

**HUBUNGAN ANTARA *SELF REGULATION* DENGAN
ADAPTABILITAS KARIR PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI
YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

Pramesti Cicilia

182303027

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
2022**

PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA *SELF REGULATION* DENGAN ADAPTABILITAS
KARIR PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI YOGYAKARTA**

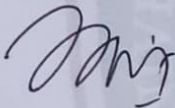
Diajukan Oleh:
Pramesti Cicilia
NPM. 182303027

Telah dipertahankan dan disahkan di depan Dewan Penguji dan dinyatakan sah sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi Program Studi Psikologi (S-1) di Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal : 30 Juni 2022

Mengesahkan,

Ketua Penguji,



Putri Pusvitasari, S. Psi., M. Psi., Psikolog

Pembimbing,



Dian Juliarti Bantam, S. Psi., M. Psi., Psikolog

Anggota Penguji 1,



Muhammad Erwan Syah, S. Psi., M. Psi., Psikolog

Anggota Penguji 2,



Dian Juliarti Bantam, S. Psi., M. Psi., Psikolog

Ketua Program Studi Psikologi,



Dian Juliarti Bantam, S. Psi., M. Psi., Psikolog
NPP/2019.13.0137

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Pramesti Cicilia

NPM : 182303027

Program Studi : Psikologi (S-1)

Judul Skripsi : Hubungan antara *Self Regulation* dengan Adaptabilitas Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli hasil karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang dikutip dalam karya ilmiah ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Adapun terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 8 Juli 2022



Pramesti Cicilia

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur bagi kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat serta rahmat-Nya, sehingga penyusunan Skripsi dengan judul yaitu, “Hubungan antara *Self Regulation* dengan Adaptabilitas Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Yogyakarta” berhasil diselesaikan dengan baik sebagai salah satu bagian dalam memenuhi persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi.

Dalam penyusunan Skripsi ini penulis tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari beberapa pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Drs. Djoko Susilo, S. T., M. T., IPU. selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
2. Edhy Tri Cahyono, S. Si., M. M. selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
3. Dian Juliarti Bantam, S. Psi., M. Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik (DPA) sekaligus Dosen Pembimbing Skripsi (DPS) yang telah membantu serta membimbing penulis dalam proses penyusunan proposal Skripsi.
4. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta atas ilmu dan pengalaman yang telah diberikan selama penulis berkuliah di Program Studi Psikologi ini
5. Seluruh staff dan karyawan Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta atas keramahan dalam memberikan pelayanan selama ini

6. Seluruh responden mahasiswa tingkat akhir yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik
7. Kedua orang tua saya, Alm. Bapak Widiyanta dan Ibu Tumisih. Terima kasih atas doa, kasih sayang, pengorbanan, dukungan, nasihat, dan motivasi yang telah diberikan kepada penulis
8. Kedua kakak saya, Siwi Handayani dan Fifi Listiani. Terima kasih atas dukungan yang telah diberikan kepada penulis
9. Teman-teman Psikologi angkatan 2018 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Terima kasih atas dukungan, kerja sama, dan kebersamaannya yang telah kalian bagi selama ini
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuan dan dukungan yang diberikan kepada penulis.

Pada penyusunan proposal Skripsi ini penulis menyadari masih adanya kekurangan, sehingga segala kritik dan saran akan diterima sebagai perbaikan penulis. Penulis berharap agar proposal Skripsi yang disusun ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Yogyakarta, 23 Maret 2022



Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
INTISARI.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Tujuan Penelitian	13
C. Manfaat Penelitian	13
D. Keaslian Penelitian	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	19
A. Adaptabilitas Karir.....	19
1. Definisi Adaptabilitas Karir.....	19

2. Aspek Adaptabilitas Karir	22
3. Faktor- faktor yang Mempengaruhi Adaptabilitas Karir	25
B. <i>Self Regulation</i>	33
1. Pengertian <i>Self Regulation</i>	33
2. Aspek <i>Self Regulation</i>	36
3. Faktor- faktor yang Mempengaruhi <i>Self Regulation</i>	39
4. Proses <i>Self Regulation</i>	41
C. Dinamika Hubungan antara <i>Self Regulation</i> dengan Adaptabilitas Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir	43
D. Hipotesis Penelitian	50
BAB III METODE PENELITIAN.....	51
A. Identifikasi Variabel Penelitian	51
B. Definisi Operasional	51
C. Subjek Penelitian.....	52
D. Metode Pengumpulan Data.....	53
E. Metode Analisis Data	55
F. Kredibilitas	55
G. Rancangan Penelitian.....	57
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	59
A. Orientasi Kacah dan Persiapan.....	59

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	64
C. Hasil Penelitian.....	73
D. Pembahasan.....	79
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	84
A. Kesimpulan.....	84
B. Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN.....	93

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Skala <i>Career Adapt- Adaptabilitas Scale (CAAS)</i>	54
Tabel 2. Distribusi Skala <i>Spanish version of Self Regulation Questionaire (SRQ)</i>	54
Tabel 3. Data Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	65
Tabel 4. Data Partisipan Penelitian Berdasarkan Usia.....	65
Tabel 5. Data Partisipan Penelitian Berdasarkan Tingkat Semester	66
Tabel 6. Data Partisipan Penelitian Berdasarkan Perguruan Tinggi di Yogyakarta	66
Tabel 7. Data Distribusi Perguruan Tinggi di Yogyakarta	67
Tabel 8. Deskripsi Hasil Data Penelitian	69
Tabel 9. Rumus Kategorisasi (Azwar, 2012)	70
Tabel 10. Kriteria Kategorisasi Partisipan pada Variabel <i>Self Regulation</i>	70
Tabel 11. Kriteria Kategorisasi Partisipan pada Variabel Adaptabilitas Karir.....	71
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas	74
Tabel 13. Hasil Uji Linearitas	75
Tabel 14. Hasil Uji Hipotesis	76
Tabel 15. Uji Korelasi Aspek <i>Self Regulation</i> dan Adaptabilitas Karir.....	77
Tabel 16. Uji Regresi Linier Sederhana	78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir Penelitian.....	49
Gambar 2. Bagan Rancangan Penelitian.....	58

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Adaptabilitas Karir.....	94
Lampiran 2. Skala Self Regulation.	101
Lampiran 3. Tabulasi Data Try Out.	104
Lampiran 4. Tabulasi Data Penelitian.....	108
Lampiran 5. Uji Validitas dan Reliabilitas Try Out.....	119
Lampiran 6. Uji Validitas dan Reliabilitas Penelitian.....	121
Lampiran 7. Kategorisasi Data.....	126
Lampiran 8. Deskripsi Data Penelitian	127
Lampiran 9. Uji Asumsi.....	127
Lampiran 10. Uji Analisis Tambahan	128
Lampiran 11. Lembar Bimbingan	130
Lampiran 12. Hasil Cek Plagiarisme	131