

Mengapa Saya Sulit dalam Pengambilan Keputusan Karir?

Annisaa' Bitari Tettikenrara¹, Latipun¹, Nandy Agustin Syakarofath¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

correspondence: nandysyakarofath@umm.ac.id

Abstrak. Melakukan pengambilan keputusan karir merupakan salah satu kesulitan yang dihadapi ketika memasuki usia remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran dari *internalizing problems* yang menjadi salah satu faktor penyebab kesulitan pengambilan keputusan karir pada remaja. Sejumlah 153 remaja berpartisipasi dalam penelitian ini (34 remaja laki-laki dan 119 remaja perempuan) yang berasal dari Malang. Teknik sampling yang digunakan adalah *multistage random sampling*. *Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)* digunakan untuk mengungkap *internalizing problems* dan *Career Decision Making Difficulties Questionnaire (CDDQ)* digunakan untuk mengungkap kesulitan pengambilan keputusan karir. Hasil uji *multiple linier regression* menunjukkan bahwa *internalizing problems* mampu memprediksi kesulitan karir yang dialami oleh remaja yang menjadi partisipan dalam penelitian ini ($\text{adjusted } R^2 = 0.129$; $F(23.521) = 152$, $p < 0.001$). Semakin tinggi *internalizing problems* yang dialami, maka akan menambah kesulitan bagi remaja didalam menentukan pilihan karirnya.

Kata kunci: *internalizing problem, kesulitan, pengambilan keputusan karir, remaja*

Abstract. Making career decisions is one of the difficulties faced when entering adolescence. This study aims to examine the role of *internalizing problems*, which are one of the factors causing career decision-making difficulties in adolescents. A total of 153 adolescents participated in this study (34 adolescent boys and 119 adolescent girls) who came from Malang. The sampling technique used is *multistage random sampling*. The *Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)* is used to uncover *internalizing problems*, and the *Career Decision-Making Difficulties Questionnaire (CDDQ)* is used to uncover career decision-making difficulties. The results of the multiple linear regression test showed that *internalizing problems* were able to predict career difficulties experienced by adolescents who participated in this study ($\text{adjusted } R^2 = 0.129$; $F(23.521) = 152$, $p < 0.001$). The higher the *internalizing problems* experienced, the more difficult it will be for adolescents to determine their career choices.

Keywords: *adolescent career decisions, difficulties, internalizing problems*

Bangku sekolah menengah atas (SMA) adalah tempat dimana remaja belajar dan menempa diri untuk mempersiapkan karir dan menentukan karirnya dimasa mendatang. Penentuan karir pada remaja dapat diawali dengan pengambilan keputusan terlebih dahulu, namun demikian tak jarang yang mengalami kesulitan. Pengambilan keputusan karir yang

dimaksud adalah setelah lulus menentukan untuk lanjut studi atau langsung bekerja. Dalam proses penentuan karir tersebut dalam prosesnya seringkali remaja merasa kesulitan karena durasi sekolah yang singkat dan tuntutan pekerjaan yang sangat tinggi (Eppelmann et al., 2016). Kondisi ini menyebabkan remaja yang statusnya menjadi siswa pada saat ini rentan mengalami stress karena beban yang dirasakan. Bahkan dalam sebuah studi disebutkan bahwa sepertiga siswa mengalami gejala stress seperti kelelahan, ketegangan dan kesulitan konsentrasi di tahun pertama sekolah (Schraml, Perski, Grossi & Simonsson-sarnecki, 2011).

Berbagai studi telah banyak dilakukan terkait pengambilan keputusan karir. Creed et al., (2006) menyatakan bahwa rumpun dari variabel pengembangan karir (kematangan karir, keyakinan diri, pengetahuan terhadap pekerjaan dan dukungan sosial) berkorelasi negatif dengan gender dan usia. Selanjutnya, untuk pengambilan keputusan karir sendiri juga memiliki keterhubungan dengan variabel internal individu seperti takut berhasil, menilai diri rendah, minimnya kesadaran diri, cemas dan rendahnya keterampilan sosial.

