

**HUBUNGAN ANTARA *OPTIMISM* DENGAN  
CAREER ADAPTABILITY PADA KARYAWAN  
EARLY CAREER**

**SKRIPSI**



**OLEH**  
**Agnes Tyen Avelina**  
**NRP 7103019075**

**Fakultas Psikologi**  
**Universitas Katolik Widya Mandala**  
**Surabaya**  
**2023**

# **HUBUNGAN ANTARA *OPTIMISM* DENGAN *CAREER ADAPTABILITY* PADA KARYAWAN *EARLY CAREER***

## **SKRIPSI**

Diajukan Kepada  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi



**OLEH**  
**Agnes Tyen Avelina**  
**NRP 7103019075**

**Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya  
2023**

## **SURAT PERNYATAAN**

Bersama ini, saya :

Nama : Agnes Tyen Avelina

NRP : 7103019075

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

### **HUBUNGAN ANTARA *OPTIMISM* DENGAN *CAREER ADAPTABILITY* PADA KARYAWAN *EARLY CAREER***

Merupakan karya saya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila pada kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi saya ini merupakan hasil plagiat maupun manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan maupun pencabutan gelar akademik yang telah saya peroleh serta permohonan maaf dari pihak-pihak yang terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran penuh dan tidak ada tekanan dari pihak manapun.

Surabaya, 24 Mei 2023



Agnes Tyen Avelina

## **SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH**

Untuk mendukung perkembangan Ilmu Pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Agnes Tyen Avelina

NRP : 7103019075

Menyetujui bahwa skripsi atau karya ilmiah saya yang berjudul:

### **HUBUNGAN ANTARA *OPTIMISM DENGAN CAREER ADAPTABILITY PADA KARYAWAN EARLY CAREER***

Untuk diterbitkan atau ditampilkan di internet maupun media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 24 Mei 2023



Agnes Tyen Avelina

**HALAMAN PERSETUJUAN**

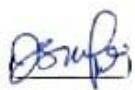
**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA *OPTIMISM* DENGAN *CAREER ADAPTABILITY* PADA  
KARYAWAN *EARLY CAREER***

Oleh:

Agnes Tyen Avelina  
NRP 7103019075

Telah dibaca, disetujui dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing 1 : Dr. Desak Nyoman Arista R. D., M.Psi., Psikolog 

NIDN : 0726108203

Email : desakdewi@ukwms.ac.id

Pembimbing 2 : Simon, Ph.D.

NIDN : 0721097305

Email : s21091973@gmail.com



Surabaya, 24 Mei 2023

## HALAMAN PENGESAHAN

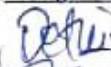
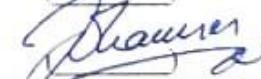
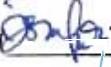
Skripsi dengan judul "Hubungan Antara Optimism dengan Career Adaptability Pada Karyawan Early Career " oleh Agnes Tyen Avelina (7103019075) telah dipertahankan di depan Dewan Pengaji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan diterima untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal 24 Mei 2023



### Dewan pengaji

1. Ketua : Andhika Alexander Repi, M.Psi., Psikolog
2. Sekretaris : Detricia Tedjawidjaja, M.Psi., Psikolog
3. Anggota : Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog
4. Anggota : Dr. Desak Nyoman Arista R.D., M.Psi., Psikolog  
NIDN : 072610820
5. Anggota : Simon, Ph.D.  
NIDN : 07211097305

(  
(  
  
(  


**HALAMAN PERSEMBAHAN**  
**Penelitian ini dipersembahkan untuk:**

**TUHAN YESUS KRISTUS**

Keluarga Peneliti

Sahabat dan teman-teman peneliti

Dr. Desak Nyoman Arista Retno Dewi, M. psi., Psikolog dan Simon, Ph.D. selaku  
dosen pembimbing

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Seluruh Responden dalam penelitian ini

## **HALAMAN MOTTO**

“Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan  
kepadaku”

**-Filipi 4:13-**

“Kuatkan dan teguhkan hatimu, janganlah takut dan jangan gemetar karena mereka, sebab Tuhan, Allahmu, Dialah yang berjalan menyertai engkau; Ia tidak akan membiarkan engkau dan tidak akan meninggalkan engkau”

**-Ulangan 31:6-**

“Serahkanlah segala kekuatiranmu kepada-Nya, sebab Ia yang memelihara kamu”

**-1 Petrus 5:7-**

## UNGKAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyadari bahwa kelancaran penelitian ini tidak terlepas dari doa serta dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan kali ini, peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. **Tuhan Yesus Kristus**, Terimakasih atas penyertaan-Mu dari awal hingga akhir penelitian ini, sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik. Semoga kedepannya penelitian ini dapat berguna untuk orang lain dan senantiasa untuk kemulian nama-Mu.
2. **Ibu Agnes Maria Sumargi, Grad.Dip.Ed., M.Psych., Ph.D.** Selaku Dekan Fakultas Psikologi UKWMS yang telah memberikan tempat belajar dan mengembangkan diri yang sangat nyaman sehingga peneliti dapat melakukan penelitian ini dengan baik.
3. **Dr. Desak Nyoman Arista R.D., M.Psi., Psikolog dan Simon, Ph.D., Psikolog** Selaku dosen pembimbing, terimakasih telah memberikan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing peneliti dari awal hingga akhir penelitian sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik. Terimakasih juga atas masukan, saran dan juga semangat yang selalu diberikan kepada peneliti.
4. **Bapak Andhika Alexander Repi, M.psi., Psikolog dan Bapak Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog** selaku dosen penguji yang sudah meluangkan waktunya untuk memberikan kritik, masukan, dan saran dalam menyempurnakan penelitian ini.
5. **Bapak Gratinus Edwi Nugrohadi, SS., M.A.** Selaku pendamping akademik, terimakasih atas segala dukungan dan arahan yang diberikan kepada peneliti dalam belajar di Fakultas Psikologi UKWMS.
6. **Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya** Terimakasih atas pengalaman pembelajaran dan suasana pembelajaran yang nyaman. Terimakasih juga telah membuat peneliti menjadi lebih sadar untuk lebih mencintai diri sendiri.

7. **Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi** Yang telah membantu mengurus administrasi dan segala keperluan dalam penelitian ini.
8. **Keluarga Peneliti (Bapak, Ibuk, Pak Puh, Mas Bagas, dan sepupu peneliti Mas Gita, Hendrik)** Yang setia menemani, memberikan dukungan, doa dan semangat hingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik
9. **Semua Partisipan** Yang terlibat dalam penelitian ini, terimakasih atas waktu dan partisipasinya hingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.
10. **Healing-healing, Tolong-menolong (Felita, Issabell, Flo, Vena, Stepanie, Vania, Mario)** Terimakasih sudah menjadi rumah bagi peneliti, yang selalu ada saat peneliti senang maupun sedih dan yang selalu memberikan motivasi maupun afirmasi positif bagi peneliti, *Love You Guys.*
11. **Teman-teaman angkatan 2019** Terimakasih atas pengalaman luar biasa selama kita belajar bersama. Semoga kalian bahagia selalu di manapun kalian berada.

## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Surat Pernyataan.....	iii
Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah.....	iv
Halaman Persetujuan.....	v
Halaman Pengesahan .....	vi
Halaman Persembahan .....	vii
Halaman Motto.....	viii
Ucapan Terimakasih.....	ix
Daftar Isi.....	xi
Daftat Gambar .....	xiv
Daftar Tabel .....	xv
Daftar Lampiran .....	xvi
Abstrak .....	xvii
<i>Abstract</i> .....	xviii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1. Latar belakang .....	1
1.2. Batasan masalah .....	11
1.3. Rumusan masalah.....	12
1.4. Tujuan penelitian.....	12
1.5. Manfaat Penelitian .....	12
1.5.1. Manfaat Teoritis .....	12
1.5.2. Manfaat Praktis.....	12
BAB II LANDASAN TEORI .....	13
2.1. <i>Career Adaptability</i> .....	13
2.1.1. Definisi <i>Career Adaptability</i> .....	14
2.1.2. Aspek <i>Career Adaptability</i> .....	14
2.1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Career Adaptability</i> .....	16
2.1.4. Manfaat Career Adaptability .....	17
2.2. <i>Optimism</i> .....	18

2.2.1. Definisi <i>Optimism</i> .....	18
2.2.2. Aspek <i>Optimism</i> .....	19
2.2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Optimism</i> .....	20
2.3. Karyawan .....	21
2.3.1. Definisi Karyawan .....	21
2.4. Karyawan <i>Early Career</i> .....	21
2.4.1. Definisi Karyawan <i>Early Career</i> .....	21
2.4.2. Karakteristik Karyawan <i>Early Career</i> .....	22
2.5. Keterkaitan <i>Optimism</i> , <i>Career Adaptability</i> , dengan Karyawan <i>Early Career</i> .....	22
2.6. Hipotesis.....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>25</b>
3.1. Identifikasi Variabel Penelitian.....	25
3.2. Definisi Operasional.....	25
3.2.1. <i>Career adaptability</i> .....	25
3.2.2. <i>Optimism</i> .....	25
3.3. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel .....	26
3.3.1. Populasi .....	26
3.3.2. Teknik Pengambilan Sampel .....	26
3.4. Metode Penelitian.....	27
3.4.1. <i>Career Adaptability</i> .....	27
3.4.2. <i>Optimism</i> .....	28
3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	28
3.5.1. Validitas.....	28
3.5.2. Reliabilitas .....	28
3.6. Teknik Analisis Data.....	29
3.7. Etika Penelitian .....	29
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
4.1. Orientasi Kancah Penelitian.....	31
4.2. Persiapan Pengambilan Data.....	32
4.2.1. Penyusunan dan Persiapan Alat Ukur .....	32

4.2.2. Pembuatan kuesioner dengan menggunakan <i>Google Form</i> .....	33
4.3. Pelaksanaan Penelitian .....	33
4.4. Hasil Penelitian .....	34
4.4.1. Hasil data demografi .....	34
4.4.2. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	37
4.4.3. Deskripsi Variabel Penelitian.....	38
4.4.4. Uji Asumsi .....	43
4.4.5. Uji Hipotesis .....	44
BAB V PENUTUP.....	45
5.1. Bahasan .....	45
5.2. Simpulan .....	49
5.3. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA .....	52
LAMPIRAN .....	57

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1.1. Pie Cart Orientasi Masa Depan ..... 3

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1. Skor Pernyataan Aitem <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i> .....	30
Tabel 3.2. <i>Blueprint</i> Skala <i>Career Adaptability</i> .....	30
Tabel 3.3. <i>Blueprint</i> Skala <i>Optimism</i> .....	31
Tabel 4.1. Tabel Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	37
Tabel 4.2. Tabel Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia.....	38
Tabel 4.3. Tabel Distribusi Frekuensi Berdasarkan Masa Kerja .....	39
Tabel 4.4. Tabel Distribusi Frekuensi Berdasarkan Ada atau Tidaknya Perencanaan Karir di tempat kerja .....	39
Tabel 4.5. <i>Blueprint</i> Skala <i>Optimism</i> .....	40
Tabel 4.6. <i>Blueprint</i> Skala <i>Optimism</i> .....	41
Tabel 4.7. Kategorisasi Variabel Career Adaptability .....	42
Tabel 4.8. Kategorisasi Variabel Optimism.....	44
Tabel 4.9. Tabel Tabulasi Silang Antara Variabel <i>Optimism</i> dengan <i>Career Adaptability</i> .....	44
Tabel 4.10. Tabel Tabulasi Silang Antara Jenis Kelamin dengan <i>CareerAdaptability</i> .....	45
Tabel 4.11. Tabulasi Silang Antara Jenis Kelamin dengan Optimism .....	46
Tabel 4.12. Tabulasi Silang Antara Lama Bekerja dengan Kategorisas <i>Career Adaptability</i> .....	46
Tabel 4.13. Tabulasi Silang Antara Lama Bekerja dengan Kategorisasi <i>Optimism</i> .....	47

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran A. Koding <i>Career Adaptability</i> .....	65
Lampiran B. Koding <i>Optimism</i> .....	78
Lampiran C. Koding aitem Valid Career Adaptability .....	91
Lampiran D. Koding aitem Valid Optimism.....	104
Lampiran E. Validitas dan Reliabilitas Career adaptability .....	127
Lampiran F. Validitas dan Reliabilitas Optimism .....	129
Lampiran G. Uji Asumsi Normalitas .....	137
Lampiran H. Uji Asumsi Linieritas.....	137
Lampiran I. Uji Hipotesis.....	138
Lampiran J. Tabulasi Silang Kategorisasi <i>Optimism</i> , <i>Career Adaptabilit</i> ....	139
Lampiran K. Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan <i>Career Adaptability</i> ...	140
Lampiran L. Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan <i>Optimism</i> .....	141
Lampiran M. Tabulasi Silang lama bekerja dengan <i>Career Adaptability</i> ....	142
Lampiran N. Tabulasi silang antara lama bekerja dengan Optimis .....	143
Lampiran O. Bentuk Kuesioner .....	144

**Agnes Tyen Avelina (2023).** “Hubungan antara *Optimism* dengan *Career Adaptability* pada Karyawan *Early Career*”. **Skripsi Sarjana Strata 1.** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

## ABSTRAK

Karyawan di masa ini sebut sebagai karyawan kutu loncat. Hal ini disebabkan karena banyak karyawan yang suka berpindah-pindah dari tempat kerja satu ke tempat lain. Karyawan yang berpindah-pindah tempat kerja ini memiliki berbagai alasan mulai dari visi dan misi yang tidak cocok, lingkungan hingga pertemanan. *Career Adaptability* dalam hal ini memiliki kaitan yang erat dengan upaya dari individu untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam beradaptasi dengan pekerjaan. *Career Adaptability* merupakan kekuatan atau kapasitas pengaturan diri yang dimiliki oleh individu untuk dapat memecahkan masalah yang tidak terduga, kompleks dan tidak jelas dari tugas kejuruan, transisi pekerjaan dan trauma kerja. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini merupakan *purposive sampling* dengan kriteria partisipan karyawan aktif dan bekerja kurang dari 6 tahun. Responden yang didapatkan dalam penelitian ini sebanyak 100 responden. Dari hasil uji hipotesis diperoleh nilai (*p*) sebesar  $0,00 > 0,05$  yang berarti bahwa  $H_0$  ditolak maka ada hubungan yang positif antara *optimism* dengan *career adaptability* pada karyawan *early career*. Koefisien korelasi yang didapatkan pada penelitian ini sebesar 0,648. Adapun sumbangannya efektif variabel *optimism* terhadap *career adaptability* dihitung menggunakan perhitungan berdasarkan korelasi *pearson* sebesar 42%. Bagi penelitian selanjutnya, peneliti berharap agar penelitian selanjutnya untuk lebih memperhatikan pertanyaan terbuka yang akan diberikan, agar dapat mendapatkan jawaban yang diharapkan. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat lebih menggali aspek psikologis sebagai modal dari pengembangan *career adaptability*.

**Kata Kunci:** *Optimism; Career Adaptability; Karyawan Early Career*

**Agnes Tyen Avelina (2023).** “*The Relationship between Optimism with Career Adaptability at The Beginning of Employee Careers*”. **Undergraduate Thesis.** Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic University, Surabaya.

## **ABSTRACT**

*Employees at this time are referred to as hopping employees. This is because many employees like to move from one workplace to another. Employees who move between workplaces have various reasons ranging from visions and missions that don't match, environment to friendship. Career Adaptability in this case is closely related to the efforts of individuals to improve their ability to adapt to work. Career Adaptability is the strength or capacity of self-regulation possessed by individuals to be able to solve unexpected, complex and unclear problems from vocational assignments, job transitions and work trauma. The sampling technique used in this study is purposive sampling with the criteria of active employee participants and working less than 6 years. The respondents obtained in this study were 100 respondents. From the results of the hypothesis testing, the value ( $p$ ) is  $0.00 > 0.05$ , which means that  $H_0$  is rejected, so there is a positive relationship between optimism and career adaptability in early career employees. The correlation coefficient obtained in this study was 0.648. Meanwhile, the effective contribution of the optimism variable to career adaptability is calculated using a calculation based on Pearson's correlation of 42%. For further research, the researcher hopes that future research will pay more attention to the open questions that will be given, in order to get the expected answers. In addition, future research can further explore the psychological aspects as capital for developing career adaptability.*

*Keywords:* optimism; career adaptability; early career employees