

**PENGARUH OPTIMISME TERHADAP ADAPTABILITAS KARIER
FRESH GRADUATE SARJANA YANG BELUM BEKERJA**



Oleh:
Zuliyana Amarie
1801620099

SKRIPSI

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2024

**PENGARUH OPTIMISME TERHADAP ADAPTABILITAS KARIER
FRESH GRADUATE SARJANA YANG BELUM BEKERJA**



Oleh:
Zuliyana Amarie
1801620099

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2024

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

“Pengaruh Optimisme terhadap Adaptabilitas Karier *Fresh Graduate* Sarjana yang Belum Bekerja”

Nama Mahasiswa : Zuliyani Amarie
NIM : 1801620099
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 17 Juli 2024

Pembimbing I

Erik, S.Psi., M.Si
NIP. 0001059113

Pembimbing II

Santi Yudhistira, M.Psi, Psikolog
NIP. 198708182019032012

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Penanggungjawab)*		31/7-2024
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		30/7-2024
Mira Ariyani, PhD (Ketua Penguji)***		25 Juli 2024
Hermeilia Megawati, S.Psi., M.A (Anggota)****		25 Juli 2024
Novitasari R. Damanik, M.Si. (Anggota)****		26 Juli 2024.

Catatan:

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji Selain Pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Zuliyani Amarie

NIM : 1801620099

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "**Pengaruh Optimisme terhadap Adaptabilitas Karier *Fresh Graduates* Sarjana yang Belum Bekerja**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret 2024 sampai dengan bulan Juli 2024.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 8 2024

Yang Membuat Pernyataan



Zuliyani Amarie

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Ini belum separuhnya. Biasa saja, kamu tak apa.”

– Hindia –

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada orang tua, keluarga, teman, para *fresh graduates* yang saat ini sedang berjuang mencari pekerjaan, serta diri saya sendiri.

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



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 : ZULIYAN AMARIE
NIM : 1801620099
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi / Psikologi
Alamat email : Zulian2351@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 Optimisme terhadap Adaptabilitas Karier Fresh Graduate Sarjana
yang Belum Bekerja

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, 06 Agustus 2024



(ZULIYAN AMARIE)
nama dan tanda tangan

ZULIYAN AMARIE

PENGARUH OPTIMISME TERHADAP ADAPTABILITAS KARIER
FRESH GRADUATE SARJANA YANG BELUM BEKERJA

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi,
Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta
2024

ABSTRAK

Beberapa studi menunjukkan rendahnya kesesuaian antara *fresh graduate* sarjana perguruan tinggi dengan kebutuhan dunia industri. Situasi ini mendorong para *fresh graduate* sarjana yang belum bekerja untuk dapat beradaptasi dengan kebutuhan dunia industri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah optimisme berpengaruh terhadap adaptabilitas karier *fresh graduates* sarjana yang belum bekerja. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan jumlah responden sebanyak 205 orang *fresh graduates* sarjana (S1) yang belum bekerja di Indonesia. Instrumen yang digunakan adalah *Life Orientation Test-Revised* oleh Scheier dkk. (1994) yang diadaptasi oleh Suryadi dkk. (2021) untuk mengukur optimisme dan *Career Adapt-Abilities Scale* oleh Savickas dan Porfelli (2012) yang diadaptasi oleh Sulitiani dkk. (2018) untuk mengukur adaptabilitas karier. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa optimisme berpengaruh sebesar 6,8% terhadap adaptabilitas karier pada *fresh graduates* sarjana yang belum bekerja. Penelitian ini memberikan implikasi pada *fresh graduate* sarjana yang belum bekerja untuk menumbuhkan optimisme agar dapat meningkatkan adaptabilitas karier.

Kata Kunci: *Optimisme, Adaptabilitas Karier, Fresh Graduates, Sarjana.*

ZULIYAN AMARIE

**THE EFFECT OF OPTIMISM ON CAREER ADAPTABILITIES IN
UNEMPLOYED BACHELOR'S DEGREE FRESH GRADUATES**

Undergraduate Thesis

*Jakarta: Major of Psychology,
Faculty of Educational Psychology, State University of Jakarta
2024*

ABSTRACT

Various studies show that there is a lack of link-and-match between bachelor's degree fresh graduates and the needs of industry. This situation encourages unemployed bachelor's degree fresh graduates to be able to adapt to the requirements of the industrial world. This study aims to determine the effect of optimism on career adaptabilities in unemployed bachelor's degree fresh graduates. The method used in this study is quantitative with total respondents of 205 unemployed bachelor's degree fresh graduates in Indonesia. Instruments used are the Life Orientation Test-Revised by Scheier et al. (1994) adopted by Suryadi et al. (2021) to measure optimism and the Career Adapt-Abilities Scale by Savickas and Porfelli (2012) adapted by Sulitiani et al. (2018) to measure the career adaptabilities. The results of this study showed that optimism 6,8% affects the career adaptabilities in unemployed bachelor's degree fresh graduates. This research implies that it's important for unemployed bachelor's degree fresh graduates to cultivate optimism in order to improve their career adaptability.

Keywords: Optimism, Career Adaptabilities, Fresh Graduates, Bachelor's Degree.

KATA PENGANTAR

Puji serta syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkah dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul, “Pengaruh Optimisme terhadap Adaptabilitas Karier *Fresh Graduates* Sarjana yang Belum Bekerja.” Skripsi ini disusun untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta. Selain dari itu, skripsi ini juga merupakan bentuk implementasi ilmu pengetahuan yang telah peneliti peroleh selama menempuh perkuliahan dalam bidang psikologi.

Ucapan terima kasih turut peneliti sampaikan kepada berbagai pihak yang terlibat dan senantiasa mendukung peneliti dalam proses penyusunan skripsi ini. Peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Bapak Herdian Maulana, Ph.D selaku Wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Mira Aryani, Ph.D selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Dr. Anna Armeini Rangkuti, M.Si selaku Koordinator Program Studi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
6. Bang Erik, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing dan senantiasa meluangkan waktunya untuk memberikan masukan, semangat, dan dukungan selama membimbing peneliti.
7. Mba Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing dan meluangkan waktu untuk memberikan masukan dan arahan selama proses penyusunan skripsi.

8. Seluruh Dosen Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu dan bimbingan yang sangat berarti sejak awal hingga akhir masa perkuliahan peneliti.
9. Seluruh staf administrasi dan karyawan yang bekerja di Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah membantu segala proses administrasi perkuliahan.
10. Para responden *fresh graduates* sarjana yang telah membantu mewujudkan hasil penelitian ini.
11. Kedua orang tua, kakak, abang, dan keluarga besar lainnya yang telah memberikan dukungannya.
12. Kakak yang telah meninggalkan peneliti dan keluarga menuju kedamaian hakiki, terima kasih telah memberikan dukungan materil dan moril selama peneliti berkuliah.
13. Stella Indah Safira Gultom S.Psi., terima kasih telah menjadi kekasih, teman hidup, dosen pembimbing informal, dan berbagai peran penting lainnya yang memberikan dampak positif bagi peneliti. Diri-mu memberikan arti bagi peneliti untuk terus hidup dan beresplorasi.
14. Hafiz Azhari, sahabat yang selalu mendukung peneliti
15. Rafihasya, Adit, Dinda, Ina, dan teman-teman kuliah di fakultas psikologi UNJ lainnya yang telah memberikan dukungan dan dampak positif bagi peneliti selama menjalani perkuliahan.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari kekurangan, sehingga kritik dan saran sangat diharapkan untuk menyempurnakan skripsi ini.

Jakarta, 13 Juli 2024

Peneliti

DAFTAR ISI

PENGARUH OPTIMISME TERHADAP ADAPTABILITAS KARIER <i>FRESH GRADUATE</i> SARJANA YANG BELUM BEKERJA.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	10
1.3 Pembatasan Masalah	10
1.4 Rumusan Masalah	11
1.5 Tujuan Penelitian	11
1.6 Manfaat Penelitian.....	11
1.6.1 Manfaat Teoritis:.....	11
1.6.2 Manfaat Praktis	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
2.1 Adaptabilitas Karier.....	13
2.1.1 Definisi Adaptabilitas Karier	13
2.1.2 Dimensi Adaptabilitas Karier.....	14
2.1.3 Faktor-Faktor Adaptabilitas Karier.....	15
2.1.4 Pengukuran Adaptabilitas Karier	17
2.2 Optimisme	18
2.2.1 Definisi Optimisme.....	18
2.2.2 Aspek-Aspek Optimisme	19
2.2.3 Faktor-Faktor Optimisme	20
2.2.4 Alat Ukur Optimisme.....	21
2.3. <i>Fresh Graduate</i>	22
2.4. Hubungan Optimisme terhadap Adaptabilitas Karier.....	22
2.5 Kerangka Berpikir	24
2.6 Hipotesis.....	26
2.7 Hasil Penelitian yang Relevan.....	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	30
3.1 Tipe Penelitian	30
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	30
3.2.1 Definisi Konseptual Variabel	30
3.2.1.1 Adaptabilitas Karir	30

3.2.1.2 Optimisme	31
3.2.2 Definisi Operasional Variabel	31
3.2.2.1 Adaptabilitas Karier	31
3.2.2.2 Optimisme	31
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	32
3.3.1 Populasi.....	32
3.3.2 Sampel	32
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	33
3.4.1 Instrumen Penelitian	33
3.4.1.1 Instrumen Adaptabilitas Karier	33
3.4.1.2 Tujuan Pembuatan Instrumen Adaptabilitas Karier	35
3.4.1.3 Dasar Teori Instrumen Adaptabilitas Karier.....	35
3.4.1.4 Proses Pembuatan Instrumen Adaptabilitas Karier	36
3.4.2 Instrumen Optimisme	36
3.4.2.1 Tujuan Pembuatan Instrumen Optimisme.....	38
3.4.2.2 Dasar Teori Instrumen Optimisme	38
3.4.2.3 Proses Pembuatan Instrumen Optimisme	38
3.5 Uji Coba Instrumen	39
3.5.1 Instrumen Adaptabilitas Karier.....	41
3.5.2 Instrumen Optimisme	42
3.6 Analisis Data.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
4.1 Gambaran Responden Penelitian.....	46
4.1.1 Gambaran Jenis Kelamin Responden	46
4.1.2 Gambaran Usia Responden.....	47
4.1.3 Gambaran Provinsi Perguruan Tinggi Responden.....	48
4.1.4 Gambaran Jenis Belum Bekerja Responden.....	49
4.1.5 Gambaran Tingkat Pendapatan Keluarga Responden.....	50
4.2. Prosedur Penelitian.....	51
4.2.1 Persiapan Penelitian	51
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	52
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	53
4.3.1 Data Deskriptif Optimisme.....	53
4.3.1.1 Kategorisasi Skor Optimisme	54
4.3.2 Data Deskriptif Adatabilitas Karier	55
4.3.2.1 Kategorisasi Skor Adaptabilitas Karier	56
4.3.3 Hasil Uji Asumsi Klasik	56
4.3.3.1 Uji Normalitas	56
4.3.3.2 Uji Linearitas.....	57
4.3.4 Uji Korelasional.....	58
4.3.5 Uji Hipotesis	58
4.3.6 Hasil Uji Tabulasi Silang	60
4.3.6.1 Tabulasi silang optimisme dan adaptabilitas karier.....	60
4.3.6.2 Hasil Tabulasi Silang Optimisme.....	61
4.3.6.3 Hasil Tabulasi Silang Adaptabilitas Karier	63
4.4 Pembahasan	66
4.5 Keterbatasan penelitian	69

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	71
5.1 Kesimpulan.....	71
5.2 Implikasi.....	71
5.3 Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN.....	81
Lampiran 1 Hasil Uji Asumsi.....	81
Lampiran 2 Hasil Uji Hipotesis.....	82
Lampiran 3 Contoh Instrumen Skala.....	83
Lampiran 4 Daftar Riwayat Hidup.....	85



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Data Hasil Survei Adaptabilitas Karir	5
Tabel 3.1 Blueprint Instrumen Adaptabilitas Karier.....	34
Tabel 3.2 Skala Instrumen Adaptabilitas Karier	35
Tabel 3.3 Blueprint Instrumen Optimisme	37
Tabel 3.4 Skala Instrumen Optimisme.....	37
Tabel 3.5 Kategorisasi Koefisien Reliabilitas	40
Tabel 3.6 Hasil Uji Daya Beda Instrumen Adaptabilitas Karier.....	41
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Adaptabilitas Karier	42
Tabel 3.8 Hasil Uji Daya Beda Instrumen Adaptabilitas Karier.....	42
Tabel 3.9 Revisi Item Instrumen Optimisme	43
Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Adaptabilitas Karier	44
Tabel 4.1 Gambaran Jenis Kelamin Responden	46
Tabel 4.2 Gambaran Usia Responden	47
Tabel 4.3 Gambaran Provinsi Perguruan Tinggi Responden.....	48
Tabel 4.4 Gambaran Jenis Responden Belum Bekerja	49
Tabel 4.5 Gambaran Tingkat Pendapatan Keluarga Responden.....	50
Tabel 4.6 Data Deskriptif Optimisme	53
Tabel 4.7 Kategorisasi Tingkatan Optimisme.....	54
Tabel 4.8 Data Deskriptif Adaptabilitas Karier	55
Tabel 4.9 Kategorisasi Tingkatan Adaptabilitas Karier.....	56
Tabel 4.10 Hasil Uji Homogenitas	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas	57
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasional.....	58
Tabel 4.13 Hasil Uji Regresi Linear Anova.....	59
Tabel 4.14 Uji Model Summary.....	59
Tabel 4.15 Koefisien Pengaruh.....	59
Tabel 4.16 Hasil Tabulasi Silang Optimisme dan Adaptabilitas Karier	60
Tabel 4.17 Hasil Tabulasi Silang Jenis Kelamin dan Optimisme.....	61
Tabel 4.18 Hasil Tabulasi Silang Usia dan Optimisme.....	61
Tabel 4.19 Hasil Tabulasi Silang Provinsi Perguruan Tinggi dan Optimisme	62
Tabel 4.20 Hasil Tabulasi Silang Jenis Belum Bekerja dan Optimisme	62
Tabel 4.21 Hasil Tabulasi Silang Tingkat Pendapatan Keluarga dan Optimisme ..	63
Tabel 4.22 Hasil Tabulasi Silang Jenis Kelamin dan Adaptabilitas Karier	64
Tabel 4.23 Hasil Tabulasi Silang Usia dan Adaptabilitas Karier	64
Tabel 4.24 Hasil Tabulasi Silang Provinsi Perguruan Tinggi dan Adaptabilitas Karier.....	64
Tabel 4.25 Hasil Tabulasi Silang Jenis Belum Bekerja dan Adaptabilitas Karier. 65	
Tabel 4.26 Hasil Tabulasi Silang Tingkat Pendapatan Keluarga dan Adaptabilitas Karier.....	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	26
Gambar 4.1 Persebaran Data Jenis Kelamin Responden	47
Gambar 4.2 Persebaran Data Usia Responden.....	48
Gambar 4.3 Persebaran Data Provinsi Perguruan Tinggi Responden.....	49
Gambar 4.4 Persebaran Data Jenis Responden Belum Bekerja.....	50
Gambar 4.5 Persebaran Data Tingkat Pendapatan Keluarga Responden	51
Gambar 4.6 Grafik Scatter Plot Uji Linearitas.....	57



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Uji Asumsi.....	81
Lampiran 2 Hasil Uji Hipotesis	82
Lampiran 3 Contoh Instrumen Skala	83
Lampiran 4 Daftar Riwayat Hidup.....	85

