

Fenomena *Career Decision Regret* pada Mahasiswa Perantau: Analisis Faktor Internal, Eksternal, dan Kontekstual

Nengsih^{12a}, M.Ramli^{*1b}, Diniy Hidayatur Rahman^{1c}, Yuliati Hotifah^{1d}

¹Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang 5, Malang, 65145, Jawa Timur

²Institut Agama Islam Negeri Langsa, Jl. Meurandeh, Langsa, 24411, Aceh

e-mail: ^a nengsih@iainlangsa.ac.id, ^b m.ramli.fip@um.ac.id, ^c diniy.hidayatur.fip@um.ac.id, ^d yuliati.hotifah.fip@um.ac.id
^{*}nengsih@iainlangsa.ac.id.

Received: 8 July 2026; Revised: 9 July 2026; Accepted: 10 July 2026

Abstract: This study aimed to (1) identify the level of career decision regret, (2) examine the internal, external, and contextual factors contributing to its development, and (3) develop an empirically grounded integrative model of career decision regret among migrant students. A mixed-method approach with an explanatory sequential design was employed. The quantitative phase involved 86 migrant undergraduate students selected through purposive sampling, followed by in-depth interviews with 17 participants who reported moderate to high levels of career decision regret. Quantitative data were analyzed using descriptive statistics, while qualitative data were analyzed through thematic analysis. The findings revealed that 71% of respondents experienced moderate to high levels of career decision regret ($M = 3.42$, $SD = 0.68$, $\alpha = 0.82$). Thematic analysis identified five major themes: identity misalignment, inauthentic decision-making, expectation-reality discrepancy, social comparison and counterfactual thinking, and the psychological vulnerability of migrant students. These findings extend the theoretical understanding of career decision regret and provide evidence for strengthening career guidance and counseling services for migrant students.

Keywords: career decision regret; migrant students; internal factors; external factors; contextual factors

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengidentifikasi tingkat *career decision regret*, (2) menganalisis faktor internal, eksternal, dan kontekstual yang memengaruhinya, serta (3) mengembangkan model integratif berbasis temuan empiris pada mahasiswa perantau. Penelitian menggunakan pendekatan *mixed-method* dengan desain *explanatory sequential*. Tahap kuantitatif melibatkan 86 mahasiswa perantau yang dipilih secara *purposive sampling*, sedangkan tahap kualitatif melibatkan 17 partisipan dengan tingkat *career decision regret* sedang hingga tinggi. Data kuantitatif dianalisis menggunakan statistik deskriptif, sedangkan data kualitatif dianalisis melalui analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 71% responden berada pada kategori *career decision regret* sedang hingga tinggi ($M = 3,42$; $SD = 0,68$; $\alpha = 0,82$). Analisis tematik mengidentifikasi lima tema utama, yaitu ketidakselarasan identitas, pengambilan keputusan tidak autentik, kesenjangan ekspektasi-realitas, perbandingan sosial dan pemikiran kontrafaktual, serta kerentanan psikologis mahasiswa perantau. Temuan ini berkontribusi pada pengembangan teori *career decision regret* dan menjadi dasar penguatan layanan bimbingan dan konseling karier bagi mahasiswa perantau.

Kata Kunci: *career decision regret*; mahasiswa perantau; faktor internal; faktor eksternal; faktor kontekstual.

How to Cite: Nengsih, N., Ramli, M., Rahman, D. H & Hotifah, Y. (2026). Fenomena *Career Decision Regret* pada Mahasiswa Perantau: Analisis Faktor Internal, Eksternal, dan Kontekstual. *Jurnal Konseling Indonesia*, 11(2), 72-91. <https://doi.org/10.21067/jki.v11i2.14555>

Copyright © 2026 (Nengsih, M. Ramli, Diniy Hidayatur Rahman, Yuliati Hotifah)

Pendahuluan

Dunia kerja saat ini berubah sangat cepat, ditandai oleh kemajuan teknologi, digitalisasi di berbagai bidang, dan ketidakpastian lapangan kerja pascapandemi. Perubahan ini membuat keputusan karier menjadi salah satu isu paling krusial dalam psikologi pendidikan dan konseling (Savickas, 2015; Hirschi, 2018; Xu & Tracey, 2017). Mahasiswa tidak hanya menghadapi tuntutan akademik, tetapi juga tekanan untuk menentukan jalur karier di tengah situasi yang belum pernah dihadapi sebelumnya. Guo et al. (2025) menegaskan bahwa ketidakjelasan harapan karier yang bersumber dari kurangnya pemahaman diri dan terbatasnya informasi pasar kerja merupakan salah satu penyebab terbesar tekanan psikologis pada mahasiswa masa kini.

Di Indonesia, akses terhadap pendidikan tinggi terus mengalami peningkatan yang ditandai dengan bertambahnya jumlah mahasiswa aktif di berbagai perguruan tinggi. Statistik Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi menunjukkan bahwa pada tahun akademik 2024/2025 terdapat lebih dari 11 juta mahasiswa aktif yang tersebar di perguruan tinggi negeri maupun swasta di seluruh Indonesia. Meningkatnya jumlah mahasiswa tersebut menunjukkan semakin besarnya populasi mahasiswa yang menjalani pendidikan tinggi di berbagai wilayah Indonesia, termasuk mereka yang menempuh studi di luar daerah asalnya, meskipun hingga saat ini Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (PDDikti) belum menyediakan statistik nasional yang secara khusus mengidentifikasi status mahasiswa sebagai mahasiswa perantau (Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi, 2025).

Fenomena ketidaksesuaian antara pilihan program studi dengan karakteristik individu juga menjadi persoalan yang mulai mendapat perhatian di Indonesia. Penelitian Diana et al. (2023) terhadap 1.283 mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia menunjukkan bahwa hampir 30% mahasiswa merasa salah memilih jurusan. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa mahasiswa yang merasa salah jurusan memiliki tingkat *self-knowledge*, *occupational knowledge*, dan *help-seeking behavior* yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang merasa telah memilih jurusan secara tepat. Temuan ini mengindikasikan bahwa keputusan memilih program studi yang kurang didasarkan pada pemahaman diri dan informasi karier yang memadai berpotensi menimbulkan evaluasi negatif terhadap keputusan yang telah dibuat (Diana et al., 2023).

Dalam perspektif psikologi, *career decision regret* didefinisikan sebagai evaluasi kognitif dan emosional yang negatif terhadap keputusan karier yang telah diambil disertai perasaan menyesal setelah membandingkan keputusan tersebut dengan alternatif yang dianggap lebih baik (Zeelenberg & Pieters, 2007; Epstude & Roese, 2008). Pada konteks mahasiswa, Kılıç dan Günal (2023) menunjukkan bahwa *career decision regret* dipengaruhi oleh kombinasi ketidakjelasan tujuan karier, tekanan eksternal, serta keterbatasan informasi ketika memilih program studi. Dampaknya juga telah dibuktikan secara empiris, yaitu menurunkan kesejahteraan psikologis dan perilaku karier proaktif (Doğanülkü & Güneşlice, 2022), meningkatkan *burnout* (Yan et al., 2022), serta menurunkan kepuasan hidup (Yang et al., 2022).

Upaya membantu mahasiswa dalam mengambil keputusan karier sebenarnya telah dilakukan melalui pembentukan Unit Layanan Konseling maupun Pusat Karier di berbagai perguruan tinggi. Namun, penelitian Renny et al. (2014) terhadap 264 perguruan tinggi di Indonesia menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil perguruan tinggi yang memiliki *career center* berbasis web, dan layanan yang paling dominan masih berupa penyediaan informasi lowongan kerja. Layanan lain, seperti konsultasi karier, forum alumni, maupun pendampingan individual, masih relatif jarang tersedia. Temuan tersebut menunjukkan bahwa fungsi *career center* di Indonesia masih lebih berorientasi pada penempatan kerja dibandingkan pendampingan psikologis dalam proses pengambilan keputusan karier.

Bagi mahasiswa perantau, situasi tersebut menjadi semakin kompleks. Selain menghadapi konsekuensi dari keputusan memilih program studi, mereka juga harus beradaptasi dengan lingkungan sosial, budaya, dan akademik yang baru, kehilangan jaringan dukungan sosial, menghadapi tekanan finansial, serta menjalani kehidupan yang lebih mandiri (Smith & Khawaja, 2011; Sawir et al., 2008). Penelitian menunjukkan bahwa keterpisahan dari keluarga dan lingkungan yang telah dikenal

meningkatkan risiko stres, kecemasan, dan depresi pada mahasiswa yang belajar jauh dari rumah (X. Liu et al., 2023). Selain itu, dukungan sosial yang dirasakan terbukti memediasi hubungan antara keterasingan dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau sehingga rendahnya dukungan sosial meningkatkan kerentanan terhadap berbagai permasalahan psikologis (Y. Liu et al., 2025). Meskipun demikian, penelitian mengenai *career decision regret* masih didominasi oleh pembahasan mengenai faktor individual maupun keluarga, sedangkan pengalaman sebagai mahasiswa perantau sebagai konteks yang dapat memperkuat munculnya *career decision regret* masih sangat terbatas, khususnya dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia.

Kebaruan ilmiah penelitian ini terletak pada tiga aspek. Pertama, penelitian ini mengintegrasikan faktor internal, eksternal, dan kontekstual dalam satu kerangka analisis untuk menjelaskan munculnya *career decision regret* pada mahasiswa perantau, sementara penelitian sebelumnya cenderung mengkaji faktor-faktor tersebut secara terpisah. Kedua, penelitian ini mengembangkan suatu model integratif yang memandang *career decision regret* sebagai proses psikologis yang dinamis dan berulang (*dynamic and iterative process*), bukan sebagai kondisi yang bersifat statis. Ketiga, penelitian ini menempatkan pengalaman sebagai mahasiswa perantau sebagai *contextual reinforcing factor* yang memperkuat dinamika *career decision regret*, suatu aspek yang hingga saat ini belum banyak diintegrasikan secara eksplisit dalam model konseptual mengenai *career decision regret*.

Model integratif yang dihasilkan dalam penelitian ini tidak disusun semata-mata berdasarkan sintesis literatur, melainkan dikembangkan secara empiris melalui temuan penelitian. Tahap kuantitatif digunakan untuk memetakan tingkat *career decision regret* serta mengidentifikasi pola hubungan antar faktor, sedangkan tahap kualitatif bertujuan mengeksplorasi pengalaman subjektif mahasiswa perantau dalam proses pengambilan keputusan karier. Integrasi kedua temuan tersebut pada tahap interpretasi menghasilkan model konseptual yang berakar pada data empiris (*empirically grounded model*), sekaligus didialogkan dengan teori dan temuan penelitian sebelumnya untuk memperkuat validitas konseptualnya.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengukur tingkat *career decision regret* pada mahasiswa perantau secara kuantitatif; (2) mengidentifikasi faktor-faktor internal, eksternal, dan kontekstual yang berkontribusi terhadap munculnya *career decision regret*; serta (3) mengembangkan model integratif berbasis temuan empiris yang menjelaskan dinamika *career decision regret* pada mahasiswa perantau melalui pendekatan *mixed-method* dengan desain *explanatory sequential*.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed-method* dengan desain *explanatory sequential*, yaitu desain penelitian yang diawali dengan pengumpulan dan analisis data kuantitatif, kemudian dilanjutkan dengan pengumpulan dan analisis data kualitatif untuk menjelaskan, memperdalam, dan menginterpretasikan temuan kuantitatif (Creswell & Creswell, 2018). Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti tidak hanya mengidentifikasi tingkat *career decision regret* dan faktor-faktor yang berkaitan dengannya secara kuantitatif, tetapi juga memahami secara lebih mendalam pengalaman subjektif mahasiswa perantau yang melatarbelakangi munculnya fenomena tersebut. Integrasi kedua jenis data pada tahap akhir menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika *career decision regret* serta menjadi dasar dalam pengembangan model integratif penelitian.

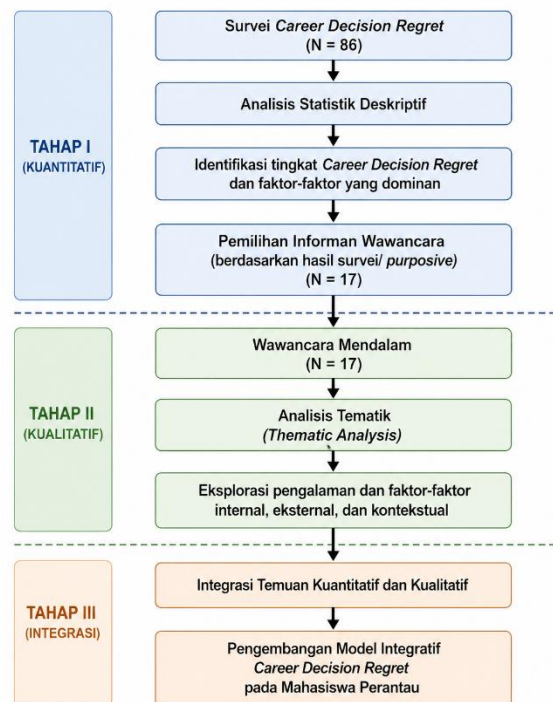


Fig 1. Alur penelitian mixed-method explanatory sequential

Penelitian ini melibatkan dua kelompok partisipan. Pada tahap kuantitatif, sebanyak 86 mahasiswa perantau direkrut menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria: (1) mahasiswa aktif program sarjana (S1); (2) sedang menempuh pendidikan di luar kota asal; dan (3) pernah mengalami keraguan atau penyesalan terhadap jurusan yang dipilih. Proses seleksi dilakukan oleh peneliti utama bersama dua asisten peneliti yang telah memperoleh pelatihan dengan memverifikasi setiap calon partisipan berdasarkan ketiga kriteria tersebut sebelum diikutsertakan dalam penelitian.

Pada tahap kualitatif, sebanyak 17 informan dipilih dari partisipan survei menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan dua pertimbangan, yaitu memiliki skor *career decision regret* pada kategori sedang hingga tinggi serta bersedia mengikuti wawancara mendalam. Informan berasal dari empat perguruan tinggi, yaitu IAIN Langsa ($n = 7$), Universitas Samudra ($n = 5$), UIN Maulana Malik Ibrahim Malang ($n = 3$), dan Universitas Negeri Surabaya ($n = 2$). Seluruh informan berusia antara 18–24 tahun, terdiri atas mahasiswa laki-laki dan perempuan, serta berasal dari berbagai tingkat semester sehingga memberikan keragaman pengalaman terkait pengambilan keputusan karier dan kehidupan sebagai mahasiswa perantau. Rincian karakteristik partisipan disajikan pada Tabel 1.

Table 1. Demographic Characteristics of Interview Participants (N = 17)

Participant	University	Gender	Age	Semester	Migration Duration	CDR Level
P1	IAIN Langsa	Female	19	2	8 months	High
P2	IAIN Langsa	Male	20	4	12 months	Moderate
P3	IAIN Langsa	Female	21	6	18 months	High
P4	IAIN Langsa	Female	22	8	24 months	High
P5	IAIN Langsa	Male	20	4	15 months	High
P6	IAIN Langsa	Female	21	6	20 months	Moderate
P7	IAIN Langsa	Male	22	8	26 months	High
P8	Universitas Samudra	Female	19	2	9 months	Moderate
P9	Universitas Samudra	Male	20	4	13 months	High

Participant	University	Gender	Age	Semester	Migration Duration	CDR Level
P10	Universitas Samudra	Female	21	6	17 months	High
P11	Universitas Samudra	Male	22	8	22 months	High
P12	Universitas Samudra	Female	20	4	14 months	Moderate
P13	UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	Female	21	6	19 months	High
P14	UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	Male	22	8	23 months	High
P15	UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	Female	20	4	15 months	Moderate
P16	Universitas Negeri Surabaya	Male	21	6	18 months	High
P17	Universitas Negeri Surabaya	Female	22	8	24 months	High

Jumlah 17 informan ditetapkan berdasarkan prinsip *data saturation*, yaitu kondisi ketika proses wawancara tidak lagi menghasilkan tema, kategori, atau informasi baru yang substantif (Guest et al., 2020). Dalam penelitian ini, indikasi saturasi mulai tercapai setelah wawancara ke-14. Untuk memastikan kestabilan temuan, peneliti melakukan tiga wawancara tambahan sehingga total informan yang diwawancarai berjumlah 17 orang.

Data kuantitatif dikumpulkan menggunakan *Career Decision Regret Scale* (CDRS) yang diadaptasi dari Erdurcan dan Kirdök (2017). Instrumen ini merupakan skala unidimensional yang terdiri atas lima butir pernyataan dengan skala Likert lima poin (1 = sangat tidak setuju hingga 5 = sangat setuju). Pada penelitian pengembangannya terhadap 410 mahasiswa, hasil *confirmatory factor analysis* menunjukkan kecocokan model yang baik ($\chi^2/df = 2.545$; RMSEA = 0.06; CFI = 0.99), dengan *factor loading* berkisar antara 0.75–0.85. Analisis faktor eksploratori menunjukkan bahwa satu faktor menjelaskan 74% varians total, sedangkan reliabilitas internal instrumen mencapai Cronbach's alpha sebesar 0.91 (Erdurcan & Kirdök, 2017).

Untuk digunakan pada konteks Indonesia, instrumen diadaptasi melalui prosedur *forward translation* dan *backward translation*. Dua penerjemah bilingual menerjemahkan instrumen dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia (*forward translation*), kemudian hasil terjemahan disintesis menjadi satu versi Indonesia. Selanjutnya, seorang penerjemah bilingual independen melakukan *backward translation* ke dalam bahasa Inggris untuk memastikan kesetaraan makna dengan instrumen asli. Hasil proses tersebut menunjukkan bahwa seluruh butir memiliki kesepadanan konseptual dengan instrumen asli, sementara penyesuaian yang dilakukan hanya bersifat linguistik agar lebih sesuai dengan konteks mahasiswa Indonesia. Validitas isi selanjutnya dievaluasi oleh panel ahli menggunakan indeks Aiken's V, sedangkan reliabilitas instrumen pada penelitian ini diuji menggunakan koefisien Cronbach's alpha.

Kelima butir pada *Career Decision Regret Scale* merepresentasikan lima indikator utama, yaitu: (1) keyakinan terhadap ketepatan keputusan memilih jurusan, (2) penyesalan terhadap keputusan memilih jurusan, (3) kesediaan memilih jurusan yang sama apabila memiliki kesempatan kedua, (4) persepsi mengenai konsekuensi negatif dari keputusan yang telah diambil, dan (5) penilaian terhadap rasionalitas keputusan memilih jurusan. Tiga butir (item 1, 3, dan 5) merupakan *reverse items* sehingga dilakukan pembalikan skor sebelum proses analisis (Erdurcan & Kirdök, 2017).

Data kualitatif dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur berdurasi sekitar 20–40 menit. Panduan wawancara dikembangkan berdasarkan konstruk yang diidentifikasi dari hasil kajian literatur dan temuan kuantitatif, meliputi faktor internal, faktor eksternal, dan faktor kontekstual yang

memengaruhi *career decision regret*. Kredibilitas data dijaga melalui *member checking* dan *peer debriefing* (Braun & Clarke, 2006).

Penelitian dilaksanakan dalam dua tahap. Pertama, kuesioner disebarakan secara daring kepada partisipan yang memenuhi kriteria, kemudian dianalisis untuk mengetahui distribusi dan kategori tingkat penyesalan menggunakan statistik deskriptif. Kategorisasi skor dilakukan berdasarkan norma tiga kategori: rendah ($< M - 0,5 SD$), sedang ($M \pm 0,5 SD$), dan tinggi ($> M + 0,5 SD$). Kedua, partisipan terpilih diundang untuk wawancara mendalam secara langsung atau daring, direkam dengan persetujuan mereka, dan ditranskrip secara verbatim. Data kualitatif dianalisis menggunakan analisis tematik reflektif (Braun & Clarke, 2006) melalui enam tahapan: (1) pembiasaan data, (2) pengodean awal, (3) pencarian tema, (4) peninjauan tema, (5) pendefinisian dan penamaan tema, dan (6) penyusunan laporan. Integrasi temuan dilakukan pada tahap interpretasi, dengan menggunakan wawasan dari data kualitatif untuk menjelaskan dan memperkaya temuan kuantitatif.

Seluruh prosedur penelitian telah memperoleh persetujuan etis dari komite etika penelitian Universitas Negeri Malang. Setiap partisipan menandatangani lembar persetujuan informasi (*informed consent*) sebelum berpartisipasi. Kerahasiaan data dijaga melalui pengkodean identitas (P1–P17 untuk partisipan kualitatif) dan penyimpanan data terenkripsi. Partisipan memiliki hak untuk mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi.

Hasil

Sub-bagian 1. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Pengujian validitas menggunakan korelasi item-total yang telah dikoreksi menunjukkan bahwa seluruh butir dalam skala *career decision regret* memiliki koefisien korelasi di atas 0,30, sebagaimana tersaji pada Tabel 2. Artinya, semua butir dinyatakan valid. Sementara itu, uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha menghasilkan koefisien $\alpha = 0,82$, yang menandakan konsistensi internal yang baik sesuai standar yang ditetapkan Erdurcan & Kirdök (2017) dalam pengembangan skala aslinya. Nilai $\alpha > 0,70$ dianggap dapat diterima untuk instrumen psikologis (Stefana et al., 2025).

Tabel 2. Hasil Pengujian Validitas Instrumen

No	Item	Nilai-r	Interpretasi
1	Item 1	0,62	Valid
2	Item 3	0,65	Valid
3	Item 4	0,60	Valid
4	Item 6	0,63	Valid
5	Item 8	0,61	Valid

Sumber: Data primer penelitian (2025)

Sub-bagian 2. Statistik Deskriptif

Tabel 3 menyajikan statistik deskriptif *career decision regret*. Skor rata-rata sebesar 3,42 ($SD = 0,68$) menunjukkan bahwa secara umum mahasiswa perantau berada pada tingkat penyesalan yang tergolong sedang hingga tinggi. Koefisien variasi sebesar 19,88% mengindikasikan homogenitas yang memadai dalam populasi sampel. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Doğanülkü & Güneşlice, 2022) yang membuktikan bahwa *career decision regret* berdampak negatif secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Tabel 3. Statistik Deskriptif Career Decision Regret

Variabel	N	Rata-rata	SD	Min	Maks	Alpha (α)
Career Decision Regret	86	3,42	0,68	1,80	4,75	0,82

Sumber: Data primer penelitian (2025)

Sub-bagian 3. Kategorisasi Career Decision Regret

Tabel 4 memperlihatkan distribusi kategori tingkat *career decision regret*. Sebagian besar mahasiswa perantau berada pada kategori sedang hingga tinggi (71%), dengan rentang skor yang cukup bervariasi. Pola ini sejalan dengan temuan Kılıç & Günal (2023) yang mendokumentasikan tingginya prevalensi *career decision regret* di kalangan mahasiswa, terutama mereka yang membuat keputusan di bawah tekanan pihak lain dan dengan informasi yang terbatas.

Tabel 4. Distribusi Kategori Career Decision Regret

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase	Skor Rata-rata
Rendah	< 2,67	25	29%	2,15
Sedang	2,67 – 3,67	30	35%	3,25
Tinggi	> 3,67	31	36%	4,12
Total	-	86	100%	3,42

Sumber: Data primer penelitian (2025)

Berdasarkan hasil kategorisasi tersebut, tahap kualitatif tidak melibatkan seluruh responden, melainkan memilih partisipan secara purposive dari kelompok yang telah mengikuti survei kuantitatif. Pemilihan difokuskan pada mahasiswa yang berada pada kategori *career decision regret* sedang hingga tinggi, karena kelompok ini dinilai memiliki pengalaman yang lebih kaya dan relevan untuk menjelaskan proses terbentuknya penyesalan terhadap keputusan karier. Dari 86 responden yang terpilih, sebanyak 17 mahasiswa menyatakan kesediaannya untuk mengikuti wawancara mendalam dan dipilih dengan mempertimbangkan variasi jenis kelamin, semester, serta asal perguruan tinggi. Jumlah tersebut telah memenuhi prinsip data saturation, di mana tidak ditemukan lagi tema substantif baru setelah wawancara ke-14, sementara tiga wawancara berikutnya dilakukan untuk mengonfirmasi kestabilan tema yang telah diperoleh (Guest et al., 2020). Dengan demikian, tahap kualitatif berfungsi untuk memperdalam dan menjelaskan temuan kuantitatif mengenai tingginya *career decision regret* pada mahasiswa perantau sesuai dengan karakteristik desain explanatory sequential mixed-method (Creswell & Creswell, 2018).

Sub-bagian 4. Hasil Kualitatif: Analisis Tematik

Analisis tematik terhadap 17 partisipan mengidentifikasi lima tema utama yang saling berkaitan (lihat Tabel 5). Temuan ini menunjukkan bahwa *career decision regret* tidak muncul secara linier, melainkan melalui interaksi dinamis antara faktor internal, eksternal, dan kontekstual yang saling memperkuat satu sama lain melalui proses kognitif dan emosional yang berulang (Epstude & Roese, 2008). Kredibilitas analisis dikonfirmasi melalui peer debriefing dengan satu rekan peneliti eksternal dan member checking dengan tiga partisipan, tidak ada koreksi substantif yang diperlukan.

Tabel 5. Ringkasan Tema, Sub-tema, dan Frekuensi dalam Analisis Tematik

No	Tema Utama	Sub-tema	Jumlah Partisipan	Contoh Kutipan
1	Ketidakselarasan Identitas	Rendahnya kesadaran diri; Career identity belum terbentuk	14/17 (82%)	"Saya tidak benar-benar tahu apa yang saya inginkan saat itu" (P14)
2	Pengambilan Keputusan Tidak Autentik	Tekanan keluarga; Norma kolektivis; Kehilangan otonomi	15/17 (88%)	"Saya mengikuti pilihan orang tua, bukan pilihan saya sendiri" (P7)
3	Kesenjangan Ekspektasi–Realitas	Informasi karier tidak akurat; Disonansi kognitif pascapilihan	13/17 (76%)	"Ternyata jurusan ini tidak seperti yang saya bayangkan" (P11)
4	Perbandingan Sosial & Kontrafaktual	Membandingkan diri dengan teman; Pemikiran 'bagaimana jika'	16/17 (94%)	"Melihat teman yang lebih sukses membuat saya merasa salah pilih" (P6)
5	Kerentanan Psikologis Perantau	Kesepian; Terbatasnya dukungan sosial; Isolasi emosional	17/17 (100%)	"Jauh dari keluarga membuat saya lebih sering mempertanyakan keputusan saya" (P4)

Sumber: Data wawancara (2025)

Tema 1: Ketidakselarasan Identitas

Sebagian besar partisipan (82%) menunjukkan rendahnya kesadaran diri ketika mengambil keputusan karier. Kondisi ini mencerminkan apa yang dalam literatur kontemporer disebut sebagai *career expectation uncertainty*, yaitu situasi di mana seseorang memiliki gambaran yang samar tentang potensi kariernya akibat kurangnya pemahaman diri dan terbatasnya informasi pasar kerja (Guo, 2025). Ketidakselarasan identitas ini menciptakan ketidakcocokan antara pilihan akademik dan jati diri yang sedang berkembang (Savickas, 2013), sehingga mengurangi makna dan motivasi dalam keterlibatan akademik. Hal ini terungkap melalui pernyataan para partisipan:

"Saya tidak benar-benar tahu apa yang saya inginkan saat itu (P14)"

"Saya merasa jurusan ini bukan bagian dari diri saya (P10)"

"Saya tidak pernah benar-benar memahami diri sendiri sebelum memilih jurusan ini (P16)"

Tema 2: Pengambilan Keputusan yang Tidak Autentik

Sebagian besar partisipan (88%) melaporkan bahwa keputusan karier mereka lebih banyak ditentukan oleh tekanan dari keluarga dan lingkungan sosial daripada oleh keinginan sendiri. Tinjauan sistematis Damas & Kurniawati (2025) tentang keterlibatan orang tua dalam pengambilan keputusan karier di budaya kolektivis Asia mengkonfirmasi bahwa kendali orang tua yang tinggi cenderung melemahkan kemampuan anak untuk memutuskan sendiri. Dalam konteks budaya Indonesia yang menjunjung tinggi nilai kolektivisme, seperti menghormati orang tua dan menghindari konflik keluarga, keputusan karier sering kali didominasi oleh suara pihak lain (Khatijatussalihah et al., 2022)

"Saya mengikuti pilihan orang tua, bukan pilihan saya sendiri" (P7)"

"Saya takut mengecewakan orang tua jika tidak mengikuti pilihan mereka" (P13)"

"Saya sudah ragu sejak awal, tetapi saya melanjutkan karena tekanan keluarga" (P17)"

Tema 3: Kesenjangan antara Harapan dan Kenyataan (*Expectation-Reality Gap*)

Para partisipan (76%) melaporkan adanya kesenjangan besar antara harapan awal dan pengalaman akademik yang sesungguhnya. Fenomena ini mencerminkan disonansi kognitif (Festinger, 1954) yang terjadi ketika informasi yang diperoleh sebelum masuk kuliah tidak akurat sehingga menciptakan ekspektasi yang tidak realistis. Kajian tentang kesiapan pengambilan keputusan karier (Azhenov et al., 2023) menegaskan bahwa terbatasnya informasi karier yang akurat merupakan salah satu prediktor terkuat ketidakpuasan setelah keputusan diambil.

"Ternyata jurusan ini tidak seperti yang saya bayangkan" (P11)""

"Saya pikir akan lebih mudah, ternyata sangat sulit bagi saya" (P8)""

Tema 4: Evaluasi Diri melalui Perbandingan Sosial

Hampir seluruh partisipan (94%) cenderung menilai diri sendiri berdasarkan pencapaian orang lain. Penelitian terbaru mengkonfirmasi bahwa penggunaan media sosial secara pasif, yaitu sekadar memantau postingan kesuksesan orang lain, secara konsisten memicu perbandingan ke atas dan melemahkan harga diri (Le Blanc-Brillon et al., 2025). Proses perbandingan sosial ini berkaitan erat dengan pemikiran kontrafaktual, yaitu membayangkan "bagaimana jika saya memilih jalan yang berbeda", yang semakin memperdalam career decision regret (Epstude & Roese, 2008).

"Melihat teman-teman yang lebih sukses membuat saya merasa salah memilih jurusan" (P6)""

"Saya sering berpikir, bagaimana jika saya memilih jurusan yang berbeda" (P9)""

Tema 5: Kerentanan Psikologis Mahasiswa Perantau

Seluruh partisipan secara konsisten menyebutkan bahwa status perantau memperberat pengalaman negatif mereka. Liu et al. (2025) menemukan bahwa dukungan sosial yang dirasakan berperan sebagai mediator penting antara kondisi isolasi dan kesejahteraan mahasiswa perantau, di mana ketiadaan dukungan tersebut menciptakan kerentanan berlapis. Berbeda dengan mahasiswa yang tinggal di kota asal dan masih dapat mengakses dukungan keluarga secara langsung, mahasiswa perantau harus memproses keraguan dan career decision regret dalam kondisi yang relatif terisolasi.

"Jauh dari keluarga membuat saya lebih sering mempertanyakan keputusan saya" (P4)""

"Saya merasa tidak punya siapa-siapa untuk diajak bicara ketika menghadapi kesulitan" (P1)""

"Lingkungan baru membuat sulit beradaptasi dan sering membuat saya mempertanyakan pilihan saya" (P17)""

Sub-bagian 5. Integrasi Temuan Kuantitatif dan Kualitatif: Pengembangan Model Integratif Career Decision Regret

Sesuai dengan desain explanatory sequential mixed-method, tahap akhir penelitian ini dilakukan melalui proses meta-inference, yaitu mengintegrasikan hasil analisis kuantitatif dengan temuan analisis tematik untuk menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika career decision regret pada mahasiswa perantau (Creswell & Creswell, 2018). Integrasi dilakukan dengan membandingkan pola yang muncul dari data survei terhadap 86 responden dengan pengalaman subjektif yang diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap 17 informan. Hasil integrasi menunjukkan bahwa temuan kedua tahap penelitian saling melengkapi sehingga memungkinkan penyusunan suatu model integratif berbasis temuan empiris (empirically grounded integrative model), sebagaimana disajikan pada Gambar 2.

Temuan kuantitatif menunjukkan bahwa *career decision regret* merupakan fenomena yang cukup menonjol pada mahasiswa perantau. Nilai rata-rata sebesar 3,42 (SD = 0,68) serta proporsi 71% responden yang berada pada kategori sedang hingga tinggi mengindikasikan bahwa penyesalan terhadap keputusan memilih jurusan merupakan pengalaman yang dialami oleh sebagian besar responden penelitian. Akan tetapi, data kuantitatif belum mampu menjelaskan mengapa penyesalan tersebut muncul maupun bagaimana proses psikologis yang melatarbelakanginya.

Kekosongan tersebut dijelaskan melalui hasil analisis kualitatif. Lima tema utama yang diperoleh, yaitu ketidakselarasan identitas, pengambilan keputusan yang tidak autentik, kesenjangan antara ekspektasi dan realitas, perbandingan sosial disertai pemikiran kontrafaktual, serta kerentanan psikologis sebagai mahasiswa perantau, menunjukkan bahwa *career decision regret* berkembang melalui proses yang bertahap dan saling berkaitan. Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa penyesalan terhadap keputusan karier bukan merupakan respons sesaat, melainkan hasil akumulasi berbagai faktor psikologis, sosial, dan kontekstual yang berinteraksi secara dinamis.

Untuk memperjelas proses integrasi antara hasil kuantitatif dan kualitatif, Tabel 6 menyajikan joint display yang menunjukkan bagaimana setiap temuan empiris berkontribusi terhadap pembentukan komponen model integratif.

Table 6. Joint Display Hasil Integrasi Temuan Kuantitatif dan Kualitatif sebagai Dasar Pengembangan Model Integratif Berbasis Temuan Empiris

Quantitative Findings	Qualitative Findings	Meta-Inference (Integration)	Component of Integrative Model
Rata-rata <i>career decision regret</i> = 3.42; 71% responden berada pada kategori sedang–tinggi	Sebagian besar informan mengungkapkan penyesalan terhadap keputusan memilih jurusan	<i>Career decision regret</i> merupakan fenomena yang dominan pada mahasiswa perantau sehingga perlu dipahami sebagai suatu proses psikologis yang berkembang secara bertahap	Outcome (<i>Career Decision Regret</i>)
Tingginya tingkat <i>career decision regret</i> pada sebagian besar responden	Tema 1. Ketidakselarasan Identitas (14/17; 82%)	Rendahnya kesadaran diri dan belum terbentuknya identitas karier menjadi faktor awal yang meningkatkan kerentanan terhadap penyesalan	Internal Factors
Tingginya tingkat <i>career decision regret</i>	Tema 2. Pengambilan Keputusan Tidak Autentik (15/17; 88%)	Tekanan keluarga, norma sosial, dan orientasi status mengurangi otonomi dalam pengambilan keputusan karier	External Factors → Inauthentic Decision-Making
Mayoritas responden mengalami penyesalan setelah menjalani studi	Tema 3. Kesenjangan Ekspektasi–Realitas (13/17; 76%)	Ketidaksesuaian antara harapan awal dan pengalaman akademik memunculkan evaluasi negatif terhadap keputusan yang telah dibuat	Expectation–Reality Dissonance
Tingginya tingkat <i>career decision regret</i>	Tema 4. Perbandingan Sosial dan Pemikiran Kontrafaktual (16/17; 94%)	Evaluasi diri melalui keberhasilan orang lain dan pemikiran " <i>what if</i> "	Social Comparison & Counterfactual Thinking

Quantitative Findings	Qualitative Findings	Meta-Inference (Integration)	Component of Integrative Model
Tingginya tingkat <i>career decision regret</i> pada mahasiswa perantau	Tema 5. Kerentanan Psikologis Mahasiswa Perantau (17/17; 100%)	memperkuat penyesalan secara kognitif dan emosional Kondisi perantau tidak menjadi penyebab langsung, tetapi memperkuat seluruh proses perkembangan <i>career decision regret</i>	Contextual Reinforcing Factor

Catt. Integration of quantitative survey (N = 86) and qualitative interview findings (N = 17), 2025.

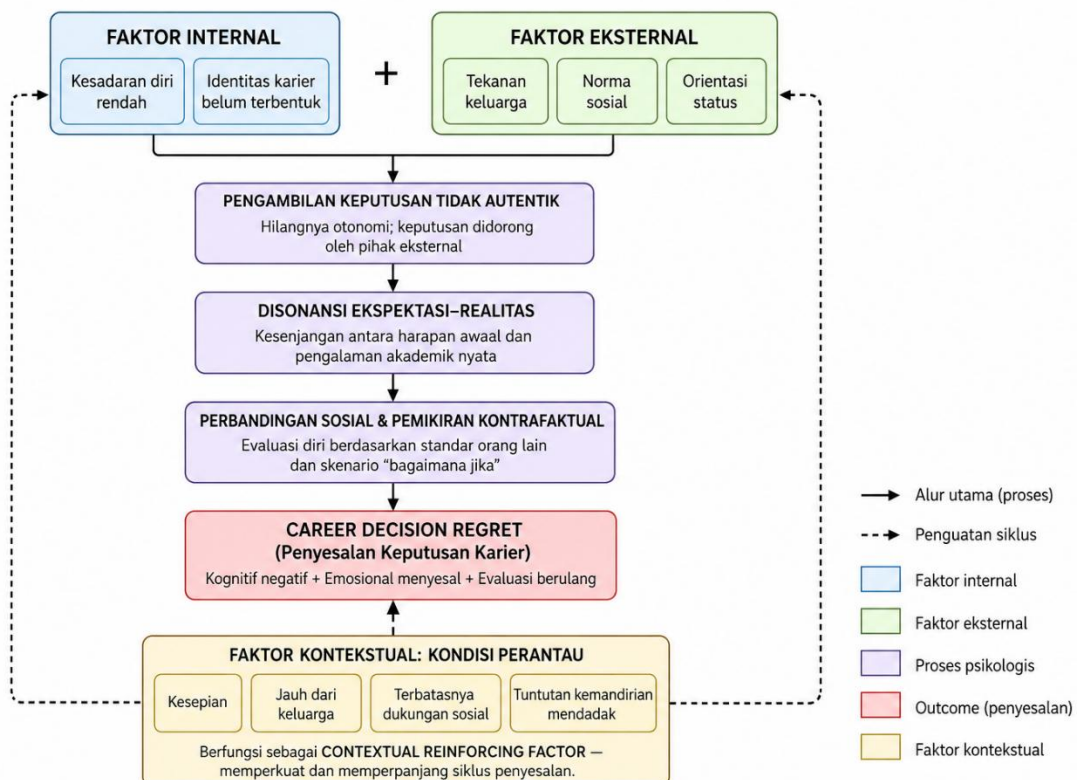


Fig 2. model integratif berbasis temuan empiris

Berdasarkan proses integrasi kedua jenis data tersebut, penelitian ini mengembangkan Model Integratif Career Decision Regret pada Mahasiswa Perantau (Gambar 2). Model ini menunjukkan bahwa proses munculnya career decision regret diawali oleh faktor internal, berupa rendahnya kesadaran diri (self-awareness) dan belum terbentuknya identitas karier (career identity), yang menyebabkan mahasiswa belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai minat, kemampuan, serta tujuan kariernya. Pada saat yang sama, faktor eksternal, seperti tekanan keluarga, norma sosial, dan orientasi terhadap status sosial, mendorong mahasiswa mengambil keputusan yang lebih berorientasi pada harapan lingkungan dibandingkan preferensi pribadi.

Interaksi antara faktor internal dan faktor eksternal tersebut menghasilkan pengambilan keputusan yang tidak autentik, yaitu kondisi ketika keputusan memilih jurusan tidak didasarkan pada otonomi individu, melainkan dipengaruhi secara dominan oleh tekanan eksternal. Setelah memasuki

dunia perkuliahan, mahasiswa mulai membandingkan harapan awal mengenai jurusan yang dipilih dengan pengalaman akademik yang sebenarnya. Ketidaksesuaian antara ekspektasi dan realitas ini memunculkan disonansi ekspektasi–realitas yang menjadi pemicu awal munculnya evaluasi negatif terhadap keputusan yang telah dibuat.

Selanjutnya, pengalaman tersebut diperkuat oleh proses perbandingan sosial dan pemikiran kontrafaktual (*counterfactual thinking*). Mahasiswa mulai membandingkan dirinya dengan teman-teman yang dianggap lebih berhasil serta membayangkan kemungkinan hasil yang lebih baik apabila dahulu mengambil keputusan yang berbeda. Proses evaluasi berulang ini memperkuat dimensi kognitif dan emosional dari *career decision regret*, sehingga penyesalan terhadap keputusan karier menjadi semakin menetap.

Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa pengalaman sebagai mahasiswa perantau memiliki peran yang berbeda dibandingkan faktor-faktor sebelumnya. Kesepian, keterpisahan dari keluarga, keterbatasan dukungan sosial, serta tuntutan untuk beradaptasi secara mandiri tidak secara langsung menyebabkan *career decision regret*, tetapi memperkuat intensitas dan keberlangsungan proses psikologis tersebut. Oleh karena itu, dalam model yang dikembangkan, kondisi perantau diposisikan sebagai *contextual reinforcing factor*, yaitu faktor kontekstual yang memperkuat hubungan antara proses evaluasi negatif dengan munculnya *career decision regret*.

Dengan demikian, model yang dihasilkan menggambarkan bahwa *career decision regret* pada mahasiswa perantau berkembang sebagai suatu proses yang dinamis, dimulai dari interaksi faktor internal dan faktor eksternal, diikuti oleh pengambilan keputusan yang tidak autentik, munculnya disonansi antara ekspektasi dan realitas, serta diperkuat oleh perbandingan sosial dan pemikiran kontrafaktual. Seluruh rangkaian proses tersebut berlangsung dalam konteks pengalaman merantau yang meningkatkan kerentanan psikologis mahasiswa. Berbeda dengan model-model sebelumnya yang umumnya hanya menjelaskan hubungan antarvariabel secara parsial, model yang dihasilkan dalam penelitian ini memperlihatkan keterkaitan antartahap perkembangan *career decision regret* berdasarkan integrasi temuan kuantitatif dan kualitatif.

Model ini merupakan model empiris awal (*initial empirically grounded model*) yang dikembangkan dari hasil penelitian ini melalui integrasi data kuantitatif dan kualitatif. Oleh karena itu, model tersebut tidak dimaksudkan sebagai model final, melainkan sebagai kerangka konseptual berbasis bukti empiris yang masih memerlukan pengujian lebih lanjut menggunakan desain konfirmatori pada populasi yang lebih luas untuk mengevaluasi stabilitas hubungan antar komponennya.

Pembahasan

Sub-bagian 1. Prevalensi *Career Decision Regret*

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa *career decision regret* di kalangan mahasiswa perantau berada pada tingkat sedang hingga tinggi (71%), yang mengindikasikan bahwa fenomena ini relatif umum, persisten, dan bermakna secara psikologis. Hasil tersebut menegaskan bahwa *career decision regret* bukan sekadar konsekuensi dari keputusan yang kurang optimal, melainkan merupakan hasil dari proses evaluasi diri yang berulang dan dinamis, yang dipengaruhi oleh interaksi antara faktor psikologis, sosial, dan kontekstual (Budjanovcanin et al., 2019; Kılıç & Günel, 2023). Dengan mengintegrasikan temuan kuantitatif dan kualitatif, penelitian ini memperlihatkan bahwa penyesalan berkembang sebagai proses reflektif yang berlangsung terus-menerus, bukan sekadar respons emosional sesaat terhadap keputusan yang telah diambil.

Tingginya proporsi mahasiswa yang mengalami *career decision regret* juga sejalan dengan semakin besarnya perhatian dalam literatur mengenai pentingnya konstruk ini dalam perkembangan karier. (Erdurcan & Kirdök, 2017) menunjukkan bahwa *Career Decision Regret Scale* merupakan instrumen yang valid dan reliabel untuk mengidentifikasi tingkat penyesalan terhadap keputusan karier, sehingga memperkuat posisi *career decision regret* sebagai konstruk psikologis yang dapat diukur secara empiris.

Selanjutnya, Doğanülkü & Güneşlice, (2022) melaporkan bahwa *career decision regret* berhubungan dengan rendahnya *work outcome expectancy* dan perilaku karier proaktif (*proactive career behaviors*), yang mengindikasikan bahwa penyesalan terhadap keputusan karier tidak hanya memengaruhi evaluasi atas keputusan masa lalu, tetapi juga dapat menghambat optimisme terhadap hasil kerja di masa depan serta mengurangi keterlibatan individu dalam perilaku pengembangan karier. Temuan tersebut mendukung hasil penelitian ini bahwa *career decision regret* merupakan fenomena psikologis yang memiliki implikasi luas terhadap kesejahteraan dan perkembangan karier mahasiswa.

Sub-bagian 2. Faktor Internal: Identitas dan Kesadaran Diri

Tema ketidakselarasan identitas yang ditemukan dalam penelitian ini memperoleh dukungan dari literatur terkini mengenai ketidakpastian ekspektasi karier. Guo (2025) menjelaskan bahwa *career expectation uncertainty* muncul ketika individu belum memiliki kejelasan mengenai tujuan kariernya, yang dipengaruhi oleh faktor-faktor personal seperti *self-efficacy* dan *meaning in life*, serta dukungan dari lingkungan. Kondisi tersebut dapat menyebabkan individu terus mengeksplorasi berbagai pilihan tanpa arah yang jelas dan mengalami kesulitan membangun komitmen terhadap jalur karier yang dipilih. Dalam penelitian ini, rendahnya kesadaran diri pada mahasiswa perantau tidak hanya mencerminkan keterbatasan dalam mengenali potensi, minat, dan nilai-nilai pribadi, tetapi juga menunjukkan bahwa proses pembentukan *career identity* belum berkembang secara optimal ketika keputusan pendidikan dan karier harus segera diambil. Interpretasi ini sejalan dengan penelitian longitudinal yang menunjukkan bahwa perkembangan identitas vokasional berhubungan secara timbal balik dengan meningkatnya *career decision-making self-efficacy*, sehingga individu dengan identitas karier yang lebih matang cenderung lebih yakin dalam mengambil keputusan karier (Chang et al., 2025). Kondisi tersebut semakin diperburuk apabila mahasiswa tidak memperoleh akses terhadap mentor atau konselor karier yang dapat memfasilitasi proses refleksi diri, eksplorasi identitas, dan perencanaan karier secara sistematis. Dengan demikian, rendahnya kesadaran diri dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai manifestasi dari pembentukan identitas karier yang belum matang, yang pada akhirnya meningkatkan kerentanan terhadap *career decision regret*.

Sub-bagian 3. Faktor Eksternal: Tekanan Keluarga dan Budaya Kolektivistik

Temuan mengenai pengambilan keputusan karier yang tidak autentik memperoleh dukungan teoritis dan empiris dari penelitian terkini mengenai peran keluarga dalam budaya kolektivistik. Tinjauan sistematis oleh Damas & Kurniawati (2025) menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua merupakan faktor penting dalam pengambilan keputusan karier siswa dan mahasiswa di berbagai negara Asia. Meskipun keterlibatan tersebut dapat meningkatkan *career decision self-efficacy*, dominasi ekspektasi orang tua dalam budaya kolektivistik juga berpotensi mengurangi otonomi individu dalam menentukan pilihan karier. Temuan ini selaras dengan penelitian (Khatijatussalihah et al., 2022) yang menunjukkan bahwa pada mahasiswa Indonesia, tekanan orang tua yang tinggi, terutama ketika disertai rendahnya efikasi diri, berhubungan dengan tingkat *career indecision* yang lebih tinggi. Secara konseptual, kedua temuan tersebut mengindikasikan bahwa nilai-nilai budaya kolektivistik dapat mendorong individu mengambil keputusan karier yang lebih berorientasi pada pemenuhan harapan keluarga daripada preferensi pribadi. Dalam jangka panjang, keputusan yang kurang autentik tersebut berpotensi meningkatkan kerentanan terhadap *career decision regret* ketika pengalaman akademik atau karier yang dijalani tidak sesuai dengan harapan. Oleh karena itu, layanan konseling karier perlu dirancang secara peka budaya dengan membantu mahasiswa menegosiasikan keseimbangan antara otonomi pribadi dan nilai-nilai keluarga, sehingga keputusan karier yang diambil tetap menghormati konteks budaya tanpa mengabaikan aspirasi individu.

Sub-bagian 4. Perbandingan Sosial dan Pemikiran Kontrafaktual

Peran perbandingan sosial dalam memperburuk *career decision regret* yang ditemukan dalam

penelitian ini sejalan dengan bukti empiris terbaru mengenai dampak media sosial terhadap evaluasi diri. Penelitian oleh Le Blanc-Brillon et al. (2025) menunjukkan bahwa paparan terhadap *upward social comparison* di media sosial memediasi hubungan antara penggunaan media sosial dan penurunan harga diri, sekaligus meningkatkan gejala depresi. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa individu yang terus-menerus membandingkan dirinya dengan orang lain cenderung mengembangkan evaluasi diri yang lebih negatif (Le Blanc-Brillon et al., 2025). Mekanisme ini berkaitan erat dengan teori *counterfactual thinking*, yaitu kecenderungan membayangkan hasil yang lebih baik seandainya keputusan yang diambil berbeda (Epstude & Roese, 2008). Dalam konteks penelitian ini, mahasiswa tidak hanya membandingkan pencapaian karier atau akademiknya dengan teman sebaya yang dipersepsikan lebih berhasil, tetapi juga membangun skenario alternatif mengenai pilihan studi atau karier yang "seharusnya" diambil. Interaksi antara *upward social comparison* dan pemikiran kontrafaktual tersebut membentuk siklus evaluasi diri yang negatif, memperkuat emosi penyesalan, serta mempertahankan *career decision regret* apabila tidak diimbangi dengan strategi regulasi emosi, pengembangan identitas karier, dan dukungan psikososial yang memadai.

Sub-bagian 5. Kondisi Perantau sebagai *Contextual Reinforcing Factor*

Kontribusi paling orisinal dari penelitian ini adalah penetapan kondisi perantau sebagai *contextual reinforcing factor* dalam siklus *career decision regret*. Temuan ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa keterhubungan sosial dan dukungan sosial merupakan faktor protektif penting bagi kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau. Tang et al. (2025) menemukan bahwa kesepian (*loneliness*) dan stres yang dirasakan (*perceived stress*) memediasi hubungan antara *social connectedness* dan kesejahteraan psikologis, sementara dukungan sosial memperlemah dampak negatif kedua faktor tersebut terhadap kesejahteraan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keterbatasan dukungan sosial tidak hanya menimbulkan tekanan psikologis secara langsung, tetapi juga memperkuat dampak negatif dari berbagai stresor yang dihadapi mahasiswa perantau. Hasil penelitian (Liu et al., 2025) turut memperkuat argumen ini dengan menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dipersepsikan berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan melalui peningkatan *hopeful career state* dan *career engagement*. Dengan demikian, kondisi perantau tidak dapat dipandang hanya sebagai karakteristik demografis, tetapi sebagai faktor kontekstual yang memperkuat munculnya serta mempertahankan siklus *career decision regret*, terutama ketika individu mengalami kesepian, keterbatasan dukungan sosial, dan tuntutan adaptasi terhadap lingkungan baru. Temuan ini memperluas model Dunwoodie et al. (2022) dengan menempatkan kondisi perantau sebagai *contextual reinforcing factor* yang secara aktif memengaruhi intensitas dan keberlangsungan *career decision regret*.

Sub-bagian 6. Perbandingan dengan Studi Terdahulu

Untuk memberikan gambaran posisi penelitian ini dalam lanskap literatur yang lebih luas, Tabel 5 menyajikan perbandingan sistematis dengan studi-studi terdahulu yang relevan.

Tabel 5. Perbandingan dengan Studi Terdahulu tentang Career Decision Regret

Peneliti & Tahun	Metode	Populasi	Temuan Utama	Relevansi dengan Studi Ini
(Kılıç & Günal, 2023)	Mixed-method	Mahasiswa universitas	Career decision regret dipengaruhi ketidakjelasan tujuan dan tekanan eksternal	Konfirmasi faktor internal-eksternal; studi ini menambahkan konteks perantau
(Doğanülkü et al., 2025)	Kuantitatif (n=528)	Mahasiswa S1	Regret berdampak negatif pada kesejahteraan	Mendukung signifikansi klinis;

Peneliti & Tahun	Metode	Populasi	Temuan Utama	Relevansi dengan Studi Ini
(Liu et al., 2025)	Kuantitatif	Mahasiswa internasional	psikologis dan perilaku karier proaktif Dukungan sosial memediasi antara isolasi dan kesejahteraan	studi ini memperluas ke konteks migrasi Fondasi teoritis untuk contextual reinforcing factor yang diusulkan
(Damas & Kurniawati, 2025a)	Studi literatur	Siswa Asia budaya kolektif	Keterlibatan orang tua tinggi membatasi otonomi karier	Konteks budaya Indonesia yang relevan untuk tema pengambilan keputusan tidak autentik
Penelitian Ini (2025)	Mixed-method eksplanatori	Mahasiswa perantau (n=86/17)	Tiga faktor integratif; kondisi perantau sebagai contextual reinforcing factor	Kontribusi orisinal: integrasi dimensi migrasi dalam model career decision regret

Sumber: Sintesis literatur (2025)

Sub-bagian 7. Model Integratif Career Decision Regret pada Mahasiswa Perantau

Model integratif yang dikembangkan dalam penelitian ini memperluas pemahaman mengenai career decision regret dengan menunjukkan bahwa penyesalan terhadap keputusan karier tidak muncul sebagai respons psikologis yang bersifat tunggal, melainkan berkembang melalui rangkaian proses yang saling berkaitan. Berbeda dengan sebagian besar penelitian terdahulu yang menguji hubungan antarvariabel secara terpisah, model ini memperlihatkan bagaimana faktor internal, faktor eksternal, dan faktor kontekstual berinteraksi membentuk suatu mekanisme psikologis yang dinamis. Temuan tersebut diperoleh melalui integrasi hasil survei kuantitatif dan wawancara mendalam, sehingga model yang dihasilkan merupakan empirically grounded integrative model yang berakar pada data penelitian ini.

Tahap pertama dalam model menunjukkan bahwa rendahnya kesadaran diri (*self-awareness*) dan belum berkembangnya identitas karier menjadi kondisi awal yang meningkatkan kerentanan mahasiswa terhadap pengambilan keputusan yang kurang tepat. Temuan ini sejalan dengan teori Career Construction yang menjelaskan bahwa individu yang belum memiliki konsep diri yang jelas cenderung mengalami kesulitan dalam membangun pilihan karier yang sesuai dengan identitas pribadinya (Savickas, 2013). Dalam penelitian ini, sebagian besar informan mengungkapkan bahwa mereka belum memahami minat, kemampuan, maupun tujuan karier ketika memilih program studi, sehingga keputusan yang diambil lebih banyak didasarkan pada pertimbangan di luar diri.

Faktor internal tersebut kemudian berinteraksi dengan faktor eksternal berupa tekanan keluarga, norma sosial, dan orientasi terhadap status sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh lingkungan tidak hanya memengaruhi pilihan program studi, tetapi juga mengurangi otonomi mahasiswa dalam mengambil keputusan karier. Temuan ini memperkuat hasil tinjauan sistematis Damas & Kurniawati (2025) yang menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam budaya kolektivistik sering kali membatasi proses pengambilan keputusan yang mandiri. Dengan demikian, keputusan karier yang dihasilkan lebih mencerminkan ekspektasi sosial daripada preferensi individu, sehingga meningkatkan kemungkinan munculnya penyesalan pada tahap berikutnya.

Model yang dikembangkan juga menunjukkan bahwa career decision regret berkembang melalui munculnya *expectation-reality dissonance*, yaitu ketidaksesuaian antara harapan awal mengenai program studi dengan pengalaman akademik yang sebenarnya. Temuan ini konsisten dengan teori

disonansi kognitif yang menyatakan bahwa individu akan mengalami ketidaknyamanan psikologis ketika realitas yang dialami bertentangan dengan keyakinan atau harapan sebelumnya (Festinger, 1954). Dalam konteks penelitian ini, disonansi muncul ketika mahasiswa menemukan bahwa karakteristik program studi, beban akademik, maupun prospek karier tidak sesuai dengan ekspektasi yang mereka miliki sebelum memasuki perguruan tinggi.

Tahap berikutnya ditandai oleh meningkatnya kecenderungan melakukan perbandingan sosial (*social comparison*) dan pemikiran kontrafaktual (*counterfactual thinking*). Mahasiswa tidak hanya mengevaluasi keberhasilan dirinya sendiri, tetapi juga membandingkannya dengan pencapaian teman sebaya serta membayangkan kemungkinan hasil yang lebih baik apabila dahulu mengambil keputusan yang berbeda. Menurut Epstude & Roese (2008), pemikiran kontrafaktual merupakan mekanisme kognitif utama yang mempertahankan pengalaman penyesalan karena individu terus mengevaluasi alternatif yang tidak pernah terjadi. Oleh karena itu, *career decision regret* dalam penelitian ini tidak dipahami sebagai kondisi yang statis, melainkan sebagai proses evaluasi yang terus berulang.

Salah satu kontribusi utama penelitian ini adalah ditemukannya peran kondisi mahasiswa perantau sebagai *contextual reinforcing factor*. Berbeda dengan faktor internal dan eksternal yang berperan pada tahap awal pembentukan keputusan karier, pengalaman merantau berfungsi memperkuat intensitas penyesalan setelah keputusan tersebut dijalani. Kesepian, keterbatasan dukungan sosial, keterpisahan dari keluarga, serta tuntutan untuk beradaptasi secara mandiri memperbesar kerentanan psikologis mahasiswa sehingga evaluasi negatif terhadap keputusan karier menjadi semakin intens. Temuan ini memperluas hasil penelitian Liu et al. (2025) yang menempatkan dukungan sosial sebagai mediator kesejahteraan mahasiswa perantau. Penelitian ini menunjukkan bahwa konteks perantauan tidak hanya memengaruhi kesejahteraan psikologis secara umum, tetapi juga memperkuat perkembangan *career decision regret* melalui mekanisme evaluasi diri yang berlangsung secara berulang.

Secara konseptual, model yang dikembangkan memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori *career decision regret* dengan mengintegrasikan faktor individual, sosial, dan kontekstual ke dalam satu kerangka proses yang utuh. Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada hubungan linier antara satu atau dua variabel prediktor dengan *career decision regret*, sedangkan penelitian ini menunjukkan bahwa penyesalan terhadap keputusan karier merupakan hasil interaksi berlapis yang berkembang secara dinamis sepanjang proses adaptasi mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi. Dengan demikian, model ini menawarkan perspektif yang lebih komprehensif dalam menjelaskan bagaimana *career decision regret* terbentuk dan dipertahankan pada mahasiswa perantau.

Implikasi praktis dari model ini adalah perlunya layanan konseling karier di perguruan tinggi yang tidak hanya berorientasi pada kesiapan memasuki dunia kerja, tetapi juga pada penguatan kesadaran diri, pembentukan identitas karier, peningkatan otonomi dalam pengambilan keputusan, penyediaan informasi karier yang akurat, serta penguatan dukungan psikososial bagi mahasiswa perantau. Intervensi yang mempertimbangkan seluruh tahapan dalam model ini diharapkan mampu mencegah berkembangnya *career decision regret* sekaligus meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kematangan pengambilan keputusan karier mahasiswa.

Sub-bagian 8. Implikasi Teoretis

Secara teoretis, penelitian ini memperluas teori konstruksi karier (Savickas, 2013) dengan menunjukkan bahwa *career decision regret* merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari dinamika konstruksi karier: sebuah proses reflektif yang terus berlangsung dan berpotensi menjadi penghambat serius jika tidak ditangani. Penelitian ini juga mengembangkan kerangka *person-environment fit* (Kristof-Brown et al., 2005) dengan memperkenalkan dimensi evaluasi pascakeputusan sebagai komponen kritis yang selama ini kurang mendapat perhatian dalam literatur karier. *Proposed dynamic integrative model* yang dihasilkan menawarkan kerangka konseptual yang dapat menjadi landasan penelitian lanjutan, khususnya dalam pengujian empiris melalui *studi longitudinal* dan *structural equation modeling*.

Sub-bagian 9. Implikasi Praktis

Secara praktis, temuan ini menegaskan perlunya intervensi karier yang komprehensif, tidak hanya berfokus pada aspek kognitif, tetapi juga mencakup dimensi emosional dan sosial. Intervensi berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terbukti efektif dalam mengurangi kesulitan pengambilan keputusan karier sekaligus menurunkan distres emosional pada remaja (Kulcsár et al., 2024). Selain itu, berbagai intervensi karier berbasis kelompok, termasuk pendekatan *life design*, telah dilaporkan mampu meningkatkan *career adaptability*, memperkuat identitas vokasional, dan mendukung kualitas pengambilan keputusan karier (Savickas & Porfeli, 2012; Wang et al., 2024). Dalam konteks Indonesia yang bercirikan budaya kolektivistik, layanan bimbingan karier juga perlu dirancang secara responsif terhadap nilai-nilai budaya dan pengaruh keluarga dalam proses pengambilan keputusan karier (Suhertina, 2025). Pendekatan ini menjadi semakin penting mengingat tekanan keluarga dan norma sosial dapat mendorong pengambilan keputusan yang kurang autentik sehingga meningkatkan risiko *career decision regret*. Di samping itu, perguruan tinggi perlu mengembangkan layanan dukungan psikososial yang lebih sistematis bagi mahasiswa perantau, seperti *peer mentoring*, *peer support groups*, konseling individual maupun kelompok, serta layanan konseling daring (*tele-counseling*), guna memperkuat dukungan sosial, meningkatkan resiliensi, dan meminimalkan berkembangnya penyesalan terhadap keputusan karier.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa *career decision regret* pada mahasiswa perantau merupakan fenomena yang umum terjadi (71% berada pada kategori sedang hingga tinggi, $M = 3,42$, $SD = 0,68$, $\alpha = 0,82$) dan bersifat multidimensi. *Regret* ini terbentuk melalui interaksi antara faktor internal (ketidakselarasan identitas dan rendahnya kesadaran diri), faktor eksternal (tekanan keluarga dan norma sosial dalam budaya kolektivistik), serta faktor kontekstual (kondisi perantau yang menghilangkan penyangga sosial) sebagaimana dikonfirmasi oleh konvergensi data kuantitatif dan kualitatif serta didukung oleh bukti empiris terkini.

Secara teoretis, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan teori konstruksi karier dan kerangka person-environment fit dengan menghadirkan perspektif integratif yang menekankan proses pascakeputusan. Penelitian ini juga mengusulkan *proposed dynamic integrative model* yang menempatkan kondisi perantau sebagai *contextual reinforcing factor* yang secara unik memodulasi dan memperburuk siklus *career decision regret*: sebuah konseptualisasi yang belum pernah dirumuskan secara eksplisit dalam literatur karier sebelumnya.

Secara praktis, temuan ini memberikan implikasi konkret bagi pengembangan program bimbingan karier berbasis bukti yang bersifat menyeluruh, responsif terhadap konteks budaya, dan peka terhadap kebutuhan psikologis mahasiswa perantau. Penelitian selanjutnya disarankan untuk: (1) menggunakan desain longitudinal guna melacak perubahan *career decision regret* dari waktu ke waktu; (2) memperluas sampel ke berbagai konteks budaya dan jenis perguruan tinggi untuk meningkatkan generalisabilitas; (3) menguji *proposed dynamic integrative model* secara empiris menggunakan structural equation modeling; serta (4) mengeksplorasi efektivitas program intervensi berbasis budaya dan teknologi, seperti platform konseling karier berbasis kecerdasan buatan, dalam mendukung pengambilan keputusan karier yang lebih adaptif dan berkelanjutan.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan temuan. Pertama, penggunaan *purposive sampling* membatasi kemampuan generalisasi hasil ke populasi yang lebih luas karena sampel tidak dipilih secara acak. Kedua, jumlah

sampel kuantitatif ($n = 86$) dan kualitatif ($n = 17$) yang relatif kecil membatasi kekuatan statistik dan representasi pengalaman yang beragam. Ketiga, desain *cross-sectional* tidak memungkinkan pengambilan kesimpulan kausal maupun pemantauan perubahan career decision regret dari waktu ke waktu. Keempat, penelitian ini dilakukan hanya dalam konteks Indonesia, sehingga temuan mungkin tidak sepenuhnya berlaku pada konteks budaya lain. Kelima, model integratif yang diusulkan merupakan proposed conceptual model yang memerlukan pengujian empiris lebih lanjut melalui studi longitudinal dan validasi lintas budaya sebelum dapat diadopsi sebagai kerangka yang tervalidasi sepenuhnya. Keenam, kemungkinan adanya *social desirability* bias dalam pengisian skala dan wawancara tidak dapat sepenuhnya dikendalikan meskipun upaya mitigasi telah dilakukan.

Ucapan Terima Kasih

Para penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh partisipan yang telah bersedia berkontribusi secara sukarela dalam penelitian ini. Penghargaan juga disampaikan kepada institusi dan universitas yang telah memfasilitasi proses pengumpulan data, serta kepada rekan-rekan sejawat yang telah memberikan masukan berharga selama proses penelitian dan penulisan berlangsung. Penelitian ini dilaksanakan secara mandiri tanpa dukungan pendanaan eksternal.

Referensi

- Azhenov, A., Kudysheva, A., Fominykh, N., & Tulekova, G. (2023). Career decision-making readiness among students' in the system of higher education: career course intervention. *Frontiers in Education*, 8. <https://doi.org/10.3389/feduc.2023.1097993>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Budjanovcanin, A., Rodrigues, R., & Guest, D. (2019). A career with a heart: exploring occupational regret. *Journal of Managerial Psychology*, 34(3), 156–169. <https://doi.org/10.1108/JMP-02-2018-0105>
- Chang, B., Xu, Y., Wang, J., & Xie, Q. (2025). Longitudinal associations between vocational identity processes and career decision-making self-efficacy. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 25(2), 585–606. <https://doi.org/10.1007/s10775-024-09715-1>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (5th ed.)*. SAGE Publications.
- Damas, R. R., & Kurniawati, F. (2025). Parental Involvement on Career Decision-Making among Students in Collectivist Cultures : A Systematic Literature Review on High School and Undergraduate Students in Asian Countries. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, 11(1), 87. <https://doi.org/10.33394/jk.v11i1.13905>
- Doğanülkü, H. A., Çok, R., & Güneşlice, A. (2025). The Moderating Role of Career Decision Regret in the Relationship between Counselors' Career Adaptability and Effective Counselor Characteristics. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (63), 282–300. <https://doi.org/10.53444/deubefd.1495761>
- DOĞANÜLKÜ, H. A., & GÜNEŞLİCE, A. (2022). The moderating role of career decision regret in the relationship between visions about the future and proactive career behaviors: Turkey sample. *EKEV Akademi Dergisi*, 0(91), 75–91. <https://doi.org/10.17753/sosekev.1107761>
- Dunwoodie, K., Due, C., Baker, S., Newman, A., & Tran, C. (2022). Supporting (or not) the career development of culturally and linguistically diverse migrants and refugees in universities: insights

- from Australia. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 22(2), 467–490. <https://doi.org/10.1007/s10775-021-09506-y>
- Epstude, K., & Roese, N. J. (2008). The Functional Theory of Counterfactual Thinking. *Personality and Social Psychology Review*, 12(2), 168–192. <https://doi.org/10.1177/1088868308316091>
- Erdurcan, S., & Kırdök, O. (2017). MESLEKİ KARAR PIŞMANLIĞI ÖLÇEĞİ: ADAPTASYON, GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1140–1150. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.330880>
- Guest, G., Namey, E., & Chen, M. (2020). A simple method to assess and report thematic saturation in qualitative research. *PLOS ONE*, 15(5), e0232076. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232076>
- Guo, L. (2025). Navigating the Future: Factors Influencing Adolescents' Career Expectation Uncertainty in a Dynamic World. *The Career Development Quarterly*, 73(1), 2–15. <https://doi.org/10.1002/cdq.12372>
- Hirschi, A. (2018). The Fourth Industrial Revolution: Issues and Implications for Career Research and Practice. *The Career Development Quarterly*, 66(3), 192–204. <https://doi.org/10.1002/cdq.12142>
- Khatijatussalihah, Riamanda, I., Aprilia, E. D., & Nisa, H. (2022). Career decision self-efficacy of Indonesian students. *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, 3(1), 17–22. <https://doi.org/10.32505/inspira.v3i1.4131>
- Kılıç, S., & Günal, Y. (2023). University Students' Career Decision Regret: A Mixed Method Research. *International Journal of Educational Research Review*, 8(3), 521–531. <https://doi.org/10.24331/ijere.1257601>
- KRISTOF-BROWN, A. L., ZIMMERMAN, R. D., & JOHNSON, E. C. (2005). CONSEQUENCES OF INDIVIDUALS' FIT AT WORK: A META-ANALYSIS OF PERSON–JOB, PERSON–ORGANIZATION, PERSON–GROUP, AND PERSON–SUPERVISOR FIT. *Personnel Psychology*, 58(2), 281–342. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2005.00672.x>
- Kulcsár, V., Doborean, A., Poetar, C.-R., & Ivan, C. (2024). Is REBT Useful for Reducing Adolescents' Career Decision Difficulties and Distress? A Randomized Trial. *Journal of Career Development*, 51(3), 327–348. <https://doi.org/10.1177/08948453241246715>
- Le Blanc-Brillon, J., Fortin, J.-S., Lafrance, L., & Héту, S. (2025). The associations between social comparison on social media and young adults' mental health. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1597241>
- Liu, X., Zhang, X., Dang, Y., & Gao, W. (2023). Career Education Skills and Career Adaptability among College Students in China: The Mediating Role of Career Decision-Making Self-Efficacy. *Behavioral Sciences*, 13(9), 780. <https://doi.org/10.3390/bs13090780>
- Liu, Y., Yoon, H. J., & Carney, J. V. (2025). Mechanisms Between Perceived Social Support and International Students' Well-Being. *Journal of Counseling & Development*, 103(3), 361–372. <https://doi.org/10.1002/jcad.12562>
- Savickas, M. L. (2013). Career construction theory and practice. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (2nd ed., pp. 147–183). . In *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work*. Wiley.
- Savickas, M. L. (2015). Career counseling paradigms: Guiding, developing, and designing. In *APA handbook of career intervention, Volume 1: Foundations*. (pp. 129–143). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14438-008>

- Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2012). Career Adapt-Abilities Scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Vocational Behavior*, 80(3), 661–673. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.01.011>
- Sawir, E., Marginson, S., Deumert, A., Nyland, C., & Ramia, G. (2008). Loneliness and International Students: An Australian Study. *Journal of Studies in International Education*, 12(2), 148–180. <https://doi.org/10.1177/1028315307299699>
- Smith, R. A., & Khawaja, N. G. (2011). A review of the acculturation experiences of international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(6), 699–713. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2011.08.004>
- Stefana, A., Damiani, S., Granziol, U., Provenzani, U., Solmi, M., Youngstrom, E. A., & Fusar-Poli, P. (2025). Psychological, psychiatric, and behavioral sciences measurement scales: best practice guidelines for their development and validation. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1494261>
- Suhertina, S. (2025). Islamic-Based Counseling Approaches for Student Mental Well-Being: A Systematic Literature Review. *Madania: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 15(2), 94. <https://doi.org/10.24014/jiik.v15i2.37785>
- Tang, L., Zhang, C., & Cui, Y. (2025). The Association Between Social Connectedness and Psychological Well-Being Among International Students: Social Support Moderates the Mediating Effects of Loneliness and Perceived Stress. *Psychology in the Schools*, 62(5), 1434–1452. <https://doi.org/10.1002/pits.23405>
- Wang, T., Zhang, Y., Wang, J., Miao, H., & Guo, C. (2024). Career Decision Self-Efficacy Mediates Social Support and Career Adaptability and Stage Differences. *Journal of Career Assessment*, 32(2), 264–282. <https://doi.org/10.1177/10690727231189466>
- Xu, H., & Tracey, T. J. G. (2017). Career Decision Ambiguity Tolerance and Its Relations With Adherence to the RIASEC Structure and Calling. *Journal of Career Assessment*, 25(4), 715–730. <https://doi.org/10.1177/1069072716665874>
- Yan, L., Zhong, X., Yang, L., Long, H., Ji, P., Jin, X., & Liu, L. (2022). Gender Differences in Job Burnout, Career Choice Regret, and Depressive Symptoms Among Chinese Dental Postgraduates: A Cross-Sectional Study. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.832359>
- Yang, L., Yan, L., Zhong, X., Long, H., Chen, F., & Jin, X. (2022). Relationship between Job Burnout, Depressive Symptoms, and Career Choice Regret among Chinese Postgraduates of Stomatology. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), 16042. <https://doi.org/10.3390/ijerph192316042>