

Pengaruh Eksplorasi Karir dan *Parental Support* terhadap *Career Adaptability* Siswa di SMK Teuku Umar Semarang

Puspa Ndari¹, Indrajati Kunwijaya^{*2}

Universitas Negeri Semarang

*Koresponden: indrajatikunwijaya@mail.unnes.ac.id

Abstract : *Career adaptability is an essential competence that enables vocational high school students to successfully navigate the transition from school to the workplace. This study aimed to examine the effects of career exploration and parental support on students' career adaptability. The novelty of this study lies in examining career exploration and parental support simultaneously as independent predictors within a multiple regression model based on the Social Cognitive Career Theory (SCCT) framework in the context of Indonesian vocational high school students. A quantitative correlational design was employed involving 244 students from SMK Teuku Umar Semarang selected through proportionate stratified random sampling. Data were collected using the Career Adapt-Abilities Scale–Short Form (CAAS-SF), Career Exploration Survey (CES), and Career-Related Parental Support Scale (CRPSS), and analyzed using multiple linear regression. The results indicated that career exploration had a positive and significant effect on career adaptability ($\beta = 0.735$, $p < .001$), while parental support also showed a positive and significant effect ($\beta = 0.117$, $p < .05$). Simultaneously, both variables significantly predicted career adaptability ($R^2 = .658$, $F = 237.816$, $p < .001$), with career exploration demonstrating a stronger contribution than parental support. These findings support SCCT by confirming that career adaptability is shaped by the interaction between personal and contextual factors. The findings provide practical implications for strengthening school career guidance programs by promoting students' career exploration and enhancing parental involvement in career development.*

Keyword : *career adaptability; career exploration; parental support*

Abstrak : *Career adaptability merupakan kompetensi penting yang membantu siswa SMK menghadapi transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh eksplorasi karir dan *parental support* terhadap *career adaptability* siswa SMK. Kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian eksplorasi karir dan *parental support* secara simultan sebagai prediktor independen dalam satu model regresi berganda dengan menggunakan kerangka *Social Cognitive Career Theory* (SCCT) pada konteks siswa SMK di Indonesia. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional terhadap 244 siswa SMK Teuku Umar Semarang yang dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *Career Adapt-Abilities Scale–Short Form* (CAAS-SF), *Career Exploration Survey* (CES), dan *Career-Related Parental Support Scale* (CRPSS), kemudian dianalisis menggunakan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa eksplorasi karir berpengaruh positif dan signifikan terhadap *career adaptability* ($\beta = 0,735$; $p < 0,001$), demikian pula *parental support* ($\beta = 0,117$; $p < 0,05$). Secara simultan, kedua variabel berpengaruh signifikan terhadap *career adaptability* ($R^2 = 0,658$; $F = 237,816$; $p < 0,001$), dengan eksplorasi karir memberikan kontribusi yang lebih besar dibandingkan *parental support*. Temuan ini memperkuat SCCT bahwa kemampuan adaptasi karir dibentuk oleh interaksi antara faktor personal dan faktor lingkungan. Hasil penelitian memberikan implikasi bagi pengembangan layanan bimbingan karir di sekolah melalui penguatan eksplorasi karir siswa dan peningkatan keterlibatan orang tua.*

Kata Kunci : *adaptabilitas karir; eksplorasi karir; dukungan orang tua*

How To Cite : .(2026). *Pengaruh Eksplorasi Karir dan Parental Support terhadap Career Adaptability Siswa di SMK Teuku Umar Semarang. Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 9 (2), 96-108.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2025 by author

PENDAHULUAN

Pendidikan kejuruan memiliki peran strategis dalam mencetak tenaga kerja terampil yang berdaya saing di dunia industri. Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) sebagai salah satu jenjang pendidikan menengah di Indonesia dirancang untuk menghasilkan lulusan dengan keterampilan teknis dan profesional yang sesuai dengan kebutuhan dunia kerja. Namun, data menunjukkan realitas yang kontradiktif, lulusan SMK justru mencatat Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) tertinggi dari seluruh jenjang pendidikan, mencapai 9,01% pada Agustus 2024 dan masih berada di angka 8% pada Februari 2025 (Detik.com, 2025). Kondisi ini tidak hanya mencerminkan masalah kompetensi teknis semata, tetapi mengindikasikan adanya kesenjangan yang lebih mendasar, yaitu rendahnya kemampuan siswa SMK dalam beradaptasi secara aktif terhadap perubahan dan tuntutan dunia kerja yang terus berkembang (Irianto, 2025).

Savickas & Porfeli (2012) mendefinisikan *career adaptability* sebagai kesiapan individu untuk menghadapi tugas-tugas vokasional yang bersifat antisipatif dan adaptif, yang mencakup kemampuan merencanakan, mengeksplorasi, mengambil keputusan, serta memiliki rasa percaya diri dalam menghadapi transisi karir. Dalam konteks pendidikan kejuruan, siswa dengan tingkat *career adaptability* yang tinggi cenderung lebih mampu menyesuaikan diri dengan perubahan industri dan memiliki prospek kerja yang lebih baik (Mahfud et al., 2024). Meskipun demikian, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa tingkat *career adaptability* siswa SMK di Indonesia masih tergolong rendah, khususnya pada dimensi kontrol diri dan kepercayaan diri dalam perencanaan masa depan karir (Harsantik et al., 2025). Temuan ini menegaskan pentingnya mengidentifikasi faktor-faktor yang secara efektif dapat meningkatkan *career adaptability* siswa SMK.

Dari sisi faktor internal, eksplorasi karir merupakan perilaku aktif yang memiliki kedudukan strategis dalam pembentukan *career adaptability*. Stumpf et al. (1983) mendefinisikan eksplorasi karir sebagai perilaku yang ditujukan untuk mendapatkan informasi tentang diri sendiri (*self-exploration*) maupun tentang lingkungan karir (*environment exploration*). Dalam kerangka *Social Cognitive Career Theory* (SCCT), eksplorasi karir dipandang sebagai tindakan perilaku yang memperkuat *self-efficacy* dan memperjelas *outcome expectations* individu, sehingga secara langsung berkontribusi pada kematangan dan kemampuan adaptasi karir (Lent et al., 2000). Beberapa penelitian empiris mengonfirmasi bahwa eksplorasi karir terbukti secara positif dan signifikan memprediksi *career adaptability*, sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian longitudinal pada guru pra-jabatan di Tiongkok serta penelitian pada mahasiswa melalui perspektif teori regulasi diri (Zhao et al., 2022; Ran et al., 2023). Namun demikian, kajian mengenai peran eksplorasi karir terhadap *career adaptability* pada konteks siswa SMK di Indonesia masih sangat terbatas, sehingga diperlukan penelitian yang lebih spesifik dalam populasi tersebut.

Dari sisi faktor eksternal, *parental support* atau dukungan orang tua merupakan salah satu prediktor yang paling konsisten terhadap *career adaptability* (Hidayatussani, 2021). *Parental support* dalam konteks karir dapat diartikan sebagai segala bentuk dukungan yang diberikan orang tua untuk membantu anak mengembangkan kompetensi, minat, dan aspirasi karirnya, yang mencakup bantuan instrumental, pemodelan karir, dorongan verbal, serta dukungan emosional (Turner et al., 2002). Beberapa penelitian mendukung hubungan positif ini: dukungan karir orang tua yang dirasakan berpengaruh positif terhadap sumber daya *career adaptability* siswa sekolah menengah (Leung & Zhou, 2025), dan dukungan emosional terkait karir dari orang tua berperan signifikan dalam meningkatkan *career adaptability* siswa (Song et al., 2022). Sebaliknya, remaja yang kurang mendapat dukungan dari orang tua cenderung menunjukkan tingkat *career indecision* yang lebih tinggi dan kesulitan dalam mengidentifikasi tujuan karir mereka (Kim et al., 2018). Akan tetapi, penelitian lain justru menemukan bahwa dukungan orang tua tidak berpengaruh signifikan terhadap adaptasi karir siswa (Istifarani, 2016), sehingga inkonsistensi temuan ini perlu dikaji lebih lanjut, khususnya dalam konteks budaya dan pendidikan kejuruan di Indonesia.

Meskipun eksplorasi karir dan *parental support* masing-masing telah banyak diteliti sebagai prediktor *career adaptability*, kajian yang menguji keduanya secara simultan sebagai prediktor independen dalam satu model analisis masih sangat jarang dilakukan, terutama pada populasi siswa SMK di Indonesia. Sebagian besar penelitian terdahulu justru memosisikan salah satu variabel sebagai mediator atau moderator dari variabel lainnya, alih-alih menguji kontribusi relatif keduanya sebagai prediktor yang berdiri sejajar (Leung & Zhou, 2025). Akibatnya, belum banyak diketahui secara empiris seberapa besar kontribusi faktor internal (eksplorasi karir) dibandingkan faktor eksternal (*parental support*) terhadap *career adaptability* apabila keduanya diuji secara bersamaan dalam konteks yang sama. Kesenjangan ini semakin relevan mengingat hasil meta-analisis terbaru menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara dukungan keluarga dan *career adaptability* sangat bervariasi tergantung konteks budaya dan tahap perkembangan individu yang diteliti (Karakuş et al., 2026), sehingga generalisasi dari konteks budaya lain (misalnya Tiongkok atau negara Barat) tidak dapat serta-merta diterapkan pada populasi siswa SMK di Indonesia. Penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan antara *parental support* dan *career adaptability* pada siswa SMK Generasi Z di Indonesia, namun berfokus pada peran mediasi *adversity quotient* dan belum menyertakan eksplorasi karir sebagai prediktor sejajar dalam model yang sama (Hadi & Salim, 2024).

Kebaruan ilmiah penelitian ini terletak pada tiga aspek. Pertama, penelitian ini menguji eksplorasi karir dan *parental support* secara simultan sebagai prediktor independen terhadap *career adaptability* menggunakan model regresi berganda, sehingga kontribusi relatif faktor personal dan faktor kontekstual dapat dibandingkan secara langsung tanpa melibatkan mekanisme mediasi maupun moderasi. Kedua, penelitian ini mengintegrasikan *Social Cognitive Career Theory* (SCCT) sebagai landasan teoritis untuk menjelaskan keterkaitan antara faktor personal, yaitu eksplorasi karir, dan faktor kontekstual, yaitu *parental support*, dalam membentuk kemampuan adaptasi karir siswa. Ketiga, penelitian ini dilakukan pada siswa SMK di Indonesia, suatu konteks pendidikan kejuruan yang masih relatif terbatas diteliti dalam kajian mengenai *career adaptability*, padahal lulusan SMK menghadapi tantangan transisi ke dunia kerja yang tinggi sehingga membutuhkan dasar empiris bagi pengembangan

layanan bimbingan karir. Berdasarkan kajian literatur dan kesenjangan penelitian yang telah diuraikan, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh eksplorasi karir dan *parental support* secara simultan terhadap *career adaptability* siswa di SMK Teuku Umar Semarang. Temuan penelitian diharapkan dapat mengisi celah literatur yang ada sekaligus memberikan landasan empiris bagi pengembangan program bimbingan karir yang lebih komprehensif dan responsif terhadap kebutuhan siswa SMK di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain non-eksperimental korelasional, yang bertujuan untuk menguji pengaruh antarvariabel secara objektif melalui pengolahan data statistik (Creswell & Creswell, 2018). Penelitian dilaksanakan di SMK Teuku Umar Semarang, dengan populasi seluruh siswa kelas X, XI, dan XII yang berjumlah 626 siswa. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin dengan taraf kesalahan 5%, sehingga diperoleh sampel sebesar 244 siswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *proportionate stratified random sampling* berdasarkan tingkat kelas.

Penelitian ini melibatkan tiga variabel utama. *Career adaptability* sebagai variabel dependen (Y) diukur menggunakan *Career Adapt-Abilities Scale–Short Form* (CAAS-SF) yang dikembangkan oleh Maggiori *et al.* (2015), terdiri dari 12 item yang mencakup empat dimensi: *concern*, *control*, *curiosity*, dan *confidence*, dengan skala Likert 5 poin. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh 12 item memiliki validitas yang mencukupi ($r = 0,698 - 0,894$) dengan signifikansi $p < 0,05$. Uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen memiliki reliabilitas yang baik ($\alpha = 0,957$).

Eksplorasi karir sebagai variabel independen pertama (X_1) diukur menggunakan *Career Exploration Survey* (CES) yang dikembangkan oleh Stumpf *et al.* (1983), terdiri dari 14 item yang mencakup tiga dimensi: *environment exploration*, *self-exploration*, dan *intended-systematic exploration*, dengan skala Likert 5 poin. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh 14 item memiliki validitas yang mencukupi ($r = 0,658 - 0,870$) dengan signifikansi $p < 0,05$. Uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen memiliki reliabilitas yang baik ($\alpha = 0,951$).

Parental support sebagai variabel independen kedua (X_2) diukur menggunakan *Career-Related Parental Support Scale* (CRPSS) yang dikembangkan oleh Turner *et al.* (2003), terdiri dari 24 item yang mencakup empat dimensi: *instrumental assistance*, *career-related modeling*, *verbal encouragement*, dan *emotional support*, dengan skala Likert 5 poin. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh 24 item memiliki validitas yang mencukupi ($r = 0,484 - 0,879$) dengan signifikansi $p < 0,05$, sehingga seluruh item dinyatakan valid. Uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen memiliki reliabilitas yang baik ($\alpha = 0,965$). Data dalam penelitian ini dikumpulkan secara langsung melalui kuesioner daring berbasis *Google Form*.

Seluruh instrumen yang digunakan dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari instrumen yang telah dikembangkan oleh peneliti sebelumnya, yaitu CAAS-SF (Maggiori *et al.*, 2017), CES (Stumpf *et al.*, 1983), dan CRPSS (Turner *et al.*, 2003). Proses adaptasi instrumen dilakukan melalui tahapan *back-translation* (penerjemahan bolak-balik) yang dilaksanakan oleh Pusat Bahasa LPPP Universitas Negeri Semarang, untuk memastikan kesetaraan makna semantik, idiomatik, eksperensial, dan konseptual antara versi asli berbahasa Inggris dan versi terjemahan Bahasa Indonesia. Setelah proses *back-translation*,

seluruh item instrumen ditelaah melalui *expert judgment* oleh dosen pembimbing untuk menilai kesesuaian bahasa, konteks budaya, dan relevansi konten dengan populasi siswa SMK di Indonesia, sebelum instrumen digunakan dalam pengambilan data. Hasil uji validitas dan reliabilitas instrumen setelah proses adaptasi ini menunjukkan bahwa seluruh item pada ketiga instrumen dinyatakan valid dan reliabel, sebagaimana telah diuraikan pada deskripsi masing-masing instrumen di atas.

Analisis data dilakukan secara bertahap menggunakan perangkat lunak SPSS. Pertama, analisis statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik data masing-masing variabel, meliputi nilai rata-rata, standar deviasi, nilai minimum dan maksimum, serta kategorisasi tingkat variabel. Kedua, sebelum uji hipotesis, dilakukan serangkaian uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas (Kolmogorov-Smirnov), uji multikolinieritas (nilai VIF < 10 dan Tolerance > 0,10), uji heteroskedastisitas (uji Glejser), dan uji linearitas (Test for Linearity). Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,200. Nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 0,05, sehingga data penelitian dinyatakan berdistribusi normal dan memenuhi asumsi normalitas. Ketiga, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linier berganda, yang mencakup uji koefisien determinasi (Adjusted R²) untuk mengukur besaran kontribusi kedua variabel independen secara simultan, uji parsial (Uji T) untuk menguji pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen, dan uji simultan (Uji F) untuk menguji pengaruh kedua variabel independen secara bersama-sama terhadap career adaptability, dengan taraf signifikansi $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dilakukan, diperoleh berbagai temuan yang berkaitan dengan Pengaruh Eksplorasi Karir dan *Parental Support* terhadap *Career Adaptability* Siswa di SMK Teuku Umar Semarang. Oleh karena itu, pada bagian ini akan dibahas lebih lanjut mengenai hasil penelitian tersebut dengan mengaitkannya pada teori-teori yang relevan serta hasil penelitian terdahulu, sehingga dapat memberikan penjelasan yang lebih mendalam mengenai hubungan antar variabel yang diteliti.

Tabel 1. Skor Hasil Analisis Deskriptif

	N	M	SD	Min	Max
Eksplorasi Karir	244	54.04	9.35	25	70
Parental Support	244	89.47	17.25	37	120
Career Adaptability	244	48.78	7.59	25	60

Berdasarkan hasil tabel di atas, diketahui bahwa eksplorasi karir responden berada pada tingkat yang cukup baik ($M = 54.04$, $SD = 9.35$). Sementara itu, *parental support* memiliki rata-rata sebesar ($M = 89.47$, $SD = 17.25$), dan *career adaptability* memiliki rata-rata sebesar ($M = 48.78$, $SD = 7.59$). Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum responden memiliki tingkat eksplorasi karir yang cukup baik, memperoleh dukungan orang tua yang relatif baik

dalam pengembangan karir, serta memiliki kemampuan adaptasi karir yang baik dalam menghadapi berbagai tugas dan transisi karir di masa depan.

Tabel 2. Kategorisasi Skor Responden

Variabel	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Eksplorasi Karir	Rendah	< 44,69	42	16,8
	Sedang	44,69 – 63,39	166	66,4
	Tinggi	> 63,39	42	16,8
Parental Support	Rendah	< 72,22	46	18,4
	Sedang	72,22 – 106,72	158	63,2
	Tinggi	> 106,72	46	18,4
Career Adaptability	Rendah	< 41,19	36	14,4
	Sedang	41,19 – 56,37	165	66,0
	Tinggi	> 56,37	49	19,6

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa distribusi skor ketiga variabel penelitian didominasi oleh kategori sedang. Variabel eksplorasi karir didominasi oleh kategori sedang dengan persentase sebesar 66,4%, diikuti kategori rendah dan tinggi yang masing-masing sebesar 16,8%. Pada variabel parental support, sebanyak 63,2% responden berada pada kategori sedang, sedangkan kategori rendah dan tinggi masing-masing sebesar 18,4%. Sementara itu, pada variabel career adaptability, mayoritas responden (66,0%) juga berada pada kategori sedang, diikuti kategori tinggi sebesar 19,6% dan kategori rendah sebesar 14,4%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat eksplorasi karir, parental support, dan career adaptability pada kategori sedang.

Tabel 3. Hasil Uji Regresi Berganda

Prediktor	B	SE B	β	t	p
Eksplorasi Karir	0.597	0.038	.735	15.766	< .001
Parental Support	0.052	0.021	.117	2.519	< .05
$R^2 = .658, F(2, 247) = 237.816, p < .001.$					

Berdasarkan hasil uji regresi berganda pada Tabel 2, diperoleh nilai $R^2 = .658$, yang menunjukkan bahwa eksplorasi karir dan parental support secara bersama-sama mampu menjelaskan sebesar 65,8% variasi *career adaptability*, sedangkan sisanya sebesar 34,2% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian. Hasil uji simultan menunjukkan nilai ($F(2,247)=237.816, p<.001$), sehingga dapat disimpulkan bahwa eksplorasi karir dan *parental support* secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap *career adaptability*.

Secara parsial, variabel eksplorasi karir memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *career adaptability* ($\beta=.735, t=15.766, p<.001$), hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi eksplorasi karir yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi pula *career adaptability* siswa. Selain itu, *parental support* juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap *career adaptability* ($\beta=.117, t=2.519, p<.05$). Dengan demikian, semakin tinggi dukungan orang tua

yang diterima siswa, maka *career adaptability* siswa juga cenderung meningkat. Berdasarkan nilai beta terstandarisasi (β), eksplorasi karir memiliki pengaruh yang lebih kuat dibandingkan *parental support* terhadap *career adaptability*.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Eksplorasi Karir berpengaruh signifikan terhadap *Career Adaptability* siswa di SMK Teuku Umar Semarang. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi eksplorasi karir yang dilakukan siswa, maka semakin tinggi pula kemampuan adaptasi karir yang dimiliki siswa dalam menghadapi tuntutan dunia kerja maupun pendidikan lanjutan. Dalam konteks *career adaptability*, eksplorasi karir membantu meningkatkan dimensi *concern*. Siswa yang aktif mengeksplorasi karir cenderung memiliki orientasi masa depan yang lebih baik karena mulai memikirkan dan merencanakan karirnya secara lebih matang (Rustandi & Mustaqim, 2025). Hal tersebut membuat siswa lebih siap menghadapi perubahan dan tuntutan dunia kerja. Selain itu, eksplorasi karir juga meningkatkan dimensi *curiosity*. Ketika siswa mencari informasi mengenai dunia kerja dan berbagai pilihan karir, siswa menjadi lebih terbuka terhadap pengalaman baru serta memiliki rasa ingin tahu yang lebih tinggi terhadap peluang karir di masa depan (Daulay, 2025). Eksplorasi karir juga berpengaruh terhadap dimensi *confidence* dalam *career adaptability*. Pemahaman mengenai kemampuan diri dan peluang karir membuat siswa menjadi lebih percaya diri dalam menentukan pilihan karir dan mengambil keputusan mengenai masa depannya. Siswa yang memahami potensi dirinya cenderung tidak mudah merasa ragu dalam menghadapi tantangan karir (Lakshmi, 2023).

Career adaptability merupakan sumber psikososial yang membantu individu menghadapi tugas perkembangan karir, transisi pekerjaan, dan perubahan kondisi kerja. Dalam konteks siswa SMK, kemampuan adaptasi karir menjadi penting karena siswa dipersiapkan untuk menghadapi dunia kerja setelah menyelesaikan pendidikan (Menurut Savickas & Profeli, 2012). Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa eksplorasi karir memiliki pengaruh positif terhadap *career adaptability* siswa sekolah menengah kejuruan, bahwa siswa yang aktif mencari informasi mengenai dunia kerja dan pendidikan lanjutan cenderung memiliki kesiapan karir yang lebih baik karena mampu memahami arah karirnya secara lebih jelas (Monika, 2021). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa eksplorasi karir membantu meningkatkan kesiapan siswa dalam menghadapi transisi pendidikan maupun dunia kerja. Siswa yang memiliki pengalaman eksplorasi karir yang tinggi cenderung lebih percaya diri dan lebih siap menghadapi perubahan karir di masa depan (Nafsih et al., 2025).

Temuan penelitian ini juga mendukung *Social Cognitive Career Theory (SCCT)* yang dikemukakan oleh Lent, Brown, dan Hackett (1994). SCCT menjelaskan bahwa perkembangan karir individu dipengaruhi oleh faktor personal, pengalaman belajar, dan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya. Dalam penelitian ini, eksplorasi karir menjadi bagian dari proses pembelajaran karir yang membantu siswa meningkatkan kemampuan adaptasi karirnya. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa eksplorasi karir memiliki peran penting dalam meningkatkan *career adaptability* siswa SMK. Semakin tinggi eksplorasi karir yang dilakukan siswa, maka semakin tinggi pula kesiapan siswa dalam menghadapi dunia kerja maupun pendidikan lanjutan di masa depan.

Penelitian ini juga menemukan bahwa *Parental Support* berpengaruh signifikan terhadap *Career Adaptability* siswa di SMK Teuku Umar Semarang. Dalam *career adaptability*, *parental support* membantu meningkatkan dimensi *control*. Siswa yang

memperoleh dukungan dari orang tua cenderung lebih mampu menentukan keputusan karirnya secara mandiri serta lebih bertanggung jawab terhadap pilihan masa depannya. Dukungan yang diberikan keluarga membantu siswa merasa lebih yakin dalam menghadapi tantangan karir (Christian & Kustanti, 2022). Selain itu, *parental support* juga meningkatkan dimensi *confidence* karena siswa merasa memperoleh kepercayaan dan dukungan dari lingkungan keluarga. Siswa yang mendapatkan dukungan positif dari orang tua akan merasa lebih optimis dan tidak mudah takut menghadapi persaingan dunia kerja maupun perubahan karir di masa depan (Christian & Kustanti, 2022). *Parental support* juga dapat memperkuat dimensi *concern* dalam *career adaptability*. Dukungan berupa motivasi dan arahan dari orang tua membantu siswa memiliki orientasi masa depan yang lebih jelas serta lebih serius dalam merencanakan karirnya (Radiansyah & Kartasasmita, 2024).

Dukungan orang tua memiliki peran penting dalam perkembangan karir siswa, terutama dalam memberikan motivasi, perhatian, arahan, dan dukungan emosional yang membantu siswa memiliki keyakinan yang lebih tinggi dalam menentukan pilihan karirnya (Stefana & Papu, 2025). Hal tersebut didukung oleh penelitian lain yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga berkontribusi dalam meningkatkan kesiapan karir remaja. Siswa yang memperoleh dukungan positif dari orang tua cenderung memiliki kemampuan adaptasi karir yang lebih baik dibandingkan siswa yang kurang mendapatkan dukungan keluarga (Puspita et al., 2024). Temuan penelitian ini juga mendukung *Social Cognitive Career Theory* (SCCT) yang dikemukakan oleh Lent, Brown, dan Hackett (1994). Teori tersebut menjelaskan bahwa faktor lingkungan sosial memiliki pengaruh terhadap pembentukan perilaku dan perkembangan karir individu. Dalam penelitian ini, *parental support* menjadi salah satu bentuk dukungan lingkungan yang membantu siswa meningkatkan kemampuan adaptasi karirnya. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa *parental support* memiliki peran penting dalam meningkatkan *career adaptability* siswa. Semakin tinggi dukungan yang diberikan orang tua, maka semakin tinggi pula kesiapan siswa dalam menghadapi dunia kerja dan perkembangan karir di masa depan.

Berdasarkan nilai beta terstandarisasi pada Tabel 3, eksplorasi karir menunjukkan pengaruh yang jauh lebih besar ($\beta=0,735$) dibandingkan *parental support* ($\beta=0,117$) terhadap *career adaptability*. Perbedaan besaran pengaruh ini dapat dijelaskan melalui karakteristik masing-masing variabel dalam kerangka SCCT. Eksplorasi karir merupakan perilaku aktif yang bersifat proksimal, yaitu berkaitan secara langsung dengan dimensi-dimensi *career adaptability*, khususnya *concern*, *curiosity*, dan *confidence*, karena siswa yang aktif mengeksplorasi karir secara langsung melatih kemampuan merencanakan, mencari informasi, dan mengambil keputusan yang menjadi inti dari konstruk *career adaptability* itu sendiri. Sebaliknya, *parental support* cenderung berperan sebagai faktor kontekstual yang bersifat lebih distal, yang pengaruhnya terhadap *career adaptability* pada penelitian-penelitian lain seringkali dimediasi oleh variabel psikologis lain, seperti *core self-evaluation* atau resiliensi dan harapan. Ketika *parental support* diuji secara langsung sebagai prediktor tanpa melibatkan mediator tersebut, seperti pada model regresi berganda dalam penelitian ini, kontribusi unik yang dapat dijelaskannya cenderung lebih kecil dibandingkan variabel perilaku yang lebih proksimal seperti eksplorasi karir. Temuan ini juga sejalan dengan hasil meta-analisis terbaru yang menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara dukungan keluarga dan *career adaptability* bervariasi dari kecil hingga moderat, tergantung pada konteks budaya, tahap perkembangan, serta instrumen pengukuran yang digunakan (Karakuş et al., 2026), sehingga tidak mengherankan apabila dalam konteks siswa SMK di

Indonesia pengaruh langsungnya lebih kecil dibandingkan eksplorasi karir yang bersifat lebih behavioral dan proksimal.

Sementara itu, temuan penelitian ini yang menunjukkan bahwa *parental support* tetap berpengaruh signifikan terhadap *career adaptability*, meskipun dengan kontribusi yang relatif kecil, berbeda dengan temuan Istifarani (2016) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga tidak berpengaruh signifikan terhadap pengambilan keputusan karier siswa SMK. Perbedaan ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan konstruk dependen yang diukur; penelitian Istifarani (2016) berfokus pada pengambilan keputusan karier (*career decision-making*) sebagai variabel dependen, sedangkan penelitian ini menggunakan *career adaptability* sebagai konstruk psikososial yang lebih luas dan mencakup empat dimensi adaptif (*concern, control, curiosity, confidence*). Dengan konstruk dependen yang berbeda, dukungan orang tua dapat memiliki peran yang berbeda pula dalam menjelaskan variasi masing-masing *outcome*. Selain itu, perbedaan karakteristik sampel dan konteks sosial-budaya turut dapat menjelaskan inkonsistensi hasil antarpelitian, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil meta-analisis yang menemukan variasi kekuatan hubungan antara dukungan keluarga dan *career adaptability* berdasarkan tahap perkembangan dan orientasi budaya (Karakuş et al., 2026).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *eksplorasi karir* dan *parental support* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *career adaptability* siswa di SMK Teuku Umar Semarang. Hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan adaptasi karir siswa dipengaruhi oleh faktor internal maupun faktor eksternal. Eksplorasi karir sebagai faktor internal membantu siswa memahami minat, kemampuan, serta arah karir yang sesuai dengan dirinya. Sementara itu, *parental support* sebagai faktor eksternal membantu siswa memperoleh dukungan emosional, motivasi, dan arahan dalam mempersiapkan masa depan karirnya. Kombinasi kedua faktor tersebut membuat siswa memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi perubahan dunia kerja dan perkembangan karir di masa depan. Siswa yang aktif mengeksplorasi karir dan memperoleh dukungan dari orang tua cenderung memiliki perencanaan masa depan yang lebih matang, rasa percaya diri yang lebih tinggi, serta kemampuan mengambil keputusan karir yang lebih baik (Utami, 2024).

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil studi yang menunjukkan bahwa faktor internal dan dukungan lingkungan berpengaruh secara simultan terhadap *career adaptability* siswa SMK. Kesiapan karir siswa cenderung meningkat ketika mereka memiliki pemahaman karir yang baik serta memperoleh dukungan sosial yang positif dari lingkungan keluarga (Sulistyanto & Abdullah, 2023). Lebih lanjut, eksplorasi karir dan dukungan keluarga juga ditemukan sebagai faktor yang berperan penting dalam meningkatkan kesiapan siswa menghadapi transisi dari sekolah ke dunia kerja (Az-zuhri et al., 2025).

Temuan penelitian ini juga mendukung *Social Cognitive Career Theory* (SCCT) yang dikemukakan oleh Lent, Brown, dan Hackett (1994). Teori tersebut menjelaskan bahwa perkembangan karir individu dipengaruhi oleh interaksi antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan sosial. Dalam penelitian ini, *eksplorasi karir* merepresentasikan faktor personal, sedangkan *parental support* merepresentasikan faktor lingkungan yang bersama-sama memengaruhi *career adaptability* siswa. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa kemampuan adaptasi karir siswa tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam memahami karirnya, tetapi juga dipengaruhi oleh dukungan sosial dari lingkungan keluarga. Oleh karena itu, peningkatan *career adaptability* siswa dapat dilakukan melalui penguatan program eksplorasi karir di sekolah dan peningkatan dukungan orang tua terhadap perencanaan karir siswa.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa eksplorasi karir dan parental support berpengaruh positif dan signifikan terhadap career adaptability siswa SMK, baik secara parsial maupun simultan. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan adaptasi karir siswa dipengaruhi oleh kombinasi faktor personal berupa eksplorasi karir dan faktor kontekstual berupa dukungan orang tua. Temuan ini memperkuat *Social Cognitive Career Theory* (SCCT) yang menjelaskan bahwa perkembangan karir merupakan hasil interaksi antara faktor individu dan lingkungan sosial. Dengan demikian, penelitian ini memberikan bukti empiris mengenai pentingnya mengintegrasikan faktor personal dan lingkungan dalam upaya meningkatkan career adaptability siswa SMK.

Secara praktis, hasil penelitian ini mengimplikasikan perlunya penguatan layanan bimbingan karir di sekolah yang mendorong siswa lebih aktif melakukan eksplorasi karir serta meningkatkan keterlibatan orang tua dalam proses perencanaan karir siswa. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya melibatkan responden dari satu sekolah dan menggunakan desain *cross-sectional*, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara luas maupun menjelaskan hubungan kausal. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan sampel yang lebih beragam, menggunakan desain longitudinal, serta mengkaji faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi career adaptability.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada dosen pembimbing atas arahan, bimbingan, serta berbagai masukan yang diberikan selama proses penelitian hingga penyusunan artikel ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada SMK Teuku Umar Semarang yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk melaksanakan penelitian ini. Selain itu, apresiasi turut penulis sampaikan kepada seluruh siswa yang telah bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini.

PERNYATAAN KONTRIBUSI PENULIS

Penulis pertama (PN) berperan dalam perumusan konsep penelitian, proses pengumpulan dan analisis data, serta penyusunan naskah artikel. Penulis kedua (IK) berperan sebagai dosen pembimbing yang memberikan arahan terkait metodologi, masukan konseptual, supervisi selama proses penelitian, serta revisi dan penyempurnaan naskah artikel.

REFERENSI

- Az-Zuhri, D. N., Ratnawulan, T., Asrofi, I. (2025). Implementasi Bimbingan Karir dalam Mengembangkan Perencanaan Karir Siswa di SMA Ma'arif Bandung. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 10(3), 1126-1134.
<https://jurnal.globalscients.com/index.php/jerid>
- Christian, Y. A., Kustanti, E. R. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Pengambilan Keputusan Karir pada Siswa Kelas XII SMA Pangudi Luhur Van Lith. *Jurnal Empati*, 11(6), 394-401.
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/36829/28219>

- Daulay, F. A. (2025). Pengaruh Bimbingan Karir Teknik Eksplor Karir dalam Meningkatkan Kematangan Karir Siswa Kelas XI SMK Muhammadiyah Ambon T.A 2024. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 167-178. DOI: 10.26539/wcemtr42
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hadi, N. P. N., & Salim, R. M. A. (2024). The mediating role of adversity quotient in the relationship between parental support and career adaptability among Generation Z vocational high school students. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan Pengajaran dan Pembelajaran*, 10(4), 1417-1427. DOI:[10.33394/jk.v10i4.13499](https://doi.org/10.33394/jk.v10i4.13499)
- Harsantik, G. S., Purwoko, B., Naqiyah, N., & Habsy, B. A (2025). Kemampuan career adaptability siswa SMK: Studi literatur. *Jurnal Dawa*, 4(2), 116-132. <https://doi.org/10.36420/dawa>
- Hidayatussani, N. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua terhadap Perencanaan Karir Remaja Karang Taruna. *Journal for Lesson and Learning Studies*, 4 (1), 107-111. <https://doi.org/10.23887/jlls.v4i1.30680>
- Irianto, W. S. (2025). Adaptasi Karier Siswa SMK di Era Digital: Peran Kesadaran Diri dan Kemampuan Inovasi Teknologi. *Ideguru : Jurnal Karya Ilmiah Guru*, (10) 2, 1529-536. DOI : <https://doi.org/10.51169/ideguru.v10i2.1847>
- Istifarani, F. (2016). Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Pengambilan Keputusan Karier Siswa Di SMK Negeri 1 Depok. *UNY*. <http://eprints.uny.ac.id/34261/>
- Karakuş, E. G. U., Erus, S. M., & Satıcı, S. A. (2026). Exploring the link between family support and career adaptability: a meta-analytic perspective. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*. <https://doi.org/10.1007/s10775-026-09808-z>
- Kim, B., Rhee, E., Ha, G., Yang, J., & Lee, S. M. (2018). Tolerance of uncertainty: Links to global-local processing style, career indecision, and career anxiety. *The Career Development Quarterly*, 64(2), 189–203. <https://doi.org/10.1002/cdq.12051>
- Lakshmi, P. A. (2023). Career Adaptability: Sebuah Cara Agar Mahasiswa Yakin Membuat Keputusan Karirnya. *Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara*, 9(16). <https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/1352-career-adaptability-sebuah-cara-agar-mahasiswa-yakin-membuat-keputusan-karirnya>
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (2000). Contextual supports and barriers to career choice: A social cognitive analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 47(1), 36-49. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.1.36>
- Leung, S. A., & Zhou, S. (2024). Career adaptability and parental career support: A moderated mediation model. *Journal of Career Development*. <https://doi.org/10.1177/10690727241289945>

- Maggiori, C., Rossier, J., Savickas, L. M. (2017). Career Adapt-Abilities Scale-Short Form (CAAS-SF): Construction and Validation. *Journal of Career Assessment*, 25(2), 312-325. DOI: 10.1177/1069072714565856
- Mahfud, T., Masek, A., Suyitno, S., Ihsani, A. N. N., Fransisca, Y., Pranoto, P. W., & Susanto, A. (2024). The Role of Work-Based Learning in Enhancing Career Adaptability: An Empirical Study from Vocational Students in Indonesian and Malaysian Universities. *Интеграция образования*, 28(3), 436-453.
- Monika, R. (2021). *Hubungan antara Hope dan Hardiness dengan Career Adaptability pada Siswa Kelas XII di SMK Bina Latih Karya Bndar Lampung*. Lampung: UIN Raden Intan. https://repository.radenintan.ac.id/14273/1/SKRIPSI_PERPUS.pdf
- Nafsih, T., Mustakim, A., Naue, D. S. N. (2025). Membangun Jembatan Menuju Kesuksesan: Strategi Efektif dalam Bimbingan dan Konseling Karir. *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, 11(4), 233-246. <https://journal.stkipsubang.ac.id/index.php/didaktik/article/view/10608/6104>
- Puspita, R., Waroh, S., Gusmaneli. (2024). Peran Dukungan Orang Tua dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pendidikan Menengah. *Journal Educational Research and Development*, 1(2), 51-63. <https://jurnal.globalscients.com/index.php/jerj>
- Radiyansyah, I., Kartasasmita, A.N. (2024). Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Orientasi Masa Depan Mahasiswa Universitas Binawan. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(10), 191-195. Doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14267442>
- Ran, J. (2023). Linking career exploration, self-reflection, career calling, career adaptability and subjective well-being. *Psychology Research and Behavior Management*, 2805-2817. https://www.researchgate.net/publication/372776753_Linking_Career_Exploration_Self-Reflection_Career_Calling_Career_Adaptability_and_Subjective_Well-Being_A_Self-Regulation_Theory_Perspective
- Rustandi., & Mustaqim, M. H. (2025). Perencanaan dan Pengembangan Karir dalam Menghadapi Dunia Kerja di Era Digital pada Siswa SMK 7 Kota Serang. *NuCSJo: Nusantara Community Service Journal*, 2 (2), 115-120. <https://ijoed.org/index.php/ncsj/index>
- Safitri, D. (2025). . Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Perencanaan Karir Siswa di SMA Negeri 2 Sungai Selan. *Indonesian Journal of Counseling and Education*, 6(1), 26-33. DOI: <https://doi.org/10.32923/ijoce.v6i1.5379>
- 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.

- Song, Y., Mu, F., Zhang, J., & Fu, M. (2022). The relationships between career-related emotional support from parents and teachers and career adaptability. *Frontiers in Psychology*, 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.823333>
- Stefana, M. A., & Papu, Y. (2025). Hubungan Dukungan Orang Tua dan Adaptabilitas Karir Siswa SMA Kelas XI. *Jurnal Psiko Edukasi*, 23(2), 100-116. DOI: 10.25170/psikoedukasi.v23i2.7738
- Stumpf, S. A., Colarelli, S. M., & Hartman, K. (1983). Development of the career exploration survey (CES). *Journal of Vocational Behavior*, 22(2), 191-226. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(83\)90028-3](https://doi.org/10.1016/0001-8791(83)90028-3)
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sulistiyanto, D., Abdullah, S.M. (2023). Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Adaptabilitas Karir pada Siswa. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5(1), 140-150. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/PSIKOLOGI/index>
- Turner, S. L., & Lapan, R. T. (2002). Career self-efficacy and perceptions of parent support in adolescent career development. *Career Development Quarterly*, 51, 44-55. doi:10.1002/j.2161-0045.2002.tb00591.
- Utami, T. R. (2024). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pilihan Karir Siswa: Pendekatan Kualitatif dalam Konteks Pendidikan Menengah Atas. *Educatus: Jurnal Pendidikan*, 2(2), 34-40. DOI: <https://doi.org/10.69914/educatus.v2i2.16>
- Zhao, F., Li, P., Chen, S., Hao, Y., & Qin, J. (2022). Career exploration and career decision self-efficacy: The mediating role of work volition and career adaptability. *Frontiers in Psychology*, 1-11. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.729504/full>
- Zulfikar, F. (2025). *Daftar Lulusan dengan Tingkat Pengangguran Tertinggi Menurut Data BPS 2025, SMK-S1*. Jakarta: Detik.com. <https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-7902527/daftar-lulusan-dengan-tingkat-pengangguran-tertinggi-menurut-data-bps-2025-smk-s1>