

**MODAL PSIKOLOGIS DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP ADAPTABILITAS KARIER PADA
MAHASISWA YANG BEKERJA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam
Bidang Psikologi



Oleh;

DINDA SITI AZZAHRA

41183507220074

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ISLAM 45
BEKASI
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Modal Psikologis dan Dukungan Sosial terhadap
Adaptabilitas Karier pada Mahasiswa yang Bekerja

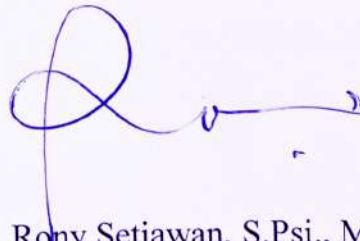
Penyusun : Dinda Siti Azzahra

NPM : 41183507220074

Bekasi, 06 Juli 2026

Menyetujui:

Pembimbing,



Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si.

Mengetahui:

Ketua Program Studi,



Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

HALAMAN PENGESAHAN

Modal Psikologis dan Dukungan Sosial terhadap Adaptabilitas Karier pada
Mahasiswa yang Bekerja

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Dinda Siti Azzahra

41183507220074



Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji

pada tanggal: 06 Juli 2026

dan telah dinyatakan lulus/disahkan

di Universitas Islam 45

pada tanggal: 06 Juli 26

Dewan Penguji :

Ketua : Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

()

Sekretaris : Ratna Duhita Pramintari, S.K.M., M.Si.

()

Anggota : 1. Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si.

()

2. Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M.Psi., Psikolog

()

PERYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya sudah bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dinda Siti Azzahra

NPM : 41183507220074

Judul Skripsi : Modal Psikologis dan Dukungan Sosial terhadap Adaptabilitas Karier pada Mahasiswa yang Bekerja



Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Islam 45 Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari:
 - a. *Fabrikasi*, membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat, dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian;
 - b. *Falsifikasi*, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian;
 - c. *Plagiarisme*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek, dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam 45 Bekasi.

Bekasi, 06 Juli 2026

Yang membuat pernyataan,

Dinda Siti Azzahra
41183507220074

CURRICULUM VITAE

A. Data Diri

Nama : Dinda Siti Azzahra
Tempat, Tanggal Lahir : Cianjur, 13 September 2004
Alamat : Perum Kahuripan Mas Blok eb.04 Rt/Rw.
03/015, Desa Cikahuripan, Kec.
Klapanunggal, Kab. Bogor, Jawa Barat
Nomor Telepon : 08138320671
Nama Orang Tua : 1. Ayah : Usep Saepulloh
2. Ibu : Ina Saadah

B. Riwayat Pendidikan

Institusi	Kabupaten/Kota	Tahun
Universitas Islam 45	Kota Bekasi	2022 - 2026
SMA Negeri 1 Klapanunggal	Kabupaten Bogor	2019 - 2022
SMP PGRI Klapanunggal	Kabupaten Bogor	2016 - 2019
SDN Cikahuripan 01	Kabupaten Bogor	2011 - 2016
TKA Darul Djannah	Kota Depok	2009 - 2011

C. Riwayat Organisasi/Kegiatan

Organisasi/Kegiatan	Tahun	Lokasi	Jabatan
Psikologi Celebration	2024	Universitas Islam 45	Volunteer
Kuliah Lapangan Psikologi	2024	Pulau Tidung	Panitia
FEAR	2022	Universitas Islam 45	Panitia

D. Prestasi Akademik

Prestasi	Tingkatan	Tahun	Keterangan
Publikasi Artikel Ilmiah Bidang Psikologi	Nasional	2025	Kampus akademik publising: Jurnal Ilmiah Nusantara (JINU) Vol.2, No.2 Maret 202

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

"Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan."

(QS. Al-Insyirah: 5–6)

"It's in god's hands"

"It's in god's hands"

"It's in god's hands"

"The fruit you eat today has already been a part of you since the moment its seed touched the ground. So no need to worry luvv"

Persembahan

Skripsi ini dipersembahkan untuk mama dan ayah tercinta, yang doanya tidak pernah terputus, yang selalu memberikan ruang hangat, dan menjadi alasan paling indah untuk penulis tetap selamat dari banyak hal.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, Berkat kasih-Nya, penulis dapat menapaki perjalanan panjang hingga akhirnya menyelesaikan skripsi yang berjudul *“Modal Psikologis Dan Dukungan Sosial Terhadap Adaptabilitas Karier Pada Mahasiswa Yang Bekerja”* ini dengan baik. Skripsi ini merupakan syarat akademis untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi, serta sebagai lembar pembuktian dari sebuah proses pembelajaran, kesabaran, dan pendewasaan diri yang luar biasa bagi penulis. Penulis menyadari selesainya karya ini tidak luput dari doa dan bimbingan. Oleh karena itu, dengan rasa hormat dan kerendahan hati yang mendalam, penulis ingin menghantarkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si., selaku Dosen Pembimbing yang bukan hanya sekadar mengarahkan, tetapi dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu, memberikan ilmu yang sarat makna, serta menyuntikkan motivasi di saat penulis menemui jalan buntu. Terima kasih atas setiap bimbingan yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini.
2. Bapak ibu dosen penguji, yang telah memberikan masukan, kritik, dan saran yang membangun dalam penyusunan skripsi.
3. Ibu Dr. Agustina Ekasari, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing akademik beserta seluruh dosen program studi psikologi, yang telah mendidik, menanamkan nilai-nilai keilmuan, serta membantu dengan penuh kebaikan selama masa perkuliahan penulis.
4. Ibu Novita Dian Iva Prestiana, M.Psi., Psikolog, selaku ketua program Studi Psikologi, yang telah memberikan ruang, dukungan, dan arahan terbaik bagi penulis selama menempuh perjalanan akademik di program studi ini.
5. Rasa terima kasih yang tulus kepada seluruh subjek penelitian yang telah berpartisipasi dengan penuh kesediaan dalam memberikan data, serta kepada tempat penelitian yang telah memberikan izin, fasilitas sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik

6. Ayahanda Usep Saepulloh dan Ibunda Ina Saadah, sebagai pilar utama dalam hidup penulis. Terima kasih yang tak terhingga atas cinta kasih tanpa syarat, tetesan keringat pengorbanan, serta doa-doa di sepertiga malam yang selalu di langitkan untuk keselamatan dan keberhasilan penulis. Lembar skripsi ini adalah persembahan kecil atas segala ketulusan yang telah Ayah dan Mama berikan.
7. Kakak Perempuan terbaik Mawar datul Mutmainah, serta Adik-Adik Tersayang Putri Rahma Salsa Bila dan Ummar Nata Prawira, yang menjadi warna dalam menceriakan hari-hari penulis di kala lelah melanda.
8. Sahabat-Sahabat Seperjuangan Aulia, Alfina, Resti, Bunga, Rizma, Samara, dan Nella. Terima kasih telah menguatkan satu sama lain dan saling mendoakan, serta bersedia menjadi bagian dari cerita masa kuliah saya, dan senang rasanya bertemu kalian di usia yang dewasa ini.
9. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang sedikit banyaknya telah terlibat selama penyusunan skripsi ini.
10. Adapun ucapan terakhir yang paling mendalam dari lubuk hati, penulis sampaikan untuk diri penulis sendiri. Terima kasih karena tidak memilih untuk menyerah saat keadaan terasa berat. Terima kasih telah berani melangkah, bertahan dalam proses yang panjang, dan tetap bertanggung jawab menyelesaikan apa yang telah dimulai dengan hati yang penuh.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun akan penulis terima dengan tangan terbuka. Akhir kata, semoga karya ini dapat membawa manfaat yang luas bagi perkembangan ilmu psikologi dan bagi siapapun yang membacanya.

Bogor, 16 Juni 2026

Dinda Siti Azzahra

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	
HALAMAN PENGESAHAN	
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	
<i>CURRICULUM VITAE</i>	
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	17
A. Latar belakang masalah	17
B. Rumusan masalah	26
C. Tujuan penelitian	27
D. Manfaat penelitian	27
1. Manfaat Teoretis	27
2. Manfaat Praktis	29
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	29
A. Kajian Pustaka	29
1. Adaptabilitas Karier	29
2. Modal Psikologis	32
3. Dukungan sosial	36
4. Mahasiswa	39
B. Kerangka Berfikir	42
C. Hipotesis	44
D. Orisinalitas dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	46
BAB III METODE PENELITIAN	51
A. Desain Penelitian	51
B. Identifikasi dan Operasional Variabel	52
1. Identifikasi Variabel	52

2. Definisi Konseptual	52
3. Definisi Oprasional.....	53
C. Subjek, Tempat, dan Waktu Penelitian	54
1. Subjek Penelitian	54
2. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	54
3. Tempat dan Waktu Penelitian	57
D. Teknik Pengumpulan Data	58
1. Wawancara	58
2. Skala Psikologi	58
E. Teknik Analisis Data	77
1. Teknik Deskriptif.....	77
2. Teknik Pengujian Asumsi.....	80
3. Teknik Pengujian Hipotesis.....	82
F. Etika Penelitian.....	82
1. Partisipan Penelitian	83
2. Prosedur Penelitian	83
3. Keamanan Dan Kerahasiaan Data	83
4. Resiko, Efek Samping Penelitian, Dan Penanganan	83
5. Manfaat Penelitian	83
BAB IV METODE PENELITIAN	85
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	85
B. Deskripsi Demogrfis Subjek Penelitian.....	86
1. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	87
2. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Program Studi	90
3. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Tahun Angkatan	93
4. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Status Pekerjaan	96
5. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Lama Bekerja	99
6. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Relevansi Pekerjaan Dengan Juusan Kuliah	103
C. Desripsi Variabel Penelitian	106
1. Deskripsi Variabel Adaptabilitas Karier.....	106
2. Deskripsi Variabel Modal Psikologis	107
3. Deskripsi Variabel Dukungan Sosial	107
D. Hasil Penelitian.....	107

1. Hubungan Modal Psikologis Dengan Adaptabilitas Karier	108
2. Hubungan Dukungan Sosial Dengan Adaptabilitas Karier	109
3. Pengaruh Modal Psikologis dan Dukungan Sosial Terhadap Adaptabilitas Karier.....	109
E. Diskusi	110
F. Keterbatasan Penelitian	119
BAB V PENUTUP	121
A. Simpulan.....	121
B. Saran	122
DAFTAR FUSTAKA	125
DAFTAR LAMPIRAN	131

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil Wawancara Adaptabilitas Karier	18
Tabel 2. Hasil Wawancara Modal Psikologis	21
Tabel 3. Hasil Wawancara Dukungan Sosial	24
Tabel 4. Orisinalitas dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	46
Tabel 5. Jumlah Sampel	57
Tabel 6. Tempat dan Waktu Penelitian	58
Tabel 7. Skala Likert Adaptabilitas Karier	60
Tabel 8. Skala Likert Modal Psikologis	60
Tabel 9. Skala Likert Dukungan Sosial.....	61
Tabel 10. <i>Blueprint</i> Skala Adaptabilitas Karier	62
Tabel 11. <i>Blueprint</i> Skala Modal Psikologis.....	63
Tabel 12. <i>Blueprint</i> Skala Dukungan Sosial	64
Tabel 13. Hasil <i>Expert Judgement</i> Skala Adaptabilitas Karier.....	67
Tabel 14. Hasil <i>Expert Judgement</i> Skala Modal Psikologis	68
Tabel 15. Hasil <i>Expert Judgement</i> Skala Dukungan Sosial	68
Tabel 16. Hasil Diskriminasi Aitem Skala Adaptabilitas Karier	69
Tabel 17. Hasil Diskriminasi Aitem Skala Modal Psikologis.....	69
Tabel 18. Hasil Diskriminasi Aitem Skala Dukungan Sosial	70
Tabel 19. Hasil Validitas Konstruk Skala Adaptabilitas Karier.....	72
Tabel 20. Hasil Validitas Konstruk Skala Modal Psikologis.....	73
Tabel 21. Hasil Validitas Konstruk Skala Dukungan Sosial	75
Tabel 22. Kategori Koefisien Reliabilitas Cronbach Alpha	76
Tabel 23. Hasil Uji Reliabilitas	77
Tabel 24. Rumus Kategorisasi	78
Tabel 25. Hasil Uji Teknik Deskriptif.....	78
Tabel 26. Hasil Uji Asumsi Normalitas	79
Tabel 27. Hasil Uji Asumsi Linearitas	80
Tabel 28. Interpretasi Koefisien Korelasi.....	81
Tabel 29. Karakteristik Deskripsi Berdasarkan Jenis kelamin.....	87
Tabel 30. Hasil Uji Mann-Whitney Berdasarkan Jenis Kelamin	87
Tabel 31. Karakteristik Deskripsi Berdasarkan Program Studi	90
Tabel 32. Hasil Uji Kruskal-Wallis Variabel berdasarkan Program Studi	90

Tabel 33. Karakteristik Deskripsi Berdasarkan Tahun Angkatan	93
Tabel 34. Hasil Uji Kruskal-Wallis Variabel berdasarkan Tahun Angkatan.....	94
Tabel 35. Karakteristik Deskripsi Berdasarkan Status Pekerjaan	97
Tabel 36. Hasil Uji Mann-Whitney Variabel Berdasarkan Status Pekerjaan	97
Tabel 37. Karakteristik Deskripsi Berdasarkan Lama Bekerja	100
Tabel 38. Hasil Uji Kruskal-Wallis Variabel Berdasarkan Lama Pekerjaan	100
Tabel 39. Karakteristik Deskripsi Berdasarkan Relevansi Pekerjaan Dengan Jurusan Kuliah	103
Tabel 40. Hasil Uji Mann-Whitney Variabel Adaptabilitas Karier Berdasarkan Relevansi Pekerjaan dengan Jurusan Kuliah	103
Tabel 41. Deskripsi Variabel Penelitian	106
Tabel 42. Hasil Uji Rank Spearman Modal Psikologi dengan Adaptabilitas Karier	107
Tabel 43. Hasil Uji Rank Spearman Dukungan Sosial dengan Adaptabilitas Karier	108
Tabel 44. Hasil Uji Regresi Linear Berganda Modal Psikologis dan Dukungan Sosial dengan Adaptabilitas Karier	109

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berfikir.....	44
Gambar 2. Rumus <i>Slovin</i>	55
Gambar 3. Rumus <i>Stratified Random Samling</i>	56
Gambar 4. Rumus Aiken's V	66

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil cek plagiarisme turnitin	133
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	135
Lampiran 3. Lembar Bimbingan Skripsi	139
Lampiran 4. Form Matriks Tabel Revisi	141
Lampiran 5. Hasil Analisis <i>Expert Judgement</i> Skala Psikologi	147
Lampiran 6. Hasil Analisis Statistik Deskriptif dengan SPSS	155
Lampiran 7. Hasil Analisis Statistika Pengujian Asumsi dengan SPSS	161
Lampiran 8. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	163
Lampiran 9. Hasil Analisis Statistika Pengujian Hipotesis dengan SPSS	169
Lampiran 10. Hasil Uji Beda Data Demografis dengan SPSS	171
Lampiran 11. Data Hasil <i>Pre-Eliminary Study</i>	177

MODAL PSIKOLOGIS DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP ADAPTABILITAS KARIER PADA MAHASISWA YANG BEKERJA

Dinda Siti Azzahra (dindasszzara13@gmail.com)

Rony Setiawan (ronykusetia@gmail.com)

Universitas Islam 45

ABSTRACT

Working students face dual demands in balancing their academic and professional lives. This study aims to determine the relationship and influence of psychological capital and social support on career adaptability among working students. This study employed a quantitative correlational approach involving active students from Universitas Islam 45 Bekasi as respondents. Data were collected using the Career Adaptability Scale, the Psychological Capital Questionnaire (PCQ), and the Social Support Scale, all of which had been tested for validity and reliability. Data analysis was the Rank Spearman correlation and multiple linear regression techniques.

The results showed a positive and significant relationship between psychological capital and career adaptability ($r = 0.207$; $p = 0.003$), as well as between social support and career adaptability ($r = 0.207$; $p = 0.001$). Simultaneously, psychological capital and social support significantly influenced career adaptability ($R^2 = 0,080$; $F = 9,343$; $p = 0,001$). These findings indicate that higher psychological capital and social support possessed by working students correspond to a higher level of career adaptability.

Keywords: *career adaptability, psychological capital, social support, working students.*

ABSTRAK

Tuntutan ganda dalam menyelaraskan kehidupan akademik dan profesional dalam kehidupan mahasiswa yang bekerja. Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan serta pengaruh modal psikologis dan dukungan sosial terhadap adaptabilitas karier pada mahasiswa yang bekerja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan melibatkan mahasiswa aktif Universitas Islam 45 Bekasi sebagai responden. Data dikumpulkan menggunakan skala Adaptabilitas Karier, *Psychological Capital Questionnaire* (PCQ), dan *Social Support Scale* yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dengan teknik korelasi *Rank Spearman* dan regresi linear berganda.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara modal psikologis dengan adaptabilitas karier ($r = 0,207$; $p = 0,003$), serta antara dukungan sosial dengan adaptabilitas karier ($r = 0,207$; $p = 0,001$). Secara simultan, modal psikologis dan dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap adaptabilitas karier ($R^2 = 0,080$; $F = 9,343$; $p = 0,001$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi modal psikologis dan dukungan sosial yang dimiliki, maka semakin tinggi pula tingkat adaptabilitas karier pada mahasiswa yang bekerja.

Kata Kunci: adaptabilitas karier, modal psikologis, dukungan sosial, mahasiswa bekerja.

