekaningrum (Sisca & Gunawan, 2015) menyatakan bahwa karier digunakan untuk menjelaskan peran seseorang dalam status pekerjaan. Karier seseorang mengalami proses perkembangan dan proses ini dimulai sejak dini, yaitu dari usia kanak-kanak sampai tua yang memiliki tahapan perkembangan karier. Oleh karena itu, perencanaan karier sedini mungkin akan memudahkan seseorang untuk mempertimbangkan karier yang akan mereka inginkan (Beuder dalam Istriyanti & Simarmata, 2014). Perencanaan dan persiapan karier sedini mungkin dapat dilakukan oleh seseorang ketika memasuki masa MA/SMA/SMK, tempat mereka memilih jurusan dan belajar sesuai dengan minatnya yang akan membantunya dalam pemilihan karier di masa depan.

Pelajar Indonesia yang berada di bangku MA/SMA/SMK, setelah lulus bagi mereka yang ingin melanjutkan ke perguruan tinggi jenjang S1, dihadapkan untuk memilih jurusan perkuliahan. Sedangkan bagi mereka yang memutuskan untuk bekerja dihadapkan untuk memilih bidang kerjanya. Di Indonesia, pelajar MA/SMA/SMK biasanya berada pada rentang usia 16 sampai 24 tahun. Usia ini masuk pada tahap perkembangan remaja dan terdapat tugas perkembangan yang harus diselesaikan, diantaranya mencapai kemandirian ekonomi, merancang masa depan serta mengambil keputusan yang berkaitan dengan karier. Namun, seringkali mereka mengalami kebingungan bahkan kesulitan dalam melakukan pengambilan keputusan karier secara tepat.

Berdasarkan hasil wawancara pada November 2018 di salah satu MA/SMA/SMK kota Bekasi. Diketahui bahwa setiap siswa memiliki masalah berbeda terkait adaptabilitas karier, diantaranya masih merasa kebingungan dalam

menentukan pilihan karier dan program studi meskipun setelah menerima bimbingan karier. Selain itu siswa merasa belum memiliki persiapan, alternatif dan antisipasi untuk menghadapi kendala yang mungkin ditemui dalam perjalanan karier atau pendidikannya. Siswa lainnya menyatakan bahwa mereka belum sepenuhnya memiliki persiapan yang matang akan masa depannya. Perbedaan masalah dan alasan terkait adaptabilitas karier seseorang karena seorang pelajar tentunya memiliki karakteristik kepribadian yang berbeda antara satu orang dengan yang lainnya.

Kepribadian dapat memengaruhi cara seseorang dalam menyiapkan dan merancang masa depannya. Menurut Yowell, et al (dalam Sisca & Gunawan, 2015; Christi, 2015; Dursun & Argan, 2017) menyatakan bahwa faktor kepribadian mempunyai korelasi dengan adaptabilitas karier. Hal ini dapat dilihat dari cara pelajar berinteraksi dengan lingkungan pendidikannya. Sebanyak 500.000 murid kelas 10 dan 12 dilaporkan didiskualifikasi pada dua hari pertama penyelenggaraan ujian di Negara bagian Uttar Pradesh, India karena ketahuan berbuat curang dengan menyontek (International.kompas.com).

Perilaku tersebut mencerminkan bahwa pelajar terindikasi memiliki ciri kepribadian disiplin diri rendah, pemalas dan lebih mungkin mudah menyerah saat menemui kesulitan dalam mengerjakan sesuatu. Dalam teori *big-five personality*, ciri kepribadian ini dikenal sebagai ciri dari dimensi kepribadian *conscientiousness* yang rendah. Selain kepribadian, terdapat beberapa faktor yang memengaruhi adaptabilitas karier, salah satunya adalah regulasi diri dalam belajar (*self-regulated learning*) (Indianti, 2015). SRL (*Self-Regulated Learning*) merupakan cara efektif bagi pelajar untuk memaksimalkan potensi akademis mereka dan dianggap penting untuk kesuksesan akademis.

