

Agar siap menghadapi tantangan di dunia kerja, lulusan harus diperlengkapi oleh soft-skill, hard-skill, dan practice-skill yang dibutuhkan untuk menjalankan pekerjaan serta profesinya. Pembelajaran di perguruan tinggi dapat dilakukan dengan bekerja sama secara intensif dengan pihak industri, pusat riset, tempat kerja, tempat pengabdian, pedesaan, dan masyarakat. Melalui kerja sama yang erat antara perguruan tinggi dengan industri yang terkait dengan dunia kerja, perguruan tinggi akan hadir sebagai kepanjangan tangan pihak industri di dalam pengenalan dunia kerja. Kompetensi lulusan pun akan meningkat, baik keterampilan nonteknis maupun teknis sehingga lulusan lebih siap dan sesuai dengan kebutuhan zaman dan dunia kerja. Program pembelajaran berbasis pengalaman dengan skema adaptif dan luwes diharapkan dapat memfasilitasi mahasiswa sehingga dapat mengembangkan potensinya sesuai dengan perubahan, tantangan, dan perkembangan yang terjadi dan sesuai dengan kebutuhan di dunia kerja.

Kesiapan untuk Menghadapi TANTANGAN DUNIA KERJA



zahrpublishing@gmail.com
www.penerbitzahr.com



Editor: Rosida Tiurma Manurung

Kesiapan untuk Menghadapi TANTANGAN DUNIA KERJA



- Anissa Lestari Kadiyono | Clara Moningka | C.M. Indah Socha Retno Kuntari
 Meta Dwijayanthi | Efinje Indriane | Ellen Theresia | Ivany Victoriana
 Firanti Claudia Gea | Evi Ema Victoria Polii | Farhan Maulana Ibrahim
 Fifi Nurcifa | Gianti Gunawan | Heliary Kiswanto | Indah Puastisari
 Ira Adeline | O. Irene Prameswari Edwina | Tesselonika Sembiring
 Jane Savitri | Kristofer Biaggi Susanto | Ka Yan | Lie Fun Pun
 Ayu Nyoman Kartikawati | Marissa Chitra Sulastra | Meilani
 Rohinsa | Missiliana Riasnugrahani | Olga Catherina Pattipawaj
 Ria Wardani | Robby Yussac Tallar | Hanny Juliany Dani | Deni Setiawan
 Daud Rahmat Wiyono | Prabu Madvi H. A. S. | Effierki | Dea Lidya
 Gerard Christian Joelin | Yonathan Adi Saputra | Josh Maverick | Rosida
 Tiurma Manurung | Maria Yuni Megarini Cahyono | SeTin SeTin | Yuspendi

KESIAPAN UNTUK MENGHADAPI TANTANGAN DUNIA KERJA

Anissa Lestari Kadiyono | Clara Moningka | C.M. Indah Soca Retno Kuntari |
Meta Dwijayanthi | Efnie Indriane | Ellen Theresia | Evany Victoriana |
Firanti Claudia Gea | Evi Ema Victoria Polii | Farhan Maulana Ibrahim |
Fifie Nurofia | Gianti Gunawan | Heliany Kiswantomo | Indah Puspitasari |
Ira Adelina | O. Irene Prameswari Edwina | Tessalonika Sembiring |
Jane Savitri | Kristofer Biaggi Susanto | Ka Yan | Lie Fun Fun |
Ayu Nyoman Kartikawti | Marissa Chitra Sulastra | Meilani
Rohinsa | Missiliana Riasnugrahani | Olga Catherina Pattipawaej |
Ria Wardani | Robby Yussac Tallar | Hanny Juliany Dani | Deni Setiawan |
Daud Rahmat Wiyono | Prabu Madvi H. A. S. | Efferiki | Dea Lidya |
Gerard Christian Joelin | Yonathan Adi Saputra | Josh Maverick | Rosida
Tuurma Manurung | Maria Yuni Megarini Cahyono | SeTin SeTin | Yuspendi

Editor:

Rosida Tiurma Manurung



KESIAPAN UNTUK MENGHADAPI TANTANGAN DUNIA KERJA

Penulis

Anissa Lestari Kadiyono|Clara Moningka|C.M. Indah Soca Retno
Kuntari|Meta Dwijayanthi|Efnie Indrianie|Ellen Theresia|Evany
Victoriana|Firanti Claudia Gea|Evi Ema Victoria Polii|Farhan Maulana
Ibrahim|Fifie Nurofia|Gianti Gunawan|Heliany Kiswantomo|Indah
Puspitasari|Ira Adelina| O. Irene Prameswari Edwina|Tessalonika
Sembiring|Jane Savitri|Kristofer Biaggi Susanto|Ka Yan| Lie Fun Fun|Ayu
Nyoman Kartikawti|Marissa Chitra Sulastra|Meilani Rohinsa|Missiliana
Riasnugrahani|Olga Catherina Pattipawaej| Ria Wardani|Robby Yussac
Tallar|Hanny Juliany Dani| Deni Setiawan|Daud Rahmat Wiyono|Prabu
Madvi H. A. S.| Efferiki| Dea Lidya|Gerard Christian Joelin|Yonathan Adi
Saputra|Josh Maverick|Rosida Tiurma Manurung|Maria Yuni Megarini
Cahyono|SeTin SeTin|Yuspendi

Editor

Rosida Tiurma Manurung

Tata Letak

Ulfa

Desain Sampul

Faizin

15.5 x 23 cm, viii + 268 hlm.
Cetakan pertama, April 2022

ISBN: 978-623-466-040-1

Diterbitkan oleh:

ZAHIR PUBLISHING

Kadisoka RT. 05 RW. 02, Purwomartani,
Kalasan, Sleman, Yogyakarta 55571
e-mail : zahirpublishing@gmail.com

Anggota IKAPI D.I. Yogyakarta
No. 132/DIY/2020

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang.

Dilarang mengutip atau memperbanyak
sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Dalam perkembangan di dunia kerja dan termasuk di Indonesia, khususnya dalam era *society* 5.0 mengarahkan masyarakat dunia untuk memiliki keterampilan tertentu agar bisa mencapai kehidupan yang berkualitas. Ditandai dengan kesiapan masyarakat untuk bekerja secara produktif sehingga dapat menjadi manusia yang sehat mental. Kontribusi di dunia kerja, membuat kita dapat mempertahankan hidup dan mengaktualisasikan diri. Agar siap menghadapi tantangan di dunia kerja, kita harus diperlengkapi oleh *soft-skill*, *hard-skill*, dan *practice-skill* yang dibutuhkan seseorang dalam menjalankan pekerjaan serta profesinya.

Untuk menghasilkan lulusan yang siap kerja, perguruan tinggi secara adaptif harus melakukan perubahan desain atau pola pembelajaran. Pembelajaran dapat dilakukan dengan bekerja sama dengan pihak perindustrian, pusat riset, tempat kerja, tempat pengabdian, pedesaan, dan masyarakat. Melalui kerja sama yang erat antara perguruan tinggi dengan industri yang terkait dengan dunia kerja, perguruan tinggi akan hadir sebagai kepanjangan tangan pihak industri di dalam pengenalan dunia kerja. Kompetensi lulusan akan meningkat, baik keterampilan nonteknis maupun teknis sehingga lulusan lebih siap dan sesuai dengan kebutuhan zaman dan dunia kerja. Program pembelajaran berbasis pengalaman dengan skema adaptif dan luwes diharapkan dapat memfasilitasi mahasiswa sehingga dapat mengembangkan potensinya sesuai dengan perubahan, tantangan, dan perkembangan yang terjadi dan sesuai dengan kebutuhan di dunia kerja.

Semoga kehadiran buku “Kesiapan untuk Menghadapi Tantangan di Dunia Kerja” dapat memberikan pencerahan wawasan bagi mahasiswa, dosen, praktisi, dan masyarakat untuk siap bersaing di dunia kerja.

Bandung, 5 April 2022

Salam takzim,

Dr. Dra. Rosida Tiurma Manurung, M.Hum.
Editor

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI	v
<i>EMPLOYABILITY: KESIAPAN PSIKOLOGIS UNTUK MENGHADAPI DUNIA KERJA</i> Anissa Lestari Kadiyono.....	1
<i>LIFE AFTER GRADUATION</i> Clara Moningka	17
<i>MEMBANGUN PERSONAL BRANDING UNTUK MENGHADAPI PERSAINGAN DUNIA KERJA</i> C.M. Indah Soca Retno Kuntari, Meta Dwijyanthy	27
<i>OTAK KREATIF DAN DUNIA KERJA</i> Efnie Indrianie.....	39
<i>KESIAPAN GENERASI Z MENUJU DUNIA KERJA MELALUI DUKUNGAN AUTONOMI</i> Ellen Theresia.....	45
<i>MEMPERSIAPKAN DIRI UNTUK MENJADI PSIKOLOG KLINIS</i> Evany Victoriana & Firanti Claudia Gea.....	55
<i>MENGENALI KEKUATAN DIRI SEBAGAI SALAH SATU WUJUD KESIAPAN KERJA</i> Evi Ema Victoria Polii.....	67
<i>MENGHADAPI DISRUPSI GANDA DALAM DUNIA KERJA DENGAN CAREER ADAPTABILITY</i> Farhan Maulana Ibrahim & Fifie Nurofia	77
<i>OPTIMALISASI PERKEMBANGAN KARIR DALAM TUMBUH KEMBANG PSIKOLOGIS REMAJA</i> Gianti Gunawan	87

MENGATASI KESULITAN PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIER Heliany Kiswantomo	99
<i>QUARTERLIFE CRISIS</i> : TANTANGAN UNIK GENERASI MILENIAL SAAT MEMASUKI DUNIA KERJA Indah Puspitasari	107
<i>MINDSET</i> DAN <i>GRIT</i> UNTUK MEMPERSIAPKAN DIRI MENGHADAPI DUNIA KERJA Ira Adelina.....	119
PERAN KELUARGA DALAM MEMPERSIAPKAN ANAK MEMASUKI DUNIA KERJA MELALUI <i>MINDSET</i> DAN <i>GRIT</i> O. Irene Prameswari Edwina & Tesselonika Sembiring	129
EKSPLORASI KARIER REMAJA UNTUK KESIAPAN MEMASUKI DUNIA KERJA Jane Savitri & Kristofer Biaggi Susanto	141
<i>A PIECE IN YOUR MIND</i> : PENDEKATAN <i>MINDFULNESS</i> DALAM MEMBANTU MAHASISWA MENGHADAPI DUNIA KERJA DAN MENGEMBANGKAN KARIR Ka Yan	159
GENERASI MILENIAL DAN KEPERIBADIAN YANG TANGGUH: SUATU KENISCAYAAN Lie Fun Fun, Ida Ayu Nyoman Kartikawati.....	165
PENDIDIKAN KELUARGA: MENGEMBANGKAN KEKUATAN KARAKTER ANAK USIA DINI MENGHADAPI DUNIA KERJA <i>SOCIETY 5.0</i> Marissa Chitra Sulastra	175
MEMENUHI KEBUTUHAN PSIKOLOGIS DASAR UNTUK MENDUKUNG REMAJA MENCAPAI KEMATANGAN KARIER Meilani Rohinsa	187
TRANSISI SEKOLAH KE DUNIA KERJA: FAKTOR INTERNAL DAN EKSTERNAL YANG MEMENGARUHI KEPUTUSAN PEMILIHAN KARIER Missiliana Riasnugrahani.....	199

MERDEKA BELAJAR MENINGKATKAN KESIAPAN LULUSAN TEKNIK SIPIL MEMASUKI DUNIA KERJA Olga Catherina Pattipawaej.....	213
PERSIAPAN MEMASUKI DUNIA KERJA: MERANCANG KERJA YANG MENYENANGKAN Ria Wardani	223
TANTANGAN DUNIA KERJA TEKNIK SIPIL DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0 Robby Yussac Tallar, Hanny Juliany Dani, Deni Setiawan, Daud Rahmat Wiyono, Prabu Madvi H.A.S, Efferiki, Dea Lidya, Gerard Christian Joelin, Yonathan Adi Saputra, Josh Maverick	237
KURIKULUM MBKM UNTUK MENGHADAPI TANTANGAN DI DUNIA KERJA Rosida Tiuma Manurung & Maria Yuni Megarini Cahyono.....	245
REVOLUSI INDUSTRI 4.0 DAN PELAKU PENDIDIKAN AKUNTANSI SeTin SeTin	255
DAMPAK PERUBAHAN KURIKULUM PENDIDIKAN PSIKOLOGI PROFESI DALAM DUNIA KERJA Yuspendi	263

MEMENUHI KEBUTUHAN PSIKOLOGIS DASAR UNTUK MENDUKUNG REMAJA MENCAPAI KEMATANGAN KARIER

Meilani Rohinsa
Universitas Kristen Maranatha
meilani.rohinsa@psy.maranatha.edu

PENDAHULUAN

Memiliki masa depan cerah, sukses, dan sejahtera adalah impian semua individu. Memiliki karier yang cemerlang merupakan salah satu indikator bahwa seseorang sukses. Sukses dalam karier identik dengan kesejahteraan hidup yang dimiliki seseorang. Oleh karena itulah karier seringkali menjadi sesuatu yang penting bagi hidup seseorang.

Karier didefinisikan sebagai rangkaian sikap dan perilaku yang berkaitan dengan pengalaman dan aktivitas kerja selama rentang waktu kehidupan seseorang dan terus berkelanjutan (Gibson *et al*, 2011). Dapat dikatakan bahwa karier merupakan sesuatu yang harus ditempuh oleh seorang individu selama ia menjalani kehidupannya. Oleh karena itu, alangkah baiknya bila setiap individu perlu mempersiapkan diri dan merencanakan karier yang diinginkannya dengan melakukan berbagai ekspolarasi mengenai dunia kerja, sehingga pada akhirnya dapat membuat pilihan pekerjaan yang sesuai dengan minat dan kemampuannya.

Masa remaja atau pada saat seseorang duduk di bangku sekolah menengah dianggap sebagai masa yang paling tepat bagi seseorang untuk merencanakan pekerjaannya di masa yang akan datang (Russ, 2016). Hal ini dikarenakan salah satu tugas perkembangan dari remaja adalah memilih dan mempersiapkan suatu pekerjaan untuk masa depannya (Russ, 2016). Proses memilih dan mempersiapkan pekerjaan untuk masa depan ini juga ditunjang dengan perkembangan kognitif yang terjadi pada saat remaja, di mana pada saat remaja seseorang telah mampu berpikir

secara kritis, seperti melakukan evaluasi, melakukan pengambilan keputusan, menetapkan suatu komitmen dan mulai menetapkan posisi mereka dalam realita kehidupan (Santrock, 2011). Artinya, dengan kemampuan berpikirnya, remaja dapat merencanakan dan mengambil keputusan bahkan berkomitmen terhadap pilihannya, dalam berbagai konteks kehidupan termasuk di dalamnya kehidupan karier masa depannya.

Pada kenyataannya, sampai dengan saat ini masih banyak remaja yang merupakan siswa sekolah menengah pertama (untuk selanjutnya akan disingkat dengan SMP) yang belum memiliki gambaran yang jelas mengenai masa depannya. Banyak siswa SMP yang belum mengenali bakat, minat ataupun keinginannya di masa yang akan datang, sehingga dalam arah pemilihan pendidikan lanjutannya lebih menuruti keinginan orang tua maupun teman sebaya (Erniwati,2017).

Sebagai salah satu dampak dari kurangnya remaja dalam mempersiapkan kariernya adalah terjadinya *turnover* dalam dunia kerja. Di Indonesia setiap tahunnya sekitar 10-12% karyawan melakukan *turnover* (Jahani,2008). Salah satu penyebab utamanya adalah kurang matangnya persiapan karier seorang karyawan (Hanza dan Ingarianti, 2015).

Turnover dalam bidang pekerjaan adalah adanya niat dari karyawan untuk berhenti dari tempatnya bekerja (Zeffane, 1994). *Turnover* bukan hanya merugikan bagi sisi pengembangan sumber daya di suatu organisasi, namun juga dapat menghambat seseorang mencapai stabilisasi dalam karier. Stabilisasi dalam karier ini ditunjukkan dengan perilaku menetap dalam suatu bidang pekerjaan dengan menggunakan bakat dan kemampuannya secara optimal (Brown, 2007). Dapat dikatakan stabilisasi dalam karier dapat mendukung kemungkinan seseorang untuk mengoptimalkan potensi dalam dirinya dalam suatu pekerjaan untuk mendukung kesuksesannya dalam bidang pekerjaan tersebut. Gambaran ini semakin menunjukkan bahwa sangat penting bagi seseorang untuk

mempersiapkan dan merencanakan, atau memiliki kematangan karier sejak awal.

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kematangan karier seorang remaja, baik yang berasal dari faktor internal maupun eksternal. Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi perencanaan dan kematangan karier seorang remaja adalah dukungan sosial, terutama dari orang tua. Orang tua merupakan pihak yang paling penting bagi remaja untuk menghadapi berbagai tantangan di masa depannya. Orang tua sangat berperan penting agar remaja dapat melakukan berbagai eksplorasi sehingga kelak dapat berkomitmen dengan pilihan kariernya. Menurut Hurlock (1980) seorang remaja akan mampu mengoptimalkan potensi dirinya dalam berbagai bidang apabila memperoleh kesempatan untuk berlatih dengan bimbingan dan dukungan orang tua untuk memperoleh kemandirian sejalan dengan perkembangan fisik dan usianya.

Penting bagi orang tua untuk memberikan dukungan bagi remaja, bukan dalam hal menentukan karier untuk anak mereka, namun lebih untuk membantu anak membangun pengetahuan tentang diri dan membuat anak percaya diri dalam mempersiapkan karier masa depannya.

Dalam bagian selanjutnya akan dipaparkan bagaimana hal-hal yang perlu dilakukan remaja untuk mencapai kematangan karier dan cara orang tua untuk dapat mendukung kematangan karier seorang remaja dengan menggunakan sudut pandang teori determinasi diri atau *self determination theory*.

PEMBAHASAN

Kematangan karier adalah kesiapan individu dalam memilih karier serta membuat keputusan karier yang sesuai pilihannya dan potensi dirinya (Savickas, 2013). Mencapai kematangan karier adalah tugas penting bagi para remaja (Creed, Patton & Prideaux, 2006), hal ini dikarenakan di sepanjang hidupnya seseorang akan menggeluti

suatu jenis pekerjaan atau bidang pekerjaan tertentu. Seseorang akan bekerja dengan senang hati dan penuh kegembiraan apabila apa yang dikerjakannya sesuai dengan keadaan dirinya, kemampuan, serta minatnya. Apabila seseorang bekerja tidak sesuai dengan apa yang ada di dalam dirinya, maka ia akan kurang tekun dan kurang bersungguh-sungguh dalam bekerja (Walgito, 2005).

