

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN REGULASI DIRI  
TERHADAP ORIENTASI MASA DEPAN REMAJA PESERTA  
DIDIK KELAS XII SMK NEGERI WINONGAN**

**SKRIPSI**



Disusun Oleh:  
Adinda Wardatul Amanah  
Nim 210401110064

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2025**

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN REGULASI DIRI  
TERHADAP ORIENTASI MASA DEPAN REMAJA PESERTA  
DIDIK KELAS XII SMK NEGERI WINONGAN**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang  
Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam  
Memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Adinda Wardatul Amanah

Nim. 210401110064

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2025**

## LEMBAR PERSETUJUAN

### PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN REGULASI DIRI TERHADAP ORIENTASI MASA DEPAN REMAJA PESERTA DIDIK KELAS XII SMK NEGERI WINONGAN

#### SKRIPSI

Oleh

Adinda Wardatul Amanah

NIM. 210401110064

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1   Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si NIP. 197405182005012002		8/10 25

Malang, 10 Desember 2025

Mengetahui,

Ketua Progam Studi



## LEMBAR PENGESAHAN

### PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN REGULASI DIRI TERHADAP ORIENTASI MASA DEPAN REMAJA PESERTA DIDIK KELAS XII SMK NEGERI WINONGAN

#### SKRIPSI

Oleh  
Adinda Wardatul Amanah  
NIM. 210401110064

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS  
Oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majlis Sidang Skripsi  
Pada tanggal 07 Januari 2026

#### DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
<b>Sekretaris Penguji</b>  <u>Abdul Hamid Cholili, M.Psi</u> NIP.198906022023211026		22/01 2026 .
<b>Ketua Penguji</b>  <u>Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si</u> NIP.197405182005012002		25/01 26 .
<b>Penguji Utama</b>  <u>Prof. Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si</u> NIP.197008132001121001		23/1 2026

Disahkan oleh,

Dekan



Prof Dr. Siti Mahmudah, M.Si.,  
NIP.196701291994032001

## NOTA DINAS

Kepada Yth.,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim  
Malang

Assalamu'alaikum wr.wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

### PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN REGULASI DIRI TERHADAP ORIENTASI MASA DEPAN REMAJA PESERTA DIDIK KELAS XII SMK NEGERI WINONGAN

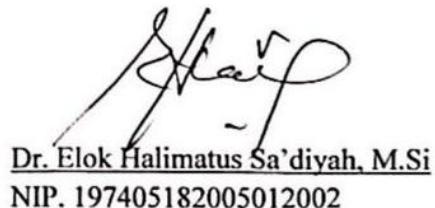
Yang ditulis oleh:

Nama : Adinda Wardatul Amanah  
NIM : 210401110064  
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Malang, 11 Desember 2025  
Dosen Pembimbing



Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si  
NIP. 197405182005012002

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Adinda Wardatul Amanah

NIM : 210401110064

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN REGULASI DIRI TERHADAP ORIENTASI MASA DEPAN REMAJA PESERTA DIDIK KELAS XII SMK NEGERI WINONGAN**, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada claim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi

Malang, 11 Desember 2025



Adinda Wardatul Amanah  
210401110064

## MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَلِّمُ مَا يَقُولُ حَتَّىٰ يُعَلِّمَ وَمَا يَأْنَفُهُمْ<sup>١٥</sup>

“Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka”

(Q.S. Ar-Ra'd: 11)

## LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan penuh cinta dan rasa syukur, karya ini saya persembahkan kepada:

Ibu Saminah dan Bapak Mulzam Fikri, tempat pulang paling aman. Terima kasih karena selalu menjadi garda terdepan dalam segala keadaan, karena tak pernah lelah memberi, bahkan saat tak diminta. Semoga setiap tetes keringat yang mengalir menjadi langkah awal dari ribuan keberhasilan saya ke depan. Saya bangga, selalu, memiliki orang tua seperti kalian.

Kepada Alif, Naufal, Sultan, dan Alvan, kehadiran kalian adalah tawa di tengah lelahnya penggerjaan skripsi ini. Tumbuhlah menjadi sosok yang berilmu, rendah hati, dan bermanfaat bagi sesama. Semoga keberhasilan kecil ini menjadi pemantik semangat bagi kalian untuk meraih mimpi yang jauh lebih tinggi di masa depan.

Terima kasih kepada baity jannaty, tempat nyaman pertama yang hangat di Malang, semoga kebaikan dan kebersamaan selalu menjadi bagian dari hari-hari kita.

Kepada Ilmi, mbak Ayu, Nehaya, Aghni, Najiya, Mbak Nila, dan Husnul, serta teman-teman lantai 3 yang tidak bisa saya sebut satu persatu namanya, terimakasih telah menjadi tempat berbagi canda tawa selama 4 tahun terakhir, terimakasih karena mengajarkan hal kecil bisa menjadi mengasyikkan. Siapa sangka sangka senyuman bisa sehangat pelukan.

Terimakasih kepada Zaka dan Khimaya yang telah membersamai penulis dalam proses penggerjaan skripsi, semoga setiap bantuan dari kalian menjadi ladang pahala yang tak terputus.

Selain itu, terimakasih kepada teman-teman yang tidak bisa sebutkan satu persatu, terima kasih telah mewarnai perjalanan perkuliahan yang luar biasa ini. Terima kasih telah menjadi pendengar yang baik, berbagi tawa di tengah penatnya tugas, Semoga kesuksesan senantiasa menyertai langkah kita masing-masing di masa depan.

Tak lupa, terima kasih yang sebesar-besarnya untuk diriku sendiri. Terima kasih karena telah memilih untuk tidak menyerah meski berkali-kali merasa lelah. Terima kasih karena tetap melangkah meskipun perlakan, tetap bertahan di tengah keraguan, dan tetap percaya bahwa hari ini akan datang. Karya ini adalah bukti nyata atas kekuatan, kesabaran, dan kegigihan yang kamu miliki. *I am beyond proud of you.*

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillahi Rabbil 'Aalamiin.* Segala puji bagi Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya yang tiada henti, saya menyampaikan rasa syukur yang mendalam dalam pengantar skripsi dengan judul "*Pengaruh Dukungan Sosial dan Regulasi Diri terhadap Orientasi Masa Depan remaja peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan*" ini. Saya sangat menyadari bahwa skripsi ini tidak akan tercapai tanpa bantuan, dukungan, dan dorongan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, izinkan saya menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada pihak-pihak yang telah berperan besar dalam proses penelitian dan penulisan ini.

1. Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.Si., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dr. H. M Lutfi Mustofa, M.Ag selaku dosen wali yang mendukung proses studi Penulis khususnya dalam memberikan bimbingan perencanaan studi setiap semesternya dan memberikan moral dan proses tempuh studi.
4. Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si., selaku Dosen Pembimbing yang penuh kesabaran dan ketulusan dalam memberi arahan, bimbingan, serta masukan pada penulisan skripsi ini.
5. Prof. Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si selaku penguji utama yang mau memberikan waktu, perhatian, dan masukan berharga yang telah diberikan.
6. Bapak Abdul Hamid Cholili, M.Psi selaku sekretaris penguji yang mau memberikan waktu, perhatian, dan membantu proses jalannya sidang skripsi.
7. Seluruh civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan ilmunya selama peneliti menempuh Pendidikan S1 Psikologi.
8. Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang atas keahlian dan nasehatnya. Penulis mungkin bisa mengambil manfaat dari berkah dan kebijaksanaan dari semua instruktur.

9. Keluarga saya, ibu saya Bu Saminah, ayah Mulzam Fikrih, yang menjadi pendorong segala yang saya lakukan dalam hidup, termasuk menyelesaikan tugas ini. Saya menghargai semua doa, semangat, dan inspirasi yang telah dikirimkan sehingga skripsi saya dapat diselesaikan dengan sukses.
10. Seluruh guru dan responden siswa SMK Negeri Winongan yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan dukungan, serta berpartisipasi aktif dalam pelaksanaan penelitian ini, sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar dan memperoleh hasil yang maksimal.
11. Serta semua pihak yang terlibat dan membantu sehingga penelitian ini bisa terselesaikan yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang. Peneliti berharap semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca dan menjadi referensi yang bermanfaat.

Malang, 12 Desember 2025

Adinda Wardatul Amanah

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>NOTA DINAS .....</b>	<b>v</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xii</b>
<b>مستخلص .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang .....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah .....</b>	<b>9</b>
<b>C. Tujuan.....</b>	<b>9</b>
<b>D. Manfaat .....</b>	<b>10</b>
1. Manfaat Teoritis .....	10
2. Manfaat Praktis .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
<b>A. Orientasi Masa Depan .....</b>	<b>11</b>
1. Definisi Orientasi Masa Depan .....	11
2. Aspek Orientasi Masa Depan .....	12
3. Indikator Orientasi Masa Depan .....	14
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi Orientasi Masa Depan .....	15
5. Orientasi Masa Depan dalam Perspektif Islam .....	17

<b>B. Dukungan Sosial .....</b>	18
1. Definisi Dukungan Sosial .....	18
2. Aspek Dukungan Sosial .....	20
3. Indikator Dukungan Sosial.....	21
4. Faktor-faktor terbentuknya Dukungan Sosial .....	23
5. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam .....	23
<b>C. Regulasi Diri .....</b>	24
1. Definisi Regulasi Diri .....	24
2. Aspek Regulasi Diri .....	26
3. Indikator Regulasi Diri.....	27
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri.....	28
5. Regulasi Diri dalam Perspektif Islam .....	29
<b>D. Kerangka Konseptual .....</b>	30
<b>E. Hipotesis Penelitian .....</b>	32
<b>BAB III.....</b>	<b>31</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
<b>A. Jenis dan Desain penelitian .....</b>	31
<b>B. Identifikasi Variabel Penelitian .....</b>	31
<b>C. Definisi Operasional.....</b>	32
1. Orientasi Masa Depan .....	32
2. Dukungan Sosial .....	33
3. Regulasi Diri .....	33
<b>D. Populasi dan Sampel .....</b>	34
1. Populasi .....	34
2. Sampel.....	34
<b>E. Instrumen Penelitian .....</b>	34
<b>F. Teknik Pengumpulan Data .....</b>	38
<b>G. Uji Validitas .....</b>	39
1. Orientasi Masa Depan .....	39
2. Dukungan Sosial .....	40
3. Regulasi diri .....	41

<b>H. Reliabilitas .....</b>	42
1. Orientasi Masa Depan .....	43
2. Dukungan Sosial .....	43
3. Regulasi Diri .....	43
<b>I. Teknik Analisis Data.....</b>	43
<b>BAB IV .....</b>	47
<b>HASIL PENELITIAN.....</b>	47
<b>A. Gambaran Umum .....</b>	47
1. Lokasi Penelitian.....	47
2. Waktu dan Tempat Pelaksanaan Penelitian .....	47
3. Jumlah Subjek penelitian .....	47
4. Prosedur Penelitian.....	47
<b>B. Hasil Penelitian .....</b>	48
1. Analisis Deskriptif.....	48
2. Uji Asumsi Klasik .....	54
3. Uji Hipotesis .....	56
4. Analisis Data Aspek .....	60
5. Pengujian Hipotesis.....	64
<b>C. Pembahasan .....</b>	65
<b>BAB V KESIMPULAN.....</b>	76
<b>A. Kesimpulan .....</b>	76
<b>B. Saran .....</b>	79
1. Untuk Siswa dengan tingkat: .....	79
2. Untuk sekolah .....	80
3. Bagi peneliti selanjutnya .....	81
<b>REFERENSI.....</b>	82
<b>LAMPIRAN.....</b>	85

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue print skala orientasi masa depan .....	35
Tabel 3. 2 blue print skala dukungan sosial .....	37
Tabel 3. 3 blue print skala regulasi diri .....	38
Tabel 3. 4 kriteria penilaian.....	39
Tabel 3. 5 uji validitas skala orientasi masa depan .....	40
Tabel 3. 6 uji validitas skala dukungan sosial .....	41
Tabel 3. 7 uji validitas skala regulasi diri.....	42
Tabel 3. 8 uji reliabilitas skala orientasi masa depan .....	43
Tabel 3. 9 uji reliabilitas skala dukungan sosial.....	43
Tabel 3. 10 uji reliabilitas skala regulasi diri .....	43
Tabel 4. 1 kategorisasi hipotetik .....	48
Tabel 4. 2 data hipotetik dukungan sosial .....	48
Tabel 4. 3 kategorisasi dukungan sosial .....	49
Tabel 4. 4 kategorisasi persentase dukungan sosial .....	49
Tabel 4. 5 data hipotetik regulasi diri.....	50
Tabel 4. 6 kategorisasi regulasi diri.....	50
Tabel 4. 7 kategorisasi persentase regulasi diri .....	51
Tabel 4. 8 data hipotetik orientasi masa depan .....	52
Tabel 4. 9 kategorisasi orientasi masa depan .....	53
Tabel 4. 10 kategorisasi persentasi orientasi masa depan .....	53
Tabel 4. 11 hasil uji normalitas .....	54
Tabel 4. 12 hasil uji linieritas orientasi masa depan dan dukungan sosial .....	55
Tabel 4. 13 hasil uji linieritas orientasi masa depan dan regulasi diri.....	55
Tabel 4. 14 hasil uji multikolinieritas.....	56
Tabel 4. 15 hasil uji T.....	56
Tabel 4. 16 hasil uji F.....	58
Tabel 4. 17 uji determinasi 2 variabel .....	58
Tabel 4. 18 uji determinasi tiap variabel .....	59
Tabel 4. 19 output SE tiap variabel independent.....	59
Tabel 4. 20 persentase tiap aspek dukungan sosial .....	60
Tabel 4. 21 persentase tiap aspek regulasi diri .....	62
Tabel 4. 22 persentase tiap aspek orientasi masa depan.....	64

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2. 1 kerangka aspek .....	13
Gambar 2. 2 kerangka teoritik.....	32
Gambar 3. 1 Skema hubungan antar variabel .....	31

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 kuisioner skala dukungan sosial .....	86
Lampiran 2 kuisioner skala regulasi diri.....	87
Lampiran 3 kuisioner skala orientasi masa depan.....	87
Lampiran 10 uji hipotesis.....	88
Lampiran 11 uji deskriptif.....	89
Lampiran 12 uji normalitas .....	89
Lampiran 13 Informed consent .....	90

## ABSTRAK

**Adinda Wardatul Amanah.** 2025. Pengaruh Dukungan Sosial dan Regulasi Diri Terhadap Orientasi Masa Depan Remaja Peserta Didik Kelas XII SMK Negeri Winongan. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

**Dosen Pembimbing : Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si**

---

Masa remaja merupakan periode krusial di mana individu dihadapkan pada tugas perkembangan untuk menetapkan identitas dan merumuskan orientasi masa depan, terutama terkait pilihan kelanjutan pendidikan atau dunia kerja. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh temuan awal bahwa sejumlah siswa kelas XII SMK Negeri Winongan masih mengalami kebingungan dan belum memiliki gambaran masa depan yang terarah setelah menyelesaikan pendidikan di sekolah. Kondisi ini menunjukkan pentingnya faktor-faktor yang dapat menunjang kemampuan remaja dalam merencanakan hidupnya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh Dukungan Sosial dan Regulasi Diri, baik secara parsial maupun simultan, terhadap Orientasi Masa Depan remaja peserta didik di SMK Negeri Winongan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan populasi peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan yang berjumlah 273 siswa, dengan sampel yang diambil menggunakan teknik convenience sampling, kemudian jumlah sampel dihitung menggunakan tabel isaac& michael, diperoleh 155 responden dengan tingkat signifikansi 5%. Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga instrumen skala, yaitu Skala Orientasi Masa Depan (dikembangkan oleh Winurini, 2021), Skala Dukungan Sosial (*Social Provision Scale*), dan Skala Regulasi Diri. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linier berganda (*Multiple Linear Regression*) dengan bantuan program SPSS. Analisis data dilakukan dengan teknik analisis deskriptif dan regresi linier berganda dengan Uji T, Uji F, dan Koefisien Determinasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial secara parsial berpengaruh signifikan terhadap orientasi masa depan dengan nilai  $t = 7,457$  ( $p = 0,000$ ) dan memberikan kontribusi sebesar 18,3%. Variabel regulasi diri juga menunjukkan pengaruh signifikan secara parsial terhadap orientasi masa depan dengan nilai  $t = 3,427$  ( $p = 0,000$ ) serta memberikan kontribusi sebesar 15,2%. Secara simultan, dukungan sosial dan regulasi diri berpengaruh signifikan terhadap orientasi masa dengan nilai  $F = 102,962$  ( $p = 0,000$ ). Nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara bersama-sama memberikan pengaruh sebesar 57,5% terhadap orientasi masa depan, sedangkan sisanya sebesar 42,5% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin kuat dukungan sosial yang diterima dan semakin baik kemampuan regulasi diri yang dimiliki siswa, maka akan semakin positif dan terarah pula orientasi masa depan mereka dalam menghadapi transisi pascakelulusan.

**Kata Kunci:** Dukungan Sosial, Regulasi Diri, Orientasi Masa Depan, Remaja.

## ABSTRACT

**Adinda Wardatul Amanah.** 2025. The Influence of Social Support and Self-Regulation on the Future Orientation of Adolescents of Grade XII Students of Winongan State Vocational School. Thesis. Faculty of Psychology. Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang.

**Supervisor : Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si**

---

Adolescence is a crucial period in which individuals are faced with developmental tasks to establish their identity and formulate their future orientation, especially in relation to choosing further education or entering the workforce. This study was motivated by preliminary findings that a number of 12th grade students at Winongan State Vocational School were still confused and did not have a clear picture of their future after completing their education at school. This condition highlights the importance of factors that can support adolescents' ability to plan their lives. Therefore, this study aims to examine the influence of Social Support and Self-Regulation, both partially and simultaneously, on the Future Orientation of adolescent students at SMK Negeri Winongan.

This study used a quantitative approach with a population of 273 grade XII students at Winongan State Vocational School, with a sample taken using convenience sampling techniques. The sample size was calculated using the Isaac & Michael table, resulting in 155 respondents with a significance level of 5%. Data collection was carried out using three scale instruments, namely the Future Orientation Scale (developed by Winurini, 2021), the Social Provision Scale, and the Self-Regulation Scale. The data analysis technique used was multiple linear regression with the help of the SPSS program. Data analysis was carried out using descriptive analysis and multiple linear regression techniques.

The results of the study indicate that social support partially has a significant effect on future orientation with a t-value of 7.457 ( $p = 0.000$ ) and contributes 18.3%. The self-regulation variable also shows a significant partial effect on future orientation with a t-value of 3.427 ( $p = 0.000$ ) and a contribution of 15.2%. Simultaneously, social support and self-regulation significantly influence future orientation with an F-value of 102.962 ( $p = 0.000$ ). The coefficient of determination (R Square) shows that these two variables together provide an influence of 57.5% on future orientation, while the remaining 42.5% is influenced by other factors outside this study. This indicates that the stronger the social support received and the better the self-regulation skills possessed by students, the more positive and directed their future orientation will be in facing the post-graduation transition.

**Keywords:** Social Support, Self-Regulation, Future Orientation, Adolescents

## مستخلص

أديبنا وردة الأمانة. ٢٠٢٥. تأثير الدعم الاجتماعي والتنظيم الذاتي على التوجّه المستقبلي لدى طلاب الصف الثاني عشر المراهقين في مدرسة وينونغان المهنية الحكومية. أطروحة. كلية علم النفس. جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية في مالانج.

**المشرف: د. إلوك حليمة سعدية، ماجستير في العلوم**

المراهقة هي فترة حاسمة يواجه فيها الأفراد مهام تنمية لتأسيس هويتهم وصياغة توجهاتهم المستقبلية، لا سيما فيما يتعلق بمواصلة التعليم أو دخول سوق العمل. وقد دفعت النتائج الأولية التي أظهرت أن عدداً من طلاب الصف الثاني عشر في مدرسة وينونغان الحكومية المهنية ما زالوا يعانون من الارتباك ولا يملكون صورة واضحة عن مستقبلهم بعد إكمال تعليمهم في المدرسة إلى إجراء هذه الدراسة. تسلط هذه الحالة الضوء على أهمية العوامل التي يمكن أن تدعم قدرة المراهقين على التخطيط لحياتهم. لذلك، تهدف هذه الدراسة إلى دراسة تأثير المتغيرات الخارجية، وهي الدعم الاجتماعي، والمتغيرات الداخلية، وهي التنظيم الذاتي، بشكل جزئي ومتزامن، على التوجّه المستقبلي للطلاب المراهقين في مدرسة SMK Negeri Winongan.

استخدمت هذه الدراسة نهجاً كمياً مع عينة من 273 طالباً من طلاب الصف الثاني عشر في مدرسة وينونغان المهنية الحكومية، معأخذ العينة باستخدام تقنيات العينات الملائمة. تم حساب حجم العينة باستخدام مما أدى إلى 155 مستجبياً بمستوى دلالة 5%. تم جمع البيانات باستخدام ثلاثة، Isaac & Michael جدول، ومقياس التوفير الاجتماعي، Winurini، 2021، أدوات قياس، وهي مقياس التوجّه المستقبلي ومقياس التنظيم الذاتي. كانت تقنية تحليل البيانات المستخدمة هي الانحدار الخطى المتعدد بمساعدة برنامج تم تحليل البيانات باستخدام التحليل الوصفي وتقنيات الانحدار الخطى المتعدد. تم تحليل البيانات باستخدام التحليل الوصفي وتقنيات الانحدار الخطى المتعدد

أظهرت نتائج البحث أن الدعم الاجتماعي له تأثير معنوي جزئي على التوجّه نحو المستقبلي بقيمة " حيث ساهم بنسبة 18.3%. كما أظهر متغير ضبط الذات، ( $p = 0.000$ ) ومستوى دلالة ( $t = 7.457$ ) تبلغ ( $p = 0.000$ ) ومستوى دلالة ( $t = 3.427$ ) تأثيراً معنواً جزئياً على التوجّه نحو المستقبلي بقيمة تبلغ وبمساهمة قدرها 15.2%. وبشكل متزامن، أثر الدعم الاجتماعي وضبط الذات بشكل معنوي على التوجّه ( $R$ ) وتشير قيمة معامل التحديد. ( $p = 0.000$ ) ومستوى دلالة ( $F = 102.962$ ) نحو المستقبلي بقيمة Square إلى أن كلا المتغيرين معاً يساهمان بنسبة 57.5% في التوجّه نحو المستقبلي، بينما تتأثر النسبة المتبقية وقدرها 42.5% بعوامل أخرى خارج نطاق هذا البحث. وهذا يشير إلى أنه كلما قوي الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه الطلاب وتحسن قدراتهم على ضبط الذات، أصبح توجههم نحو المستقبلي أكثر إيجابية ووضوحاً "في مواجهة مرحلة ما بعد التخرج

**الكلمات المفتاحية:** الدعم الاجتماعي، التنظيم الذاتي، التوجّه المستقبلي، المراهقون

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Remaja dan masa depan adalah tema yang tidak bisa terpisahkan, masa remaja sering didefinisikan sebagai periode perkembangan dari awal pubertas hingga peralihan menuju masa dewasa yang ditandai dengan pernikahan, menjadi orang tua, penyelesaian pendidikan formal, kemandirian finansial dari orang tua, atau kombinasi dari pencapaian tahan tersebut kurang lebih pada usia 10-20 tahun. Menurut Kuhn (Septi, 2024) masa remaja juga ditandai dengan meningkatnya fungsi eksekutif yang meliputi aktivitas kognitif yang kompleks seperti mengambil keputusan dan berpikir kritis. Masa remaja adalah masa di mana individu mulai menghadapi situasi yang membutuhkan pengambilan keputusan termasuk keputusan mengenai tujuan masa depan, seperti apakah akan melanjutkan pendidikan setelah lulus SMA/Sederajat, melanjutkan pendidikan, mencari pekerjaan atau menikah. Mereka yang tidak mempunyai mimpi atau tujuan hidup beserta perencanaanya akan merasa bingung dan hanya mengikuti arus kehidupan (Afifah, 2011).

Hurlock (1999) menyebutkan bahwa masa remaja merupakan masa dimana individu mulai memikirkan masa depannya secara sungguh-sungguh. Remaja mulai memberikan perhatian yang besar terhadap berbagai lapangan kehidupan yang akan dijalannya sebagai manusia dewasa yang akan datang. Remaja adalah fase penting dalam kehidupan seseorang di mana mereka mencari identitas mereka sendiri dan mempersiapkan masa depan yang akan menentukan jalan hidup mereka. Pada tahap ini, dukungan dari orang-orang di sekitar Anda, terutama orang tua, sangat penting. Dukungan orang tua tidak hanya membantu remaja mendapatkan arahan, tetapi juga membangun kepercayaan diri dan mendorong mereka untuk mengejar tujuan mereka.

Kesuksesan merupakan salah satu keinginan setiap individu, banyak orang sukses adalah orang yang memiliki tujuan masa depan dan membuat

langkah-langkah perencanaan dalam mencapai tujuan hidupnya dengan segala cara yang mereka miliki (Aprilia, 2018). Afifah (2011) mengungkap bahwa tidak sedikit individu yang seolah membiarkan kehidupanya berjalan seperti air mengalir. Mereka berprinsip bahwa hidup harus dijalani sebagaimana adanya. Memikirkan masa depan dan membuat perencanaan pencapaian bukan menjadi suatu hal yang diprioritaskan. Di sisi lain, era globalisasi menuntut remaja untuk bisa menjadi individu yang berprestasi, kompeten, dan mampu bertahan ditengah persaingan yang semakin ketat. Ciri utama sebuah pemikiran ataupun tindakan manusia adalah orientasi terhadap kejadian dan hasil di masa depan. Orientasi masa depan merupakan kemampuan seorang individu untuk merencanakan masa depan yang merupakan salah satu dasar dari pemikiran manusia. Setiap orang memiliki tujuan hidup di masa depan agar dapat membuat langkah-langkah untuk mencapai tujuan tersebut. Tujuan hidup di masa depan tidak dapat tercapai ataupun terealisasikan tanpa sebuah pemahaman yang cukup tentang masa depan itu sendiri. Sehingga hal tersebut penting untuk dipersiapkan sebaik mungkin dan juga merupakan hal yang penting bagi setiap orang untuk memahami orientasi masa depan dari dirinya (Preska & Wahyuni, 2019).

Cara pandang seseorang terhadap masa depan sering dikenal sebagai orientasi masa depan. Menurut Trommsdroff dan Lamm (1983) orientasi masa depan adalah antisipasi dan evaluasi diri terkait masa depan dalam interaksi dengan lingkungan. Seginer (1995) menyebutkan orientasi masa depan berisi tentang gambaran individu mengenai masa depan mereka yang terefleksikan dalam harapan dan ketakutan. Menurut Nurmi (1991), orientasi masa depan adalah suatu konsep multidimensi yang digambarkan sebagai satu kesatuan dari tiga proses psikologis utama sebagai dimensinya, yaitu motivasi, perencanaan, dan evaluasi.

Orientasi masa depan menjadi salah satu langkah yang diambil seseorang dalam menyusun pandangannya mengenai masa depan. Sadardjoen menyatakan bahwa orientasi masa depan merupakan suatu Upaya antisipasi yang dilakukan mengenai harapan terhadap masa depan

yang lebih menjanjikan. Atance & O'Neill (dalam santilli dkk, 2017) menyatakan bahwa meskipun masa depan bukanlah suatu hal yang dapat diprediksi, akan tetapi manusia telah memiliki kemampuan mengembangkan pemikiran dan skenario masa depan yang mungkin dapat terealisasi. Rencana akan masa depan menjadi semakin terperinci ketika remaja mulai melakukan evaluasi yang realistik mengenai kemampuan yang dimiliki untuk mencapai tujuan masa depan yang mana didalamnya termasuk keputusan terkait kelanjutan pendidikan.

Pada usia remaja, lebih tepatnya SMA/sederajat tentunya sudah harus memikirkan masa depan, bagaimana mereka melalui tugas perkembangan selama masa remaja dan dewasa awal. Tugas-tugas tersebut meliputi bidang Pendidikan, karir dan pekerjaan, serta pernikahan dan keluarga (seginer, 2009). Salah satu bidang dalam kehidupan yang mendapat banyak perhatian dari remaja adalah Pendidikan. Pendidikan menjadi peran penting dalam kehidupan remaja terutama mereka yang berada dipenghujung Sekolah Menengah Atas. Melalui Pendidikan mereka merasa dapat menyelesaikan tuntutan dan peran mereka dikehidupan dewasa. Keberhasilan dalam bidang pendidikan memberikan mereka keyakinan lebih kuat untuk hidup mandiri secara ekonomi dimasa depan, dan memberikan banyak peluang di dunia kerja. Tetapi tidak sedikit dari mereka yang cenderung kebingungan dan mengikuti alur yang ada tanpa memiliki tujuan yang jelas dalam hidupnya. Agar perencanaan masa depan dapat berjalan dengan baik sesuai dengan potensi dan bakat yang dimiliki, remaja tidak cukup hanya merencanakan saja tanpa adanya realisasi dan persiapan yang matang (achmat, 2020).

Menurut nurmi (1991) orientasi masa depan memiliki 3 aspek yaitu motivasi, perencanaan, dan evaluasi. Motivasi dalam konteks ini merujuk pada dorongan internal yang mendorong individu untuk memilih dan fokus pada hal-hal yang mereka minati serta tujuannya di masa depan. Motivasi ini memainkan peran penting dalam menentukan arah masa depan mereka, baik dalam aspek karier, pendidikan, maupun pengembangan pribadi.

Sementara itu, aspek perencanaan menggambarkan kemampuan individu untuk merancang langkah-langkah konkret yang diperlukan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Perencanaan ini tidak hanya melibatkan pengaturan waktu dan sumber daya, tetapi juga kemampuan untuk menyesuaikan strategi dan tindakan berdasarkan perubahan situasi dan kondisi yang ada. Di sisi lain, aspek evaluasi menunjukkan kemampuan individu untuk secara kritis menilai kemajuan yang telah dicapai dan memvalidasi apakah tujuan yang telah direncanakan masih relevan dan dapat dicapai. Evaluasi ini juga mencakup keyakinan yang kuat pada rencana dan tujuan yang telah ditetapkan, serta kemampuan untuk tetap berkomitmen dan bertindak untuk merealisasikan rencana tersebut meskipun menghadapi berbagai tantangan atau hambatan yang mungkin muncul di sepanjang perjalanan.

Namun demikian, kenyataan dilapangan menunjukkan hal yang berbeda. Hal ini terlihat dari hasil wawancara dengan 3 siswa SMKN Winongan pada tanggal 7 November 2024 yang mengindikasikan bahwa mereka belum memiliki gambaran masa depan yang jelas. Ketidakjelasan ini disebabkan oleh kurangnya langkah-langkah yang perlu diambil, belum adanya target yang ingin dicapai untuk masuk ke perguruan tinggi yang diinginkan, serta belum mempertimbangkan berbagai hambatan yang mungkin akan dihadapi. Padahal masa remaja merupakan periode penting dalam membentuk orientasi masa depan. Dengan memiliki pandangan yang jelas mengenai masa depan, remaja dapat lebih siap dan mampu menyusun rencana hidup mereka. Selain itu mereka juga akan memiliki wawasan dan pemikiran yang lebih luas mengenai kehidupan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 12 November 2024 di SMKN Winongan, peneliti mendapat bahwa sejumlah besarnya siswa masih belum memiliki bayangan yang jelas mengenai masa depan mereka

Kutipan wawancara pada siswa SMKN Winongan mengatakan:

*“...aku belum tau kak, mau nerusin kuliah apa kerja aja, kalau kuliah maunya dijurusan apa masih gatau kak...”* (wawancara interpersonal 12 November 2024)

Kutipan wawancara pada siswa lainnya mengatakan:

*“...gimana ya kak, aku aja masih bingung jadinya kerja apa kuliah, orang tua juga gatau kak katanya kalo kerja mau kerja apa terus kalo kuliah emang bisa...”* (wawancara interpersonal 12 November 2024)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan beberapa siswa SMKN Winongan, terungkap bahwa mereka belum memiliki gambaran yang jelas mengenai masa depan setelah menyelesaikan pendidikan di bangku sekolah. Mereka mengaku masih diliputi kebingungan terkait langkah yang akan diambil, baik dalam melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi maupun memasuki dunia kerja. Kondisi ini membuat sebagian siswa belum mampu menentukan arah dan tujuan hidup yang ingin dicapai, sehingga membutuhkan pendampingan dan arahan yang tepat untuk membantu mereka menemukan keinginan dan rencana masa depan yang lebih terarah.

Agar remaja mampu menyelesaikan tugas-tugas perkembangan serta memperluas wawasan dalam menyongsong masa depan, mereka masih sangat memerlukan dukungan dan bantuan dari pihak lain guna mendukung proses persiapan menuju kehidupan yang akan datang. Keluarga diharapkan dapat berperan aktif dalam perubahan, perkembangan, dan pembentukan karakter anak mengingat bahwa masa remaja merupakan masa Dimana orientasi masa depannya berkembang dengan cepat.

Dukungan sosial sangat penting dalam mendukung proses perkembangan remaja, karena mereka dapat menjadi panutan atau teladan dalam membantu remaja mengembangkan serta menentukan minatnya, sekaligus memberikan arahan dalam mengatasi berbagai hambatan yang mungkin muncul dalam mewujudkan minat tersebut. Walaupun merancang orientasi masa depan merupakan bagian dari tugas perkembangan yang harus dijalani oleh remaja dan dewasa awal, kenyataannya pengetahuan

remaja tentang kehidupan di masa depan masih tergolong minim. Oleh karena itu remaja masih sangat membutuhkan dukungan prang tua, selain itu didikan dari orang tua memberikan keterampilan dasar bagi remaja dalam mempersiapkan masa depannya.

Dukungan sosial adalah sebuah hubungan yang terbentuk melalui persepsi individu bahwa individu merasa dicintai, dihargai, disayang, serta ikatan saling membantu individu yang membutuhkan atau sedang mengalami permasalahan hidup. Sedangkan dukungan menurut taylor adalah informasi yang didapatkan biasanya dari seseorang yang memiliki hubungan akrab seperti orang tua, orang yang dicintai, diperhatikan, didengar, dan dihargai. Menurut Cobb (dalam sarafino, 1997) dukungan sosial diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan bantuan yang dirasakan individu dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain.

Dukungan sosial khususnya dari orang tua mempunyai peran penting yang memengaruhi orientasi masa depan. Menurut Gottlieb, dukungan sosial selama pengembangan orientasi masa depan remaja dapat berupa informasi atau nasehat verbal dan non-verbal serta bantuan atau tindakan yang memberikan manfaat emosional yang diberikan oleh orang sekitar. Winnubst menyebutkan bahwa dukungan sosial orang tua dapat diberikan dalam empat wujud dukungan, antara lain dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.

Keterkaitan antara dua variabel ini saling memengaruhi secara signifikan. Apabila seseorang berhasil memiliki orientasi masa depan yang jelas serta mendapatkan dukungan sosial yang baik, maka remaja akan mampu merancang rencana hidup dan menentukan strategi yang tepat untuk masa depannya. Pandangan positif terhadap masa depan akan mendorong individu untuk mengambil keputusan yang tepat terkait masa depannya, selaras dengan bakat dan minat yang dimilikinya.

Berikut menjelaskan faktor-faktor yang memengaruhi orientasi masa depan. Diantara faktor-faktor tersebut terdapat faktor pendukung kapasitas

individu yaitu berupa regulasi diri. Menurut Bandura regulasi diri didefinisikan sebagai kemampuan individu mengatur diri sendiri yang dapat mengatur tingkah laku dengan menyesuaikan lingkungan serta memiliki konsekuensi sebagai akibat dari bagi tingkah lakunya sendiri. Penelitian yang dilakukan oleh Catrian (2020) membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan regulasi diri terhadap orientasi masa depan. Konsep regulasi diri berakar pada teori kognitif sosial. Regulasi diri dapat ditentukan dengan interaksi timbal balik antara individu, perilaku, dan lingkungan.

Watson (1989) menyatakan regulasi diri sebagai sistem pengendalian diri terhadap respon lingkungan yang melibatkan pengaturan perhatian, ingatan dan pikiran yang terjadi secara spontan. Hal ini mendukung teori regulasi diri dari Barkley (1997) yang mengatakan bahwa regulasi diri merupakan kemampuan untuk mengaktivasi secara fleksibel, monitor, mencegah, tekun dan atau mengadaptasi perilaku, perhatian, strategi emosi dan kognisi dalam merespons arahan-arahan dan petunjuk dari dalam, stimulus lingkungan dan timbal balik dari orang lain, dalam rangka mencapai tujuan personal yang relevan.

Berdasarkan pengertian tersebut, regulasi diri dapat dipahami sebagai suatu proses individu dalam mengelola perhatian, pikiran, perilaku, dan emosi secara bersamaan untuk merencanakan, mengendalikan, serta mengarahkan tindakan dirinya agar sejalan dengan tujuan yang ingin dicapai, sehingga tidak muncul perbedaan antara pola pikir dan perilaku.

Penelitian terdahulu yakni skripsi Alifia Andariska Septi mahasiswa Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 2024 Studi ini menyelidiki pengaruh dukungan sosial orang tua, efikasi diri, dan jenis kelamin terhadap orientasi pendidikan masa depan remaja akhir. Sebanyak 360 siswa di kelas 12 SMA dan MA di Provinsi Lampung yang memiliki orang tua lengkap adalah subjek penelitian ini. Metode pengambilan sampel purposive non-probability digunakan. Skala Orientasi Masa Depan Pendidikan, Skala Penyertaan Sosial, dan Skala Kemandirian Umum-12 Item Version digunakan untuk menguji validitas alat ukur. Pengujian

hipotesis dilakukan dengan Confirmatory Factor Analisys (CFA) menggunakan Lisrel 8.80 dan IBM SPSS 23. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial orang tua, efikasi diri, dan jenis kelamin memiliki efek yang signifikan terhadap orientasi masa depan. pendidikan pada remaja akhir sebesar 10,7%. Berdasarkan uji hipotesis, empat variabel memengaruhi orientasi masa depan pendidikan: variabel dukungan sosial orang tua, variabel efikasi diri, dan variabel demografi jenis kelamin. Untuk mengetahui apakah ada perbedaan dalam dukungan yang diberikan oleh ayah dan ibu, penelitian lebih lanjut disarankan untuk menggunakan teori dukungan sosial orang tua yang memishkan dukungan dari ayah dan ibu.

Penelitian ini penting karena didasari oleh fenomena yang ditemukan peneliti selama melaksanakan praktik magang tiga bulan di SMK Negeri Winongan. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara informal dengan peserta didik kelas XII, ditemukan fakta bahwa sebagian besar siswa masih berada dalam tahap ambivalensi atau kebingungan mengenai langkah yang akan diambil pasca kelulusan. Banyak siswa yang belum memiliki gambaran karir yang jelas maupun rencana studi lanjut yang terukur. Kondisi ini mengindikasikan rendahnya orientasi masa depan pada siswa, yang jika dibiarkan, akan berdampak pada tingginya angka pengangguran lulusan SMK. Oleh karena itu, diperlukan pengujian mendalam mengenai sejauh mana faktor eksternal berupa dukungan sosial dan faktor internal berupa regulasi diri dapat memengaruhi pembentukan orientasi masa depan siswa dalam menghadapi transisi menuju dunia kerja atau pendidikan tinggi. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan pihak sekolah dapat memperoleh informasi yang akurat mengenai faktor-faktor yang berperan dalam pembentukan orientasi masa depan peserta didik, sehingga dapat digunakan sebagai dasar dalam merancang program pembinaan, layanan bimbingan dan konseling, serta strategi pendukung lainnya guna membantu siswa mempersiapkan masa depannya secara lebih optimal.

**B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan?
2. Bagaimana tingkat regulasi diri pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan?
3. Bagaimana tingkat orientasi masa depan pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan?
4. Bagaimana pengaruh dukungan sosial terhadap orientasi masa depan pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan?
5. Bagaimana pengaruh regulasi diri terhadap orientasi masa depan pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan?
6. Bagaimana pengaruh dukungan sosial dan regulasi diri terhadap orientasi masa depan pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan.

**C. Tujuan**

1. Untuk mengetahui tingkat dukungan sosial pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan
2. Untuk mengetahui tingkat regulasi diri pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan
3. Untuk mengetahui tingkat orientasi masa depan pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan
4. Untuk mengatahui pengaruh dukungan sosial terhadap orientasi masa depan pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan
5. Untuk mengatahui pengaruh regulasi diri terhadap orientasi masa depan pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan
6. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan regulasi diri terhadap orientasi masa depan pada peserta didik kelas XII SMK Negeri winongan

## D. Manfaat

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan dukungan empiris terhadap teori-teori yang menjelaskan bahwa orientasi masa depan tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal seperti kemampuan regulasi diri, tetapi juga oleh faktor eksternal seperti dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Dengan demikian, penelitian ini memperkaya pemahaman ilmiah mengenai interaksi kedua variabel tersebut dalam kontribusinya terhadap perkembangan remaja.

### 2. Manfaat Praktis

Bagi siswa: Penelitian ini membantu siswa memahami peran dukungan sosial dan kemampuan regulasi diri dalam membentuk orientasi masa depan, sehingga dapat memotivasi mereka untuk lebih aktif mengatur diri dan memanfaatkan dukungan yang ada.

Bagi sekolah: Penelitian ini dapat memberikan gambaran kepada pihak sekolah mengenai pentingnya dukungan sosial dari guru dan lingkungan sekolah, serta kemampuan regulasi diri siswa, sebagai dasar dalam merancang program bimbingan dan pembinaan yang lebih efektif.

Bagi guru dan konselor sekolah: Hasil penelitian dapat digunakan sebagai acuan dalam menyusun strategi layanan bimbingan dan konseling, khususnya terkait penguatan regulasi diri dan penyediaan dukungan sosial yang memadai untuk membantu siswa mempersiapkan masa depan.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Orientasi Masa Depan**

##### **1. Definisi Orientasi Masa Depan**

Orientasi masa depan merujuk pada ide, pemikiran, dan perasaan individu terhadap masa depannya. Orientasi masa depan didefinisikan oleh Seginer, Nurmi, dan Poole (dalam Seginer, 2009) sebagai persepsi individu tentang masa depannya yang melibatkan interaksi dari tiga komponen dalam diri individu, yaitu motivasi, kognitif, dan perilaku. Nurmi (dalam McCabe & Bennett, 2000) mengemukakan bahwa orientasi masa depan merupakan gambaran mengenai masa depan yang terbentuk dari sekumpulan skemata, atau sikap dan asumsi dari pengalaman masa lalu, yang berinteraksi dengan informasi dari lingkungan untuk membentuk harapan mengenai masa depan, membentuk tujuan dan aspirasi serta memberikan makna pribadi pada kejadian di masa depan.

Sedangkan menurut Trommsdorff dan Lamm (1983), orientasi masa depan adalah fenomena kognisi motivasi yang kompleks di mana seseorang melakukan antisipasi dan evaluasi terhadap masa depan dalam interaksinya dengan lingkungan. Sementara Bandura (1986) mendefinisikan bahwa kemampuan untuk merencanakan masa depan merupakan salah satu ciri dasar pemikiran manusia, bagaimana individu memandang masa depan berarti individu telah melakukan sebuah antisipasi pada kejadian yang mungkin nantinya akan muncul di masa yang akan datang. Gjesme (dalam Oner, 2000) menyatakan bahwa orientasi masa depan ialah suatu kemampuan untuk menduga keadaan yang akan terjadi dan mengantisipasi serta membuat perencanaan serta mengorganisasikan berbagai kemungkinan yang dapat terjadi di masa depan nanti.

Berdasarkan model teoritikal orientasi masa depan yang dibangun oleh Seginer, Nurmi, dan Poole, Winurini (2021) mengembangkan definisi

orientasi masa depan pendidikan sebagai persepsi individu tentang masa depannya yang melibatkan interaksi dari tiga komponen dalam diri individu, yaitu motivasi, kognitif, dan perilaku terhadap pendidikan.

Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pengertian orientasi masa depan adalah kemampuan individu untuk mengantisipasi, mengevaluasi, dan merencanakan masa depan dengan melibatkan aspek motivasi, kognitif, dan perilaku. Konsep ini terbentuk dari pengalaman masa lalu, interaksi dengan lingkungan, serta tujuan dan aspirasi pribadi, sehingga menjadi pedoman dalam pengambilan keputusan dan tindakan di masa mendatang.

## 2. Aspek Orientasi Masa Depan

Berdasarkan orientasi masa depan yang dikembangkan oleh Winurini (2021) terkait orientasi masa depan bidang pendidikan memiliki tiga dimensi, antara lain:

### a. Motivasi

Dimensi motivasi terkait dengan aspek-aspek yang mendorong individu untuk mempertimbangkan masa depan mereka dalam konteks pendidikan. Terdapat tiga sub-dimensi dalam dimensi motivasi, yaitu value (nilai), expectance (harapan), dan control (kontrol). Value pendidikan memuat aspek-aspek yang dianggap penting oleh individu guna mencapai tujuan pendidikan yang spesifik. Ekspektasi pendidikan mencakup keyakinan individu dalam mewujudkan keinginan, tujuan, dan rencana khusus terkait pendidikan serta optimisme dan tekad yang kuat mencapainya. Kontrol atas pendidikan berhubungan dengan sejauh mana individu merasa memiliki kuasa atau tidak atas apa yang terjadi dengan dirinya guna mencapai tujuan pendidikan (Winurini, 2021).

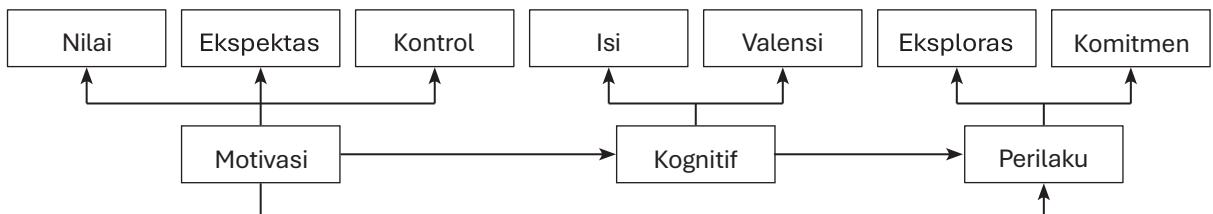
### b. Kognitif

Dimensi kognitif memiliki dua sub-dimensi, yaitu isi dan valensi. Isi berhubungan dengan cara individu membangun gambaran tentang bidang pendidikan, sementara valensi berhubungan dengan pendekatan dan penghindaran terhadap yang dilakukan oleh individu yang tercermin

dalam hopes (harapan) dan fears (ketakutan) terkait pendidikan (Winurini, 2021). Dalam merencanakan masa depan mereka dalam berbagai aspek kehidupan, individu tidak dapat menghindari harapan dan antisipasi akan adanya ketakutan yang mungkin mereka hadapi (Seginer, 2009).

### c. Perilaku

Dimensi perilaku terdiri atas dua sub-dimensi, yaitu eksplorasi dan komitmen. Eksplorasi melibatkan perilaku individu dalam mencari dan mengumpulkan informasi dari lingkungan eksternal untuk mengevaluasi kesesuaian dengan mereka dan keadaan di sekitarnya. Sementara itu, komitmen terkait erat dengan pengambilan keputusan. Individu yang telah membuat keputusan mempersiapkan jenjang pendidikan selanjutnya akan menunjukkan komitmen dalam keputusannya. Ketika individu telah membuat keputusan untuk melanjutkan pendidikan mereka, mereka akan menunjukkan komitmen dalam melaksanakan keputusan tersebut (Winurini, 2021).



**Gambar 2. 1 kerangka aspek**

Masing-masing komponen memiliki beberapa aspek sebagai indikator perilaku. Komponen motivasi terdiri dari nilai, ekspektasi, dan kontrol terhadap pendidikan; komponen kognitif terdiri dari dua aspek, yaitu isi dan valensi terhadap pendidikan; dan komponen perilaku terdiri dari dua aspek, yaitu eksplorasi dan komitmen terhadap pendidikan (Gambar 2.1).

Berdasarkan dimensi orientasi masa depan yang sudah dipaparkan, penulis mengacu pada teori orientasi masa depan pendidikan yang dirumuskan oleh Seginer, Nurmi, dan Poole (dalam Seginer, 2009) dan dikembangkan oleh Winurini (2021) terkait orientasi masa depan bidang pendidikan yang memiliki tiga dimensi, yakni motivasi, kognitif, dan perilaku terhadap pendidikan.

### **3. Indikator Orientasi Masa Depan**

Indikator-indikator Orientasi Masa Depan yang diturunkan dari ketiga aspek yang telah dijelaskan sebelumnya, antara lain:

a. Motivasi

Komponen motivasi berkaitan dengan segala hal yang paling mendorong individu untuk memikirkan masa depannya terkait pendidikan. Ada tiga aspek komponen motivasi, yaitu nilai, ekspektasi, dan kontrol.

- Nilai berisi tentang hal-hal yang dianggap penting oleh individu dan perlunya mencapai tujuan yang spesifik pada bidang pendidikan.
- Ekspektasi adalah keyakinan individu untuk mewujudkan keinginan, tujuan, dan perencanaan yang spesifik terkait pendidikan. Hal ini juga berhubungan dengan emosi, terutama optimisme individu untuk mewujudkan keinginan, harapan, tujuan, dan perencanaan, serta tekad kuat untuk memenuhi perencanaan pendidikan.
- Kontrol berkaitan dengan sejauh mana individu memiliki kuasa atau tidak atas apa yang terjadi dengan dirinya (Lefcourt, 1966) untuk mencapai tujuan (Weiner, 1996) di bidang pendidikan

a) Kognitif

Komponen kognitif memiliki dua aspek, yaitu isi dan valensi.

- Isi berkaitan dengan bagaimana individu mengkonstruksi bidang kehidupan pendidikan.

- Valensi berkaitan dengan pendekatan dan penghindaran yang dilakukan oleh individu yang diungkapkan melalui hopes and fears terhadap pendidikan. Individu dalam merencanakan masa depan di berbagai bidang kehidupan tidak akan lepas dari harapanharapan dan antisipasi ketakutan yang mungkin akan dihadapinya (Seginer, 2009).

b) Perilaku

Komponen perilaku berisi dua aspek, yaitu eksplorasi dan komitmen.

- Eksplorasi merupakan perilaku individu yang berorientasi pada lingkungan eksternal untuk mencari dan mengumpulkan informasi, menyelidiki kesesuaianya dengan karakteristik pribadi individu, dan keadaan di lingkungan hidupnya.
- Komitmen berkaitan erat dengan pengambilan keputusan. Individu yang telah memutuskan mempersiapkan jenjang pendidikan selanjutnya akan menyertakan komitmen dalam pengambilan keputusannya.

#### **4. Faktor-faktor yang mempengaruhi Orientasi Masa Depan**

Terdapat 2 faktor yang mempengaruhi orientasi masa depan (Nurmi,1991) yaitu:

1. Faktor Internal Individu

Faktor internal individu mencakup berbagai aspek yang bersumber dari dalam diri, yaitu:

- a. Konsep diri, memberikan pengaruh pada orientasi masa depan. Individu yang memiliki konsep diri yang positif dan percaya dengan kemampuan mereka cenderung untuk lebih internal dalam memikirkan mengenai masa depannya dibanding dengan individu yang memiliki konsep diri yang rendah. Konsep diri ini juga yang dapat memengaruhi penetapan tujuan, salah satu bentuk dari konsep diri yang dapat memengaruhi orientasi masa depan adalah diri ideal. Diri ideal terdiri atas konsep individu

mengenai diri ideal individu yang berhubungan dengan lingkungan dan juga dapat berfungsi sebagai motivator agar dapat mencapai tujuan dalam jangka panjang.

- b. Perkembangan kognitif, pada tahap ini individu akan mengenali beberapa kemungkinan yang akan terjadi pada masa depannya dalam pencapaian tujuan dan juga memberikan solusinya. Kematangan kognitif ini sangat erat dengan kemampuan intelektual yang menjadi salah satu faktor individu yang mempengaruhi orientasi masa depan.

## 2. Faktor Konseptual

Nurmi (1991) mengemukakan bahwa orientasi masa depan dipengaruhi oleh beberapa faktor konseptual, antara lain:

### a. Jenis Kelamin

Hasil tinjauan literatur menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara jenis kelamin dalam orientasi masa depan, namun pola perbedaan tersebut dapat berubah seiring waktu. Hal ini juga dipaparkan oleh Nurmi (1991) bahwa perempuan lebih berorientasi pada masa depan keluarga sedangkan laki-laki lebih berorientasi ke arah masa depan karir.

### b. Status Sosial

Kemiskinan dan status ekonomi yang rendah juga berkaitan dengan orientasi masa depan yang menyebabkan individu menjadi terbatas dalam memenuhi tujuan dan harapan-harapan yang telah disusunnya. Remaja yang memiliki status sosial ekonomi tinggi memiliki kecenderungan lebih besar dalam merencanakan masa depan mereka dibandingkan dengan remaja dengan status sosial ekonomi yang lebih rendah (Nurmi, 1991).

### c. Usia

Usia juga berperan sebagai salah satu faktor yang memengaruhi orientasi masa depan. Remaja dan dewasa awal

umumnya lebih fokus memikirkan pendidikan, karier, serta kehidupan berkeluarga di masa mendatang.

d. Teman Sebaya

Teman sebaya turut memengaruhi orientasi masa depan individu melalui berbagai cara. Melalui tuntutan situasi dan interaksi dalam lingkungan sosial, kelompok teman sebaya memberikan ruang bagi individu untuk membandingkan perilakunya dengan orang lain. Proses ini juga dapat mendorong individu melakukan perbandingan terhadap kemampuan yang dimilikinya

e. Hubungan Dengan Orang tua

Hubungan orang tua yang positif dengan individu dapat meningkatkan dorongan bagi individu untuk memikirkan masa depannya. Selain itu, keluarga berperan sebagai model penting dalam membantu individu menetapkan tujuan dan harapan hidup di masa depan.

## 5. Orientasi Masa Depan dalam Perspektif Islam

Agama Islam mengajarkan manusia agar mempunyai rencana dalam hidupnya. Agama Islam mengajarkan manusia untuk berfikir tentang masa depan dan rencana dalam mewujudkan masa depan tersebut. Hal tersebut sesuai dengan firman Allah dalam Q.S. Al Hasyr ayat 18 yang berbunyi :

يَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَتَقْرَأُ آللَّهَ وَلَنْ تَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَأَتَقْرَأُ آللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَيْرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ  
"Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah. Sungguh, Allah Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan."

Shihab (2002:129) menjelaskan ayat tersebut secara jelas menyebut bahwa individu perlu memperlihatkan hari esok. Hal tersebut dapat dimaknai bahwa setiap individu perlu memperhatikan masa depan.

Setiap mukmin dituntut melakukan hal yang baik agar dikemudian hari ia akan memetik hasil dari perbuatan yang dilakukan. Apabila mukmin melakukan hal baik, kelak kemudian hari ia akan mendapat pahala. Begitupula sebaliknya, apabila mukmin melakukan hal buruk, kelak kemudian hari ia akan mendapat dosa.

Ayat tersebut juga mengandung makna bahwa mempersiapkan perencanaan masa depan merupakan sebuah hal penting. Individu ketika melakukan sesuatu yang berorientasi pada hasil akhir tentu akan melakukan rencana dan evaluasi hal-hal yang telah terjadi. Proses yang dibarengi dengan kegigihan usaha tentu akan mengantar kesuksesan di masa yang akan depan. Individu juga perlu berfikir mengenai tantangan, dukungan serta antisipasi yang akan dilakukan dalam upaya mewujudkan masa depannya sendiri. Orientasi masa depan penting untuk dimiliki individu yang sedang dalam masa perkembangan dan masa transisional di mana secara normatif individu diharapkan dapat menyiapkan dirinya untuk hal yang akan terjadi di masa depan.

## B. Dukungan Sosial

### 1. Definisi Dukungan Sosial

Keluarga memiliki peran yang sangat penting sebagai tempat pertama kali seseorang mengenal dirinya. Oleh karena itu, lingkungan seseorang cukup penting ketika menjalani kehidupan sehari-hari. Salah satu komponen lingkungan sosial adalah lingkungan individu. Berdasarkan pengertian lingkungan sosial. Penulis mendefinisikan dukungan orang tua berdasarkan definisi dukungan sosial. Weiss (dalam Cutrona, 1987) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan suatu proses hubungan yang terbentuk dari individu dengan persepsi bahwa seseorang dicintai dan dihargai, disayang, untuk memberikan bantuan kepada individu yang mengalami tekanan-tekanan dalam kehidupannya.

Gottlieb (dalam Desmita, 2010) berpendapat bahwa dukungan sosial selama pengembangan orientasi masa depan remaja dapat berupa

informasi atau nasehat verbal dan non-verbal serta bantuan atau tindakan yang memberikan manfaat emosional. Menurut Winnubst (dalam Desmita, 2010) terdapat empat bentuk dukungan sosial yaitu dukungan informatif, dukungan instrumental, dukungan penghargaan, dan dukungan emosional.

Hal senada juga disampaikan oleh Taylor (2009), bahwa dukungan sosial merupakan bentuk pemberian informasi serta merasa dirinya dicintai dan diperhatikan, terhormat, dan dihargai, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik bagi orang tua, kekasih, kerabat, teman, jaringan lingkungan sosial serta dalam lingkungan masyarakat. Sedangkan Gottlieb (1983), mendefinisikan dukungan sosial sebagai berikut: Dukungan sosial terdiri dari informasi verbal maupun nonverbal atau nasehat, bantuan yang nyata atau terlihat, atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek didalam lingkungan sosialnya dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini, orang yang merasa memperoleh dukungan sosial secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya (Afifah, 2011).

Menurut Saranson (dalam Metha, 1994) dukungan orang tua memiliki fungsi vital, yakni memberikan penguatan moral bagi remaja. Kehadiran dukungan ini menciptakan persepsi rasa aman yang memungkinkan remaja untuk lebih berani mengambil bagian dalam berbagai aktivitas, mulai dari partisipasi aktif, eksplorasi, hingga eksperimen dalam kehidupan sehari-hari. Rasa aman tersebut ibarat “sabuk pengaman psikologis” yang memberi keleluasaan untuk mencoba hal baru tanpa khawatir terlalu keras terbentur kegagalan. Alhasil rasa percaya diri yang kian menguat, keterampilan yang semakin terasah, serta strategi coping yang lebih matang. Dengan kata lain, ketika remaja merasa bahwa orang tua mendukungnya, mereka akan tampil lebih berani menghadapi tantangan baru, bukan dengan wajah penuh ketakutan, tetapi

dengan keyakinan layaknya seorang penjelajah yang tahu ada “basecamp” aman di rumah.

Berdasarkan pengertian dukungan sosial dapat disimpulkan bahwa hal ini merujuk pada keberadaan orang yang memiliki kedekatan emosional, seperti orangtua. Melalui kedekatan tersebut, individu akan merasa dicintai, diperhatikan, serta dianggap penting oleh orang lain.

Berdasarkan definisi dari beberapa ahli mengenai dukungan sosial orang tua yang telah dipaparkan, penulis mengadaptasi dari definisi yang dinyatakan oleh Weiss (dalam(Septi, 2024) bahwa dukungan sosial orang tua merupakan suatu proses hubungan individu yang meliputi persepsi mengenai pentingnya seseorang untuk mendapatkan kasih sayang, penghargaan dan perhatian dari orang tua sebagai bentuk dukungan terhadap individu ketika ia menghadapi tekanan dalam hidup. Alasan penulis menggunakan teori ini dikarenakan dimensi pada teori ini dianggap lebih detail sehingga sesuai dengan tujuan penelitian.

## 2. Aspek Dukungan Sosial

Weiss (1974) mengemukakan enam aspek dukungan sosial, antara lain:

### 1. Kelekatan (*Attachment*)

Jenis dukungan sosial ini memungkinkan individu untuk mengembangkan ikatan emosional yang memberikan perasaan aman kepada penerimanya. Orang yang menerima dukungan sosial ini merasa tenang, aman, dan damai, yang tercermin dalam sikap yang tenang dan bahagia. Sumber utama dukungan sosial kelekatan umumnya berasal dari keluarga, kerabat, pasangan, atau teman dekat.

### 2. Integrasi Sosial (*Social Integration*)

Integrasi sosial memberikan kemungkinan individu merasakan keterikatan dengan kelompok di mana mereka dapat berbagi minat, perhatian, dan terlibat dalam kegiatan rekreasi bersama, yang dapat mengurangi perasaan kecemasan, meskipun hanya sementara. Dukungan sosial ini membantu individu merasa

terintegrasi secara sosial dan terhubung dengan lingkungan sosial individu.

3. Adanya Pengakuan (*Reassurance of Worth*)

Dengan adanya pengakuan, individu diakui dan diapresiasi kemampuan dan keahliannya. Sumber dukungan sosial ini dapat berasal dari keluarga, lembaga/organisasi, atau sekolah. Dukungan sosial ini memberikan keyakinan kepada individu tentang nilai dan keberhasilannya dalam hal kemampuan dan kontribusinya.

4. Ketergantungan untuk Dapat Diandalkan (*Reliable Alliance*)

Dengan adanya ketergantungan untuk dapat diandalkan, individu menerima jaminan dukungan sosial akan adanya seseorang atau beberapa yang bisa diandalkan untuk siap membantunya saat menghadapi kesulitan.

5. Bimbingan (*Guidance*)

Bimbingan melibatkan hubungan yang memberikan individu informasi, saran, atau panduan yang dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan dan menyelesaikan suatu masalah. Sumber dukungan sosial ini dapat berasal dari orang tua, guru, atau ahli berpengalaman.

6. Kesempatan untuk Merasa Dibutuhkan (*Opportunity for Nurturance*)

Salah satu elemen penting dalam hubungan antarpribadi adalah perasaan bahwa seseorang dibutuhkan oleh orang lain. Ini mengacu pada kesempatan seseorang untuk merasa dihargai dan diperlukan oleh orang lain dalam konteks dukungan sosial.

### 3. Indikator Dukungan Sosial

Indikator-indikator dari dukungan sosial diturunkan dari enam aspek yang telah dijelaskan sebelumnya, antara lain:

- a) Kelekatan yaitu memiliki hubungan yang dekat dengan orang lain menunjukkan adanya ikatan emosional yang kuat antara individu dengan orang-orang di sekitarnya. Hubungan yang erat ini

mencerminkan rasa saling percaya, kepedulian, dan dukungan yang menjadi dasar terbentuknya koneksi emosional yang mendalam.

- b) Integrasi sosial yaitu peran dalam lingkungan sosial yang mencerminkan keterlibatan individu dalam berbagai aktivitas dan interaksi dengan orang lain di sekitarnya. Hal ini sering kali diwujudkan melalui keikutsertaan dalam kelompok yang memiliki kesamaan minat dan keyakinan, sehingga individu dapat merasa diterima, dihargai, serta mampu berkontribusi sesuai dengan nilai dan tujuan bersama.
- c) Adanya Pengakuan yaitu pengakuan atas kemampuan yang dimiliki merupakan bentuk apresiasi terhadap potensi dan prestasi individu. Penghargaan ini tidak hanya memberikan rasa bangga dan kepuasan diri, tetapi juga dapat meningkatkan motivasi serta kepercayaan diri seseorang untuk terus mengembangkan kemampuan yang dimilikinya.
- d) Ketergantungan untuk Dapat Diandalkan yaitu memiliki seseorang yang dapat diandalkan memberikan rasa aman dan nyaman karena individu tahu bahwa ada orang yang siap membantu serta memberikan dukungan saat dibutuhkan. Di sisi lain, menjadi seseorang yang dapat diandalkan juga menunjukkan tanggung jawab dan kepedulian terhadap orang lain, sehingga tercipta hubungan yang saling percaya dan harmonis.
- e) Bimbingan yaitu memiliki orang lain yang dapat dipercaya memberikan rasa tenang dan keyakinan bahwa individu tidak berjalan sendiri dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan. Kehadiran pihak lain yang membimbing juga menjadi sumber dukungan penting, karena dapat memberikan arahan, nasihat, serta dorongan positif untuk membantu individu berkembang dan mengambil keputusan yang tepat.
- f) Kesempatan Untuk Merasa Dibutuhkan yaitu merasa dibutuhkan oleh orang lain menumbuhkan rasa berarti dan meningkatkan motivasi

individu dalam menjalani perannya di lingkungan sosial. Perasaan tersebut sering kali disertai dengan rasa tanggung jawab terhadap orang lain, yang mendorong individu untuk berkontribusi, membantu, serta menjaga hubungan yang saling mendukung dan bermanfaat.

#### **4. Faktor-faktor terbentuknya Dukungan Sosial**

Myers (dalam Hobfoll, 1986) mengemukakan bahwa sedikitnya ada tiga faktor penting yang mendorong seseorang untuk memberikan dukungan yang positif,diantaranya:

- a. Empati, yaitu turut merasakan kesusahan orang lain dengan tujuanmengantisipasi emosi dan motivasi tingkah laku untuk mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.
- b. Norma dan nilai sosial, yang berguna untuk membimbing individu untuk menjalankan kewajiban kehidupan.
- c. Pertukaran sosial, yaitu hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, informasi. Keseimbangan dalam pertukaran akan menghasilkan kondisi hubungan interpersonal yang memuaskan. Pengalaman akan pertukaran secara timbal balik ini membuat individu lebih percaya bahwa orang lain akan menyediakan

#### **5. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam**

- a. Al-Maidah ayat 2

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالنَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدُوانِ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ  
الْعِقَابِ ②

“Tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaan-Nya.”

Surah al – maidah ayat 02 menjelaskan mengenai pentingnya tolong menolong kepada sesama dan saling memberikan dukungan

dalam hal kebaikan. Saling mengingatkan jika ada perbuatan yang tidak baik.

b. Al- Fath ayat 29

الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّلِحَاتِ مِنْهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرًا عَظِيمًا

“Allah menjanjikan kepada orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebaikan di antara mereka ampunan dan pahala yang besar.”

Pada surah al –fath ayat 29 menjelaskan sebagai manusia kita harus saling mengingatkan dan memberi nasehat untuk hal kebaikan dalam hidup.

c. As-syura ayat 23

فَلَمَّا أَسْأَلْتُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةُ فِي الْقُرْبَىٰ وَمَنْ يَقْتَرِفْ حَسَنَةً تُزْدَلَهُ فِيهَا حُسْنَانٌ إِنَّ اللَّهَ عَفُورٌ شَكُورٌ ﴿٢٣﴾

“Katakanlah (Nabi Muhammad), “Aku tidak meminta kepadamu suatu imbalan pun atas seruanku, kecuali kasih sayang dalam kekeluargaan.” Siapa mengerjakan kebaikan, akan Kami tambahkan kebaikan baginya. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Mensyukuri”

Surah asy – syura ayat 23 menjelaskan pentingnya saling mengasihi dan menyayanggi satu sama lain. Seperti halnya kepada teman, orangtua kepada anak, dan keluarga.

## C. Regulasi Diri

### 1. Definisi Regulasi Diri

Regulasi diri atau self-regulation berasal dari kata self yang berarti diri sendiri dan regulation yang berarti pengaturan. Istilah ini merujuk pada kemampuan individu untuk mengendalikan perilakunya, menetapkan standar serta tujuan secara mandiri, mengelola emosi, memberi arahan pada diri sendiri, melakukan evaluasi, serta mengembangkan potensi berdasarkan keputusan pribadi. Dengan kata

lain, regulasi diri mencakup kapasitas seseorang untuk mengatur pikiran, emosi, perilaku, maupun lingkungannya dalam rangka mencapai tujuan akademik maupun pribadi. Zimmerman (1989) menjelaskan bahwa regulasi diri merupakan suatu proses di mana individu mengaktualisasikan aspek kognitif, afektif, dan konatif untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Lebih lanjut, Zimmerman menguraikan bahwa proses regulasi diri terdiri atas tiga tahapan utama, yaitu tahap perencanaan atau permulaan (forethought), tahap pelaksanaan atau kinerja (performance), serta tahap evaluasi atau refleksi diri (self-reflection).

Menurut Alwisol (2006:284) regulasi diri adalah kemampuan berpikir yang dimiliki individu yang dapat digunakan untuk melakukan aktifitas mengatur lingkungannya yang berakibat pada perubahan lingkungan. Sejalan dengan hal tersebut, menurut Baumeister dan Heatherton (1996:2) menjelaskan bahwa regulasi diri tidak sekedar respon individu yang muncul, akan tetapi bagaimana usaha individu dalam mencegah agar tidak melenceng dalam mencapai tujuan.

Menurut Bandura (1991) regulasi diri merupakan sikap yang dimiliki individu yang dapat mengatur diri sendiri dan mengatur tingkah laku dengan cara menata lingkungan. Individu dapat dikatakan mempunyai regulasi diri apabila kognitif dan perilakunya dapat diatur oleh dirinya sendiri.

Menurut Carey dkk (2004) mendefinisikan regulasi diri sebagai kemampuan individu dalam mengatur tingkah laku agar teciptanya tujuan yang diinginkan. Individu yang memiliki regulasi diri yang baik, individu tersebut mampu mengevaluasi, keinginan untuk terus berbenah agar menjadi lebih baik serta mampu menilai seberapa berhasil tujuan yang diinginkan sebagai hasil dari perubahan tingkah laku yang dilakukan.

Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri adalah kemampuan individu untuk mengelola pikiran, emosi, perilaku,

serta lingkungannya secara sadar dan terarah guna mencapai tujuan tertentu, baik akademik maupun pribadi. Regulasi diri bukan hanya tentang mengendalikan respons atau perilaku, tetapi juga mencakup proses menetapkan standar, merencanakan, memonitor, mengevaluasi, dan memperbaiki diri secara berkelanjutan. Beberapa ahli menekankan aspek kognitif (kemampuan berpikir), afektif (pengelolaan emosi), dan konatif (kemauan/niat) dalam regulasi diri. Selain itu, regulasi diri juga melibatkan tahapan yang sistematis, mulai dari perencanaan awal (*forethought*), pelaksanaan (*performance*), hingga refleksi diri (*self-reflection*). Dengan demikian, regulasi diri merupakan keterampilan penting yang memungkinkan individu tetap konsisten, tidak menyimpang dari tujuan, serta mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan maupun perubahan lingkungan.

## 2. Aspek Regulasi Diri

Menurut Zimmerman dalam buku karya Ghufron dan Risnawati regulasi diri memiliki tiga aspek yaitu:

a) Metakognisi

Menurut Ikhsan dan Fitria (2017) metakognisi didefinisikan sebagai kesadaran individu tentang proses berpikir dan kontrol terhadap proses tersebut. Metakognisi berkaitan pengetahuan dan kesadaran individu terhadap aktivitas segala hal yang berkaitan dengan kognitifnya. Menurut Balashov dkk (2021) metakognisi diartikan sebagai kemampuan individu dalam proses belajar, yang terdiri dari tiga tahap. Yaitu tahap perencanaan mengenai penentuan apa dipelajari, bagaimana, kapan mempelajari. tahap pemantauan terhadap proses belajar, serta evaluasi terhadap apa yang telah direncanakan, dilakukan, dan hasil dari proses tersebut.

b) Motivasi

Menurut Zimmerman dan Pons (1989) motivasi merupakan peran dari kebutuhan dasar manusia untuk mengatur, memberikan dorongan serta memiliki kaitan dengan perasaan yang dimiliki setiap individu. Dengan adanya motivasi ini individu lebih memiliki dorongan terhadap

kemampuan dan kemauan dalam melakukan suatu hal agar tercapainya tujuan yang telah ditetapkan.

c) Perilaku

Perilaku ini terkait dengan berbagai upaya yang dilakukan anak-anak untuk mengambil kendali atas kehidupan mereka sendiri, memilih, dan memanfaatkan semua sumber daya atau lingkungan yang dapat memfasilitasi aktivitas mereka.

### **3. Indikator Regulasi Diri**

Indikator-indikator dari regulasi diri diturunkan dari ketiga aspek yang telah dijelaskan sebelumnya, antara lain:

a). Metakognisi yaitu memiliki rencana untuk mencapai tujuan yang menunjukkan bahwa individu memiliki arah dan langkah yang jelas dalam mewujudkan cita-cita yang diinginkan. Hal ini disertai dengan kemampuan untuk mengambil keputusan secara mandiri dan bijaksana, sehingga individu dapat menentukan pilihan terbaik dalam menghadapi berbagai situasi guna mendukung tercapainya tujuan yang telah direncanakan.

b). Motivasi yaitu keinginan untuk mencapai sesuatu yang menunjukkan adanya dorongan kuat dalam diri individu untuk meraih tujuan yang diinginkan. Dorongan ini mendorong individu untuk terus berusaha, meskipun menghadapi berbagai hambatan. Sikap tersebut disertai dengan kemampuan untuk menghadapi tantangan dengan tekad dan keteguhan, sehingga individu dapat mengatasi kesulitan dan tetap fokus pada pencapaian yang diharapkan.

c). Perilaku yaitu mampu bertindak tepat dalam menghadapi sesuatu yang menunjukkan bahwa individu dapat menyesuaikan perilakunya dengan situasi yang dihadapi secara bijaksana dan efektif. Kemampuan ini disertai dengan kesadaran untuk mengarahkan setiap tindakan ke arah tujuan yang ingin dicapai, sehingga setiap langkah yang dilakukan menjadi lebih terarah dan mendukung keberhasilan dalam mencapai sasaran yang telah ditetapkan.

#### 4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri

Zimmerman menjelaskan terdapat tiga faktor yang mempengaruhi regulasi diri yaitu:

1) Individu

Dalam ranah individu kembali menjadi tiga antara lain

- a) Pengetahuan Individu, dengan wawasan yang luas dan beragam yang dimiliki oleh individu tersebut tentunya akan memberikan dampak dalam pengelolaan diri khususnya dalam hal belajar
- b) Kemampuan Metakognisi, Tingkat kemampuan metakognisi yang dimiliki individu yang matang akan membantu mempermudah pelaksanaan pengelolaan diri dalam diri individu itu sendiri.
- c) Tujuan yang Ingin Dicapai, semakin kompleks tujuan ataupun harapan yang ingin dicapai oleh individu tersebut maka, semakin besar kemauan individu tersebut untuk melakukan pengelolaan diri guna mencapai tujuan tersebut.

2) Perilaku

Perilaku yaitu bagaimana individu menggunakan kemampuan yang dimiliki dalam melaksanakan regulasi diri. Semakin besar upaya yang dikerahkan individu dalam mengorganisasikan kegiatan maka secara tidak langsung akan meningkatkan regulasi diri pada individu. Bandura (dalam Alwisol, 2014) menyatakan dalam perilaku ini, ada tiga tahap yang berkaitan dengan self reulas, di antaranya:

a) *Self observation*

Self observation berkaitan dengan respon yang diberikan dari individu itu sendiri, yang lebih mengkhusus dimana individu melihat kedalam dirinya dan perilakunya.

b) *Self judgement*

Merupakan tahapan individu membandingkan perilakunya dan standar yang telah ditentukan dengan standar atau tujuan yang sudah dibuat dan ditetapkan individu itu sendiri. Dengan membandingkan ini individu dapat melakukan evaluasi atas perilaku yang telah dilakukan dengan

mengetahui kelemahan atau kekurangan serta kesalahan yang telah dilakukan dari perilakunya.

c) *Self reaction*

Merupakan tahapan yang mencangkup proses seseorang dalam beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan rencana dan tujuan yang telah dibuat untuk mencapai tujuan serta standar yang telah ditetapkan.

3) Perilaku

Lingkungan berkaitan dengan bagaimana lingkungan dapat mendukung atau tidak mendukung individu dalam pelaksanaan regulasi diri individu tersebut. Lingkungan memberikan pengaruh baik secara pengalaman sosial maupun struktur lingkungan sosial. Pengalaman sosial yang dimaksud adalah pelajaran yang diperoleh oleh individu itu sendiri melalui pengamatan secara langsung terhadap perlaku diri sendiri dan hasil dari perilaku yang diperbuat. Sedangkan struktur lingkungan diartikan sebagai tindakan pro aktif dalam meminimalisir ganguan dari lingkungan terhadap perilaku yang dapat menghambat tujuan yang telah ditentukan.

## 5. Regulasi Diri dalam Perspektif Islam

Agama Islam mengajarkan manusia untuk mengontrol diri dalam melakukan berbagai hal yang sesuai dengan tujuan hidupnya. Allah SWT berfirman dalam surat Ar- Ra'd ayat 11 yang berbunyi :

لَهُ مُعَقِّبُتُ مَنْ بَيْنَ يَدَيْهِ وَمَنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُعِيرُ مَا يَقُولُمْ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوْا مَا  
بِأَنْفُسِهِمْ وَلَدَّا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٰٰ ⑪

“Baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.” (Q.S Ar- Ra'd : 11)

Shihab (2002:564) menjelaskan ayat di atas Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka. Perubahan yang dilakukan oleh Allah, haruslah didahului oleh perubahan yang dilakukan oleh masyarakat yang bermula dari dalam diri mereka. Ayat tersebut juga menjelaskan bahwa pada dasarnya individu diberikan kemampuan untuk mengatur dirinya masing-masing. Selain itu dalam ayat tersebut juga memerintahkan agar manusia perlu memiliki perencanaan yang baik atas segala yang akan dilakukan di dunia ini.

Individu dengan kondisi regulasi diri yang baik akan mampu mengidentifikasi kelebihan dan memperbaiki kekurangan yang dimiliknya. Hal tersebut tentu akan mendorong individu agar menciptakan kehidupan yang lebih baik. Individu dengan regulasi diri yang baik juga akan memotivasi dan membimbing tingkah lakunya sendiri melalui strategi proaktif, mengoptimalkan kemampuan dan usahanya berdasarkan antisipasi apa saja yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan (Riskiyani dkk., 2018).

#### **D. Kerangka Konseptual**

Orientasi masa depan merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan remaja yang mencerminkan bagaimana individu memandang, merencanakan, dan mempersiapkan masa depannya. Pada masa remaja, individu mulai memasuki tahap transisi dari anak-anak menuju dewasa, di mana mereka dihadapkan pada berbagai tuntutan untuk menentukan arah hidup, tujuan karier, dan pencapaian akademik. Menurut Nurmi (1991), orientasi masa depan menggambarkan proyeksi individu mengenai dirinya di masa depan dan berfungsi sebagai panduan dalam menetapkan tujuan hidup serta upaya untuk mewujudkannya. Dengan demikian, orientasi masa depan menjadi fondasi penting bagi remaja dalam mengambil keputusan dan bertanggung jawab atas pilihannya di masa mendatang.

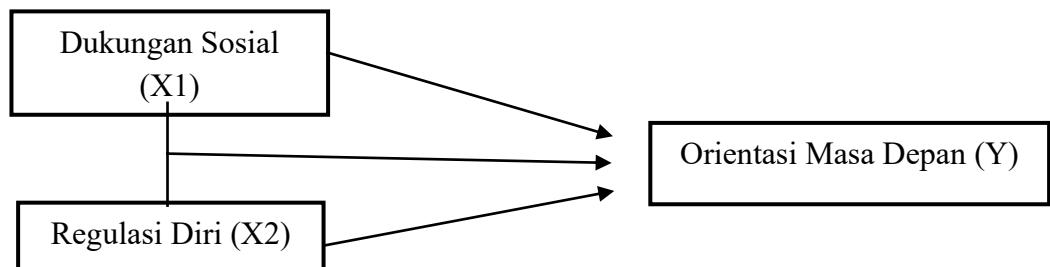
Salah satu faktor eksternal yang berperan penting dalam pembentukan orientasi masa depan adalah dukungan sosial orang tua. Dukungan sosial mencakup bentuk perhatian, kasih sayang, arahan, serta dorongan positif yang diberikan orang tua kepada anak. Menurut Sarason, Sarason, dan Pierce (1990), dukungan sosial dapat memperkuat ketahanan psikologis individu dan meningkatkan kemampuan dalam menghadapi tekanan kehidupan. Dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan dari orang tua membantu remaja merasa diterima dan dihargai, yang pada akhirnya menumbuhkan rasa percaya diri untuk merencanakan masa depannya. Selain itu, dengan adanya hubungan yang hangat dan komunikasi yang terbuka antara orang tua dan anak, remaja akan lebih termotivasi untuk berprestasi serta memiliki pandangan optimis terhadap masa depan. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial orang tua memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pembentukan orientasi masa depan remaja.

Selain faktor eksternal, faktor internal juga turut berperan dalam membentuk orientasi masa depan, salah satunya adalah regulasi diri. Menurut Zimmerman (1989), regulasi diri merupakan proses di mana individu mengatur pikiran, perasaan, dan tindakannya untuk mencapai tujuan tertentu melalui tiga tahapan, yaitu tahap perencanaan (*forethought*), pelaksanaan (*performance*), dan refleksi diri (*self-reflection*). Individu dengan regulasi diri yang baik mampu menetapkan target belajar, memilih strategi yang tepat, serta mengevaluasi hasil yang diperoleh untuk mencapai keberhasilan. Alwisol (2006) juga menyebutkan bahwa regulasi diri merupakan kemampuan individu dalam menggunakan daya pikirnya untuk mengatur dan menyesuaikan diri terhadap lingkungan, sehingga mampu menimbulkan perubahan positif dalam perilakunya.

Menurut konteks orientasi masa depan, regulasi diri berperan penting karena remaja yang memiliki kemampuan mengatur diri akan lebih mampu menetapkan tujuan, menyusun rencana, dan mengarahkan tindakan untuk mencapainya. Regulasi diri juga membantu individu mengelola

emosi, mempertahankan motivasi, dan tetap konsisten dalam menghadapi hambatan yang mungkin muncul selama proses pencapaian tujuan. Dengan demikian, regulasi diri menjadi salah satu aspek yang memperkuat kemampuan remaja dalam merancang dan mewujudkan proyeksi masa depannya.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dijelaskan bahwa dukungan sosial dan regulasi diri memiliki hubungan yang saling melengkapi dalam memengaruhi orientasi masa depan remaja. Dukungan sosial, terutama dari orang tua, memberikan rasa aman, penghargaan, dan motivasi yang mendorong remaja untuk berpikir positif dan berani merencanakan masa depan. Sementara itu, regulasi diri memungkinkan remaja untuk mengelola pikiran dan perilaku secara terarah, sehingga dapat mewujudkan rencana yang telah ditetapkan. Dengan adanya dukungan sosial yang kuat dan kemampuan regulasi diri yang baik, remaja akan lebih mampu mengembangkan orientasi masa depan yang jelas, realistik, dan berorientasi pada pencapaian.



Gambar 2. 2 kerangka teoritik

### E. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan permasalahan, tujuan penelitian, dan landasan teori yang sudah peneliti sampaikan diatas, maka hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini sebagai berikut:

H1: Terdapat pengaruh dukungan sosial dan regulasi diri terhadap orientasi masa depan peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan

H2: Terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap orientasi masa depan pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan

H3: Terdapat pengaruh regulasi diri terhadap orientasi masa depan peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan

## **BAB III**

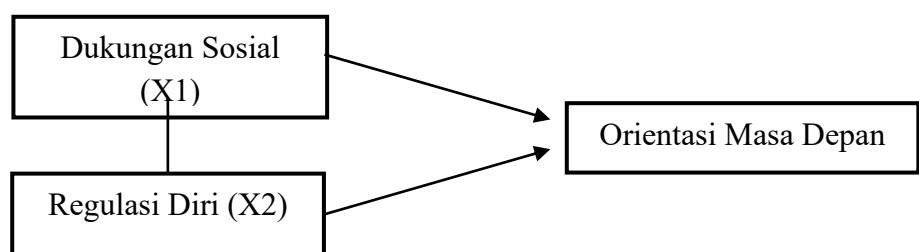
### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Desain penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2019:17) metode penelitian kuantitatif didefinisikan sebagai metode penelitian yang memiliki landasan pada filsafat positivisme. Penggunaan dari metode kuantitatif adalah untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan.

#### **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Penelitian ini melibatkan dua variabel independen dan satu variabel dependen. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah Orientasi Masa Depan (Y), sedangkan Dukungan Sosial (X1) dan Regulasi Diri (X2) berperan sebagai variabel independen. Ketiga variabel tersebut dijelaskan secara operasional sesuai dengan konteks desain penelitian yang digunakan.



Gambar 3. 1 Skema hubungan antar variabel

Variabel keterangan gambar 3. 1

Y = Orientasi Masa Depan

X<sub>1</sub> = Dukungan Sosial

X<sub>2</sub> = Regulasi Diri

## C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah penjelasan tentang variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik khusus dari variabel tersebut yang dapat diamati dan diukur secara empiris (Azwar, 2022), sedangkan menurut Nurdin et al. (2019), definisi operasional adalah penjelasan variabel berdasarkan karakteristik yang memungkinkan observasi atau pengukuran yang cermat. Dalam konteks penelitian ini, definisi operasional sangat penting untuk memberikan kejelasan mengenai bagaimana variabel-variabel yang diteliti akan diukur dan diinterpretasikan. Definisi operasional variabel dalam penelitian ini mencakup:

### 1. Orientasi Masa Depan

Orientasi masa depan adalah kemampuan individu untuk mengantisipasi, mengevaluasi, dan merencanakan masa depannya dengan melibatkan aspek motivasi, kognitif, dan perilaku. Orientasi masa depan menggambarkan bagaimana seseorang memandang masa depan, menetapkan tujuan, serta menentukan langkah-langkah konkret untuk mencapainya.

Berdasarkan konteks penelitian ini, orientasi masa depan remaja peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan diartikan sebagai kemampuan siswa dalam merancang arah kehidupan, terutama dalam bidang pendidikan, berdasarkan motivasi yang dimiliki, kemampuan berpikir ke depan, serta tindakan nyata dalam mencapai tujuan hidupnya. Untuk mengukur orientasi masa depan, digunakan Skala Orientasi Masa Depan yang dikembangkan Winurini (2021). Skala ini didasarkan pada model teoritis orientasi masa depan yang digagas oleh Seginer, Nurmi, dan Poole (dalam Seginer, 2009), yang mencakup tiga komponen motivasi, kognitif, dan perilaku terhadap pendidikan. Skala ini terdiri dari 18 item dan bersifat unidimensional. Untuk menilai Skala Orientasi Masa Depan Pendidikan, digunakan skala likert dengan empat opsi jawaban.

## 2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan suatu proses hubungan individu yang melibatkan persepsi mengenai pentingnya seseorang untuk mendapatkan kasih sayang, penghargaan, dan perhatian dari orang lain sebagai bentuk dukungan ketika menghadapi tekanan dalam hidup.

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengukur dukungan sosial adalah Social Provision Scale (Weiss, 1974 dalam Cutrona 1987) yang diadaptasi oleh Putra (2015). Proses adaptasi tersebut sebagai berikut: (1) Initial Translation. Pada tahap ini, instrumen penelitian diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. Instrumen untuk mengukur dukungan sosial seseorang dilihat dari enam aspek, yaitu: *attachment* (kelekatan), *social integration* (integrasi sosial), *reassurance of worth* (adanya pengakuan), *reliable alliance* (ketergantungan untuk dapat diandalkan), *guidance* (bimbingan), dan *opportunity for nurturance* (kesempatan untuk merasa dibutuhkan). Alat ukur ini menggunakan likert scale dengan empat pilihan jawaban, yaitu 1 =sangat tidak setuju, 2= tidak setuju, 3=setuju, dan 4= sangat setuju.

## 3. Regulasi Diri

Regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan pikiran, emosi, dan perilakunya secara sadar dan terarah guna mencapai tujuan tertentu. Regulasi diri melibatkan proses kognitif, afektif, dan konatif yang terwujud melalui tiga tahapan, yaitu perencanaan (*forethought*), pelaksanaan (*performance*), dan refleksi diri (*self-reflection*). Dalam penelitian ini, regulasi diri diartikan sebagai kemampuan peserta didik untuk merencanakan, memantau, dan mengevaluasi tindakan belajar secara mandiri agar tujuan akademik maupun pribadi dapat tercapai secara optimal.

Variabel regulasi diri ini diukur menggunakan skala regulasi diri berupa aspek metakognisi, motivasi, dan perilaku. Apabila individu memperoleh skor tinggi maka tingkat regulasi diri tinggi, begitupun

sebaliknya apabila individu memperoleh skor yang rendah maka tingkat regulasi diri rendah.

## **D. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Menurut Sugiyono (2019:126) populasi adalah keseluruhan obyek ataupun subjek penelitian yang memiliki jumlah dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yakni siswa kelas XII di semua jurusan yang berjumlah 273 siswa.

### **2. Sampel**

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan nonprobability sampling yaitu pengambilan sampel yang mana setiap populasi tidak mempunyai kemungkinan yang sama untuk dijadikan sampel. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode convenience sampling dengan tabel isaac dan michael ditemukan 155 subjek. Menurut Sugiyono (2019) convenience sampling yaitu pengambilan berdasarkan kemudahan, yaitu responden yang bersedia mengisi kuesioner. Kemudahan dalam hal ini yaitu responden dipilih karena kebetulan berada di tempat yang tepat pada waktu yang tepat serta kesediaan responden dalam mengisi kuesioner.

## **E. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam dan sosial yang sedang diamati (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel yang diteliti adalah kuesioner atau angket. Menurut Sugiyono (2016), kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan seperangkat pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner ini dirancang untuk memastikan bahwa data yang diperoleh dapat diandalkan dan relevan dengan tujuan penelitian. Instrumen yang digunakan

dalam penelitian ini terdapat tiga skala psikologis, yaitu Dukungan Sosial, Regulasi Diri, dan Orientasi Masa Depan.

### 1. Skala Orientasi Masa Depan

Skala yang digunakan untuk mengukur orientasi masa depan yakni Skala Orientasi Masa Depan Pendidikan yang dimodifikasi oleh Winurini (2021) dari J. E. Nurmi (1991) dan diadopsi oleh peneliti. Skala ini didasarkan pada model teoritis orientasi masa depan yang digagas oleh Seginer, Nurmi, dan Poole (dalam Seginer, 2009), yang mencakup tiga komponen motivasi, kognitif, dan perilaku terhadap pendidikan. Skala ini terdiri dari 17 item dan bersifat unidimensional. Untuk menilai Skala Orientasi Masa Depan Pendidikan, digunakan skala likert dengan empat opsi jawaban.

Kelebihan dari Skala Orientasi Masa Depan Pendidikan yang dimodifikasi oleh Winurini (2021) terletak pada validitas dan reliabilitasnya yang sangat baik, sehingga menjadikannya alat ukur yang kuat dan dapat diandalkan dalam mengkaji orientasi masa depan pendidikan pada siswa. Dengan demikian, alat ukur ini mampu menggambarkan secara akurat bagaimana siswa merencanakan, mempersiapkan, dan memaknai masa depan pendidikannya, sehingga sangat tepat digunakan dalam penelitian psikologi pendidikan.

Tabel 3. 1 *Blue print* skala orientasi masa depan

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Perilaku	Eksplorasi	1,2,3		3
		Komitmen	4,5,6		3
2	Kognitif	Isi	7,8,9		3
		Valensi	10,11,12		3
3	Motivasi	Nilai	13, 14		2
		Harapan	15,16		2
		Kontrol	17		1
<b>Jumlah</b>					17

## 2. Skala Dukungan Sosial

Instrumen yang digunakan untuk mengukur dukungan sosial adalah Social Provision Scale (Weiss, 1974 dalam Cutrona 1987) yang diadaptasi oleh Putra (2015) yang diadopsi oleh peneliti. Instrumen untuk mengukur dukungan sosial seseorang dilihat dari enam dimensi, yaitu: attachment (kelekatan), social integration (integrasi sosial), reassurance of worth (adanya pengakuan), reliable alliance (ketergantungan untuk dapat diandalkan), guidance (bimbingan), dan opportunity for nurturance (kesempatan untuk merasa dibutuhkan). Alat ukur ini menggunakan skala likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu 1 =sangat tidak setuju, 2= tidak setuju, 3=setuju, dan 4= sangat setuju. Adapun blueprint enam dimensi dari dukungan sosial dapat dilihat pada Tabel berikut

Tabel 3. 2 *blue print* skala dukungan sosial

No	Aspek	Indikator	Item		Jum
			Fav	Unfav	
1.	<i>Attachment</i>	Memiliki hubungan yang dekat dengan orang lain			
		Adanya ikatan emosional yang kuat	11, 17	2, 21	4
2	<i>Social Integration</i>	Peran dalam lingkungan sosial			
		Memiliki kelompok dengan kesamaan minat dan keyakinan	5,8	22,14	4
3	<i>Reassurance of worth</i>	Pengakuan atas kemampuan yang dimiliki			
		Penghargaan atas kemampuan yang dimiliki	13,20	6,9	4
4	<i>Reliable Alliance</i>	Memiliki seseorang yang dapat diandalkan			
		Menjadi seseorang yang dapat diandalkan	1,23	18,10	4
5	<i>Guidance</i>	Memiliki orang lain yang dapat dipercaya			
		Ada pihak lain yang membimbing	12,16	19,3	4
6	<i>Opportunity for Nurturance</i>	Merasa dibutuhkan oleh orang lain			
		Bertanggung jawab bagi orang lain	4,15,7	24	4
<b>Jumlah</b>			13	11	24

### 3. Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri pada penelitian ini digunakan untuk mengatur tingkat regulasi diri pada subjek. Kategorisasi skala regulasi dalam penelitian ini merujuk pada teori Menurut Zimmerman (1989:334) yang dikembangkan oleh bambang setiawan (2022) terdapat 18 aitem menggunakan rumus korelasi pearson product moment kepada 121 dinyatakan valid dengan nilai t hitung sebesar 1,679 hingga 5,297 (t tabel 1,677) dan nilai *cronbach's Alpha* sebesar 0,881.

Tabel 3. 3 *blue print* skala regulasi diri

No	Aspek	Indikator	Item		Jum
			Fav	Unfav	
1.	Metakognisi	Memiliki rencana untuk mencapai tujuan	2	15	3
		Mampu mengambil keputusan	4,7	12,17	4
2	Motivasi	Keinginan untuk mencapai sesuai	1,5	10,16	4
		Mampu menghadapi tantangan	8	13	3
3	Perilaku	Mampu bertindak tepat dalam menghadapi sesuatu	6	11	3
		Mengarahkan tindakan ke arah tujuan	3,9	14,18	4
<b>Jumlah</b>			9	9	18

### F. Teknik Pengumpulan Data

Data yang diperoleh dari hasil penyebaran kuesioner akan dianalisis secara kuantitatif dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*). Teknik pengumpulan data pada penelitian yaitu menggunakan skala. Skala tersebut pembuatannya mengacu pada aspek-aspek variabel penelitian. Pada umumnya dalam penelitian psikologi, skala berisi daftar pernyataan secara tertulis serta diperlukan adanya jawaban dari subjek. Skala tersebut juga memiliki fungsi instrumen sebagai alat ukur atau alat pengumpulan data.

Model skala yang digunakan adalah model skala dengan 4 alternatif jawaban, di antaranya adalah STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), S (Sesuai), dan ST (Sangat Sesuai). Penilaian jawaban pada rentang dari nilai 1 sampai 4 merupakan pernyataan favorable dan nilai pada rentang dari 4 sampai 1 merupakan aitem unfavorable.

Tabel 3. 4 kriteria penilaian

Kategori	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

## G. Uji Validitas

Validitas mengacu pada apakah suatu instrumen benar-benar mampu mengukur apa yang seharusnya diukur (Field, 2009). Dalam penelitian ini, jenis validitas yang diuji adalah validitas konstruk. Validitas konstruk merupakan proses empiris dan rasional untuk mengidentifikasi karakteristik dari suatu skala atau alat ukur psikologis (Cohen & Swerdlik, 2009). Suatu item dalam instrumen dianggap valid jika pada uji statistik menunjukkan nilai korelasi Pearson ( $r$ ) lebih dari 0,3 (Pallant, 2016).

### 1. Orientasi Masa Depan

Berdasarkan hasil uji validitas, Skala Orientasi Masa Depan Pendidikan yang dikembangkan oleh Sulis Winurini (2021) telah terbukti valid secara konstruk melalui analisis Confirmatory Factor Analysis (CFA) maka diperoleh model yang fit, dengan chi-square 726,61, df = 82, P-value = 0,00000, RMSEA = 0,049 (RMSEA < 0,05); GFI = 0,97 (GFI > 0,90); CFI = 0,99 (CFI > 0,90); NFI = 0,99 (NFI > 0,90). Artinya, dengan nilai RMSEA = 0,048 (< 0,05), sehingga layak digunakan dalam penelitian terkait orientasi masa depan pendidikan pada siswa. Nilai RMSEA sebesar 0,048 menunjukkan bahwa model pengukuran ini

memiliki tingkat kesesuaian yang sangat baik dengan data, menandakan validitas konstruk yang kuat.

Tabel 3. 5 uji validitas skala orientasi masa depan

Butir	Koefisien muatan faktor loading	SE	T-value	Signifikansi
Y1	Skala ukur			✓
Y2	0,55	0,02	22,25	✓
Y3	0,97	0,03	35,14	✓
Y4	1,31	0,03	41,24	✓
Y5	1,25	0,03	38,23	✓
Y6	1,37	0,03	42,75	✓
Y7	Skala ukur			✓
Y8	0,95	0,02	55,58	✓
Y9	0,95	0,02	55,22	✓
Y10	0,94	0,02	50,36	✓
Y11	1,01	0,02	61,82	✓
Y12	0,9	0,02	47,35	✓
Y13	Skala ukur			✓
Y14	1,35	0,03	45,41	✓
Y15	1,13	0,03	36,85	✓
Y16	1,09	0,03	35,75	✓
Y17	0,66	0,03	22,61	✓
n1	0,63	0,02	39,44	✓
n2	0,78	0,01	52,45	✓
n3	0,65	0,02	39,94	✓

## 2. Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil uji Skala Dukungan Sosial yang dikembangkan oleh Muhammad Dwirizqi Kharisma Putra (2015) telah terbukti valid secara konstruk melalui analisis Confirmatory Factor Analysis (CFA) dengan nilai RMSEA tiap aspek yang berbeda, pada aspek *Attachment* ditemukan nilai RMSEA = 0,032 (< 0,05), *sosial integration* ditemukan nilai RMSEA= 0,000, *reassurance of worth* ditemukan nilai RMSEA= 0,050, *reliable alliance* ditemukan nilai RMSEA= 0,039, *Guidance* ditemukan nilai RMSEA= 0,000, dan *opportunity for nurturance* ditemukan nial RMSEA=0,000.

Tabel 3. 6 uji validitas skala dukungan sosial

Aitem	Measure	Infit	Outfit	PTMEA	Ket. Aitem valid
<b>A1</b>					
11	0,88	1,37	1,37	0,59	✓
17	0,00	0,82	0,88	0,65	✓
2*	-0,05	0,82	0,84	0,67	✓
21*	-0,83	1,00	0,90	0,72	✓
<b>A2</b>					
14*	2,12	1,11	1,20	0,66	✓
5	-0,34	0,83	0,82	0,43	✓
8	-0,78	0,80	0,82	0,49	✓
22*	-1,00	1,12	1,09	0,68	✓
<b>A3</b>					
20	0,50	1,16	1,15	0,64	✓
13	0,19	0,87	0,88	0,64	✓
6*	0,00	0,98	0,96	0,69	✓
9*	-0,68	0,97	0,96	0,65	✓
<b>A4</b>					
18*	0,16	1,10	1,05	0,70	✓
23	0,07	1,15	1,08	0,49	✓
10*	0,02	0,81	0,74	0,65	✓
1	-0,25	0,91	0,89	0,64	✓
<b>A5</b>					
19*	1,06	1,29	1,37	0,66	✓
16	0,05	0,87	0,88	0,73	✓
3*	-0,53	0,87	0,81	0,75	✓
12	0,57	0,93	0,91	0,71	✓
<b>A6</b>					
4	1,39	1,01	1,03	0,62	✓
15	-0,14	1,03	1,04	0,63	✓
24*	-0,07	1,02	1,01	0,55	✓
7	-1,46	-,92	0,90	0,64	✓

Keterangan: A1, Attachment; A2, Social Integration; A3, Reassurance of Worth; A4, Reliable Alliance; A5, Guidance; A6, Opportunity for Nurturance; \*=*Unfavorable aitem*

### 3. Regulasi diri

Hasil uji skala regulasi diri yang dikembangkan oleh bambang setiawan (2022) terdapat 18 aitem menggunakan rumus korelasi pearson

product moment kepada 121 dinyatakan valid dengan nilai t hitung sebesar 1,724 hingga 3,727 (t tabel 1,677).

Tabel 3. 7 uji validitas skala regulasi diri

No	T hitung	T tabel	Keterangan
1	2,726	1,677	Valid
2	3,649	1,677	Valid
3	2,464	1,677	Valid
4	2,365	1,677	Valid
5	3,665	1,677	Valid
6	1,840	1,677	Valid
7	3,281	1,677	Valid
8	1,724	1,677	Valid
9	1,997	1,677	Valid
10	3,727	1,677	Valid
11	2,043	1,677	Valid
12	2,941	1,677	Valid
13	1,865	1,677	Valid
14	2,287	1,677	Valid
15	2,964	1,677	Valid
16	2,415	1,677	Valid
17	3,013	1,677	Valid
18	2,425	1,677	Valid

## H. Reliabilitas

Reliabilitas merujuk pada pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Menurut pendapat Sugiyono (2012) instrumen yang reliabel apabila digunakan beberapa kali dalam mengukur obyek yang sama akan menghasilkan data yang konsisten. Selain itu, instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya.

### 1. Orientasi Masa Depan

Hasil uji reliabilitas skala orientasi masa depan menunjukkan nilai reliabilitas tinggi dengan koefisien Cronbach Alpha sebesar 0,905, sehingga layak digunakan dalam penelitian terkait orientasi masa depan pendidikan pada siswa.

Tabel 3. 8 uji reliabilitas skala orientasi masa depan

<i>Cronbach's Alpha</i>	N of items
.905	17

### 2. Dukungan Sosial

Hasil uji reliabilitas skala dukungan sosial menunjukkan nilai reliabilitas tinggi dengan koefisien Cronbach Alpha sebesar 0,869, sehingga layak digunakan dalam penelitian terkait dukungan sosial pada siswa.

Tabel 3. 9 uji reliabilitas skala dukungan sosial

<i>Cronbach's Alpha</i>	N of items
.869	24

### 3. Regulasi Diri

Hasil Uji skala regulasi diri nilai reliabilitas sebesar 0,881 berada pada kategori derajat keterandalan tinggi. Artinya, skala regulasi diri dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data dan dapat digunakan untuk mengungkap tingkat regulasi diri siswa.

Tabel 3. 10 uji reliabilitas skala regulasi diri

<i>Cronbach's Alpha</i>	N of items
.881	18

## I. Teknik Analisis Data

### 1. Analisis Deskriptif

Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data

yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

## 2. Uji Asumsi Klasik

Sebelum dilakukan uji hipotesis, dilakukan uji asumsi sebagai prasyarat analisis regresi:

- Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah variabel dalam penelitian tersebut berdistribusi secara normal atau mendekati normal. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 26 for windows dengan uji Kolmogorov-Smirnov akan digunakan untuk menguji normalitas pada penelitian ini, dan SPSS versi 26 for Windows akan digunakan untuk pengujian. Menurut Gani dan Amalia (2018) apabila nilai signifikansi  $> 0,05$  maka data berdistribusi normal, sebaliknya jika nilai signifikansi lebih  $< 0,05$  maka data tidak berdistribusi normal.

- Uji Linieritas

Uji linearitas dapat dipakai untuk mengetahui apakah variabel terikat dengan variabel bebas memiliki hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Cara untuk mengetahui linearitas variabel penelitian ini yaitu dengan melihat nilai signifikansi pada baris *Deviation from Linearity*. Jika signifikansinya  $> 0,05$  maka kedua variabel memiliki hubungan yang linear. Uji linearitas dalam penelitian ini juga akan menggunakan test of linearity. Kriteria yang berlaku adalah jika nilai signifikansi pada linearity  $< 0,05$  maka dapat diartikan bahwa variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan yang linear (Priyatno, 2010)

- Uji Multikolinieritas

Uji multikolinearitas digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya penyimpangan asumsi klasik multikolinearitas yaitu adanya hubungan linear antara variabel independen dalam model regresi. Pengujian ada tidaknya gejala multikolinearitas dilakukan dengan melihat nilai VIF (Variance Inflation Factor and Tolerance), apabila nilai VIF berada dibawah

10,00 dan nilai Tolerance lebih dari 0,100 maka dapat dikatakan bahwa model regresi tersebut tidak terdapat masalah atau multikolinearitas (Gani & Amalia, 2018).

### 3. Uji Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini diuji teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linier berganda. Menurut Sugiyono (2019) Teknik analisis berganda merupakan teknik yang dapat digunakan untuk mengetahui nilai pengaruh dua atau lebih variabel independen terhadap suatu variabel dependen. Proses perhitungan hipotesis pada penelitian ini menggunakan bantuan program bantuan aplikasi SPSS versi 26 for windows. Untuk mengetahui terdapat pengaruh atau tidak diantara dua variabel tersebut, dapat diketahui melalui tingkat signifikansi. Apabila tingkat signifikansi  $< 0,05$  maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis diterima, namun jika tingkat signifikansi  $> 0,05$  maka dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti ditolak. Uji regresi linear berganda dibagi menjadi tiga bentuk uji yang akan dilakukan dalam penelitian ini, diantaranya:

#### a. Uji T parsial

Uji ini dilakukan untuk menguji pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen secara terpisah (parsial)

#### b. Uji F

Uji ini dilakukan untuk menguji pengaruh beberapa variabel independen terhadap variabel dependen secara bersamaan (simultan). Dalam menarik kesimpulan dari uji hipotesis, jika p-value (nilai signifikansi) untuk pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen, baik secara individu maupun simultan, menunjukkan nilai di bawah 0,05 ( $p < 0,05$ ), maka hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh signifikan dari variabel independen terhadap variabel dependen ( $H_a$ ) diterima.

### c. Koefisien Determinasi

Uji ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana variabel bebas dalam model regresi memberikan kontribusi dalam menjelaskan variasi pada variabel terikat. Besarnya kontribusi tersebut dapat dilihat dari nilai Koefisien Determinasi atau R-Square ( $R^2$ ) yang tercantum pada tabel Model Summary.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Gambaran Umum**

##### **1. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri Winongan yang berlokasi jl Bandaran, kec Winongan, kab Pasuruan. SMK Negeri Winongan sekolah negeri yang dikenal sebagai lembaga pendidikan menengah kejuruan yang berkomitmen tinggi dalam mencetak generasi penerus bangsa yang unggul, SMK Negeri Winongan menerapkan sistem pembelajaran sehari penuh selama 5 hari dengan pemanfaatan fasilitas internet dan jaringan listrik. Terdapat bagian Bimbingan Konseling (BK) yang hadir sebagai layanan dan bertujuan membantu siswa dalam pengembangan diri, peningkatan diri dan penyelesaian berbagai masalah yang dihadapi selama proses pendidikan.

##### **2. Waktu dan Tempat Pelaksanaan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri Winongan yang berada di jl Bandaran, kec Winongan, kab Pasuruan. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 3 – 20 November 2025.

##### **3. Jumlah Subjek penelitian**

Subjek Penelitian dalam hal ini adalah peserta didik kelas XII, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 155 orang.

##### **4. Prosedur Penelitian**

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner yang mengkaji pengaruh dukungan sosial dan regulasi diri terhadap Orientasi Masa depan pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan yang memenuhi kriteria tertentu, dengan total responden sebanyak 155 orang. Kuesioner tersebut disebarluaskan secara serentak melalui satu formulir *Google Form* yang dibagikan ke beberapa

siswa melalui aplikasi *WhatsApp*, berikut ini adalah tautan *Google Form* yang dibagikan kepada para responden.

<https://forms.gle/n9mXrExFt46q8S597>

## B. Hasil Penelitian

### 1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran umum mengenai variabel dukungan sosial, regulasi diri, dan orientasi masa depan berdasarkan data dari 155 responden. Hasil analisis deskriptif dilihat dari nilai mean, median, standar deviasi, minimum, maksimum, dan range.

Tabel 4. 1 kategorisasi hipotetik

Klasifikasi	Kategori Skor
$X < M+1SD$	Rendah
$M-1SD < X \leq M+1SD$	Sedang
$X \geq M+1SD$	Tinggi

#### a. Dukungan Sosial

Analisis deskriptif terhadap data dukungan sosial dalam penelitian ini diklasifikasikan ke dalam tiga kategori berdasarkan skala dukungan sosial, yakni kategori rendah, sedang, dan tinggi. Adapun tabel berikut menyajikan pembagian kategori berdasarkan data hipotetik pada skala dukungan sosial:

Tabel 4. 2 data hipotetik dukungan sosial

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Dukungan Sosial	155	63	96	93,95	6.628

Tabel tersebut menunjukkan bahwa analisis melibatkan sebanyak 155 responden. Dari hasil yang ditampilkan, diketahui bahwa skor terendah pada variabel dukungan sosial adalah 63, sedangkan skor tertingginya mencapai 96. Nilai rata-rata (mean) dari data tersebut adalah 93,95, dengan standar deviasi sebesar 6,628. Data ini

digunakan sebagai dasar dalam menentukan rentang kategori dukungan sosial ke dalam tingkat rendah, sedang, dan tinggi.

Tabel 4. 3 kategorisasi dukungan sosial

Klasifikasi	Kategori Skor
$X < 74$	Rendah
$74 < X \leq 85$	Sedang
$X \geq 85$	Tinggi

Setelah dilakukan pengelompokan tingkat dukungan sosial ke dalam kategori rendah, sedang, dan tinggi untuk masing-masing responden, langkah berikutnya adalah menghitung persentase dari setiap kategori. Berdasarkan data yang diperoleh, hasil analisis mengenai distribusi tingkat dukungan sosial disajikan sebagai berikut:

Tabel 4. 4 kategorisasi persentase dukungan sosial

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<b>Tinggi</b>	142	91,61%
<b>Sedang</b>	10	6,45%
<b>Rendah</b>	3	1,94%
<b>Total</b>	155	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi, mayoritas siswa berada pada kategori tinggi (91,61%), sedangkan sebagian kecil berada pada kategori sedang (6,45%) dan rendah (1,94%). Temuan ini menunjukkan bahwa siswa dalam kategori tinggi cenderung merasakan keberadaan hubungan yang suportif, baik dari orang tua, teman sebaya, maupun guru, sehingga mampu menumbuhkan rasa aman, dihargai, dipahami, dan diterima dalam lingkungan sosialnya.

Sementara itu, siswa pada kategori sedang menunjukkan bahwa dukungan sosial yang diterima sudah ada, namun belum berlangsung secara konsisten pada seluruh dimensi dukungan menurut Weiss. Adapun siswa dalam kategori rendah

mengindikasikan kurangnya kehadiran relasi yang mendukung, minimnya akses terhadap nasihat atau bantuan yang dapat dipercaya, serta lemahnya rasa keterhubungan sosial. Kondisi ini berpotensi memengaruhi kesejahteraan emosional maupun kemampuan mereka dalam menghadapi tuntutan sekolah, sehingga membutuhkan perhatian dan intervensi lebih lanjut.

#### b. Regulasi Diri

Analisis deskriptif terhadap data regulasi diri dalam penelitian ini diklasifikasikan ke dalam tiga kategori berdasarkan skala regulasi diri, yakni kategori rendah, sedang, dan tinggi. Adapun tabel berikut menyajikan pembagian kategori berdasarkan data hipotetik pada skala regulasi diri:

Tabel 4. 5 data hipotetik regulasi diri

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Regulasi Diri	155	27	72	69,92	6,700

Tabel tersebut menunjukkan bahwa analisis melibatkan sebanyak 155 responden. Dari hasil yang ditampilkan, diketahui bahwa skor terendah pada variabel regulasi diri adalah 27, sedangkan skor tertingginya mencapai 72. Nilai rata-rata (mean) dari data tersebut adalah 69,92, dengan standar deviasi sebesar 6,700. Data ini digunakan sebagai dasar dalam menentukan rentang kategori regulasi diri ke dalam tingkat rendah, sedang, dan tinggi.

Tabel 4. 6 kategorisasi regulasi diri

Klasifikasi	Kategori Skor
$X < 42$	Rendah
$42 < X \leq 57$	Sedang
$X \geq 57$	Tinggi

Setelah dilakukan pengelompokan tingkat regulasi diri ke dalam kategori rendah, sedang, dan tinggi untuk masing-masing

responden, langkah berikutnya adalah menghitung persentase dari setiap kategori. Berdasarkan data yang diperoleh, hasil analisis mengenai distribusi tingkat regulasi diri disajikan sebagai berikut:

Tabel 4. 7 kategorisasi persentase regulasi diri

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<b>Tinggi</b>	152	98,06%
<b>Sedang</b>	1	0,65%
<b>Rendah</b>	2	1,29%
<b>Total</b>	155	100%

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik berada pada kategori regulasi diri tinggi sebesar 98,06%, sedangkan hanya 1,29% berada pada kategori rendah dan 0,65% pada kategori sedang. Dominasi kategori tinggi ini menggambarkan bahwa mayoritas siswa memiliki kemampuan regulasi diri yang baik dalam menjalankan proses belajar maupun merencanakan tindakan terkait masa depan mereka. Mengacu pada teori regulasi diri Zimmerman, kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu menjalankan ketiga fase regulasi diri secara optimal, yaitu fase *forethought*, fase *performance*, dan fase *self-reflection*. Pada fase *forethought*, siswa pada kategori tinggi cenderung memiliki tujuan belajar yang jelas serta efikasi diri yang kuat. Pada fase *performance*, mereka mampu menerapkan strategi belajar, mengontrol perhatian, serta memonitor perkembangan diri. Pada fase *self-reflection*, siswa dengan regulasi diri tinggi mampu melakukan evaluasi diri, memberikan *self-judgement* secara objektif, serta melakukan *self-reaction* yang konstruktif untuk memperbaiki performa berikutnya.

Sebaliknya, siswa pada kategori rendah dan sedang menunjukkan keterbatasan dalam beberapa aspek regulasi diri menurut Zimmerman. Siswa pada kategori ini cenderung memiliki

tujuan yang kurang jelas, kesulitan menjaga fokus, serta kurang konsisten dalam memonitor kemajuan belajar. Mereka juga lebih rentan mengalami *self-evaluation* yang tidak akurat dan reaksi emosional negatif ketika menghadapi kegagalan, sehingga berdampak pada kurang optimalnya perencanaan maupun tindakan untuk masa depan. Secara keseluruhan, distribusi data ini memperlihatkan bahwa regulasi diri siswa kelas XII SMK Negeri Winongan berada pada tingkat yang sangat baik, meskipun tetap diperlukan perhatian khusus bagi siswa dengan kategori rendah agar mendapatkan intervensi, pembinaan, atau bimbingan yang lebih terarah.

### c. Orientasi Masa Depan

Analisis deskriptif terhadap data orientasi masa depan dalam penelitian ini diklasifikasikan ke dalam tiga kategori berdasarkan skala orientasi masa depan, yakni kategori rendah, sedang, dan tinggi. Adapun tabel berikut menyajikan pembagian kategori berdasarkan data hipotetik pada skala orientasi masa depan:

Tabel 4. 8 data hipotetik orientasi masa depan

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Regulasi Diri	155	50	68	66,81	3,551

Tabel tersebut menunjukkan bahwa analisis melibatkan sebanyak 155 responden. Dari hasil yang ditampilkan, diketahui bahwa skor terendah pada variabel orientasi masa depan adalah 50, sedangkan skor tertingginya mencapai 68. Nilai rata-rata (mean) dari data tersebut adalah 66,81, dengan standar deviasi sebesar 3,551. Data ini digunakan sebagai dasar dalam menentukan rentang kategori orientasi masa depan ke dalam tingkat rendah, sedang, dan tinggi.

Tabel 4. 9 kategorisasi orientasi masa depan

Klasifikasi	Kategori Skor
$X < 56$	Rendah
$56 < X \leq 62$	Sedang
$X \geq 62$	Tinggi

Setelah dilakukan pengelompokan tingkat orientasi masa depan ke dalam kategori rendah, sedang, dan tinggi untuk masing-masing responden, langkah berikutnya adalah menghitung persentase dari setiap kategori. Berdasarkan data yang diperoleh, hasil analisis mengenai distribusi tingkat orientasi masa depan disajikan sebagai berikut:

Tabel 4. 10 kategorisasi persentasi orientasi masa depan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<b>Tinggi</b>	139	89,68%
<b>Sedang</b>	8	5,16%
<b>Rendah</b>	8	5,16%
<b>Total</b>	155	100%

Berdasarkan hasil pengelompokan data orientasi masa depan peserta didik, diperoleh bahwa sebanyak 8 siswa (5,16%) berada pada kategori rendah, kemudian 8 siswa lainnya (5,16%) berada pada kategori sedang, dan mayoritas peserta didik yaitu 139 siswa (89,68%) berada pada kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XII SMK Negeri Winongan memiliki orientasi masa depan yang sangat baik. Tingginya proporsi siswa pada kategori tinggi mengindikasikan bahwa mereka telah memiliki gambaran masa depan yang jelas, mampu merencanakan langkah-langkah yang diperlukan, serta menunjukkan kesiapan dalam mencapai tujuan jangka pendek maupun jangka panjang.

Sementara itu, keberadaan siswa pada kategori rendah dan sedang menunjukkan bahwa masih terdapat sebagian kecil peserta didik yang memerlukan pendampingan dalam membangun arah masa depan yang lebih terstruktur. Secara keseluruhan, distribusi ini menggambarkan bahwa orientasi masa depan siswa berada pada tingkat yang positif, yang dapat menjadi modal penting dalam menghadapi transisi ke jenjang pendidikan selanjutnya.

## 2. Uji Asumsi Klasik

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari respon subjek memiliki sebaran normal atau tidak. Pengujian ini dilakukan terhadap skor dukungan sosial, regulasi diri serta total skor orientasi masa depan. Apabila data memiliki distribusi normal, maka kemungkinan adanya bias menjadi lebih kecil, dan sebaliknya. Suatu variabel dikatakan berdistribusi normal apabila nilai Asymp. Sig melebihi tingkat signifikansi 5% ( $> 0,05$ ), sedangkan jika nilai Asymp. Sig berada di bawah 5% ( $< 0,05$ ), maka variabel tersebut dianggap tidak berdistribusi normal. Pada penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan metode *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS versi 25 untuk Windows.

Tabel 4. 11 hasil uji normalitas

<b><i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i></b>	
Asymp. Sig. (2 tailed)	0,200

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa pada pengujian normalitas data ditemukan nilai Asymp. Sig. (2- tailed) adalah sebesar  $0,200 > 0,05$ . Dapat disimpulkan bahwa data yang ada sudah berdistribusi secara normal.

### b. Uji Linieritas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang bersifat linear antara variabel independen dan variabel dependen. Hubungan tersebut dianggap linear apabila nilai Signifikansi *Deviation From Linearity* melebihi angka 0,05 ( $> 0,05$ ). Sebaliknya, jika nilai signifikansinya kurang dari 0,05 ( $< 0,05$ ), maka hubungan antara kedua variabel tidak dikategorikan sebagai linear. Pada penelitian ini, pengujian linearitas dilakukan menggunakan metode *Test for Linearity* dengan bantuan *software* IBM SPSS versi 25. Hasil dari uji ini ditampilkan dalam tabel di bawah ini.

Tabel 4. 12 hasil uji linieritas orientasi masa depan dan dukungan sosial

Variabel	F	Sig. P ( $>0,05$ )
<b>Orientasi Masa</b>		
<b>Depan*Dukungan Sosial</b>	9,429	0,114

Berdasarkan tabel tersebut, hasil uji linearitas terhadap skala dukungan sosial dan orientasi masa depan pada 155 responden menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang linear. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi Deviation from Linearity tercatat lebih besar dari 0,05, yaitu 0,114 ( $\rho > 0,05$ ). Dengan demikian, data dapat dikatakan terdapat hubungan linear.

Tabel 4. 13 hasil uji linieritas orientasi masa depan dan regulasi diri

Variabel	F	Sig. P ( $>0,05$ )
<b>Orientasi Masa</b>		
<b>Depan*Regulasi Diri</b>	3,954	0,074

Berdasarkan tabel tersebut, hasil uji linearitas terhadap skala regulasi diri dan orientasi masa depan pada 155 responden

menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang linear. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi Deviation from Linearity tercatat lebih besar dari 0,05, yaitu 0,074 ( $\rho > 0,05$ ). Dengan demikian, data dapat dikatakan terdapat hubungan linear.

### c. Uji Multikolinieritas

No	Variabel	Tolerance	VIF
1	Dukungan Sosial	0,817	1,052
2	Regulasi Diri	0,817	1,052

Berdasarkan tabel di atas, diketahui nilai tolerance  $0,817 > 0,100$  dan nilai VIF  $1.052 < 10$ , maka disimpulkan bahwa tidak ada gejala multikolinearitas.

## 3. Uji Hipotesis

### a. Uji T

Uji t dilakukan untuk mengetahui pengaruh secara parsial antara variabel independen terhadap variabel dependen. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh:

Tabel 4. 15 hasil uji T					
Variabel	B	Std. Error	beta	t	Sig.
(Constant)	32,425	3,075		9,715	0,000
Dukungan Sosial	0,712	0,115	0,525	7,457	0,000
Regulasi Diri	0,427	0,104	0,389	3,427	0,000

1. Dukungan Sosial ( $X_1$ ) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $<0,05$ ), dengan nilai t sebesar 7,457. Ini menunjukkan bahwa Dukungan Sosial

memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Orientasi Masa Depan. Dalam konteks ini, semakin kuat dukungan sosial yang diterima oleh seorang siswa baik dari orang tua, guru, maupun teman sebaya, maka akan semakin positif dan terarah pula orientasi masa depan mereka. Dukungan sosial yang memadai berperan sebagai sistem pendukung (*support system*) yang memberikan rasa aman serta informasi penting yang dibutuhkan siswa dalam memetakan langkah setelah lulus sekolah. Siswa yang merasa didukung secara emosional cenderung lebih berani dalam menetapkan target karier dan pendidikan karena mereka merasa tidak berjuang sendirian. Nilai t yang sangat tinggi sebesar 7,457 mencerminkan bahwa Dukungan Sosial merupakan kontributor yang sangat kuat dalam membentuk kesiapan mental siswa menghadapi masa depan. Sementara itu, nilai p sebesar 0,000 mengonfirmasi bahwa pengaruh ini bersifat nyata dan memiliki tingkat kepercayaan yang sangat tinggi dalam model penelitian ini. Semakin tinggi dukungan sosial seorang siswa, maka semakin positif orientasi masa depan mereka.

2. Regulasi Diri ( $X_2$ ) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05, dengan nilai t sebesar 3,427. Hal ini menunjukkan bahwa Regulasi Diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Orientasi Masa Depan siswa di SMK Negeri Winongan. Dalam konteks ini, kemampuan siswa dalam mengelola emosi, mengarahkan perilaku, dan mempertahankan motivasi diri berhubungan langsung dengan kejelasan rencana mereka di masa depan. semakin baik kemampuan regulasi diri yang dimiliki oleh seorang siswa, semakin positif dan terencana pula orientasi masa depan mereka. Nilai t sebesar 3,427 menunjukkan bahwa Regulasi Diri memberikan kontribusi yang nyata dan berarti dalam memprediksi orientasi masa depan siswa. Selain itu, nilai p sebesar 0,000 membuktikan bahwa pengaruh variabel ini sangat signifikan dan hasil temuan ini dapat diandalkan secara ilmiah dalam populasi penelitian tersebut.

### b. Uji F

Uji F digunakan untuk menguji apakah variabel independen secara simultan berpengaruh terhadap variabel dependen. Berdasarkan hasil uji F pada Tabel 4.11 diperoleh:

Tabel 4. 16 hasil uji F

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	1117,399	2	558,699	102,962	,000 <sup>b</sup>
1 Residual	824,795	152	5,426		
Total	1942,194	154			

Nilai F hitung sebesar 102,962 dengan signifikansi 0,000 (<0,05). Hal ini menunjukkan bahwa Dukungan Sosial dan Regulasi Diri secara simultan berpengaruh signifikan terhadap Orientasi Masa Depan siswa kelas XII SMK Negeri Winongan

### c. Uji Determinasi

Koefisien determinasi digunakan untuk mengukur seberapa besar kemampuan model dalam menjelaskan variasi variabel dependen. Berdasarkan hasil *Model Summary*:

Tabel 4. 17 uji determinasi 2 variabel

Model	R	R Square	Adjusted R Square
1	0,759	0,575	0,570

Nilai  $R^2$  (R Square) sebesar 0,575, yang berarti terdapat pengaruh dukungan sosial dan regulasi diri terhadap orientasi masa depan sebesar 0,575 atau 57,5%. Sedangkan 0,425 atau 42,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian.

Tabel 4. 18 uji determinasi tiap variabel

Variabel	R	R Square	Adjusted R Square
Dukungan sosial	0,297	0,183	0,240
Regulasi Diri	0,214	0,152	0,172

Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi pada variabel Dukungan Sosial, diperoleh nilai R Square sebesar 0,183. Nilai ini menunjukkan bahwa Dukungan Sosial memberikan kontribusi atau pengaruh sebesar 18,3% terhadap variasi naik-turunnya Orientasi Masa Depan.

Selanjutnya, untuk variabel Regulasi Diri, diperoleh nilai R Square sebesar 0,152. Hal ini berarti variabel Regulasi Diri memberikan pengaruh sebesar 15,2% terhadap Orientasi Masa Depan siswa.

Tabel 4. 19 output SE tiap variabel independent

Variabel Dependen	Prediktor	Beta	Korelasi	R Square	Kontribusi
Orientasi Masa Depan	Dukungan Sosial	0,525	0,755	0,575	39,63%
	Regulasi Diri	0,398	0,449		17,87%

Berdasarkan output regresi, dukungan dan regulasi diri secara bersama-sama memberikan pengaruh sebesar 57,5% terhadap orientasi masa depan. Secara rinci, dukungan sosial berkontribusi sebesar 39,63% dengan koefisien beta 0,525, sedangkan regulasi diri berkontribusi sebesar 17,87% dengan koefisien beta 0,398. Keduanya memiliki nilai signifikansi  $p < 0,05$ , yang berarti berpengaruh positif dan signifikan terhadap orientasi masa depan. Dengan demikian,

semakin tinggi dukungan sosial dan regulasi diri yang dimiliki individu, maka orientasi masa depannya akan semakin positif.

#### 4. Analisis Data Aspek

##### a. Dukungan Sosial

Penelitian ini memfokuskan analisisnya pada enam dimensi utama dukungan sosial menurut Weiss, yaitu: *Attachment, Social Integration, Reassurance of Worth, Reliable Alliance, Guidance, dan Opportunity for Nurturance*. Keenam dimensi tersebut memiliki peran penting dalam memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana hubungan sosial yang dimiliki individu dapat memenuhi kebutuhan emosional, penghargaan diri, rasa aman, bantuan instrumental, arahan, serta kesempatan untuk berkontribusi dalam hubungan sosial.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini akan disajikan dalam bentuk persentase untuk mempermudah proses analisis secara lebih mendalam terhadap masing-masing aspek dukungan sosial. Penyajian persentase tersebut memungkinkan peneliti untuk melihat proporsi capaian tiap aspek secara lebih jelas, sekaligus memberikan gambaran mengenai kondisi dukungan sosial peserta didik secara menyeluruh. Adapun persentase tersebut akan dianalisis berdasarkan masing-masing aspek dukungan sosial sebagai berikut:

Tabel 4. 20 persentase tiap aspek dukungan sosial

No.	Aspek	Persentase
1	<i>Attachment</i>	98%
2	<i>Social Integration</i>	98%
3	<i>Reassurance of Worth</i>	98%
4	<i>Reliable Alliance</i>	98%
5	<i>Guidance</i>	98%
6	<i>Opportunity for Nurturance</i>	97%

Berdasarkan tabel data persentase pencapaian rata-rata dari enam aspek Dukungan Sosial yang dirasakan oleh peserta didik

kelas XII SMK Negeri Winongan, ditemukan bahwa persepsi siswa terhadap Dukungan Sosial berada pada kategori yang sangat tinggi dan merata. Secara keseluruhan, lima dari enam aspek Dukungan Sosial yaitu *Attachment* (Kelekatan), *Social Integration* (Integrasi Sosial), *Reassurance of Worth* (Jaminan Harga Diri), *Reliable Alliance* (Aliansi yang Andal), dan *Guidance* (Bimbingan), mencapai persentase tertinggi sebesar 98%. Angka yang hampir sempurna ini menunjukkan bahwa siswa merasa sangat terjamin, dihargai, terintegrasi, dan menerima bimbingan yang memadai dari lingkungan sosial mereka, menegaskan adanya hubungan emosional yang kuat dan kepercayaan penuh pada ketersediaan bantuan. Sementara itu, aspek *Opportunity for Nurturance* (Kesempatan untuk Memberi Perhatian) mencatatkan persentase sedikit lebih rendah, yaitu 97%. Meskipun persentase ini masih dalam kategori sangat tinggi, hal ini mengindikasikan bahwa dimensi peran aktif siswa dalam memberi dukungan kepada orang lain merupakan aspek yang dirasakan paling minimal dibandingkan dimensi-dimensi penerimaan dukungan lainnya. Kesimpulannya, data ini menunjukkan bahwa siswa memiliki fondasi Dukungan Sosial yang sangat kokoh dan komprehensif, sebuah kondisi yang secara teoritis menjadi variabel prediktor kuat terhadap variabel Orientasi Masa Depan dalam penelitian ini.

#### b. Regulasi Diri

Penelitian ini memfokuskan analisisnya pada tiga aspek utama regulasi diri, yaitu: Metakognisi, Motivasi, dan Perilaku. Ketiga aspek tersebut memiliki peran penting dalam memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana individu merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses belajar atau mencapai tujuan mereka (Metakognisi), mempertahankan keinginan, komitmen, dan keyakinan diri untuk mencapai tujuan jangka panjang

(Motivasi), serta mengelola tindakan dan lingkungan untuk mencapai tujuan (Perilaku).

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini akan disajikan dalam bentuk persentase untuk mempermudah proses analisis secara lebih mendalam terhadap masing-masing aspek regulasi diri. Penyajian persentase tersebut memungkinkan peneliti untuk melihat proporsi capaian tiap aspek secara lebih jelas, sekaligus memberikan gambaran mengenai kondisi regulasi diri peserta didik secara menyeluruh. Adapun persentase tersebut akan dianalisis berdasarkan masing-masing aspek regulasi diri sebagai berikut:

Tabel 4. 21 persentase tiap aspek regulasi diri

No.	Aspek	Persentase
1	Metakognisi	97%
2	Motivasi	97%
3	Perilaku	97%

Hasil analisis deskriptif terhadap variabel Regulasi Diri menunjukkan temuan yang sangat konsisten dan kuat, di mana ketiga aspek utama Regulasi Diri yakni Metakognisi, Motivasi, dan Perilaku mencapai persentase capaian yang identik, yaitu 97%. Tingginya persentase yang seragam ini mengindikasikan bahwa kemampuan Regulasi Diri peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan secara keseluruhan berada pada kategori sangat tinggi dan terintegrasi dengan baik di seluruh dimensinya. Capaian 97% pada aspek Metakognisi menunjukkan siswa memiliki kemampuan perencanaan, pemantauan, dan evaluasi proses yang efektif. Demikian pula, persentase 97% pada aspek Motivasi mencerminkan bahwa siswa memiliki komitmen, dorongan, dan keyakinan diri yang sangat kuat dalam mencapai tujuan masa depan mereka. Terakhir, capaian 97% pada aspek Perilaku menegaskan bahwa siswa sangat mampu mengelola tindakan nyata, waktu, dan lingkungan mereka

untuk mendukung pencapaian tujuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa siswa memiliki kemandirian dan kontrol diri yang sangat seimbang dan kokoh, menjadikannya faktor internal yang sangat potensial dalam memprediksi variabel Orientasi Masa Depan

### c. Orientasi Masa depan

Penelitian ini memfokuskan analisisnya pada tiga aspek utama Orientasi Masa Depan berdasarkan teori Nurmii, yaitu: Perilaku, Kognitif, dan Motivasi. Ketiga aspek tersebut memiliki peran penting dalam memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana individu menerjemahkan tujuan masa depan ke dalam tindakan nyata (Perilaku), melakukan perencanaan, eksplorasi, dan evaluasi mental terkait tujuan tersebut (Kognitif), serta memiliki keyakinan, harapan, dan atribusi internal yang mendorong tercapainya tujuan (Motivasi).

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini akan disajikan dalam bentuk persentase untuk mempermudah proses analisis secara lebih mendalam terhadap masing-masing aspek Orientasi Masa Depan. Penyajian persentase tersebut memungkinkan peneliti untuk melihat proporsi capaian tiap aspek secara lebih jelas, sekaligus memberikan gambaran mengenai kondisi Orientasi Masa Depan peserta didik secara menyeluruh. Adapun persentase tersebut akan dianalisis berdasarkan masing-masing aspek Orientasi Masa Depan sebagai berikut:

Tabel 4. 22 persentase tiap aspek orientasi masa depan

No.	Aspek	Persentase
1	Perilaku	98%
2	Kognitif	98%
3	Motivasi	98%

Hasil analisis deksripsi tiga aspek utama Orientasi Masa Depan berdasarkan teori Nurmi, yaitu: Perilaku (98%), Kognitif (98%), dan Motivasi (98%). Ketiga aspek ini sangat penting untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai bagaimana peserta didik merencanakan dan mempersiapkan masa depannya. Aspek Perilaku (dengan indikator Eksplorasi dan Komitmen) mengacu pada tingkat tindakan nyata yang dilakukan siswa dan keterikatan mereka pada rencana yang dipilih. Aspek Kognitif (dengan indikator Isi dan Valensi) mencakup kualitas perencanaan mental, yaitu kejelasan tujuan dan nilai penting tujuan tersebut. Sementara itu, aspek Motivasi (dengan indikator Nilai, Harapan, dan Kontrol) mengukur dorongan internal, termasuk keyakinan akan keberhasilan dan persepsi kontrol terhadap hasil. Data yang disajikan dalam bentuk persentase ini (Perilaku: 98%, Kognitif: 98%, Motivasi: 98%) bertujuan untuk mempermudah proses analisis mendalam. Keseragaman persentase yang mencapai 98% di ketiga aspek ini menggarisbawahi bahwa Orientasi Masa Depan peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan berada pada kategori sangat tinggi dan terwujud secara optimal, menunjukkan siswa memiliki pandangan masa depan yang sangat matang, terencana, dan didukung oleh dorongan serta tindakan nyata yang kuat.

## 5. Pengujian Hipotesis

- a. Pengaruh dukungan sosial dan regulasi diri terhadap orientasi masa depan

Hipotesis ini digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari dua variabel yakni dukungan sosial dan regulasi diri

terhadap orientasi masa depan. Hasil uji F menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  yang menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki pengaruh yang signifikan. Berdasarkan hasil koefisien determinasi pada tabel 4. 13 ditemukan nilai  $R^2$  (R Square) sebesar 0,575, yang berarti terdapat pengaruh dukungan sosial dan regulasi diri terhadap orientasi masa depan sebesar 0,575 atau 57,5%. Sedangkan 0,425 atau 42,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian.

b. Pengaruh dukungan sosial terhadap orientasi masa depan

Hipotesis ini digunakan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh positif dan signifikan antara dukungan sosial terhadap orientasi masa depan. Hasil dari uji T pada tabel 4.12 menunjukkan bahwa nilai koefisien dukungan sosial terhadap orientasi masa depan sebesar 0,525 dan diperoleh nilai t hitung sebesar 7,457, dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  yang berarti  $H_2$  diterima. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh dari variabel dukungan sosial terhadap orientasi masa depan dapat diterima.

c. Pengaruh regulasi diri terhadap orientasi masa depan

Hipotesis ini digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh positif dan signifikan antara regulasi diri terhadap orientasi masa depan. Hasil uji t pada tabel 4.12 menunjukkan bahwa nilai koefisien regulasi diri terhadap orientasi masa depan sebesar 0,389 dan diperoleh nilai t hitung sebesar 3,427 dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  yang berarti  $H_3$  diterima.

## C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perngaruh dukungan sosial dan regulasi diri terhadap orientasi masa depan remaja peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan. Terdapat tiga hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap orientasi masa depan

remaja pada peserta didik kelas XII SMK Negeri winongan, terdapat pengaruh regulaasi diri terhadap orientasi masa depan remaja peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan, dan terdapat pengaruh dukungan sosial dan regulasi diri terhadap orientasi masa depan remaja pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan

a. Tingkat Dukungan Sosial pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan

Berdasarkan hasil pengelompokan data, diketahui bahwa sebanyak 3 responden (1,94%) berada pada kategori rendah, 10 responden (6,45%) berada pada kategori sedang, dan mayoritas yaitu 142 responden (91,61%) berada pada kategori tinggi. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa siswa secara umum memperoleh dukungan yang memadai dari lingkungan sekitarnya, baik dalam bentuk bantuan emosional, kehadiran sosial, maupun dorongan yang membantu mereka dalam menjalani tugas perkembangan dan mempersiapkan masa depan.

Sementara itu, keberadaan siswa pada kategori rendah dan sedang, meskipun proporsinya kecil, tetap menunjukkan adanya variasi pengalaman sosial yang dialami oleh peserta didik. Responden dengan tingkat dukungan sosial rendah kemungkinan menghadapi keterbatasan dalam mendapatkan perhatian, kedulian, atau bantuan dari lingkungan terdekat. Menurut Weiss, rendahnya dukungan sosial dapat membuat individu merasa kurang terhubung secara emosional maupun instrumental dengan orang-orang di sekitar mereka. Hal ini dapat berdampak pada kurangnya rasa aman, minimnya sumber informasi, serta terbatasnya dorongan sosial yang diperlukan untuk membantu mereka mengambil keputusan penting terkait pendidikan atau rencana masa depan. Pada konteks peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan, kategori rendah dan sedang ini dapat

merepresentasikan siswa yang masih bingung menentukan pilihan pasca kelulusan, kurang percaya diri terhadap kemampuan diri, atau tidak memiliki figur sosial yang dapat dijadikan tempat bertanya maupun berdiskusi mengenai masa depan.

Selain itu, siswa yang berada pada kategori tinggi menunjukkan bahwa mereka mendapatkan dukungan sosial yang kuat dan stabil dari lingkungan terdekat. Dalam perspektif Weiss, dukungan sosial yang tinggi menggambarkan terpenuhinya kebutuhan sosial remaja seperti rasa memiliki, afeksi, kepercayaan, dan kehadiran orang-orang yang dapat memberikan bantuan nyata maupun emosional. Siswa dengan dukungan sosial tinggi umumnya merasa dihargai, diperhatikan, dan ditemani dalam menghadapi tantangan akademik maupun persoalan pribadi. Pada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan, kondisi ini sangat relevan karena mereka berada pada tahap transisi menuju dunia kerja atau pendidikan lanjutan. Dukungan sosial yang kuat membantu mereka membangun kepercayaan diri, menerima arahan terkait pilihan karier, serta merasa lebih optimis dalam membuat perencanaan jangka panjang. Dengan demikian, tingginya tingkat dukungan sosial yang diterima siswa menjadi faktor penting yang mendorong mereka lebih terarah, termotivasi, dan yakin dalam menyusun orientasi masa depannya, baik dalam melanjutkan studi, memasuki dunia kerja, maupun merintis pilihan masa depan lainnya.

b. Tingkat Regulasi Diri peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan

Berdasarkan hasil kategorisasi data regulasi diri, diketahui bahwa 2 responden (1,29%) berada pada kategori rendah, 1 responden (0,65%) berada pada kategori sedang, dan mayoritas yaitu 152 responden (98,06%) berada pada kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa hampir seluruh siswa memiliki kemampuan

regulasi diri yang sangat baik. Kondisi ini menggambarkan bahwa siswa mampu mengarahkan pikiran, perilaku, serta emosinya untuk mendukung proses belajar dan pengambilan keputusan secara efektif. Tingginya regulasi diri yang dimiliki peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan menjadi indikator penting bahwa mereka memiliki kemampuan yang kuat dalam mengelola diri, menetapkan tujuan, serta mempertahankan motivasi selama proses pencapaian tujuan tersebut.

Menurut teori regulasi diri yang dikemukakan Zimmerman, regulasi diri terdiri dari tiga fase utama, yaitu forethought (perencanaan), performance (pelaksanaan), dan self-reflection (evaluasi diri). Temuan kategori tinggi pada sebagian besar siswa menunjukkan bahwa mereka telah mampu menjalankan ketiga fase tersebut dengan baik. Pada fase forethought, siswa dengan regulasi diri tinggi biasanya mampu merumuskan tujuan, memprediksi hambatan, serta merencanakan strategi yang relevan. Fase performance tercermin dari kemampuan siswa dalam menjaga fokus, memonitor progres, serta menerapkan strategi belajar secara konsisten. Selanjutnya, pada fase self-reflection, siswa mampu mengevaluasi pencapaian, mengidentifikasi kekurangan, serta memperbaiki strategi untuk hasil yang lebih optimal. Tingginya persentase kategori tinggi mengindikasikan bahwa mayoritas siswa telah mampu menjalankan siklus regulasi diri ini secara berkelanjutan, sehingga menghasilkan perilaku belajar dan proses pengambilan keputusan yang lebih efektif.

Sementara itu, kehadiran beberapa siswa pada kategori rendah dan sedang, meskipun jumlahnya sangat kecil, tetap menunjukkan adanya variasi kemampuan regulasi diri di antara peserta didik. Siswa pada kategori rendah kemungkinan mengalami kesulitan dalam menetapkan tujuan, mengatur waktu,

mempertahankan motivasi, ataupun mengevaluasi kemajuan diri. Berdasarkan perspektif Zimmerman, siswa dengan regulasi diri rendah cenderung kurang mampu melakukan perencanaan dan pemantauan diri sehingga rentan mengalami kebingungan, penundaan, atau ketidakmampuan mempertahankan fokus terhadap tugas. Siswa pada kategori sedang menunjukkan bahwa mereka telah memiliki kemampuan regulasi diri, namun belum konsisten dalam menjalankan seluruh fase regulasi diri, terutama pada aspek evaluasi diri dan pengelolaan emosi. Hal ini dapat berimplikasi pada kurang stabilnya kemampuan mereka dalam mengarahkan perilaku menuju tujuan jangka panjang. Dalam konteks peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan, tingginya regulasi diri yang dimiliki oleh mayoritas siswa menunjukkan kesiapan mereka dalam menghadapi tuntutan pasca kelulusan. Pada jenjang ini, siswa dihadapkan pada keputusan penting seperti pilihan melanjutkan studi, memasuki dunia kerja, atau mengikuti pelatihan keterampilan. Regulasi diri yang baik membantu mereka mengorganisasi langkah-langkah yang akan diambil, mempertimbangkan konsekuensi, serta mengontrol perilaku untuk mendukung tujuan tersebut. Dengan demikian, dominasi kategori regulasi diri tinggi tidak hanya mencerminkan kematangan psikologis siswa, tetapi juga menunjukkan kapasitas mereka untuk mengarahkan masa depan secara lebih terencana, realistik, dan selaras dengan orientasi masa depan yang ingin dicapai.

c. Tingkat orientasi masa depan peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan

Berdasarkan hasil kategorisasi orientasi masa depan, diperoleh bahwa 8 responden (5,16%) berada pada kategori rendah, kemudian 8 responden (5,16%) berada pada kategori sedang, dan mayoritas yaitu 139 responden (89,68%) berada pada kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki orientasi masa depan yang positif. Artinya, siswa sudah mampu

memandang masa depan dengan lebih jelas, memiliki harapan dan tujuan yang realistik, serta menunjukkan kesiapan dalam merencanakan langkah-langkah yang akan ditempuh setelah menyelesaikan pendidikan di SMK. Tingginya orientasi masa depan ini mengindikasikan bahwa para siswa secara umum telah memiliki arah dan keyakinan terhadap pilihan masa depannya, baik dalam bidang pendidikan lanjutan maupun dunia kerja.

Meskipun demikian, terdapat sebagian kecil siswa yang berada pada kategori rendah dan sedang. Responden pada kategori rendah, meskipun jumlahnya tidak banyak, menunjukkan kelemahan pada salah satu atau beberapa aspek yang dijelaskan Nurmi. Dari aspek motivasi, siswa dalam kategori ini cenderung belum memiliki dorongan kuat untuk merencanakan masa depan atau memiliki tujuan jangka panjang yang jelas. Dari aspek kognitif, mereka biasanya masih bingung menentukan pilihan masa depan dan kurang mampu mengantisipasi kemungkinan hambatan atau peluang. Sementara dari aspek perilaku, siswa dengan kategori rendah cenderung belum melakukan tindakan nyata seperti mencari informasi tentang pekerjaan, jurusan kuliah, ataupun peluang magang. Keadaan ini dapat dipengaruhi oleh kurangnya dukungan sosial maupun minimnya eksposur terhadap informasi pendidikan.

d. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Orientasi Masa Depan peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan

Menjawab hipotesis pertama dalam penelitian ini yaitu “Terdapat pengaruh yang signifikan antara Dukungan Sosial terhadap Orientasi Masa Depan peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan”, digunakan uji regresi parsial. Berdasarkan hasil pengolahan data, diperoleh nilai  $t$  hitung sebesar 7,457 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Dikarekanan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa Hipotesis pertama

diterima, yang berarti terdapat pengaruh signifikan antara dukungan sosial terhadap orientasi masa depan remaja.

Selanjutnya, nilai koefisien determinasi dari dukungan sosial terhadap orientasi masa depan sebesar 0,182, yang berarti dukungan sosial memberikan pengaruh sebesar 18,2% terhadap orientasi masa depan pendidikan siswa. Hasil penelitian ini selaras dengan konsep dukungan sosial berdasarkan pandangan Weiss yang menjelaskan bahwa dukungan sosial berperan dalam memenuhi kebutuhan emosional dan sosial individu, seperti rasa keterhubungan, dukungan instrumental, dorongan, serta penguatan emosional. Ketika kebutuhan tersebut terpenuhi, remaja cenderung merasa lebih aman, percaya diri, dan termotivasi untuk menentukan tujuan jangka panjang yang realistik. Kondisi ini relevan dengan konteks peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan yang sedang berada pada masa transisi menuju dunia kerja atau pendidikan lanjutan. Dukungan sosial yang kuat dari lingkungan terdekat membantu mereka merumuskan rencana masa depan, mengatasi keraguan, dan menavigasi pilihan-pilihan hidup dengan lebih percaya diri. Dengan demikian, temuan ini memperkuat bahwa dukungan sosial memiliki peran strategis dalam mendorong siswa untuk memiliki orientasi masa depan yang lebih jelas, terarah, dan optimis.

Hasil yang sama juga didapatkan oleh penelitian Zahrotun Laila Muzizatin (2021:59) terdapat korelasi antara dukungan sosial dan orientasi masa depan remaja di MAN 1 Kota Malang dengan nilai koefisien sebesar 0,716 dan taraf signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 dan dinyatakan terdapat pengaruh yang bernilai positif antara dukungan sosial dan orientasi masa depan. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Alifia (2024:79) menunjukkan hal yang sama, terdapat korelasi antara dukungan sosial dengan orientasi masa depan pada remaja akhir, dimana nilai

koefisien sebesar 0,565 dan taraf signifikansi 0,000. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh rika rahmadani (2021:100) menunjukkan hasil yang sama yakni terdapat korelasi dukungan sosial terhadap orientasi masa depan pada dewasa awal di kota makassar dengan nilai koefisiens sebesar 0,362 yang menunjukkan adanya pengaruh positif dukungan sosial terhadap orientasi masa depan.

e. Pengaruh Regulasi Diri terhadap Orientasi Masa Depan peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan

Menjawab Hipotesis kedua, yaitu “Terdapat pengaruh yang signifikan antara Regulasi Diri terhadap Orientasi Masa Depan peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan”, hasil analisis regresi parsial menunjukkan bahwa regulasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap orientasi masa depan peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan. Nilai  $t$  hitung sebesar 3,427 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) menegaskan bahwa hubungan antara regulasi diri dan orientasi masa depan tidak terjadi secara kebetulan, melainkan merupakan hubungan yang bermakna secara statistik. Dengan demikian, hipotesis kedua diterima, yaitu terdapat pengaruh signifikan antara regulasi diri terhadap orientasi masa depan siswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa kemampuan siswa dalam mengatur pikiran, emosi, dan tindakan berperan penting dalam menentukan sejauh mana mereka mampu merencanakan, memandang, dan menetapkan tujuan masa depan secara jelas.

Nilai koefisien determinasi regulasi diri terhadap orientasi masa depan sebesar 0,152 menunjukkan bahwa regulasi diri memberikan kontribusi sebesar 15,2% terhadap orientasi masa depan. Meskipun kontribusinya tidak sebesar dukungan sosial, regulasi diri tetap menjadi aspek internal yang penting dalam pembentukan arah masa depan siswa. Dalam konteks remaja kelas

XII yang sedang berada dalam fase penentuan pendidikan lanjutan, kemampuan untuk mengelola diri seperti menetapkan target, memonitor perilaku, mengevaluasi diri, serta mempertahankan motivasi menjadi faktor yang sangat relevan dalam proses pengambilan keputusan terkait masa depan.

Hasil yang sama juga didapatkan penelitian yang dilakukan oleh Catrian (2020:63) bahwa terdapat pengaruh self-regulation terhadap orientasi masa depan pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta di mana nilai koefisien sebesar 0,657 dan taraf signifikansi 0,000. Selain itu dalam penelitian yang dilakukan oleh muhammad syarif hidayatullah (2023: 68) terdapat korelasi regulasi diri terhadap orientasi masa depan remaja dipantik asuhan at-taqwa dimana nilai koefisien sebesar 0,345 dan taraf signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05.

Temuan ini selaras dengan teori regulasi diri yang dikemukakan oleh Zimmerman, yang menjelaskan bahwa regulasi diri terdiri dari tiga fase utama, yaitu *forethought*, *performance control*, dan *self-reflection*. Siswa dengan regulasi diri tinggi umumnya menunjukkan kemampuan pada fase *forethought* seperti menetapkan tujuan belajar dan mempersiapkan strategi untuk masa depan. Pada fase *performance control*, mereka mampu memantau dan mengontrol tindakan ketika menghadapi tugas akademik maupun tantangan pribadi. Sementara pada fase *self-reflection*, siswa dapat mengevaluasi hasil tindakannya serta melakukan perbaikan ketika menghadapi hambatan. Ketiga proses ini mendukung perkembangan orientasi masa depan yang positif karena siswa menjadi lebih terarah, memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri, serta mampu menyusun langkah-langkah sistematis untuk mencapai tujuan.

Selanjutnya, dalam konteks peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan, hasil ini mencerminkan bahwa mayoritas siswa

telah memiliki kapasitas regulasi diri yang baik, sehingga memungkinkan mereka untuk lebih siap dalam menghadapi masa transisi menuju dunia kerja atau pendidikan lanjutan. Kemampuan mereka dalam mengelola perilaku belajar, menjaga motivasi, serta mengevaluasi diri membantu mereka menentukan pilihan karier, merumuskan rencana masa depan, dan mempersiapkan diri menghadapi tantangan setelah lulus. Dengan demikian, regulasi diri tidak hanya berfungsi sebagai kemampuan internal untuk mengatur diri, tetapi juga menjadi pondasi penting bagi siswa SMK dalam membangun orientasi masa depan yang realistik, terarah, dan penuh keyakinan.

f. Pengaruh dukungan sosial dan regulasi diri terhadap orientasi masa depan remaja peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dan regulasi diri secara simultan berpengaruh signifikan terhadap orientasi masa depan peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan, dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa ketika dukungan sosial dan regulasi diri meningkat, maka orientasi masa depan siswa juga meningkat secara bermakna. Berdasarkan tabel 4. 17 yang menunjukkan nilai koefisien determinasi dari kedua variable yakni 0,575 yang berarti secara statistik, kedua variabel tersebut memberikan kontribusi sebesar 57,5% terhadap pembentukan orientasi masa depan, sedangkan 42,5% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti, seperti kondisi ekonomi keluarga, efikasi diri, motivasi berprestasi, atau lingkungan sekolah.

Secara teoritis, hasil ini sejalan dengan konsep dukungan sosial menurut Weiss yang menjelaskan bahwa individu yang memperoleh dukungan emosional, informasi, dan penghargaan dari lingkungan terdekatnya cenderung memiliki kepercayaan diri dan

stabilitas emosi yang lebih baik. Pada konteks remaja, terutama siswa kelas XII yang berada pada fase pengambilan keputusan karier, keberadaan dukungan sosial membantu mereka merasa dihargai, diperhatikan, dan tidak sendirian dalam menghadapi tuntutan masa depan. Dukungan tersebut memfasilitasi munculnya pandangan positif terhadap masa depan, serta memperkuat kemampuan mereka untuk merencanakan langkah-langkah yang relevan.

Selain itu, teori regulasi diri Zimmerman menekankan bahwa kemampuan individu untuk menetapkan tujuan, melakukan kontrol diri, memonitor kemajuan, dan mengevaluasi tindakan adalah aspek penting dalam mencapai tujuan jangka panjang. Regulasi diri yang baik memungkinkan siswa untuk lebih terarah, konsisten, dan mampu mengatasi hambatan dalam proses menuju cita-cita mereka. Oleh karena itu, siswa yang memiliki regulasi diri tinggi cenderung dapat menyusun rencana masa depan secara lebih realistik, terstruktur, dan matang.

Berdasarkan data yang sudah dipaparkan, temuan penelitian ini mengonfirmasi bahwa orientasi masa depan tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi eksternal berupa dukungan sosial, tetapi juga faktor internal berupa kemampuan regulasi diri. Kedua aspek tersebut bekerja secara bersama-sama dalam membentuk persepsi, motivasi, dan perencanaan masa depan siswa. Kombinasi antara dukungan lingkungan yang memadai dan kemampuan individu dalam mengelola dirinya sendiri menjadi landasan penting bagi remaja untuk mampu mempersiapkan masa depan secara lebih positif dan terarah

## **BAB V**

### **KESIMPULAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa

1. Tingkat Dukungan Sosial pada siswa kelas XII SMK Negeri Winongan

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, variabel dukungan sosial memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 93,95 dengan rentang skor antara 63 sampai 96 dan standar deviasi 6,628. Nilai rata-rata yang berada mendekati skor maksimum menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial yang diterima siswa berada pada kategori tinggi.

Jika dilihat dari hubungan antar-aspek dalam tabel korelasi, enam aspek dukungan sosial menurut Weiss (attachment, social integration, reassurance of worth, reliable alliance, guidance, dan opportunity for nurturance) semuanya menunjukkan hubungan sangat kuat satu sama lain, dengan koefisien berkisar antara 0,70 hingga 0,94. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa merasa mendapatkan dukungan yang konsisten dari lingkungan terdekatnya, baik berupa kedekatan emosional, integrasi sosial, dukungan penghargaan, keandalan bantuan, bimbingan, maupun kesempatan untuk tumbuh.

2. Tingkat Regulasi Diri pada siswa kelas XII SMK Negeri Winongan

Variabel regulasi diri memiliki rata-rata sebesar 69,92 dari rentang nilai 27 hingga 72, dengan standar deviasi 6,700. Rata-rata yang mendekati batas atas mengindikasikan bahwa kemampuan regulasi diri siswa berada pada kategori tinggi.

Sementara itu, korelasi antar-aspek regulasi diri menurut Zimmerman (metakognisi, motivasi, dan perilaku) sangat kuat, misalnya antara metakognisi dan motivasi ( $r = 0,959$ ) serta

metakognisi dan perilaku ( $r = 0,942$ ). Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan yang baik dalam menetapkan tujuan, memonitor proses belajar, mengatur usaha, serta mempertahankan motivasi untuk mencapai tujuan pribadi maupun akademik. Dengan demikian, siswa kelas XII menunjukkan kapasitas regulasi diri yang kuat untuk mengelola perilaku, mengarahkan diri pada tujuan, dan bertahan menghadapi tuntutan akademik maupun persiapan masa depan.

### 3. Tingkat Orientasi Masa Depan pada siswa kelas XII SMK Negeri Winongan

Variabel orientasi masa depan memiliki nilai rata-rata 66,81 dari rentang 50 hingga 68, dengan standar deviasi 3,551. Rata-rata yang sangat mendekati skor maksimum mengindikasikan bahwa orientasi masa depan siswa berada pada kategori sangat tinggi. Korelasi antar-aspek orientasi masa depan (perilaku, kognitif, dan motivasi) juga menunjukkan hubungan sangat kuat, misalnya antara perilaku dan kognitif ( $r = 0,890$ ) serta perilaku dan motivasi ( $r = 0,780$ ). Ini berarti siswa tidak hanya memiliki rencana masa depan yang jelas secara kognitif, tetapi juga menunjukkan motivasi serta perilaku konkret yang mendukung pencapaian tujuan tersebut. Tingginya orientasi masa depan ini menunjukkan bahwa siswa kelas XII telah memiliki kesiapan yang baik dalam merencanakan pendidikan lanjutan, pekerjaan, atau langkah karier yang akan diambil setelah lulus.

### 4. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Orientasi Masa Depan remaja

Hasil korelasi menunjukkan bahwa seluruh aspek dukungan sosial berkorelasi positif dan signifikan dengan aspek orientasi masa depan, dengan nilai korelasi berkisar 0,594 hingga 0,719. Koefisien yang masuk kategori kuat ini menggambarkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima siswa, semakin tinggi orientasi masa depan yang mereka miliki. Dukungan sosial menurut teori Weiss

memberikan rasa aman, penghargaan, bimbingan, dan kesempatan yang membantu remaja memperjelas tujuan hidup, membangun harapan positif, serta merencanakan masa depan. Dengan demikian, dukungan sosial memiliki kontribusi signifikan dalam membentuk kejelasan, motivasi, dan kesiapan siswa dalam mempersiapkan masa depan akademik maupun karier.

#### 5. Pengaruh Regulasi Diri terhadap Orientasi Masa Depan remaja

Regulasi diri memiliki hubungan positif dan signifikan dengan orientasi masa depan, meskipun lebih rendah dibandingkan dukungan sosial. Nilai korelasi antara aspek regulasi diri dan aspek orientasi masa depan berada pada kategori rendah hingga sedang, yaitu antara 0,133 hingga 0,198. Namun beberapa korelasi tetap signifikan pada  $p < 0,05$ . Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan metakognitif, motivasi internal, dan kontrol perilaku siswa (sesuai kerangka Zimmerman), maka semakin matang pula orientasi masa depan mereka. Regulasi diri membantu siswa menetapkan tujuan jangka panjang, mengatur tindakan, serta mengevaluasi progres, sehingga mereka lebih siap merancang masa depan. Dalam konteks akademik kelas XII, kemampuan regulasi diri sangat penting untuk mengambil keputusan terkait karier dan pendidikan lanjutan.

#### 6. Pengaruh Dukungan Sosial dan Regulasi Diri terhadap Orientasi Masa Depan remaja

Hasil analisis hipotesis menunjukkan bahwa dukungan sosial dan regulasi diri secara simultan berpengaruh signifikan terhadap orientasi masa depan, dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Kedua variabel tersebut memberikan kontribusi sebesar 0,575 atau 57,4%, sedangkan 42,5% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Temuan ini menunjukkan bahwa orientasi masa depan siswa tidak hanya bergantung pada kemampuan internal (regulasi diri), tetapi juga lingkungan sosial yang mendukung

(dukungan sosial). Siswa yang mendapat dukungan emosional, informasi, serta bimbingan dari lingkungan, dan sekaligus mampu mengatur diri dengan baik, akan lebih mampu membangun gambaran masa depan yang jelas, terarah, dan realistik.

## B. Saran

### 1. Untuk Siswa dengan tingkat:

#### a. Dukungan Sosial rendah

Bagi siswa yang berada pada kategori dukungan sosial rendah, disarankan untuk lebih aktif membangun hubungan positif dengan lingkungan sosial mereka, baik keluarga, teman sebaya, maupun guru. Siswa dapat mulai dengan membuka diri, berkomunikasi secara jujur, serta meminta bantuan ketika menghadapi kesulitan, baik akademik maupun personal Selain itu, penting bagi siswa untuk mengikuti kegiatan sekolah seperti ekstrakurikuler atau komunitas belajar, untuk memperluas jejaring sosial dan meningkatkan rasa memiliki (*sense of belonging*). Keterlibatan dalam lingkungan sosial dapat membantu mereka mendapatkan perhatian emosional, bimbingan, serta rasa aman yang diperlukan untuk mendukung perkembangan psikososial mereka.

#### b. Regulasi Diri rendah

Bagi siswa yang memiliki regulasi diri rendah, dianjurkan untuk mulai melatih kemampuan mengatur diri melalui strategi yang terarah sesuai teori Zimmerman, yaitu forethought (perencanaan), performance (pemantauan diri saat menjalankan tugas), dan self-reflection (evaluasi diri). Siswa dapat membuat jadwal belajar, menetapkan target yang realistik, dan berlatih memantau capaian diri secara berkala. Menggunakan jurnal belajar atau aplikasi perencanaan dapat membantu mereka lebih terstruktur dalam mengelola waktu dan tugas

Selain itu, siswa perlu membangun kebiasaan disiplin, seperti menyelesaikan tugas tepat waktu, meminimalisir pelanggaran poin, serta meminta umpan balik kepada guru untuk memperbaiki kinerja dalam akademik. Regulasi diri yang baik akan mendukung siswa dalam merencanakan masa depan lebih terarah

### c. Orientasi Masa Depan rendah

Bagi siswa dengan orientasi masa depan rendah, penting untuk mulai mengeksplorasi minat, potensi, dan tujuan hidup secara lebih mendalam. Siswa dapat melakukan konsultasi dengan Guru BK untuk memahami pilihan pendidikan atau pekerjaan yang sesuai, serta mengikuti kegiatan pengembangan diri seperti seminar karier, kunjungan industri, atau bimbingan konseling karier. Selain itu, siswa disarankan untuk membuat perencanaan masa depan jangka pendek dan jangka panjang, serta mengidentifikasi langkah konkret yang perlu dilakukan. Penguatan motivasi internal juga penting, seperti menanamkan keyakinan bahwa masa depan dapat berubah melalui usaha dan perencanaan yang matang. Kesadaran akan pentingnya masa depan akan membantu mereka lebih fokus dan optimis dalam menentukan arah hidup.

## 2. Untuk sekolah

Sekolah diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan sosial dan psikologis siswa. Sekolah perlu memperkuat program yang berorientasi pada peningkatan dukungan sosial, seperti kegiatan organisasi, mentoring siswa, dan program pendampingan akademik. Selain itu, sekolah dapat menyusun kurikulum atau kegiatan tambahan yang fokus pada penanaman keterampilan regulasi diri, seperti manajemen waktu, strategi belajar, dan keterampilan pengambilan keputusan. fasilitas bimbingan dan konseling juga diperlukan, baik dari segi jumlah guru bk, kualitas layanan, maupun

penyediaan ruangan yang nyaman. Guru bk memiliki peran memiliki peran strategis dalam meningkatkan dukungan sosial, regulasi diri, dan orientasi masa depan siswa. Guru BK disarankan untuk memberikan layanan konseling individual maupun kelompok yang menekankan pada peningkatan keterampilan regulasi diri, penetapan tujuan, dan perencanaan karier. Selain itu, layanan bimbingan dan konseling seperti mengembangkan program bimbingan karier yang lebih terstruktur, seperti workshop peminatan, pengenalan dunia kerja, pelatihan membuat CV, serta simulasi wawancara. Dengan dukungan sistem sekolah, siswa dapat memperoleh lingkungan belajar yang kondusif untuk membentuk orientasi masa depan yang kuat.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengkaji topik serupa, disarankan untuk memperluas ruang lingkup penelitian, baik dari segi jumlah maupun variasi karakteristik responden, sehingga hasil penelitian dapat menggambarkan kondisi yang lebih beragam dan meningkatkan generalisasi temuan. Peneliti selanjutnya juga dapat menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi orientasi masa depan, seperti efikasi diri, dukungan teman sebaya, kondisi keluarga, atau faktor lingkungan sekolah, mengingat dalam penelitian ini masih terdapat kontribusi variabel luar sebesar 43%.

Selain itu, penggunaan metode campuran (*mixed methods*) atau pendekatan kualitatif dapat dilakukan untuk menggali lebih dalam pengalaman subjektif siswa terkait dukungan sosial, regulasi diri, maupun proses mereka dalam merencanakan masa depan. Peneliti juga dapat mempertimbangkan penggunaan alat ukur yang berbeda atau lebih spesifik pada tiap aspek variabel, agar hasil analisis menjadi lebih rinci dan komprehensif. Dengan demikian, penelitian selanjutnya diharapkan dapat memberikan kontribusi yang lebih luas dalam memahami dinamika orientasi masa depan remaja.

## REFERENSI

- Afifah. (2011). Pengaruh Dukungan Orang Tua Terhadap Orientasi Masa Depan Dalam Pekerjaan Pada Remaja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 12.
- Alifia. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua, Efikasi Diri, dan Jenis Kelamin Terhadap Orientasi Masa Depan Pendidikan Pada Remaja Akhir. . *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, , 12.
- Alwisol. (2006). *Psikologi kepribadian* (Edisi Ke-14). UMM Press.
- Aprilia, L. (2018). Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Orang Tua Terhadap Orientasi Masa Depan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 228–235. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i2.4562>
- Azwar, B. (2022). Penguatan self-regulation anak panti asuhan aisyah curup selama belajar daring di masa pandemi covid 19. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6(2), 251. <https://doi.org/10.29240/jbk.v6i2.5323>
- Balashov, E., Pasicichnyk, I., & Kalamazh, R. (2021). Metacognitive awareness and academic self-regulation of hei students. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 9(2), 161–172. <https://doi.org/10.23947/2334-8496-2021-9-2-161-172>
- Bandura, A. (1991). Social Cognitive Theory of Self-Regulation. *Organizational Behavior and Decision Processes*, 50(2), 248–287. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90022-L](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022-L)
- Baumeister, R. F., & Heatherton, T. F. (1996). Self-regulation failure: An overview. *Psychological Inquiry*, 7(1), 1–15. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli0701\\_1](https://doi.org/10.1207/s15327965pli0701_1)
- Beal, S. J. (2011). *The Development of Future Orientation: Underpinnings and Related Constructs*. <https://digitalcommons.unl.edu/psychdiss/32>
- Berger, A. (2011). *Self-regulation: Brain, cognition, and development*. American Psychological Association.
- Bingung Setelah Lulus SMA*. (2005).
- Bungin, B. (2006). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Kencana.
- Cahyani, B. H., Alsa, A., Ramdhani, N., & Khalili, F. N. (2019). The role of classroom management and mastery goal orientation towards student's self-regulation in learning Mathematics. *Psikohumaniora*, 4(2), 117–128. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v4i2.3576>

- Carey, K. B., Neal, D. J., & Collins, S. E. (2004). A psychometric analysis of the self-regulation questionnaire. *Addictive Behaviors*, 29(2), 253–260. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2003.08.001>
- Catrian, N. P. (2020). *Pengaruh self-regulation terhadap orientasi masa depan pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta*. <http://repository.unj.ac.id/id/eprint/10132>
- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus lengkap psikologi*. Raja Grafindo Persada.
- Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1994). Perceived parental social support and academic achievement: An attachment theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 369–378. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8195992/>
- Desmita. (2006). *Psikologi Perkembangan*. PT. Rosdakarya.
- Friskilia, O., & Winata, H. (2018). Regulasi diri sebagai determinan hasil belajar siswa sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 3(1), 184. <https://doi.org/10.17509/jpm.v3i1.9454>
- Gani, I., & Amalia, S. (2018). *Alat Analisis Data*. CV. Andi Offset.
- Goleman, D. (2002). *Emotional Intelligence*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hart, D., & Damon, W. (1988). Self-understanding and social cognitive development. *Early Child Development and Care*, 40(1), 5–23. <https://doi.org/10.1080/0300443880400102>
- Hilmi, M. S. D. (2017a). *Dukungan Sosial Penerimaan Diri dan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Mahasiswa Disabilitas (Tuna Netra) di Kota Malang*.
- Latipun, & Notosoedirdjo. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*. UMM Press.
- Liputan Khusus Pendidikan: Mau jadi apa setelah lulus SLTA?* (2006a).
- Nurmi, J. E. (1991). How do adolescents see their future? A review of the development of future orientation and planning. *Developmental Review*, 11, 1–59.
- Nurmi, J. E. (2002a). *The Development Future Orientation in Life Span Context*. University of Helsinki Department of Psychology Research.
- Nurmi, J. E. (2002b). *The Development Future Orientation in Life Span Context*. University of Helsinki Department of Psychology Research.

- Putra, M. D. K. (2015). Uji validitas konstruk the social provisions scale. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 4(4), 365-379
- Preska, L., & Wahyuni, Z. I. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial, Self-Esteem Dan Self-Efficacy Terhadap Orientasi Masa Depan Pada Remaja Akhir. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 5(1), 65–78. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v22i1.8160>
- Safitri, N. A. A. (2017a). *Pengaruh Status Identitas Diri Terhadap Orientasi Masa Depan Siswa Kelas 2 MAN 2 Pasuruan.*
- Safitri, N. A. A. (2017b). *Pengaruh Status Identitas Diri Terhadap Orientasi Masa Depan Siswa Kelas 2 MAN 2 Pasuruan.*
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja (Edisi Keenam).* Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction.* John Wiley & Sons Inc.
- Seginer, R. (2009a). *Future Orientation: Developmental and Ecological.* Springer.
- Septi, A. A. (2024). *Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua, Efikasi Diri, Dan Jenis Kelamin Terhadap Orientasi Masa Depan Pendidikan Pada Remaja Akhir.*
- Smet, A. (1994). *Psikologi Kesehatan.* PT. Grasindo Persada.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Alfabeta.
- Supriyadi, E. (2014). *SPSS+Amos.* IN MEDIA.
- Taylor, S. E. (2009). *Health Psychology.* McGraw Hill.
- Winurini, S. (2021). Pengembangan Skala Orientasi Masa Depan Pendidikan pada Remaja Indonesia. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 12(2), 179–193. <https://doi.org/10.46807/aspirasi.v12i2.2495>

## LAMPIRAN

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1	Ketika saya membuthkan bantuan, ada orang yang selalu dapat diandalkan untuk menolong saya				
2	Saya merasa bahwa saya tidak memiliki hubungan personal yang dekat dengan orang lain				
3	Saya tidak mendapatkan dukungan dari keluarga dan teman ketika mengalami masalah				
4	Teman teman meminta saran saya ketika mereka mengalami masalah				
5	Saya menikmati kegiatan sosial yang dilakukan bersama teman				
6	Saya merasa orang lain tidak menghargai kemampuan saya				
7	Saya merasa bertanggung jawab atas kesejahteraan orang lain				
8	Saya merasa menjadi bagian dari orang lain yang berbagi kesenangan dan percaya dengan saya.				
9	Saya berpikir orang lain tidak menghormati keterampilan dan kemampuan saya				
10	Jika ada yang tidak beres, tidak ada yang akan datang membantu saya.				
11	Saya memiliki hubungan dekat sehingga dapat memberikan saya rasa aman dan kesejahteraan.				
12	Ada seseorang yang bisa saya ajak bicara tentang keputusan penting dalam hidup saya.				
13	Lingkungan sekitar saya mengakui kompetensi dan kemampuan saya				
14	Tidak ada teman yang memiliki minat yang sama dengan saya.				
15	Tidak ada orang yang benar-benar bergantung pada saya untuk kesejahteraan mereka.				
16	Saya menanyakan pendapat kepada orang yang terpercaya ketika saya sedang mengalami masalah				
17	Saya memiliki ikatan emosional yang kuat setidaknya dengan satu orang				
18	Tidak ada satu orang pun yang dapat diandalkan untuk memberikan saran ketika saya membutuhkannya				

19	Tidak ada satu orang pun yang dapat diajak berbicara secara nyaman mengenai masalah saya.				
20	Ada orang yang mengagumi bakat dan kemampuan saya.				
21	Saya tidak memiliki perasaan yang dekat dengan orang lain.				
22	Tidak ada orang yang suka melakukan hal hal yang saa seperti yang saya lakukan.				
23	Ada orang yang dapat saya andalkan dalam keadaan darurat.				
24	Tidak ada satu orang pun yang mengandalakan saya untuk kesejahteraan mereka.				

**Lampiran 1 kuisioner skala dukungan sosial**

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1	Saya memilih cita-cita berdasarkan bakat dan minat saya				
2	Saya ingin mencapai kesuksesan				
3	Saya belajar dengan giat agar tercapai tujuan saya				
4	Saya memiliki daftar keinginan yang ingin saya capai				
5	Saya mampu menganalisa permasalahan sebelum mengambil keputusan				
6	Saya ingin cita-cita saya dapat terwujud				
7	Saya antusias menyelesaikan tugas yang sesuai keahlian saya				
8	Saya lebih suka berpikir dulu sebelum bertindak				
9	Saya mengikuti kegiatan yang mendukung tercapainya impian saya				
10	Cita-cita saya hanya mengikuti kebanyakan teman-teman				
11	Saya acuh dengan impian saya				
12	Saya mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan				
13	Saya bersikap cuek terhadap masalah yang sedang saya alami				
14	Saya enggan bersusah payah untuk mencapai keinginan				
15	Menurut saya perencanaan tidak mempengaruhi keberhasilan				
16	Saya ragu-ragu dalam menentukan keputusan				
17	Saya mudah putus asa ketika menghadapi tugas yang sulit				

18	Saya enggan mengikuti banyak kegiatan meski hal itu mendukung tercapainya impian				
----	----------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

**Lampiran 2 kuisioner skala regulasi diri**

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1	Saya aktif mencari informasi mengenai jurusan kuliah yang ingin saya tuju				
2	Saya antusias berdiskusi dengan pihak terpercaya (misal alumnus, guru BK, psikolog) untuk membahas jurusan kuliah selepas SMK				
3	Saya terbuka menerima saran dan masukan mengenai pendidikan selepas SMK				
4	Bagi saya, komitmen untuk melanjutkan pendidikan setelah lulus sekolah merupakan hal yang serius				
5	Saya akan melakukan apa saja supaya bisa melanjutkan pendidikan setelah lulus sekolah				
6	Saya akan giat belajar supaya saya bisa kuliah di jurusan dan perguruan tinggi yang saya inginkan				
7	Saya mempertimbangkan potensi dan minat saya dalam memilih jurusan kuliah				
8	Saya mempertimbangkan beberapa hal yang saya butuhkan untuk bisa melanjutkan pendidikan selepas SMK (misal: kesiapan dana, bimbingan belajar, dll.)				
9	Saya mempertimbangkan beberapa alternatif perguruan tinggi untuk melanjutkan pendidikan setelah lulus SMK				
10	Saya memikirkan cara mengatasi hambatan supaya bisa melanjutkan pendidikan				
11	Saya memikirkan jurusan kuliah yang saya pilih apakah sesuai dengan harapan saya				
12	Saya memikirkan apakah saya sanggup menyelesaikan kuliah tepat waktu dengan hasil yang baik				
13	Sekolah setinggi mungkin menjadi prioritas dalam hidup saya				
14	Penting bagi saya memikirkan jurusan kuliah dengan serius				
15	Saya yakin memiliki peluang besar untuk melanjutkan pendidikan setelah lulus SMK				
16	Saya optimis dapat mengatasi hambatan untuk melanjutkan pendidikan setelah lulus SMK				
17	Saya bisa mengambil keputusan secara mandiri terkait pendidikan saya				

**Lampiran 3 kuisioner skala orientasi masa depan**

### **Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,759 <sup>a</sup>	,575	,570	2,329

a. Predictors: (Constant), RD, DS

b. Dependent Variable: OMD

### **ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1117,399	2	558,699	102,962	,000 <sup>b</sup>
	Residual	824,795	152	5,426		
	Total	1942,194	154			

a. Dependent Variable: OMD

b. Predictors: (Constant), RD, DS

### **Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
		B	Std. Error			
1	(Constant)	32,425	3,075		9,715	,000
	DS	,712	,115	,525	7,457	,000
	RD	,427	,104	,398	3,427	,000

a. Dependent Variable: OMD

### **Lampiran 4 uji hipotesis**

### **Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
DS	155	63	96	93,95	6,628
RD	155	27	72	69,92	6,700
OMD	155	50	68	66,81	3,551
Valid N (listwise)	155				

### **Lampiran 5 uji deskriptif**

#### **One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

Unstandardized Residual		
N		155
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	2,31426270
Most Extreme Differences	Absolute	,419
	Positive	,363
	Negative	-,419
Test Statistic		,419
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

### **Lampiran 6 uji normalitas**

Bagian 1 dari 5

## Pengaruh Dukungan Sosial dan Regulasi Diri terhadap Orientasi Masa Depan peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan

Kepada peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan  
Perkenalkan, saya Adinda Wardatul Amanah, mahasiswa Psikologi di UIN Malang. Saat ini, saya sedang melakukan penelitian mengenai " Pengaruh Dukungan Sosial dan Regulasi Diri terhadap Orientasi Masa Depan peserta didik kelas XII SMK Negeri Winongan" sebagai bagian dari tugas akhir skripsi. Dengan ini saya mohon bantuan teman-teman agar bersedia mengisi kuesioner ini.

Adapun responden yang diharapkan memiliki kriteria sebagai berikut:

1. Siswa kelas XII SMK Negeri Winongan

Beberapa hal yang perlu anda ketahui:

1. Data penelitian ini bersifat **RAHASIA**  
2. Tidak ada jawaban **BENAR** atau **SALAH**  
3. Jawablah **SESUAI** dengan diri Anda **BUKAN** dengan apa yang seharusnya terjadi  
4. Data diambil untuk kepentingan penelitian saja tidak untuk disebarluaskan  
5. Isilah pernyataan dengan **SEJUJUR-JUJURNYA**

Apabila anda memiliki pertanyaan terkait penelitian ini, silahkan menghubungi peneliti melalui email berikut:  
[dindawardah1409@gmail.com](mailto:dindawardah1409@gmail.com)

Hormat saya,  
Adinda Wardatul Amanah

### Lampiran 7 Informed consent