

HUBUNGAN ADAPTABILITAS KARIER DAN OPTIMISME DENGAN KESIAPAN KERJA MAHASISWA UYR

Evika Rahma Fadhila¹, Agustin Handayani²

¹ Mahasiswa, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

² Dosen, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

*Corresponding Author:

agustin@unissula.ac.id

Abstrak

Di tengah dinamika dunia kerja yang semakin kompetitif dan tidak menentu, mahasiswa dituntut memiliki kesiapan kerja yang optimal sebelum memasuki dunia profesional. Adaptabilitas karier dan optimisme menjadi faktor psikologis yang diduga berperan dalam membentuk kesiapan tersebut. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan antara adaptabilitas karier dan optimisme dengan kesiapan kerja mahasiswa UYR perlu dilakukan untuk memahami faktor yang mendukung keberhasilan transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara adaptabilitas karier dan optimisme dengan kesiapan kerja mahasiswa angkatan 2022 di Universitas YPPI Rembang (UYR). Populasi dalam penelitian ini sejumlah 127 mahasiswa, dengan sampel sejumlah 68 mahasiswa yang diperoleh melalui teknik cluster random sampling. Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga skala, yaitu skala kesiapan kerja yang berjumlah 27 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,835, skala adaptabilitas karier yang berjumlah 19 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,814, dan skala optimisme yang berjumlah 11 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,628. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi berganda dan korelasi parsial. Hasil regresi berganda menunjukkan nilai $R = 0,872$ dan nilai $F = 89,154$ dengan ($p < 0,05$). Hasil uji korelasi antara adaptabilitas karier dengan kesiapan kerja menunjukkan nilai $r_{xy} = 0,605$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hasil uji korelasi parsial antara optimisme dengan kesiapan kerja menunjukkan nilai $r_{xy} = 0,783$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), yang berarti adaptabilitas karier dan optimisme secara simultan memiliki hubungan dengan kesiapan kerja. Disimpulkan bahwa tingkat kesiapan kerja mahasiswa dipengaruhi oleh tingkat adaptabilitas karier dan optimisme.

Kata Kunci: adaptabilitas karier, kesiapan kerja, mahasiswa akhir, optimisme

Abstract

In the midst of the increasingly competitive and uncertain dynamics of the world of work, students are required to have optimal work readiness before entering the professional world. Career adaptability and optimism are psychological factors that are suspected to play a role in shaping this readiness. Therefore, research on the relationship between career adaptability and optimism with the job readiness of UYR students needs to be conducted to understand the factors that support the successful transition from the world of education to the world of work. This study aims to determine the relationship between career adaptability and optimism and the work readiness of students of the class of 2022 at YPPI Rembang University (UYR). The population in this study was 127 students, with a sample of 68 students obtained through cluster random sampling techniques. The scale used in this study consisted of three scales, namely the work readiness scale which amounted to 27 items with a reliability coefficient of 0.835, the career adaptability scale which amounted to 19 items with a reliability coefficient of 0.814, and the optimism scale which amounted to 11 items with a reliability coefficient of 0.628. The data

analysis technique used multiple regression analysis and partial correlation. The results of the multiple regression showed a value of $R = 0.872$ and a value of $F = 89.154$ with $(p < 0.05)$. The results of the correlation test between career adaptability and job readiness showed a value of $r_{xy} = 0.605$ with a significance level of $0.000 (p < 0.01)$. The results of the partial correlation test between optimism and job readiness showed a value of $r_{xy} = 0.783$ with a significance level of $0.000 (p < 0.01)$, which means that career adaptability and optimism are simultaneously related to job readiness. It was concluded that the level of students' job readiness was influenced by the level of career adaptability and optimism

Keywords: career adaptability, job readiness, final student, optimism

1. PENDAHULUAN

Perguruan tinggi memiliki peran yang cukup strategis untuk menyiapkan sumber daya manusia yang bukan hanya mahir dalam bidang keilmuan saja. Namun, juga memiliki keterampilan yang sesuai untuk memasuki dunia kerja. Perguruan tinggi juga diharapkan mampu menghasilkan lulusan yang berkualitas, berintegritas, berdaya saing tinggi, dan dapat beradaptasi dengan perubahan kondisi pasar tenaga kerja seiring berjalannya waktu. Masyarakat sering mempersepsikan bahwa gelar sarjana adalah tiket untuk memperoleh pekerjaan yang layak. Namun, realitanya banyak mahasiswa, terutama yang sedang berada di semester akhir, mengalami tantangan terkait dengan kesiapan kerja, baik dari aspek teoritis, praktis, maupun etis. Fenomena tersebut menggambarkan salah satu permasalahan mendasar yang berimplikasi pada dunia pendidikan dan ketenagakerjaan di Indonesia.

Banyaknya mahasiswa di semester akhir yang masih mengalami keraguan dalam menetapkan arah karier, kurangnya kejelasan mengenai tujuan karier, dilema dalam menilai kompetensi diri, serta rendahnya rasa percaya diri saat bersaing dengan kandidat lainnya. Berbanding terbalik dengan perusahaan memiliki perspektif yang berbeda. Perusahaan beranggapan bahwa mahasiswa yang baru lulus sudah dipastikan untuk siap terjun dalam dunia kerja. Perusahaan membutuhkan sumber daya manusia yang mampu beradaptasi langsung, kecepatan belajar mengenai hal baru, dan kemampuan untuk memberikan kontribusi nyata tanpa memerlukan pelatihan dasar yang panjang. Hal ini menunjukkan bahwa perusahaan memiliki harapan kepada mahasiswa yang baru lulus sudah menguasai perpaduan antara pengetahuan akademis, keahlian teknis, dan kecakapan interpersonal.

Individu yang mulai memasuki usia dewasa awal, yaitu sekitar 18-22 tahun, biasanya telah menyelesaikan pendidikan formal dan mulai siap menghadapi dunia kerja. Pada periode ini, mereka cenderung melakukan eksplorasi diri untuk menentukan jalur karier sekaligus menetapkan keputusan terkait pekerjaan yang akan dipilih (Sinamo & Putri, 2023). Kesulitan memperoleh pekerjaan di Indonesia merupakan salah satu persoalan yang serius, khususnya bagi mereka yang memiliki harapan dapat bekerja sesuai dengan minat dan keahlian. Banyak pencari kerja, termasuk lulusan baru, akhirnya mencoba melamar ke berbagai posisi yang tidak selaras dengan bidang yang diharapkan. Tantangan semakin berat karena harus bersaing dengan kandidat lain yang dilatar belakangi pengalaman berbeda-beda, sehingga timbul keraguan terhadap kompetensi diri. Data *International Monetary Fund (IMF)* pada tahun 2024 menunjukkan bahwa

Indonesia menjadi negara dengan tingkat pengangguran tertinggi di ASEAN, yaitu mencapai 5,2 persen. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan Filipina (5,1%), Brunei Darussalam (4,9%), Malaysia (3,52%), Vietnam (2,1%), Singapura (1,9%), dan Thailand (1,1%). Di sisi lain, Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) Indonesia pada Februari 2025 sebesar 4,76 persen, mengalami penurunan 0,06 persen poin dibanding Februari 2024. Berdasarkan hasil Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas), jumlah angkatan kerja pada Februari 2025 mencapai 153,05 juta orang atau meningkat 3,67 juta orang dibanding tahun sebelumnya, dengan Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK) naik 0,80 persen poin.

