

**PENGARUH ESKPLORASI KARIR (*CAREER
EXPLORATION*) DAN DUKUNGAN SOSIAL ORANGTUA
(*PARENTAL SOCIAL SUPPORT*) TERHADAP KECEMASAN
KARIR (*CAREER ANXIETY*) SISWA SMA NEGERI 75
JAKARTA**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

NADYA RAHMADANI

1108819008

Tesis yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Mendapatkan
Gelar Magister Pendidikan

**PROGRAM STUDI MAGISTER BIMBINGAN DAN
KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2023**

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DIPERSYARATKAN UNTUK UJIAN TESIS**

Pembimbing I



Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D

NIP. 197104262001121002

Tanggal : 15-08-2023

Pembimbing II



Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons

NIP. 197908192005012002

Tanggal : 16-08-2023

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Magister
Bimbingan dan Konseling



Dr. Susi Fitri M.Si., Kons

NIP. 197211231998022001

Tanggal : 16-08-2023

Nama : Nadya Rahmadani

No. Registrasi : 1108819008

Angkatan : 2019

LEMBAR PESETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN

PANITIA UJIAN TESIS

Judul : Pengaruh Eksplorasi Karir (*Career Exploration*) Dan Dukungan Sosial Orangtua (*Parental Social Support*) Terhadap Kecemasan Karir (*Career Anxiety*) Siswa SMA Negeri 75 Jakarta

Nama : Nadya Rahmadani

No. Registrasi : 1108819008

Program Studi : Magister Bimbingan dan Konseling, FIP UNJ

Tanggal Sidang : 18 Agustus 2023

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping








Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D
NIP. 197104262001121002



Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons
NIP. 197908192005012002


Panitia Ujian Tesis

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Fahrurrozi, M.Pd., (Penanggung Jawab)*		31-08-2023
Dr. Wirda Hanim, M.Psi. (Wakil Penanggung Jawab)**		31-08-2023
Dr. Aip Badrujaman, M.Pd. (Ketua Dewan Penguji)***		29-08-2023
Dr. Eka Wahyuni, MAAPD. (Anggota Penguji 1)****		29-08-2023
Dr. Susi Fitri, M.Si., Kons (Anggota Penguji 2)****		29-08-2023

Catatan : * Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta
** Wakil Dekan 1 Bidang Akademik
*** Ketua Penguji
**** Dosen Penguji

BUKTI PENGESAHAN PERBAIKAN UJIAN TESIS

Nama : Nadya Rahmadani
No. Registrasi : 1108819008
Program Studi : Magister Bimbingan dan Konseling

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Dr. Susi Fitri, M.Si., Kons NIP. 197211231998022001 (Koordinator Program Studi)		20-08-2023
2.	Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D NIP. 197104262001121002 (Pembimbing I)		20-08-2023
3.	Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons NIP. 197908192005012002 (Pembimbing II)		20-08-2023
4.	Dr. Aip Badrujaman, M.Pd. NIP. 197911292008121002 (Ketua Penguji)		20-08-2023
5.	Dr. Eka Wahyuni, MAAPD NIP. 197309151999032003 (Penguji I)		20-08-2023
6.	Dr. Susi Fitri, M.Si., Kons NIP. 197211231998022001 (Penguji II)		20-08-2023

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING DIPERSYARATKAN
UNTUK YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I



Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D
NIP. 197104262001121002

Tanggal : 29 - 08 - 2023

Pembimbing II



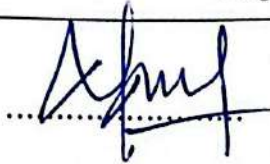
Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons
NIP. 197908192005012002

Tanggal : 29 - 08 - 2023

Prof. Dr. Fahrurrozi, M.Pd.

NIP. 197507222006041003

(Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan)



31 - 08 - 2023

Dr. Susi Fitri, M.Si, Kons

NIP. 197211231998022001

(Koordinator Prodi Magister BK)



29 - 08 - 2023

Nama : Nadya Rahmadani

No. Registrasi : 1108819008

Tanggal Lulus : 31 Agustus 2023

Angkatan : 2019

1. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta
2. Koordinator Program Studi Magister Bimbingan dan Konseling Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

**PENGARUH EKSPLORASI KARIR DAN DUKUNGAN SOSIAL
ORANGTUA TERHADAP KECEMASAN KARIR
SISWA SMA NEGERI JAKARTA**

Nadya Rahmadani

**Program Studi Magister Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Jakarta
2023**

ABSTRAK

Salah satu faktor yang menjadi penghambat remaja dalam mencapai kesuksesan karirnya adalah munculnya perasaan cemas dan takut. Sementara itu menjadi pencarian identitas diri yang menjadi sumber umum dari kecemasan karir. Kecemasan karir dimaksud sebagai keadaan dimana seorang tidak sanggup membuat keputusan sebab suasana intersepsi dalam proses pengambilann keputusan karir. Aspek-aspek dalam kecemasan karir yaitu kemampuan pribadi, keyakinan irasional tentang pekerjaan, lingkungan kerja, dan pelatihan pendidikan professional. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh eksplorasi karir (*career exploration*) dan dukungan sosial orang tua (*parental social parenting*) terhadap tingkat kecemasan karir (*career anxiety*) pada siswa SMA Negeri 75 Jakarta. Desain penelitian *ex-post facto* yang digunakan dalam penelitian ini ialah *Multiple Correlation*. Populasi yang diambil dalam penelitian ini siswa kelas XII SMA Negeri 75 Jakarta yang berjumlah 252 siswa. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 155 siswa. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa eksplorasi karir terhadap kecemasan karir tidak terdapat pengaruh yang signifikan dengan nilai t_{hitung} sebesar $0,500 (< t_{tabel} 1,975$ dengan kesimpulan bahwa variabel eksplorasi karir tidak memiliki pengaruh yang signifikan untuk variabel kecemasan karir. Sementara itu dukungan sosial orangtua menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial orangtua terhadap kecemasan karir dengan nilai t_{hitung} sebesar $2,745 (> t_{tabel} 1,975$. Selanjutnya secara keseluruhan eksplorasi karir dan dukungan sosial orangtua terhadap kecemasan karir terdapat hubungan yang signifikan antara variabel tersebut dengan nilai f_{hitung} sebesar $3,857 (> f_{tabel} 3,06$. Sehingga terdapat pengaruh variable eksplorasi karir dan dukungan sosial orangtua terhadap kecemasan karir.

Kata Kunci : Eksplorasi Karir, Dukungan Sosial Orangtua, Kecemasan Karir.

**EFFECTS OF CAREER EXPLORATION AND PARENTAL SOCIAL
SUPPORT ON CAREER ANXIETY OF STUDENTS OF THE STATE
SENIOR HIGH SCHOOL JAKARTA**

Nadya Rahmadani

*Master of Guidance and Counseling Study Program
Faculty of Science Education
State University of Jakarta
2023*

ABSTRACT

One factor that hinders adolescents in achieving career success is the emergence of feelings of anxiety and fear. While it is the search for self-identity that is a common source of career anxiety. Career anxiety is referred to as a state where a person is unable to make a decision because of the atmosphere of interception in the career decision-making process. The aspects of career anxiety are personal abilities, irrational beliefs about work, work environment, and professional education training. The phase of students sorting and choosing majors according to their interests and talents is called career exploration. The purpose of this study was to determine the effect of career exploration and parental social parenting support on the level of career anxiety in students of SMA Negeri 75 Jakarta. The ex-post facto research design used in this study is Multiple Correlation. The population taken in this study was class XII students of SMA Negeri 75 Jakarta, totaling 252 students. The sample in this study amounted to 155 students. Based on the results of the study, it was found that career exploration on career anxiety had no significant effect with a tcount value of 0.500 ($< t$ table 1.975 with the conclusion that the career exploration variable did not have a significant effect on the career anxiety variable. Meanwhile, parental social support shows that there is a significant influence between parental social support on career anxiety with a tcount value of 2.745 ($> t$ table 1.975. Furthermore, overall career exploration and parental social support on career anxiety there is a significant relationship between these variables with a value of fcount of 3.857 ($> f$ table 3.06.). So that there is an influence of career exploration variables and parental social support on career anxiety.

Keywords: *Career Exploration, Parental Social Support, Career Anxiety.*

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Nadya Rahmadani
NIM : 1108819008
Tempat/ Tanggal Lahir : Jakarta, 25 Desember 1994
Program : Magister
Program Studi : Magister Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa tesis dengan judul “PENGARUH EKSPLOKORASI KARIR (*CAREER EXPLORATION*) DAN DUKUNGAN SOSIAL ORANGTUA (*PARENTAL SOCIAL SUPPORT*) TERHADAP KECEMASAN KARIR (*CAREER ANXIETY*) SISWA SMA NEGERI 75 JAKARTA” merupakan karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 13 Agustus 2023

Yang menyatakan



Nadya Rahmadani

1108819008

PERNYATAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nadya Rahmadani

No. Registrasi : 1108819008

Menyatakan bahwa saya telah mempublikasi hasil penelitian TESIS saya sebagai berikut.

Rahmadani, N. , Rahmat, H., D. , Karlina, M., H (2023). “ Pengaruh Eksplorasi Karir (*Career Exploration*) Dan Dukungan Sosial Orangtua (*Parental Social Support*) Terhadap Kecemasan Karir (*Career Anxiety*) Siswa SMA” diterbitkan di “Jurnal Mahasiswa BK An-Nur (Berbeda, Bermakna, Mulia) Universitas Islam Kalimantan Arsyad Al Banjari Banjarmasin di bulan September- Desember Volume 9 Nomor 3 Tahun 2023, status jurnal terakreditasi Sinta 4 dan terindek : *Google Scholar, Research Bib, Garuda, Dimensions.*

Jakarta, 13 Agustus 2023



Nadya Rahmadani

**HALAMAN PERNYATAAN *COPYRIGHT TRANSFER*
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Negeri Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Lengkap : Nadya Rahmadani
No. Registrasi : 1108819008
Program : Magister
Program Studi : Magister Bimbingan dan Konseling
Jenis Karya : Tesis

Demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Negeri Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive RoyaltyFree Right*) atas tesis saya yang berjudul Pengaruh Eksplorasi Karir (*Career Exploration*) dan Dukungan Sosial Orangtua (*Parental Social Support*) Terhadap Kecemasan Karir (*Career Anxiety*) Siswa SMA Negeri 75 Jakarta. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 13 Agustus 2023

Yang Menyatakan



Nadya Rahmadani



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nadya Rahmadani
NIM : 1108819008
Fakultas/Prodi : Magister Bimbingan dan Konseling
Alamat email : nadyaramadhani92@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Eksplorasi Karir (*Career Exploration*) dan Dukungan Sosial Orangtua (*Parental Social Support*) Terhadap Kecemasan Karir (*Career Anxiety*) Siswa SMA Negeri 75 Jakarta. Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 09 September 2023

Penulis

(Nadya Rahmadani)

Kata pengantar

Puji syukur kehadirat Allah SWT, yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah sehingga penulis dapat menyusun ringkasan penelitian yang berjudul Pengaruh Eksplorasi Karir (*Career Exploration*) dan Dukungan Sosial Orangtua (*Parental Social Support*) Terhadap Kecemasan Karir (*Career Anxiety*) Siswa SMA Negeri 75 Jakarta.

Pada kesempatan kali ini, penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu selama proses penyusunan makalah ini :

1. Prof. Dr. Fahrurrozi, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.
2. Dr. Susi Fitri, M.Si., Kons, Koordinator Program Studi Magister Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta.
3. Prof. Dede Rahmat, M.Psi., Ph.D., Dosen Pembimbing utama yang telah memberi petunjuk dan arahan kepada penulis dalam penyusunan tesis ini.
4. Dr. Happy Karlina M, M.Pd., Ph.D Dosen pembimbing pendamping yang telah memberi petunjuk dan arahan kepada penulis dalam penyusunan tesis ini.
5. Terimakasih Bapak/Ibu Dosen Program Magister Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta, atas dukungannya sehingga saya dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik.
6. Secara khusus saya ucapkan terima kasih kepada kedua orangtua saya tercinta bapak Suryadi dan Almarhumah ibunda Sarmayani yang tanpa hentinya selalu membawa nama saya dalam doa mereka serta selalu mendukung saya dengan berbagai cara dalam segala situasi dan kondisi yang saya alami. Ku persembahkan karya ini untuk mu bapak dan mama.
7. Kakak dan abang, terima kasih yang tak terhingga kepada Sastika Dianova, Winta Kurniawan, Wendy Satriawan telah banyak membantu dan mendukung baik secara moril maupun materil
8. Keponakan saya yang telah banyak memberikan penghiburan dan rasa bahagia dari berbagai macam rasa sedih dan lelah selama proses pengerjaan tesis ini. Suatu saat kalian harus bisa seperti ini, harus mencapai pendidikan setinggi mungkin.
9. Teruntuk diri ini yang sudah kuat dan hebat, serta sudah mau berjuang menghadapi rasa malas dan lelah. Akhirnya pencapaian ini bisa saya lewati dengan penuh perjuangan yang penuh dengan perasaan bersyukur dan bangga. Terima ya Allah atas karunia yang nikmat dan indah ini.
10. Teruntuk teman-teman angkatan 2019, terima kasih sudah menjadikan saya

teman untuk menikmati perjuangan ini, sekarang saatnya kita merayakan hasil dari perjuangan ini. *See you on the top guys!*

11. Sege nap pihak yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu per satu yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian dan penyelesaian tugas akhir tesis ini.

Semoga jasa dan kebaikan pihak-pihak yang telah membantu tercatat sebagai amal baik yang akan mendapat balasan dari Allah SWT. Semoga makalah ini memberi manfaat baik bagi penulis, pembaca, dan pengembangan ilmu pengetahuan.

Penulis menyadari belum adanya kesempurnaan dalam penulisan makalah ini, baik dari segi kualitas maupun isi. Oleh karena itu, saran dan kritik dari semua pembaca sangat penulis harapkan demi perbaikan dan kesempurnaan pada masa yang akan datang.

Jakarta, Agustus 2023



Nadya Rahmadani



DAFTAR ISI

Halaman Judul	ii
Persetujuan Komisi Pembimbing Dipersyaratkan Untuk Ujian Tesis	iii
Lembar Persetujuan Pembimbing dan Pengesahan Panitia Ujian Tesis	iv
Bukti Pengesahan Perbaikan Ujian Tesis	v
Persetujuan Komisi Pembimbing Dipersyaratkan Untuk Yudisium Magister	vi
Abstrak	vii
<i>Abstract</i>	viii
Pernyataan Orisinalitas Karya Ilmiah	ix
Pernyataan Publikasi	x
Pernyataan Copyright Transfer Tugas Akhir Untuk Kepentingan Akademis	xi
Kata Pengantar	xii
Daftar Isi	xiv
Daftar Tabel	xvi
Daftar Gambar	xvii
BAB I: Pendahuluan	1
A. Latarbelakang	1
B. Pembatasan Penelitian	9
C. Rumusan Masalah	10
D. Tujuan Penelitian	10
E. State Of The Art	10
BAB II: Kajian Pustaka	12
A. Eksplorasi Karir	12
1. Pengertian Eksplorasi Karir	12
2. Indikator dan Fungsi Eksplorasi Karir	15
3. Tujuan Eksplorasi Karir	16
4. Faktor-Faktor Eksplorasi Karir	17
5. Aspek-Aspek Eksplorasi Karir	18
B. Dukungan Sosial Orangtua	20
1. Definisi Dukungan Sosial	20

2. Definisi Dukungan Sosial Orangtua	22
3. Fungsi Dukungan Sosial Orangtua	24
4. Faktor-Faktor Penerimaan Dukungan Sosial Orangtua	25
5. Manfaat Dukungan Sosial Orangtua	27
6. Aspek-Aspek Dukungan Sosial Orangtua	28
C. Kecemasan Karir	29
1. Definisi Kecemasan Karir	29
2. Aspek-Aspek Kecemasan Karir	31
3. Faktor-Faktor Kecemasan Karir	32
D. Pengaruh Eksplorasi Karir dan Dukungan Sosial Orangtua terhadap Kecemasan Karir	34
E. Hasil Penelitian Yang Relevan	36
F. Kerangka Berpikir	40
G. Hipotesis	42
BAB III: Metode Penelitian	43
A. Jenis Penelitian	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian	43
C. Design Penelitian	46
D. Populasi dan Sampel	47
E. Definisi Operasional Variabel	48
F. Metode Pengumpulan Data	50
G. Validitas Dan Reliabilitas	55
H. Teknik Analisis Data	57
BAB IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan	60
A. Profil Responden	60
B. Uji Hipotesis Penelitian	67
C. Pembahasan	79
D. Keterbatasan Penelitian	82
BAB V: Simpulan dan Rekomendasi	83
A. Simpulan	83
B. Rekomendasi	84
Daftar Pustaka	85

Daftar Tabel

Tabel 3.1 Sampel Penelitian.....	48
Tabel 3.2 Blueprint Eksplorasi Karir	52
Tabel 3.3 Blueprint Dukungan Sosial Orangtua	53
Tabel 3.4 Blueprint Kecemasan Karir.....	54
Tabel 4.1 Profil Responden.....	61
Tabel 4.2 Data Deskriptif.....	63
Tabel 4.3 Aspek Eksplorasi Karir	64
Tabel 4.4 Aspek Dukungan Sosial Orangtua.....	65
Tabel 4.5 Aspek Kecemasan Karir	66
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas	68
Tabel 4.7 Hasil Uji Linearitas	69
Tabel 4.8 Hasil Uji Multikolinearitas	70
Tabel 4.9 Hasil Uji Heteroskedastisitas	71
Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi	72
Tabel 4.11 Hasil Uji Regresi Linier Berganda.....	74
Tabel 4.12 Hasil Uji T	75
Tabel 4.13 Hasil Uji F.....	76
Tabel 4.14 Koefisien Determinasi	77
Tabel 4.15 Sumbangan Efektif	78
Tabel 4.16 Sumbangan Relatif.....	79

Daftar Gambar

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	42
Gambar 4.1 Hubungan Antar Variabel.....	73