Landasan Teori

Self Regulated Learning

Self-Regulated Learning (SRL) adalah kemampuan seseorang untuk mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri dalam berbagai cara sehingga mendapat hasil belajar yang optimal (Wolters dalam Arrahmawati, 2014). Zimmerman (Zimmerman & Martinez-Pons, 1990) menyatakan bahwa upaya seorang pelajar untuk mengatur pembelajarannya melibatkan tiga buah

determinan: (1) proses pribadi, (2) lingkungan, dan (3) perilaku. Strategi memungkinkan pelajar untuk secara pribadi mengatur perilaku dan lingkungan mereka serta fungsi kognitifnya.

Zimmerman (Zimmerman, 1989) mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai tingkatan di mana seseorang secara aktif dapat meregulasi dirinya dengan melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku dalam proses belajar untuk meningkatkan pencapaian akademik. Menurut Zimmerman (Putri, 2017) *self-regulated learning* terdiri atas tiga aspek pengaturan diri dalam kegiatan akademis, yaitu metakognisi, motivasi, dan perilaku. Sedangkan faktor pendorong *self-regulated learning* diantaranya, keyakinan diri, motivasi dan tujuan Stone, Schunk & Swartz (Fasikhah & Fatimah, 2013).

Big-Five Personality

Kata *personality* dalam bahasa Inggris berasal dari Yunani-Kuno *prosopon* atau *persona* yang artinya “topeng” yang biasa dipakai artis dalam teater. Alport (Alwisol, 2014) mendefinisikan kepribadian adalah organisasi dinamik dalam sistem psikofisiologik seseorang yang menentukan model penyesuaiannya yang unik dengan lingkungannya. Salah satu teori kepribadian yang sering digunakan untuk menjelaskan kepribadian seseorang adalah *big-five personality*.

Big-five personality adalah suatu model yang kemudian menjadi suatu teori kepribadian yang dapat memprediksi dan menjelaskan perilaku (Feist & Feist, 2014). *Big-five personality* seringkali dikenal dengan sebutan kepribadian OCEAN (*Openness to experience, conscientiousness, extraversion, agreeableness, neuroticism*). Salah satu dimensi dari *big-five personality* adalah *trait openness to experience*. Trait ini membedakan antara kepribadian orang yang kreatif, terbuka, dan cenderung imajinatif dengan orang sederhana, cenderung konservatif dan konvensional (Goldberg dalam Sovayunanto & Nurdibyanandharu, 2017).

Adaptabilitas Karier

Menurut Savickas (1997) asal kata adaptasi adalah tepat, cocok, sesuai yang berarti cepat untuk belajar atau mengerti sesuatu, makna dasar ini sudah digunakan dalam konstruksi pembangunan karier. Kata adaptasi dalam bahasa Latin dan Prancis, berasal dari kata *to ad aptare*, yang artinya adalah "sesuai".

Savickas (1997) hadir memperkenalkan konstruk adaptabilitas karier sebagai konstruk pengganti kematangan karier.

Savickas (dalam Angelia, 2012) mendefinisikan adaptabilitas karier sebagai kesiapan untuk mengatasi tugas yang terprediksi untuk mempersiapkan dan turut berperan dalam pekerjaan, serta mampu mengatasi situasi yang tidak terduga yang mungkin muncul sebagai perubahan dalam pekerjaan dan kondisi kerja. Savickas (Fatmawiyati, Ratu, Putra, Muqoddam & Wicaksono, 2018) menjelaskan empat dimensi adaptabilitas karier yang merupakan suatu tugas perkembangan karier yang spesifik, yakni kepedulian (*concern*), pengendalian (*control*), keingintahuan (*curiosity*) dan keyakinan (*confidence*).

Faktor yang dapat memengaruhi adaptabilitas karier, diantaranya keluarga (Bergen dalam Angelia, 2012), efikasi diri, pengalaman kerja dan institusi pendidikan (Sisca & Gunawan, 2015). Jadi, dapat disimpulkan, adaptabilitas karier adalah kesiapan dan kematangan seseorang dalam merencanakan dan menindaklanjuti rancangan masa depannya dengan siap bertanggungjawab terhadap diri sendiri dan mampu menyesuaikan dirinya dengan hal-hal yang tak terduga terkait kondisi di lingkungannya.