Menurut Super dalam Brown (2007) terdapat beberapa hal yang perlu dilakukan oleh seorang remaja untuk mencapai kematangan karier:

1. Perencanaan Karier

Dalam merencanakan karier seorang remaja perlu terlebih dahulu memahami dirinya. Remaja perlu memiliki *self-awareness*, artinya remaja perlu memahami perasaan, pikiran dan mampu mengevaluasi kondisi dirinya. Hal ini diperlukan agar remaja memahami kekuatan, kelemahan, kebutuhan dalam dirinya, bahkan nilai-nilai dalam dirinya. *Self-awareness* perlu dimiliki seorang remaja dalam perencanaan karier, sebab pengetahuan terkait potensi dan karakteristik diri dapat digunakan sebagai dasar dari pemilihan karier dan menyusun rencana untuk mencapai karier yang diinginkan.

2. Eksplorasi Karier

Dalam melakukan eksplorasi karier, remaja akan berusaha untuk memperoleh informasi mengenai dunia kerja dari berbagai sumber informasi yang potensial (orang tua, guru, teman, konselor). Dengan informasi yang dimilikinya, maka diharapkan nantinya remaja memanfaatkan saat membuat keputusan karier.

3. Membuat Keputusan Karier

Dalam tahap keputusan karier diharapkan remaja dapat memanfaatkan informasi yang dimilikinya mengenai diri dan berbagai alternatif pekerjaan. Melalui informasi tersebut diharapkan nantinya remaja dapat mengidentifikasi bidang pekerjaan yang cocok dengan minat dan kemampuannya.

4. Pengumpulan Informasi

Dalam tahap pengumpulan informasi, diharapkan remaja dapat mengetahui lebih lanjut pekerjaan yang sesuai dengan dirinya. Misalnya bagaimana cara memperoleh pekerjaan tersebut, bagaimana untuk dapat sukses dalam pekerjaan tersebut dan peran-peran apa yang akan dilakukannya terkait dengan pekerjaan tersebut. Remaja diharapkan dapat memanfaatkan informasi mengenai pekerjaan tersebut untuk mempersiapkan diri dan merancang strategi untuk mencapainya.

Berdasarkan uraian di atas tampak bahwa hal yang perlu dilakukan oleh seorang remaja untuk mencapai kematangan karier cukup kompleks. Remaja perlu mampu membuat pilihan dan keputusan yang berdasarkan pertimbangan yang matang yang dilakukannya dengan penuh kesadaran. Oleh karena itu, remaja perlu memiliki determinasi diri. Salah satu teori determinasi diri yang telah dikenal luas adalah *self determination theory* (untuk selanjutnya akan disebut dengan SDT). Teori ini membahas mengenai bagaimana seseorang mampu melakukan suatu tindakan atas dasar kehendaknya sendiri, sehingga pada akhirnya individu tersebut dapat lebih bertanggung jawab dalam menjalankan tugas-tugasnya (Ryan dan Deci, 2017). Termasuk di dalamnya tugas mencapai kematangan karier.

Dasar pemikiran dari SDT (Ryan & Deci, 2017) adalah semua orang dapat berfungsi optimal dalam area kehidupannya, asalkan kebutuhan psikologis dasarnya terpenuhi. Artinya para remaja juga dapat berfungsi optimal dalam melakukan tugas perkembangannya yang terkait dengan tercapainya kematangan karier apabila kebutuhan psikologis dasar dalam dirinya terpenuhi.

Menurut SDT, terpenuhi atau tidaknya kebutuhan psikologis dasar dalam diri seseorang sangat tergantung dari bagaimana lingkungan memperlakukan orang tersebut. Hal ini dikarenakan tidak seorang pun dapat memenuhi kebutuhan psikologis dasarnya sendiri.

Menurut SDT agar seorang remaja dapat berfungsi optimal dalam melakukan tugas perkembangan yang terkait dengan

tercapainya kematangan karier, maka remaja tersebut harus memiliki pandangan diri yaitu:

1. Remaja memiliki pandangan bahwa dirinya mampu untuk melakukan sesuatu, dirinya memiliki kemampuan untuk mencapai hasil yang diinginkannya, atau dikenal dengan *sense of competence*. Memiliki *sense of competence* sangat diperlukan saat seseorang harus melakukan berbagai eksplorasi dalam hidupnya (Ryan dan Deci, 2017). Hal ini dikarenakan apabila siswa memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menyelesaikan suatu tugas, mampu mencapai hasil yang diinginkan, maka keyakinan ini akan memberikan energi bagi remaja untuk menghadapi berbagai tantangan dan hambatan yang kelak akan dihadapinya (Rohinsa, Cahyadi, Djunaidi, Iskandar, 2020). Keyakinan bahwa dirinya mampu untuk melakukan sesuatu dan dirinya memiliki kemampuan untuk mencapai hasil yang diinginkan, juga akan menimbulkan perasaan positif dalam diri remaja. Perasaan positif ini membuat remaja menjadi lebih bersemangat dalam menjalankan tugas-tugas perkembangan yang terkait dengan kematangan karier.
2. Remaja memiliki pandangan bahwa dirinya adalah pengatur tindakannya sendiri atau *sense of autonomy*. Dengan memiliki *sense of autonomy* artinya remaja akan menghayati bahwa dirinya tidak terpaksa dalam melakukan sesuatu. Misalnya remaja yang memiliki *sense of autonomy* akan menghayati bahwa segala bentuk tindakannya merupakan pilihannya sendiri dan suatu keputusan adalah hal yang ditetapkannya sendiri. Dengan demikian, hal ini akan menimbulkan perasaan tidak terpaksa dalam melakukan sesuatu dalam diri remaja. Individu yang tidak terpaksa dalam melakukan sesuatu pada umumnya akan lebih bertanggung jawab dan bersungguh-sungguh dalam menjalankan tugasnya (Rohinsa, Cahyadi, Djunaidi, Iskandar, 2020). Tanggung jawab dan kesungguhan dalam bertindak, tentunya merupakan hal yang juga diperlukan remaja dalam menjalankan tugas-tugas perkembangan yang terkait dengan kematangan karier.

3. Remaja memiliki pandangan bahwa dirinya diterima atau dihargai oleh lingkungannya atau *sense of relatedness*. Perasaan bahwa dirinya diterima maupun dihargai oleh lingkungan sangat diperlukan remaja dalam menjalankan tugas-tugas perkembangan yang terkait dengan kematangan karier. Misalnya, pada saat remaja dituntut untuk melakukan eksplorasi di lingkungan, ia akan lebih percaya diri, tidak ragu-ragu mencoba hal yang baru, tidak diliputi kekhawatiran dinilai buruk ataupun tidak diterima oleh lingkungannya. Remaja menghayati bahwa lingkungan adalah tempat yang aman untuk melakukan eksplorasi. Hal ini tentu saja sangat diperlukan remaja saat menjalankan tugas-tugas perkembangan yang terkait dengan kematangan karier.

Berdasarkan uraian di atas, tergambar bahwa betapa pentingnya bagi remaja untuk memiliki ketiga pandangan diri, yaitu *sense of competence*, *sense of autonomy*, dan *sense of relatedness* pada saat mereka harus menjalankan tugas-tugas perkembangan yang terkait dengan kematangan karier. Menurut SDT apabila seorang individu memiliki ketiga bentuk pandangan diri tersebut, maka artinya kebutuhan psikologis dasar dalam dirinya telah terpenuhi.

Terdapat tiga bentuk dukungan yang harus diberikan oleh lingkungan (dalam hal ini orang tua) apabila berharap remaja akan terpenuhi kebutuhan psikologis dasarnya. Secara bersamaan ketiga bentuk dukungan ini mempengaruhi terpenuhi atau tidaknya kebutuhan psikologis dasar seorang remaja. Adapun ketiga bentuk dukungan orang tua yang dapat memenuhi kebutuhan psikologis dasar dalam diri remaja adalah:

1. *Autonomy support*: orang tua yang menggunakan bentuk dukungan *autonomy support* terhadap remaja akan berusaha memahami sudut pandang remaja, misalnya orang tua membuka kesempatan untuk berdiskusi dengan remaja, memberikan kesempatan pada remaja untuk mengungkapkan pendapatnya dan bersedia mendengarkan pendapat remaja. Di dalam keluarga, orang tua tidak berperan sebagai figur yang

memaksakan pendapatnya, melainkan figur yang memiliki kesediaan untuk berdialog dengan remaja. Misalnya pada saat akan membuat suatu aturan, atau pada saat meminta remaja melakukan suatu tindakan, orang tua terlebih dahulu akan berdialog dengan remaja. Orang tua memberikan penjelasan kepada remaja mengenai alasan mengapa aturan tersebut dibuat oleh orang tua, atau mengapa suatu tindakan baik atau tidak baik untuk dilakukan. Dengan menggunakan pendekatan *autonomy support* orang tua juga akan memberikan kesempatan kepada remaja untuk mengungkapkan pendapat, memberikan kesempatan untuk menetapkan suatu pilihan yang sesuai dengan diri remaja. Hal ini akan membuat remaja berani mencoba mengambil suatu keputusan, berani mencoba menyelesaikan masalahnya sendiri. Apabila pengalaman ini terjadi berulang-ulang, maka remaja akan menilai dirinya merupakan pengatur segala tindakannya sendiri, dirinya melakukan suatu aktivitas atas dasar keinginannya sendiri, tanpa adanya tekanan dari pihak luar atau mempersepsi dirinya memiliki *sense of autonomy*, atau penggerak tindakannya sendiri. Dengan demikian, hal ini akan menimbulkan perasaan tidak terpaksa dalam melakukan sesuatu dalam diri remaja. Remaja menjadi lebih bertanggung jawab dan bersungguh-sungguh dalam menjalankan tugas-tugas perkembangan yang terkait dengan kematangan karier.

2. *Structure*: orang tua memberikan dukungan dalam bentuk *structure*, misalnya umpan balik terhadap perilaku yang sudah dilakukan oleh remaja. Umpan balik yang diberikan bukan menitikberatkan pada evaluasi untuk mencari kesalahan remaja, namun lebih menitikberatkan pada penyampaian informasi mengenai apa yang diperlukan remaja untuk mencapai hasil yang diinginkan. *Structure* yang jelas di rumah juga dapat difasilitasi melalui orang tua yang menyampaikan dengan jelas perilaku apa yang diharapkan dari seorang remaja, orang tua juga memberikan aturan yang jelas dan menerapkannya secara konsisten. Orang tua menerapkan secara konsisten konsekuensi yang akan diterima remaja apabila melaksanakan

atau tidak melaksanakan aturan tersebut. Pada saat remaja mempersepsi aturan yang diterapkan orang tuanya jelas dan konsisten, mempersepsi harapan ataupun target dari orang tua mungkin untuk mereka capai, mempersepsi bahwa orang tua dapat diandalkan dalam memberikan memberikan umpan balik yang sifatnya informasional terkait dengan penyelesaian suatu masalah, maka membuat remaja mempersepsi lingkungannya menjadi suatu tempat yang aman dan dapat diprediksi. Selain itu, membuat remaja menilai dirinya memiliki dukungan yang memadai untuk mencapai sesuatu. Hal ini selanjutnya akan membuat remaja percaya diri untuk melakukan sesuatu dan memiliki kesempatan untuk mengalami keberhasilan dari aktivitas yang dilakukannya. Dari pengalaman-pengalaman yang terkait dengan keberhasilannya dalam melakukan sesuatu, maka remaja akan menilai dirinya memiliki kemampuan untuk mencapai hasil yang diinginkan atau memiliki *sense of competence*. Adanya keyakinan akan kemampuan diri ini remaja menjadi lebih bersemangat dalam menjalankan tugas-tugas perkembangan yang terkait dengan kematangan karier.

3. *Involvement*: dukungan *involvement* yang dapat diberikan oleh orang tua di rumah adalah dengan cara memberikan perhatian yang hangat kepada anak, mengekspresikan rasa sayangnya terhadap anaknya, menunjukkan dirinya menikmati kebersamaan dengan anak. Orang tua juga menunjukkan minat terhadap kegiatan remaja sehari-hari, dan menunjukkan penghargaannya terhadap usaha yang ditunjukkan remaja di rumah maupun di sekolah. Pada saat remaja mempersepsi orang tuanya menyediakan waktu berbincang dengan mereka, orang tua senang bersama mereka, memberikan perhatian kepada mereka, membuat remaja menilai bahwa mereka diterima oleh orang tua dan menilai bahwa dirinya terhubung dengan orang tua atau memiliki *sense of relatedness*. *Sense of relatedness* ini sekaligus memberikan rasa aman dalam diri remaja (Rohinsa, Cahyadi, Djunaidi, Iskandar, 2020), sehingga remaja akan lebih percaya diri, tidak ragu-ragu mencoba hal yang baru dalam

menjalankan tugas-tugas perkembangan yang terkait dengan kematangan karier.

PENUTUP

Mencapai kematangan karier adalah tugas penting bagi para remaja. Untuk mencapai kematangan karier remaja melakukan perencanaan karier, eksplorasi karier, membuat keputusan karier dan mengumpulkan informasi. Hal ini berarti seorang remaja perlu melakukan berbagai hal untuk mencapai kematangan karier. Agar remaja dapat mencapai kematangan karier, maka remaja perlu mampu membuat pilihan dan keputusan berdasarkan atas pertimbangan yang matang dan dilakukannya dengan penuh kesadaran. Oleh karena itu, remaja perlu memiliki determinasi diri agar mampu melakukan suatu tindakan atas dasar kehendaknya sendiri, sehingga pada akhirnya remaja tersebut dapat lebih bertanggung jawab dalam menjalankan tugas-tugasnya mencapai kematangan karier. Apabila kita menyoroti hal ini dengan menggunakan pendekatan SDT, maka agar para remaja dapat berfungsi optimal dalam melakukan tugas perkembangannya yang terkait dengan tercapainya kematangan karier apabila kebutuhan psikologis dasar dalam dirinya terpenuhi. Remaja perlu memiliki pandangan bahwa dirinya mampu untuk melakukan sesuatu, dirinya memiliki kemampuan untuk mencapai hasil yang diinginkannya, atau dikenal dengan *sense of competence*. Remaja perlu memiliki pandangan bahwa dirinya adalah pengatur tindakannya sendiri atau *sense of autonomy*. Remaja perlu memiliki pandangan bahwa dirinya diterima atau dihargai oleh lingkungannya atau *sense of relatedness*. Dengan memiliki ketiga pandangan ini, maka menunjukkan remaja terpenuhi kebutuhan psikologis dasarnya. Apabila orang tua berharap remaja terpenuhi kebutuhan psikologis dasarnya, maka terdapat tiga bentuk dukungan yang harus diberikan oleh orang tua. Ketiga bentuk dukungan itu adalah *autonomy support* berupa kesempatan dan kepercayaan yang diberikan orang tua kepada remaja, *structure* berupa batasan, aturan yang ditetapkan secara konsisten dan adanya panduan dan dukungan informasional yang diberikan orang tua terhadap

remaja, dan *involvement* berupa perhatian dan dukungan emosional lainnya yang diberikan orang tua terhadap remaja. Ketiga bentuk dukungan ini akan memenuhi kebutuhan psikologis dasar seorang remaja, atau remaja akan memandang dirinya mampu (*sense of competence*), tidak terpaksa melakukan sesuatu (*sense of autonomy*), berharga (*sense of relatedness*). Dengan ketiga pandangan diri ini atau dengan kata lain terpenuhinya kebutuhan psikologis dasar remaja, maka akan membantu remaja dalam menjalankan tugas-tugas perkembangannya yang terkait dengan kematangan karier.

REFERENSI

- Brown, D.(2007). *Career Information, Career Counseling, Career Development*. Boston: Person Education inc.
- Creed, P., Patton, W., & Prodeaux,L.A. (2006). Causal relationship between career indecision and career decision making self efficacy: A Longitudinal cross-lagged analysis. *Journal of Career Development*, 33(1), 47-65
- Gibson, Robert L. dan Marianne H. Mitchel. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Hanza, S.R., & Ingarianti, T.M. (2015). Kematangan karir dengan intensi turnover pada karyawan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 3(2):308-324.
- Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga, Edisi kelima
- Jaheni, L. (2008). *Hak-Hak Karyawan Kontrak*. Jakarta: Forum Sahabat, Cetakan Kedua.
- Rohinsa, M., Cahyadi, S., Djunaidi, A., Iskandar, Z., (2020). Effect of Parent Support on Engagement Through Need Satisfaction and Academic Buoyancy. *Utopia Y Praxis Latinoamericana*, 5(6), 144-153
- Russ. (2016). *Counselor Preparation and Adolescent Youth: A Study of Clinical Mental Health Counselors*. Western Michigan University
- Ryan, Richard M, & Deci, E. L. (2017). Self-Determination Theory. An Introduction and Overview. *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*
- Santrock, J.W. (2007). *Masa Perkembangan Anak*. Jakarta: Salemba, Edisi Kesebelas

- Savickas, M.L. & Porfeli, E.J. (2013). Career Adapt-Abilities Scale: Constructio, Reliability, and Measurement Equivalence Across 13 Countries. *Journal of Vocational Behavior*, 80(3), 661-673
- Walgito. (2005). *Bimbingan dan Konseling*, Jogjakarta: CV Andi Offset
- Zeffeane, R. (1994). Understanding employee turnover: the need for a contingency approach. *International Journal of Manpower*, 15, (9), 1-14.

RIWAYAT HIDUP PENULIS



Dr. Meilani Rohinsa, M.Psi., Psikolog, dilahirkan di Semarang, 30 Mei 1979. Pada tahun 2002 lulus dari jenjang Sarjana Psikologi, Universitas Kristen Maranatha. Pada tahun 2005 lulus dari Jenjang Magister Profesi Psikologi, Universitas Padjadjaran, dan di tahun 2001 berhasil lulus pada Program Doktor Psikologi di Universitas Padjadjaran. Semenjak 2005 sampai saat ini berkerja sebagai dosen tetap di Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha. Di tahun 2021 sampai saat ini menjadi Kepala Program Studi Magister Psikologi Sains, Universitas Kristen Maranatha.