

## **HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN ADAPTABILITAS KARIER PADA SISWA KELAS XII SMA SANTA URSULA JAKARTA**

**Cornelia Tasya Paradita<sup>1</sup>, Dian Ratna Sawitri<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Mr. Sunario, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia, 50275

[corneliatasyap@gmail.com](mailto:corneliatasyap@gmail.com)

### **Abstrak**

Adaptabilitas karier merupakan kesiapan dan kemampuan yang dimiliki oleh seorang individu dalam memilih, menentukan, menghadapi, serta mengatasi tantangan dalam masa depannya, baik yang dapat diduga ataupun tidak terduga. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu untuk mengenali dan memahami diri sendiri serta orang lain sehingga dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Siswa SMA kelas XII sedang berada pada tahap perkembangan karier eksplorasi dan merupakan populasi yang akan menghadapi transisi dari jenjang pendidikan menuju karier dunia kerja, sehingga diharapkan mampu untuk beradaptasi, baik di lingkungan pendidikan yang lebih tinggi maupun di lingkungan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan adaptabilitas karier pada siswa kelas XII SMA Santa Ursula Jakarta. Populasi dalam penelitian ini sejumlah 213 siswa kelas XII dengan sampel sebanyak 144 siswa, yang diambil dengan *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Skala Kecerdasan Emosional (24 aitem,  $\alpha = 0,878$ ) dan Skala Adaptabilitas Karier (23 aitem,  $\alpha = 0,884$ ). Teknik analisis data menggunakan analisis *Spearman's Rank* dan menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan adaptabilitas karier ( $r_{xy} = 0,354$ ,  $p = 0,000$ ). Artinya, semakin tinggi kecerdasan emosional, maka semakin tinggi adaptabilitas karier, dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional, maka semakin rendah pula adaptabilitas karier.

**Kata kunci:** adaptabilitas karier; kecerdasan emosional; siswa kelas XII

### **Abstract**

Career adaptability is the readiness and ability possessed by an individual in choosing, determining, facing, and overcoming challenges in the future, both predictable and unexpected. Emotional intelligence is the ability of individuals to recognizing and understanding themselves and others in order to adjust to their environment. Senior high school students in grade 12 is on the exploration stage in career development and will face the transition from educational stage to the work life, so they expected to have the ability to adapt, both in higher education stage or in work environment. This study aims to determine the relationship between emotional intelligence and career adaptability on Santa Ursula Jakarta Senior High School grade 12. The population in this study is 213 students of grade 12 with the sample is 144 students, selected using the cluster random sampling. The instrument of this study is using two scales, Emotional Intelligence Scale (24 items,  $\alpha = 0,878$ ) and Career Adaptability Scale (23 items,  $\alpha = 0,884$ ). The data analysis technique is using Spearman's Rank and it showed a significant positive relationship between emotional intelligence and career adaptability ( $r_{xy} = 0,354$ ,  $p = 0,000$ ). That means, the higher the emotional intelligence, the higher the career adaptability, and vice versa.

**Keywords:** career adaptability; emotional intelligence; senior high school students

### **PENDAHULUAN**

Jumlah remaja di Indonesia berdasarkan Susenas (Survey Sosial Ekonomi Nasional) Maret 2019 mencapai sekitar 64,19 juta jiwa atau sekitar 24,01 persen dari total jumlah penduduk di Indonesia. Remaja merupakan tahap peralihan yang dialami individu dari masa kanak-kanak

menuju ke masa dewasa. kelompok individu yang termasuk ke dalam kategori remaja adalah siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) karena berada pada rentang usia 15 sampai 18 tahun dan sedang berada pada tahap perkembangan karier eksplorasi atau *exploration*. Siswa SMA terlebih yang berada di tahun terakhir atau berada di kelas XII merupakan populasi yang akan menghadapi transisi dari jenjang pendidikan menuju karier dunia kerja (*school to work transition*) (Koen dkk., 2012). Selain menuju dunia kerja, siswa SMA kelas XII lebih umum berada pada masa transisi dari pendidikan menengah ke pendidikan dengan jenjang yang lebih tinggi.

Selain pendidikan formal yang diterima saat SMA, siswa perlu mengasah dan membekali diri dengan berbagai kompetensi dasar yang diperlukan, salah satunya adalah kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Savickas dan Porfeli (2012) mengemukakan bahwa kemampuan penyesuaian diri atau adaptasi yang dimiliki individu berguna untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi berbagai permasalahan yang terjadi selama masa transisi. Kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan tersebut dikenal dengan *career adaptability* atau adaptabilitas karier.

Adaptabilitas karier merupakan kemampuan individu untuk mengantisipasi dan memecahkan permasalahan, baik yang terprediksi maupun yang tidak terprediksi serta memiliki kesiapan dalam menyelesaikan tugasnya (Savickas & Porfeli, 2012). Adaptabilitas karier tidak hanya diperlukan dalam dunia kerja secara formal saja, namun juga dalam dunia pendidikan sebagai pangkal dari keberjalanan karier individu, dimana individu tersebut harus mempersiapkan diri dan berperan selama masa pendidikannya agar dapat mencapai tujuan karier yang diinginkannya. Siswa SMA, terutama kelas XII akan menentukan pilihan kedepannya antara lain seperti akan melanjutkan ke perguruan tinggi dan harus memutuskan program studi apa yang akan diambilnya nanti atau lebih memilih untuk langsung bekerja. Proses pengambilan keputusan ini merupakan salah satu bentuk dari adaptabilitas karier, karena merupakan manifestasi dari adanya kepedulian, keingintahuan, keyakinan, dan kontrol dalam menghadapi situasi terkait karier yang dihadapi (Mardiyati & Yuniawati, 2015).

Adaptabilitas karier dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional memiliki fungsi untuk mendukung karier, termasuk dalam memprediksi adaptabilitas karier individu. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu untuk dapat mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, mampu untuk memotivasi diri sendiri, serta mampu untuk mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan saat berhubungan dengan orang lain (Goleman, 2001). Coetzee dan Harry (2014) mengatakan bahwa kecerdasan emosional yang matang memberikan individu energi dan kapasitas untuk meregulasi diri, serta kesiapan untuk menampilkan kapasitas adaptabilitas karier yang baik dengan adanya kemauan untuk merencanakan masa depan demi mencapai karier yang diinginkan.

Individu yang mampu mengelola emosinya dengan baik, dapat mengarahkan dirinya untuk memiliki pengaturan efikasi diri, sehingga mampu untuk mengendalikan dan menyalurkan emosi yang dirasakan secara tepat. Kemampuan yang didapat dengan pengelolaan emosi yang baik menjadikan individu memiliki kepercayaan diri untuk menghadapi segala tantangan dalam hidup serta dapat memotivasi dirinya sendiri untuk mencapai keberhasilan atas segala yang diinginkan, contohnya dalam hal berkarier (Schutte dkk., 2009).

Siswa SMA kelas XII yang sedang berada pada masa transisi, harus menentukan pilihan dengan melanjutkan studi lanjut ke perguruan tinggi yang merupakan tempat untuk membentuk

integritas karier yang diharapkan. Menentukan pilihan dan pengambilan keputusan mengenai jurusan atau bidang studi yang akan diambil sering kali menjadi tindakan yang dianggap sulit dilakukan oleh remaja. Hal tersebut terjadi karena beberapa hal, seperti adanya keraguan dengan kemampuan yang dimilikinya, terlalu banyak minat yang dimilikinya sehingga bingung dalam menentukan minat yang lebih dominan, dukungan orangtua yang cenderung memaksakan kehendaknya, serta beragamnya informasi karier yang didapat sehingga membingungkan siswa itu sendiri dalam mengambil keputusan.

Sejalan dengan pentingnya adaptabilitas karier untuk mendukung pencapaian pemilihan keputusan dan tindakan terkait dengan karier, peran emosi dalam diri individu juga menentukan bagaimana individu melakukan manajemen diri dan proses pembuatan keputusan. Dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi, individu mampu membentuk dan mengembangkan kemampuan pengambilan keputusan dalam perencanaan karier (Di Fabio dkk., 2012), serta meningkatkan kepercayaan diri individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan untuk mencapai tujuan kariernya (Coetzee & Beukes, 2010).

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan adaptabilitas karier pada siswa kelas XII SMA Santa Ursula Jakarta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan adaptabilitas karier pada siswa kelas XII SMA Santa Ursula Jakarta. Artinya, semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional, maka semakin tinggi pula adaptabilitas karier. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kecerdasan emosional, maka semakin rendah pula adaptabilitas karier.

