



KONTROL DIRI TERHADAP PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIER SISWA

Ezra Addo Setiawan¹

¹Fakultas Sosial Humaniora dan Seni / Jurusan Psikologi, addosetiawan15@gmail.com, Universitas Sahid Surakarta

ABSTRACT

This study aims to determine the level of self-control that influences students' career decision-making. Adolescents who have low self-control tendencies will make career decisions without considering the consequences and responsibilities they have to endure. The subjects of this study were seven junior high school students with an age range of 14–15 years. Data collection techniques in this study used direct observation and interview techniques. The results of this study showed that the students who were interviewed said they made career decisions of their own free will, but some of them were due to their parents, and some made decisions after considering their family circumstances. Based on the results of research on self-control in students' career decision-making, it was found that the contribution of self-control to decision-making abilities was still quite low but had a positive direction. so that the higher the student's self-control, the more influential he is in his decision-making.

Keywords: self-control, adolescents, and adolescent behavior.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kontrol diri mempengaruhi dalam pengambilan keputusan karier siswa. Remaja yang memiliki kecenderungan kontrol diri dengan kondisi yang rendah akan membuat keputusan karier seandainya tanpa mempertimbangkan konsekuensi dan tanggung jawab yang harus dijalaninya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif. Subjek penelitian ini adalah siswa-siswi SMP berjumlah 7 responden dengan rentang usia 14-15 tahun. Teknik pengambilan data pada penelitian ini menggunakan teknik observasi dan wawancara secara langsung. Hasil dari penelitian ini adalah siswa-siswi yang diwawancarai menjawab keputusan kariernya atas keinginan sendiri, akan tetapi ada sebagian yang dikarenakan orang tuanya, serta ada yang mengambil keputusan setelah mempertimbangkan keadaan keluarganya. Berdasarkan hasil penelitian mengenai kontrol diri terhadap pengambilan keputusan karier siswa, dihasilkan bahwa kontribusi kontrol diri terhadap kemampuan pengambilan keputusannya masih cukup rendah akan tetapi memiliki arah yang positif. Sehingga semakin tinggi kontrol diri siswa maka semakin berpengaruh juga dalam pengambilan keputusannya.

Kata kunci : Kontrol diri, Remaja, Perilaku Remaja.

1. 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 seseorang. Seringkali, keputusan yang diambil oleh seseorang khususnya remaja tidak mempertimbangkan aspek-aspek pengetahuan, sikap, emosi, dan kontrol diri sehingga cenderung mengikuti temannya. 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 seenaknya tanpa mempertimbangkan konsekuensi dan tanggung jawab yang harus dijalaninya. Rumusan masalah penelitian ini antara lain bagaimana kontrol diri terhadap pembuatan keputusan karier oleh siswa. Secara umum, tujuan dari penelitian ini adalah menggambarkan kontrol diri dalam pembuatan keputusan karier siswa/i kelas IX di SMP Negeri 04 Surakarta. 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. 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).

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. Jadi dalam pengambilan keputusan untuk karier masih sangat perlu adanya bimbingan dan pendampingan, sehingga siswa/i dapat memutuskan kariernya dengan alasan yang jelas sesuai keinginan dan minat dirinya masing-masing. Manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah memberikan gambaran upaya dalam menangani, membimbing, dan mendampingi serta dalam meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan karier siswa/i di SMP Negeri 4 Surakarta.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Landasan Teori

2.1.1. Pengertian Kontrol Diri

Pendapat kontrol diri diungkapkan oleh Colhoun dan Acocella (1990), Tangney, Baumeister & Boone (2004), Averill (2011). Calhoun dan Acocella (1990) kontrol diri adalah pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Pengertian yang di maksud menekankan pada kemampuan dalam mengelolah yang perlu di berikan sebagai bekal untuk membentuk pola prilaku pada individu yang mencakup dari keseluruhan proses yang membentuk dalam diri individu ynag berupa pengaturan fisik, psikologis, dan perilaku. Tangney, Baumeister & Boone (2004) kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan dimasyarakat agar mengarah pada perilaku positif. Dapat diartikan bahwa seseorang secara mandiri mampu memunculkan perilaku positif. Kemampuan kontrol diri yang terdapat pada seseorang memerlukan peranan penting interaksi dengan orang lain dan lingkungannya agar membentuk kontrol diri yang matang, hal tersebut dibutuhkan karena ketika seseorang diharuskan untuk memunculkan perilaku baru dan mempelajari perilaku tersebut dengan baik.

Sedangkan menurut Averill (Ghuftron & Risnawati, 2011) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan

sesuatu yang diyakini. Pengertian yang dikemukakan oleh Averill menitik beratkan pada seperangkat kemampuan mengatur dalam memilih tindakan yang sesuai dengan yang diyakininya.

Dapat disimpulkan bahwa kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif serta merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat dilingkungan sekitarnya.

2.1.2. Aspek-Aspek Kontrol Diri

Menurut Averill (Ghufron & Risnawati, 2016) terdapat 3 aspek kontrol diri, yaitu :

Kontrol Perilaku (Behavior Control) merupakan kesiapan atau kemampuan seseorang untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini berupa diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (regulated administration) dan kemampuan memodifikasi stimulus (stimulus modifiability).

Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktu berakhir dan membatasi intensitasnya.

Kontrol Kognitif (Cognitive Control) adalah kemampuan individu untuk mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (information gain) dan melakukan penilaian (appraisal). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segisegi positif secara subjektif.

Kontrol dalam Mengambil Keputusan (Decision Making) merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Menurut Block dan Block ada tiga jenis kualitas kontrol diri yaitu, Over Control, Under Control dan Appropriate Control. Over Control merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus. Under Control merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan

bebas tanpa perhitungan yang masak. Sementara *Appropriate Control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendaikan impuls secara tepat.

2.1.3.Faktor-Faktor Kontrol Diri

Dalam hal ini, kontrol diri sangatlah berperan penting bagi kehidupan remaja. Kontrol diri yang terdapat pada dalam diri tidaklah sama, hal tersebut dipengaruhi faktor-faktor yang mempengaruhi dalam pembentukannya. Kontrol diri sebagai mediator psikologis dan berbagai perilaku. Kemampuan untuk menjauhkan dari perilaku yang mendesak dan memuaskan keinginan adaptif, orang yang memiliki kontrol diri yang baik maka individu tersebut dapat mengarahkan perilakunya, sebaliknya jika individu yang memiliki kontrol diri yang rendah akan berdampak pada ketidakmampuan mematuhi perilaku dan tindakan, sehingga individu tidak lagi menolak godaan dan implus. Menurut Ghufron & Risnawati (2012) membagi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri menjadi 2 (dua), yaitu :

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia dan kematangan. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu. Kematangan merupakan urutan perubahan yang dialami individu secara teratur yang ditentukan oleh faktor genetik. Pada dasarnya individu berkembang dalam cara yang terpola secara genetik, kecuali jika gangguan atau hambatan oleh faktor lingkungan (pengalaman/sesuatu yang diperoleh dalam kehidupan) yang bersifat merusak.

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian Nasichah (2000) menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Oleh sebab itu, bila orangtua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan orangtua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap kekonsistensian ini akan di internalisasi anak. Di kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

Lebih lanjut faktor kontrol diri menurut menurut Baumeister & Boden (1998) adalah sebagai berikut:

Orang tua, hubungan dengan orang tua memberikan bukti bahwa ternyata orang tua mempengaruhi kontrol diri anak-anaknya. Pada orang tua yang mendidik anaknya dengan keras dan otoriter akan menyebabkan anak-anaknya kurang dapat mengendalikan diri serta kurang peka terhadap peristiwa yang dihadapi. Sebaiknya orang tua sejak dini sudah mengajari anak untuk mandiri memberikan kesempatan untuk menentukan keputusannya sendiri, maka anak-anak akan lebih mempunyai kontrol diri yang baik

Faktor budaya, setiap inividu yang berada dalam suatu lingkungan akan terkait budaya dilingkungan tersebut. Setiap lingkungan akan mempunyai budaya yang berbedabeda dengan budaya dari lingkungan lain. Hal demikian mempengaruhi kontrol diri seseorang sebagai anggota lingkungan tersebut. Dalam kehidupan sehari-hari setiap individu sangatlah dituntut dalam

mengendalikan dirinya sendiri. Hal tersebut karena manusia ialah makhluk sosial, yang tidak bisa berdiri sendiri tanpa bersosialisasi dan berkomunikasi dengan orang-orang dilingkungannya. Kontrol diri sangat berperan penting dalam bersosialisasi tersebut. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan dapat bersosialisasi dengan baik dan dapat mengantisipasi stimulus dari luar. Tinggi rendahnya kontrol diri pada individu dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa pembentukan kontrol diri tidak semata-mata dibangun secara praktis, namun secara berangsur dan berlanjut sehingga menjadi sesuatu yang melekat pada individu.

3. METODE PENELITIAN

3.1. Metode Penelitian

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif, yang digunakan untuk memahami data Kenya dari data yang terkumpul agar mudah memperoleh informasi yang detail. Menurut David Williams (1995), penelitian kualitatif melibatkan peneliti yang mengumpulkan data berdasarkan latar alamiah. Karena dilakukan secara wajar atau tidak tergesa-gesa, maka hasil sayembara juga sah dan dapat digugat. Berdasarkan informasi pada paragraf sebelumnya, jelas bahwa penelitian kualitatif memerlukan pengumpulan dan analisis data deskriptif.

Kajian saat ini mengkaji secara dekat satu topik dalam satu obyek yang relevan dan memperlakukannya sebagai satu contoh. Data untuk kasus penelitian disediakan oleh semua organisasi yang diperiksa dan berkomitmen. Subyek penelitian merupakan kumpulan data yang dapat memberikan informasi terkait dengan masalah yang teridentifikasi selama penelitian. Teknik wawancara digunakan untuk membuat subjek penelitian. Menurut Lexy J. Moleong pengertian wawancara merupakan suatu percakapan dengan tujuan-tujuan tertentu, pada metode ini peneliti dan responden berhadapan langsung (face to face) untuk mendapatkan informasi secara lisan dengan tujuan mendapatkan data yang dapat menjelaskan permasalahan penelitian.

3.2. Subjek Penelitian

No	Nama	Keterangan
1	N.Y	Siswa SMP Kelas 9
2	A.N	Siswa SMP Kelas 9
3	F.B	Siswi SMP Kelas 9
4	L.F	Siswi SMP Kelas 9
5	G.A.R	Siswa SMP Kelas 9
6	G.K	Siswi SMP Kelas 9
7	G.A	Siswa SMP Kelas 9

3.3. Pengumpulan Data

Metode untuk mengumpulkan data untuk penelitian ini adalah wawancara observasi.

Menurut Robert Kahn dan Channel, pengertian wawancara adalah jenis interaksi khusus yang terjadi untuk mencapai tujuan tertentu dan difokuskan pada area konten dunia tertentu melalui

proses eliminasi bahan-bahan tertentu yang tidak ada komunikasi yang berkelanjutan dan berkelanjutan. Pada tahap wawancara, subjek dituntut untuk memberikan informasi yang sesuai dengan apa yang diketahui dan dihasilkan di area komunikasi Asmara pada tahap SMP. Tujuan wawancara adalah untuk mengumpulkan informasi secara perlahan dan menyeluruh dari berbagai sumber yang tidak dapat dipercaya. Wawancara dilakukan dengan narasumber dalam jarak dekat dengan tatap muka agar percakapan dapat berlangsung secara privat dan dapat diketahui kondisi informan saat ini.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di sekolah secara langsung. Subjek adalah siswa siswi dari SMP Negeri 04 Surakarta, usia sekitar 14-15 tahun. Jumlah sumber data penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa penelitian kualitatif lebih mementingkan informasi yang banyak dan lebih valid serta mendalam dari beberapa informan daripada memiliki banyak informan. Dari hasil wawancara semua responden rata-rata mengatakan bahwa keputusan kariernya setelah lulus dari SMP adalah keputusan dari dirinya sendiri tetapi ada yang dari keputusan orang tua. Dari sebagian besar subjek yang memutuskan dari dirinya sendiri itu dilakukan setelah mempertimbangkan keadaan dari keluarganya. Hal ini seperti apa yang dikemukakan oleh Ghufron & Risnawati (2012) yang dimana kontrol diri remaja dapat dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu internal dan eksternal. Faktor internalnya dari kontrol diri yang ikut andil dalam memutuskannya sedangkan eksternalnya karena lingkungan keluarga yang dimana orang tua ikut andil dalam mengambil keputusan dari remaja tersebut.

Ada yang mengambil keputusan dikarenakan keadaan keluarga atau ekonomi orang tua, dikarenakan ekonomi keluarganya yang sebenarnya dia ingin melanjutkan pendidikan diharuskan mengambil keputusan dengan bekerja membantu ekonomi keluarga, hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Averill (Ghufron & Risnawati, 2016), Kontrol kognitif adalah kemampuan individu untuk mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan.

Dalam hal ini kontrol diri sangatlah berpengaruh dalam pengambilan keputusan karier para siswa. Orang yang memiliki kontrol diri yang baik maka individu tersebut dapat mengarahkan perilakunya, sebaliknya jika individu yang memiliki kontrol diri yang rendah akan berdampak pada ketidakmampuan mematuhi perilaku dan tindakan, sehingga individu tidak lagi menolak godaan dan implus.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kontrol diri terhadap pengambilan keputusan karier siswa, dihasilkan bahwa kontribusi kontrol diri terhadap kemampuan pengambilan keputusannya masih cukup rendah akan tetapi memiliki arah yang positif. Sehingga semakin tinggi kontrol diri siswa maka semakin berpengaruh juga dalam pengambilan keputusannya. 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.

Dari hasil penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan yang dimana masih tidak adanya keterlibatan pihak lain seperti orang tua dari siswa-siswi. Oleh karena itu, untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat mengembangkan penelitian ini dengan keterlibatan orang tua dan lingkungan sekitar siswa.

5.2. SARAN

Untuk para siswa-siswi remaja yang masih dalam masa kebingungan dalam pengambilan keputusan kariernya, hendaknya bicarakan dengan hati ke hati atau secara tulus kepada orang tua. Janganlah sekali-kali mengikuti apa yang temanmu putuskan. Dan juga bagi para orang tua yang anaknya dalam masa remaja hendaknya janganlah memaksakan kehendak untuk menentukan masa depannya, berikanlah kesempatan untuk anak anda mengambil keputusannya sendiri, lebih baik orang tua memberikan saran serta nasehat serta mengawasinya bukan memutuskannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, A. N. (2011). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur* , 65-71.
- Ghufron, N.M., & Risnawita, R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar Ruz Media.
- Rachmaniar, A. (2020). Pengaruh kontrol diri terhadap pembuatan keputusan karier siswa. *TERAPUTIK Jurnal Bimbingan dan Konseling* , 07-13.
- Ramadona Dwi Marsela, M. S. (2019). Kontrol Diri : Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research* , 65-69.
- Setiobudi, J. (2017). Pengaruh efikasi diri terhadap pengambilan keputusan karier pada siswa kelas xii sma negeri 1 kalasan. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling* , 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>.
- 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).