



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 4 Tahun 2023 Page 10052-10064

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Pengaruh *Locus of Control* dan Resiliensi Terhadap Adaptabilitas Karir pada Dewasa Awal di Kabupaten Karawang

Dwi Toni Indra Pamungkas^{1✉}, Cempaka Putrie Dimala², Yulyanti Minarsih³

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

Email: ps19.dwipamungkas@mhs.ubpkarawang.ac.id^{1✉}

Abstrak

Tidaklah mudah bagi setiap individu dewasa awal untuk menghadapi berbagai tantangan dalam karirnya. Kompleksitas semakin bertambah apabila pekerjaan yang dijalani tidak sejalan dengan bidang ilmu yang sebelumnya dipelajari. Agar mampu mengatasi hambatan yang muncul selama transisi karir ini, diperlukan persiapan yang disebut sebagai adaptabilitas karir. Adaptabilitas karir dapat di tinggikan melalui *locus of control* dan resiliensi. Penelitian kuantitatif ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *locus of control* dan resiliensi terhadap adaptabilitas karir pada dewasa awal di Kabupaten Karawang. Penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling*, dengan jumlah sampel 106 orang. Alat ukur yang digunakan adalah *Career Adapt-Ability Scale* (CAAS), skala *locus of control* dan *Connor Davidson Resilience Scale* (CD-RISC). Hasil uji regresi berganda menunjukkan bahwa secara simultan *locus of control* dan resiliensi berpengaruh secara bersamaan terhadap adaptabilitas karir dengan taraf $sig\ 0,000 < 0,05$. Dengan adanya penelitian ini, dewasa awal di Kabupaten Karawang diharapkan dapat memiliki keyakinan untuk mengatasi permasalahan karir, tepatnya ketika mendapatkan pekerjaan yang tidak sesuai dengan bidang sebelumnya.

Kata kunci : *Dewasa Awal, Adaptabilitas Karir, Locus of Control, Resiliensi, Karawang*

Abstract

It is not easy for every early adult individual to face various challenges in their career. The complexity increases if the job is not in line with the field of knowledge previously studied. In order to be able to overcome the obstacles that arise during this career transition, preparation is needed which is referred to as career adaptability. Career adaptability can be elevated through locus of control and resilience. This quantitative study aims to determine the effect of locus of control and resilience on career adaptability in early adults in Karawang Regency. This study used nonprobability sampling technique, with a sample size of 106 people. The measuring instruments used were Career Adapt-Ability Scale (CAAS), locus of control scale and Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC). The results of multiple regression tests show that simultaneously locus of control and resilience simultaneously affect career adaptability with a sig level of $0.000 < 0.05$. With this research, early adults in

Karawang Regency are expected to have the confidence to overcome career problems, precisely when getting a job that is not in accordance with the previous field.

Keywords : *Early Adulthood, Career Adaptabilities, Locus of Control, Resilience, Karawang*

PENDAHULUAN

Dewasa awal biasa diartikan sebagai masa transisi dari remaja menuju dewasa. Dewasa awal menurut Santrock (dalam Pratiwi & Sawitri, 2020) adalah seorang yang telah berusia 18-25 tahun dengan mengalami masa peralihan dari masa remaja ke masa dewasa. (Dewi & Sudhana, 2013) menjelaskan masa dewasa awal terjadi karena individu akan dianggap sebagai pribadi yang mandiri dan cukup dewasa untuk melaksanakan tanggung jawabnya sesuai dengan tugas-tugas perkembangan orang dewasa.

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) Bulan Februari 2015 sebanyak 400 ribu pemuda Indonesia yang bertitel sarjana menjadi pengangguran (Alam, 2016). Lebih lanjut Franita et al. (2019) menyatakan bahwa pengangguran adalah suatu keadaan di mana seseorang yang tergolong dalam angkatan kerja ingin mendapatkan pekerjaan tetapi belum dapat memperolehnya.

Tabel 1 Data Statistik Pengangguran di Jawa Barat

Kelompok Usia	Tingkat Pengangguran Terbuka Berdasarkan Usia
15 - 19	23,91
20 - 24	17,73
25 - 29	9,26
30 - 34	5,43
35 - 39	4,02

Sumber: Data Badan Pusat Statistik

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada Bulan Februari 2021, tercatat sekitar 5,83% atau sekitar 11,53 juta penduduk Indonesia mengalami pengangguran. Dimana, Jawa Barat merupakan provinsi dengan tingkat pengangguran tertinggi di Indonesia pada tahun 2021, mencapai 8,35%. Selain itu, data BPS juga menunjukkan bahwa Karawang berada pada posisi ketiga untuk tingkat pengangguran tertinggi di Jawa Barat dengan jumlah sebesar 11,83%. Sementara itu, Karawang juga dikenal sebagai salah satu kota dengan kawasan industri terbesar di Asia Tenggara (Pratiwi, 2021).

Gropello, dkk (dalam Hasibuan & Handayani, 2021) menyatakan bahwa dalam beberapa tahun terakhir, tingkat pendidikan tenaga kerja Indonesia semakin meningkat. Peningkatan ini menunjukkan adanya peningkatan kualifikasi Sumber Daya Manusia (SDM). Konsekuensinya, persaingan dalam mencari pekerjaan semakin ketat, sehingga banyak orang kesulitan mendapatkan pekerjaan sesuai harapan mereka (Putri, 2019). Pernyataan ini didukung oleh Nadiem Makarim, yang menjelaskan bahwa 80% mahasiswa Indonesia tidak bekerja sesuai dengan jurusan kuliahnya, dan hanya sekitar 27% lulusan yang bekerja sesuai bidang ilmunya (Putri, 2019).

Dalam menghadapi tantangan dalam transisi karir, dibutuhkan kesiapan individu yang dikenal sebagai adaptabilitas karir. Menurut Maggiori et al. (2017), adaptabilitas karir mengacu pada kesiapan seseorang dalam mengatasi tugas-tugas yang telah diantisipasi dan kemampuannya untuk berfungsi dengan baik dalam peran pekerjaannya. Ini adalah kemampuan individu untuk mengatasi tantangan, perubahan, dan peristiwa traumatis dalam lingkungan kerja yang mungkin mengubah integrasi sosialnya pada tingkat tertentu (Maggiori et al., 2017). Lebih lanjut, Maggiori et al. (2017) menjelaskan bahwa adaptabilitas karir telah menggantikan konsep kematangan karir sebagai konstruk utama dalam perkembangan karir pada berbagai kelompok usia sepanjang hidup seseorang.

Menurut Soresi, dkk (dalam Yuniarti, 2018), individu dengan adaptabilitas tinggi cenderung menghadapi lebih sedikit hambatan dalam mencapai karir, memiliki minat yang beragam, dan memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi. Yuniarti (2018) juga menegaskan bahwa adaptabilitas karir dapat tercermin dalam berbagai aktivitas terkait perencanaan, pelaksanaan tugas dengan efektif dalam berbagai situasi, dan semangat untuk menemukan tantangan baru. Individu yang memiliki adaptabilitas karir yang tinggi juga cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi dalam lingkungan sosial mereka.

Menurut Maggiori et al. (2017) terdapat empat dimensi dari adaptabilitas karir, kepedulian (*concern*), pengendalian (*control*), keingintahuan (*curiosity*) dan keyakinan (*confidence*). Dimensi ini mewakili sumber dan strategi adaptabilitas umum yang digunakan untuk membangun karir mereka. Pada tingkat menengah, contoh menjabarkan serangkaian fungsional dari variabel homogen yang berbeda untuk masing-masing dimensi. Setiap serangkaian perantara variabel mencakup sikap tertentu yang disebut dengan konstruksi karir ABC (*attitudes, beliefs, competencies*) yang membentuk perilaku beradaptasi yang digunakan untuk menguasai tugas-tugas perkembangan, menegosiasikan perpindahan kerja dan menyelesaikan masalah pekerjaan.

Hambatan sering dihadapi oleh individu dalam beradaptasi, sehingga diperlukan usaha dari individu untuk mengatasi hambatan tersebut. Seseorang dalam mencapai karir yang diinginkan dipengaruhi oleh *locus of control* dimiliki oleh individu-individu yang percaya bahwa kesuksesan dan kegagalan dalam hidupnya dipengaruhi oleh tindakan dan kemampuan mereka (Wibowo, dalam Solichah & Setiaji, 2019). (Rotter, 2011) mengungkapkan *locus of control* adalah keyakinan atau cara pandang individu dalam mengartikan sumber kekuatannya, yang bersumber dari tindakannya sendiri atau berasal dari kekuatan luar dirinya. Selanjutnya Larasati (dalam Solichah & Setiaji, 2019) menjelaskan bahwa orang yang memiliki *internal locus of control* percaya bahwa mereka dapat memanipulasi kejadian-kejadian untuk keuntungan mereka dan oleh karena itu mereka mampu untuk menentukan nasib mereka sendiri.

Solichah & Setiaji (2019) mengatakan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri akan menentukan keberhasilan dalam meraih kesuksesan dapat membuat individu melaksanakan tugas dengan percaya diri. Penelitian yang dilakukan oleh Duffy et al. (2015) memperoleh hasil bahwa *internal locus of control* memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap adaptabilitas karir. Penelitian ini menunjukkan semakin tinggi *internal locus of control* maka meningkatkan adaptabilitas karir.

Faktor lain yang berperan dalam adaptabilitas karir adalah resiliensi, hal berdasarkan temuan penelitian yang dilakukan oleh (Wuryaningsih & Kuswati, 2013). Luthar (2015) menyatakan bahwa resiliensi adalah fenomena atau proses yang merefleksikan adaptasi positif tanpa dipengaruhi oleh keberagaman yang signifikan atau trauma. Luthar (2015) juga menjelaskan bahwa dalam psikopatologi perkembangan, resiliensi merupakan sebuah konstruk yang menjelaskan tentang adaptasi positif dalam keberagaman. Dengan kata lain resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk bertahan, bangkit, dan menyesuaikan dengan kondisi yang sulit (Reivich & Shatté, 2002). Individu yang memiliki resiliensi mampu untuk secara cepat kembali kepada kondisi sebelum trauma, terlihat kebal dari berbagai peristiwa- peristiwa kehidupan yang negatif, serta mampu beradaptasi terhadap stres yang ekstrim dan kesengsaraan (Margareta, 2012).

Kalil (dalam Nugrahini et al., 2021) mengatakan bahwa resiliensi merupakan hasil dari keberhasilan mengatasi resiko dalam hidupnya, bukan penghindaran akan resiko atau bahaya. Resiliensi juga berfokus pada kemampuan seseorang untuk bangkit atau pulih dari keadaan stres, sehingga membuat individu mampu mengembalikan keseimbangan dan memulihkan keadaan mentalnya seperti semula dengan cepat (Reivich & Shatté, 2002).

Shin & Kelly (2015) melakukan penelitian mengenai pengaruh resiliensi dan strategi pengambilan keputusan terhadap kesulitan pemilihan karir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi merupakan pengaruh yang besar dalam permasalahan selama pemilihan karir individu. Lebih lanjut peneliti juga melakukan pra penelitian dengan melibatkan 106 partisipan, dimana 30% partisipan belum bekerja dan 70% partisipan sudah bekerja. Dari 70% partisipan tersebut diketahui bahwa terdapat 31 partisipan bekerja sesuai dengan latar belakang pendidikan sebelumnya dan 75 partisipan bekerja tidak sesuai dengan latar belakang pendidikan sebelumnya. Artinya, diperlukan adaptabilitas karir yang baik agar partisipan mampu untuk beradaptasi pada pekerjaan maupun lingkungan pekerjaannya. Berdasarkan penjabaran di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh *Locus of Control* dan Resiliensi terhadap Adaptabilitas Karir Pada Dewasa Awal di Kabupaten Karawang".

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Menurut Azwar (2022) metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang menekankan analisisnya pada data berupa angka yang diolah secara statistika yang akan memperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel. Dengan demikian, metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan bentuk penelitian deskriptif. Menurut Sugiyono (2016) rumusan masalah pada metode penelitian deskriptif adalah suatu rumusan masalah yang berkenaan dengan pertanyaan terhadap keberadaan variabel mandiri, baik hanya pada satu variabel atau lebih (variabel yang berdiri sendiri).

Populasi penelitian diartikan sebagai kelompok individu yang hendak dikenal generalisasi hasil penelitian. Sebagai suatu populasi, kelompok individu harus memiliki karakteristik bersama yang membedakannya dari kelompok atau individu lainnya (Azwar, 2017). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah dewasa awal berusia 18 – 25 tahun yang belum bekerja atau sudah bekerja tetapi tidak sesuai dengan jurusan kuliah dan berdomisili di Kabupaten Karawang, adapun populasi dalam penelitian ini tidak diketahui jumlahnya.

Subjek pada sampel adalah bagian dari populasi. Setiap bagian dari populasi merupakan sampel, terlepas dari apakah bagian itu mewakili karakteristik populasi secara lengkap atau tidak (Azwar, 2017). Sehingga, sampel dari penelitian ini merupakan dewasa

awal yang belum bekerja tidak sesuai dengan jurusan dan dewasa awal yang belum bekerja di Kabupaten Karawang, adapun populasi dalam penelitian ini belum diketahui jumlahnya. Sehingga pengambilan sampel menggunakan metode *non probabilitas sampling*. Dengan demikian peneliti dapat memperkirakan besarnya eror dalam pengambilan sampel (*sampling error*). Adapun teknik pengambilan sampel dengan menggunakan sampel kuota. Penentuan ukuran sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Lemeshow (dalam Pane dkk, 2020), hal ini dikarenakan jumlah populasi tidak diketahui. Berdasarkan rumus Lemeshow, didapatkan hasil jumlah dalam penelitian ini adalah minimum sampel yang dibutuhkan 106 responden.

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan ialah skala psikologis. Instrumen pengukuran skala psikologis menurut (Azwar, 2017) merupakan daftar pertanyaan yang mendeskripsikan mengenai aspek kepribadian individu dari indikator perilaku guna memperoleh jawaban yang tidak secara langsung menggambarkan keadaan diri responden yang biasanya tidak disadari. Skala psikologi yang akan dilakukan untuk penelitian ini yakni, skala *locus of control*, skala resiliensi dan skala adaptabilitas karir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1 Uji Normalitas

Variabel	Hasil	Keterangan
<i>Unstandardized residual</i>	0,108 > 0,05	Data Normal

Berdasarkan perhitungan hasil uji normalitas yang telah dilakukan pada *unstandardized residual* menunjukkan pada taraf signifikansi sebesar $0,108 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa angka tersebut berdistribusi normal.

Tabel 2 Uji Linieritas

Variabel	Hasil	Keterangan
<i>Locus of control</i>	0,000 < 0,05	Data Linier
Resiliensi	0,000 < 0,05	Data Linier

Hasil uji linieritas menunjukkan bahwa variabel adaptabilitas karir terhadap *locus of control* diperoleh *Sig. Deviation from Linearity* sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti bahwa

terdapat hubungan yang linear antara variabel adaptabilitas karir terhadap *locus of control* pada dewasa awal di Kabupaten Karawang yang belum bekerja atau sudah bekerja tetapi tidak sesuai bidang ilmu sebelumnya.

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa variabel adaptabilitas karir terhadap resiliensi diperoleh *Sig. Deviation from Linearity* sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel adaptabilitas karir terhadap resiliensi pada dewasa awal di Kabupaten Karawang yang belum bekerja atau sudah bekerja tetapi tidak sesuai bidang ilmu sebelumnya.

Tabel 3 Uji Simultan (Uji F)

Variabel	Hasil	Keterangan
<i>Locus of control</i> , Resiliensi	$0,000 < 0,05$	Berpengaruh secara bersamaan

Hasil uji simultan menunjukkan bahwa *locus of control* dan resiliensi berpengaruh secara bersamaan terhadap adaptabilitas karir. Setelah dilakukan uji f dapat diperoleh nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Sehingga H_{a3} diterima dan H_{03} ditolak.

Tabel 4 Uji Parsial (Uji T)

Variabel	Hasil	Keterangan
<i>Locus of control</i>	$0,000 < 0,05$	Berpengaruh
Resiliensi	$0,073 > 0,05$	Tidak berpengaruh

Hasil uji hipotesis parsial berdasarkan perhitungan SPSS versi 25 diperoleh hasil sebagai berikut:

1. *Locus of control* berpengaruh parsial terhadap adaptabilitas karir. Berdasarkan hasil uji t diperoleh nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ sehingga H_{a1} diterima dan H_{01} ditolak.
2. Resiliensi tidak berpengaruh secara parsial terhadap adaptabilitas karir. Berdasarkan hasil uji t diperoleh nilai signifikansi $0,073 > 0,05$. Sehingga H_{a2} ditolak dan H_{02} diterima. Hasil uji regresi linier berganda diatas, maka diperoleh persamaan regresi linier berganda sebagai berikut:

$$Y = 4,874 + 0,241X + 0,978Z + \epsilon \quad (1)$$

Dari persamaan tersebut di atas, dapat dijelaskan bahwa regresi tersebut mengindikasikan perubahan skor adaptabilitas karir (Y) bergantung dari skor *locus of control* (X1) dan resiliensi (X2). Hasil uji regresi mengindikasikan adaptabilitas karir akan meningkat apabila skor *locus of control* dan resiliensi dinaikkan.

Tabel 5 Uji Kategorisasi *Locus of Control*

Variabel	Kategori	Hasil	Keterangan
<i>Locus of Control</i>	Rendah	0,00%	Frekuensi paling tinggi yaitu kategori (Tinggi)
	Sedang	(Tidak ada)	
	Tinggi	34,3% (36 orang)	
		65,7% (70 orang)	

Hasil uji kategorisasi menunjukkan bahwa subjek yang memiliki *locus of control* dalam kategori rendah berjumlah 0 dengan persentase 0,00%, kategori sedang sebanyak 34,3% atau 36 orang, dan kategori tinggi sebanyak 65,7% atau 70 orang. Dapat disimpulkan bahwa frekuensi paling tinggi yang dimiliki oleh dewasa awal, baik yang belum bekerja maupun sudah bekerja tetapi tidak sesuai bidang ilmu sebelumnya di Kabupaten Karawang pada variabel *locus of control* adalah kategori *locus of control* yang tinggi yaitu sebanyak 70 orang dengan persentase 65,7%.

Tabel 6 Uji Kategorisasi Resiliensi

Variabel	Kategori	Hasil	Keterangan
Resiliensi	Rendah	0,00%	Frekuensi paling tinggi yaitu kategori (Sedang)
	Sedang	(Tidak ada)	
	Tinggi	100% (106 orang)	
		0,00% (Tidak ada)	

Hasil uji kategorisasi menunjukkan bahwa subjek yang memiliki resiliensi dalam kategori rendah berjumlah 0 dengan persentase 0,00%, kategori sedang sebanyak 0,00%

atau 0 orang, dan kategori tinggi sebanyak 100% atau 106 orang. Dapat disimpulkan bahwa frekuensi paling tinggi yang dimiliki oleh dewasa awal, baik yang belum bekerja maupun sudah bekerja tetapi tidak sesuai bidang ilmu sebelumnya di Kabupaten Karawang pada variabel resiliensi adalah kategori resiliensi yang sedang yaitu sebanyak 106 orang dengan persentase 100%.

Tabel 7 Uji Kategorisasi Adaptabilitas Karir

Variabel	Kategori	Hasil	Keterangan
Adaptabilitas Karir	Rendah	0,00%	Frekuensi paling tinggi yaitu kategori (Tinggi)
	Sedang	ada)	
	Tinggi	1,09% (2 orang)	
		98,1% (104 orang)	

Hasil uji kategorisasi menunjukkan bahwa subjek yang memiliki adaptabilitas karir dalam kategori rendah berjumlah 0 dengan persentase 0,00%, kategori sedang sebanyak 1,09% atau 2 orang, dan kategori tinggi sebanyak 98,1% atau 104 orang. Dapat disimpulkan bahwa frekuensi paling tinggi yang dimiliki oleh dewasa awal, baik yang belum bekerja maupun sudah bekerja tetapi tidak sesuai bidang ilmu sebelumnya di Kabupaten Karawang pada variabel resiliensi adalah kategori resiliensi yang sedang yaitu sebanyak 104 orang dengan persentase 98,1%.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan *locus of control* yang positif dan signifikansi terhadap adaptabilitas karir pada dewasa awal di Kabupaten Karawang. Jika semakin tinggi *locus of control* seseorang, maka adaptabilitas karirnya juga semakin tinggi, ini menunjukkan bahwa keyakinan individu tentang kontrol atas kehidupan mereka dapat mempengaruhi sejauh mana mereka dapat beradaptasi dengan perubahan dan tantangan dalam karir mereka.

Terdapat tiga aspek *locus of control* yang berpengaruh terhadap adaptabilitas karir adalah *internal* (keyakinan bahwa individu memiliki kendali atas kehidupan dan tindakan mereka), *powerful others* (keyakinan bahwa orang lain atau kekuatan eksternal mempengaruhi kehidupan mereka), dan *chance* (keyakinan bahwa kejadian kehidupan ditentukan oleh faktor keberuntungan atau kejadian tak terduga). Dari aspek tersebut

sehingga dapat dikatakan bahwa *locus of control* memiliki hubungan yang positif dan signifikansi terhadap adaptabilitas karir. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Duffy et al. (2015), pada mahasiswa diketahui bahwa secara parsial *locus of control* berpengaruh positif terhadap adaptabilitas karir sebesar 44,62%, sedangkan secara simultan variabel *locus of control* berpengaruh terhadap adaptabilitas karir sebesar 55%.

Mahasiswa yang mendukung *locus of control* lebih besar cenderung melihat diri mereka sebagai orang yang mudah beradaptasi. Dalam penelitian ini juga menegaskan bahwa keyakinan individu tentang kemampuan mereka untuk mempengaruhi kejadian-kejadian dalam hidup mereka memainkan peran penting dalam bagaimana mereka menghadapi tantangan dan peluang dalam karir mereka. Jika seseorang merasa dapat mengendalikan nasib mereka sendiri dan melihat diri mereka sebagai agen yang aktif dalam mencapai tujuan karir, maka mereka mungkin lebih termotivasi dan siap untuk beradaptasi dengan perubahan dan mencapai kesuksesan dalam karir mereka.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan resiliensi yang positif dan signifikansi terhadap adaptabilitas karir pada dewasa awal di Kabupaten Karawang. Sehingga, semakin tinggi resiliensi maka semakin tinggi pula adaptabilitas karirnya. Dengan adanya lima aspek resiliensi yang berpengaruh terhadap adaptabilitas karir (*personal competence, trust in one's instincts, positive acceptance of change and secure relationship, control and factor, dan spiritual influences*) menunjukkan kompleksitas dari konsep resiliensi. Hal ini menggarisbawahi bahwa resiliensi bukan hanya terbatas pada kemampuan untuk mengatasi trauma atau peristiwa negatif, tetapi juga mencakup keyakinan pada kompetensi pribadi, penerimaan positif terhadap perubahan, hubungan yang aman dan dukungan sosial, serta pengaruh spiritual. Dari aspek tersebut sehingga dapat dikatakan bahwa resiliensi memiliki hubungan yang positif dan signifikansi terhadap adaptabilitas karir. Hal ini selaras dengan penelitian terdahulu yang dilakukan Carson (2008) yang menyatakan bahwa resiliensi merupakan pengaruh yang besar dalam permasalahan selama pemilihan karir individu. Resiliensi adalah sebuah sikap optimis yang realistis.

Sebuah sikap yang membantu mengatasi peristiwa negative dalam hidup. Individu yang memiliki resiliensi mampu secara cepat kembali kepada kondisi sebelum trauma, terlihat kebal dari berbagai peristiwa – peristiwa kehidupan yang negative, serta mampu beradaptasi terhadap stress yang ekstrim dan kesengsaraan. Penelitian ini memberikan wawasan yang berharga bagi para profesional di bidang pengembangan karir dan sumber daya manusia

dalam merancang program dan intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan resiliensi pada dewasa awal di Kabupaten Karawang, sehingga mereka dapat lebih siap dan mampu menghadapi tantangan karir dengan lebih baik. Sebagaimana beberapa mahasiswa mengungkapkan bahwa dirinya tetap bertahan untuk mewujudkan segala impiannya meski terkadang ada perasaan tidak percaya diri untuk hal itu, namun ia mengaku tetap berusaha seoptimal mungkin dan juga berusaha untuk membuat hidupnya jauh lebih baik dari sebelumnya.

Selain itu, hasil penelitian ini dapat dikatakan bahwa variabel *locus of control* dan resiliensi terdapat hubungan secara bersamaan terhadap adaptabilitas karir. Jika seseorang memiliki tingkat *locus of control* dan resiliensi yang tinggi, maka adaptabilitas karirnya juga cenderung lebih tinggi. Ini mengindikasikan bahwa kombinasi keyakinan seseorang tentang kontrol atas kehidupan mereka (*locus of control*) dan kemampuan untuk mengatasi tantangan dan stres (resiliensi) berperan penting dalam mendukung adaptabilitas karir. Hal ini selaras dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Duffy et al. (2015) yang menunjukkan bahwa *locus of control* dan resiliensi saling berkaitan dan memiliki hubungan positif dalam konteks pengambilan keputusan karir. Individu dengan tingkat *locus of control* yang tinggi mungkin cenderung memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi, yang pada gilirannya, berkontribusi pada kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan dalam mengambil keputusan karir.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa, *locus of control* dan resiliensi berpengaruh secara bersamaan terhadap adaptabilitas karir. Oleh karena itu diharapkan bagi dewasa awal yang belum bekerja maupun sudah bekerja tetapi tidak sesuai dengan jurusan sebelumnya, perlu meningkatkan *locus of control* dan resiliensi agar tidak mudah putus asa, bertahan dan pulih kembali dari keadaan stres, lebih mempersiapkan diri dalam transisi karir, serta pandai menyesuaikan diri dari keadaan yang sulit. Sehingga akan lebih mudah dalam mengatasi transisi karir.

Pada penelitian selanjutnya, diharapkan menanyakan terlebih dahulu terkait permasalahan karir yang lebih spesifik dan peneliti dapat menggunakan pendekatan kualitatif dengan melakukan pengambilan data melalui wawancara dan observasi agar mendapatkan hasil yang lebih valid. Sehingga dengan adanya penelitian ini, dewasa awal di Kabupaten

Karawang dapat memiliki keyakinan untuk mengatasi permasalahan karir, tepatnya ketika mendapatkan pekerjaan yang tidak sesuai dengan bidang sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alam, S. (2016). Tingkat pendidikan dan pengangguran di Indonesia (Telaah serapan tenaga kerja SMA/SMK dan Sarjana). *Jurnal Ilmiah Bongaya*, 1(1), 250–257.
- Azwar, S. (2017). Metode penelitian psikologi. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Azwar, S. (2022). *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. Pustaka pelajar.
- Dewi, N. R., & Sudhana, H. (2013). Hubungan antara komunikasi interpersonal pasutri dengan keharmonisan dalam pernikahan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 22–31.
- Duffy, R. D., Jadidian, A., Douglass, R. P., & Allan, B. A. (2015). Work volition among US veterans: Locus of control as a mediator. *The Counseling Psychologist*, 43(6), 853–878.
- Franita, R., Harahap, A. F. D., & Sukriah, Y. (2019). Analisa pengangguran di Indonesia. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 6(1), 88–91.
- Hasibuan, E., & Handayani, D. (2021). Pengaruh qualification mismatch terhadap upah tenaga kerja di Indonesia. *Jurnal Ekonomi Dan Pembangunan*, 29(1), 1–16.
- Luthar, S. S. (2015). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. *Developmental Psychopathology: Volume Three: Risk, Disorder, and Adaptation*, 739–795.
- Maggiore, C., Rossier, J., & Savickas, M. L. (2017). Career adapt-abilities scale–short form (CAAS-SF) construction and validation. *Journal of Career Assessment*, 25(2), 312–325.
- Margareta, T. (2012). *Hubungan Antara External Locus Of Control Dengan Resiliensi Pada Narapidana Remaja*.
- Nugrahini, R., Matulesy, A., & Rini, R. A. (2021). DUKUNGAN SOSIAL DAN INTERNAL LOCUS OF CONTROL DENGAN RESILIENSI PADA KARYAWAN YANG TERKENA PEMUTUSAN HUBUNGAN KERJA AKIBAT PANDEMI COVID-19. *PSIKOLOGI KONSELING*, 18, 849. <https://doi.org/10.24114/konseling.v18i1.27819>
- Pratiwi, M. V., & Sawitri, D. R. (2020). Hubungan Antara Ketidakpuasan pada Tubuh dengan Harga Diri pada Wanita Dewasa Awal Anggota Pusat Kebugaran Moethya. *Jurnal Empati*, 9(4), 306–312.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35–40.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's*

inevitable obstacles. Broadway books.

Rotter, J. (2011). Rotter internal-external locus of control scale. *28 Measures of Locus of Control*, 10.

Shin, Y., & Kelly, K. R. (2015). Resilience and decision - making strategies as predictors of career decision difficulties. *The Career Development Quarterly*, 63(4), 291–305.

Solichah, C., & Setiaji, K. (2019). Pengaruh Internal Locus of Control dan Dukungan Sosial Terhadap Career Adaptability. *Economic Education Analysis Journal*, 8(2), 652–665.

Wuryaningsih, D. L., & Kuswati, R. (2013). *Analisis Pengaruh Locus of Control terhadap Kinerja Karyawan*. Publikasi Ilmiah Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta.