

## HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR SISWA KELAS XI SMA NEGERI 3 PEMALANG

Dhea Novi Setiani<sup>1</sup>, Dini Rakhmawati<sup>2</sup>, Desi Maulia<sup>3</sup>

[dheadhea538@gmail.com](mailto:dheadhea538@gmail.com)<sup>1</sup>, [dinirakhmawati@upgris.ac.id](mailto:dinirakhmawati@upgris.ac.id)<sup>2</sup>, [desimaulia.skripsi@gmail.com](mailto:desimaulia.skripsi@gmail.com)<sup>3</sup>

Universitas PGRI Semarang

### ABSTRAK

Permasalahan dalam peneliti adalah apakah ada hubungan kematangan emosi yang positif dan signifikan dengan pengambilan keputusan karir siswa kelas XI SMA Negeri 3 Pemalang. Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana hubungan kematangan emosi dengan pengambilan keputusan karir. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 3 Pemalang. Sampel yang diambil adalah 108 siswa kelas XI 4, XI 6, XI 7 dengan menggunakan Teknik Cluster Random Sampling. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui penyebaran instrument skala penelitian pengambilan keputusan karir dan kematangan emosi. Hasil analisis data menunjukkan bahwa koefisien korelasi product moment antara pengambilan keputusan karir dengan kematangan emosi yaitu  $r_{hitung} = 0,287$ ,  $r_{hitung} > r_{tabel}$  atau  $0,287 > 0,195$ . Besar sumbangan variabel 8% dan siswa variabel lain. Sedangkan nilai signifikasinya  $0,045 < 0,05$  yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antar pengambilan keputusan karir dengan kematangan emosi. Berdasarkan table nilai korelasi ( $r$ ) 0,287 pada pedoman interpretasi pada rentang 0,200-0,399 yang berarti bahwa tingkat hubungan pengambilan keputusan karir dengan kematangan emosi termasuk kategori rendah. Berdasarkan hasil penelitian ini saran yang dapat disampaikan adalah bagi guru BK di SMA Negeri 3 Pemalang diharapkan memberikan layanan BK dengan materi yang mencakup mengenai keputusan karir dan kematangan emosi. Diharapkan juga guru BK dapat menganalisis permasalahan yang dialami oleh siswa.

**Kata kunci:** Pengambilan Keputusan Karir, Kematangan Emosi.

### PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa ini ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan secara biologis serta psikologis. Pada masa ini, remaja dituntut untuk membangun penyesuaian diri karena terdapat perubahan peran dan ada tugas perkembangan yang harus dilakukan seperti, berusaha untuk menentukan jati diri, mencapai kemandirian emosional, kematangan hubungan sosial, dan mempersiapkan diri untuk meniti karir, di mana remaja wajib melakukan pengambilan keputusan karir. Salah satu faktor yang memiliki pengaruh pada kehidupan di masa remaja adalah dunia Pendidikan.

Pendidikan adalah salah satu hal yang amat penting bagi setiap individu. Perkembangan di dalam dunia Pendidikan pasti akan terjadi setiap tahun mengikuti perkembangan zaman dan teknologi. Dunia Pendidikan adalah sarana awal untuk merencanakan dan membangun masa depan yang baik setiap individu. Biasanya perencanaan itu di mulai oleh individu pada masa SMA (Utari, 2019). Remaja yang sedang menduduki bangku Pendidikan pada tingkat menengah atas maupun sederajat akan di hadapkan pada pemilihan jurusan yang nantinya akan mempengaruhi jalur karir yang di tempuhnya selama di perguruan tinggi (Astika, 2021).

Pengambilan keputusan karir adalah proses tanpa jawaban sederhana yang akan terus berkembang. Secara khusus, keputusan karir telah menjadi lebih matang. Dengan peningkatan mobilitas karir dan munculnya pekerjaan baru pada era disruptif. Masing - masing individu tidak mengambil keputusan dengan cara yang sama, gaya atau strategi

pengambilan keputusan mengacu pada pola perilaku, atau metodologi yang di ikuti setiap individu agar keputusan mereka memiliki hasil terbaik (Argyropoluou & Kaliris, 2018).

Proses dalam pengambilan keputusan karir tidak mudah bagi siswa SMA yang sedang berada di masa remaja. Pada masa remaja individu masih mempunyai tingkat kesadaran yang rendah tentang pentingnya suatu karir di masa depan. Di mana remaja seperti ini siswa sangat emosi remaja yang masih labil akan mengakibatkan keraguan serta konflik dalam mengambil suatu keputusan yang penting untuk masa depan (Utari, 2019).

Pengambilan keputusan karir yang sulit dan kompleks, maka individu perlu melakukan eksplorasi karir dengan memilih pilihan karir yang ada (Rossalina & Salim, 2019). Proses eksplorasi dalam pengambilan keputusan karir sangat penting karena memungkinkan individu untuk memahami diri mereka sendiri, memperoleh pengetahuan tentang berbagai pilihan karir, membangun keterampilan dan pengalaman, serta mengantisipasi perubahan dan perkembangan dalam dunia kerja. Proses ini membantu individu membuat keputusan karir yang lebih terinformasi, sesuai dengan minat dan nilai-nilai pribadi.

Menurut Hartono (2018) pengambilan keputusan karir di lakukan karena mempunyai manfaat bagi siswa, yaitu untuk menentukan pilihan karir sesuai dengan potensi diri, sebagai dasar dalam memilih jurusan atau program studi di perguruan tinggi, mewujudkan pengembangan karir, serta untuk memperoleh kedudukan karir yang sesuai bagi kehidupannya. Hal tersebut di karenakan pengambilan keputusan karir pada remaja sangat penting dan merupakan suatu hal yang menentukan untuk tahap-tahapan atau perjalanan kehidupan mereka selanjutnya. Oleh karena itu remaja tidak bisa mengambil keputusan karirnya dengan hanya sesuka hati.

Siswa di usia remaja dengan pengambilan keputusan karir yang tinggi di cirikan dengan mampu mengenai potensi yang di miliki kemudian mampu mengumpulkan, mengelompokkan dan mencari berbagai informasi yang relevan serta memakai dan memahami cara yang efektif untuk mencapainya (Hartono,2018). Sedangkan siswa di usia dengan pengambilan keputusan karir yang rendah di cirikan dengan mengalami beberapa kesulitan dalam memilih jurusan antara yang sesuai dengan keinginannya atau menurut pilihan orang tua mereka, kemudian remaja merasa pesimis dengan pilihan jurusan yang akan diambil, dan para remaja juga merasa kemampuan yang mereka miliki tidak setara dengan jurusan yang akan ambil (Darmasaputro & Gunawan, 2018).

Berdasarkan profil kelas dan profil konseli dari hasil angket di kelas tahun 2023-2024, permasalahan tertinggi terdapat pada bidang karir 46,6%. 31 konseli belum memiliki pengambilan keputusan karir. Hal ini berarti pengambilan keputusan karir di SMA Negeri 3 Pemalang masih rendah.

Hurlock (2004) mengatakan bahwa remaja yang mampu mencapai kematangan emosi harus memperoleh gambaran tentang situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional yang di rasakannya. Individu yang memasuki masa remaja akan semakin di dekatkan pada usia kematangan sehingga tidak jarang terdapat tuntunan tugas perkembangannya. Remaja yang memiliki kematangan emosi yang baik akan menunjukkan reaksi emosional yang stabil dan tidak berubah-ubah suasana hatinya jika menghadapi masalah. Sebaliknya, remaja yang belum memiliki kematangan emosi tidak memiliki kontrol terhadap dirinya dan beberapa akan menunjukkan perilaku-perilaku negatif ketika menghadapi masalah yang terjadi pada dirinya.

Pada masa -masa remaja, sering kali individu mengalami gejala-gejala emosi yang cenderung lebih dinamis atau mudah berubah-ubah, baik emosi yang diluapkan adalah suatu hal positif maupun suatu hal yang negatif. Aulina (2019) mengatakan bahwa emosi tersebut lebih sering di picu oleh lingkungan eksternalnya. Dengan demikian, kematangan emosi

pada remaja sangat di perlukan untuk dapat mengondisikan emosi-emosi yang cenderung dinamis dan sering terjadi pada diri remaja. Karena apabila emosi tersebut tidak dapat dikendalikan oleh diri mereka sendiri, akan ditakutkan terjadi hal-hal yang berdampak kurang baik. Lebih lanjut, kematangan emosi merupakan sebuah proses pada individu yang terjadi dengan terus berkelanjutan untuk mencapai tingkatan emosi yang baik secara fisik ataupun secara interpersonal.

Khairani (2018) berpendapat *emotional maturity* (kematangan emosional) merupakan suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional. Remaja yang telah mencapai kematangan emosi akan lebih objektif, mampu mengendalikan emosinya, dapat berpikir secara baik sehingga ia mampu menunjukkan emosi yang tepat terhadap rangsangan yang diterimanya. Selain itu kematangan emosi diartikan sebagai kemampuan individu.

Pada pengekspresian emosi dengan tepat dan sewajarnya, mempunyai kemandirian, mengerti akan konsekuensi, dan penerimaan diri yang tinggi (Aulina, 2019). Kematangan emosi sangat erat hubungannya dengan pengambilan keputusan karir individu. Menurut Khairani (2018) berpendapat bahwa dengan kematangan emosi di harapkan individu akan dapat berperilaku dengan secara baik, melihat pada sesuatu secara objektif. Pendapat tersebut menunjukkan bahwa seorang yang telah matang emosinya akan lebih tenang tidak tergesa-gesa dalam melakukan sesuatu, menunjukkan perilaku yang baik dan sopan. Memiliki kemampuan mengontrol emosinya sehingga menunjukkan emosi yang berlebihan terhadap rangsangan yang diterimanya. Ketika seseorang telah matang emosinya ia akan dapat bertanggung jawab terhadap pengambilan keputusan karirnya. Dalam mengambil keputusan karir diperlukan kondisi emosi yang stabil tidak mudah berubah-ubah secara drastis.

Berdasarkan profil kelas dan profil konseli dari hasil angket pada tahun 2023-2024, permasalahan pada bidang pribadi sebesar 22,16%. 31 konseli merasa belum bisa mengendalikan emosi dengan baik. Hal ini kematangan emosi siswa masih sangat rendah.

Beberapa penelitian terdahulu yang dapat di pertimbangkan pada penelitian ini yaitu penelitian yang pernah dilakukan oleh (Pilouw dan Nursalim, 2015) hasil yang diperoleh dalam penelitian tersebut menyatakan bahwa “kematangan emosi berhubungan secara signifikan dan positif dengan pengambilan keputusan yang dapat dilihat dari nilai  $p$  signifikansi sebesar 0,021 ( $<0,05$ ). Arah hubungan bersifat positif dengan koefisien regresi sebesar 0,229 sehingga hipotesis pertama yang menyatakan “terdapat hubungan antara kematangan emosi dengan pengambilan keputusan pada remaja”, diterima. Sedangkan, hipotesis yang menyatakan “tidak terdapat hubungan antara kematangan emosi dengan pengambilan keputusan pada remaja”, ditolak.

Penelitian yang dilakukan oleh Suniarti (2021) peserta didik yang secara emosinya matang cenderung mengambil keputusan karir yang tepat bagi dirinya karena mampu berpikir secara objektif terhadap berbagai pilihan yang ada, sehingga dapat bertanggung jawab terhadap keputusan karir yang diambil. Hasil penelitian menunjukkan nilai sign korelasi kematangan emosi dengan pengambilan keputusan karir adalah 0,000 dengan nilai *person correlation* sebesar 0,762.

Menurut hasil dari wawancara penelitian dengan salah satu guru BK Ibu Elly Sulistiyowiharti selaku guru BK kelas XI SMA Negeri 3 Pemalang pada 16 januari 2024, beragam terkait masih banyak memiliki kematangan emosi yang rendah sehingga dalam mengambil keputusan menggebu-gebu dan akhirnya menjadi penyesalan baginya. Tidak hanya itu, siswa kelas XI SMA Negeri 3 Pemalang bingung dalam menentukan sikap bagaimana harusnya dalam mengambil keputusan yang bijak dan bisa dipertanggung jawabkan keputusan yang diambilnya.

Berdasarkan kondisi peserta didik yang telah di kemukakan di atas melatarbelakangi penelitian untuk melakukan penelitian terkait judul “Hubungan Kematangan Emosi Dengan Pengambilan Keputusan Karir Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Pemalang”.

## **METODOLOGI**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 3 Pemalang tahun ajaran 2024-2025 sejumlah 288 siswa. Dari 8 kelas dipilih satu kelas untuk tryout skala psikologis yaitu kelas XI 3 dari 36 siswa. Pada pelaksanaan 3 siswa tidak hadir di kelas sehingga pelaksanaan try out dilaksanakan 33 siswa. Sedangkan untuk sampelnya yaitu Sampel dalam penelitian ini adalah kelas XI 4, XI 6 dan XI 7 dengan jumlah 108 siswa. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan. Pada penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah teknik cluster random sampling. Teknik cluster random sampling merupakan teknik sampling daerah yang digunakan untuk menentukan sampel bila objek yang akan diteliti atau sumber data sangat luas.

Setelah data terkumpul, tahapan selanjutnya adalah melakukan analisis terhadap data tersebut, yang tentunya disesuaikan dengan tujuan dari riset yang dilakukan. Pada tahap ini menggunakan data uji normalitas, uji linieritas, uji hipotesis.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan penelitian, maka diketahui bahwa antara (Pengambilan keputusan karir) dengan (Kematangan emosi) terdapat hubungan yang signifikan satu sama lain yaitu hubungan positif antara pengambilan keputusan karir dengan kematangan emosi siswa kelas XI SMA Negeri 3 Pemalang. Artinya kedua variabel terdapat hubungan satu dengan yang lainnya atau disebut juga berkorelasi.

Hasil perhitungan yang dilakukan sesuai dengan data awal yang diperoleh pada saat wawancara bahwa siswa-siswi masih belum mempunyai pengambilan keputusan karir yang matang. Peran orang tua dan guru bimbingan dan konseling sangatlah penting untuk memberikan informasi atau gambaran pada anak berkaitan dengan pekerjaan, gambaran cita-cita di masa depan. Hal tersebut tentu saja berkaitan dengan kematangan emosi, individu yang telah mampu mengontrol emosi dengan baik dan mampu berfikir secara objektif dan rasional terhadap suatu hal, tidak mudah terbawa emosi dan bertindak secara wajar.

Hasil penelitian ini telah mengetahui serta keseluruhan terdapat hubungan pengambilan keputusan karir terhadap kematangan emosi, hal tersebut dibuktikan dengan menggunakan uji korelasi Person Product Moment diketahui nilai sig (2-tailed) diperoleh  $0,0045 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengambilan keputusan karir dengan kematangan emosi. Diketahui bahwa nilai koefisien ( $r$ ) 0.287 pada pedoman nilai interpretasi korelasi berada pada rentang 0.20-0.399 yang berarti bahwa tingkat hubungan pengambilan keputusan karir dengan kematangan emosi termasuk pada kategori rendah.

Kemudian hasil penelitian yang dilakukan peneliti di SMA Negeri 3 Pemalang pada siswa kelas XI menunjukkan bahwa tingkat kematangan emosi dan pengambilan keputusan karir menunjukkan hasil adanya pengaruh yang signifikan antara kematangan emosi terhadap pengambilan keputusan karir peserta didik kelas XI SMA Negeri 3 pemalang. Dalam hal ini bahwa semakin tinggi kematangan emosi peserta didik maka semakin tinggi pula pengambilan keputusan karir. Kematangan emosi dapat dikatakan matang emosinya

apabila individu dapat memahami situasi yang sedang terjadi dan individu mampu mengelola atau menempatkan emosinya di tempat yang tepat serta individu juga dapat berfikir terlebih dahulu sebelum mengambil keputusan. Hal ini sejalan dengan teori Walgito (dalam Ananda, 2017) yang mengatakan bahwa kematangan emosi juga berhubungan dengan pengambilan keputusan karir, remaja yang sudah mempunyai kematangan emosi diharapkan mampu berperilaku dengan baik dan bisa melihat suatu hal secara objektif. Hal tersebut menunjukkan seseorang yang sudah mencapai tingkat kematangan emosi berarti mampu mengambil keputusan dengan baik, mampu bertanggung jawab dengan apa yang di perbuat, dan tidak tergesa-gesa dalam mengambil suatu putusan.

Hal tersebut selaras dengan aspek yang dikemukakan oleh Mulyaningtyas dan Hadiyanto (2019) yaitu mampu mengenali jenis karir, mampu membuat perencanaan karir, mampu mengevaluasi perencanaan karir, mampu membuat pengambilan keputusan karir, mampu melaksanakan keputusan karir dan bertanggung jawab.

Penelitian yang dilakukan oleh Ega Fitriyanti (2022) yaitu terdapat hubungan yang signifikan dengan arah hubungan yang positif antara kematangan emosi dengan pengambilan keputusan karir ( $\text{sig}=0,000$  dan  $r=0,348$ ). Hasil penelitian ini diharapkan agar membantu konselor sekolah untuk diharapkan agar membantu siswa untuk dapat meningkatkan kematangan emosi dan pengambilan keputusan karir dengan memberikan layanan-layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling sesuai bidang-bidang bimbingan.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Yashinta Rizky (2017) ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan pengambilan keputusan karir. Pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Mijen-Demak terdapat hubungan yang signifikan dengan arah hubungan positif dengan tingkat hubungan sedang.

