

Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Kesiapan Kerja pada Mahasiswa

Syafina Diva Prameswari^{1*} dan Gita Widya Laksmi Soerjoatmodjo²

^{1,2)} Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya, Tangerang Selatan

*Penulis Koresponden: Syafina Diva Prameswari. Email: syafina.divaprameswari@student.upj.ac.id.

Abstrak

Pada zaman globalisasi ini, mencari pekerjaan bukanlah hal yang mudah. Hal ini berkaitan dengan Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) yang tinggi. Maka dari itu, mahasiswa perlu memiliki keterampilan atau atribut tertentu dalam memasuki dunia kerja. Kesiapan kerja merupakan seberapa jauh individu memiliki sifat yang membuat individu siap dan dapat melaksanakan suatu pekerjaan. Kesiapan kerja dianggap memiliki peran dalam kemajuan karier seseorang. Namun, kesiapan kerja juga dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu regulasi diri. Regulasi diri adalah kemampuan seseorang dalam mengarahkan, memantau dan merencanakan perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan memperlibatkan unsur sosial, emosional, kognitif dan fisik. Mahasiswa S1 dan berstatus sebagai mahasiswa aktif merupakan subjek penelitian karena kedua variable relevan dengan kegiatan yang dilakukan mahasiswa untuk memasuki dunia kerja selama proses perkuliahan berlangsung. Maka dari itu, peneliti ingin melihat pengaruh regulasi diri terhadap kesiapan kerja mahasiswa. Kemudian, peneliti melakukan uji normalitas, linearitas dan regresi untuk melihat pengaruh terhadap kedua variable tersebut. Hasil menunjukkan bahwa regulasi diri berpengaruh pada kesiapan kerja mahasiswa sebesar 23%.

Kata kunci: regulasi diri, kesiapan kerja, mahasiswa

1. Pendahuluan

Pada zaman globalisasi seperti sekarang ini, mencari pekerjaan merupakan salah satu hal yang sulit karena ketatnya persaingan dan tingginya tuntutan dari bidang industri. Hal ini juga berpengaruh bagi para lulusan perguruan tinggi yang sedang mencari pekerjaan. Ketatnya persaingan di era globalisasi juga membuat tingkat pengangguran semakin meningkat. Tingkat pengangguran di Indonesia sebagaimana tercatat di Badan Pusat Statistik (2021) yang menunjukkan Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) Februari 2021 sebesar 6,26 persen, namun jika dibandingkan dengan Agustus 2020 TPT turun sebesar 0,81 persen. Maka dari itu, mahasiswa perlu memiliki keterampilan atau atribut tertentu untuk menyesuaikan diri dalam dunia pekerjaan yang sesungguhnya.

Caballero dan Walker (2010) menyatakan bahwa kesiapan kerja merupakan seberapa jauh individu mempunyai sifat yang membuat individu siap dan sukses dalam melaksanakan suatu pekerjaan. Kesiapan kerja juga menjadi salah satu indikasi bahwa mahasiswa memiliki potensi dalam hal kinerja pekerjaan dan kemajuan karier (Caballero & Walker, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Clarke (sebagaimana dikutip dalam Jasak et al., 2020) juga menyatakan bahwa kemampuan kesiapan kerja meliputi kemampuan manajemen diri dan karir, identitas profesional, karir sosial juga pengaruh eksternal lainnya seperti kondisi ekonomi dan kondisi pasar tenaga kerja.

Mahasiswa perlu memiliki kesiapan kerja agar ketika lulus nanti mampu menjadi tenaga kerja yang memiliki potensi dan dapat bekerja semaksimal mungkin ketika memasuki dunia kerja yang nyata. Namun, kesiapan kerja juga dipengaruhi oleh beberapa faktor. Tentama dan beberapa rekannya

(2020) menunjukkan regulasi diri memiliki peran dalam kesiapan kerja individu. Regulasi diri dalam konteks kesiapan kerja ditunjukkan ketika seseorang mampu secara mandiri mengatur karirnya, menetapkan tujuan dan kemudian mengimplementasikannya. Hal ini membuat individu lebih mampu dan percaya pada aksi dan perilaku mereka dalam mencapai kesuksesan kariernya.