Kesiapan kerja mahasiswa merupakan keadaan yang perlu dibangun dan dipersiapkan oleh mahasiswa bersama dengan perguruan tinggi sebelum mereka menyelesaikan pendidikannya. Melalui kesiapan tersebut, lulusan diharapkan mampu segera bekerja atau membuka peluang usaha sendiri tanpa mengalami masa tunggu yang panjang. Kesiapan kerja mahasiswa mencakup kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan dunia kerja, khususnya dalam hal produktivitas, kualitas, dan kinerja yang dibutuhkan oleh suatu organisasi (R. Baiti, S. Abdullah, N. Rochwidowati, 2021). Kesiapan ini juga dipengaruhi oleh kematangan fisik dan mental yang mendukung individu dalam menghadapi tuntutan dan tantangan pekerjaan yang dinamis, atau dapat disebut sebagai adaptabilitas karir. Proses pembelajaran di perguruan tinggi, baik melalui kegiatan akademik maupun pengalaman praktis, berperan penting dalam membentuk kesiapan tersebut agar lulusan mampu menyesuaikan diri dengan perkembangan dunia kerja. Berdasarkan uraian sebelumnya, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan adaptabilitas karier dan optimisme dengan kesiapan kerja mahasiswa akhir.

Kesiapan Kerja

Kesiapan kerja dapat dipahami sebagai tingkat dimana seorang lulusan dinilai memiliki karakter, sikap, dan kemampuan yang memungkinkan mereka untuk beradaptasi dan tampil optimal dalam lingkungan kerja profesional (Caballero, Walker, dan Fuller, 2011). Konsep ini menekankan bahwa kesiapan kerja tidak hanya bergantung pada penguasaan pengetahuan teknis, tetapi juga pada *soft skills* seperti komunikasi, tanggung jawab, dan kemampuan bekerja sama, yang semuanya berperan penting dalam mendukung keberhasilan individu ketika mulai memasuki dunia kerja.

Kesiapan kerja merujuk pada keadaan peserta didik yang mencakup kematangan fisik dan psikologis, serta didukung oleh pengalaman, keterampilan, pengetahuan, dan sikap yang diperlukan untuk melaksanakan berbagai aktivitas guna mencapai tujuan hidupnya, khususnya dalam memasuki dunia kerja dan memperoleh pekerjaan (Pujianto & Sandy, 2017).

Kesiapan kerja dipengaruhi oleh sejumlah faktor, yaitu seperti kegiatan magang, ketertarikan yang tinggi, dan *soft skills* yang baik. (Cristal dkk., 2025) Kegiatan magang menjadikan mahasiswa memiliki pengalaman langsung serta pemahaman yang lebih mendalam mengenai penerapan ilmu yang telah dipelajari selama perkuliahan. Ketertarikan yang tinggi membuat mahasiswa lebih proaktif mencari berbagai pengalaman, mengembangkan keterampilan, dan mempersiapkan diri secara mental untuk memasuki dunia kerja. Mahasiswa yang memiliki *soft skills* yang baik cenderung

lebih siap terjun ke lingkungan profesional karena mampu beradaptasi dengan lebih mudah terhadap dinamika dan perubahan dalam dunia kerja.

Aspek kesiapan kerja yang dijelaskan oleh Pool & Sewell (2007) terdiri dari keterampilan, pengetahuan, pemahaman, dan atribut kepribadian. Keterampilan merupakan kemampuan yang diperlukan untuk menyelesaikan berbagai tugas, yang berkembang melalui pelatihan dan pengalaman. Pengetahuan menjadi dasar teoritis yang dibangun melalui pendidikan, sehingga seseorang memiliki keahlian sesuai bidangnya. Sebagai calon sarjana, penting untuk memiliki wawasan yang luas dan pemahaman akademik yang mendalam. Pemahaman adalah kemampuan individu untuk mengerti apa yang telah dipelajari dan diingat, sehingga dapat melaksanakan tugas dengan baik, memperoleh kepuasan, serta mengetahui apa yang diinginkan. Atribut kepribadian berfungsi mendorong individu dalam mengembangkan potensi dirinya. Pada konteks mahasiswa atau sarjana, atribut ini meliputi etika kerja, tanggung jawab, semangat berusaha, manajemen waktu, kemampuan berpikir kritis, komunikasi yang baik, dan kemampuan bekerja sama.

Adaptabilitas Karier

Teori adaptabilitas karier menjelaskan bahwa individu perlu memiliki kesiapan untuk menghadapi berbagai tuntutan pekerjaan yang sudah dapat diprediksi, sekaligus memiliki kemampuan menanggapi dan menyelesaikan masalah yang mungkin muncul secara tiba-tiba akibat perubahan dalam lingkungan kerja (Savickas, 1997). Manusia perlu menyesuaikan diri agar dapat bertahan dan berkembang dalam berbagai aspek kehidupan. Pada konteks pekerjaan, kemampuan ini terwujud melalui adaptabilitas karier, yaitu kapasitas individu untuk mengembangkan dan memanfaatkan sumber daya psikososial yang membantunya melakukan penyesuaian diri maupun situasi kerja sehingga dapat mencapai kepuasan dan keberhasilan dalam karier (Hartung & Michael, 2017).

Adaptabilitas karier dipengaruhi oleh sejumlah faktor, antara lain *self-efficacy*, *work value*, *hardiness*, dan *perceived social support* (Santika, 2024). *Self-efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk menghadapi berbagai situasi atau kondisi tertentu. *Work value* merupakan nilai-nilai yang dianggap penting oleh individu dalam pekerjaan dan memengaruhi pilihan karier serta keterampilan yang dikembangkan dalam proses bekerja. *Hardiness* adalah karakter ketangguhan psikologis yang memungkinkan seseorang tetap mampu bertahan dan berfungsi secara efektif ketika menghadapi tekanan atau peristiwa kehidupan yang penuh stress. *Perceived social support* adalah persepsi individu mengenai keberadaan dan ketersediaan dukungan dari orang lain, yang mencerminkan sejauh mana ia merasa mendapatkan bantuan emosional maupun sosial dari lingkungan sekitarnya.

Aspek adaptabilitas karier yang dijelaskan oleh Savickas & Porfeli (2012), terdapat 4 aspek, yaitu *concern*, *control*, *curiosity*, dan *confidence*. *Concern* atau perhatian menggambarkan kecenderungan individu untuk memiliki kesadaran dalam merencanakan, mempersiapkan, dan mengelola perkembangan karier sesuai dengan minat serta kemampuan yang dimilikinya. *Control* atau kontrol menunjukkan bagaimana seseorang mengarahkan dan membentuk dirinya agar mampu beradaptasi dengan

lingkungan, sehingga ia dapat mengambil tanggung jawab penuh terhadap perjalanan kariernya. *Curiosity* atau keingintahuan menggambarkan upaya individu untuk mencari informasi dan mengeksplorasi berbagai peluang pengembangan karier. Sifat ingin tahu ini membantu memperluas kesempatan sosial dan profesional. *Confidence* atau kepercayaan diri mencerminkan kemampuan seseorang untuk mempertahankan pandangannya serta menyelesaikan masalah ketika berhadapan dengan hambatan atau tantangan dalam proses pengembangan karier.

Optimisme

Optimisme merupakan pola pikir yang dipelajari melalui pengalaman hidup, bukan sifat bawaan. Individu mengembangkan optimisme melalui proses pembelajaran sejak masa kanak-kanak, terutama melalui pengalaman keberhasilan, kegagalan, serta cara orang tua memberikan respons terhadap situasi tersebut (Seligman, 2006). Optimisme dapat dipahami sebagai cara seseorang menjelaskan penyebab suatu peristiwa. Individu yang optimis memandang kegagalan sebagai sesuatu yang hanya berlangsung sementara, terjadi pada situasi tertentu saja, dan bukan sepenuhnya disebabkan oleh dirinya (Snyder & Lopez, 2002). Berdasarkan penjelasan sebelumnya, optimisme merupakan pola pikir yang terbentuk melalui proses pembelajaran sejak kecil dan dipengaruhi oleh pengalaman hidup serta respons lingkungan. Individu yang optimis cenderung menafsirkan peristiwa negatif sebagai sesuatu yang bersifat sementara, spesifik, dan tidak sepenuhnya disebabkan oleh dirinya. Hal ini menunjukkan bahwa optimisme berperan penting dalam membentuk cara individu memandang masalah dan menjalani kehidupan secara lebih adaptif dan konstruktif.

Faktor-faktor optimisme menurut Fauziah (2021) berasal dari faktor bawaan dan faktor lingkungan. Faktor bawaan (internal): dipengaruhi oleh karakteristik dasar individu, termasuk kecenderungan genetik yang dapat diturunkan, sehingga seseorang dapat memiliki predisposisi untuk bersikap optimis atau pesimis. Faktor lingkungan (eksternal): sikap optimis berkembang melalui pengalaman hidup, terutama dari keberhasilan maupun kegagalan yang dialami, sehingga individu belajar membentuk pola pikir optimis atau pesimis berdasarkan interaksi dengan lingkungannya.

Seligman (2006) menyatakan bahwa terdapat 3 aspek dalam optimisme, yaitu *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*. Aspek *permanence* berkaitan dengan cara individu memandang durasi suatu peristiwa, apakah bersifat sementara atau menetap. Individu optimis biasanya menilai penyebab kejadian negatif sebagai sesuatu yang temporer, sedangkan individu pesimis cenderung menganggapnya sebagai hal yang permanen. Aspek *pervasiveness* menjelaskan sejauh mana suatu peristiwa memengaruhi kehidupan seseorang, apakah bersifat spesifik atau menyeluruh. Saat menghadapi kejadian negatif, individu optimis memberikan penjelasan yang spesifik, sementara individu pesimis cenderung menggeneralisasi peristiwa tersebut secara global. Aspek *personalization* menggambarkan bagaimana seseorang menentukan sumber penyebab suatu peristiwa, apakah berasal dari diri sendiri (internal) atau faktor luar (eksternal). Individu optimis umumnya tidak menyalahkan diri secara berlebihan atas kejadian buruk, sedangkan individu pesimis lebih sering mengatribusikan penyebab peristiwa negatif pada dirinya sendiri.

2. METODE

Metode pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan instrumen berupa skala psikologi yang disusun berdasarkan teori masing-masing variabel penelitian. Skala merupakan seperangkat aitem pertanyaan yang dirancang untuk mengungkap atribut tertentu berdasarkan respons yang diberikan oleh individu (Azwar, 2017). Penelitian ini akan menggunakan skala yang meliputi: skala kesiapan kerja, skala adaptabilitas karier, dan skala optimisme. Pada penelitian ini, variabel tergantung adalah kesiapan kerja, sedangkan variabel bebas adalah adaptabilitas karier dan optimisme. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Universitas YPPI Rembang (UYR) angkatan 2022 yang telah memasuki tahap akhir perkuliahan dan sedang mempersiapkan diri menuju dunia kerja, dengan total 132 mahasiswa yang terbagi menjadi 5 program studi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling* dan mendapatkan 68 mahasiswa sebagai sampel. Sedangkan mahasiswa yang lainnya digunakan sebagai subjek penelitian.

Tabel 1. Rincian Data Mahasiswa UYR

No	Program Studi	Jumlah
1.	Akuntansi	18
2.	Bisnis Digital	31
3.	Manajemen	27
4.	Informatika	23
5.	Sistem Informasi	33
Total		132

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan adaptabilitas karier dan optimisme dengan kesiapan kerja mahasiswa Universitas YPPI Rembang. Berdasarkan hasil analisis regresi berganda menunjukkan nilai R sebesar 0,872 dan nilai F_{hitung} sebesar 89,154 dengan nilai signifikansi (Sig. = 0.000). Temuan tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara adaptabilitas karier dan optimisme dengan kesiapan kerja. Skor koefisien prediktor adaptabilitas karier sebesar 0,595 dan koefisien prediktor optimisme sebesar 0,988 dengan skor konstanta menunjukkan 9,454. Adapun persamaan garis regresi, yaitu $Y = 0,595 + 0,988 + 9,454$. Secara simultan, kedua variabel bebas tersebut memberikan kontribusi efektif sebesar 76,1% terhadap kesiapan kerja, sementara 23,9% diperkirakan dipengaruhi oleh faktor lain, seperti tingkat intelegensi, minat, pengetahuan, kondisi fisik, *hard skill*, dan *soft skill*. Sejalan dengan konsep yang dijelaskan D. Putri & Gunawan (2025), adaptabilitas karier menggambarkan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri secara dinamis terhadap perubahan, tantangan, dan transisi yang terjadi sepanjang perjalanan karier. Kemampuan ini tercermin dalam kesiapan individu untuk menghadapi tugas-tugas perkembangan karier, mengelola hambatan yang muncul secara tidak terduga, serta mengambil peran aktif dalam merancang arah masa depan pekerjaan. Pada konteks kesiapan kerja, adaptabilitas karier menjadi faktor yang mendukung mahasiswa dalam mempersiapkan diri menghadapi dunia kerja, baik dari segi perencanaan, pengambilan keputusan, maupun kemampuan beradaptasi dengan tuntutan lingkungan kerja yang terus berubah.

Uji korelasi dilakukan antara adaptabilitas karier dengan kesiapan kerja dengan dikontrol oleh optimisme menunjukkan nilai r_{x1y} 0,605 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan yang positif antara adaptabilitas karier dengan kesiapan kerja. Mahasiswa yang memiliki adaptabilitas karier tinggi cenderung mampu merencanakan masa depan kariernya dengan lebih jelas (*concern*), memiliki kendali terhadap pilihan dan keputusan karier (*control*), aktif mengeksplorasi peluang kerja (*curiosity*), serta memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi tantangan (*confidence*). Kondisi ini mendukung terbentuknya kesiapan kerja, baik dari aspek sikap, kepercayaan diri maupun kesiapan mental menghadapi transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja. Hasil ini sejalan dengan teori perkembangan karier Super dalam kerangka *life-span* dan *life-space*, kesiapan kerja merupakan hasil dari kemampuan individu menyesuaikan diri terhadap tugas perkembangan dan perubahan karier. Individu yang mampu menjalani peran pra-kerja secara adaptif dan menyelesaikan tugas perkembangan pada tahap eksplorasi akan lebih siap memasuki tahap establishment atau dunia kerja (Super, 1980).

Uji korelasi dilakukan antara optimisme dengan kesiapan kerja setelah dikontrol oleh adaptabilitas karier menunjukkan nilai r_{x1y} 0,783 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan yang positif antara optimisme dengan kesiapan kerja mahasiswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat optimisme, maka semakin tinggi pula kesiapan mereka dalam menghadapi dunia kerja. Optimisme menggambarkan kecenderungan individu untuk memiliki harapan positif terhadap masa depan serta keyakinan bahwa usaha yang dilakukan akan memberikan hasil. Mahasiswa yang memiliki tingkat optimisme tinggi cenderung memandang proses pencarian kerja sebagai tantangan yang dapat dihadapi, bukan sebagai ancaman. Selain itu, optimisme membantu mahasiswa dalam mempertahankan motivasi dan ketekunan ketika menghadapi hambatan dalam mempersiapkan diri memasuki dunia kerja. Hasil ini sejalan dengan teori optimisme disposisional milik Scheier & Carver (1993), yang menyatakan bahwa optimisme merupakan ekspektasi umum terhadap masa depan yang mendorong individu untuk terus berusaha dalam mencapai tujuan, meskipun menghadapi hambatan. Ekspektasi positif tersebut menjadikan individu lebih gigih, terarah, dan tidak mudah menyerah, sehingga berkontribusi pada kesiapan kerja mahasiswa.

Hasil penelitian dapat dikatakan bahwa mahasiswa angkatan 2022 di Universitas YPPI Rembang mengalami kesiapan kerja pada kategori tinggi yang artinya mahasiswa tersebut mengalami kesiapan kerja yang ditandai dengan kemampuan memahami tuntutan kerja, keyakinan dalam kemampuan diri, serta kesiapan dalam menghadapi tantangan dan perubahan. Selanjutnya, variabel adaptabilitas berada pada kategori sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut memiliki kemampuan yang sangat baik dalam mempersiapkan dan mengelola perkembangan kariernya. Variabel optimisme berada pada kategori tinggi. Kategori tinggi menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki pandangan yang positif terhadap masa depan serta mampu memaknai setiap tantangan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dalam penelitian ini, ditunjukkan bahwa adaptabilitas karier dan optimisme berkorelasi signifikan terhadap kesiapan kerja mahasiswa Universitas YPPI Rembang. Peningkatan kesiapan kerja dapat ditunjukkan melalui adaptabilitas karier yang tercermin dari perilaku merencanakan masa depan karier secara matang, mengambil tanggung jawab atas pilihan karier, aktif mencari informasi dan peluang kerja, serta percaya diri dalam menghadapi tantangan. Adapun peningkatan kesiapan kerja yang ditunjukkan melalui optimisme yang tercermin dari sikap memandang hambatan sebagai hal yang sementara, tidak mudah menyalahkan diri secara berlebihan, serta tetap memiliki harapan positif terhadap masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Baiti, R. D., Abdullah, S. M., & Rochwidowati, N. S. (2021). Kesiapan kerja pada mahasiswa semester akhir. *Jurnal Psikologi Integratif Prodi Psikologi Uin Sunan Kalijaga*, 5(2), 128–141. <https://doi.org/10.14421/jpsi.2017>
- Cristal, W. H. H., Subiyanto, D., & Purnamarini, T. R. (2025). Pengaruh pengalaman magang , minat kerja, dan soft skills terhadap kesiapan kerja mahasiswa. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 8(2), 112–123. <https://doi.org/10.37329/ganaya.v8i2.4059>
- Fauziah, F. N. (2021). Optimisme mahasiswa : kebutuhan web-based acceptance and commitment therapy untuk meningkatkan optimisme. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(2), 127–135. <https://doi.org/10.21009/INSIGHT.102.04>
- Hartung, P. J., & Michael C, C. (2017). *Psychology of career adaptability, employability and resilience career*. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-66954-0>
- Pool, L. D., & Sewell, P. (2007). *The key to employability: developing a practical model of graduate employability*. 49(4), 277–289. <https://doi.org/10.1108/00400910710754435>
- Putri, D., & Gunawan, W. (2025). Hubungan career adaptability dengan perceived future employability pada mahasiswa di jakarta. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 5(2), 731–739. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v5i2.6153>
- Santika, S. (2024). *Efektivitas pelatihan self-efficacy untuk meningkatkan kemampuan adaptabilitas aarir (career adaptability) pada mahasiswa tingkat akhir di universitas bhakti kencana* [Universitas bhakti kencana]. <https://repository.bku.ac.id/id/eprint/179>
- 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., & 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>
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1993). On the power of positive thinking : the benefits of being

optimistic. *Journal Indexing and Matrix*, 2(1), 26–30.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10770572>

Seligman, M. E. P. (2006). *Learned Optimism*. Vintage books. New York.

Sinamo Teresia Oktiva Nola Br Simarmata, & Putri, N. I. (2023). Pengaruh dukungan sosial dengan adaptabilitas karier pada fresh graduates di kota medan. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 3(5), 28–41.

Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of positive*. Oxford University Press, Inc. New York.

Super, D. E. (1980). A Life-Span , Life-Space Approach to Career Development. *Journal of Vocational Behavior*, 16, 282–298.