

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Karier merupakan salah satu faktor penting dalam kehidupan manusia karena berhubungan langsung dengan tujuan hidup, pencapaian, serta kesejahteraan individu di masa depan. Karier merupakan serangkaian peristiwa yang berlangsung dalam kehidupan seseorang.<sup>1</sup> Dalam proses ini, perencanaan dan pengambilan keputusan karier menjadi sangat penting, terutama bagi peserta didik yang masih berada dalam fase pendidikan. Selama masa sekolah peserta didik perlu mempertimbangkan berbagai aspek seperti, minat, kemampuan yang dimiliki, dan peluang yang tersedia. Faktor-faktor ini menjadi dasar yang membantu peserta didik untuk memahami potensinya dan mengarahkan langkah-langkah sesuai dengan tujuan hidup dan cita-cita.

Bagi peserta didik, tingkat menengah atas, khususnya kelas XII fase pengambilan keputusan karier menjadi tantangan. Pada tahap ini, peserta didik dihadapkan berbagai pilihan karier, seperti melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, memasuki dunia kerja, atau mengambil jalur lainnya yang sesuai dengan minat dan kebutuhan. Oleh karena itu, penting bagi peserta didik khususnya kelas XII untuk memiliki pemahaman yang baik tentang diri sendiri, peluang yang ada, dan konsekuensi dari setiap keputusan yang diambil, sehingga

---

<sup>1</sup> Riesca Monica Hartono, dkk, "Hubungan *Job Search Self-Efficacy* dengan *Career Adaptability*," *Jurnal Ilmiah Psikologi Mind Set* 8, no. 02 (27 Mei 2019): 78, <https://doi.org/10.35814/mindset.v8i02.326>.

dapat memilih jalur karier yang tepat dan sesuai yang diinginkan. Akan tetapi, kenyataannya tidak semua peserta didik dapat dengan mudah menjalani proses ini. Kematangan karier juga menginisiatif mencari informasi, yang perlu menjadi fokus karena telah memasuki fase realistis dalam perkembangan karier. Selain itu, keyakinan diri juga sangat penting, namun kenyataannya, peserta didik masih kurang memiliki keyakinan diri. Keyakinan diri juga dapat disebut dengan *self efficacy*.

*Self efficacy* memegang peranan penting dalam membentuk perilaku dan keputusan terkait karier. *Self efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri.<sup>2</sup> Individu yang mampu menyelesaikan tugas adalah individu yang yakin dalam menghadapi suatu tindakan untuk mencapai berbagai tujuan dalam kehidupannya. Adapun konsep *self efficacy* dalam Islam dipaparkan dalam Al-Qur`an Surah *Al-Baqarah* ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ إِنَّكَ مُولِنَا فَأَنْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ۝

Berdasarkan Tafsir Kemenag, dalam mencapai tujuan hidup, Dia (yakni manusia) diberi beban oleh Allah sesuai dengan kesanggupannya, manusia diberi pahala lebih dari yang telah diusahakannya dan mendapat siksa seimbang dengan kejahatan yang telah dilakukannya. Amal yang dibebankan kepada manusia

<sup>2</sup> Ati' Mahsunah, dkk, "Pengaruh *Self Efficacy* terhadap Kepercayaan Diri pada Siswa," *Apl-Ihath: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 3, no. 1 (30 Januari 2023): 38, <https://doi.org/10.53915/jbki.v3i1.318>.

hanyalah sesuai dengan kesanggupannya. Agama Islam merupakan agama yang tidak membebani manusia dengan beban yang berat dan sukar, mudah, ringan, serta tidak sempit adalah asas pokok dari agama Islam.<sup>3</sup>

*Self efficacy* sebagai keyakinan individu bahwa berhasil menyelesaikan tugas yang diperlukan untuk membuat keputusan karier. Tingginya *self efficacy* membuat individu tidak menunda atau melakukan penghindaran dalam mengambil keputusan karier. Apabila *self efficacy* rendah, dapat menjadi penghalang individu dalam menentukan pilihan karier, membuat keputusan karier, serta menunda dalam menindaklanjuti setelah membuat keputusan.<sup>4</sup> Permasalahan tersebut disebabkan oleh kurangnya adaptasi karier. Adaptasi karier dapat diajarkan sejak usia dini karena kemampuan yang berkembang seiring berjalannya waktu dan proses pembelajaran seumur hidup. Selain itu, adaptasi karier berperan penting untuk mengarahkan individu dalam menentukan tindakan dan strategi demi mewujudkan tujuan yang ingin dicapai.

Adaptasi karier merupakan kesiapan individu untuk mengatasi berbagai tugas dalam perkembangan karier. Hal ini juga terkait dengan bagaimana individu mengelola pengembangan karier, menghadapi transisi karier, dan merencanakan masa depan.<sup>5</sup> Kesulitan dalam membangun dan mempertahankan adaptasi karier

---

<sup>3</sup> Lina Arifah Fitriyah dkk., *Menanamkan Efikasi Diri Dan Kestabilan Emosi* (Jawa Timur: LPPM UNHASY Tebuireng Jombang, 2019). 5

<sup>4</sup> Tarina Rahmaningtyas, dkk., “*Self-Efficacy* Karir dan Dukungan Keluarga dengan Adaptabilitas Karir Siswa SMA,” *Jurnal Psikologi Poseidon*, 24 Mei 2021, 79–80, <https://doi.org/10.30649/jpp.v4i1.58>.

<sup>5</sup> Rose Mini Agoes Salim, dkk., “*The Role of Career Decision Self-Efficacy as a Mediator of Peer Support on Students’ Career Adaptability*,” *Heliyon* 9, no. 4 (April 2023): e14911, 2, <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14911>.

pada masa sekolah sering kali dikaitkan dengan rendahnya keyakinan diri dalam membuat keputusan karier.<sup>6</sup>

Berdasarkan pada penajakan awal di MAN 3 Hulu Sungai Tengah dengan melakukan wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling di MAN 3 Hulu Sungai Tengah yang telah dilakukan, terdapat banyak peserta didik merasa ragu dan bingung setelah lulus sekolah meskipun sudah diberikan pandangan mengenai berbagai pilihan karier. Misalnya banyak peserta didik membuat keputusan ketika sudah mau mendekati pendaftaran, sebelum itu, juga peserta didik cenderung tidak tahu pilihan apa yang harus diambil, dan sering berubah-ubah saat ditanya setelah lulus sekolah mau ke mana. Keputusan juga sering kali dipengaruhi faktor luar seperti saran dari orang tua walaupun peserta didik ini kesulitan meyakini pilihan sendiri dan tidak sesuai minatnya, serta sering juga mengikuti pilihan temannya. Adaptasi karier pada peserta didik seringkali merasa ragu ketika mengambil keputusan karier, bahkan setelah mendapatkan penjelasan mengenai pilihan kariernya. Peserta didik juga belum dapat mengambil keputusan yang pasti dan ragu-ragu, misalnya dalam membuat keputusan untuk melanjutkan setelah lulus sekolah mau ke mana biasanya kebanyakan baru mengambil keputusan mendekati hari pendaftaran. Peserta didik juga terus didorong untuk memilih karier sesuai dengan keinginannya, bukan karena pengaruh eksternal karena itu sangat penting agar tidak menyesal nantinya.<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> Arifiana Nabilah, dkk, "Peran Efikasi Diri dalam Keputusan Karier terhadap Hubungan antara *Future Work Self* dengan Adaptabilitas Karier pada Mahasiswa Tingkat Akhir," *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 9, no. 2 (22 April 2019): 162, <https://doi.org/10.26740/jppt.v9n2.p160-174>.

<sup>7</sup> Hasil wawancara pada guru Bimbingan dan Konseling di MAN 3 Hulu Sungai Tengah, penajakan awal, pada Senin 30 September 2024, pukul 09.24 WITA.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada salah satu peserta didik kelas XII di MAN 3 Hulu Sungai Tengah yang berinisial ANA mengatakan bahwa keyakinan diri memiliki potensi besar untuk yang menggapai yang diinginkan, memiliki pendirian terhadap apa yang ingin digapai (tidak berubah) dan jangan merasa tidak mampu atau tidak akan bisa mencapai cita-cita yang didambakan tersebut, garis besarnya adalah harus memiliki pendirian kuat dan keyakinan yang kuat bahwa diri ini berpotensi. Untuk beradaptasi karier, melihat dahulu kemampuan dan potensi yang dimiliki misalkan bercita-cita menjadi seorang guru maka harus beradaptasi dengan cita-cita tersebut sejak jauh-jauh hari dalam artian menyiapkan segala keperluan untuk menggapai yang diinginkan.<sup>8</sup>

Adapun beberapa penelitian terdahulu yang relevan berkaitan dengan *self efficacy* dan adaptasi karier. Dalam sebuah jurnal yang ditulis oleh Salim, dkk berjudul *the role of career decision self efficacy as a mediator of peer support on students' career adaptability*. Hasil penelitian menunjukkan semua variabel berkorelasi positif dan signifikan dengan adaptabilitas karier. Artinya semakin banyak dukungan sebaya yang diperoleh seseorang, semakin besar pula kemampuan untuk membuat keputusan terkait karier. Lebih lanjut, adaptasi karier yang tinggi disebabkan oleh *self efficacy* yang tinggi dalam membuat keputusan.<sup>9</sup>

Jurnal yang ditulis oleh Artahayest, tentang *self efficacy with career adaptability for final students the swcu psychology faculty*. Hasil penelitian ini

---

<sup>8</sup> Hasil wawancara dengan salah satu peserta didik kelas XII di MAN 3 Hulu Sungai Tengah, pada Rabu, 8 Januari 2025, pukul 16.19 WITA.

<sup>9</sup> Rose Mini Agoes Salim, dkk., "The Role of Career Decision Self-Efficacy as a Mediator of Peer Support on Students' Career Adaptability," *Heliyon* 9, no. 4 (April 2023): e14911, 2, <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14911>.

menunjukkan terdapat hubungan antara efikasi diri dengan adaptabilitas karier pada mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi UKSW.<sup>10</sup>

Jurnal yang ditulis oleh Pango dan Doddy tentang *relationship of academic self efficacy with career adaptability in asrama school students*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara efikasi diri akademik dan kemampuan adaptasi karier pada siswa asrama.<sup>11</sup>

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada subjek, konteks, dan variabel yang dikaji. Penelitian terdahulu melibatkan mahasiswa tingkat akhir dan fokus pada *peer support, career decision self efficacy, dan career adaptability* dengan *self efficacy* sebagai mediator, sementara itu penelitian ini pada peserta didik kelas XII MAN 3 Hulu Sungai Tengah dan hanya dua variabel yaitu *self efficacy* dan adaptasi karier. Selain itu penelitian terdahulu lebih fokus pada aspek akademik, sedangkan penelitian ini hanya fokus pada *self efficacy* secara umum. Kebaharuan penelitian ini terletak pada penggabungan dua variabel utama yang menjadi fokus penelitian pada peserta didik kelas XII di MAN 3 Hulu Sungai Tengah, yang berada pada fase penting pengambilan keputusan karier, serta menyoroti *self efficacy* secara umum terhadap adaptasi karier tanpa melibatkan mediator atau aspek lain.

Penelitian ini dilakukan pada peserta didik kelas XII di MAN 3 Hulu Sungai Tengah. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat menentukan apakah ada

---

<sup>10</sup> Nomina Yusha Artahayest, "Self-Efficacy With Career Adaptability For Final Students The SWCU Psychology Faculty," *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 12, no. 2 (1 November 2021), <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.34018>.

<sup>11</sup> Wihelmina Mayola Pango, Doddy Hendro Wibowo, "Relationship of Academic Self Efficacy with Career Adaptability in Asrama School Students," *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 10, no. 2 (2020): 104–110, <http://dx.doi.org/10.23887/jibk.v10i2>.

hubungan *self efficacy* dengan adaptasi karier di MAN 3 Hulu Sungai Tengah. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi mengenai *self efficacy* dan adaptasi karier bagi peserta didik MAN 3 Hulu Sungai Tengah untuk menghadapi tantangan dan peluang karier di masa depan dengan lebih percaya diri. Berdasarkan hasil hasil wawancara yang dilakukan dengan Guru Bimbingan dan Konseling serta salah satu peserta didik kelas XII di MAN 3 Hulu Sungai Tengah dan penelitian terdahulu yang relevan tersebut untuk menentukan apakah ada hubungan *self efficacy* dengan adaptasi karier di MAN 3 Hulu Sungai Tengah yang menjadi permasalahan akan di teliti dengan judul hubungan *self efficacy* dengan adaptasi karier MAN 3 Hulu Sungai Tengah.

## **B. Definisi Operasional**

### **1. *Self Efficacy***

*Self efficacy* merupakan keyakinan individu mengenai seberapa besar kemampuannya dalam mengerjakan tugas untuk mencapai hasil tertentu.<sup>12</sup> *Self efficacy* yang di maksud di sini adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhasil menyelesaikan tugas dan mencapai hasil yang diinginkan. Ini mencakup keyakinan bahwa individu mampu menghadapi tantangan yang dihadapi. Dimensi *self efficacy* ada lima yaitu *accurate self appraisal* (penilaian diri yang akurat) adalah kemampuan individu dalam melakukan penilaian diri yang akurat. *Gathering information* (pengumpulan informasi) adalah individu mengumpulkan informasi tentang karier yang relevan

---

<sup>12</sup> Yuraida Ita Kurniawati dan Muh. Ekhsan Rifai, *Pentingnya Layanan Informasi Karier dan Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Studi Lanjut Siswa* (Sukoharjo: CV. Sindunata, 2019).

dengan pengambilan keputusan karier. *Goal selection* (pemilihan tujuan) adalah individu mampu menentukan tujuan yang berkaitan dengan pengambilan keputusan karier. *Making plans for the future* (membuat rencana untuk masa depan) adalah kemampuan individu untuk merencanakan keputusan masa depan yang sesuai dengan yang diinginkan. *Problem solving* (penyelesaian masalah) adalah individu mampu menghadapi tantangan dalam perjalanan karier.<sup>13</sup> Yang dimaksud dengan dimensi *self efficacy* yaitu *accurate self appraisal* (penilaian diri yang akurat) adalah kemampuan individu untuk melakukan evaluasi terhadap kekuatan dan kelemahan dirinya secara objektif. *Gathering information* (pengumpulan informasi) adalah kemampuan individu untuk mengumpulkan informasi yang relevan terkait karier guna mendukung pengambilan keputusan. *Goal selection* (pemilihan tujuan) adalah kemampuan individu untuk menetapkan tujuan yang jelas dan relevan dengan keputusan karier yang akan diambil. *Making plans for the future* (membuat rencana untuk masa depan) adalah kemampuan individu untuk merancang rencana yang sesuai dengan keinginannya. *Problem solving* (penyelesaian masalah) adalah kemampuan individu untuk menghadapi dan mengatasi tantangan yang muncul dalam perjalanan karier.

## **2. Adaptasi Karier**

Adaptasi karier adalah kemampuan dan sikap yang dimiliki seseorang dalam mempersiapkan perubahan karier dan transisi karier. Adaptasi karier sebagai cara untuk meningkatkan sumber kekuatan kontekstual dan mengurangi

---

<sup>13</sup> Alessandro Lo Presti dkk., "An Examination of the Structure of the Career Decision Self-Efficacy Scale (Short Form) Among Italian High School Students," *Journal of Career Assessment* 21, no. 2 (Mei 2013): 337–47, <https://doi.org/10.1177/1069072712471506>. 338.

kendala dalam kehidupan.<sup>14</sup> Adaptasi karier yang dimaksud di sini adalah kemampuan dan sikap individu dalam menghadapi perubahan dan transisi dalam karier. Ini melibatkan persiapan untuk perubahan dan menghadapi tantangan karier. Dimensi adaptasi karier yaitu, *career concern* (kepedulian karier) adalah individu yang memiliki kepedulian karier akan mempunyai keyakinan dalam mewujudkan perencanaan karier. *Career control* (pengendalian karier) adalah individu mampu bertanggung jawab dengan diri sendiri dan lingkungan melalui disiplin diri, usaha, dan kegigihan. *Career curiosity* (keingintahuan karier) adalah individu banyak mencari informasi tentang karier diminati. *Career conviction* (keyakinan karier) adalah individu membutuhkan keyakinan diri dalam mengambil keputusan karier.<sup>15</sup> yang dimaksud dengan dimensi adaptasi karier yaitu *career concern* (kepedulian karier) adalah kemampuan individu mengenai kepedulian terkait kariernya, sehingga memiliki keyakinan dalam mencapai tujuan karier. *Career control* (pengendalian karier) adalah kemampuan individu untuk mengambil kendali mengenai kariernya melalui tanggung jawab terhadap diri sendiri dan lingkungan melalui disiplin diri, usaha, dan kegigihan. *Career curiosity* (keingintahuan karier) adalah kemampuan individu dalam mencari informasi yang relevan tentang karier yang diminati. *Career conviction* (keyakinan karier) adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri untuk mengambil keputusan yang tepat.

---

<sup>14</sup> Kobus Maree, *Psychology of Career Adaptability, Employability and Resilience* (Cham, Switzerland: Springer, 2017), <https://doi.org/10.1007/978-3-319-66954-0>. 376.

<sup>15</sup> Nurfitriana, dkk, "Adaptasi dan validasi konstruk *Career Adapt-Abilities Scale* versi Bahasa Indonesia untuk SMA," *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 5, no. 2 (31 Oktober 2021): 258, <https://doi.org/10.26539/terapeutik.52727>.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari permasalahan yang telah dikemukakan di latar belakang. Maka dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *self efficacy* di MAN 3 Hulu Sungai Tengah?
2. Bagaimana tingkat adaptasi karier di MAN 3 Hulu Sungai Tengah?
3. Bagaimana hubungan *self efficacy* dengan adaptasi karier di MAN 3 Hulu Sungai Tengah?

### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat *self efficacy* di MAN 3 Hulu Sungai Tengah.
2. Untuk mengetahui tingkat adaptasi karier di MAN 3 Hulu Sungai Tengah.
3. Untuk menentukan apakah ada hubungan *self efficacy* dan adaptasi karier di MAN 3 Hulu Sungai Tengah.

### **E. Signifikansi Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoretis**

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bimbingan dan konseling.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi khususnya *self efficacy* dan adaptasi karier di MAN 3 Hulu Sungai Tengah.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini dapat berguna bagi pihak MAN 3 Hulu Sungai Tengah yang menjadi tempat penelitian dapat menjadikan acuan dalam memberikan berbagai macam kebijakan yang baik untuk sekolah atau dikembangkan dalam keilmuan.
- b. Penelitian ini dapat berguna bagi peserta didik bahwa kepercayaan diri terhadap kemampuan individu memiliki dampak besar terhadap kesiapan menghadapi tantangan karier.
- c. Penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti selanjutnya sebagai bahan acuan untuk melaksanakan penelitiannya, dapat memberikan kajian ilmiah mengenai judul yang peneliti angkat hubungan *self efficacy* dengan adaptasi karier di MAN 3 Hulu Sungai Tengah.

## F. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Beberapa penelitian yang telah dilakukan berkaitan dengan hubungan *self efficacy* dan adaptasi karier.

1. Jurnal yang ditulis oleh Salim, dkk berjudul *the role of career decision self efficacy as a mediator of peer support on students' career adaptability*. Penelitian ini untuk mengetahui peran *career decision self efficacy* (CDSE) sebagai mediator hubungan antara *peer support* dan *career adaptability* pada mahasiswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir atau minimal semester 6 berusia 19–25 tahun yang berkuliah di

Jabodetabek. Hasil penelitian menunjukkan semua variabel berkorelasi positif dan signifikan dengan adaptabilitas karier. Artinya semakin banyak dukungan sebaya yang diperoleh seseorang, semakin besar pula kemampuan untuk membuat keputusan terkait karier. Lebih lanjut, adaptasi karier yang tinggi disebabkan oleh *self efficacy* yang tinggi dalam membuat keputusan.<sup>16</sup> Perbedaan dengan penelitian terdahulu berfokus pada subjek penelitian, di mana penelitian terdahulu melibatkan mahasiswa tingkat akhir atau minimal semester 6 berusia 19-25 tahun yang berkuliah di Jabodetabek, sedangkan penelitian ini melibatkan peserta didik kelas XII di MAN 3 Hulu Sungai Tengah. Selain itu penelitian terdahulu menggunakan tiga variabel, yaitu *peer support*, *career decision self efficacy*, dan *career adaptability* dengan *self efficacy* sebagai mediator, sedangkan penelitian ini hanya menggunakan dua variabel yaitu *self efficacy* dan adaptasi karier tanpa ada mediator.

2. Jurnal yang ditulis oleh Artahayest, tentang *self efficacy with career adabtability for final students the swcu psychology faculty*. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan adaptasi karier pada mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi UKSW. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif signifikan antara *self efficacy* dengan adabtabilitas karier pada mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi

---

<sup>16</sup> Rose Mini Agoes Salim, dkk., "The Role of Career Decision Self-Efficacy as a Mediator of Peer Support on Students' Career Adaptability," *Heliyon* 9, no. 4 (April 2023): e14911, 2, <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14911>.

UKSW. Ini menunjukkan bahwa *self efficacy* yang tinggi dari seseorang akan menghasilkan adaptabilitas karier yang tinggi pula. Sebaliknya semakin rendah *self efficacy*, maka semakin rendah adaptabilitas karir pada mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi UKSW.<sup>17</sup> Perbedaan terdahulu dengan penelitian ini terletak pada subjek penelitian berfokus pada mahasiswa tingkat akhir fakultas UKSW, sedangkan penelitian ini melibatkan peserta didik kelas XII di MAN 3 Hulu Sungai Tengah. Lokasi penelitian juga berbeda terdahulu dilakukan di perguruan tinggi, sedangkan penelitian ini dilakukan di tingkat sekolah menengah atas.

3. Jurnal yang ditulis oleh Pango dan Doddy tentang *relationship of academic self effication with career adaptability in asrama school students*. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* akademik dengan adaptasi karier pada siswa asrama. Metode dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian ini dilakukan pada siswa sekolah menengah atas yang tinggal di asrama SMA Sedes Sapientiae Jambu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel *self efficacy* akademik dengan adaptabilitas karier pada siswa sekolah asrama. Oleh karena itu, jika semakin tinggi *self efficacy* akademik yang dimiliki oleh siswa sekolah asrama maka semakin tinggi pula adaptabilitas karier yang

---

<sup>17</sup> Nomina Yusha Artahayest, "Self-Efficacy With Career Adaptability For Final Students The SWCU Psychology Faculty," *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 12, no. 2 (1 November 2021), <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.34018>.

dimiliki oleh siswa sekolah asrama<sup>18</sup> Perbedaan penelitian ini terletak pada lokasi, subjek, dan variabel penelitian. Penelitian terdahulu dilakukan di SMA Sedes Sapientiae Jambu dengan subjek siswa tinggal di asrama sedangkan penelitian ini dilakukan pada peserta didik kelas XII di MAN 3 Hulu Sungai Tengah dengan subjek peserta didik tanpa sistem asrama. Dari segi variabel, penelitian terdahulu berfokus pada *self efficacy* akademik, sementara itu penelitian ini menggunakan *self efficacy* secara umum.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada subjek, konteks, dan variabel yang dikaji. Penelitian terdahulu melibatkan mahasiswa tingkat akhir dan fokus pada *peer support*, *career decision self efficacy*, dan *career adaptability* dengan *self efficacy* sebagai mediator, sementara itu penelitian ini pada peserta didik kelas XII MAN 3 Hulu Sungai Tengah dan hanya dua variabel yaitu *self efficacy* dan adaptasi karier. Selain itu penelitian terdahulu lebih fokus pada aspek akademik, sedangkan penelitian ini hanya fokus pada *self efficacy* secara umum. Kebaharuan penelitian ini terletak pada penggabungan dua variabel utama yang menjadi fokus penelitian pada peserta didik kelas XII MAN 3 Hulu Sungai Tengah, yang berada pada fase penting pengambilan keputusan karier, serta menyoroti *self efficacy* secara umum terhadap adaptasi karier tanpa melibatkan mediator atau aspek lain.

---

<sup>18</sup> Wihelmina Mayola Pango, Doddy Hendro Wibowo, "Relationship of Academic Self Effication with Career Adaptability in Asrama School Students," *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 10, no. 2 (2020): 104–110, <http://dx.doi.org/10.23887/jibk.v10i2>.

## **G. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis adalah jawaban sementara yang bersifat sebuah praduga yang masih harus dicari lagi lebih tahu akan kebenarannya, yang mengacu pada data awal yang didapatkan oleh seorang peneliti. Dengan demikian hipotesis adalah sebuah jawaban sementara terhadap rumusan masalah dan hipotesis yang akan diuji oleh peneliti adalah hipotesis alternatif ( $H_a$ ) dan hipotesis nol ( $H_0$ ). Pengertian dari hipotesis alternatif ( $H_a$ ) adalah pernyataan yang menyatakan adanya hubungan antara dua variabel ataupun lebih. Sedangkan hipotesis nol ( $H_0$ ) adalah pernyataan yang menyatakan tidak ada hubungan antara variabel satu ataupun dengan variabel lainnya. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah:

$H_a$  : Ada hubungan signifikan antara tingkat *self efficacy* dengan adaptasi karier di MAN 3 Hulu Sungai Tengah.

$H_0$  : Tidak ada hubungan signifikan antara tingkat *self efficacy* dengan adaptasi karier di MAN 3 Hulu Sungai Tengah.

## **H. Sistematika Penulisan**

Penelitian ini disusun dengan sistematika penulisan yang terdiri dari tiga bagian yaitu bagian awal, bagian isi, dan bagian akhir.

1. Bagian awal terdiri dari halaman sampul, halaman logo, halaman judul, halaman pernyataan keaslian tulisan, halaman bukti bebas plagiasi, halaman persetujuan, halaman pengesahan, halaman abstrak, halaman kata pengantar, transliterasi, halaman daftar isi, halaman daftar tabel, halaman daftar gambar, dan halaman daftar lampiran.

2. Bagian isi terdiri dari:

- a. Bab I Pendahuluan terdiri dari latar belakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, penelitian terdahulu yang relevan, hipotesis penelitian, dan sistematika penelitian.
- b. Bab II Kajian teori dan kerangka pikir terdiri dari pengertian *self efficacy*, klasifikasi *self efficacy*, dimensi *self efficacy*, pengertian adaptasi karier, klasifikasi adaptasi karier, dimensi adaptasi karier dan kerangka pikir.
- c. Bab III Metode penelitian terdiri dari jenis dan pendekatan penelitian, setting penelitian, populasi dan sampel, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, teknik analisis data, dan teknik validitas dan keabsahan data.
- d. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan terdiri dari hasil penelitian dan pembahasan.
- e. Bab V Penutup terdiri dari kesimpulan dan saran.

Bagian akhir dari sebuah skripsi terdiri dari daftar pustaka, lampiran, dan daftar riwayat hidup penulis.