

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Keputusan Karir

1. Pengertian Keputusan Karir

Keputusan karir menurut Conger adalah usaha untuk membuat dan menentukan pilihan tertentu dari berbagai pilihan dan diantara berbagai peluang yang muncul dalam proses pemilihan karir.²⁰ Syamsi berpendapat bahwa keputusan adalah pendekatan sistematis terhadap berbagai masalah, kemudian mengumpulkan fakta, data, dan dengan hati-hati menentukan alternatif dan tindakan yang muncul setelah dengan perhitungan. Syamsi menambahkan, keputusan tersebut harus bersifat involuntary, tidak asal-asalan, dan tidak sembarangan dalam mengambil keputusan. Suatu permasalahan harus diketahui dulu dan kemudian merumuskan penyelesaian dengan jelas, teliti dan hati-hati, kemudian pemecahan masalah haruslah didasarkan pada pemilihan opsi yang terbaik diantara pilihan-pilihan karir yang disediakan.²¹ Sedangkan menurut Atmosudirdjon dalam mengambil keputusan karir diperlukan proses yang berlangsung dalam suatu sistem, baik itu keputusan pribadi maupun keputusan yang terkait dengan masalah itu sendiri.²²

Oleh karena itu, keputusan karir meliputi kemampuan seorang individu dalam memecahkan masalah yang dihadapinya dengan

²⁰ J.J.Conger, *Adolescence and Youth: Psychological Development in a Changing World 4th edition*. (New York: Harper Collins, 1991).

²¹ Syamsi, *Pengambilan Keputusan: decision making*. (Jakarta. Bina Aksara, 1989), 23-24

²² Atmosudirdjo, Slamet Prajudi, "Pengambilan Keputusan (*decision making*)". *Jurnal Psikologi*, Vol. 4 No. 3, (1971), 23-29

pertimbangan logika penalaran. Pada saat yang sama, seseorang mengumpulkan fakta dan informasi dan dengan hati-hati menentukan berbagai pilihan (memilih) pilihan dari keadaan yang dihadapinya dan mengambil tindakan yang pasti masuk akal dan tepat.

2. Aspek-aspek Keputusan Karir

Menurut J.J Conger. ada 6 aspek yang akan diukur aspek tersebut yaitu:

a. Pengetahuan mengenai karir

Sejauhmana seseorang memahami dunia kerja dan berbagai tugas dan tugas yang harus dilakukan dan berkaitan dengan pekerjaan. Selain itu, pengetahuan karir meliputi pengetahuan tentang tren, sikap, peluang karir dalam lowongan pekerjaan.

b. Pemahaman diri

Kemampuan individu untuk menilai kekuatan dan kelemahan diri sendiri untuk membuat keputusan karir masa depan.

c. Kecocokan pilihan karir dengan diri

Kemampuan membuat keputusan untuk membuat pilihan karir yang terbaik dan paling tepat.

d. Minat

Harapan individu untuk memilih dan mencapai bidang profesi yang sesuai dengan keahliannya sehingga dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan diri saat ini dan di masa yang akan datang.

e. Proses membuat keputusan

Perubahan mempengaruhi dan dipengaruhi oleh keputusan karir.

f. Masalah interpersonal

Keterampilan dan keahlian dalam menangani masalah yang berkaitan dengan keyakinan pengambilan keputusan profesional, dalam hal ini kursus dan staf.²³

3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Keputusan Karir

Menurut Conger, faktor-faktor yang mempengaruhi dalam keputusan karir, yaitu:

- a. Motivasi dan prestasi
- b. Sikap terhadap pekerjaan
- c. Keterkaitan
- d. Nilai-nilai
- e. Konsep diri
- f. Kepribadian dan pilihan karir.²⁴

Sedangkan hasil penelitian dari Putri Fathia Fadilla and Sri Muliati Abdullah, faktor-faktor keputusan karier dibagi menjadi dua yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal meliputi regulasi emosi, Efikasi diri, persepsi harapan orang tua, minat, wawasan profesional, penentuan nasib sendiri, genetika, keterampilan pendekatan tugas, dan motivasi berprestasi.

²³J.J. Conger, *Adolescence and Youth: Psychological Development in a Changing World (4th edition)*, (New York: Harper Collins, 1991).

²⁴Nur Syariful Amin, Muhamadiyah Muhamadiyah, dan Sarbudin Sarbudin, "Pengaruh Self Efficacy Terhadap Pengambilan Keputusan Karir Peserta Didik Pada SMKN 3 Kota Bima," *Jurnal Bimbingan & Konseling*, Vol. 4 No. 2, (2021), 97–110."

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal meliputi kualitas kehidupan sekolah, pola asuh yang berwibawa, kepatuhan, bimbingan karir, keluarga, lingkungan kampus, fasilitas yang sempurna, biaya kuliah, pembebasan biaya kuliah, status akreditasi, dan kurikulum.²⁵

4. Langkah-langkah Keputusan Karir

Menurut Sukardi, langkah-langkah dalam keputusan karir adalah sebagai berikut:

- a. Seorang individu menyadari akan kebutuhan yang akan dicapai dan sasaran karir yang diinginkan.
- b. Seorang individu akan memulai dengan mengumpulkan informasi karir yang tersedia sebanyak mungkin maksud dan tujuannya melalui pengalaman dan pengamatan lapangan.
- c. Seorang individu meyakini akan kemungkinan keberhasilan.
- d. Seorang individu menghargai hasil yang telah dicapai
- e. Mempertimbangkan faktor keberhasilan.
- f. Individu meneliti dan memilih ketika membuat keputusan karier.²⁶

B. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Konsep teori Efikasi Diri pertama kali diperkenalkan oleh Albert Bandura. Ia adalah tokoh yang memperkenalkan konsep Efikasi

²⁵ Putri Fathia Fadilla dan Sri Muliati Abdullah, "Faktor Pengambilan Keputusan Karier Pada Siswa Sma Ditinjau Dari Social Cognitive Theory," *Jurnal Psikologi* Vol. 8 No. 2, (2019), 108.

²⁶ Dewa Ketut Sukardi, *Pendidikan Konseling Karir di Dalam Bimbingan Karir* (Jakarta: Galia Indonesia, 1989), 25-16.

diri. Albert Bandura kemudian mendefinisikan Efikasi Diri sebagai keyakinan seorang individu terhadap kemampuannya untuk mengerjakan, melaksanakan tugas, dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu.²⁷ Menurut John W. Santrock, Efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang dapat mengendalikan situasi dan mencapai hasil yang positif. Teori Efikasi diri juga diyakini mempengaruhi prestasi siswa, usaha, ketahanan, dan prestasi.²⁸

Dari penjelasan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa Efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang harus menghadapi berbagai situasi kehidupan untuk mencapai tujuan yang dapat dicapai, dan bahwa diperlukan keyakinan diri dan usaha untuk mencapai tujuan seperti yang diharapkan. Efikasi diri biasanya tidak ada hubungannya dengan kemampuan seseorang, tetapi dengan percaya pada apa yang dapat mahasiswa capai dengan kemampuan mahasiswa, tidak peduli seberapa baik mahasiswa. Efikasi diri akan mempengaruhi aspek berpikir dan berperilaku.

2. Aspek-aspek Efikasi diri

Menurut Albert Bandura, Efikasi diri pada setiap diri individu akan berbeda antara satu individu dengan yang lainnya, terdapat tiga aspek yaitu:

²⁷Dede Rahmat Hidayat, *Teori dan Aplikasi Psikologi Kepribadian dalam Konseling* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2015), 156.

²⁸John W. Santrock, *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2007), 298..

a. Tingkat Kesulitan Tugas (*level*)

Aspek ini mengacu pada tingkat kesulitan tugas yang dilakukan, mulai dari tuntutan yang mudah dan sedang hingga tuntutan kinerja yang maksimal (keras). Pertimbangan ini memengaruhi pilihan praktik untuk dicoba atau dihindari. Individu mencoba melakukan apa yang mahasiswa yakini mungkin dan menghindari melakukan hal-hal yang melebihi batas emosional mahasiswa.

b. Tingkat Kekuatan (*strength*)

Aspek ini mengacu pada kepercayaan diri terhadap kemampuannya sendiri. Orang dengan efikasi diri yang tinggi lebih mungkin bertahan dari kesulitan daripada orang dengan efikasi diri rendah. Aspek ini seringkali berhubungan langsung dengan bidang. Semakin sulit tugas, semakin kurang percaya diri seseorang dalam kemampuannya untuk menyelesaikan tugas.

c. Luas Bidang Tugas (*generality*)

Faktor ini mengacu pada sejauhmana orang mempercayai kemampuan mahasiswa sendiri dalam situasi tugas yang berbeda. Efikasi diri mungkin terbatas pada satu area tertentu, sementara yang lain mungkin menjangkau banyak area sekaligus.²⁹

²⁹ M. Nur Ghufro dan Rini Risnawati S, *Teori-teori Psikologi* (Jogjakarta : Ar Ruzz Media, 2013), 80-81

3. Karakteristik Orang Yang Mempunyai Efikasi Diri (keyakinan diri)

Orang yang mempunyai Efikasi diri (keyakinan diri) yang tinggi menunjukkan karakteristik antara lain:

a. Orientasi Pada Tujuan

Seorang individu yang memiliki Efikasi diri yang tinggi akan selalu berfikir positif, dan mengarah pada tujuan yang diinginkan. Artinya, semakin tinggi Efikasi diri seorang individu maka semakin tinggi pula orientasi pada tujuan yang ingin dicapai.

b. Orientasi Kendali Internal

Kontrol pribadi mencerminkan sejauhmana kita percaya bahwa tindakan kita memengaruhi apa yang terjadi pada kita. Individu yang akrab dengan pengendalian internal terbiasa menetapkan tujuan dan merencanakan kegiatan, sehingga tujuan biasanya dapat dicapai. Mahasiswa menginspirasi keyakinan bahwa mahasiswa dapat bekerja dengan baik dalam situasi tertentu.

c. Tingkat Usaha Yang Dikembangkan Dalam Suatu Situasi

Keyakinan pada kemampuan sendiri menentukan motivasi. Orang yang percaya diri dengan kemampuannya bekerja keras saat menghadapi kesulitan. Sukses biasanya membutuhkan usaha terus-menerus.

d. Jangka Waktu Bertahan Dalam Menghadapi Hambatan

Semakin banyak orang percaya pada kemampuan mahasiswa, semakin mahasiswa mencoba. Kegigihan yang kuat biasanya menyelesaikan pekerjaan.

4. Sumber-sumber Efikasi Diri

Adapun sumber-sumber Efikasi diri, ada 4 diantaranya adalah:

a. Pengalaman Performansi

Jika kinerja masa lalu sebagai sumber kinerja masa lalu adalah pengaruh paling kuat terhadap Efikasi diri, kinerja yang baik meningkatkan Efikasi diri, kegagalan menurunkan Efikasi diri, dan kesuksesan memiliki efek yang berbeda, tergantung pada proses kinerja:

- 1) Semakin sulit tugas, semakin besar keberhasilan dan Efikasi diri.
- 2) Bekerja sendiri meningkatkan Efikasi diri daripada kerja kelompok dan dukungan dari orang lain.
- 3) Ketidakmampuan untuk mengurangi Efikasi diri ketika orang merasa telah melakukan yang terbaik.
- 4) Kurangnya suasana emosional, efeknya tidak buruk ketika kondisinya optimal.
- 5) Kegagalan terjadi setelah orang yang memiliki Efikasi diri tinggi, dan kegagalan tidak buruk bagi orang yang memiliki Efikasi diri tinggi.

6) Terbiasa sukses, tetapi kegagalan tidak serta merta merusak Efikasi diri.

b. Pengalaman Vikarius

Pengalaman ini didapatkan melalui model sosial yang dimana Efikasi diri ditingkatkan dengan mengobservasi keberhasilan individu lain, sedangkan Efikasi diri diturunkan dengan melihat orang lain yang kemampuannya kurang lebih sesuai dengan kegagalan diri sendiri. Sebaliknya, ketika seseorang mengamati kegagalan karakter yang sama, mungkin si pengamat sudah lama berhenti ingin melakukan apa yang tidak dilakukan oleh karakter yang dia amati.

c. Persuasi Sosial

Efikasi diri dapat juga dicapai, diperkuat, atau bahkan dilemahkan dengan bantuan keyakinan sosial. Pengaruh sumber ini terbatas, tetapi membawa realitas karakter untuk dibujuk dan kondisi persuasi yang tepat.

d. Keadaan Emosi

Kegiatan yang melibatkan keadaan emosional mempengaruhi Efikasi diri dalam kegiatan tersebut. Emosi yang kuat, ketakutan, dan kegelisahan melemahkan Efikasi diri. Namun, anda dapat meningkatkan Efikasi diri anda dengan tidak melebih-lebihkan emosi anda. Perubahan perilaku terjadi ketika sumber ekspektasi kinerja (evaluasi diri terhadap kinerja dalam situasi tertentu) berubah. Modifikasi Efikasi diri sering

digunakan untuk membantu orang dengan berbagai masalah mengatasi kesulitan dan mengubah perilaku mahasiswa.³⁰

5. Cara meningkatkan Efikasi diri

J.W Santrock menyebutkan empat cara meningkatkan Efikasi diri yang dimiliki, yakni:

- a. Memiliki tujuan yang dapat dicapai jika tujuan tersebut dipilih dengan pertimbangan realistis untuk bisa dicapai.
- b. Memisahkan pengalaman sebelumnya dengan rencana yang akan dilaksanakan. Hal tersebut sangatlah penting karena pengaruh masa lalu tidak akan mempengaruhi rencana yang akan dilaksanakan.
- c. Berusaha untuk mempertahankan kinerja yang baik dengan berfokus pada hasil.
- d. Membuat rencana yang akan dilakukan dan dapat ditangani atau dilakukan, dari yang sulit sampai yang mudah. Bagian tersulitnya adalah meningkatkan keyakinan diri. Membuat daftar situasi atau kegiatan yang dapat ditangani atau dilakukan, dari yang mudah sampai yang sulit. Bagian tersulit adalah meningkatkan Efikasi diri secara bertahap.³¹

C. Dinamika Hubungan Antara X dengan Y

Prodi Tasawuf dan Psikoterapi, mahasiswa S1 Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri harus mengambil keputusan tentang masa depannya setelah menyelesaikan studinya, karir tentu saja, ada banyak cara untuk

³⁰ Alwilsol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Press, 2009), 288-289.

³¹ J.W Santrock, *Life Span Development (Seventh Edition)* (New York: Mc Graw Hill, 1999), 357.

melanjutkan studi, bekerja, dan menikah hingga meraih gelar magister. Seorang mahasiswa yang ingin memilih pekerjaan masa depannya berdasarkan keterampilan dan minatnya harus memiliki tingkat keyakinan diri yang tinggi dan dapat mengambil keputusan karir masa depan yang baik. Harga diri yang rendah melemahkan proses mengambil keputusan karir dari berbagai pilihan karir.

Efikasi diri adalah keyakinan seorang individu terhadap kecakapan dan kemampuannya untuk memilih jalur karir yang tepat sasaran dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.³² Orang dengan Efikasi diri yang tinggi akan selalu melakukan yang terbaik untuk mewujudkan visi dan potensinya. Efikasi diri yang tinggi mencerminkan keyakinan diri seseorang bahwa mahasiswa dapat melakukan tugas-tugas terkait karir dengan cukup baik untuk menumbuhkan ekspektasi hasil positif yang berdampak positif pada perencanaan karir. Efikasi diri memainkan peran penting dalam proses regulasi melalui motivasi individu dan kinerja tugas yang diberikan. Perspektif Efikasi diri menentukan seberapa jauh seseorang melihat dalam menyelesaikan suatu tugas dan berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas tersebut.

Selain itu, Efikasi diri mengandung arti bahwa orang dengan Efikasi diri tinggi dapat melakukan yang terbaik untuk mengatasi hambatan, sedangkan orang dengan Efikasi diri rendah cenderung mengurangi usahanya atau lari dari hambatan yang ada. Dengan kata lain, orang yang

³² K.M. Taylor, dan N.E. Betz, "Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision", *Journal of Vocational Behavior*, Vol. 22 No. 1, (1983), 63-81.

sangat percaya pada dirinya akan memiliki keyakinan lebih besar pada kemampuannya untuk melakukan tindakan.

Efikasi diri memengaruhi cara anda mencapai tujuan dengan memengaruhi tingkat upaya anda dan menunjukkan harga diri anda saat menghadapi rintangan. Dengan kata lain, semakin tinggi persepsi Efikasi diri, semakin banyak usaha yang dilakukan seseorang dan semakin baik pekerjaan yang akan mahasiswa pilih di masa depan.³³

Kemajuan diri yang lebih tinggi juga dikaitkan dengan peningkatan ketekunan, suatu sifat yang memfasilitasi pengalaman penyembuhan yang memperkuat keyakinan akan kemajuan diri. Selain itu, siswa memasuki pasar kerja harus yakin bahwa mahasiswa akan berhasil dan sukses di masa depan. Sebagai individu merencanakan karir masa depan mahasiswa, mahasiswa harus siap untuk membuat keputusan karir konsisten dengan keyakinan mahasiswa.

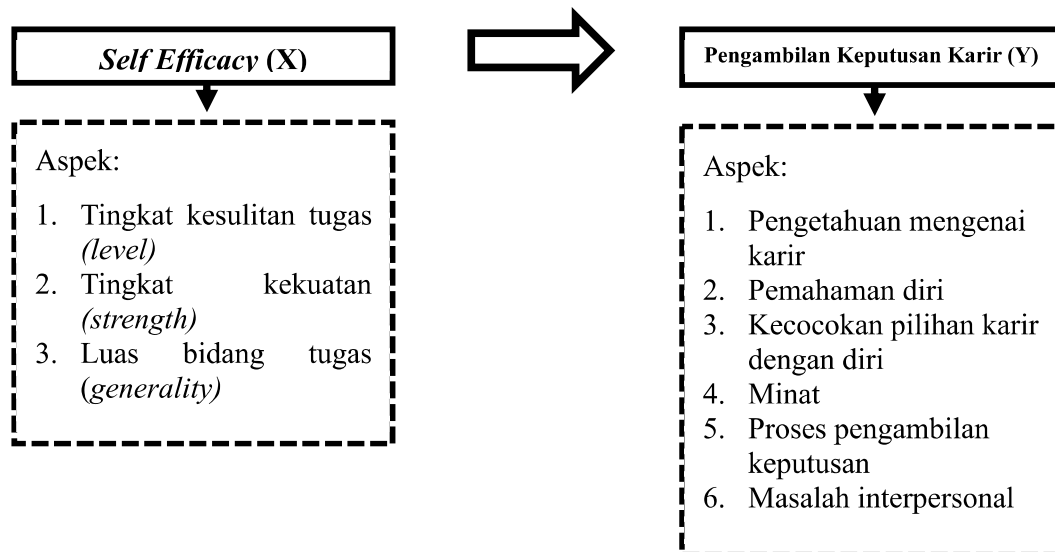
Memilih karier adalah proses pemilihan karier yang sistematis dan ditentukan secara individual. Cara mahasiswa membuat keputusan karir mahasiswa menentukan dimana dan seperti apa masa depan mahasiswa nantinya. Jadi, ada banyak hal yang harus diperhatikan, seperti keterampilan, pengetahuan, dan keinginan masing-masing individu. Bahkan, beberapa mahasiswa dengan Efikasi diri yang rendah dalam

³³ Gusti Yuli Asih, dan Rusmalia Dewi, "Komitmen Karyawan Ditinjau dari *Self Efficacy* dan Persepsi Dukungan Organisasi, di CV. Wahyu Jaya Semarang", *Jurnal Dinamika Sosial Budaya* Vol. 19 No. 1, (2017), 35.

membuat keputusan karir mempengaruhi keputusan karir masa depan dan membingungkan individu.³⁴

Namun, beberapa orang percaya pada kemampuan mahasiswa sendiri dan karenanya membutuhkan Efikasi diri dan otonomi yang kuat ketika membuat keputusan karir di masa depan. Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang dapat melihat potensi keyakinannya dapat mengoptimalkan keterampilannya dan mengadaptasikannya untuk masa depan. Karena mahasiswa mengenali kemampuan belajar siswanya, mahasiswa terdorong dan dapat berusaha untuk membuat keputusan karir yang lebih baik dengan menggunakan proses persuasi yang sesuai dengan kemampuan mahasiswa.

Gambar 1 Kerangka Berfikir



³⁴ R.J. Widyastuti. dan T. Pratiwi. "Pengaruh *Self Efficacy* Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir Siswa." *Jurnal BK Unesa*, Vol. 3 No. 1, (2013) 231-238.