

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

Pramesti Cicilia¹, Dian Juliarti Bantam²

INTISARI

Latar Belakang: Memasuki masa dewasa awal mahasiswa tingkat akhir akan dihadapkan dengan berbagai tugas perkembangan dalam menentukan pilihan karir. Hal ini menjadikan mahasiswa tingkat akhir penting untuk memiliki kesiapan diri dalam menghadapi berbagai tantangan perubahan dalam dunia kerja. Kesiapan ini dapat dicapai melalui kemampuan adaptabilitas karir dengan keterampilan *self regulation*.

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan antara *self regulation* dengan adaptabilitas karir pada mahasiswa tingkat akhir di Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan desain penelitian yaitu, kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Partisipan yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 112 orang. Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala *Career Adapt- Adaptabilitas Scale* (CAAS) dari Sulistiani, dkk (2019) yang terdiri dari 24 aitem dan skala *Spanish version of Self Regulation Questionnaire* (SRQ) dari Pichardo, dkk (2014) yang terdiri dari 17 aitem.

Hasil Penelitian: Data dalam penelitian dianalisis menggunakan SPSS 22 *for windows* dengan teknik *Spearman's Rho*. Berdasarkan hasil analisis terhadap data penelitian ini didapatkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self regulation* dengan adaptabilitas karir pada mahasiswa tingkat akhir di Yogyakarta dengan nilai $R = 0,494$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,01$).

Kesimpulan: Hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *self regulation* dengan adaptabilitas karir pada mahasiswa tingkat akhir di Yogyakarta.

Kata Kunci: Adaptabilitas karir, mahasiswa tingkat akhir, *self regulation*

¹Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Program Studi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

THE RELATIONSHIP BETWEEN *SELF-REGULATION* AND CAREER ADAPTABILITY IN FINAL YEAR STUDENTS IN YOGYAKARTA

Pramesti Cicilia¹, Dian Juliarti Bantam²

ABSTRACT

Background: Entering early adulthood, final year students will be faced with a variety of developmental tasks in determining career choices. This makes it important for final year students to have self-readiness to face various challenges of change in the world of work. This readiness can be achieved through career adaptability with *self-regulation skills*.

Objectives: Know the relationship between *self-regulation* and career adaptability in final year students in Yogyakarta.

Methods: This study uses a research design, namely, correlational quantitative with *purposive sampling techniques*. The participants used in this study were 112 people. The skala used in this study was the *Career Adaptability Scale (CAAS)* scale from Sulistiani, et al (2019) which consisted of 24 aitems and the *Spanish version of Self Regulation Questionnaire (SRQ)* scale from Pichardo, et al (2014) consisting of 17 aitems.

Results: The data in the study were analyzed using SPSS 22 *for windows* with *Spearman's Rho technique*. Based on the results of the analysis of this research data, it was found that there was a positive relationship between *self-regulation* and career adaptability in final year students in Yogyakarta with a value of $R = 0.494$ and $p = 0.000$ ($p < 0.01$).

Conclusion: Hipotesis in this study is accepted, namely there is a positive and significant relationship between *self-regulation* and career adaptability in final year students in Yogyakarta.

Keywords: Career Adaptability, final year student, *self regulation*

¹Student of Psychology Study Program, Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta

²Lecturers of Psychology Study Program, Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta