



---

**Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Adaptabilitas Karier Pada Mahasiswa Pendidikan IPS, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jakarta***The Influence of Social Support on Career Adaptability in Social Sciences Education Students, Faculty of Social Sciences, State University of Jakarta***Elok Mely Miskiyah<sup>1</sup>, Desy Safitri<sup>2</sup>, Saipiatuddin<sup>3</sup>**<sup>1,2,3</sup>Universitas Negeri JakartaEmail : [elok.mely@gmail.com](mailto:elok.mely@gmail.com)<sup>1</sup>, [desysafitri@unj.ac.id](mailto:desysafitri@unj.ac.id)<sup>2</sup>, [saipiatuddin@unj.ac.id](mailto:saipiatuddin@unj.ac.id)<sup>3</sup>

---

**Article Info**

## Article history :

Received: 10-06-2024

Received: 13-06-2024

Accepted: 15-06-2024

Published: 17-06-2024

**Abstract**

*The increase in unemployment among graduates has become a concerning phenomenon recently. One of the factors causing it is the low level of career adaptability. This study aims to determine the description of the influence of social support with career adaptability in social studies education students, Faculty of Social Sciences, State University of Jakarta. The research method used in this research is descriptive method with quantitative approach. The sampling technique applied was purposive sampling with a sample size of 118 students. The data collection technique used in this study was a questionnaire (questionnaire). The results showed that the social support received by social studies education students, Faculty of Social Sciences, State University of Jakarta was more dominant in informational support in the form of advice and information from close people regarding job prospects in accordance with the major or outside the major being pursued. The most dominant career adaptability owned by social studies education students, Faculty of Social Sciences, State University of Jakarta is career concern in the form of awareness that the choices being made today can determine their future.*

**Keywords : Career Adaptability, College Students, Social Support,**

---

**Abstrak**

Peningkatan kasus pengangguran di kalangan lulusan sarjana menjadi fenomena yang memprihatinkan akhir-akhir ini. Salah satu faktor penyebabnya adalah rendahnya tingkat adaptabilitas karier. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengaruh dukungan sosial dengan adaptabilitas karier pada mahasiswa Pendidikan IPS, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jakarta. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yang diterapkan adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel 118 mahasiswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan kuesioner (angket). Hasil penelitian menunjukkan dukungan sosial yang diterima mahasiswa Pendidikan IPS, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jakarta lebih dominan pada *informational support* yang berupa saran dan informasi dari orang-orang terdekat mengenai prospek pekerjaan sesuai dengan jurusan atau di luar jurusan yang sedang ditempuh. Adapun adaptabilitas karier yang dimiliki mahasiswa Pendidikan IPS, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jakarta yang paling dominan adalah *career concern* berupa kesadaran bahwa pilihan yang dijalankan saat ini dapat menentukan masa depannya.

**Kata Kunci : Adaptabilitas Karier, Dukungan Sosial, Mahasiswa**



## PENDAHULUAN

Individu akan mengalami berbagai transisi dalam hidupnya, misalnya dari masa remaja ke dewasa atau dari satu tahap pendidikan ke tahap berikutnya. Sebelum memasuki fase baru, penting bagi mereka untuk mengembangkan adaptabilitas karier. Adaptabilitas karier yaitu kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan berbagai tantangan dan situasi yang akan terjadi di tempat kerja, baik yang terduga maupun yang tidak terduga (Savickas, 2019).