Remaja

Istilah remaja (*adolesense*) berasal dari kata *adolescere* yang artinya “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa. Masa remaja dimulai pada saat anak perempuan mengalami menstruasi yang pertama (*menarche*) sedangkan pada anak laki-laki yaitu pada saat keluarnya cairan semen. Monks (2002) menyatakan, remaja adalah individu yang berusia antara 12-21 tahun yang sedang mengalami masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, dengan pembagiannya: (a) 12-15 tahun termasuk masa remaja awal, (b) 15-18 tahun termasuk masa remaja pertengahan (*madya*), dan (c) 18-21 tahun termasuk remaja akhir.

Berdasarkan uraian fenomena di atas, perlunya dilakukan penelitian tentang adaptabilitas karier dan peneliti tertarik untuk mengungkap bagaimana adaptabilitas karier pada remaja terutama pada siswa/i MA/SMA/SMK di kota Bekasi yang diduga memiliki hubungan dengan kepribadian dan *self-regulated learning* siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh antara

self-regulated learning dan dimensi *big-five personlity* terhadap adaptabilitas karier dan perbedaan adaptabilitas karier siswa MA/SMA/SMK kota Bekasi.

Metode Penelitian

Subjek Penelitian ini adalah siswa/i kelas XII MA/SMA/SMK kota Bekasi yang berjumlah 386 siswa. Teknik pengambilan data yang digunakan adalah *probability sampling* dengan metode *cluster sampling*. Teknik ini digunakan untuk menentukan sampel objek yang akan diteliti atau sumber datanya sangat luas (Purwanto, 2016). Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan kuesioner. Instrumen penelitian menggunakan skala *self-regulated learning* yang disusun sendiri oleh penulis dengan nilai reliabilitas sebesar 0,929.

Skala *Big-Five Inventory* (BFI) milik John & Srivastava yang diterjemahkan ke dalam budaya dan bahasa di Indonesia oleh Ramdhani (2012). Nilai reliabilitas yang diperoleh skala BFI sebesar 0.883. Skala adaptabilitas karier hasil adaptasi dari *Career Adaptabilities Scale + Cooperation Scale (CAAS+C)* milik Savickas dan Porfeli (2015) yang diterjemahkan dalam bahasa Indonesia. Nilai reliabilitas yang diperoleh skala CAAS+C sebesar 0.925. Analisis data dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 20.00 *for windows*.

Untuk menjawab hipotesis yang diajukan, peneliti melakukan uji korelasi untuk mengukur kekuatan hubungan antar variabel. Kemudian uji regresi untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara satu variabel dengan variabel lainnya.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Uji Hipotesis Variabel *Self-Regulated Learning* dengan Adaptabilitas Karier

Variabel	Kofisien Korelasi (<i>r</i>)	Sig (ρ)	Keterangan
<i>self-regulated learning</i> dengan adaptabilitas karier	0.272	0.000	H _{a1} diterima

Tabel di atas menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi (*r*) *self-regulated learning* dengan adaptabilitas karir pada siswa kelas XII sebesar $r = 0,272$ dengan taraf signifikansi $\rho = 0,000$ dimana ($p < 0,05$). Artinya terdapat hubungan signifikan antara *self-regulated learning* dengan adaptabilitas karier. Dari hasil uji korelasi tersebut dapat disimpulkan bahwa H_{a1} diterima, H₀₁ ditolak.

Tabel 2. Uji Korelasi Dimensi *Openness to Experience* dengan Adaptabilitas Karier

Variabel	Kofisien Korelasi (<i>r</i>)	Sig (ρ)	Keterangan
<i>openness to experience</i> dengan adaptabilitas karier	0.381	0.000	H _{a2} diterima

Tabel di atas menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi (*r*) *openness to experience* dengan adaptabilitas karir pada siswa kelas XII sebesar $r = 0,381$ dengan taraf signifikansi ($\rho < 0,05$). Artinya terdapat hubungan signifikan antara *openness to experience* dengan adaptabilitas karier. Dari hasil uji korelasi tersebut dapat disimpulkan bahwa H_{a2} diterima, H₀₂ ditolak.

Tabel 3. Uji Regresi *Self-Regulated Learning* dan *Openness to Experience* terhadap Adaptabilitas Karier

Model	Koefisien β	Sig (ρ)
Constans	90.174	0.000
<i>Self-Regulated Learning</i>	0.225	0.001
<i>Openness to Experience</i>	0.685	0.000
Uji F		23.138
R		0.405 ^b
Koefisien Determinasi (R ²)		0.164
Adjusted R ²		0.157

Berdasarkan hasil uji regresi ganda, diketahui bahwa faktor yang berpengaruh signifikan terhadap adaptabilitas karier adalah *self-regulated learning* ($\beta = 0.225$, $\rho < 0.05$) dan *openness to experience* ($\beta = 0.685$, $\rho < 0.05$). Nilai R square yang diperoleh adalah 0.164, artinya 16,4% adaptabilitas karier dipengaruhi oleh faktor-faktor tersebut, sedangkan 83,6% dipengaruhi atau diprediksi oleh faktor lain. Nilai F = 23.138, $\rho < 0.05$ maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi adaptabilitas karier secara signifikan. *Self-regulated learning* dan *openness to experience* masing-masing mempunyai pengaruh positif signifikan terhadap adaptabilitas karier. Artinya semakin tinggi *self-regulated learning* dan *openness to experience* semakin tinggi adaptabilitas karier. Dari hasil uji regresi ganda tersebut dapat disimpulkan bahwa H_{a3} diterima, H₀₃ ditolak.

Adaptabilitas karier merupakan kesiapan individu dalam menindaklanjuti rancangan karier dan beradaptasi dengan perubahan tak terduga terkait kariernya.

Adaptabilitas karier yang tinggi ditunjukkan apabila individu mampu merencanakan karier dan merealisasikannya serta mampu beradaptasi dengan hal tak terduga terkait perkembangan karier. Seorang siswa kelas XII yang akan menyelesaikan pendidikan menengah atas (MA/SMA/SMK) merupakan seorang remaja yang paling tidak sudah memiliki gambaran terkait jurusan kuliah atau jenis pekerjaan yang akan dipilih.

Pada remaja, pemilihan dan perencanaan karier atau bidang pekerjaan merupakan salah satu tugas perkembangan yang harus dijalankan. Santrock (2012) menjelaskan bahwa eksplorasi terhadap berbagai jalur karier merupakan suatu hal yang penting dalam perkembangan karier remaja. Oleh karena itu remaja yang peduli dengan kariernya akan mempersiapkan masa depan karier sebaik mungkin. Usaha individu dalam meraih impian karier selalu melibatkan pengelolaan kognisi, motivasi dan perilaku yang dalam hal ini dikenal sebagai *self-regulated learning* (SRL).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan adaptabilitas karier dengan nilai $r=0.272$, $p<0.05$. Hasil penelitian ini diperkuat dengan hasil penelitian Kanwal dan Naqvi (2016) yang menyatakan adanya hubungan positif antara *self-regulated learning* dengan pengambilan keputusan karier. Selanjutnya asil dari penelitian oleh Indianti (2015) yang menyatakan bahwa dukungan sosial dalam pembangunan adaptabilitas karier menjadi bermakna apabila dimediasi oleh regulasi diri.

Remaja yang dapat merencanakan karier dengan baik biasanya cenderung memiliki strategi SRL yang baik, ini dilakukan sebagai bentuk tanggungjawab terhadap dirinya dalam mempersiapkan karier masa depan. Dapat dikatakan bahwa SRL menjadi sebuah keterampilan penting yang harus dimiliki oleh remaja, sebab tanpa adanya SRL ini tampaknya akan sulit membangun adaptabilitas karier yang kuat.

Menurut Cervon & Pervin (Sovayunanto & Nurdibyanandaru, 2017) *self regulation* merupakan istilah umum proses kepribadian yang melibatkan motivasi diri secara langsung. Istilah tersebut menunjukkan bahwa orang-orang memiliki kapasitas untuk memotivasi diri sendiri dalam menentukan dan menyusun tujuan-tujuan, memiliki strategi melakukan evaluasi dan memodifikasi perilaku.

