

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh Career Anxiety dan Perceived Social Support terhadap Career Adaptability dengan Psychological Capital sebagai variabel mediasi pada mahasiswa tingkat akhir Departemen Manajemen Universitas Andalas, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Career Anxiety terbukti berpengaruh terhadap Career Adaptability pada mahasiswa tingkat akhir Departemen Manajemen Universitas Andalas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Career Anxiety berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Career Adaptability. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan karier yang dirasakan mahasiswa, maka semakin rendah kemampuan mereka dalam menghadapi transisi menuju dunia kerja.
2. Perceived Social Support terbukti berpengaruh terhadap Career Adaptability pada mahasiswa tingkat akhir Departemen Manajemen Universitas Andalas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Perceived Social Support berpengaruh positif dan signifikan terhadap Career Adaptability. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa dari keluarga, teman, maupun significant others, maka semakin tinggi pula kemampuan mahasiswa dalam merencanakan karier, mengeksplorasi peluang, mengambil keputusan, serta beradaptasi terhadap berbagai tuntutan dunia kerja.
3. Career Anxiety terbukti berpengaruh terhadap Psychological Capital pada mahasiswa tingkat akhir Departemen Manajemen Universitas Andalas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Career Anxiety berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Psychological Capital. Temuan ini menunjukkan bahwa tingginya kecemasan karier dapat menurunkan modal psikologis positif mahasiswa.

4. Perceived Social Support terbukti berpengaruh terhadap Psychological Capital pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil menunjukan Perceived Social Support berpengaruh positif dan signifikan terhadap Psychological Capital. Hal ini membuktikan dukungan sosial yang memadai mampu meningkatkan hope, self-efficacy, resilience, dan optimism yang dimiliki mahasiswa.
5. Psychological Capital terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap Career Adaptability pada mahasiswa tingkat akhir Departemen Manajemen Universitas Andalas. Mahasiswa yang memiliki tingkat Psychological Capital yang tinggi cenderung lebih mampu menghadapi berbagai tantangan selama proses transisi menuju dunia kerja, lebih percaya diri dalam mengambil keputusan karier, serta lebih siap menyesuaikan diri terhadap perubahan dan dinamika dunia kerja. Dengan demikian, Psychological Capital menjadi salah satu faktor internal yang berperan penting dalam meningkatkan Career Adaptability.
6. Psychological Capital terbukti memediasi secara parsial pengaruh Career Anxiety terhadap Career Adaptability pada mahasiswa tingkat akhir Departemen Manajemen Universitas Andalas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Career Anxiety tidak hanya memengaruhi Career Adaptability secara langsung, tetapi juga secara tidak langsung melalui Psychological Capital. Temuan ini menunjukkan bahwa penurunan Psychological Capital menjadi salah satu mekanisme yang menjelaskan bagaimana kecemasan karier dapat mengurangi kemampuan mahasiswa dalam beradaptasi terhadap perkembangan dan tuntutan dunia kerja.
7. Psychological Capital terbukti memediasi secara parsial pengaruh Perceived Social Support terhadap Career Adaptability pada mahasiswa tingkat akhir Departemen Manajemen Universitas Andalas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya meningkatkan Career Adaptability secara langsung, tetapi juga melalui peningkatan Psychological Capital. Dengan demikian, Psychological Capital berperan sebagai mekanisme psikologis yang memperkuat pengaruh positif

Perceived Social Support terhadap kemampuan adaptasi karier mahasiswa tingkat akhir.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa Career Adaptability mahasiswa tingkat akhir Departemen Manajemen Universitas Andalas dipengaruhi oleh kombinasi faktor psikologis negatif berupa Career Anxiety, faktor eksternal berupa Perceived Social Support, serta faktor psikologis positif berupa Psychological Capital. Selain berpengaruh secara langsung terhadap Career Adaptability, Psychological Capital juga berperan sebagai variabel mediasi parsial yang menjelaskan hubungan antara Career Anxiety dan Perceived Social Support terhadap Career Adaptability. Temuan ini menegaskan bahwa peningkatan kemampuan adaptasi karier mahasiswa tidak hanya dapat dilakukan melalui upaya mengurangi Career Anxiety, tetapi juga melalui penguatan dukungan sosial serta pengembangan Psychological Capital sebagai modal psikologis positif dalam menghadapi transisi menuju dunia kerja.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh Career Anxiety dan Perceived Social Support terhadap Career Adaptability dengan Psychological Capital sebagai variabel mediasi pada mahasiswa tingkat akhir Departemen Manajemen Universitas Andalas, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

5.2.1 Bagi Departemen Manajemen Universitas Andalas

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa career anxiety berpengaruh negatif terhadap career adaptability dan psychological capital, Departemen Manajemen Universitas Andalas diharapkan dapat memperkuat berbagai program yang membantu mahasiswa tingkat akhir mempersiapkan transisi menuju dunia kerja. Program tersebut dapat berupa career coaching, seminar pengembangan karier, pelatihan penyusunan CV, simulasi wawancara kerja, serta layanan konseling karier. Melalui program tersebut, mahasiswa

diharapkan mampu mengelola kecemasan karier dengan lebih baik sehingga memiliki kesiapan yang lebih tinggi dalam menghadapi dunia kerja.

Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa perceived social support dan psychological capital berpengaruh positif terhadap career adaptability, serta psychological capital berperan sebagai mediator parsial. Oleh karena itu, Departemen Manajemen Universitas Andalas diharapkan dapat menciptakan lingkungan akademik yang mendukung melalui penguatan peran dosen pembimbing, pusat pengembangan karier, alumni, serta kegiatan pendampingan mahasiswa. Lingkungan yang suportif diharapkan mampu meningkatkan psychological capital mahasiswa sehingga kemampuan mereka dalam beradaptasi terhadap dunia kerja semakin baik.

5.2.2 Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir

Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa tingkat akhir diharapkan lebih aktif dalam mengelola career anxiety dengan mempersiapkan diri sejak dini untuk memasuki dunia kerja, seperti mengikuti pelatihan pengembangan kompetensi, program magang, seminar karier, maupun kegiatan yang dapat meningkatkan kesiapan kerja. Persiapan tersebut diharapkan mampu mengurangi kecemasan terhadap masa depan karier sehingga mahasiswa lebih siap menghadapi proses transisi menuju dunia kerja.

Di samping itu, mahasiswa juga diharapkan memanfaatkan dukungan sosial yang berasal dari keluarga, teman, dosen, maupun lingkungan sekitar sebagai sumber motivasi dan informasi dalam mempersiapkan karier. Mahasiswa juga perlu mengembangkan psychological capital dengan meningkatkan rasa percaya diri, optimisme, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, serta kemampuan mempertahankan harapan terhadap tujuan karier yang ingin dicapai. Dengan demikian, kemampuan career adaptability mahasiswa dapat berkembang secara lebih optimal.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperluas cakupan objek penelitian dengan melibatkan mahasiswa dari berbagai program studi maupun perguruan tinggi sehingga hasil penelitian memiliki tingkat generalisasi yang lebih luas. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat mengembangkan model penelitian dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi career adaptability, seperti career decision-making self-efficacy, career resilience, career planning, employability, atau proactive personality, mengingat hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masih terdapat faktor lain di luar model yang memengaruhi career adaptability dan psychological capital.

Penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan pendekatan longitudinal atau mixed methods sehingga mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai perubahan career adaptability mahasiswa selama proses transisi dari dunia pendidikan menuju dunia kerja.

5.3 Implikasi Penelitian

5.3.1 Implikasi Teoritis

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu Manajemen Sumber Daya Manusia, khususnya pada kajian mengenai pengembangan karier mahasiswa. Penelitian ini membuktikan bahwa Career Construction Theory yang dikemukakan oleh Savickas (2013) masih relevan dalam menjelaskan faktor-faktor yang memengaruhi career adaptability pada mahasiswa tingkat akhir. Temuan penelitian menunjukkan bahwa career adaptability dipengaruhi oleh faktor internal berupa career anxiety dan psychological capital, serta faktor eksternal berupa perceived social support. Hal tersebut memperkuat pandangan bahwa kemampuan adaptasi karier tidak hanya dipengaruhi oleh karakteristik individu, tetapi juga oleh kondisi psikologis dan lingkungan sosial yang mendukung.