Adaptabilitas karier yang tinggi menjadi kunci penting bagi mahasiswa tingkat akhir, memastikan bahwa mereka dapat mengejar tujuan karier mereka setelah lulus. Namun, data dari BPS mengenai Tingkat Pengangguran Terbuka menunjukkan bahwa lulusan sarjana mengalami peningkatan TPT sebesar 0,38% dari Agustus 2021 hingga Agustus 2023. (Badan Pusat Statistik, 2023)

Peningkatan kasus pengangguran di kalangan lulusan sarjana menjadi fenomena yang memprihatinkan akhir-akhir ini. Salah satu faktor penyebabnya adalah rendahnya tingkat adaptabilitas karier. Ketika adaptabilitas karier rendah, seseorang cenderung merasa pesimis tentang masa depan, kesulitan dalam memilih jalur karier, memiliki citra diri yang kurang akurat, serta kurang keyakinan dalam mengatasi tantangan dan hambatan dalam karier (Putri & Yuniasanti, 2023).

Menurut Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, Nadiem Makarim, 80% lulusan perguruan tinggi di Indonesia tidak bekerja sesuai dengan jurusan yang mereka ambil di kuliah. Fakta di lapangan ini menunjukkan bahwa banyak mahasiswa belum mempersiapkan diri dengan baik untuk pekerjaan yang sesuai dengan bidang keahlian mereka. (Aisyah, 2021)

Pernyataan ini didukung oleh hasil pra-penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap mahasiswa tingkat akhir Pendidikan IPS di Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta. Pra-penelitian tersebut menggunakan metode wawancara dan pengisian angket. Pada metode wawancara, peneliti mewawancarai dua mahasiswa tentang adaptabilitas karier mereka. Kedua mahasiswa tersebut belum memiliki rencana pasti setelah lulus kuliah, salah satunya lebih memilih untuk tidak bekerja sesuai jurusan seperti guru, sociopreneur, pekerja sosial, atau peneliti, sementara yang lain masih belum menentukan karier masa depannya. Pra penelitian yang dilakukan dengan wawancara kemudian diperkuat oleh hasil pengisian angket oleh 32 mahasiswa Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta, sebanyak 14 mahasiswa atau sebesar 44% mahasiswa Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta masih belum menentukan rencana karier setelah lulus perguruan tinggi.

Berdasarkan pra penelitian, data dan fenomena yang ditemukan menunjukkan bahwa sebagian besar permasalahan yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir adalah ketidakjelasan visi masa depan yang sesuai dengan bakat, minat, dan potensi individu. Kegagalan dalam adaptabilitas karier pada dewasa awal dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kurangnya informasi mengenai jurusan yang tersedia, tekanan dari orang tua, dan pengaruh lingkungan sosial (Angela & Gunawan, 2021).



Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa individu yang mampu beradaptasi dalam karier lebih berhasil menemukan peluang kerja yang lebih baik, sukses menghadapi masa transisi, dan mendapatkan pekerjaan berkualitas. Individu dengan adaptabilitas karier tinggi lebih berhasil dalam menghadapi masa transisi, memiliki risiko lebih kecil untuk menjadi penganggur dalam jangka waktu lama, dan membuat pilihan karier yang lebih baik (Angela & Gunawan, 2021). Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa penting bagi mahasiswa tingkat akhir untuk mengembangkan adaptabilitas karier.

Adaptabilitas karier dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, keluarga, institusi pendidikan, pengalaman kerja, dan eksplorasi karier. Selain itu, intelegensi, kepribadian, serta dukungan sosial dari orang tua, keluarga, dan teman sebaya juga memainkan peran penting dalam meningkatkan adaptabilitas karier (Angela & Gunawan, 2021). Dukungan sosial merupakan faktor eksternal yang dapat berupa dukungan psikologis atau materi. Aspek-aspek dukungan sosial meliputi dukungan emosional, penghargaan, informasional, dan instrumental (Sarafino & Smith, 2016). Berbagai dukungan ini sangat penting bagi mahasiswa tingkat akhir untuk membantu mereka mempersiapkan tujuan karier dan menghadapi berbagai tantangan di dunia kerja.

Dalam menghadapi tantangan pekerjaan, dukungan dari orang-orang di sekitar sangat membantu dalam memfasilitasi persiapan karier serta transisi dari perguruan tinggi ke dunia kerja. Generasi mahasiswa saat ini dikenal mandiri, terutama dalam mengakses informasi, sehingga mereka memerlukan mentor untuk membantu memverifikasi dan memvalidasi informasi yang tepat. Selain itu, generasi mahasiswa saat ini juga sangat kompetitif dan mencari pengakuan atau pujian atas keberhasilan mereka dalam menyelesaikan tugas dengan baik.

Berdasarkan pemaparan yang sudah dijelaskan, maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap adaptabilitas karier pada mahasiswa Pendidikan IPS, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jakarta.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif yang dinyatakan dalam angka, serta dijelaskan dengan membandingkan hasilnya dengan teori-teori yang ada. Penelitian ini melibatkan dua variabel, yaitu dukungan sosial sebagai variabel bebas (X) dan adaptabilitas karier sebagai variabel terikat (Y).

Sampel pada penelitian ini berjumlah 118 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang diterapkan adalah *non-probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel dilakukan berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu (Sugiyono, 2015). Kriteria yang digunakan untuk memilih sampel mencakup mahasiswa aktif dari program Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial UNJ mahasiswa yang berada di semester akhir (semester 6 dan semester 8).

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa kuesioner (angket). Skala yang digunakan adalah skala Likert dengan lima alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).



Instrumen yang digunakan pada variabel adaptabilitas karier (Y) memiliki 24 item pernyataan yang diadaptasi dari *CAAS-Indonesia Form* (Sulistiani et al., 2019) berdasarkan *CAAS International Form* (Savickas & Porfeli, 2012). Sedangkan skala dukungan sosial (X) dimodifikasi dari aspek-aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino & Smith (Sarafino & Smith, 2016) yang terdiri dari 32 item pernyataan.

Data yang telah dikumpulkan akan disajikan dalam bentuk garis kontinum dan pembahasan, sehingga data dapat lebih terstruktur dan mudah dipahami. Analisis deskripsi mengenai masing-masing variabel penelitian menggunakan rumus sebagai berikut (Narimawati et al., 2010):

$$\text{Skor Total} = \frac{\text{Total Skor Aktual}}{\text{Skor Ideal}} \times 100\%$$

Jumlah responden adalah 118 orang, dan nilai skala pengukuran terbesar adalah 5, sedangkan skala pengukuran terkecil adalah 1. Sehingga diperoleh jumlah kumulatif terbesar =  $118 \times 5 = 590$ . Sedangkan jumlah kumulatif terkecil =  $118 \times 1 = 118$ . Adapun nilai persentase terkecil adalah  $(118/590) \times 100\% = 20,00\%$ , dengan nilai rentang =  $100\% - 20,00\% = 80,00\%$ . Jika dibagi 5 kategori, maka didapat nilai interval persentase sebesar 16,00%. Penjelasan bobot nilai skor total dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

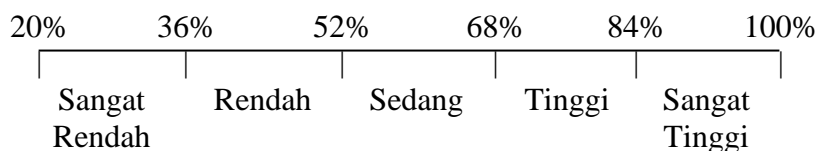
**Tabel 1. Kriteria Persentase Skor Tanggapan Responden**

Interval	Kriteria
20% - 36%	Sangat Rendah
36,01% - 52%	Rendah
52,01% - 68%	Sedang
68,01% - 84%	Tinggi
84,01% - 100%	Sangat Tinggi

Sumber: (Narimawati et al., 2010)

Hasil persentase keseluruhan pencapaian total skor terhadap skor ideal dipetakan ke dalam interval kriteria penilaian yang direpresentasikan melalui sebuah garis kontinum sebagai berikut:

**Diagram 1. Garis Kontinum**



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data hasil penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran umum tentang penyebaran data yang telah diolah. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa aktif Pendidikan IPS di Universitas Negeri Jakarta, sesuai dengan kriteria yang ditetapkan, yaitu mahasiswa Pendidikan IPS, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jakarta, angkatan 2020 dan 2021 yang sedang



menempuh pendidikan pada semester 6 dan 8. Hasil analisis disajikan dalam bentuk garis kontinum untuk variabel adaptabilitas karier (Y) dan variabel dukungan sosial (X).

Berikut ini terdapat hasil penelitian dan pembahasan mengenai adaptabilitas karier yang dimiliki mahasiswa Pendidikan IPS, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jakarta:

**Tabel 1.** Deskripsi Data Adaptabilitas Karier (Y)

NO	DIMENSI	GARIS KONTINUM				
1	<i>Career Concern</i>	<div style="text-align: right; margin-bottom: 5px;">3118</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <span>STS</span> <span>TS</span> <span>N</span> <span>S</span> <span>SS</span> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; margin-top: 5px;"> <span>708</span> <span>1416</span> <span>2124</span> <span>2843</span> <span>3540</span> </div>				
2	<i>Career Control</i>	<div style="text-align: right; margin-bottom: 5px;">3025</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <span>STS</span> <span>TS</span> <span>N</span> <span>S</span> <span>SS</span> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; margin-top: 5px;"> <span>708</span> <span>1416</span> <span>2124</span> <span>2843</span> <span>3540</span> </div>				
3	<i>Career Curiosity</i>	<div style="text-align: right; margin-bottom: 5px;">2952</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <span>STS</span> <span>TS</span> <span>N</span> <span>S</span> <span>SS</span> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; margin-top: 5px;"> <span>708</span> <span>1416</span> <span>2124</span> <span>2843</span> <span>3540</span> </div>				
4	<i>Career Confidence</i>	<div style="text-align: right; margin-bottom: 5px;">2954</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <span>STS</span> <span>TS</span> <span>N</span> <span>S</span> <span>SS</span> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; margin-top: 5px;"> <span>708</span> <span>1416</span> <span>2124</span> <span>2843</span> <span>3540</span> </div>				

Persentase tertinggi pada garis kontinum dimensi adaptabilitas karier (X) adalah dimensi kepedulian karier (*career concern*), yang terbukti dengan hasil perhitungan sebesar 88% mahasiswa masuk ke dalam kategori tinggi dengan frekuensi 3118 dari total skor maksimal 3540. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta memikirkan masa depan yang akan mereka capai dan hadapi, serta menyadari bahwa pilihan yang mereka buat saat ini dapat menentukan masa depan mereka. Mereka merencanakan, memperhatikan keahlian yang harus dikuasai untuk karier yang diinginkan, dan mempersiapkan diri dengan sebaik mungkin.

Sementara itu, persentase urutan kedua pada garis kontinum dimensi adaptabilitas karier adalah dimensi pengendalian karier (*career control*), yang terbukti dengan hasil perhitungan sebesar 85% mahasiswa masuk ke dalam kategori tinggi dengan frekuensi 3025 dari total skor maksimal 3540. Pada dimensi ini terdapat dua indikator, yaitu tanggung jawab karier dan kemauan karier. Mahasiswa Pendidikan IPS FIS UNJ mampu melakukan apa yang mereka anggap baik dan bertanggung jawab atas tindakan yang telah mereka ambil terkait masa depan karier mereka. Hal

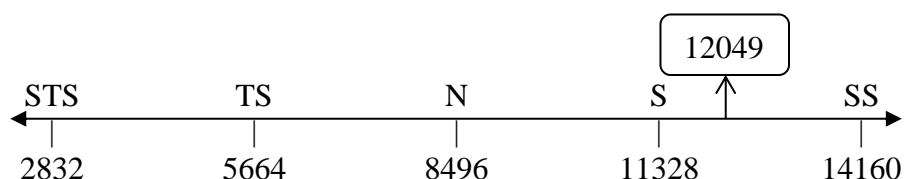


ini menunjukkan integritas dan profesionalisme, serta kepercayaan diri dalam membuat keputusan sendiri untuk mencapai tujuan karier dan tetap optimis terhadap keputusan yang telah dibuat.

Selanjutnya, persentase urutan ketiga pada garis kontinum dimensi adaptabilitas karier adalah dimensi keyakinan karier (*career confidence*), yang terbukti dengan hasil perhitungan sebesar 83% mahasiswa masuk ke dalam kategori tinggi dengan frekuensi 2954 dari total skor maksimal 3540. Pada dimensi ini terdapat tiga indikator: perilaku gigih, berusaha keras, dan tekun. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial UNJ berhati-hati dalam melakukan berbagai hal, seperti menyelesaikan masalah dengan baik dan mengerjakan tugas secara efisien. Mereka juga bersemangat mempelajari keterampilan baru sebagai bekal masa depan dan mampu mengerjakan segala sesuatu hingga batas kemampuan mereka.

Kemudian, persentase urutan keempat pada garis kontinum dimensi keingintahuan karier (*career curiosity*) terbukti dengan hasil perhitungan sebesar 83% mahasiswa termasuk dalam kategori tinggi dengan frekuensi 2952 dari total skor maksimal 3540. Dimensi keingintahuan karier ini mencakup empat indikator: mencoba hal baru, mengambil risiko, mencari informasi, dan perasaan ingin tahu. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial UNJ memiliki rasa ingin tahu tentang peluang baru untuk mencapai tujuan karier mereka, serta mencari alternatif sebelum membuat keputusan. Mereka juga mampu mengamati berbagai cara untuk melakukan sesuatu agar pekerjaan dapat diselesaikan dengan lebih efektif dan efisien di masa depan. Selain itu, mahasiswa Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial UNJ aktif mencari kesempatan dengan mengeksplorasi lingkungan sekitar, baik di kampus maupun di luar kampus, seperti mengikuti kegiatan *workshop* untuk berkembang sebagai individu.

**Diagram 1.** Garis Kontinum Keseluruhan Dimensi Variabel Y



Berdasarkan diagram garis kontinum di atas, dapat disimpulkan bahwa seluruh dimensi variabel Y berada dalam kategori "Setuju" hingga "Sangat Setuju." Hasil ini sesuai dengan persentase keseluruhan dimensi yang mencapai 85%, dengan frekuensi sebesar 12049 dari total skor maksimal 14160. Perhitungan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial UNJ angkatan 2020 dan 2021 memiliki adaptabilitas karier yang tinggi, yang mencerminkan kepedulian, pengendalian, keingintahuan, dan keyakinan yang kuat terhadap karier yang ingin mereka capai.

Berikut ini terdapat hasil penelitian dan pembahasan mengenai dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa Pendidikan IPS, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jakarta:



Tabel 2. Deskripsi Data Dukungan Sosial (X)

NO	DIMENSI	GARIS KONTINUM
1	<i>Emotional Support</i>	<div style="text-align: center;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; width: 60px; margin: 0 auto; padding: 2px;">3578</div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <span>STS</span> <span>TS</span> <span>N</span> <span>↑</span> <span>S</span> <span>SS</span> </div> <hr style="width: 80%; margin: 5px auto;"/> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <span>944</span> <span>1888</span> <span>2832</span> <span>3776</span> <span>4720</span> </div> </div>
2	<i>Esteem Support</i>	<div style="text-align: center;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; width: 60px; margin: 0 auto; padding: 2px;">3717</div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <span>STS</span> <span>TS</span> <span>N</span> <span>↑</span> <span>S</span> <span>SS</span> </div> <hr style="width: 80%; margin: 5px auto;"/> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <span>1062</span> <span>2124</span> <span>3186</span> <span>4248</span> <span>5310</span> </div> </div>
3	<i>Instrumental Support</i>	<div style="text-align: center;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; width: 60px; margin: 0 auto; padding: 2px;">3287</div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <span>STS</span> <span>TS</span> <span>N</span> <span>↑</span> <span>S</span> <span>SS</span> </div> <hr style="width: 80%; margin: 5px auto;"/> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <span>944</span> <span>1888</span> <span>2832</span> <span>3776</span> <span>4720</span> </div> </div>
4	<i>Informational Support</i>	<div style="text-align: center;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; width: 60px; margin: 0 auto; padding: 2px;">3217</div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <span>STS</span> <span>TS</span> <span>N</span> <span>↑</span> <span>S</span> <span>SS</span> </div> <hr style="width: 80%; margin: 5px auto;"/> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <span>826</span> <span>1652</span> <span>2478</span> <span>3304</span> <span>4130</span> </div> </div>

Persentase tertinggi pertama pada garis kontinum dimensi dukungan sosial (X) adalah dimensi dukungan informasi (*informational support*) dalam meningkatkan adaptabilitas karier, yang terbukti dengan hasil perhitungan sebesar 78% mahasiswa termasuk dalam kategori sedang dengan frekuensi 3217 dari total skor maksimal 4130. Hal ini menandakan bahwa orang-orang di sekitar mahasiswa Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial UNJ angkatan 2020 dan 2021, seperti keluarga, teman rumah, maupun teman kampus, cukup tinggi memberikan nasihat dan solusi ketika mahasiswa menghadapi masalah atau melakukan kesalahan. Selain itu, mereka juga cukup tinggi mendapatkan saran dan informasi dari orang-orang terdekat mengenai prospek pekerjaan yang sesuai dengan jurusan yang sedang ditempuh atau prospek pekerjaan di luar jurusan tersebut.

Sementara itu, persentase urutan kedua pada garis kontinum dimensi dukungan sosial adalah dimensi dukungan emosional (*emotional support*) dalam meningkatkan adaptabilitas karier, yang terbukti dengan hasil perhitungan sebesar 76% mahasiswa termasuk dalam kategori sedang dengan frekuensi 3578 dari total skor maksimal 4720. Dimensi ini memiliki tiga indikator: empati, kepedulian, dan perhatian. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial UNJ angkatan 2020 dan 2021 merasakan kenyamanan dan perhatian yang cukup tinggi di

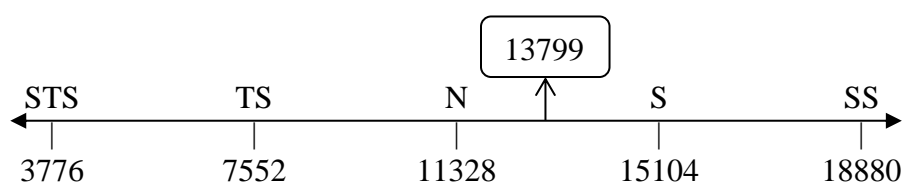


lingkungan mereka, baik dari keluarga, teman rumah, maupun teman kampus, saat mereka membagikan keluh kesah tentang kehidupan yang berkaitan dengan masa depan.

Persentase urutan ketiga pada garis kontinum dimensi dukungan sosial adalah dimensi dukungan penghargaan (*esteem support*) dalam meningkatkan adaptabilitas karier, yang terbukti dengan hasil perhitungan sebesar 70% mahasiswa termasuk dalam kategori sedang dengan frekuensi 3717 dari total skor maksimal 5310. Dimensi ini terdiri dari dua indikator: penghargaan positif dan persetujuan gagasan. Hal ini ditunjukkan oleh dukungan yang diberikan oleh orang-orang terdekat mahasiswa Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial UNJ, baik dari keluarga, teman rumah, maupun teman kampus, yang memberikan kepercayaan kepada mahasiswa untuk mengambil keputusan, menawarkan bantuan untuk mewujudkan ide atau gagasan menjadi kenyataan, serta memberikan pujian atas usaha yang telah dilakukan oleh mahasiswa.

Kemudian, persentase urutan keempat pada garis kontinum dimensi dukungan sosial adalah dimensi dukungan instrumental (*instrumental support*) dalam meningkatkan adaptabilitas karier, yang terbukti dengan hasil perhitungan sebesar 70% mahasiswa termasuk dalam kategori sedang dengan frekuensi sebesar 3287 dari total skor maksimal 4720. Dimensi ini memiliki dua indikator: bantuan langsung berupa barang dan tindakan. Hal ini mengindikasikan bahwa individu di sekitar mahasiswa Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial UNJ, termasuk keluarga, teman rumah, maupun teman kampus, memberikan bantuan dengan memberikan barang atau uang untuk meningkatkan keterampilan mahasiswa, mendampingi mereka saat mengalami kesulitan, dan membantu dalam memahami materi perkuliahan.

**Diagram 2.** Garis Kontinum Keseluruhan Dimensi Variabel X



Berdasarkan diagram garis kontinum di atas, dapat disimpulkan bahwa seluruh dimensi variabel X berada dalam kategori "Netral" hingga "Setuju." Hal ini sesuai dengan hasil persentase keseluruhan dimensi yang mencapai 73%, dengan frekuensi sebesar 13799 dari total skor maksimal 18880. Hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial UNJ angkatan 2020 dan 2021 mendapatkan dukungan sosial yang baik dari orang-orang di sekitar mereka, seperti keluarga, teman dekat di kampus, teman dekat di rumah, dan teman dekat di organisasi. Artinya, mahasiswa merasa cukup dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang-orang di sekitarnya.

Adaptabilitas karier tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan sosial. Di era saat ini, di mana teknologi berkembang pesat, mudahnya akses informasi dari luar dapat mengubah gaya hidup setiap individu. Informasi yang diperoleh individu mengenai pilihan karier cenderung membuat mereka kurang mempertimbangkan masukan dari orang lain. Sehingga mengakibatkan peran





dukungan sosial sebagai sumber informasi untuk adaptabilitas karier mahasiswa mengalami penurunan (Angelika & Gunawan, 2016).

Selain faktor perkembangan zaman saat ini, pengaruh dukungan sosial terhadap adaptabilitas karier dapat mengalami penurunan. Hal ini mungkin terjadi karena dukungan yang diterima dari orang-orang di sekitar seringkali tidak sesuai dengan kebutuhan mahasiswa. Jika dukungan tersebut terlalu berlebihan atau tidak tepat sasaran, hal tersebut dapat berubah menjadi tekanan atau tuntutan bagi mahasiswa (Ramadhanti & Priyatama, 2023).

Berdasarkan pembahasan yang sudah dijelaskan, diketahui bahwa dukungan sosial dapat mempengaruhi adaptabilitas karier mahasiswa Pendidikan IPS, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jakarta dengan baik. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa merasa dirinya dicintai, diperhatikan, dan dihargai sehingga dapat secara bebas mengembangkan adaptabilitas kariernya.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian dan analisis instrumen menggunakan garis kontinum menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial (X) dengan empat dimensi, yaitu *emotional support*, *esteem support*, *instrumental support*, dan *informational support*, memiliki persentase sebesar 73%. Sementara itu, variabel adaptabilitas karier (Y) dengan empat dimensi, yaitu *concern*, *control*, *curiosity*, dan *confidence*, memiliki persentase sebesar 85%. Berdasarkan analisis garis kontinum, variabel dukungan sosial (X) berada dalam kategori antara "Netral" dan "Setuju", sedangkan kekuatan variabel adaptabilitas karier (Y) berada dalam kategori antara "Setuju" dan "Sangat Setuju". Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka dapat diketahui bahwa pengaruh dukungan sosial terhadap adaptabilitas karier pada mahasiswa Pendidikan IPS, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jakarta cukup tinggi. Pengaruh dukungan sosial yang paling dominan terhadap adaptabilitas karier adalah *informational support*, yaitu mendapatkan solusi, nasehat, saran dan informasi dari orang-orang terdekat mengenai prospek pekerjaan sesuai dengan jurusan yang sedang ditempuh ataupun prospek pekerjaan di luar jurusan yang sedang ditempuh. Sementara itu, adaptabilitas karier yang paling dominan dimiliki mahasiswa Pendidikan IPS, Fakultas Universitas Negeri Jakarta adalah *career concern*, yang memperlihatkan bahwa mereka memikirkan seperti apa masa depan yang akan dicapai dan dihadapi sehingga menyadari bahwa pilihan yang dijalankan saat ini dapat menentukan masa depannya.

Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk menambahkan variabel bebas lainnya yang dapat memberikan temuan baru dan memperluas ruang lingkup penelitian mengenai adaptabilitas karier seperti optimisme, resiliensi, pengalaman kerja, dan status sosial ekonomi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, N. (2021). *Nadiem Ungkap 80% Lulusan Tak Bekerja Sesuai Prodi, Bagaimana Sisanya?* DetikEdu. <https://www.detik.com/edu/perguruan-tinggi/d-5793585/nadiem-ungkap-80-lulusan-tak-bekerja-sesuai-prodi-bagaimana-sisanya>
- Angela, G., & Gunawan, W. (2021). Hubungan antara Dukungan Orang Tua dengan Adaptabilitas Karier pada Siswa SMA di Jakarta. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 5(2), 232–248. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v5i2.3637>
- Angelika, S., & Gunawan, W. (2016). Hubungan antara dukungan sosial dengan adaptabilitas karier remaja di kecamatan Grogol Petamburan. In *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND* (Vol. 7,



- Issue 1, pp. 8–16). <http://journal.univpancasila.ac.id/index.php/mindset/article/view/304>  
Badan Pusat Statistik. (2023). Keadaan Ketenagakerjaan Indonesia Agustus 2023. In *Badan Pusat Statistik* (Vol. 11, Issue 77).
- Hutajulu, I. N. A., & Suhariadi, F. (2021). Hubungan antara Social Support dengan Career Adaptability pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1444–1450. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.30893>
- Narimawati, U., Anggadini, S. D., & Ismawati, L. (2010). *Penulisan Karya Ilmiah*. Penerbit Genesis.
- Putri, I. S., & Yuniasanti, R. (2023). Hubungan Antara Optimisme Dengan Adaptabilitas Karir Pada Mahasiswa Generasi Z. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 16(2), 38–46. <https://doi.org/10.24912/provitae.v16i2.26701>
- Ramadhanti, H. D., & Priyatama, A. N. (2023). Hubungan Career Optimism dan Social Support dengan Career Adaptability Mahasiswa Pengguna Layanan Career Development Center UNS. *Schema: Journal of Psychological Research*, 22–32. <https://doi.org/10.29313/schema.v0i0.11673>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2016). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (9th Editio). John Wiley & Sons, Inc.
- Savickas, M. L. (2019). *Career Construction Theory: Life Portraits of Attachment, Adaptability, and Identity*. Mark L. Savickas.
- Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2012). Career Adapt-Abilities cale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Vocational Behavior*, 80(3), 661–673.
- Silvania, O., & Anantasari, M. L. (2022). Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dan Adaptabilitas Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir. In *Suksma: Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma* (Vol. 3, Issue 1, pp. 57–71). <https://doi.org/10.24071/suksma.v3i1.4519>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta.
- Sulistiani, W., Suminar, D. R., & Hendriani, W. (2019). *the Career Adapt-Abilities Scale-Indonesian Form: Psychometric Properties and Construct Validity*. January, 01–09. <https://doi.org/10.17501/24246700.2018.4201>