Berdasarkan teori tersebut individu yang mencapai kematangan emosi memiliki pengambilan keputusan karir yang baik, dimana individu memiliki sikap yang optimis serta bertanggung jawab dengan tugas dan kewajiban dengan bersungguh-sungguh.

Pada penelitian ini yang diambil yaitu hubungan kematangan emosi dengan pengambilan keputusan karir siswa kelas XI SMA Negeri 3 Pemalang merupakan suatu permasalahan yang cukup penting untuk diteliti di tempat tersebut.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dilakukan oleh peneliti pada bab sebelumnya mengenai hubungan kematangan emosi dengan pengambilan keputusan karir kelas XI SMA Negeri 3 Pemalang dapat diambil kesimpulan dari penelitian ini terdapat hubungan yang positif antara kematangan emosi dengan pengambilan keputusan karir. Adanya hubungan yang signifikansi antara kematangan emosi dengan pengambilan keputusan karir, sehingga memiliki arti bahwa semakin tinggi kematangan emosi maka semakin tinggi pula pengambilan keputusan karir. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kematangan emosi siswa maka semakin rendah pengambilan keputusan karir XI SMA Negeri 3 Pemalang.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ananda, Y. R. (2017). Hubungan Kematangan Emosi dengan Pengambilan Keputusan Karir Pada siswa kelas XII SMA. *Indonesia Journal of Guidance and Counseling Theory and Application*, 6(2),45-51.
- Argyropoulou, K., & Kaliris, A. (2018).From career decision-making to career decision-management: New trends and prospects for career counselling. *Advances in Social Science Research Journal*, 5(10),483–502.
- Astika, D. (2021). Oleh Devia Astika. Skripsi.
- Aulina, N. (2019). Konsep Diri, Kematangan Emosi, dan Perilaku Bullying pada Remaja. *Cognicia*,

- 7(4), 434–445. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia>
- Darmasaputro, A., & Gunawan, W. (2018). Hubungan Efikasi Diri Pengambilan Keputusan Karier dan Pengambilan Keputusan Karier pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi*, 14(1), 1–11. <https://doi.org/10.24014/jp.v14i1.5004>
- Ega Fitriyanti,dkk”Hubungan Kematangan Emosi terhadap Pengambilan Keputusan Karir Siswa MA dan SMK Pesantren Pembangunan Muhammadiyah”, *Jurnal Edukasi Santifik Volume 2 Nomor 1,2022*.
- Hartono. 2018. *bimbingan karier*. Jakarta: Prenamedia Groub.
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (S. Istiwidayanti (ed.); 5th ed.). Erlangga.
- Khairani, R., & Putri, D. E. (2018). Kematangan Emosi Pada Pria Dan Wanita Yang Menikah Muda. *Jurnal Psikologi vol 1 no 2* .
- Mulyaningtyas Renita, Purnomo Hadiyanto. (2019). *Bimbingan dan Konseling untuk SMA dan MA kelas XII*. Jakarta:Erlangga.
- Peilow, Florence J dan M. Nursalim. 2015.Hubungan Pengambilan Keputusan dengan Kematangan Emosi dan Self-Efficacy pada Remaja. *Jurnal UNESA volume 01, Nomor 02 Tahun 2013*.
- Rossallina, L., & Salim, R. A. (2019). Perilaku eksplorasi karier, dukungan sosial, dan keyakinan dalam pengambilan keputusan karier SMP. *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 224–239. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i2.2627>
- Suniati, Teti Sobari dan Siti Fatimah. 2021. “Hubungan Keputusan Karir Dengan Kematangan Emosi Peserta Didik Kelas IX SMPN 1 Garut”. *Jurnal Fokus ISSN Volume 4 No. 1, Januari 2021* : 123-131
- Utari. (2019). *Hubungan Antara Determinasi Diri Dengan Pengambilan Keputusan Karir pada Siswa Di Sman 1 Kota Sungai Penuh Skripsi*.
- Yashinta Rizky Ananda “ Hubungan kematangan Emosi dengan Pengambil Keputusan Karir pada Siswa Kelas XII SMAN Mijen Demak tahun 2015-2017” *Skripsi-Universitas Negeri Semarang 2017*.