

Kontribusi Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Adaptabilitas Karier pada Siswa SMAN 1 Batang Gasan

Nia Desna Putri¹, Mario Pratama²

Departemen Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang^{1,2}

*Email Korespodensi: niadesna2002@gmail.com

Diterima: 22-05-2025 | Disetujui: 23-05-2025 | Diterbitkan: 02-06-2025

ABSTRACT

This study aims to examine the contribution of family social support to career adaptability among students at SMAN 1 Batang Gasan. The research population consisted of 130 students, with a sample of 112 students selected using the Proportionate Stratified Random Sampling technique. This research employed a quantitative method with simple linear regression analysis. The measurement instruments used were modified versions of the career adaptability scale adapted by Panjaitan & Sahrah (2023) and the family social support scale adapted by Priastana et al. (2018). The results of the simple linear regression analysis demonstrated that family social support contributed 0.083 (8.3%) to students' career adaptability at SMAN 1 Batang Gasan. The findings also indicate that both family social support and career adaptability among students were generally in the high category (good and adaptive). This study concludes that family social support plays a role in enhancing students' career adaptability and serves as one of the influencing factors in shaping career adaptability among high school students.

Keywords: Family Social Support, Career Adaptability, High School Students

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi dukungan sosial keluarga terhadap adaptabilitas karier pada siswa SMAN 1 Batang Gasan. Populasi penelitian yaitu 130 siswa SMAN 1 Batang Gasan dan sampel terdiri dari 112 siswa. Teknik pengambilan sampel yaitu Proportionate Stratified Random Sampling. Metode penelitian ini yaitu metode kuantitatif dengan analisis regresi linear sederhana. Adapun skala yang digunakan merupakan modifikasi dari skala adaptabilitas karier yang diadaptasi oleh Panjaitan & Sahrah (2023) dan modifikasi dari skala dukungan sosial keluarga yang diadaptasi oleh Priastana et al (2018). Hasil analisis dengan regresi linear sederhana membuktikan bahwa terdapat kontribusi dukungan sosial keluarga terhadap adaptabilitas karier pada siswa SMAN 1 Batang Gasan sebesar 0.083 (8.3%). Hasil penelitian juga menggambarkan bahwa dukungan sosial keluarga dan adaptabilitas karier yang dimiliki oleh siswa SMAN 1 Batang Gasan rata-rata berada pada kategori tinggi (baik dan adaptif). Hasil riset ini menyimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga berkontribusi dalam meningkatkan adaptabilitas karir dan menjadi salah satu faktor yang berpengaruh pada adaptabilitas karier pada siswa.

Kata Kunci : Dukungan Sosial Keluarga, Adaptabilitas Karier, Siswa SMA

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Nia Desna Putri, & Mario Pratama. (2025). Kontribusi Dukungan Sosial Keluarga terhadap Adaptabilitas Karier pada Siswa SMAN 1 Batang Gasan. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 1(2), 220-234. <https://doi.org/10.63822/rpw3xw41>

PENDAHULUAN

Karier merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan individu yang berperan besar dalam menentukan kualitas hidup (Girianto, 2017). Menurut KBBI, karier dianggap sebagai perjalanan perkembangan individu dalam hal kehidupan personal, dunia kerja, kedudukan, serta aspek terkait lainnya (KBBI, n.d.). Adapun menurut teori Career Construction yang gagas oleh Savickas (2013) karier bukan hanya sekadar pekerjaan atau profesi, melainkan sebuah perjalanan hidup yang melibatkan perencanaan, pengembangan diri, dan pengambilan keputusan terkait berbagai peran yang dijalani individu. Hal ini mencakup kapasitas seseorang untuk menumbuhkan sikap, keyakinan, dan kompetensi yang diperlukan dalam memutuskan pilihan karier yang realistis dan beradaptasi dengan situasi yang berubah.

Perjalanan perkembangan karier individu dimulai sejak usia anak-anak hingga dewasa. Akan tetapi, masa remaja, yaitu antara usia 15-18 tahun merupakan fase yang paling signifikan untuk membuat keputusan tentang pilihan karier (Ramadani et al., 2020). Remaja telah memahami pentingnya pendidikan (sekolah) bagi kemajuan karier mereka sejak usia tersebut. Dari segi pendidikan, remaja berusia 15-18 tahun terdaftar di Sekolah Menengah Atas (SMA) atau sederajat dan termasuk dalam kategori remaja dalam fase eksplorasi (menjelajah), yang berlangsung pada usia 15-24 tahun (Intani & Sawitri, 2023).

Eksplorasi dalam konteks karier merujuk pada upaya memperoleh informasi dan wawasan terkait sumber daya yang mendukung pendidikan dan pekerjaan (Mardiyati, 2015). Hal ini di dukung oleh teori menurut Savickas (1997) yang menyatakan bahwa kemampuan beradaptasi, baik pada remaja atau orang dewasa, melibatkan sikap terencana eksplorasi diri dan lingkungan, dan pengambilan keputusan yang tepat. Oleh karena itu, remaja perlu melakukan pencarian mengenai karier yang sesuai dengan dirinya dan merencanakan masa depan.

Menurut Hatinah (dalam Girianto, 2017) proses pengembangan karier pada remaja seringkali menghadapi sejumlah tantangan yang disebabkan oleh pengaruh internal dan eksternal. Kekhawatiran individu terhadap kapasitas diri untuk mencapai hasil atau keputusan karier yang diinginkan merupakan contoh pengaruh internal. Sementara itu, faktor eksternal meliputi pengaruh dari lingkungan seperti keluarga, institusi pendidikan, maupun teman sebayanya. Hambatan-hambatan ini menuntut remaja agar memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri terhadap beragam tantangan dan perubahan yang mungkin terjadi dalam proses pengembangan karier. Kemampuan ini dikenal sebagai adaptabilitas karier, yang menjadi kunci penting bagi remaja dalam merencanakan dan menggali potensi karier secara positif, guna membantu remaja dalam memahami serta memilih jalur pendidikan dan keterampilan kerja yang sesuai dengan realitas masa depan (Hartung et al., 2008).

Adaptabilitas karier (*career adaptability*) didefinisikan sebagai kemampuan untuk menangani tugas-tugas yang dapat diprediksi dalam rangka mempersiapkan dan terlibat dalam tanggung jawab profesional yang dipengaruhi oleh lingkungan (Savickas, 1997). Selain itu, menurut Savickas individu dengan adaptabilitas karier yang baik tidak hanya mampu memenuhi tuntutan yang diharapkan, tetapi juga siap menghadapi tantangan tak terduga yang muncul akibat dinamika dalam dunia kerja maupun pendidikan.

Menurut Savickas & Porfeli (2012) adaptabilitas karier terdiri dari empat dimensi, yaitu *concern* (kepedulian), *control* (pengendalian), *curiosity* (rasa ingin tahu), dan *confidence* (kepercayaan diri). Adapun karakteristik dari adaptabilitas karier terbagi menjadi dua (Muqoddam et al., 2018), yaitu karakteristik adaptabilitas karier yang tergolong tinggi dan adaptabilitas karier yang tergolong rendah. Individu yang memiliki adaptabilitas karier yang tinggi akan memiliki kepedulian, pengendalian,

keingintahuan, dan keyakinan karier yang tinggi. Sedangkan individu dengan adaptabilitas karier yang rendah memiliki kepedulian, pengendalian, keingintahuan, dan keyakinan karier yang rendah.

Pendidikan menjadi fondasi utama dalam membentuk karier seseorang, dimana individu perlu menata diri dan ikut serta dalam proses pendidikan agar sejalan dengan tujuan karier yang ingin dicapai. Sehingga adaptabilitas karier tidak hanya terjadi didalam dunia kerja saja, tetapi juga terjadi di berbagai rentang kehidupan lainnya (Mardiyati, 2015). Seperti penelitian yang dilakukan oleh Sahin & Kirdok (2018) tentang Investigasi Hubungan Kemampuan Adaptabilitas Karier Pada Siswa SMA, Kesejahteraan Subjektif dan Dukungan Sosial yang dirasakan mengungkapkan bahwa semua variabel seperti dukungan sosial yang dirasakan dari keluarga, teman dan guru dengan kesejahteraan subjektif, dan kemampuan beradaptasi karier memiliki hubungan yang signifikan antara satu sama lain.

Adaptabilitas karier pada siswa SMA dapat dilihat pada saat akan memilih jurusan di perguruan tinggi. Sama halnya dengan siswa SMK, harus memilih antara melanjutkan ke dunia kerja dengan jurusan yang dipelajari atau melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi untuk mendapatkan gelar sarjana. Namun, pada kenyataannya, terdapat perbedaan tingkat adaptabilitas karier antara SMA dan SMK tersebut. Adaptabilitas karier siswa SMA cenderung lebih rendah dibandingkan siswa SMK (Mardiyati, 2015).

Berdasarkan penggalan data awal yang dilakukan oleh Intani & Sawitri (2023) pada siswa SMA Negeri 1 Cilacap terkait tentang adaptabilitas karier, banyak siswa mengalami keraguan dalam pemilihan sekolah lanjutan setelah lulus SMA. Keadaan ini terjadi ketika siswa belum memiliki rencana karier yang jelas karena masih belum dapat menilai potensi diri dan tidak yakin dapat memenuhi tujuan karier mereka. Permasalahan tersebut menunjukkan adanya masalah terkait *concern* dan *confidence* pada siswa yang berkaitan dengan aspek dari adaptabilitas karier.

Masalah adaptabilitas karier juga terlihat di SMAN 1 Batang Gasan yang merupakan satu-satunya SMA di Kecamatan tersebut. Menurut survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada 25 November 2024 terhadap 38 orang siswa kelas 10 sampai dengan 12 di SMA tersebut, menunjukkan bahwa 21 siswa ragu-ragu tentang gambaran karier setelah lulus dari SMA. Termasuk didalamnya terdapat 15 siswa merasa ragu-ragu dengan keputusan tentang karier yang dipilih. Hal ini mengacu pada kontrol karier yang kurang berkembang, yang menyebabkan keraguan dan ketidakpastian masa depan (Hartung et al., 2008). Berdasarkan survei awal tersebut, siswa merasa ragu dengan keputusan karier karena dipengaruhi oleh izin orang tua, keinginan pribadi, dan kondisi ekonomi keluarga. Hal tersebut merupakan faktor dalam adaptabilitas karier (Sahin & Kirdok, 2018).

Menurut penelitian oleh Ramadani et al (2020) usia, tingkat sosial ekonomi, lembaga pendidikan, pengalaman kerja, serta dukungan keluarga dan sosial lainnya, berdampak pada adaptabilitas karier. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa dukungan sosial sangat berpengaruh dalam penentuan adaptasi karier individu. Dukungan sosial mengarah pada sarana yang memengaruhi individu dalam membangun dan mencapai pilihan karir (Ghosh & Fouad, 2017). Sementara itu, dukungan sosial memengaruhi kemampuan adaptasi karier karena individu yang menerima dukungan sosial, baik berupa bantuan informasi, emosional, instrumental, informasional, dan penilaian, cenderung lebih siap menghadapi hambatan dalam karier mereka (Muqoddam et al., 2018).

Sarafino dan Smith (2012) (dalam Yolanda & Rahayuningsih, 2023) mendefinisikan dukungan sosial sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima dari orang atau kelompok lain. Sedangkan dukungan sosial yang dirasakan dapat didefinisikan sebagai sejauh mana seseorang percaya

bahwa kebutuhannya akan dukungan, informasi, dan umpan balik terpenuhi, baik dari keluarga (*family*) dan teman (*friend*) (Procidano & Heller, 1983). Menurut Cohen & Wills (1985) dukungan sosial muncul dari jejaring sosial yang besar, yang memberikan pengalaman positif, peran stabil, dan dihargai dalam komunitas. Zimet dkk (1988) menyatakan bahwa terdapat tiga sumber dukungan sosial yang berbeda, seperti teman, keluarga, dan orang terdekat (*significant other*). Namun, penelitian ini lebih berfokus pada dukungan sosial keluarga yang didukung oleh survei awal terhadap siswa SMAN 1 Batang Gasan menyatakan bahwa keluarga mereka tidak sepenuhnya mendukung mereka dalam memilih karier yang diinginkan.

Kemampuan seseorang dalam bersosialisasi dan beradaptasi dengan lingkungan sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial yang diperolehnya dari keluarga, terutama orang tua (Girianto, 2017). Berdasarkan teori ekologi perkembangan Bronfenbrenner (dalam Sadownik, 2023) keluarga merupakan bagian dari mikrosistem yang secara langsung memengaruhi perkembangan individu. Peran keluarga sangat signifikan dalam mendukung perjalanan karier individu, yang dimulai sejak masa pendidikan hingga tahap memasuki dunia kerja (Sulistiyanto & Abdullah, 2023). Oleh karena itu, diharapkan bahwa dukungan sosial keluarga akan membantu individu dalam membuat keputusan karier.

Studi sebelumnya oleh Putri & Sawitri (2020) menemukan korelasi antara dukungan sosial khususnya orang tua dan adaptabilitas karier pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Tanjungpandan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. Selanjutnya, penelitian oleh Sylvania & Anantasari (2022) pada mahasiswa akhir menemukan hubungan yang positif antara dukungan sosial keluarga dan adaptabilitas karier. Walaupun penelitian sebelumnya banyak yang mengkaji tentang dukungan sosial keluarga dan adaptabilitas karier, namun riset tersebut hanya mengetahui hubungan antar variabel saja dan belum ada yang mengkaji lebih dalam terkait kontribusi antar variabel.

Penelitian ini berbeda dari penelitian terdahulu yang mengkaji hubungan antara dukungan sosial guru bimbingan konseling dan adaptabilitas karier pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Cilacap. Penelitian tersebut menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial guru bimbingan konseling dan adaptabilitas karier Intani & Sawitri, (2023). Penelitian ini menyarankan penelitian selanjutnya untuk mengkaji lebih mendalam terkait faktor yang memengaruhi kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan kariernya seperti dukungan sosial keluarga. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan riset lebih lanjut terkait kontribusi dukungan sosial keluarga dan adaptabilitas karier. Hal ini melatarbelakangi peneliti untuk melakukan penelitian yang berjudul “Kontribusi dukungan sosial keluarga terhadap adaptabilitas karier pada siswa SMAN 1 Batang Gasan”.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis korelasional. Pendekatan kuantitatif merupakan suatu metode penelitian yang dilakukan secara sistematis terhadap suatu fenomena, dengan cara mengumpulkan data yang dapat diukur dan dianalisis melalui teknik statistik, matematika, atau komputasi (Adiputra et al., 2021). Penelitian kuantitatif korelasional bertujuan untuk mengukur korelasi atau hubungan antara dua variabel atau lebih (Saifuddin Azwar, 2017). Penelitian korelasional ini digunakan untuk

mengetahui kontribusi dukungan sosial keluarga (X) terhadap adaptabilitas karier (Y) pada siswa SMAN 1 Batang Gasan.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian ini yaitu siswa SMAN 1 Batang Gasan sebanyak 130 orang siswa kelas X hingga XII. Dengan jumlah sampenya sebanyak 99 siswa dimana kelas 10 sebanyak 30 siswa, kelas 11 sebanyak 29 siswa dan kelas 12 sebanyak 40 siswa.

Teknik Pengumpulan dan Analisis Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dengan cara penyebaran kuesioner. Kuesioner diberikan dalam berupa skala *likert* untuk alat ukur adaptabilitas karier dan skala *guttman* untuk alat ukur dukungan sosial keluarga. Alat ukur penelitian ini merupakan modifikasi skala Career Adapt-Abilities Scale-Short Form (CAAS-SF) yang diadaptasi oleh Panjaitan & Sahrah (2023) berdasarkan dimensi adaptabilitas karier oleh Savickas & Porfeli (2012) yang terdiri dari 12 item. Sedangkan alat ukur variabel dukungan sosial merupakan modifikasi skala yang diadaptasi oleh Priastana et al (2018) berdasarkan skala Perceived Social Support from Family (PSS-Fa) (Procidano & Heller, 1983) yang terdiri dari 20 aitem yang valid. Analisis data pada penelitian ini menggunakan metode regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y). Data dianalisis melalui beberapa tahapan, yaitu uji normalitas dan uji linearitas sebagai uji asumsi klasik, serta uji hipotesis untuk mengetahui kontribusi antar kedua variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini diawali dengan melakukan bimbingan pasca seminar proposal. Bimbingan ini difokuskan pada penyempurnaan instrumen penelitian, perumusan kembali masalah penelitian secara lebih terarah, serta penyesuaian prosedur pengumpulan data agar selaras dengan masukan yang diberikan saat seminar proposal berlangsung. Usai proses revisi diselesaikan dan mendapat persetujuan dari dosen pembimbing, peneliti melaksanakan uji coba (*tryout*) instrumen yang akan digunakan. Tryout ini dilakukan pada 63 responden yang memiliki karakteristik serupa dengan subjek penelitian utama, namun tidak termasuk dalam populasi penelitian. Data dari tryout dianalisis menggunakan perangkat *software SPSS for Windows 26*.

Setelah alat ukur dinyatakan layak digunakan, peneliti mengajukan permohonan izin pengambilan data ke sekolah yang menjadi lokasi penelitian, yakni SMAN 1 Batang Gasan. Pengajuan izin ini dilengkapi dengan surat pengantar resmi dari pihak fakultas, yang kemudian disampaikan kepada kepala sekolah dan guru Bimbingan dan Konseling (BK). Setelah memperoleh persetujuan, peneliti berkoordinasi untuk menentukan waktu pelaksanaan pengumpulan data yang sesuai dengan jadwal kegiatan sekolah.

Pengumpulan data dilakukan selama 5 hari terhitung mulai dari tanggal 05 Mei 2025 hingga 09 Mei 2025 dengan menyebarkan kuesioner secara *offline* dan *online* melalui *gform*. Sebelum pengisian kuesioner, peneliti memberikan penjelasan singkat kepada peserta penelitian mengenai tujuan penelitian, tata cara pengisian instrumen, serta penekanan pada aspek kerahasiaan dan kerelaan partisipasi responden. Setelah pengambilan data selesai, peneliti menganalisis data menggunakan *software SPSS for Windows 26*.

Hasil Penelitian

Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian terdiri dari nilai rata-rata hipotetik dan empiris melalui nilai minimum, maksimum, mean (rata-rata), dan standar deviasi (SD) dari dua skala, yaitu dukungan sosial keluarga (X) dan adaptabilitas karier (Y) seperti berikut:

Tabel 2 Deskripsi Data Adaptabilitas Karier dan Dukungan Sosial Keluarga

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empiris			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Adaptabilitas Karier	12	60	36	8	15	60	47.20	7.459
Dukungan Sosial Keluarga	19	57	38	6.33	28	57	48.29	7.864

Berdasarkan tabel 2, skor mean empiris untuk variabel dukungan sosial keluarga dan adaptabilitas karier secara umum berada di atas skor hipotetik. Hal ini berarti bahwa dukungan sosial keluarga dan adaptabilitas karier responden berada di atas skor mean hipotetiknya atau lebih tinggi dari perkiraan skor mean dari perkiraan alat ukur.

Tabel 3 Deskripsi Data Adaptabilitas Karier Berdasarkan Dimensi

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empiris			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
<i>Career Concer</i>	3	15	9	2	3	15	12.08	2.136
<i>Career Control</i>	3	15	9	2	3	15	11.54	2.289
<i>Career Curiosity</i>	3	15	9	2	6	15	11.61	2.158
<i>Career Confidence</i>	3	15	9	2	3	15	11.96	1.362

Berdasarkan tabel 3 hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa nilai mean empiris keempat dimensi dari skala adaptabilitas karier berada di atas nilai mean hipotetik. Hal ini menandakan bahwa responden memiliki adaptabilitas karier yang lebih tinggi dibandingkan dengan asumsi rata-rata dari alat ukur.

Tabel 4 Deskripsi Data Dukungan Sosial Keluarga Berdasarkan Aspek

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empiris			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Informasional	4	12	8	1.33	5	12	10.52	1.750
Penilaian	6	18	12	2	7	18	15.15	2.951
Instrumental	3	9	6	1	3	9	7.86	1.660
Emosional	6	18	12	2	9	18	14.77	2.705

Berdasarkan tabel 4 hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa nilai mean empiris keempat aspek dari dukungan sosial keluarga berada di atas nilai mean hipotetik. Hal ini menandakan bahwa responden

memiliki dukungan sosial keluarga yang lebih tinggi dibandingkan dengan asumsi rata-rata yang ditentukan oleh alat ukur. Aspek dukungan penilaian dan emosional merupakan aspek yang paling menonjol. Sementara itu, dukungan informasional dan instrumental berada dibawahnya.

1. Kategorisasi Data Penelitian

Kategorisasi data penelitian yaitu pengelompokkan data ke dalam kategori tertentu untuk mengetahui sejauh mana tingkat masing-masing variabel. Penelitian ini menggunakan tiga kategorisasi berdasarkan rumus menurut Azwar (2012) dengan kategorisasi data sebagai berikut:

Tabel 1 Kategorisasi Adaptabilitas Karier

Kategori	Skor	F	%
Kurang Adaptif	$X < 28$	3	2.7%
Cukup Adaptif	$28 \leq X < 44$	25	22.3%
Adaptif	$44 \leq X$	84	75%
Total		112	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi skor adaptabilitas karier, rata-rata responden berada pada kategori adaptif, yaitu sebanyak 84 siswa (75%). Pada kategori cukup adaptif sebanyak 25 siswa (22.3%), dan hanya 3 siswa (2.7%) berada pada kategori kurang adaptif. Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum adaptabilitas karier siswa tergolong tinggi.

Tabel 2 Kategorisasi Adaptabilitas Karier Berdasarkan Dimensi

Dimensi	Kategori	Skor	F	Persentase
<i>Concern Career</i>	Kurang Adaptif	$X < 7$	2	1.8%
	Cukup Adaptif	$7 \leq X < 11$	22	19.6%
	Adaptif	$11 \leq X$	88	78.6%
<i>Control Career</i>	Kurang Adaptif	$X < 7$	4	3.6%
	Cukup Adaptif	$7 \leq X < 11$	30	26.8%
	Adaptif	$11 \leq X$	78	69.6%
<i>Curiosity Career</i>	Kurang Adaptif	$X < 7$	3	2.7%
	Cukup Adaptif	$7 \leq X < 11$	26	23.2%
	Adaptif	$11 \leq X$	83	74.1%
<i>Confidence Career</i>	Kurang Adaptif	$X < 7$	3	2.7%
	Cukup Adaptif	$7 \leq X < 11$	25	22.3%
	Adaptif	$11 \leq X$	84	75.0%

Berdasarkan hasil kategorisasi, keempat dimensi adaptabilitas karier menunjukkan kecenderungan yang tinggi pada kategori adaptif. Dimensi *Concern Career* sebanyak 88 siswa (78.6%) yang berada dalam kategori adaptif, sedangkan 22 siswa (19.6%) dalam kategori cukup adaptif, dan hanya 2 siswa (1.8%)

dalam kategori kurang adaptif. Pada dimensi *Control Career* sebanyak 78 siswa (69.6%) berada pada kategori adaptif, 30 siswa (36.8%) cukup adaptif, dan 4 siswa (3.6%) pada kategori kurang adaptif. Pada dimensi *curiosity career* sebanyak 83 siswa (74.1%) berada pada kategori adaptif, 26 siswa (23.2%) cukup adaptif, dan hanya 3 siswa (2.7%) dalam kategori kurang adaptif. Sementara itu, dimensi *confidence career* menunjukkan bahwa sebanyak 84 (75.0%) siswa berada dalam kategori adaptif, 25 siswa (22.3%) cukup adaptif, dan 3 orang siswa (2.7%) dalam kategori kurang adaptif.

Tabel 3 Kategorisasi Dukungan Sosial Keluarga

Kategori	Skor	F	%
Kurang	$X < 31,67$	3	2.7%
Cukup	$31,67 \leq X < 44,33$	26	23.2%
Baik	$44,33 \leq X$	83	74.1%
Total		112	100%

Berdasarkan kategorisasi, rata-rata responden dukungan sosial keluarga berada pada kategori baik, yaitu sebanyak 83 siswa (74.1%). Pada kategori cukup sebanyak 26 siswa (23.2%), dan hanya 3 siswa (2.7%) pada kategori kurang. Temuan ini menyatakan bahwa secara umum dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga tergolong tinggi.

Tabel 4 Kategorisasi Dukungan Sosial Keluarga Berdasarkan Aspek

Aspek	Kategori	Skor	F	Persentase
Informasional	Kurang	$X < 6.67$	4	3.6%
	Cukup	$6.67 \leq X < 9.33$	12	10.7%
	Baik	$9.33 \leq X$	96	85.7%
Penilaian	Kurang	$X < 10$	4	1.6%
	Cukup	$10 \leq X < 14$	12	10.7%
	Baik	$14 \leq X$	96	85.7%
Instrumental	Kurang	$X < 5$	5	4.5%
	Cukup	$5 \leq X < 7$	15	13.4%
	Baik	$7 \leq X$	92	82.1%
Emosional	Kurang	$X < 6.67$	1	0.9%
	Cukup	$6.67 \leq X < 9.33$	41	36.6%
	Baik	$9.33 \leq X$	70	62.5%

Berdasarkan hasil kategorisasi, keempat aspek dukungan sosial keluarga menunjukkan kecenderungan pada kategori baik. Aspek informasional didominasi oleh 96 siswa (85.7%) yang berada dalam kategori baik, sedangkan 12 siswa (10.7%) dalam kategori cukup, dan hanya 4 siswa (3.6%) dalam kategori kurang. Aspek penilaian juga menunjukkan proporsi yang sama dimana 96 siswa (85.7%) berada pada kategori

baik, 12 siswa (10.7%) cukup, dan 4 siswa (1.6%) pada kategori kurang. Pada aspek instrumental, sebanyak 92 siswa (82.1%) berada pada kategori baik, 15 siswa (13.4%) cukup, dan hanya 5 siswa (4.5%) dalam kategori kurang. Sementara itu, aspek emosional menunjukkan distribusi lebih merata dengan 70 (62.5%) siswa berada dalam kategori baik, 41 siswa (36.6%) cukup, dan hanya 1 orang siswa (0.9%) dalam kategori kurang..

Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menilai kenormalan distribusi data. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *one sample Kolmogorov-Smirnov*. Data dikatakan berdistribusi normal jika nilai *Asymp.Sig* (nilai p) > 0.05.

Tabel 5 Uji Normalitas

Variabel	<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	Keterangan
Dukungan Sosial Keluarga Adaptabilitas Karier	0.200	Normal

Berdasarkan tabel di atas menjelaskan bahwa data berdistribusi normal dimana nilai *Asymp.Sig* (nilai p) sebesar 0.200. Hal ini menyatakan bahwa nilai *Asymp.Sig* (nilai p) 0.200 > 0.05, sehingga data memenuhi syarat untuk dianalisis menggunakan analisis regresi linear sederhana.

Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel apakah searah (linear) atau tidak. Uji linearitas pada penelitian ini ditentukan berdasarkan nilai signifikansi *Deviation from Linearity*. Data dianggap linear jika nilai signifikansi > 0.05.

Tabel 6 Uji Linearitas

Variabel	N	<i>Deviation from Linearity</i>	Keterangan
Dukungan Sosial Keluarga dan Adaptabilitas Karier	112	0.061	Linear

Berdasarkan tabel diatas, nilai signifikansi sebesar 0.061 > 0.05 menunjukkan bahwa data penelitian linear dan dapat dianalisis dengan regresi linear sederhana.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk menentukan apakah dugaan atau pernyataan (hipotesis) dapat diterima atau ditolak. Uji hipotesis pada penelitian di ini lakukan dengan uji regresi linear sederhana. Suatu hipotesis dapat diterima jika nilai signifikansi (*p-value*) < 0.05.

Tabel 7 Uji Hipotesis

R	R Square	F	p	Keterangan
0.287	0.083	9.894	0.002	Signifikansi

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan nilai F sebesar 9.894 dan nilai p ($0.002 < 0.05$). Ini berarti terdapat hubungan antara variabel dukungan sosial keluarga (X) dengan variabel adaptabilitas karier (Y) dengan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0.287. Hal ini menandakan adanya hubungan positif antara kedua variabel namun lemah. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.083 berarti kontribusi dukungan sosial keluarga terhadap adaptabilitas karier sebesar 8.3% dan sisanya (91.7%) dijelaskan oleh faktor lain yang tidak dimasukkan dalam model. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) di terima yang berarti terdapat kontribusi dukungan sosial keluarga terhadap adaptabilitas karier pada siswa SMAN 1 Batang Gasan.

Pembahasan

Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui kontribusi dukungan sosial keluarga terhadap adaptabilitas karier pada siswa SMAN 1 Batang Gasan. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk melihat gambaran dukungan sosial keluarga dan gambaran adaptabilitas karier pada masing-masing jenjang kelas. Hasil analisis penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga berkontribusi terhadap adaptabilitas karier pada siswa SMAN 1 Batang Gasan. Berdasarkan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.083 (8.3 %), masing-masing variabel memiliki hubungan yang positif. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial keluarga yang diterima, maka semakin tinggi juga adaptabilitas karier yang dimiliki oleh individu.

Selaras dengan penelitian Sylvania & Anantasari (2022) terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dan adaptabilitas karier. Jika dukungan sosial keluarga berupa dukungan emosional, material, pemberian informasi, dan dukungan penilaian tinggi, maka semakin tinggi juga adaptabilitas seperti terlibat aktif dalam mempersiapkan karier dan percaya diri dalam mencapai karier setelah lulus.

Hasil penelitian pada variabel adaptabilitas karier siswa SMAN 1 Batang Gasan secara umum berada pada tingkat adaptif yaitu sebanyak 84 siswa (75.0%), dimana didominasi oleh kelas XII sebanyak 37 siswa. Hasil ini menandakan bahwa semakin tinggi jenjang kelas, semakin tinggi juga adaptabilitas karier yang dimiliki. Hal ini karena siswa yang jenjang kelasnya lebih tinggi berusia rata-rata 17-18 tahun dan berada pada fase akhir masa sekolah menengah, dimana siswa tersebut di tuntut untuk mulai memikirkan arah masa depan, baik dalam bentuk melanjutkan pendidikan maupun memasuki dunia kerja. Konsisten dengan riset yang dilakukan oleh Ramadani et al., (2020) menyatakan bahwa pada usia 15-18 tahun remaja harus sudah mampu mengarahkan tujuan karier dan sudah mampu memilih karier tanpa adanya keraguan.

Hasil penelitian ini dapat dipahami melalui teori adaptabilitas karier menurut Savickas & Porfeli (2012) yang menyatakan bahwa adaptabilitas karier merupakan kemampuan atau kapasitas individu dalam menghadapi tugas-tugas perkembangan karier, transisi, dan tantangan yang muncul. Adaptabilitas karier tersusun dari empat dimensi seperti perhatian terhadap karier (*career concern*), pengendalian karier (*career*

control), rasa ingin tahu tentang karier (*career curiosity*), dan kepercayaan diri dalam karier (*career confidence*). Jika ditinjau berdasarkan dimensinya, keempat dimensi adaptabilitas karier menunjukkan kecenderungan yang tinggi pada kategori adaptif. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum siswa memiliki perhatian karier, mengeksplorasi karier pilihan yang diinginkan, mampu memilih karier dan bertanggung jawab atas pilihannya tersebut. Keempat dimensi tersebut berkembang tidak hanya dari diri individu, tetapi juga dipengaruhi oleh konteks sosial termasuk dukungan dari keluarga yang merupakan orang terdekat individu.

Dukungan sosial keluarga seperti yang sudah dijelaskan oleh Procidano & Heller (1983), mencakup sejauh mana individu merasa bahwa anggota keluarganya dapat dipercaya, memberikan perhatian, serta membantu dalam memberikan solusi atas masalah individu. Dukungan sosial keluarga ini berupa aspek informasional yaitu keluarga dianggap sebagai sumber informasi, pemberi nasihat, saran, atau arahan pada individu. Dukungan penilaian yaitu keluarga memberikan dukungan dalam pemecahan masalah, seperti pemberian umpan balik positif atau penguatan terhadap keputusan individu. Selanjutnya dukungan instrumental yaitu keluarga memberikan dukungan yang konkrit atau secara nyata seperti bantuan material. Dukungan emosional mengacu pada pemberian dukungan secara emosional seperti empati, rasa nyaman, perhatian, dan kasih sayang.

Hasil penelitian menjelaskan bahwa tingkat dukungan sosial keluarga pada siswa SMAN 1 Batang Gasan secara umum berada pada kategori baik yaitu sebanyak 83 siswa (74.1%). Secara umum, siswa merasakan dukungan sosial keluarga dengan baik dan keempat aspek dukungan ini memiliki kontribusi yang signifikan dalam mempengaruhi pembentukan dan adaptasi karier siswa. Temuan ini didukung oleh penelitian (Sulistiyanto & Abdullah, 2023) yang mengemukakan bahwa siswa dengan dukungan sosial yang baik dimanfaatkan secara optimal untuk merencanakan masa depannya. Dukungan serta interaksi yang diterima individu dapat membantu dalam proses pengambilan keputusan karier, eksplorasi pilihan karier, memperkuat keyakinan yang sebelumnya kurang rasional, serta mendorong sikap optimis dan harapan positif terhadap masa depan.

Survei awal mengungkapkan bahwa beberapa siswa mengalami keraguan dalam menentukan arah karier, yang disebabkan oleh keterbatasan dukungan dari orang tua, khususnya ketika aspirasi siswa tidak sejalan dengan harapan atau kemampuan ekonomi keluarga. Hal ini memberikan gambaran bahwa dukungan sosial keluarga tidak selalu hadir dalam bentuk yang sesuai dengan kebutuhan psikologis siswa. Menurut Procidano & Heller (1983), dukungan sosial dari keluarga memiliki pengaruh terhadap perkembangan individu termasuk dalam hal pengambilan keputusan terkait karier. Namun, dukungan sosial dari keluarga bersifat perseptual tergantung pada bagaimana individu menilai dan merasakan dukungan tersebut. Ketika dukungan tersebut tidak sesuai dengan harapan individu misalnya, ketika orang tua memaksakan pilihan karier tertentu atau tidak memberikan validasi terhadap aspirasi anak maka efek positif dari dukungan tersebut menjadi terbatas dan dapat ditafsirkan sebagai tekanan atau hambatan oleh siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum, baik dukungan sosial keluarga maupun adaptabilitas karier berada pada kategori tinggi, dengan kontribusi hubungan di antara keduanya hanya sebesar 8,3%. Perbedaan antara survei awal dengan hasil penelitian ini tidak dapat langsung diartikan sebagai inkonsistensi, melainkan sebagai indikasi bahwa keberadaan dukungan (secara objektif) tidak selalu bermakna dukungan yang dirasakan atau relevan (secara subjektif). Sementara itu, adaptabilitas karier menurut Savickas (2013) tidak hanya ditentukan oleh faktor eksternal seperti dukungan sosial, tetapi

juga oleh kekuatan internal seperti kontrol diri, rasa percaya diri, dan keingintahuan terhadap masa depan. Meskipun dukungan keluarga penting, faktor intrapersonal seperti efikasi diri dan kejelasan tujuan karier memiliki peran yang lebih signifikan dalam proses adaptasi karier remaja (Nurmi, 2004). Hal ini menjelaskan mengapa siswa tetap menunjukkan tingkat adaptabilitas karier yang tinggi meskipun beberapa di antaranya merasa kurang didukung dalam hal tertentu.

Dengan demikian, perbedaan antara survei awal dan hasil penelitian justru memperkuat pemahaman bahwa adaptabilitas karier adalah hasil dari interaksi dinamis antara persepsi individu dan kondisi lingkungan. Data kuantitatif memberikan gambaran umum yang positif, namun data awal membuka ruang untuk melihat kerentanan tersembunyi yang dialami sebagian siswa yang perlu diperhatikan dalam upaya peningkatan bimbingan karier dan komunikasi antara keluarga dan siswa.

Penelitian sebelumnya oleh Angela & Gunawan (2021) menunjukkan bahwa ada kontribusi dukungan orang tua (merupakan bagian dari keluarga) terhadap adaptabilitas karier pada siswa SMA dengan kontribusi sebesar 0.070 (7%). Nilai kontribusi dukungan sosial terhadap variabel adaptabilitas karier yang lemah dapat dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Terdapat faktor lain yang bersama-sama dapat mempengaruhi adaptabilitas karier. Selaras dengan riset yang dilakukan Sulistiyanto & Abdullah (2023) menuturkan bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial keluarga bersama-sama dapat mendorong individu dalam mencapai adaptabilitas karier yang baik.

Limitasi penelitian ini yaitu penelitian ini tidak mengeksplorasi 91.7% faktor-faktor atau variabel lainnya yang lebih berpengaruh terhadap adaptabilitas karier pada siswa SMA. Penelitian ini tidak mempertimbangkan sejumlah faktor lainnya yang mungkin memengaruhi adaptabilitas karier siswa, seperti akses terhadap informasi karier, perubahan sosial dan ekonomi, serta pengaruh teman sebaya. Selain itu terdapat limitasi lainnya, dimana peneliti tidak banyak menemukan literatur yang relevan yang dapat mendukung penelitian ini dikarenakan kajian tentang kedua variabel secara spesifik ke siswa SMA belum banyak diteliti. Oleh karena itu, diharapkan penelitian ini mampu menjadi sumber tambahan referensi untuk peneliti selanjutnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang kontribusi dukungan sosial keluarga terhadap adaptabilitas karier pada siswa SMAN 1 Batang Gasan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Adaptabilitas karier pada siswa SMAN 1 Batang Gasan berada pada kategori adaptif.
2. Dukungan sosial keluarga siswa SMAN 1 Batang Gasan berada pada kategori baik.
3. Terdapat kontribusi dukungan sosial keluarga terhadap adaptabilitas karier pada siswa SMAN 1 Batang Gasan

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., & Munthe, S. A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- 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>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi (II)*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Dasar-Dasar Psikometrika (II)*. Pustaka Pelajar.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Creed, P. A., Fallon, T., & Hood, M. (2009). The relationship between career adaptability, person and situation variables, and career concerns in young adults. *Journal of Vocational Behavior*, 74(2), 219–229. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2008.12.004>
- Cyranowski, J. M., Zill, N., Bode, R., Butt, Z., Kelly, M. A. R., Pilkonis, P. A., Salsman, J. M., & Cella, D. (2013). Assessing social support, Companionship, And distress: National institute of health (NIH) toolbox adult social relationship scales. *Health Psychology*, 32(3), 293–301. <https://doi.org/10.1037/a0028586>
- Ghosh, A., & Fouad, N. A. (2017). Career Adaptability and Social Support Among Graduating College Seniors. *Career Development Quarterly*, 65(3), 278–283. <https://doi.org/10.1002/cdq.12098>
- Girianto, A. (2017). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dan Keraguan Karier Siswa Sma Dalam Pemilihan Studi Lanjut Di Perguruan Tinggi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 3(9), 491.
- Hartung, P. J., Porfeli, E. J., & Vondracek, F. W. (2008). Career adaptability in childhood. *Career Development Quarterly*, 57(1), 63–74. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2008.tb00166.x>
- Intani, I. D., & Sawitri, D. R. (2023). Hubungan antara Dukungan Sosial Guru Bimbingan Konseling dan Adaptabilitas Karir pada Siswa Kelas XII di SMA Negeri 1 Cilacap. *Jurnal EMPATI*, 12(5), 368–375. <https://doi.org/10.14710/empati.2023.27563>
- Mardiyati, B. D. (2015). Perbedaan Adaptabilitas Karir Ditinjau Dari Jenis Sekolah (SMA Dan SMK). *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi*, 3(1), 31–41.
- Muqoddam, F., Madura, U. T., Wicaksono, I. A., & Shaumia, R. (2018). *Adaptabilitas karir*. November, 0–25.
- Nurmi, J. (2004). *Socialization and Self-* (Vol. 1).
- Panjaitan, Y. J., & Sahrah, A. (2023). Adaptasi Career Adapt-Abilities–Short Form Ke Versi Indonesia. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 7(2), 1421–1431. <https://doi.org/10.58258/jisip.v7i2.4935/http>
- Priastana, I. K. A., Haryanto, J., & Suprajitno, S. (2018). Peran Dukungan Sosial Keluarga terhadap Berduka Kronis pada Lansia yang Mengalami Kehilangan Pasangan dalam Budaya Pakurenan. *Indonesian Journal of Health Research*, 1(1), 20–26. <https://doi.org/10.32805/ijhr.2018.1.1.8>
- Procidano, M. E., & Heller, K. (1983). Measures of perceived social support from friends and from family: Three validation studies. *American Journal of Community Psychology*, 11(1), 1–24. <https://doi.org/10.1007/BF00898416>

- Putri, okta sheilamahira andari, & Sawitri, dian ratna. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dan Adaptabilitas Karir Pada Siswa Kelas X Di Sma Negeri 1 Tanjungpandan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Ramadani, D., Fachrurrazi, M., & Hidayat, D. R. (2020). Adaptabilitas Karir Dalam Perspektif Teori Perkembangan Karir Mark L. Savickas. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 11(1). <https://doi.org/10.23887/jjbk.v11i1.27362>
- Sadownik, A. R. (2023). Bronfenbrenner: Ecology of Human Development in Ecology of Collaboration. *International Perspectives on Early Childhood Education and Development*, 40, 83–95. https://doi.org/10.1007/978-3-031-38762-3_4
- Safitri, N. (2020). Pengaruh kepemimpinan transformasional terhadap innovative work behavior dimediasi oleh locus of control.
- Sahin, I., & Kirdok, O. (2018). Investigation of Relationship between High School Students' Career Adaptability, Subjective Well-Being and Perceived Social Support. *International Education Studies*, 11(8), 127. <https://doi.org/10.5539/ies.v11n8p127>
- Savickas, M. L. (1997). Career adaptability: An integrative construct for life-span, life-space theory. *Career Development Quarterly*, 45(3), 247–259. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.1997.tb00469.x>
- Savickas, M. L. (2013). The 2012 Leona Tyler Award Address: Constructing Careers—Actors, Agents, and Authors. *The Counseling Psychologist*, 41(4), 648–662. <https://doi.org/10.1177/0011000012468339>
- 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. In *Suksma: Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma* (Vol. 3, Issue 1, pp. 57–71). <https://doi.org/10.24071/suksma.v3i1.4519>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
- Sulistiyanto, D., & Abdullah, S. M. (2023). Kecerdasan Emosional Dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Adaptabilitas Karir Pada Siswa. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5(1), 129–140. <https://doi.org/10.33024/jpm.v5i1.8780>
- Widyastuti, R. (2013). Pengaruh Self Efficacy dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kemantapan Pengambilan Keputusan Karir Siswa. *Jurnal BK Unesa*, 3(1), 231–238.
- Yolanda, E., & Rahayuningsih, I. (2023). Pengaruh hardiness dan dukungan sosial terhadap stress pedagang pasar tradisional di pasar tradisional duduk sampeyan. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(3), 158–170.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2