Selain itu, penelitian ini juga memperkuat Positive Psychological Capital Theory yang dikemukakan oleh Luthans et al. (2007). Hasil penelitian

menunjukkan bahwa psychological capital berpengaruh positif terhadap career adaptability serta berperan sebagai variabel mediasi parsial dalam hubungan antara career anxiety dan perceived social support terhadap career adaptability. Temuan tersebut menunjukkan bahwa modal psikologis positif merupakan mekanisme penting yang menjelaskan bagaimana faktor psikologis maupun faktor lingkungan memengaruhi kemampuan adaptasi karier mahasiswa.

Di samping itu, penelitian ini memberikan kontribusi empiris dengan mengintegrasikan career anxiety, perceived social support, psychological capital, dan career adaptability ke dalam satu model penelitian. Model tersebut memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan adaptasi karier mahasiswa tingkat akhir, khususnya pada konteks mahasiswa Departemen Manajemen Universitas Andalas. Temuan ini sekaligus memperkaya literatur mengenai career adaptability yang selama ini lebih banyak meneliti hubungan langsung antarvariabel dibandingkan menjelaskan mekanisme mediasi melalui psychological capital.

5.3.2 Implikasi Praktis

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan career adaptability mahasiswa tidak hanya bergantung pada kemampuan individu dalam menghadapi tantangan karier, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis dan dukungan sosial yang dimiliki. Oleh karena itu, hasil penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi Departemen Manajemen Universitas Andalas dalam mengembangkan berbagai program yang mendukung kesiapan karier mahasiswa tingkat akhir yaitu sebagai berikut :

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa career anxiety berpengaruh negatif terhadap career adaptability mahasiswa tingkat akhir. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan mahasiswa terhadap masa depan kariernya, maka semakin rendah kemampuan mereka dalam mempersiapkan diri menghadapi transisi menuju dunia kerja. Kondisi tersebut dapat menghambat mahasiswa dalam menyusun

perencanaan karier, mengeksplorasi peluang kerja, mengambil keputusan karier, serta menumbuhkan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki. Berdasarkan temuan tersebut, Departemen Manajemen Universitas Andalas perlu memberikan perhatian terhadap kondisi psikologis mahasiswa menjelang kelulusan. Upaya yang dapat dilakukan antara lain melalui penyelenggaraan seminar kesiapan kerja, pelatihan penyusunan curriculum vitae (CV), simulasi wawancara kerja, bimbingan karier, serta layanan konseling karier. Program-program tersebut diharapkan mampu membantu mahasiswa mengurangi kecemasan terhadap dunia kerja sehingga mereka memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi proses transisi setelah lulus.

2. Hasil penelitian membuktikan bahwa perceived social support mampu meningkatkan career adaptability mahasiswa tingkat akhir. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang merasakan dukungan dari keluarga, teman, dosen, maupun lingkungan akademik cenderung memiliki kemampuan adaptasi karier yang lebih baik dibandingkan mahasiswa yang merasa kurang memperoleh dukungan. Temuan ini menunjukkan pentingnya menciptakan lingkungan akademik yang mendukung perkembangan karier mahasiswa. Oleh karena itu, Departemen Manajemen Universitas Andalas dapat memperkuat berbagai bentuk dukungan sosial melalui program mentoring antara dosen dan mahasiswa, pembinaan oleh alumni, kegiatan career coaching, serta penyelenggaraan seminar yang melibatkan praktisi industri. Selain itu, keluarga dan teman sebaya juga diharapkan memberikan dukungan emosional maupun informasi yang dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meningkatnya career anxiety menyebabkan penurunan psychological capital mahasiswa. Hal tersebut menunjukkan bahwa kecemasan mengenai masa depan karier tidak hanya berdampak pada kesiapan karier, tetapi juga menurunkan harapan (hope), keyakinan terhadap kemampuan diri (self-efficacy), optimisme, dan kemampuan bertahan menghadapi kesulitan (resilience). Implikasinya,

Departemen Manajemen Universitas Andalas tidak hanya perlu membantu mahasiswa mengurangi kecemasan karier, tetapi juga perlu memfasilitasi pengembangan modal psikologis positif. Hal ini dapat dilakukan melalui pelatihan pengembangan diri, workshop mengenai manajemen stres, pelatihan resilience, maupun kegiatan yang mampu meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa. Dengan psychological capital yang lebih baik, mahasiswa akan lebih siap menghadapi tantangan dalam proses pencarian kerja maupun ketika memasuki lingkungan kerja yang sesungguhnya.

4. Penelitian ini menunjukkan bahwa perceived social support berpengaruh positif terhadap psychological capital mahasiswa. Artinya, dukungan yang diberikan oleh lingkungan sekitar mampu membantu mahasiswa membangun kondisi psikologis yang lebih positif sehingga mereka menjadi lebih optimis, percaya diri, memiliki harapan terhadap masa depan, serta lebih mampu menghadapi berbagai hambatan. Berdasarkan temuan tersebut, Departemen Manajemen Universitas Andalas perlu membangun budaya akademik yang lebih suportif melalui peningkatan komunikasi antara dosen dan mahasiswa, pembentukan kelompok belajar, komunitas pengembangan karier, maupun kegiatan kolaboratif yang dapat memperkuat hubungan sosial antarmahasiswa. Lingkungan yang positif akan membantu mahasiswa mengembangkan psychological capital yang pada akhirnya mendukung kesiapan mereka memasuki dunia kerja.
5. Hasil penelitian membuktikan bahwa psychological capital merupakan salah satu faktor yang mampu meningkatkan career adaptability mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat harapan, optimisme, kepercayaan diri, dan resiliensi yang tinggi cenderung lebih siap menghadapi perubahan, lebih mudah mengambil keputusan karier, serta lebih percaya diri ketika memasuki dunia kerja. Temuan ini menunjukkan bahwa pengembangan psychological capital perlu menjadi bagian dari program pengembangan mahasiswa. Oleh karena itu, Departemen Manajemen Universitas Andalas dapat menyelenggarakan berbagai kegiatan seperti pelatihan kepemimpinan, pelatihan pengembangan diri, coaching karier, maupun

kegiatan experiential learning yang dapat meningkatkan kepercayaan diri dan ketahanan psikologis mahasiswa. Dengan demikian, mahasiswa tidak hanya memiliki kompetensi akademik, tetapi juga memiliki kesiapan psikologis yang diperlukan dalam menghadapi tantangan dunia kerja.

6. Hasil penelitian menunjukkan bahwa psychological capital mampu memediasi pengaruh career anxiety terhadap career adaptability. Temuan ini mengindikasikan bahwa dampak negatif career anxiety terhadap kemampuan adaptasi karier dapat dikurangi apabila mahasiswa memiliki psychological capital yang baik. Implikasinya, upaya meningkatkan career adaptability mahasiswa tidak cukup hanya dengan mengurangi kecemasan karier, tetapi juga harus disertai dengan pengembangan psychological capital. Oleh karena itu, setiap program pengembangan karier yang diselenggarakan oleh Departemen Manajemen Universitas Andalas sebaiknya mengintegrasikan materi yang berfokus pada peningkatan hope, self-efficacy, resilience, dan optimism. Pendekatan ini akan membantu mahasiswa tetap mampu beradaptasi dengan baik meskipun menghadapi berbagai ketidakpastian dalam memasuki dunia kerja.
7. Hasil penelitian membuktikan bahwa psychological capital juga memediasi pengaruh perceived social support terhadap career adaptability. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial akan memberikan manfaat yang lebih besar apabila mampu meningkatkan kondisi psikologis positif mahasiswa terlebih dahulu. Dengan kata lain, keberhasilan dukungan sosial dalam meningkatkan kemampuan adaptasi karier tidak hanya bergantung pada banyaknya dukungan yang diterima, tetapi juga pada kemampuan mahasiswa dalam mengubah dukungan tersebut menjadi rasa percaya diri, optimisme, harapan, dan ketahanan psikologis. Oleh karena itu, Departemen Manajemen Universitas Andalas perlu memastikan bahwa berbagai bentuk dukungan yang diberikan kepada mahasiswa tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga mampu memberdayakan mahasiswa secara psikologis. Program mentoring, pendampingan akademik, coaching karier, dan keterlibatan alumni sebaiknya dirancang untuk membantu mahasiswa

membangun keyakinan terhadap kemampuan dirinya sehingga dukungan sosial yang diterima dapat dimanfaatkan secara optimal dalam meningkatkan career adaptability.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan career adaptability mahasiswa memerlukan pendekatan yang komprehensif. Upaya tersebut tidak hanya berfokus pada pengurangan career anxiety, tetapi juga pada peningkatan perceived social support serta pengembangan psychological capital sebagai modal psikologis utama dalam menghadapi transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja. