

ANALISIS DETERMINASI DIRI REMAJA

Gina Ayu Nilamsari¹⁾, Gian Sugiana Sugara²⁾, Dewang Sulistiana³⁾

*) Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

✉ (Email) : ginaayu60@gmail.com

Abstract. Self-determination is the ability of individuals to direct themselves to achieve life goals that are driven by the fulfillment of autonomous needs, competencies and relationships with others. The purpose of this study was to determine the picture of self-determination in adolescents of class XI SMK As-Saabiq Singaparna, differences based on gender, based on majors and design guidance and counseling services to improve self-determination of adolescent students. This study uses quantitative descriptive methods to uncover the picture of self-determination of adolescent students. The sample in this study was class XI As-Saabiq Singaparna Vocational School, amounting to 191 students, the sample in this study was taken using a saturated sampling technique that is by making the population as a sample sample. The results of this study in general the self-determination of class XI students of SMK As-Saabiq are in the category of high self-determination of 54% (103 students). The highest aspect is competence while the lowest aspect is the autonomy aspect. Based on differences in majors there are differences and based on gender shows Sig. 0.002 which means there is a significant difference between self-determination in male and female students of class XI Vocational School in As-Saabiq. The weaknesses of this study are the sample is still limited so that it only knows the self-determination of class XI students of SMK As-saabiq

Keyword: *self determination, self management techniques, quantitative descriptive research*

Rekomendasi Citasi: Nilamsari, G., Sugara, G.S., Sulistiana, D. (2020). Analisis Determinasi Diri Pada Siswa Remaja . *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 4 (1): pp. 20-33

Article History: Received on 05/10/2019; Revised on 25/11/2019; Accepted on 06/12/2019; Published Online: 15/01/2020. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2019 Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research

A. Pendahuluan

Permasalahan yang terjadi di dunia pendidikan masih menjadi topik penting yang perlu diperhatikan. Sebab, dunia pendidikan saat ini dipandang sebagai salahsatu faktor utama penentu keberhasilan dari setiap individu baik secara akademik, pribadi, sosial maupun

karir. Permasalahan yang sering muncul ini seperti banyaknya pencapaian hasil belajar siswa yang rendah, keinginan mencapai cita-cita dengan instan, tidak menuntaskan kegiatan akademik dan hal lainnya yang berkaitan erat dengan kurangnya determinasi diri pada siswa.

Survei di Indonesia menunjukkan tentang kemampuan siswa pada tahun

2007 yaitu “*Trends in International Math and Science*”. Global Institute mencatat hanya 5% siswa Indonesia mampu mengerjakan soal berkategori tinggi yang memerlukan penalaran. Sedangkan sebanyak 78% siswa Indonesia justru hanya dapat mengerjakan soal-soal kategori rendah yang hanya memerlukan hafalan, hasil lainnya yaitu catatan *Programme for International Student Assessment* (PISA) tahun 2009, Indonesia menempati peringkat 10 besar terbawah dari 65 negara peserta PISA (Fauziyatun,2014).

Kedua, survei Global Institute 2007 dan hasil PISA 2009 merangkum satu kesimpulan bahwa prestasi siswa Indonesia rendah dibanding negara lain. Sedangkan perolehan hasil survei PISA tahun 2013 menyatakan bahwa dari total 65 negara dan wilayah yang masuk survei PISA, Indonesia menduduki ranking ke-64. Rendahnya prestasi siswa Indonesia tidak hanya karena motivasi belajar, namun juga faktor pengajaran, lingkungan belajar siswa dan kemampuan dari siswa sendiri (Fauziyatun,2014).

Fenomena atas kurangnya determinasi diri terjadi di salahsatu sekolah menengah kejuruan yang berada di kabupaten Singaparna. Hal ini diketahui melalui studi pendahuluan yang dilakukan peneliti sebelum melakukan penyebaran angket pada tanggal 10 September 2019. Melalui wawancara tentang determinasi diri diketahui bahwa tingkat determinasi diri pada siswa kelas XI terdapat 60% siswa yang termotivasi secara ekstrinsik. Artinya melakukan kegiatan akademik karena tuntutan dari luar dirinya seperti orangtua, adanya suatu hukuman dan penghargaan, merasa bersalah, cemas atau sekedar mempertahankan integritas diri, 20% termotivasi secara intrinsik yaitu sudah menyadari bahwa proses akademik merupakan suatu nilai yang harus dicapai. Sedangkan sisanya 20% tidak ada motivasi yaitu tidak mengikuti kegiatan selama

kegiatan akademik. Siswa biasanya tidur dikelas, terlambat sekolah, tidak memperhatikan pembahasan mata pelajaran atau tidak ikut serta dalam kegiatan akademik.

Selain itu, siswa kelas XI SMK As-Saabiq cenderung memiliki perilaku yang sangat berbeda di lihat dari rumpun jurusan bisnis, informatika dan otomotif. Ketiga rumpun jurusan tersebut menciptakan iklim belajar yang cukup berpengaruh terhadap penurunan motivasi akademik, prestasi akademik, kemampuan intelektual dan sebagainya. Bahkan terdapat siswa yang tidak menuntaskan pendidikannya, merasa tidak memerlukan lagi pembelajaran disekolah dan mengabaikan instruksi dari guru.

Berdasarkan pada hasil wawancara diketahui bahwa permasalahan yang muncul akibat rendahnya determinasi diri adalah siswa kurang bertanggung jawab pada tugas, siswa kurang menyadari tujuan yang harus dicapai, siswa kurang memiliki usaha dalam mencapai tujuannya, siswa kurang memiliki motivasi pada pencapaian prestasi, belum mandiri dalam pengambilan keputusan dan belum mampu bekerja sama dengan lingkungan sekitar. Hal ini disebabkan beberapa faktor seperti ekonomi dan tingkat determinasi diri. Sebab, jika siswa memiliki determinasi diri yang tinggi maka dapat menuntaskan kegiatan akademiknya dengan mandiri, berkompetensi dan memenuhi tugas serta kewajibannya sebagai seorang pelajar . Berdasarkan dari studi pendahuluan yang menunjukkan siswa kelas XI menjadi jenjang paling dominan karena fenomena yang muncul berhubungan dengan rendahnya determinasi diri sehingga penting untuk diteliti.

Seperti yang ditemukan pada penelitian Deci, *et.al* (1991) bahwa siswa remaja yang memiliki determinasi diri rendah akan menunjukkan perilaku seperti membolos, jenuh dalam belajar, malas mengerjakan tugas, kurang motivasi,

merasa tidak berdaya, memanjakan diri sendiri, sering berpikir negatif dan bergantung pada oranglain serta kurangnya *self motivated*. Apabila permasalahan yang terjadi tidak ditangani, menurut Coldeiro, P. *et.al* (2016) determinasi diri akan memberikan dampak secara psikologis pada individu yakni mengalami depresi, frustrasi, kecemasan, amarah, *bullying* dan *drop out*. Sedangkan jika dilakukan penanganan dapat berimplikasi terhadap tingginya *self motivated*, *internal locus of control*, serta berimplikasi pada penurunan tingkat kecemasan dan *learning helplessness*.

Determinasi diri merupakan unsur yang sangat penting dalam kehidupan karena merupakan faktor yang memungkinkan individu untuk: 1) memiliki kemampuan dan kesempatan dalam berkomunikasi serta membuat keputusan pribadi; 2) memiliki kemampuan untuk mengemukakan pilihan, melatih kendali terhadap jenis dan intensitas dukungan yang diterima; 3) memiliki kekuasaan untuk mengendalikan setiap sumber dalam diri agar memperoleh hasil yang diinginkan dari suatu tindakan; 4) memiliki kesempatan untuk berpartisipasi dan berkontribusi terhadap lingkungan; dan 5) dapat mengadvokasi diri sendiri dan orang lain melalui berbagai aktifitas (Loman, *et.al*, 2010).

Menurut Wehmeyer (2006) determinasi diri didefinisikan sebagai tindakan atas kehendak yang memungkinkan seseorang sebagai penggerak utama dalam kehidupannya untuk mempertahankan atau meningkatkan kualitas hidup. Sedangkan menurut Geon (2016) determinasi diri adalah kemampuan individu untuk memiliki kontrol diri dalam memfasilitasi dirinya untuk mencapai tujuan hidup pribadi dengan menerima kekuatan dan keterbatasan diri. Jadi dapat disimpulkan bahwa determinasi diri pada penelitian ini adalah kemampuan individu dalam mengarahkan dirinya untuk mencapai tujuan sehingga dapat terpenuhi

kebutuhan autonomy, kompetensi dan relasi.

Beberapa kajian menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling efektif untuk menangani permasalahan akibat kurangnya determinasi diri sebab mempunyai beberapa layanan yang diimplementasikan dalam sekolah. Kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah dilaksanakan sebagai upaya membantu siswa supaya dapat berkembang secara optimal. Kegiatan bimbingan dan konseling memiliki peranan yang sangat penting dalam tercapainya tujuan yang ingin dicapai dalam program sekolah (Sulistiana & Muqodas, 2015). Layanan yang dimaksud diantaranya seperti pendekatan *Motivational Interviewing* untuk mengembangkan determinasi diri pada setiap aspek melalui nondirective, reflection, penyediaan informasi dan melalui hubungan komunikasi (Ryan, M. Richard & Deci, L. Edward, 2008), kedua *Person Centered* untuk mengembangkan potensi yang dimiliki individu supaya bertanggung jawab atas kehidupannya (Loman, Sheldon *et.al* 2010), ketiga penelitian Richardson yaitu *Solution Focused Behaviour Therapy* untuk melatih individu memiliki determinasi diri yang baik dan merepresentasikan *strength-based approach* (Sugara, 2019), *Self Hypnosis* dapat meningkatkan motivasi mencapai tujuan (Sugara, 2016) *Cognitive Behaviour therapy* (Monica & Gani, 2016), konseling kelompok dengan teknik self management yaitu dapat menambah penerimaan diri dan orang lain, memberikan ide, perasaan, dukungan bantuan alternatif pemecahan masalah dan mengambil keputusan yang tepat, dapat berlatih tentang perilaku baru dan bertanggung jawab atas pilihan yang ditentukan sendiri (Alamri, 2015).

B. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain deskriptif. Penelitian deskriptif kuantitatif bertujuan untuk

mendapatkan gambaran tentang determinasi diri siswa kelas XI SMK As-Saabiq Singaparna. Sampel pada penelitian ini sebanyak 191 siswa. Pengambilan data dilakukan dengan melakukan pengembangan dari *Basic Needs Satisfaction in General Scale* (BNSG-S) yang dirancang oleh Deci dan Ryan 2002. Jumlah pernyataan dari instrument BNSG-S adalah 21 butir dan pada penelitian ini ditambahkan menjadi 32 butir, bahasa dan konteks yang digunakan disesuaikan dengan kultur yang ada di Indonesia. Pedoman skoring pada penelitian ini menggunakan Skala Likert dengan tiga kategori diantaranya Sangat Sesuai (SS) diberi nilai pertimbangan = 3, Sesuai (S) = 2, dan Tidak Sesuai (STS) = 1. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui kriteria pencapaian ideal dan menghasilkan tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. (widoyoko,2018)

C. Hasil

Secara umum data hasil penelitian ini, dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini :

Tabel 1
Gambaran Umum Determinasi Diri Pada siswa kelas XI SMK As-Saabiq Singaparna

No.	Rentang	Kategorisasi	F	%
1	72 – 93	Tinggi	103	54%
2	53 – 71	Sedang	43	43%
3	49 – 52	Rendah	3	3%
Jumlah			191	100%

Berdasarkan tabel 1 determinasi diri pada siswa kelas XI di SMK As-Saabiq Singaparna secara umum berada pada kategori determinasi diri yang tinggi. Dari 191 jumlah siswa kelas XI, terdapat 54% siswa memiliki determinasi diri yang tinggi dengan frekuensi 103 orang. Hal ini berarti siswa telah mencapai tingkat determinasi diri yang maksimal pada setiap aspek dan indikatornya. Selanjutnya, terdapat 43% siswa yang memiliki determinasi diri yang sedang

dengan frekuensi 83 orang. Hal ini berarti siswa cukup dalam mencapai tingkat determinasi diri yang sedang dengan setiap aspek dan indikatornya. Kemudian terdapat 3% siswa yang memiliki kategori determinasi diri yang rendah dengan frekuensi 5 orang. Hal ini berarti siswa hanya dapat mencapai tingkat determinasi diri yang rendah pada setiap aspek dan indikatornya.

Maka dapat disimpulkan bahwa secara umum siswa kelas XI di SMK As-Saabiq Singaparna berada pada kategori tinggi. Tetapi masih terdapat siswa yang berada pada kategori sedang dan juga rendah yang berarti masih banyaknya siswa yang belum mencapai tingkat determinasi diri yang maksimal sehingga perlu dioptimalkan dengan baik.

Tabel 2
Gambaran Umum Aspek pada Determinasi diri siswa kelas XI SMK As-Saabiq

No.	Aspek	Persentase
1.	<i>Autonomy</i>	75.45%
2.	Kompetensi	77.70%
3.	Relasi	77.56%

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan aspek terendah yaitu pada aspek *autonomy* dengan persentase 74.45%. Kedua aspek relasi yang memiliki persentase sebesar 77.56%. kemudian untuk aspek ketiga memiliki persentase tertinggi yaitu sebesar 77.70%. Hal ini berarti secara umum siswa kelas XI di SMK As-Saabiq Singaparna telah mencapai aspek kompetensi yang tinggi dalam determinasi diri.

Tabel 3
Hasil uji Perbedaan Determinasi diri Berdasarkan Jenis Kelamin pada Kelas XI SMK As-Saabiq Singaparna

Jenis kelamin	Mean	SD	F	Sig
Laki-laki	70,01	8,19	10,156	,002
perempuan	73,74	7,78		

ANALISIS DETERMINASI DIRI PADA SISWA REMAJA

Nilamsari & Sulistiana

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan Sig.0,002 yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara determinasi diri pada siswa laki-laki dan perempuan kelas XI SMK As-Saabiq. Di bawah ini akan diuraikan perbedaan determinasi diri berdasarkan perbedaan jenis kelamin jika ditinjau dari aspek-aspek determinasi diri.

Tabel 4
Gambaran Perbedaan Aspek Determinasi Diri Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Siswa kelas XI SMK As-Saabiq

Aspek	Mean		SD		F	Sig.	Kesimpulan
	L	P	L	P			
Autonomiy	20.06	20.78	2.86	2.94	2.871	0.92	Tidak ada perbedaan
Kompetensi	25.06	26.43	3.61	3.03	7.728	0.006	Terdapat perbedaan
Relasi	24.89	26.54	3.43	3.17	11.502	0.001	Terdapat perbedaan

Berdasarkan pada tabel 4.6, aspek *autonomy* pada siswa laki-laki kelas XI menunjukkan hasil rata-rata skor sebesar 20.06 dan simpangan baku 20.78, sedangkan pada siswa perempuan menghasilkan rata-rata skor 2.86 dan simpangan baku 2.94. pada aspek kompetensi, siswa laki-laki memiliki skor rata-rata sebesar 25.06 dengan simpangan baku 3.61, sedangkan pada siswa perempuan memiliki skor 26.43 dengan simpangan baku sebesar 3.03. kemudian pada aspek relasi pada siswa laki-laki memiliki skor rata-rata 24.89 dengan simpangan baku 3.43, sedangkan pada siswa perempuan memiliki skor rata-rata 26.54 dengan simpangan baku sebesar 3.17.

Merujuk pada tabel 4.6, dapat disimpulkan bahwa hasil gambaran perbedaan determinasi diri dilihat dari jenis kelamin memiliki hasil yang berbeda-

beda. Pada aspek *autonomy* laki-laki dan perempuan memiliki Sig. 0,92 yang artinya tidak terdapat perbedaan. Berbeda halnya dengan kedua aspek lainnya yaitu kompetensi dengan Sig. 0,006 dan relasi dengan Sig. 0,001 yang keduanya disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan

Tabel 5
Perbedaan Determinasi Diri Berdasarkan Rumpun Jurusan Pada Siswa Kelas XI SMK As-Saabiq Singaparna

Rumpun Jurusan	Jurusan	N	Mean
Bisnis	Akuntansi (AK)	67	72,88
	Otomatisasi & Tata kelola Perkantoran (OTKP)		
Informatika	Rekayasa Perangkat Lunak (RPL)	1	72,14
	Teknik Komputer Jaringan (TKJ)		
Otomotif	Teknik & Bisnis Sepeda Motor (TBSM)	53	69,30

Berdasarkan hasil gambaran umum determinasi diri dilihat dari perbedaan antara rumpun jurusan yang ada di SMK As-Saabiq Sigaparna menunjukkan skor rata-rata dari siswa kelas XI berdasarkan rumpun yang menjadi pilihan mereka. Pada rumpun jurusan bisnis diketahui memiliki skor paling tinggi sebesar 72.88 dengan jumlah 67 orang siswa. Untuk rumpun jurusan informatika sebesar 72.14 dengan jumlah 71 orang siswa. Sedangkan dengan skor paling rendah dari kedua rumpun lainnya adalah otomotif dengan skor rata-rata 69.30 dengan jumlah 53 orang siswa.

D. Pembahasan

1. Gambaran Umum Determinasi diri siswa kelas XI di SMK As-Saabiq

Berdasarkan pada hasil penelitian diketahui bahwa gambaran determinasi diri siswa secara umum berada pada kategori tinggi. Hal ini dimaknai bahwa siswa kelas XI di SMK As-Saabiq mampu mencapai determinasi diri yang optimal pada setiap aspek dan indikatornya serta mampu mengarahkan dirinya untuk mencapai tujuan hidup yang didorong atas terpenuhinya kebutuhan aspek *autonomy* yang dicirikan dengan siswa sudah mampu mengambil keputusan, mampu bertanggung jawab, dan mengendalikan diri, selanjutnya pada aspek kompetensi siswa dicirikan dapat menentukan tujuan untuk memiliki kompetensi tertentu, berusaha dan optimis dalam melakukan sesuatu dan memiliki motivasi untuk mencapai prestasi serta pada aspek relasi dicirikan dengan kemampuan dalam menjalin hubungan, mampu bekerja sama dengan orang lain dan memiliki dukungan dari oranglain.

Tingginya determinasi diri pada siswa kelas XI di SMK As-Saabiq Singaparna berdasarkan temuan dilapangan karena adanya sistem sekolah yang disiplin dan memandirikan. Pendisiplinan yang dilakukan di SMK As-Saabiq merupakan salahsatu pendekatan yang sangat jelas dirasakan baik oleh siswa maupun oleh stake holder sekolah seperti kepala sekolah, wakasek, staf pengajar (guru) dan karyawan yang ada di lingkungan sekolah. pendisiplinan yang dilakukan digunakan pada penggunaan waktu, ketertiban di kelas dan lain sebagainya yang bersangkutan dengan kegiatan disekolah. Siswa dituntut untuk tidak terlambat datang ke sekolah dan melanggar aturan sekolah sebab apabila siswa melanggar hanya karena datang terlambat pun, hal ini memiliki sangksi dengan adanya evaluasi perminggu yang

apabila melebihi batas pelanggaran terdapat sangksi yang perlu dilakukan siswa.

Tahap evaluasi yang dilakukan pada siswa yaitu dengan memanggil semua siswa yang melakukan pelanggaran dan memisahkan barisan saat upacara bendera hari Senin. Kemudian sangksi yang biasa diberikan pada siswa adalah berupa hafalan keagamaan islam, seperti hafalan doa-doa atau hafalan surat-surat al-qur'an dari ayat yang pendek sampai surat yang memiliki ayat banyak. Siswa diharapkan jera sehingga tidak mengulangi kesalahan-kesalahan yang melanggar aturan sekolah. Selain itu, merujuk pada tugas dari pihak sekolah yaitu memberikan contoh yang mencerminkan peraturan yang diberikan pada siswa. Salah satunya adalah pendisiplinan yang biasa dilakukan kepala sekolah terhadap staf pengajar yaitu menginstruksikan semua guru agar tidak terlambat datang ke kelas dengan menggunakan microfon. Hal ini tentunya berdampak pada kedisiplinan dan ketertiban siswa. Kedisiplinan yang dimiliki siswa berkaitan erat dengan tingginya determinasi diri sebab menurut penelitian yang dilakukan Haqiqi (2016) menunjukkan hubungan yang *significant* antara determinasi diri dan kedisiplinan. Sumbangan efektifnya determinasi diri yang tinggi 48,2% sisanya faktor lain. Hal ini artinya siswa kelas XI di SMK As-Saabiq memiliki determinasi diri tinggi yang dapat menjadikan seorang siswa yang memiliki kesejahteraan secara psikologis.

Selanjutnya, tingginya determinasi diri siswa adalah dengan adanya kegiatan-kegiatan kepemimpinan pada bidang non akademik. SMK As-Saabiq Singaparna sudah banyak memiliki penghargaan dalam kegiatan ekstrakurikuler. Hal ini berarti bahwa siswa SMK As-Saabiq bukan hanya mengikuti kegiatannya saja tetapi berkontribusi aktif dalam memajukan sekolahnya. Sebagaimana dalam kegiatan marching band, marawis,

murai, pramuka, rohis, sastra inggris dan masih banyak lagi. Kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler ini tentunya menjadikan siswa bertanggung jawab, dapat mengambil keputusan akan tuntutan yang di hadapinya, menuangkan kompetensi dengan cara berprestasi dan mampu menjalin hubungan antara kelompok kegiatan ekstrakurikuler.

Sebagaimana yang disebutkan oleh Ryan, Kuhl, & Deci, (1997) determinasi diri yang tinggi, ialah siswa yang mampu menuntaskan tugasnya dengan baik dan mandiri, selain itu individu akan memiliki tingkat kreativitas yang tinggi dalam mengerjakan tugasnya, sehingga diharapkan ia akan menghasilkan prestasi yang memuaskan.

Selain itu, kecenderungan siswa dalam memiliki tingkat determinasi diri tinggi disebabkan karena beberapa faktor salahsatunya adalah psikologi perkembangan yang menyatakan bahwa masa remaja merupakan fase terjadinya perkembangan kognitif. Remaja akan memiliki kemampuan dalam merumuskan perencanaan strategis atau kemampuan mengambil keputusan (Desmita,2017). Merumuskan perencanaan berkaitan erat dengan aspek kompetensi sedangkan kemampuan mengambil keputusan terdapat dalam kebutuhan dari aspek *autonomy* yang keduanya merupakan aspek dalam determinasi diri. Menurut Carol & David dijelaskan bahwa remaja sudah seharusnya mampu berpikir secara sistematis, mampu memikirkan semua kemungkinan dalam memecahkan permasalahan yang terjadi, termasuk penyelesaian tujuan pembelajaran (Desmita, 2017:194).

Berdasarkan pada tahap perkembangannya, Hurlock menjelaskan bahwa siswa remaja sudah memiliki tanggung jawab dalam belajar, siswa dapat mengatur diri dengan cara belajarnya, mulai memilih dalam penentuan pilihan-pilihan. Selain itu, Masa remaja dipenuhi dengan berbagai peran dan kondisi yang harus dipelajari remaja dalam waktu

bersamaan. Masa remaja ditunjukkan dengan masa penuh tanggung jawab dan kemandirian untuk membawa diri sendiri berkembang, siap ke masa selanjutnya (Mamahit,2014).

Selain itu, merujuk pada perkembangan determinasi diri pada siswa remaja, dijelaskan bahwa apabila siswa remaja memiliki determinasi diri yang tinggi, maka ia akan mampu menuntaskan tugasnya dengan baik dan mandiri, selain itu individu akan memiliki tingkat kreativitas yang tinggi dalam mengerjakan tugasnya, sehingga diharapkan ia akan menghasilkan prestasi yang memuaskan (Ryan, Kuhl, dan Deci, 1997).

Namun, pada proses perkembangannya, diakui masa remaja sering menjadi tahap perkembangan yang sangat sulit untuk diatasi baik oleh anak laki-laki maupun perempuan. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Mann, dkk bahwa remaja cenderung menghasilkan pilihan-pilihan yang mengutamakan kepuasan sesaat, menguji situasi dengan perspektif yang terbatas, belum matang mengantisipasi akibat dari keputusan-keputusan dan kurang mempertimbangkan kredibilitas sumber-sumber (Santrock, 2003). Hal ini dapat memperkuat adanya siswa yang masih berada dalam determinasi diri tingkat sedang dan rendah.

Berdasarkan hasil pada tingkat determinasi diri yang sedang dan rendah, penting dilakukan upaya dalam mengoptimalkannya. Sebab apabila siswa remaja memiliki determinasi diri yang rendah akan menunjukkan perilaku seperti membolos, jenuh dalam belajar, malas mengerjakan tugas, kurang motivasi, merasa tidak berdaya, memanjakan diri sendiri, sering berpikir negatif dan bergantung pada oranglain serta kurangnya *self motivated* (Deci, *et.al*, 1991). Selain itu apabila permasalahan yang terjadi tidak ditangani, menurut Coldeiro, P. *et.al* (2016) determinasi diri akan memberikan dampak secara psikologis pada individu yakni mengalami depresi, frustrasi, kecemasan, amarah, *bullying* dan *drop out*.

Sedangkan jika dilakukan penanganan dapat berimplikasi terhadap tingginya *self motivated*, *internal locus of control*, serta berimplikasi pada penurunan tingkat kecemasan dan *learning helplessness*.

Selain dari pada dampak secara psikologis, pentingnya memiliki determinasi diri karena memungkinkan individu untuk: 1) memiliki kemampuan dan kesempatan dalam berkomunikasi serta membuat keputusan pribadi; 2) memiliki kemampuan untuk mengemukakan pilihan, melatih kendali terhadap jenis dan intensitas dukungan yang diterima; 3) memiliki kekuasaan untuk mengendalikan setiap sumber dalam diri agar memperoleh hasil yang diinginkan dari suatu tindakan; 4) memiliki kesempatan untuk berpartisipasi dan berkontribusi terhadap lingkungan; dan 5) dapat mengadvokasi diri sendiri dan orang lain melalui berbagai aktifitas (Loman, *et.al*, 2010).

Selain itu, menurut Dina & Aulia (2015) dalam penelitiannya bahwa determinasi diri sangat berperan penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang dapat mendorong siswa untuk secara kognitif terlibat dan bertanggung jawab terhadap proses belajarnya. Tujuannya adalah membuat para siswa termotivasi untuk mempertahankan dan menguasai gagasannya dibandingkan hanya sekedar mengerjakan tugas dan naik kelas.

Penelitian yang dilakukan pada siswa kelas XI di SMK As-Saabiq Singaparna diketahui aspek *autonomy* merupakan aspek terendah bila dibandingkan dengan kedua aspek lainnya. Dalam hal ini, artinya siswa kurang dalam mengambil keputusan atas hidupnya, kurangnya tanggung jawab atas hal yang dilakukan serta kurang mampu dalam mengontrol perilaku diri sendiri. Hal ini tidak sejalan dengan konsep determinasi diri pada remaja dimana manusia digambarkan sebagai individu yang aktif, bertanggung jawab, mempunyai potensi

kreatif, bebas, berorientasi ke depan, dan selalu berusaha mengaktualisasikan dirinya (Desmita, 2017).

Menurut Steinberg, (1992) *autonomy* merupakan kapasitas individu dalam menentukan pilihan dan mengambil keputusan. Remaja yang memiliki *autonomy*, bebas dari pengaruh pihak lain dalam menentukan pilihan dan keputusan. Tetapi bukan berarti mereka tidak perlu pendapat orang lain. Bagi remaja yang memiliki aspek *autonomy* memadai, pendapat dan nasehat orang lain yang sesuai dijadikan sebagai dasar pengembangan alternatif pilihan untuk dipertimbangkan dalam pengambilan keputusan. Melalui pertimbangan diri sendiri dan sugesti orang lain ia mengambil suatu keputusan yang mandiri bagaimana seharusnya berperilaku atau bertindak (Budiman, 2010:9).

Namun, jika merujuk pada semua indikator yang terdapat dalam determinasi diri indikator pengambilan keputusan merupakan indikator paling rendah diantara 8 (delapan) indikator lainnya. Hal ini berarti kurangnya kemampuan dalam *autonomy* disebabkan karena rendahnya pengambilan keputusan siswa kelas XI di SMK As-Saabiq Singaparna. Adapun aspek determinasi diri yang berada pada persentase tinggi ialah aspek kompetensi. Aspek kompetensi meliputi indikator kemampuan dalam menentukan tujuan untuk memiliki kemampuan tertentu, berusaha dan optimis dalam melakukan sesuatu serta memiliki motivasi untuk mencapai prestasi. Kompetensi berfokus pada keinginan untuk bertindak efektif dalam menghadapi lingkungan (White dalam Deci, 1991).

Tingginya kemampuan dalam aspek kompetensi ditunjukkan bahwa kebutuhan kompetensi membuat individu lebih terbuka, tertarik dan belajar lebih baik dalam beradaptasi dengan tantangan baru yang berupa kesulitan tugas di berbagai tingkat kesulitan (Deci & Ryan,

2000). Individu perlu merasa dirinya kompeten dan bertingkah laku kompeten dalam interaksinya dengan individu lain, dalam mengerjakan tugas dan aktivitas, dan dalam konteks yang lebih besar. (Mamahit,2014:93)

Pada dasarnya, hasil gambaran umum determinasi diri pada siswa kelas XI di SMK As-Saabiq Singaparna memberikan penguatan baru yaitu merujuk pada aspek kompetensi yang dapat dimiliki siswa remaja dengan pencapaian persentase yang tinggi. Hal ini sebagaimana yang diketahui dari hasil *Survey Programme for International Student Assessment (PISA)* tahun 2009 yang menunjukkan tentang kemampuan siswa Indonesia yang mencatat hanya 5% siswa Indonesia mampu mengerjakan soal berkategori tinggi yang memerlukan penalaran. Sedangkan sebanyak 78% siswa Indonesia justru hanya dapat mengerjakan soal-soal kategori rendah yang hanya memerlukan hafalan, hasil lainnya yaitu catatan Indonesia menempati peringkat 10 besar terbawah dari 65 negara peserta PISA (Fauziyatun:2014).

Berdasarkan pada pembahasan gambaran umum determinasi diri menunjukkan hasil bahwa siswa kelas XI di SMK As-Saabiq sebagian besar berada pada kategori tinggi dalam mencapai tingkat determinasi diri. Hal ini berarti siswa dapat memiliki kemampuan dalam mengarahkan dirinya untuk mencapai tujuan dengan mandiri dan berkompetensi dalam menghadapi tuntutan disekolah, tugas dan kewajiban di lingkungan rumah sehingga dapat memberikan efek (timbal balik) dari hubungan individu dengan oranglain.