Perilaku merupakan reaksi akibat adanya sebuah stimulus eksternal atau internal yang diterima oleh individu. Perilaku ini erat kaitannya dengan kepribadian yang merupakan gambaran perilaku dan perasaan seseorang yang telah menetap dalam diri serta menjadi pembeda antara individu satu dengan yang lainnya. Kepribadian merupakan salah satu faktor internal dalam kesuksesan adaptabilitas karier. Pada dasarnya, kepribadian merupakan salah satu faktor penting tentang apa yang dilakukan individu terhadap karier mereka. Ketika individu dihadapkan pada pemilihan karier maka ia akan berusaha untuk terus melakukan sesuatu dan optimis meraih apa yang menjadi impian kariernya.

Hal ini tercermin dari kepribadian individu melalui usaha dan perilakunya karena kemampuan adaptabilitas karier akan berbeda setiap individu sesuai dengan sifat kepribadian. Ketika sifat-sifat kepribadian subjek kelas XII dievaluasi, mereka yang memiliki trait positif diantara trait dimensi *big-five personality* dapat dikatakan memiliki adaptabilitas karier yang cukup baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sifat positif terbanyak dimiliki oleh subjek dengan kecenderungan kepribadian *openness to experience*. Berdasarkan hasil dari 386 subjek yang telah mengisi kuesioner BFP dapat diketahui 138 subjek memiliki kecenderungan kepribadian *openness* yang kuat dari 239 subjek yang memiliki kecenderungan kepribadian *openness*.

Dimensi *openness to experience* menjelaskan bahwa seseorang dengan kecenderungan kepribadian ini adalah mereka yang memiliki keterbukaan wawasan dan orisinalitas ide, penuh dengan rasa penasaran dan mau menerima atau sudut pandang baru. Hal inilah yang membuat siswa dengan kecenderungan kepribadian *openness* lebih mudah dalam merencanakan dan memutuskan perencanaan karier karena mereka telah memiliki pengetahuan dan pengalaman yang lebih luas sebelumnya. Menurut Pecjak & Kosir (Utami, Grasiawaty & Akmal, 2018) siswa dengan karakteristik *openness* akan lebih cepat menentukan jurusan dalam proses pengambilan keputusan dibandingkan siswa yang tidak memiliki karakteristik *openness*.

Artinya siswa yang memiliki kecenderungan kepribadian ini cenderung tidak mudah mengalami kebimbangan karier. Siswa dengan kecenderungan *openness* dan ia adalah seorang *self-regulated learner* akan memberikan kemudahan bagi

dirinya dalam merencanakan karier, menentukan langkah atau strategi sebagai usahanya untuk mencapai kesuksesan karier.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan maka dapat ditarik simpulan bahwa terdapat hubungan positif antara *self-regulated learning* dengan adaptabilitas karier remaja. Terdapat hubungan positif antara *openness to experience* dengan adaptabilitas karier remaja. Terdapat pengaruh antara *self-regulated* dan *learning openness to experience* terhadap adaptabilitas karier remaja. Beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan bagi berbagai pihak, sebagai berikut: *Pertama*, siswa remaja diharapkan dapat melakukan evaluasi positif terhadap peristiwa sepanjang hidup. Siswa remaja hendaknya mulai merencanakan karier sejak awal masuk kelas XII dan melakukan serangkaian kegiatan yang mampu mendukung pencapaian kariernya, seperti mengikuti pelatihan, memiliki target belajar dan terbuka dengan wawasan dan pengalaman. *Kedua*, Tenaga pendidik diharapkan turut serta membantu siswa dalam menentukan pilihan karier yang sesuai dengan memberikan layanan bimbingan konseling, memberikan pelatihan dan seminar serta mengevaluasi kedua hasil tersebut.

Kepustakaan

- Alwisol. (2014) *Psikologi kepribadian edisi revisi*. Cetakan Kedua belas. Malang: UMM Press
- Angelia, M. (2012). Hubungan antara adaptabilitas karier dan prestasi akademik pada mahasiswa Universitas Indonesia. *Skripsi*. Depok: Universitas Indonesia.
- Arrahmawati. (2014). Hubungan antara kecemasan akademis dengan *self regulated learning* pada siswa SMA program akselerasi. *Skripsi*. Bekasi: Universitas Islam “45”, tidak dipublikasikan.
- Christi, E. F. (2015). Hubungan antara faktor kepribadian *conscientiousness* dengan kematangan karier pada mahasiswa angkatan 2011-2012 fakultas Psikologi UKSW. *Skripsi*. Universitas Kristen Satya Wacana, dipublikasikan
- Dursun, M. T., & Argan, M. T. (2017). Does Personality Affect Career Adaptability?. *International Journal of Humanities Social Sciences and Education (IJHSSE)*, 4(10), 107–115. Diunduh dari: www.arcjournals.org
- Feist, J., & Feist, J. G. (2014). *Teori kepribadian*. Edisi Ketujuh. Jakarta: Salemba

- Fasikhah, S., & Fatimah, S. (2013). Self regulated learning (SRL) dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(1), 145-155
- Fatmawiyati, J., Ratu, R. S., Putra, A. G. G., Pires, C. A., Muqoddam, F., & Wicaksono, I. M. (2018). Filsafat Ilmu & Manusia: telah Variabel Adaptabilitas Karier. *Article*. Diunduh pada: 02/12/18, 16.21
- Indianti, W. (2015). Dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar untuk membangun adaptabilitas karier pada mahasiswa baru Universitas Indonesia. *Disertasi*. Universitas Indonesia, dipublikasikan
- Istriyanti, N. L. A., & Simarmata, N. (2014). Hubungan antara regulasi diri dan perencanaan karier pada remaja putri Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(2), 301-310
- Kanwal, H., & Naqvi, I. (2016). Self-regulation and career decision making among undergraduate students. *National Institute of Psychology, QAU, Islamabad, Pakistan*, 18(2), 508-526
- Monks, F. J. (2002). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Cetakan Keempat belas: Yogyakarta: Gajah Mada University Press
- Purwanto, E. (2016). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Cetakan I. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Putri, M. R. (2017). Hubungan antara self-regulated learning dan stres akademik pada mahasiswa skripsi. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, dipublikasikan
- Ramdhani, N. (2012). Adaptasi bahasa dan budaya inventory big-five. *Jurnal Psikologi*, 39(2), 189-207.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span development: Perkembangan masa hidup (edisi ketigabelas)*. Jakarta: Erlangga
- Savickas, M. L. (1997). Career adaptability: An integrative construct for life-span, life-space theory. *The Career Development Quarterly*, (45), 247-259
- Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2015). The career adapt-abilities scale + cooperation scale. Diunduh dari: www.vocopher.com
- Simatupang, M., Baihaqi, A., & Guritna, T. (2022). The meaning of work and work performance on autism therapist: The mediating role of employee engagement. *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 7(8), 165-172.
- Simatupang, M. (2020). Budaya organisasi sebagai variable prediktor sebagai organizational citizenship behavior pada karyawan koperasi. *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 5(1), 8-19

- Sisca., & Gunawan, W. (2015). Gambaran adaptabilitas karier remaja. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 111-119
- Sovayunanto, R., & Nurdibyanandaru, D. (2017). Pengaruh big-five personality dan self-regulated learning pada prestasi akademik siswa SMA Negeri di Kota Tarakan. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, (6), 89-114.
- Utami, S. A., Grasiswaty, N., & Akmal, S. Z. (2018). Hubungan tipe kepribadian berdasarkan big-five theory personality dengan keseimbangan karier pada siswa SMA. *Jurnal Psikogenesis*, 6(1), 11-18
- Zimmerman, B. J., & Shucnk, D. H. (1990) *Self-regulated learning and academic achievement: Theory, research & practice*. New York: Springer Verlag
- Zimmerman, B. J., & Martinez-Pons, M. (1990). Student differences in self-regulated learning: relating grade, sex, and giftedness to self-efficacy and strategy use. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 51-59.