Menurut Miller dan Brown (1991), regulasi diri adalah kapasitas seseorang untuk merencanakan dan memantau perilaku seseorang dalam menghadapi perubahan keadaan. Regulasi diri merupakan kemampuan untuk mengarahkan, memantau dan merencanakan perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan memperlibatkan unsur sosial, emosional, kognitif dan fisik. Proses regulasi diri menurut Miller dan Brown meliputi *receiving, evaluating, searching, triggering, formulating, implemeteting*, dan *assessing*. Penelitian yang dilakukan Tentama dan Riskiyana (2020) menyatakan bahwa regulasi diri memiliki peran yang dominan dalam membentuk kesiapan kerja pada siswa. Regulasi diri memungkinkan individu untuk bergerak lebih cepat dan mudah dalam menghadapi tantangan di dunia kerja. Hal ini membuat individu fokus dalam melanjutkan perencanaan karier yang sebelumnya sudah direncanakan.

Fenomena dan uraian penelitian sebelumnya mengatakan bahwa regulasi diri memiliki peran yang cukup besar dalam kesiapan kerja individu (Tentama & Riskiyana, 2020). Berdasarkan penelitian sebelumnya, maka peneliti ingin melakukan penelitian mengenai pengaruh regulasi diri pada kesiapan kerja mahasiswa. Alasan ini juga didukung oleh salah satu penelitian Tentama dan Riskiyana (2020) yang membahas tentang regulasi diri dan kesiapan kerja dan memandang bahwa perlu untuk melihat pengaruh regulasi diri dan kesiapan kerja pada mahasiswa secara luas. Hal ini didasarkan karena kedua variable tersebut relevan dengan kehidupan mahasiswa yang bersiap untuk memasuki dunia kerja sejak awal sampai akhir dalam proses regulasi diri dalam berkuliah. Maka dari itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh regulasi diri terhadap kesiapan kerja pada mahasiswa.

2. Metode

Rancangan penelitian dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang dilaksanakan berdasarkan variable pengukuran kepada responden untuk memperoleh skor dengan nilai numerik, yang kemudian akan dianalisis secara statistik (Gravetter & Forzano, 2018). Variabel pada penelitian ini adalah regulasi diri dan kesiapan kerja yang diukur menggunakan metode kuantitatif dengan data yang didapatkan dengan angka yang nantinya akan dianalisis secara statistik.

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 dan masih berstatus sebagai mahasiswa aktif. Total responden dalam penelitian ini adalah 57 dengan 44 subjek perempuan dan 13 subjek laki-laki. Teknik pengumpulan subjek pada penelitian ini menggunakan *convenience sampling*. *Convenience sampling* adalah teknik pengambilan dengan menggunakan partisipan yang mudah untuk diakses dan atas ketersediaan individu untuk menjadi subjek penelitian (Gravetter & Forzano, 2018).

Penelitian ini menggunakan dua alat ukur untuk mengukur dua variable terkait. Regulasi diri diukur menggunakan alat ukur yang dibuat oleh Carey, Neal dan Colin (2004) dengan total 31 aitem yang sudah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia. Alat ukur SSRQ merupakan alat ukur yang diadaptasi dari alat ukur *Self-Regulation Questionnaire* dari Miller dan Brown (1991) dan disusun berdasarkan

tujuh dimensi regulasi diri yaitu *receiving, evaluating, triggering, searching, formulating, implementing* dan *assessing*.