Hasil survei yang dikemukakan oleh Putri (2018), berpendapat bahwa lebih dari 400.000 profil data siswa dan mahasiswa di seluruh Indonesia didapatkan hasil bahwa 92% siswa SMA/SMK sederajat bingung dan tidak tahu akan menjadi apa kedepannya dan 45% mahasiswa yang merasa salah mengambil jurusan. Faktor penyebab dari berbagai fenomena kesulitan pada remaja dalam mengambil keputusan karir disebabkan karena mereka tidak memahami bakat, minat serta potensi yang dimiliki. Faktor lainnya yang mempengaruhi remaja tersebut mengalami kesulitan dalam pengambilan keputusan karir yakni *pessimistic views*, *anxiety* dan *self concept and identity* (Saka & Gati, 2007). Faktor *anxiety* menunjukkan bahwa kecemasan yang dialami oleh remaja dapat mengacu pada perasaan stress yang menyebabkan remaja kurang mampu untuk memulai proses dalam pengambilan keputusan karir yang akhirnya menjadikan remaja tersebut kesulitan dalam memilih jenjang karir kedepannya.

Remaja yang mengalami masalah internalisasi cenderung mempunyai cara berfikir yang kurang tepat terhadap suatu permasalahan yang sedang dihadapinya. Seringkali remaja berpikir bahwa dirinya sudah dewasa, berani, mandiri dan memiliki tenaga yang hebat (Santrock, 2012). Sehingga pada masa remaja, masalah internalisasi lebih memuncak terutama pada kalangan remaja dengan kontrol usaha yang rendah serta sulit dalam mengatasi permasalahan sehari-hari dan yang paling utama ketika mendapatkan tekanan

yang berlebih dapat menjadi penyebab utama dari masalah internalisasi (McKay, Abramowitz & Storch, 2017). Masalah ini tidak hanya menurunkan kualitas hidup bagi remaja namun juga akan berdampak besar terhadap permasalahan dalam pengambilan keputusan. Hal ini disebabkan karena masalah dari masalah internalisasi menyebabkan individu tersebut menjadi kurang produktif. Selain itu, masalah internalisasi membuat individu memiliki *work skill* yang rendah sehingga mempengaruhi prestasi akademik maupun non akademik (Sourander & Helstela, 2005).

Saat dihadapkan oleh berbagai permasalahan masalah internalisasi tersebut, remaja akan menunjukkan reaksi ketakutan dan kecemasan yang menggambarkan reaksi pertahanan fisiologis terhadap potensi bahaya yang menempatkan remaja tersebut dalam keadaan waspada terhadap segala kemungkinan ancaman yang terkait dengan masalah internalisasi. Apabila tidak ditangani dengan baik, masalah internalisasi akan memunculkan konsekuensi yakni isolasi sosial, akademis yang buruk bahkan memperoleh nilai akademis dibawah rata-rata. Apabila masalah ini terus berlanjut akan mengakibatkan kegagalan dalam akademis yang dapat berimplikasi pada remaja dan lingkungannya (Salavera et al., 2019).

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya peran masalah internalisasi terhadap pengambilan keputusan karir pada remaja. Berdasarkan studi terdahulu, masalah internalisasi dianggap berkontribusi terhadap kesulitan pengambilan keputusan karir pada remaja. Namun demikian penelitian yang menguji kontribusi dari masalah internalisasi terhadap pengambilan keputusan karir masih kurang mendapatkan perhatian dan minim dijumpai hasil risetnya di Indonesia. Berbagai studi terdahulu, berfokus kepada menjadikan masalah internalisasi sebagai dampak dari adanya masalah teman sebaya (Syakarofath et al 2021), dan prevalensi masalah internalisasi (Ara, 2016) dan upaya deteksi dini (Doni & Giotsa, 2017). Oleh karenanya perlu melakukan studi lebih lanjut bagaimana gambaran kontribusi masalah internalisasi terhadap pengambilan keputusan karir agar remaja Indonesia dapat lebih mudah didalam melakukan perencanaan karir untuk masa depannya.

METODE

Sejumlah 153 remaja berasal dari Kota Malang berpartisipasi dalam peneliyian ini yang diperoleh dari teknik *multistage random sampling*. Teknik *multistage random sampling* adalah

sebuah teknik sampling yang dilakukan dengan pengacakan secara bertahap (Duli, 2019), dimana teknik ini merupakan perpaduan teknik *stratified random sampling* dan *cluster random sampling* (Zuriah, 2006). Penggunaan teknik *multistage random sampling* memberikan kesempatan yang sama pada semua anggota populasi untuk terpilih menjadi sample penelitian dengan harapan data dapat merepresentasikan populasi yang diteliti. Lihat Tabel 1.

Metode *multistage random sampling* dilakukan dalam beberapa tahap; Tahap pertama adalah penetapan Satuan Pengambilan Sampel Primer (PSU). PSU bisa berupa wilayah geografis seperti kabupaten atau desa. Kemudian langkah selanjutnya adalah proses pengambilan PSU secara acak menjadi unit yang lebih kecil dan seterusnya sampai mencapai unit terkecil di mana subjek diambil. Satuan Pengambilan Sampel (PSU) Primer dalam penelitian ini adalah Kota Malang. Secara administratif, ada lima Kecamatan di Kota Malang yaitu Kedungkandang, Sukun Klojen, Blimbing, dan Lowokwaru. Tahap randomisasi pertama, terpilih tiga kecamatan yaitu Klojen, Lowok Waru dan Kedungkandang. Selanjutnya tahap randomisasi kedua terpilih enam sekolah yang tersebar di tiga kecamatan terpilih berdasarkan randomisasi ditahap satu yaitu SMAN 3, SMAN 4, SMAN 5, SMAN 6, SMAN 7 dan SMAN 8. Secara keseluruhan proses randomisasi menggunakan bantuan software random.org.

Sebelum diberi instrumen untuk diisi oleh responden penelitian, mereka diminta terlebih dahulu untuk mengisi informed consent untuk mengikuti seluruh proses instrumen. Adapun untuk memastikan akurasi dalam mengisi data dan menghindari pengisian ganda yang dilakukan oleh responden adalah dengan memeriksa secara manual oleh peneliti dengan membandingkan data pribadi seperti nama, usia, jenis kelamin, asal daerah, asal sekolah, dan menghubungi melalui email.

Instrumen pertama yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Career Decision Making Difficulties Questionnaire* untuk mengukur kesulitan pengambilan keputusan karir yang dialami oleh remaja, instrumen tersebut terdiri dari 34 item yang terdiri dari tiga aspek yakni (a) kurangnya kesiapan (*lack of readiness*) (b) kurangnya informasi (*lack of information*) (c) informasi yang tidak konsisten (*inconsistent information*) (Gati, Krausz & Osipow, 2011). Keandalan instrumen dipastikan dengan koefisien *alpha Cronbach* 0,90 untuk skor totalnya (Gati & Levin, 2014). Menurut Gati (2013) penelitian yang menggunakan CDDQ telah banyak

dilakukan dalam berbagai konteks budaya bahkan sudah diterjemahkan ke dalam 32 bahasa yaitu Bahasa Arab (Hijazi et al., 2004), Belanda (Germeijs &Verschueren, 2006), Slovenia (Pec̣jak & Koṣir, 2007), Prancis (Massoudi et al 2008), Italia (Di Fabio &Kenny, 2011), Yunani (Koumoundourou et al, 2011), dan Chinese (Zhou &Santos, 2007), Israel (Gati et al., 1996), United States (Lancaster et al., 1999;), Taiwan (Tien, 2005), and Spain (Lozano, 2007) dan Korea (Sovet et al 2015). Skala ini merupakan skala tipe Likert mulai dari 1 (tidak berlaku untuk saya) hingga 9 (sepenuhnya berlaku untuk saya). Skor pemberian skala menunjukkan semakin tinggi skor CDDQ maka semakin tinggi kesulitan dalam pengambilan keputusan karir terkait.

Instrumen kedua yang digunakan adalah *The Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) yang bertujuan untuk mengukur masalah internalisasi yang dialami oleh remaja, instrumen tersebut terdiri dari 25 item yang mengungkap masalah internalisasi (10 item), masalah eksternalisasi (10 item) dan perilaku prososial (5 item) (Goodman, Lamping & Ploubidis, 2010). Namun demikian pada penelitian ini yang digunakan hanya 10 item yang mengungkap masalah internalisasi saja. Adapun masalah internalisasi terdiri dari dua dimensi yaitu masalah emosi dan masalah dengan teman sebaya. SDQ ini memiliki tiga pilihan jawaban yaitu Tidak Benar (TB), Agak Benar (AB), Benar (B) pada setiap itemnya. Koefisien reliabilitas pada skala CDDQ sebesar 0,914 dan skala SDQ sebesar 0,72. Total skor yang akan didapatkan responden berada di kisaran 0-10. Semakin tinggi skor total yang diperoleh menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat masalah internalisasi.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan sampel independen t-test, dan regresi linier sederhana melalui tes statistik menggunakan IBM SPSS Statistic 25. Sampel *independent t-test* digunakan untuk menilai penolakan teman sebaya dan menginternalisasi masalah yang dibandingkan dengan gender. Regresi linier sederhana digunakan untuk mengungkap pengaruh penolakan teman sebaya pada masalah internalisasi. Sebelum tes regresi dilakukan, tes asumsi pertama kali dilakukan, yaitu tes normalitas dan linearitas. Tes normalitas dilakukan dengan menggunakan tes Kolmogorov-Smirnov satu sampel dengan nilai signifikansi $0,200 > 0,05$, yang berarti bahwa data berdistribusi normal. Selanjutnya, dalam tes linearitas, nilai sig diperoleh. Deviasi dari linearitas adalah $0,522 > 0,05$, yang berarti bahwa data linier.

HASIL

Berikut merupakan data demografi partisipan penelitian

Tabel 1. Data Demografi Penelitian

Demografi	Frekuensi	Persentase	Mean	SD
Usia				
15 Tahun	23	15,0%	16,288	0,713
16 Tahun	63	41,1%		
17 Tahun	67	43,7%		
Jenis Kelamin				
Laki-laki	34	22,2	0,222	0,417
Perempuan	119	77,7		

Table 2. *Internalizing problems* dan Kesulitan Pengambilan Keputusan Karir Berdasarkan Gender

Variables	Internalizing Problem					Kesulitan Pengambilan Keputusan Karir				
	<i>n</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>n</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Male	34	9,882	4,154	-2,500	0,01	34	83,853	16,535	0,456	0,649
Female	119	8,034	3,698			119	85,218	15,084		

* $p < 0.05$

Tabel 2 menunjukkan adanya perbedaan *internalizing problem* berdasarkan gender $t(151) = -2,500$, $p < 0,05$ sedangkan pada kesulitan pengambilan keputusan karir tidak ditemukan perbedaan.

Table 3. Regression Analysis

	R^2	Adjusted R^2	F	<i>p</i>
Internalizing problem	0,135	0,129	23,521	$< 0,001$

Note. Kesulitan pengambilan keputusan karir sebagai variabel dependen

* $p < 0,05$

Tabel 3 menunjukkan hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan *internalizing problems* dapat memprediksi kesulitan didalam pengambilan keputusan karir pada remaja di kota Malang ($adjusted R^2 = 0.129$; $F(23.521) = 152$, $p < 0.001$). Semakin tinggi *internalizing problems* yang dialami oleh remaja maka dapat semakin meningkat kesulitan pengambilan keputusan terkait karir yang mereka inginkan. Temuan ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima.

Meskipun terjadi pro dan kontra terhadap pendapat bahwa ramaja identik dengan masa "*strom and stress*", berdasarkan hasil studi masih kerap dijumpai ciri adanya masalah emosi

yang tinggi. Menurut Casey et al (2011), ciri dari masa storm and stres yang dialami oleh remaja tersebut dapat dilihat pada beberapa kasus yang dijumpai seperti gangguan asosiatif, bunuh diri dan kematian yang terjadi di usia muda. Berbagai dampak negatif tersebut disebabkan karena remaja belum mampu mengelola berbagai emosi negatif yang dialaminya dan erat dikaitkan dengan adanya *internalizing problems*.

Individu yang mengalami *internalizing problems* mengalami berbagai kesulitan dalam kesehariannya mulai dari cara membangun relasi dan cara berinteraksi dengan lingkungan sosialnya sehingga berbagai kompetensi yang dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari tidak berkembang. Akibat individu yang mengalami *internalizing problems* dengan segala dampak kesulitan yang dihadapi dapat menyebabkan masalah di semua lini kehidupannya termasuk di dunia akademik dan pemilihan karir (Alarcón & Bárrig, 2015). Artinya remaja yang mengalami *internalizing problem* dapat menjadi tidak berfungsi secara pribadi dalam kehidupan sehari-hari (Arslan et al., 2021).

Salah satu contoh dari terganggunya fungsi pribadi seorang remaja adalah tidak mampu mengentaskan salah satu tugas tahapan perkembangannya yaitu menentukan pilihan karir yang ingin dijalani. Qonitatin dan Kustanti (2020) menyebutkan bahwa remaja merupakan masa dimana mereka dihadapkan pada situasi yang mengharuskan untuk membuat perencanaan karir dan mengambil keputusan terkait sesuai dengan apa yang dicita-citakan. Salah satu faktor yang secara konsisten mempengaruhi remaja kesulitan didalam pengambilan keputusan karirnya adalah kesejahteraan psikologis yang dirasakan (Şeker, 2021) dan masalah emosi yaitu depresi, rasa malu, dan pemikiran disfungsi (Rottinghaus, Jenkins, and Jantzer, 2009). Hal ini disebabkan karena dalam setiap pengambilan keputusan ada keterlibatan emosi di dalamnya.

Dalam kondisi emosi yang normal, individu akan menjadi lebih terbuka, rasional dan penuh pertimbangan sehingga menekan kebimbangan yang dirasakan. Hal ini senada dengan pendapat Farnia, Nafukho., & Petrides (2018) bahwa orang yang mampu mengelola emosinya dapat lebih berani menghadapi ketidakpastian sehingga menjadi lebih mampu menyusun strategi yang lebih rasional dengan mempertimbangkan berbagai opsi. Individu dengan masalah emosi cenderung menjadi peragu, pesimisis terhadap pilihan yang diambil dan stres sehingga terjadi kesalahan dalam pengambilan keputusan yang dilakukan.

Berdasarkan gender, laki-laki cenderung mengalami *internalizing problem* yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Hasil studi terdahulu terkait *internalizing problem* pada laki-laki dan perempuannya temuannya cenderung tidak konsisten. Ada yang menyebutkan bahwa tingkat *internalizing problems* remaja perempuan lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (Syakarofath et al., 2021; Kelly et al., 2016), namun demikian ada juga yang menyebutkan bahwa laki-laki memiliki kesempatan yang sama dengan perempuan untuk mengembangkan *internalizing problems* (Luijten et al., 2021). Hanya saja, *internalizing problem* yang dialami oleh laki-laki tidak seberkembang pesat seperti perempuan karena remaja laki-laki cenderung lebih banyak melakukan aktivitas fisik seperti olah raga yang mampu meningkatkan tingkat kesejahteraan psikologis dan mengurangi dampak dari *internalizing problem* yang dirasakan (You et al., 2021), disamping itu remaja laki-laki juga cenderung memiliki hubungan yang lebih dekat dengan ayah dan ibu dibandingkan perempuan sehingga turut menekan munculnya *internalizing problem* yang dialami (Luijten, et al., 2021). Lebih lanjut alasan *internalizing problem* remaja laki-laki pada penelitian ini perlu di uji secara empiris dipenelitian selanjutnya.

Implikasi dari penelitian ini adalah bahwasanya kontribusi dari *internalizing problems* terhadap kesulitan pengambilan keputusan karir dapat menjadi salah satu sumber yang perlu diidentifikasi secara akurat oleh konselor karir atau guru BK dan sebagai dasar pertimbangan untuk mengembangkan intervensi yang tepat. Apabila remaja atau siswa yang ditangani menunjukkan keraguan atas keputusan karir yang akan dibuat, maka pemberian informasi seputar pilihan karir tidaklah cukup kecuali masalah emosi yang menjadi sumber permasalahannya ditangani (Gati & Levin, 2014; Nelis et al., 2011).

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan temuan dapat disimpulkan bahwa *internalizing problems* dapat memprediksi kesulitan pengambilan keputusan karir pada remaja. Semakin tinggi tingkat *internalizing problems* yang dialami, maka akan meningkatkan kesulitan remaja didalam mengambil keputusan terkait karirnya. Selanjutnya berdasarkan analisis gender, tingkat *internalizing problems* remaja laki-laki lebih tinggi dibandingkan remaja perempuan. Temuan ini memvalidasi bahwa remaja laki-laki juga mampu mengembangkan *internalizing problems* meskipun menurut berbagai studi perempuan lebih besar peluangnya. *Internalizing problems*

mampu memberikan sumbangan efektif sebesar 1.35%. terhadap kesulitan pengambilan keputusan karir yang dialami remaja sebagai partisipan dalam penelitian ini.

Referensi

- Ara, E. (2016). Internalizing and Externalizing Problems in Adolescents Analyzing the Gender Difference. *International Journal of Research in Social Sciences*, 6(1), 328-337.
- Arslan, I.B., Lucassen, C., van Lier, P.A.C., de Haan, A.D & Prinzie, P. (2021). Early Childhood Internalizing problems, Externalizing Problems and Their Co-occurrence and (Mal)adaptive Functioning in Emerging Adulthood: a 16-Year Follow-Up Study, 56, 193–206. <https://doi.org/10.1007/s00127-020-01959-w>
- Creed, P., Patton, W., & Prideaux, 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. <https://doi.org/10.1177/0894845306289535>
- Di Fabio, A., & Kenny, M. E. (2011). Promoting Emotional Intelligence and Career Decision Making among Italian High School Students. *Journal of Career Assessment*, 19, 21–34. <https://doi.org/10.1177/1069072710382530>
- Doni, E., & Giotsa, A. (2017). Early Detection of Internalizing problems in Preschool Children According to Their Teachers. *Open Journal for Educational Research*, 1(1), 15-30. <https://doi.org/10.32591/coas.ojer.0101.02015d>
- Emmerling, R. J., & Cherniss, C. (2003). Emotional Intelligence and the Career Choice Process. *Journal of Career Assessment*, 11(2), 153–167. <https://doi.org/10.1177/1069072703011002003>
- Eppelmann, L., Parzer, P., Lenzen, C., Bürger, A., Haffner, J., Resch, F., & Kaess, M. (2016). Stress, Coping and Emotional and Behavioral Problems among German High School Students. *Mental Health and Prevention*, 4(2), 81–87. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2016.03.002>
- Farnia F, Nafukho FM and Petrides KV (2018) Predicting Career Decision-Making Difficulties: the Role of Trait Emotional Intelligence, Positive and Negative Emotions. *Front. Psychol.* 9:1107. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01107>
- Gati, I., Osipow, S. H., Krausz, M., & Saka, N. (2000). Validity of the Career Decision-Making Difficulties Questionnaire: Counselee Versus Career Counselor Perceptions. *Journal of Vocational Behavior*, 56(1), 99–113. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1999.1710>
- Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H. (1996). A Taxonomy of Difficulties in Career Decision Making. *Journal of Counseling Psychology*, 43(4), 510–526. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.43.4.510>
- Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H. (1996). A Taxonomy of Difficulties in Career Decision Making. *Journal of Counseling Psychology*, 43, 510–526. doi:10.1037/0022-0167.43.4.510
- Gati, I, and Levin, N. (2014). Counselling for Career Decision-Making Difficulties. Measures and Methods. *Career Development Quarterly*, 62, 98-113
- Gati, I., Gadassi, R., Saka, N., Hadadi, Y., Ansenberg, N., Friedmann, R., et al. (2011).

- Emotional and Personality-Related Aspects of Career Decision-Making Difficulties: Facets of Career Indecisiveness. *J. Career Assess.* 19, 3–20. doi: 10.1177/1069072710382525
- Gati, I., Ryzhik, T., & Vertsberger, D. (2013). Preparing Young Veterans for Civilian Life: the Effects of a Workshop on Career Decision-Making Difficulties and Self-Efficacy. *Journal of Vocational Behavior*, 83, 373–385. doi:10.1016/j.jvb.2013.06.001
- Germeijs, V., & Verschuere, K. (2006). High School Students' Career Decision-Making Process: Development And Validation Of The Study Choice Task Inventory. *Journal of Career Assessment*, 14, 449–471. doi:10.1177/1069072706286510
- Hijazi, Y., Tatar, M., & Gati, I. (2004). Career Decision-Making Difficulties among Israeli and Palestinian Arab High-School Seniors. *Professional School Counseling*, 8, 64–72.
- Kelly, Y., Zilanawala, A., Sacker, A., Hiatt, R., & Viner, R. (2016). Report: Early Puberty in 11-Year-Old Girls: Millennium Cohort Study Findings. *Children & Young People Now*, 23, 35–35. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2016-310475>,
- Koumoundourou, G., Tsaousis, I., & Kounenou, K. (2011). Parental Influences on Greek Adolescents' Career Decision-Making Difficulties: the Mediating Role of Core Self-Evaluations. *Journal of Career Assessment*, 19, 165–182. <https://doi.org/10.1177/1069072710385547>
- Kumalasari, N. D. (2015). Hubungan antara Konformitas dengan Kemandirian dalam Pengambilan Keputusan. *Psikologi*, 1–14.
- Lancaster, B. P., Rudolph, C. E., Perkins, R. T., & Patten, T. G. (1999). The Reliability and Validity of the Career Decision Difficulties Questionnaire. *Journal of Career Assessment*, 7, 393–413. <https://doi.org/10.1177/106907279900700405>
- Lozano, S. (2007). Validación De Un Modelo De Medida De Las Dificultades En Los Procesos De Toma De Decisiones Sobre La Carrera Profesional. *Revista de Educación*, 343, 325–351.
- Luijten CC, van de Bongardt D, Jongerling J, Nieboer AP. (2021). Longitudinal Associations Among Adolescents' *Internalizing problems*, Well-Being, and the Quality of Their Relationships with Their Mothers, Fathers, and Close Friends. *Soc Sci Med.* 289:114387. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114387>.
- McKay, D., Abramowitz, J.S., Storch, E.A. (2017). *Treatments for Psychological Problems and Syndromes*. US: John Wiley & Sons Ltd.
- Nelis, D., Kotsou, I., Quoidbach, J., Hansenne, M., Weytens, F., Dupuis, P., et al. (2011). Increasing Emotional Competence Improves Psychological and Physical Well-Being, Social Relationships, and Employability. *Emotion* 11, 354–366. <https://doi.org/10.1037/a0021554>
- Massoudi, K., Masdonati, J., Clot-Siegrist, E., Franz, S., & Rossier, J. (2008). Evaluation des Effets du Counseling d'orientation: Influence de l'alliance de Travail et des Caractéristiques Individuelles. *Pratiques Psychologiques*, 14, 117–136. <https://doi.org/10.1016/j.prps.2007.11.010>
- Pec̣jak, S., & Koṣir, K. (2007). Personality, Motivational Factors and Difficulties in Career

- Decision-Making in Secondary School Students. *Psihologijsketeme*, 16, 141–158.
- Putri, N (2018). Angka Siswa yang Salah Pilih Jurusan Masih Tinggi. Retrieved September 10, 2019, from <http://www.skystarventures.com/youthmanual-angka-siswa-yang-salah-pilih-jurusan-masih-tinggi/>
- Qonitatin, N., & Kustanti, E.R. (2020). Models of Career Maturity in Adolescents. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 530.95-102.
- Rottinghaus, J. P., Jenkins, N., & Jantzer, M. A. (2009). Relation of Depression and Affectivity to Career Decision Status and Self-Efficacy in College Students. *Journal of Career Assessment*, 17(3), 271-285
- Saka, N., & Gati, I. (2007). Emotional and Personality-Related Aspects of Persistent Career Decision-Making Difficulties. *Journal of Vocational Behavior*, 71(3), 340–358. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2007.08.003>
- Salavera, C., Usán, P., & Teruel, P. (2019). The Relationship of Internalizing problems with Emotional Intelligence and Social Skills In Secondary Education Students: Gender Differences. *Psicologia: Reflexao e Critica*, 32(1). <https://doi.org/10.1186/s41155-018-0115-y>
- Santrock, J.W. (2012). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup Edisi 13 Jilid 1, Penerjemah: Widiasinta, B)*. Jakarta: Erlangga.
- Sawaji, J., Hamzah, D., & Taba, D. I. (2010). Pengambilan Keputusan Mahasiswa dalam Memilih Perguruan Tinggi Swasta di Sulawesi Selatan an Analysis of Student's Decision Making to Choose Private Universities in South Sulawesi. 4.
- Şeker, G. (2021). Well-Being and Career Anxiety as Predictors of Career Indecision. *Pamukkale University Journal of Education*, 51, 262-275. <https://doi.org/10.9779/pauefd.706983>.
- Sourander, A., & Helstelä, L. (2005). Childhood Predictors of Externalizing and Internalizing Problems in Adolescence. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 14(8), 415–423.
- Sovet, L., Tak, J., & Jung, S. (2015). Validation of the Career Decision-Making Difficulties Questionnaire Among Korean College Students. , <https://doi.org/10.1177/1069072714553556>
- Tien, H. L. S. (2005). The validation of the Career Decision-Making Difficulties Scale in a Chinese Culture. *Journal of Career Assessment*, 13, 114, 127. <https://doi.org/10.1177/1069072704270327>
- You, S.; Shin, K.; Kim, M. Long-Term Effect of Physical Activity on Internalizing and Externalizing Problems and Life Satisfaction. *Sustainability* 2021, 13, 2322. <https://doi.org/10.3390/su13042322>
- Zuriah, Nurul. (2006). *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan Teori Aplikasi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Zhou, D., & Santos, A. (2007). Career Decision-Making Difficulties of British and Chinese International University Students. *British Journal of Guidance & Counselling*, 35, 219–235. <https://doi.org/10.1080/03069880701256684>