

Self-esteem, dukungan sosial keluarga dan career adaptability: Studi pada taruna-taruni pelayaran tingkat akhir

Dita Rizky Ramadhani*, Wiwik Sulistiani, Puri Aquarisnawati
Universitas Hang Tuah

*ramadhani.dita@hangtuah.ac.id

Received: 4 April 2024

Revised: 4 November 2024

Accepted: 8 November 2024

Abstract. *The purpose of this study was to investigate the relationship between self-esteem and family social support with career adaptability in final-year cadets of the Sailing Polytechnic. This study used a quantitative approach. There were 159 cadets—107 males and 52 females. This method used the assumption of probability sampling. The method used for data analysis is the product moment and multiple correlation approach. There are 24 items in the career adaptability scale and 10 items in the self-esteem scale. There are 17 items in the family social support scale. Results showed a relationship between self-esteem and career adaptability. There is a correlation between family social support and career adaptability. For the final-year cadets of the Sailing Polytechnic, there is a relationship between career adaptability and family social support. The results validate the positive hypothesis, demonstrating a correlation between self-esteem and family social support and career adaptability among final-year cadets at the Sailing Polytechnic.*
Keywords: *self-esteem, family support, career adaptability*

Abstrak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki hubungan antara *self esteem* dan dukungan sosial keluarga dengan kemampuan *career adaptability* pada taruna tingkat akhir Politeknik Pelayaran. Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Ada 159 taruna, 107 laki-laki dan 52 perempuan. Metode ini menggunakan asumsi probabilitas sampling. Metode analisis data adalah *product moment* dan korelasi ganda. Ada 24 item dalam skala *career adaptability* dan 10 item dalam skala *self esteem*. Terdapat 17 item dalam skala dukungan sosial keluarga. Hasil menunjukkan hubungan antara *self esteem* dan kemampuan *career adaptability*. Ada korelasi antara dukungan sosial keluarga dan *career adaptability* terhadap taruna-taruni tingkat akhir Politeknik Pelayaran, ada hubungan antara *career adaptability* dan dukungan sosial keluarga. Hasil menunjukkan hipotesis positif yang diterima: ada hubungan antara *self esteem* dan dukungan sosial keluarga dengan kemampuan *career adaptability* bagi taruna tingkat akhir Politeknik Pelayaran.

Kata kunci: *self-esteem, dukungan sosial keluarga, career adaptability*

PENDAHULUAN

Pendidikan vokasi pelayaran adalah pendidikan tinggi yang mempersiapkan siswa untuk pekerjaan yang membutuhkan beberapa keahlian pelayaran terapan. Pendidikan vokasi pelayaran memiliki peminat yang sedikit di dunia pendidikan sebelumnya, tetapi tuntutan perubahan di era globalisasi membuat pendidikan vokasi memainkan peran strategis dan memimpin dalam lapangan kerja. Tujuan pendidikan vokasi, yang bertujuan untuk menyediakan lulusan untuk menghadapi tantangan di dunia kerja, tidak banyak diminati (Avis et al., 2017).

Pendidikan vokasi pelayaran tidak sama dengan pendidikan umum. Taruna/taruni, juga disebut sebagai mahasiswa pelayaran, mendapatkan pendidikan yang mirip dengan militer. Misalnya, mereka diwajibkan untuk tinggal di asrama dalam jangka waktu tertentu dan tidak diperbolehkan membawa telepon seluler. Hambatan sosial berasal dari keharusan taruna untuk tinggal di asrama. Menggunakan seragam khusus juga merupakan peraturan tambahan yang berlaku bagi siswa yang mengikuti pendidikan. Seragam harus menunjukkan sikap, kata-kata, badan, kualifikasi, dan perilaku. Jika anggota staf melanggar, mereka akan diberi sanksi yang sesuai. Menurut Wang dan Fu (2015), sangat penting bagi siswa yang mengalami transisi dari sekolah (universitas atau perguruan tinggi) ke pekerjaan (sekolah ke pekerjaan transisi). *Career adaptability* adalah sumber dari kesiapan seseorang untuk menghadapi tantangan dalam kondisi transisi. *Career adaptability* adalah kemampuan seseorang untuk melakukan transisi yang efektif antara organisasi, pasar tenaga kerja, dan pengetahuan tentang pekerjaan mereka (Bimrose dalam Fawehinmi, 2016). Mereka yang memiliki tingkat adaptasi karir yang tinggi dianggap sebagai pekerja yang peduli tentang masa depan mereka, memiliki lebih banyak kontrol atas pekerjaan mereka yang akan datang, menunjukkan keinginan untuk mengeksplorasi diri mereka sendiri dan lingkungan kerja mereka yang akan datang, dan memiliki kemampuan untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka sendiri.

Untuk sukses dalam karier jangka panjang dan bertahan dalam pasar kerja yang selalu berubah, kemampuan untuk beradaptasi sangat penting. Ini mencakup kemampuan

untuk belajar, memperbarui kemampuan, dan beradaptasi dengan perubahan di tempat kerja dan kemungkinan pergeseran peran (Royal, 2024). Peneliti melakukan survei pra untuk mendukung informasi tentang masalah adaptasi karir karyawan tingkat akhir Politeknik Pelayaran. Sebuah survei pra-survey melibatkan 41 orang dari tiga jurusan. Ini adalah hasilnya:

Tabel 1. Hasil Pra-Survey *Career Adaptability* pada taruna-taruni tingkat akhir Politeknik Pelayaran

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Tinggi	< 62	5	12,20
Sedang	62 – 76	36	87,80
Rendah	76 <	0	0
Total		41	100

Hasil *pra-survei* menunjukkan bahwa taruna-taruni Politeknik Pelayaran paling mudah menyesuaikan diri dengan pekerjaan mereka di kategori sedang dan tinggi. Ini menunjukkan bahwa masih ada masalah dengan *career adaptability*. Menurut Sulistiani & Handoyo (2018), dukungan sosial, demografi, dan kepribadian adalah tiga komponen yang memengaruhi *career adaptability*. Jenis kelamin dan pengalaman memimpin kelas adalah komponen demografi. Kehati-hatian, disposisi emosional negatif, kepercayaan diri, orientasi masa depan, harapan optimisme, dan regulasi diri adalah faktor kesiapan/kepribadian. Faktor luar yang mempengaruhi kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan pekerjaan termasuk dukungan sosial dari orang tua, keluarga, dan lingkungan sekolah. Namun, Kurniawati (2019) menyatakan bahwa ada banyak variabel yang mempengaruhi *career adaptability*, termasuk internal, eksternal, dan demografi. Faktor internal termasuk optimisme, kecerdasan emosional, *self-evaluation*, *self-regulation*, *sense of control*, dan ketabahan. Faktor eksternal termasuk lingkungan, dukungan sosial, dan profil demografi gender.

Untuk mendapatkan pekerjaan, *career adaptability* sangat penting. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan *career adaptability*. Adaptabilitas karir sangat bermanfaat bagi masa depan taruna-taruni. *Self-esteem* adalah salah satu komponen yang mempengaruhi

peningkatan kemampuan *career adaptability* (Ataç et al., 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Ataç et al. (2018) adalah salah satu faktor internal yang diteliti oleh peneliti terkait hubungan antara *self-esteem* peneliti dan kemampuan *career adaptability* mereka. *Self-esteem* secara signifikan mempengaruhi kemampuan karier, kemampuan adaptasi secara signifikan mempengaruhi kelayakan kerja, dan individu yang memiliki *self-esteem* yang tinggi dan memiliki kemampuan kerja yang lebih tinggi lebih sedikit kemungkinan untuk mengambil risiko selama menganggur dibandingkan dengan individu yang memiliki *self-esteem* rendah. Dengan kata lain, individu yang memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi dapat melampaui orang-orang yang memiliki *self-esteem* yang rendah.

Dukungan sosial, selain *self-esteem*, adalah komponen yang dapat memengaruhi kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan karir. Menurut penelitian sebelumnya, dukungan sosial keluarga sangat penting untuk membangun *career adaptability* (Indianti, 2015). Diperlukan lebih banyak dukungan sosial keluarga untuk membantu taruna tingkat akhir internalisasi diri dalam belajar agar mereka dapat membangun *career adaptability*.

Berdasarkan penjelasan di atas yang terkait dengan hubungan antara *self-esteem* dan dukungan sosial keluarga dengan *career adaptability* pada taruna-taruni tingkat akhir Politeknik Pelayaran, serta hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai model *career adaptability* pada taruna-taruni Politeknik Pelayaran yang mempertimbangkan faktor-faktor personal dan lingkungan yang relevan dengan konteks pendidikan pelayaran. Untuk menentukan bagaimana taruna-taruni dapat dikaitkan dengan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan pekerjaan mereka, taruna-taruni juga berfokus pada *self-esteem* dan dukungan sosial keluarga yang dirasakan.

METODE

Studi korelasional adalah metodologi penelitian kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini. Penelitian korelasional bertujuan untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan antar variable (Azwar, 2017).

Partisipan Penelitian

Sebanyak 159 taruna tingkat akhir dari Politeknik Pelayaran terlibat dalam penelitian ini. Random sampling proporsional stratified digunakan apabila komponen populasi tidak homogen dan berstrata secara proporsional (Sugiyono, 2017).

Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, *Career Adapt-Abilities Scale (CAAS) Indonesian Form* (Sulistiani et al., 2019), yang dimodifikasi dari CAAS International Form 2.0 (Savickas & Porfeli, 2012), digunakan untuk mengukur adaptasi karir seseorang. Skala ini terdiri dari 24 poin yang menunjukkan *career adaptability* setiap orang. Kedua puluh empat item tersebut dibagi rata-rata menjadi empat subskala yang menunjukkan kemampuan setiap orang untuk menyesuaikan diri dengan pekerjaan mereka. Empat subskala terdiri dari *Career concern* (fokus pada masa depan), *Career control* (memiliki kekuatan untuk mencapai tujuan karier), *Career curiosity* (memiliki rasa ingin tahu untuk mencari peluang karier masa depan), dan *Career confidence* (memiliki keyakinan untuk mencapai tujuan karier masa depan). Untuk menanggapi item, gunakan skala likert yang memiliki nilai dari 1 hingga 5, yang menunjukkan tingkat kekuatan yang paling rendah. 24 item termasuk dalam skala *career adaptability* ($\alpha = 0,873$).

Dalam penelitian ini, skala *self esteem Rosenberg* digunakan. Skala ini dikembangkan oleh Rosenberg, yang menyatakan bahwa *self esteem* memiliki dua dimensi: penghargaan, dan penerimaan. Setelah itu, skala ini diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia dengan bantuan dua penerjemah yang berpengalaman dalam bidang mereka. Skala ini terdiri dari sepuluh item, masing-masing dengan item positif dan negatif. Untuk menentukan jawaban, digunakan skala likert yang terdiri dari opsi sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. 10 item terdiri dari skala *self esteem* ($\alpha = 0.800$).

Penelitian ini menggunakan skala dukungan sosial keluarga yang didasarkan pada Friedman et al. (2010). Friedman et al. mengidentifikasi empat dimensi dukungan sosial keluarga: dukungan emosional, dukungan penilaian, dukungan instrumental, dan dukungan informasional. Dalam skala ini, 24 item terdiri dari item yang baik dan buruk dalam setiap aspek. Untuk menentukan jawaban, digunakan skala likert yang terdiri dari opsi sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Terdapat 17 item dalam skala dukungan sosial keluarga ($\alpha=0,884$).

Analisis Data

Software SPSS digunakan untuk menganalisis data. Uji hipotesis mayor dan minor dilakukan dengan teknik korelasi berganda. Sebelum melakukan uji asumsi, peneliti menguji variabel penelitian untuk normalitas sebaran data dan linearitas. Uji linearitas dan normalitas dengan program SPSS.

HASIL

Analisis deskriptif dilakukan untuk setiap variabel penelitian dengan menggunakan rumus rerata hipotetik (Widhiarso, 2010). Berikut adalah hasilnya:

Tabel 2 Kategorisasi variabel

Kategori skor	Frekuensi <i>career adaptability</i>	Persentase <i>career adaptability</i>	Frekuensi <i>self-esteem</i>	Persentase <i>self-esteem</i>	Frekuensi dukungan sosial keluarga	Persentase dukungan sosial keluarga
Rendah	0	0,00	24	15,09	3	1,89
Sedang	6	3,77	113	71,07	135	84,91
Tinggi	153	96,23	22	13,84	21	13,21
Total	159	100,00	159	100,00	159	100,00

Peneliti menghitung persentase setiap indikator pada variabel *career adaptability*. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Persentase indikator *career adaptability*

<i>Concern</i>	<i>Control</i>	<i>Curiosity</i>	<i>Confidence</i>
25,4	24,6	24,9	24,9

Peneliti melakukan perhitungan persentase untuk masing-masing indikator dalam

variabel *self-esteem*. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Persentase indikator *self-esteem*

Penghargaan	Penerimaan
57	43

Peneliti menghitung persentase variabel dukungan sosial keluarga untuk masing-masing indikator. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Persentase indikator dukungan sosial

Emosional	Penilaian	Instrumental	Informasional
32	33	18	15

Hasil uji korelasi berganda menunjukkan bahwa, pada taruna-taruni tingkat akhir Politeknik Pelayaran, ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dan *self-esteem* dengan *career adaptability* dengan nilai sig 0,00. Pada taruna-taruni tingkat akhir Politeknik Pelayaran, uji hipotesis minor pertama menunjukkan bahwa ada korelasi yang signifikan antara *self-esteem* dan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan karir (*career adaptability*) mereka. Keeratan korelasi adalah sedang, menurut koefisien korelasi 0,428. Pada taruna-taruni tingkat akhir Politeknik Pelayaran, ada korelasi yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan karir (*career adaptability*), menurut uji hipotesis minor. Keeratan korelasi sedang ditunjukkan oleh koefisien korelasi sebesar 0,500.

DISKUSI

Pengujian hipotesis minor pertama variabel *self esteem* terhadap *career adaptability* menunjukkan hasil signifikan sebesar 0,000 (sig <0,05), dengan koefisien korelasi 0,428**. Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis dianggap valid. Pada taruna tingkat akhir Politeknik Pelayaran arah hubungan positif, ada hubungan antara *self esteem* sendiri dan kemampuan *career adaptability*. Ini menunjukkan bahwa taruna-taruni memiliki kemampuan yang lebih baik untuk menyesuaikan diri dengan pekerjaan mereka ketika mereka memiliki kepercayaan diri (*self esteem*) yang lebih tinggi, dan sebaliknya, ketika

kepercayaan diri (*self esteem*) mereka berkurang, kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri dengan pekerjaan mereka berkurang.

Dengan koefisien korelasi sebesar 0,428, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *self-esteem* yang lebih tinggi terkait dengan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan karir (Ataş et al., 2018). Dalam studi lain yang dilakukan oleh Hedyta & Sawitri (2023) tentang *self esteem* dan kemampuan *career adaptability*, ditemukan koefisien korelasi sebesar 0.719, yang menunjukkan bahwa tingkat *self esteem* yang lebih tinggi terkait dengan kemampuan *career adaptability*. Koefisien korelasi sebesar 0,500 ditemukan dalam hasil uji hipotesis minor kedua variabel dukungan sosial keluarga terhadap *career adaptability*. Ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Ada korelasi positif antara dukungan sosial keluarga dan kemampuan taruna tingkat akhir Politeknik Pelayaran untuk menyesuaikan diri dengan karir mereka. Hal ini berarti bahwa taruna-taruni tingkat akhir lebih mampu menyesuaikan diri dengan pekerjaan ketika mereka memiliki dukungan sosial keluarga yang lebih besar. Sebaliknya, taruna-taruni tingkat akhir lebih sulit menyesuaikan diri dengan karir jika mereka tidak memiliki dukungan sosial keluarga.

Selain itu, temuan ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sylvania & Anantasari (2022) tentang hubungan antara dukungan sosial keluarga dan kemampuan *career adaptability* diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,116, yang menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial keluarga yang lebih besar terkait dengan kemampuan *career adaptability*. Menurut Sylvania & Anantasari (2022), penelitian Ruth & Wibowo (2023) juga menemukan koefisien korelasi sebesar 0,254, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga yang lebih besar akan diikuti oleh tingkat *career adaptability* yang lebih tinggi.

Persepsi anak tentang dukungan sosial orang tua berdampak pada perkembangan profesional mereka (Garcia et al., 2015). Kemampuan untuk beradaptasi dengan pekerjaan sangat dipengaruhi oleh dukungan dan intervensi dari orang tua terkait informasi karier (Guan et al., 2019; Guan et al., 2014).

Hasil uji hipotesis mayor menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi berganda sebesar 0,521 lebih besar dari r tabel $N=159$. Ada korelasi kuat antara dukungan sosial keluarga dan *self esteem* dengan kemampuan *career adaptability* ($0,521 > 0,159$). Hasilnya menunjukkan bahwa hipotesis diterima dengan baik, yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self esteem* dan dukungan sosial keluarga dengan kemampuan *career adaptability*.

Menurut hasil perhitungan rerata hipotetik variabel *career adaptability*, taruna-taruni tingkat akhir Politeknik Pelayaran yang memiliki *career adaptability* tinggi berjumlah 25,4 persen, sedangkan yang memiliki *career adaptability* rendah berjumlah 24,9 persen dan rendah berjumlah 24,6 persen. Hasil menunjukkan bahwa taruna-taruni tingkat akhir di Politeknik Pelayaran didominasi dalam kategori sedang secara karir.

Mereka yang memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan pekerjaan mereka lebih termotivasi, berhasil lebih baik, lebih kompeten, dan lebih bahagia dengan pekerjaan mereka. Sisca & Gunawan (2015) mengatakan bahwa individu dengan bakat kerja yang baik disiplin, ambisius, ingin tahu, dan sangat antusias dengan pekerjaan mereka. Hasil perhitungan rerata hipotetik variabel *self esteem* menunjukkan bahwa 57% taruna memiliki *self esteem* tinggi, sedangkan 43% memiliki *self esteem* rendah. Artinya, taruna-taruni memiliki *self esteem* yang tinggi.

Variabel dukungan sosial keluarga taruna Politeknik Pelayaran sangat tinggi sebesar 33%, sedang sebesar 18%, dan rendah sebesar 15%. Taruna tingkat akhir Politeknik Pelayaran sebagian besar memiliki tingkat dukungan sosial yang sangat tinggi, yaitu 33%. Artinya, taruna memiliki tingkat dukungan sosial keluarga yang sangat tinggi.

Selanjutnya, hasil analisis indikator *career adaptability* menghasilkan persentase tertinggi 25,4%. Hal ini menunjukkan bahwa taruna-taruni merasa kepedulian, yang menunjukkan seberapa sadar orang tentang pentingnya merencanakan karier mereka di masa depan. Indikator minat dan keyakinan sebesar 24,9% menempati peringkat kedua. Ini menunjukkan bahwa taruna-taruni dapat mengembangkan diri dan melihat peluang di lingkungan mereka untuk membuat keputusan karir yang tegas untuk mencapai

tujuannya. Indikator pengendalian memperoleh nilai sebesar 24,6%. Ini membuat taruna-taruni kurang mampu menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan masalah karier yang akan datang.

Hasil dari analisis deskriptif variabel *self esteem* menunjukkan bahwa persentase penghargaan sebesar 57% dan penerimaan sebesar 43%. Ini memungkinkan taruna-taruni untuk lebih menghargai dan menilai diri mereka sendiri secara keseluruhan, termasuk persepsi positif atau negatif. Selain itu, persepsi perasaan, yaitu perasaan keberhargaan dan kepuasan diri, menentukan sikap seseorang tentang dirinya sendiri. Hasil analisis deskriptif variabel dukungan sosial keluarga menunjukkan bahwa nilai penilaian tertinggi adalah 33%. Hasil menunjukkan bahwa taruna-taruni menerima penghargaan dengan penilaian positif terhadap mereka. 32% diberikan kepada variabel emosional. Hasil menunjukkan bahwa taruna-taruni menerima penghargaan dengan penilaian positif terhadap mereka. Keluarga kurang berusaha untuk memenuhi kebutuhan pendidikan yang berbeda, menurut indikator instrumental 18%. Indikator terendah, informasional 15%, menunjukkan bahwa individu tidak mendapatkan masukan, nasehat, atau saran dari keluarga.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasilnya, dapat disimpulkan bahwa hipotesis utama penelitian adalah bahwa ada hubungan antara kemampuan *career adaptability* dengan *self esteem* dan dukungan sosial keluarga. Nilai sig adalah 0,05. Hubungan positif menunjukkan bahwa *self esteem* dan dukungan sosial keluarga yang lebih besar terkait dengan kemampuan *career adaptability*. Sebaliknya, *self esteem* dan dukungan sosial keluarga berkorelasi negatif dengan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan karir.

Hasil hipotesis minor pertama signifikan ($\text{sig} = 0,000 < 0,05$) berdasarkan hasil uji hipotesis pertama menunjukkan hubungan yang signifikan antara *self esteem* dan kemampuan *career adaptability* di Politeknik Pelayaran. Dengan taraf signifikansi 5% atau 0,159, koefisien korelasi lebih besar dari r tabel pada $N = 159$, yang berarti bahwa koefisien korelasi lebih besar dari 0,428. Hal ini mendukung hipotesis penelitian bahwa,

pada taruna-taruni tingkat akhir Politeknik Pelayaran, ada hubungan antara *self esteem* dan kemampuan *career adaptability* mereka.

Berdasarkan hasil uji hipotesis kedua, hasil signifikan ($\text{sig} = 0,000 < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dan kemampuan *career adaptability* pada taruna-taruni tingkat akhir Politeknik Pelayaran. Koefisien korelasi sebesar 0,500, yang berarti r tabel lebih besar dari 0,159, dengan taraf signifikansi 5%. Hal ini mendukung hipotesis penelitian bahwa ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dan kemampuan *career adaptability* pada taruna-taruni tingkat akhir Politeknik Pelayaran.

REFERENSI

- Ataş, L. O., Dirik, D., & Tetik, H. T. (2018). Predicting career adaptability through self-esteem and social support: A research on young adults. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 18(1), 45–61. <https://doi.org/10.1007/s10775-017-9346-1>
- Avis, J., Orr, K., & Warmington, P. (2017). Race and vocational education and training in England. *Journal of Vocational Education & Training*, 69(3), 292–310. <https://doi.org/10.1080/13636820.2017.1289551>
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Fawehinmi, O. O. (2016). *The relationship between self-esteem, pro-active personality and social support on career adaptability among undergraduate students*. Universiti Utara Malaysia (UUM).
- Friedman, M. M., Bowden, V. R., & Jones, E. G. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, teori dan praktik*. EGC.
- Garcia, P. R. J. M., Restubog, S. L. D., Bordia, P., Bordia, S., & Roxas, R. E. O. (2015). Career optimism: The roles of contextual support and career decision-making self-efficacy. *Journal of Vocational Behavior*, 88, 10–18. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.02.004>
- Guan, Y., Arthur, M. B., Khapova, S. N., Hall, R. J., & Lord, R. G. (2019). Career boundarylessness and career success: A review, integration and guide to future research. *Journal of Vocational Behavior*, 110, 390–402. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.05.013>
- Guan, Y., Guo, Y., Bond, M. H., Cai, Z., Zhou, X., Xu, J., Zhu, F., Wang, Z., Fu, R., Liu, S., Wang, Y., Hu, T., & Ye, L. (2014). New job market entrants' future work self, career adaptability and job search outcomes: Examining mediating and moderating models. *Journal of Vocational Behavior*, 85(1), 136–145. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2014.05.003>
- Heditya, N. R., & Sawitri, D. R. (2023). Hubungan antara Harga Diri dan Adaptabilitas Karir pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 2 Semarang. *Jurnal EMPATI*, 12(1). <https://doi.org/10.14710/empati.2023.27437>
- Indianti, W. (2015). *Dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar untuk membangun adaptabilitas karier pada mahasiswa baru Universitas Indonesia* [Disertasi]. Universitas Indonesia.
- Kurniawati, M. (2019). *Pengaruh kecerdasan emosi dan dukungan sosial terhadap career adaptability siswa SMK* [Skripsi]. UIN Syarif Hidayatullah.

- Royal, H. (2024). Assessing The Connection Between Individual Values And Career Adaptability. *International Journal of Creative Research Thoughts (IJCRT)*, 12(6).
- Ruth, C. N., & Wibowo, D. H. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dan Career Adaptability pada Mahasiswa Berwirausaha. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 12(2), 729–738.
- 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>
- Silvania, O., & Anantasari, M. L. (2022). Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dan Adaptabilitas Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Suksma: Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma*, 3(1), 57–71. <https://doi.org/10.24071/suksma.v3i1.4519>
- Sisca, & Gunawan, W. (2015). Gambaran Adaptabilitas Karier Remaja. *Jurnal Psikologi*, 11(2).
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sulistiani, W., & Handoyo, S. (2018). Career Adaptability: The Influence of Readiness and Adaptation Success in the Education Context: a Literature Review. *Proceedings of the 3rd ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2017)*. <https://doi.org/10.2991/acpch-17.2018.32>
- Sulistiani, W., Suminar, D. R., & Hendriani, W. (2019). *The Career Adapt-Abilities Scale-Indonesian Form: Psychometric Properties and Construct Validity*. 01–09. <https://doi.org/10.17501/24246700.2018.4201>
- Wang, Z., & Fu, Y. (2015). Social Support, Social Comparison, and Career Adaptability: A Moderated Mediation Model. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 43(4), 649–659. <https://doi.org/10.2224/sbp.2015.43.4.649>
- Widhiarso, W. (2010). *Membuat Kategori Skor Hasil Pengukuran dari Skala*. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.