Kemudian, alat ukur *Work Readiness Scale* (WRS) adalah alat ukur yang dikembangkan oleh Caballero, Walker dan Fuller-Tyszkiewicz (2011). Alat ukur *Work Readiness Scale* pada penelitian ini terdiri dari 30 aitem sebagaimana sesuai dengan WRS pada penelitian yang dilakukan oleh Siswanti (2019) dan tetap mengacu pada WRS yang dikembangkan oleh Caballero, Walker dan Fuller-Tyszkiewicz dengan total aitem asli sebanyak 64 aitem. Empat aspek kesiapan kerja yaitu karakteristik pribadi, ketajaman organisasi, kompetensi kerja dan kecerdasan sosial dijadikan landasan dalam penyusunan aitem alat ukur. Kedua alat ukur diukur dengan menggunakan skala likert dimana respons jawab dinilai dengan skor 1 sampai dengan 4, yaitu (1) Tidak Sesuai, (2) Sangat tidak sesuai, (3) Sesuai, (4) Sangat sesuai. Maka dari itu, semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi juga tingkat regulasi diri dan kesiapan kerja individu.

Peneliti melakukan prosedur dalam pengumpulan data subjek dengan menggunakan kuesioner *online* melalui *google form*. Hal yang pertama dilakukan oleh peneliti yaitu membuat kuesioner *online* sesuai dengan bunyi aitem kedua alat ukur yaitu SSRQ dan WRS. Selanjutnya, peneliti menyebarkan kuesioner *online* dengan *google form* sesuai dengan karakteristik subjek penelitian yaitu mahasiswa S1 dan masih berstatus sebagai mahasiswa aktif. Penyebaran kuesioner *online* melalui *google form* memperoleh total subjek sebanyak 57 dengan 44 perempuan dan 13 laki-laki. Setelah memperoleh subjek, peneliti melakukan *scoring* data menggunakan Microsoft Excel dengan menghitung skor total dari dua variable. Setelah melakukan *scoring*, peneliti melakukan teknik pengolahan data pada JASP 0.16.0.0 dengan melakukan uji normalitas dan linearitas serta uji regresi. Teknik analisis data dilakukan dengan beberapa teknik. Teknik analisis data dilakukan menggunakan JASP 0.16.0.0 untuk menguji normalitas dan linearitas serta uji regresi untuk melihat pengaruh antara dua variable. Peneliti menggunakan metode saphiro-wilk untuk melihat normalitas dan linearitas. Uji normalitas dilakukan untuk mencari tahu distribusi data pada suatu variable yang digunakan. Hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah data layak untuk digunakan atau tidak untuk dianalisis di dalam suatu penelitian (dalam Rosadi & Waluyo, 2017). Sedangkan uji linearitas dilakukan untuk mencari tahu apakah variable dalam penelitian memiliki hubungan linearitas atau tidak secara signifikan (dalam Rosadi & Waluyo, 2017).

3. Hasil dan Pembahasan

Data yang diperoleh dari pengolahan data dimulai dengan gambaran umum subjek. Data tersebut memperoleh total subjek sebanyak 57 dengan 44 perempuan dan 13 laki-laki. Gambaran umum subjek dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1: Gambaran Umum Subjek.

Variabel	n (%)
Jenis Kelamin	
Laki-laki	13 (22)
Perempuan	44 (77)
Wilayah Universitas	
Jakarta	20 (35)
Banten	31 (52)

Sumber: Karya penulis sendiri

Uji normalitas adalah pengujian yang dilakukan untuk mencari tahu distribusi data pada suatu variable yang digunakan. Jadi melihat apakah data tersebut normal atau tidak dalam penyebaran data. Berikut hasil uji normalitas yang dapat dilihat pada Tabel 2. Uji normalitas dilakukan menggunakan Saphiro-Wilk yang menunjukkan nilai sebesar 0,430 untuk regulasi diri dan kesiapan kerja sebesar 0,234. Data dapat dikatakan normal jika nilai normalitas meliputi angka sebesar $> 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa data variable regulasi diri dan kesiapan kerja berdistribusi normal.

Tabel 2: Uji Normalitas.

	TOTAL SSRQ	TOTAL WRS
Valid	57	57
Missing	0	0
Mean	82.053	66.070
Std. Deviation	9.844	7.542
Shapiro-Wilk	0.979	0.973
P-value of Shapiro-Wilk	0.430	0.234
Minimum	53.000	50.000
Maximum	101.000	84.000

Sumber: Karya penulis sendiri

Tabel 3 menunjukkan uji regresi yang dapat dilihat pada R^2 untuk melihat pengaruh regulasi diri terhadap kesiapan kerja. Nilai R^2 atau koefisiensi regresi merupakan nilai yang menunjukkan seberapa besar pengaruh yang dihasilkan pada dua variable. Pengaruh antara kedua variable menunjukkan nilai sebesar 0.227 atau 23%.

Tabel 3: Uji Regresi.

Model	R	R^2	Adjusted R^2	RMSE
H_0	0.000	0.000	0.000	7.542
H_1	0.476	0.227	0.213	6.693

Sumber: Karya penulis sendiri

Tabel 4 menunjukkan uji- F dengan ANOVA yang bertujuan untuk mengukur besar *independent variable* (regulai diri) dan *dependent variable* (kesiapan kerja). Berdasarkan tabel uji-F, diperoleh nilai signifikasi sebesar 0,001 yang dimana nilai $0,001 < 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan diantara dua variable yaitu regulasi diri dan kesiapan kerja. Maka dari itu, dapat dikatakan bahwa regulasi diri memiliki pengaruh pada kesiapan kerja mahasiswa.

Tabel 4: ANOVA.

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H_1	Regression	722.255	1	722.255	16.125	< .001
	Residual	2463.464	55	44.790		

Tabel 4: ANOVA.

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
Total	3185.719	56			

Sumber: Karya penulis sendiri

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh regulasi diri terhadap kesiapan kerja mahasiswa. Hal ini dapat dilihat bahwa H_A diterima. Pernyataan ini sesuai dengan salah satu penelitian yang dilakukan oleh Tentama (Tentama & Riskiyana, 2020) yang menyatakan bahwa regulasi diri merupakan salah satu faktor yang berpengaruh pada kesiapan kerja.

Rujukan

- Caballero, C. L., & Walker, A. (2010). Work Readiness in Graduate Recruitment and Selection: A Review of Current Assessment Methods. *Journal of Teaching and Learning for Graduate Employability*, 1(1), 13–25.
- Caballero, C. L., Walker, A., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2011). The Work Readiness Scale (WRS): Developing a measure to assess work readiness in college graduates. *Journal of Teaching and Learning for Graduate Employability*, 2(1), 41–54. <https://doi.org/10.21153/jtlge2011vol2no1art552>
- Gravetter, F., & Forzano, L.-A. B. (2018). Research methods for the behavioral sciences, sixth edition. In *Research for Social Workers*. <https://doi.org/10.4324/9780203084144-4>
- Jasak, F., Sugiharsono, S., & Sukidjo, S. (2020). The role of soft skills and adversity quotient on work readiness among students in university. *Dinamika Pendidikan*, 15(1), 26–39. <https://doi.org/10.15294/dp.v15i1.23530>
- Miller, W. R., & Brown, J. M. (1991). Self-regulation as a conceptual basis for the prevention and treatment of addictive behaviors. *Self-Control and the Addictive Behaviours*, 3–79.
- Rosadi, R. A., & Waluyo, I. (2017). Pengaruh Gender, Tekanan Ketaatan, Tekanan Anggaran Waktu Dan Pengalaman Audit Terhadap Audit Judgment. *Nominal, Barometer Riset Akuntansi Dan Manajemen*, 6(1), 124–135. <https://doi.org/10.21831/nominal.v6i1.14337>
- Siswanti, A. D. (2019). *Pengaruh future time perspective terhadap work readiness pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Negeri Maulana* [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/15499/1/15410214.pdf>
- Tentama, F., & Riskiyana, E. R. (2020). The role of social support and self-regulation on work readiness among students in vocational high school. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 9(4), 826–832. <https://doi.org/10.11591/ijere.v9i4.20578>