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif korelasional. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XII SMA Santa Ursula Jakarta berjumlah 213 siswa yang terbagi dalam 7 kelas dalam 3 jurusan, yaitu IPA, IPS, dan Bahasa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling* sebanyak 136 siswa yang diambil ditentukan berdasarkan Tabel Krejcie (Setiawan, 2007). Jumlah subjek penelitian akhir sebanyak 144 siswa.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi. Model skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah model skala Likert. Skala Likert memiliki empat kategori jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Terdapat dua skala dalam penelitian ini, yaitu skala kecerdasan emosional (24 aitem,  $\alpha = 0,878$ ) yang disusun berdasarkan dimensi kecerdasan emosional menurut Salovey (dalam Goleman, 2015), yaitu kemampuan mengenali emosi diri (*self-awareness*), kemampuan mengelola emosi (*self-control*), kemampuan memotivasi diri (*self-motivation*), kemampuan mengenali emosi orang lain (*empathy*), dan kemampuan membina hubungan dengan orang lain (*social skills*), dan skala adaptabilitas karier (23 aitem;  $\alpha = 0,884$ ) yang disusun berdasarkan dimensi adaptabilitas karier menurut Savickas (dalam Lent & Brown, 2012), yaitu kepedulian karier (*career concern*), pengendalian karier (*career control*), keingintahuan karier (*career curiosity*), dan keyakinan karier (*career confidence*). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi sederhana yang dengan bantuan program *Statistical Packages for Social Sciences* (SPSS) versi 26.0.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan nilai *Kolmogorov-Smirnov*, diketahui bahwa variabel Adaptabilitas Karier sebaran datanya tidak normal, yang ditunjukkan dengan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,083 dengan signifikansi  $p = 0,016$  dimana syarat data normal yaitu  $p > 0,05$ . Sedangkan untuk variabel Kecerdasan Emosional persebaran datanya normal, yang ditunjukkan dengan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,061 dengan signifikansi  $p = 0,200$  dimana syarat data normal yaitu  $p > 0,05$ .

**Tabel 1**

Uji Normalitas Skala Adaptabilitas Karier dan Kecerdasan Emosional

Variabel	Nilai <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	<i>P</i>
Adaptabilitas Karier	0,083	0,016
Kecerdasan Emosional	0,061	0,200

Berdasarkan uji linieritas antara variabel Adaptabilitas Karier dan Kecerdasan Emosional mendapatkan  $F_{Lin} = 24.828$  dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara kedua variabel tersebut.

**Tabel 2**

Uji Linearitas Skala Adaptabilitas Karier dengan Skala Kecerdasan Emosional

Hubungan Variabel	Nilai F	Sig. ( $p < 0,05$ )
Adaptabilitas Karier dan Kecerdasan Emosional	24.828	0,000

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *Spearman's Rank*. Uji hipotesis tersebut digunakan karena adanya salah satu asumsi yang tidak terpenuhi, yaitu bentuk data yang tidak normal pada Skala Adaptabilitas Karier sehingga uji analisis yang digunakan selanjutnya adalah analisis dengan statistik non-parametrik yaitu uji korelasi *Spearman's Rank*.

**Tabel 3**

Uji Hipotesis *Spearman's Rank*

Hubungan Variabel	Koefisien korelasi	Sig. ( $p < 0,05$ )
Adaptabilitas Karier dan Kecerdasan Emosional	0,354	0,000

Koefisien korelasi antara variabel Adaptabilitas Karier dengan Kecerdasan Emosional sebesar 0,354 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), maka terdapat hubungan yang signifikan karena nilai signifikansi kurang dari 0.05. Hasil analisis korelasi *Spearman's rho* menunjukkan bahwa hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara Adaptabilitas Karier dengan Kecerdasan Emosional pada siswa SMA Santa Ursula Jakarta karena data yang dihasilkan signifikan.

Hasil penelitian ini juga senada dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mustikaningrum dan Desiningrum (2017), yang menunjukkan hubungan positif antara kecerdasan emosional dan kematangan karier pada siswa kelas XI SMK Negeri 2 Demak. Selain itu, hasil penelitian ini juga didukung dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Di Fabio dkk. (2012) yang menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional yang tinggi

merupakan prediktor yang baik atas keyakinan individu terhadap masa depan pendidikan atau masa depan kariernya.

Berdasarkan berbagai hasil penelitian yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan emosional mayoritas siswa SMA kelas XII SMA Santa Ursula Jakarta berada dalam kategori tinggi, yaitu sebesar 77,78 % dengan total sebanyak 112 siswa. Hal tersebut juga berlaku sama pada tingkat adaptabilitas karier. Penelitian ini mengungkap bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat adaptabilitas karier yang berada dalam kategori tinggi, yaitu sebesar 84,72% dengan total sebanyak 122 siswa. Penyebab tingginya kecerdasan emosional pada siswa kelas XII SMA Santa Ursula Jakarta adalah karena latar belakang SMA Santa Ursula Jakarta yang memiliki ciri homogen dengan seluruh siswanya berjenis kelamin perempuan.

Sekolah homogen mempunyai banyak kelebihan yang dapat membentuk karakter siswanya, antara lain adalah terciptanya kebebasan berpendapat dan berekspresi pada diri remaja yang membuat mereka lebih aktif. Para siswa dengan jenis kelamin yang sama, tidak memiliki batasan dan penghalang bagi mereka untuk berekspresi, sehingga interaksi antar siswa akan lebih terbuka. Dengan seluruh siswa yang berjenis kelamin sama, maka siswa dapat melatih kemandirian dan tidak bergantung kepada lawan jenis. Selain itu, kefokusannya siswa dalam belajar juga cenderung lebih tinggi karena tak terganggu oleh lawan jenis. Sehingga, daya saing yang tercipta pun semakin kuat antara siswa satu dan siswa lainnya dan menciptakan suasana kompetitif yang sehat. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Van Rooy dkk. (2005) yang mengemukakan bahwa individu dengan jenis kelamin perempuan lebih baik dalam mengekspresikan dan mempersepsikan emosinya, serta memiliki keterampilan emosional dan interpersonal yang lebih baik dari laki-laki.

Tingginya kecerdasan emosional siswa kelas XII SMA Santa Ursula diikuti oleh kemampuan adaptabilitas karier yang tinggi pula. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Coetzee dan Harry (2014) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan adaptabilitas karier dan menyatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan prediktor yang signifikan terhadap adaptabilitas karier.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan adaptabilitas karier pada siswa kelas XII SMA Santa Ursula Jakarta. Artinya, semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional, maka semakin tinggi tingkat adaptabilitas karier dan berlaku pula sebaliknya. Semakin rendah tingkat kecerdasan emosional, maka semakin rendah pula tingkat adaptabilitas karier siswa kelas XII SMA Santa Ursula Jakarta.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Badan Pusat Statistik. (2019). *Statistik pemuda Indonesia 2019 (04220.1904)*. <https://www.bps.go.id/publication/2019/12/20/8250138f59ccebff3fed326a/statistik-pemuda-indonesia-2019.html>
- Coetzee, M., & Beukes, C. J. (2010). Employability, emotional intelligence and career preparation support satisfaction among adolescents in the school-to-work transition phase. *Journal of Psychology in Africa*, 20(3), 439-446. <https://doi.org/10.1080/14330237.2010.10820396>

- Coetzee, M., & Harry, N. (2014). Emotional intelligence as a predictor of employees' career adaptability. *Journal of Vocational Behavior*, 84(1), 90-97. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2013.09.001>
- Di Fabio, A., Palazzeschi, L., Asulin-Peretz, L., & Gati, I. (2012). Career indecision versus indecisiveness: associations with personality traits and emotional intelligence. *Journal of Career Assessment*, 21(1), 42-56. <https://doi.org/10.1177/1069072712454698>
- Goleman, D. (2001). *Kecerdasan emosional*. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2015). *Emotional Intelligence: Kecerdasan emosional mengapa EI lebih penting daripada IQ*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Koen, J., Klehe, U., & Van Vianen, A. (2012). Training career adaptability to facilitate a successful school-to-work transition. *Journal of Vocational Behavior*, 81(3), 395-408. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.10.003>
- Lent, R. W., & Brown, S. D. (2012). *Career development and counseling: putting theory and research to work* (2<sup>nd</sup> ed.). John Wiley & Sons.
- Mardiyati, B. D., & Yuniawati, R. (2015). Perbedaan adaptabilitas karier ditinjau dari jenis sekolah (SMA dan SMK). *Empathy: Jurnal Fakultas Psikologi*, 3(1), 31-41.
- Mustikaningrum, L., Desiningrum, D. R. (2017). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan kematangan karier pada siswa kelas XI SMK Negeri 2 Demak. *Jurnal Empati*, 6(4), 91-95. <https://doi.org/10.14710/empati.2017.19994>
- Savickas, M. L. & Porfeli, E. (2012). Career adapt-abilities scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Career Assessment*, 80(3), 661-673. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.01.011>
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., & Bhullar, N. (2009). The assessing emotions scale. Dalam C. Stough, D. Saklofske, & J. Parker (Eds.), *The assessment of emotional intelligence* (pp. 119-135). Springer.
- Setiawan. N. (2007). *Penentuan ukuran sampel memakai rumus sloving dan tabel krejcie-morgan*. Pustaka Ilmiah Universitas Padjadjaran <http://pustaka.unpad.ac.id/archives/6736>
- Van Rooy, D., Alonso, A., & Viswesvaran, C. (2005). Group differences in emotional intelligence scores: Theoretical and practical implications. *Personality and Individual Differences*, 38, 689-700. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.05.023>