2. Perbedaan Determinasi diri Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Siswa Kelas XI Di SMK As-Saabiq Singaparna

Berdasarkan hasil penelitian bahwa $Sig\ 0,002 < 0,05$, artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara determinasi diri pada siswa remaja laki-

laki dan perempuan kelas XI di SMK As-Saabiq. Perbedaan berdasarkan jenis kelamin diketahui karena siswa laki-laki cenderung memiliki pemahaman yang sempit terhadap proses belajar. Laki-laki tidak menjadikan pembelajaran sebagai peluang ia mendapatkan sesuatu seperti pekerjaan. Sedangkan perempuan dapat memahami dengan mudah peluang-peluang tersebut. Sebagai contoh, siswa perempuan kecenderungan berada pada kelas bisnis sebab pekerjaan pada bidang bisnis memerlukan perempuan karena beberapa alasan.

Demikian pula dengan industri tekstil, garment, sepatu, dan beberapa jenis industri lain yang memerlukan akurasi tinggi, pilihan banyak pengusaha jatuh kepada pekerja-pekerja perempuan. Disamping itu beberapa jabatan *clerical* seperti misalnya bagian keuangan, administrasi umum dan bidang-bidang yang sejenis dengan itu banyak dijabat oleh perempuan (Goldsmith, 1990). Pekerjaan-pekerjaan itu membutuhkan ketelitian dan keseriusan tersendiri dalam proses pengerjaannya.

Hal ini memberikan penemuan baru dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ryan & Deci (2017) yang menyatakan bahwa determinasi diri dilihat dari gender memiliki perbedaan. Perbedaan laki-laki dan perempuan dapat dilihat melalui ciri biologis yang membedakan antara laki-laki dan perempuan (Relawati, 2011). Manusia memiliki 23 kromosom dari sel ibu dan 23 kromosom dari sel sperma ayah. Dua diantara kromosom tersebut hadir dalam bentuk berbeda yang disebut kromosom X dan kromosom Y. Telur dan dua kromosom X berkembang menjadi wanita, sementara telur dan kromosom X dan Y berkembang menjadi pria. Lebih jauh lagi, banyak gen pada kromosom X melibatkan fungsi-fungsi otak seperti pemerosesan kognitif tingkat tinggi dan faktor lainnya yang berkaitan dengan kecerdasan. Artinya jika kromosom X seorang pria rusak, maka selamanya seorang pria ini harus

menanggung akibatnya. Sebaliknya jika kromosom X pada seorang wanita rusak, ada kalanya kerusakakan dapat diabaikan karena terdapat cadangan (*back up*) pada kromosom pasangannya.

Karena perbedaan ini membuat perbedaan antara anak laki-laki dengan anak perempuan. Anak perempuan lebih suka menghabiskan waktu dalam ruangan. Dalam ruangan terstruktur anak perempuan lebih terpapar pada bahasa melalui radio dan televisi dan mereka lebih sadar terhadap waktu karena ada jam, media dan anggota keluarga lainnya diluar rumah. Sementara anak laki-laki lebih suka menghabiskan waktu diluar yang tidak terstruktur, mereka lebih bergantung pada ruang dari pada waktu. Mereka merancang permainan sendiri, selama bermain anak laki-laki lebih banyak menggunakan keterampilan visual daripada keterampilan verbal, dan penggunaan bahasa terbatas hanya untuk menyelesaikan pekerjaan. (Relawati, 2011)

Perbedaan ini juga akan mempengaruhi keberadaan siswa perempuan dan siswa laki-laki disekolah. Sekolah adalah lingkungan terstruktur yang berjalan berdasarkan jadwal waktu, faktafakta yang dipilih, peraturan-peraturan dengan pola tertentu, serta menyampaikan pengajaran sebagian besar menggunakan instruksi verbal. Hal ini berarti anak perempuan merasa lebih nyaman dalam lingkungan seperti ini. Sebaliknya anak laki-laki tidak merasa nyaman dengan lingkungan seperti ini (Sousa, dalam Saragi & Suryani, 2018).

Selanjutnya berdasarkan perbedaan jenis kelamin dalam determinasi diri yang ditinjau dari aspek-aspek memiliki hasil yang menunjukkan perbedaan pada aspek kompetensi dan relasi. Palsnya, bertahun-tahun yang lalu perbedaan ini terjadi karena pandangan terhadap remaja laki-laki dan perempuan memiliki cara pendidikan yang berbeda. Sejak kecil, anak laki-laki dituntut untuk lebih bersikap

mandiri daripada perempuan. Bahkan dalam berprestasi pun, anak laki-laki diharapkan untuk memperoleh hasil yang lebih baik dari pada perempuan karena diharapkan memiliki jabatan penting dan menjadikan remaja laki-laki untuk berusaha menyesuaikan diri dengan sistem sosial tersebut. Berbeda halnya dengan perempuan yang hanya diharapkan untuk melakukan kegiatan di dalam rumah saja. (Nurmawati, 2004)

Sedangkan perkembangan saat ini, aspek kompetensi dilihat dari gender seharusnya sudah tidak memiliki perbedaan. Hal ini karena dalam banyak hal, berdasarkan pada pertimbangan-pertimbangan tertentu, banyak perusahaan yang memilih mempekerjakan perempuan dibanding laki-laki. Pekerja perempuan adalah pekerja yang tekun, teliti, hati-hati, dan tidak senang protes. Mereka akan menerima apa adanya. Suryadi (1997), menyebutnya dengan *lila legawa*. Mereka bersedia menerima dengan ikhlas apapun perlakuan pihak lain, namun ini bukan keunggulan satu-satunya yang dimiliki oleh pekerja perempuan. Prestasi kerja mereka jauh lebih bagus dibanding laki-laki untuk jenis-jenis pekerjaan tertentu. Di bidang industri elektronika yang memerlukan akurasi sangat tinggi, perusahaan memilih mempekerjakan tenaga kerja perempuan.

Hal ini memberikan indikasi bahwa jenis-jenis pekerjaan tertentu memang memerlukan sentuhan jari perempuan agar prestasi kerja keseluruhan lembaga itu menjadi baik. Bukan berarti, laki-laki menjadi kehilangan hak atas pekerjaan yang sama, namun tenaga kerja perempuan pada bidang-bidang tersebut di atas akan memberi motivasi kerja yang tinggi bagi seluruh lembaga (Suharjo Wignjosuharjo, 1996). Mengingat tuntutan pekerjaan yang khas tersebut, maka pendidikan kaum perempuan juga berjalan sejajar. Artinya, tuntutan pekerjaan yang makin *complicated* menyebabkan tingkat

pendidikan mereka juga tinggi. Konsekuensi logisnya adalah bahwa kaum perempuan harus dapat memperoleh pendidikan yang sama dengan kaum laki-laki (Nuryoto, 1998).

Merujuk pada pertimbangan peluang kerja saat ini, membuktikan bahwa perempuan dan laki-laki diharuskan memiliki usaha yang sama dalam mencapai kompetensi yang tinggi. Berdasarkan pada penelitian yang dilakukan di SMK As-Saabiq perbedaan terjadi bisa saja dikarenakan perempuan dapat memanfaatkan peluang pekerjaan di bidang-bidang tertentu dengan cukup baik dengan melakukan usaha-usaha sehingga dapat mencapai prestasi akademik menuju kompetensi yang optimal.

Sementara itu, pada aspek relasi berkaitan dengan kematangan sosial pada remaja yang memang dipengaruhi oleh perbedaan jenis kelamin. Perbedaan itu lebih disebabkan karena perlakuan dan harapan-harapan masyarakat yang diterimanya. Dikatakan oleh Kagan dan Moss (dalam Johnson dan Medinnus, 1974) bahwa anak laki-laki yang menunjukkan tingkah laku tergantung akan mendapat hukuman, sedangkan anak wanita tidak diharapkan untuk mandiri dan matang, dan diberi kesempatan untuk tergantung. Situasi lingkungan yang dikondisi sedemikian rupa diduga akan membentuk kematangan sosial yang berbeda antara remaja laki-laki dan remaja perempuan. (Rahmawati, 2013)

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Sunarti dkk (2018) memaparkan secara khusus kerjasama dan komunikasi remaja laki-laki lebih tinggi bila dibandingkan perempuan, remaja perempuan memiliki kemampuan pemecahan masalah empati yang lebih tinggi. Sementara remaja laki-laki memiliki faktor protektif internal yang baik dibandingkan perempuan, khususnya terkait penerimaan diri, penerimaan lingkungan sekitar dan kemampuan diri. Sementara itu, remaja perempuan memiliki faktor protektif teman yang lebih baik.

Oleh karena itu, perbedaan pada aspek relasi seharusnya lebih tinggi dimiliki oleh siswa laki-laki bila dibandingkan siswa perempuan (Sunarti dkk, 2018). Oleh karena itu, perbedaan berdasarkan jenis kelamin pada penelitian ini disebabkan beberapa faktor seperti tugas perkembangan remaja, secara biologis dan perkembangan stigma tentang dunia pekerjaan saat ini dimana perempuan dan laki-laki memiliki peluang yang sama dalam pendidikan serta bagaimana ia bekerja.

3. Perbedaan Determinasi Diri Berdasarkan Rumpun Jurusan di SMK As-Saabiq Singaparna

Berdasarkan perbedaan gambaran determinasi diri dilihat dari rumpun jurusan menunjukkan skor rata-rata yang berarti bahwa rumpun jurusan yang paling tinggi adalah Bisnis didalamnya terdapat dua jurusan yaitu Akuntansi (AK) dan Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran (OTKP). Urutan rumpun jurusan kedua adalah Informatika, didalamnya terdapat jurusan Rekayasa Perangkat Lunak (RPL) dan Teknik Komputer Jaringan (TKJ). Sedangkan rumpun dengan skor rata-rata paling rendah adalah Bisnis yaitu jurusan Teknik dan Bisnis Sepeda Motor (TBSM). Hal ini berarti bahwa studi pendahuluan dengan hasil penelitian menunjukkan kesesuaian dilihat dari rata-rata pada skor perbedaan rumpun jurusan.

Perbedaan yang terdapat pada rumpun jurusan di SMK As-Saabiq Singaparna ini sudah berlangsung selama pembelajaran tahun-tahun sebelumnya. Diketahui bahwa siswa memiliki kecenderungan perilaku, kemampuan, sikap maupun kepribadian yang sama yang terbentuk dalam setiap rumpun jurusan. Hal ini berarti faktor lingkungan sangat mempengaruhi terhadap determinasi diri siswa.

Faktor lingkungan yang dimaksud adalah kecenderungan adanya siswa laki-laki pada rumpun jurusan Otomotif yang menciptakan iklim ketidaknyamanan siswa

dikelas. Berbeda halnya dengan rumpun jurusan Bisnis yang didominasi oleh siswa perempuan dan akan menciptakan iklim nyamannya siswa dikelas. Faktor ini sangat jelas dirasakan oleh staf pengajar di SMK As-Saabiq yang melaporkan bahwa jurusan Otomotif harus selalu memiliki pendekatan yang unik supaya siswa termotivasi untuk belajar dengan tertib. Faktor lingkungan yang dimaksud adalah kecenderungan masing-masing rumpun jurusan yang hanya didominasi pada satu gender. Perbedaan ini disebutkan pada salahsatu penelitian yang dilakukan oleh Relawati (2011) yang menyebutkan bahwa anak perempuan lebih suka menghabiskan waktu dalam ruangan. Dalam ruangan terstruktur anak perempuan lebih terpapar pada bahasa melalui radio dan televisi dan mereka lebih sadar terhadap waktu karena ada jam, media dan anggota keluarga lainnya diluar rumah. Sementara anak laki-laki lebih suka menghabiskan waktu diluar yang tidak terstruktur, mereka lebih bergantung pada ruang dari pada waktu. Mereka merancang permainan sendiri, selama bermain anak laki-laki lebih banyak menggunakan keterampilan visual daripada keterampilan verbal, dan penggunaan bahasa terbatas hanya untuk menyelesaikan pekerjaan. (Relawati, 2011)

Perbedaan ini juga akan mempengaruhi keberadaan siswa perempuan dan siswa laki-laki disekolah. Sekolah adalah lingkungan terstruktur yang berjalan berdasarkan jadwal waktu, faktafakta yang dipilih, peraturan-peraturan dengan pola tertentu, serta menyampaikan pengajaran sebagian besar menggunakan instruksi verbal. Hal ini berarti anak perempuan merasa lebih nyaman dalam lingkungan seperti ini. Sebaliknya anak laki-laki tidak merasa nyaman dengan lingkungan seperti ini (Sousa, dalam Saragi & Suryani, 2018). Berdasarkan perbedaan rumpun jurusan dapat disimpulkan bahwa keberadaan siswa laki-laki yang mendominasi suatu

rumpun jurusan akan berpengaruh terhadap lingkungan belajar yang dialami siswa maupun staf pengajar. Berbeda halnya dengan siswa perempuan yang akan mempengaruhi lingkungan secara positif pada lingkungan belajarnya.

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh kesimpulan bahwa determinasi diri pada siswa remaja yaitu :

1. Secara umum determinasi diri siswa kelas XI di SMK As-Saabiq Singaparna berada pada kategori tinggi sebanyak 103 orang dengan persentase 54%, aspek tertinggi adalah kompetensi sedangkan aspek terendah adalah *autonomy*.
2. Berdasarkan perbedaan jenis kelamin menunjukkan hasil Sig. 0,002 yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara determinasi diri pada siswa laki-laki dan perempuan kelas XI SMK di As-Saabiq.
3. Gambaran determinasi diri berdasarkan perbedaan jurusan di SMK As-saabiq menunjukkan bahwa rumpun jurusan Bisnis lebih tinggi sedangkan yang terendah adalah rumpun jurusan otomotif.

F. Implikasi

Pada penelitian yang dilakukan, perkembangan tingkat determinasi diri dapat diterapkan upaya dalam bentuk layanan bimbingan dan konseling salahsatunya yaitu layanan konseling individual, konseling kelompok atau bimbingan kelompok dengan teknik self management dari teknik konseling *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT)

Daftar Pustaka

- Alamri, Nurdjana.(2015). *Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah.*

- Jurnal Konseling Gusjigang Vol. 1 No. 1 Tahun 2015 ISSN 2460-1187 [online]
- Budiman, Nandang. (2010). *Perkembangan Kemandirian Pada Remaja*. (Online) diakses 30 Juni 2010)
- Cordeiro, P., et al. (2016). *The Portuguese Validation of the Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale: Concurrent and Longitudinal Relations to Well-being and Will-being*. *Psychological Belgica*, 56 (3), pp. 193–209,
- Deci, Edward L. et.al.(1991). *Motivation and Education : The self-Determination Perspective*, *educational psychologist*, 26 (3 & 4), 325-346, copyright 0 1991, Lawrence Erlbaum associates, Inc.
- Desmita.(2017).*Psikologi Perkembangan*.Bandung:PT Remaja Rosdakarya
- Dina, Ilvy N. & Aulia L.A (2015). *Hubungan Antara Determinasi Diri Dan Ekspektasi Guru Dengan Self Regulation Learning (SRL)*. Vol. III, No. 1, hal 12-19 *Jurnal Psikologi* September 2015
- Fauziatun, Nur. (2014). *Faktor-Faktor Yang Melatarbelakangi Rendahnya Motivasi Belajar Siswa Kelas Ix Smp Negeri 22 Semarang Tahun Ajaran 2013/2014*. Skripsi Jurusan Bimbingan Dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. Semarang
- Haqiqi, Abdur R.(2016).*Pengaruh Determinasi diri terhadap kedisiplinan mahasiswa tahun pertama dalam mengikuti kegiatan di Mabna Ibnu Sina Pusat Ma'had Al-Jami'ah*.Skripsi UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Loman, S. dkk. (2010). *Promoting self-determination: a practice guide*. University of Oregon.
- Mamahit, Henny C.(2014).*Hubungan antara determinasi diri dan Kemampuan Pengambilan Keputusan karir Siswa SMA*. Vol. 12, 2014 *jurnal psiko-edukasi*, Oktober (90-100)
- Monica & Gani.(2016). *Efektivitas Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas Xi Sma Al-Azhar 3 Bandar Lampung*. *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 03 (1) (2016) 171-186
- Nurmawati, Agustina G.(2004).*Perbedaan Tingkat Motif Berprestasi Antara Remaja Laki-laki dan Remaja Perempuan Etnik Jawa*. Skripsi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta
- Nuryoto, Sartini.(1998). *Perbedaan Prestasi Akademik Antara Laki-Laki Dan Perempuan Studi Di Wilayah Yogyakarta*. *Jurnal Psikologi* 1998, No 2, 16 - 24
- Rahmawati, Agustin.(2013). *Kematangan Sosial, Jenis Kelamin dan Persepsi Tentang Interaksi Ayah Dan Ibu*. *Jurnal Psikologi Tabularasa* Volume 8, No..2, Agustus 2013: 733-741-733
- Relawati, Rahayu. (2011). *Konsep dan aplikasi penelitian gender*.Bandung: Muara Indah
- Ryan, M. R & Deci, L. E. (2008). *A self determination theory approach to psychotherapy: the motivaional basic for effective change*. *Canadian Psychology*, Vol 49 (3), pp. 186-193 (13 Desember 2014
- Ryan, R. M., Kuhl, J., & Deci, E. L. (1997). *Nature and Autonomy: An Organizational View of Social and Neurobiological Aspects of Self-Regulation in Behavior and Development*. *Development and Psychopathology*, 9, 701-728.
- Santrock John W. (2003). *Adolescence : Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga
- Saragi & Suryani.(2018). *Perbedaan Motivasi Belajar Siswa Berjenis Kelamin Perempuan Dan Laki-Laki Smk Swasta Bandung*. [online]

- Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
- Sugara, Gian S.(2016). *Terapi Self Hypnosis : Seni Memprogram Ulang Pikiran Bawah Sadar*.Jakarta:Indeks
- Sugara, Gian S.(2019).*Konseling Singkat Berorientasi Solusi : Teknik Efektif Untuk Perubahan Positif*.Bandung:Edupotensia
- Sulistiana & Muqodas.(2015).*Upaya Bimbingan Bagi Siswa Underachiever : Metodik Didaktik* Vol. 10, No. 1, Juli 2015
- Sunarti, dkk.(2018). *Resiliensi Remaja : Perbedaan Wilayah, Kemiskinan, Jenis kelamin dan jenis sekolah*. Vol 11, No. 2 Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen
- Wehmeyer, M. L. (2006). *Self-determination and individuals with severe disabilities: Re-examining meanings and misinterpretations*. Research and Practice for Persons With Severe Disabilities, 30, 113–120.
- Widoyoko, Eko. (2018). *Evaluasi Program Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar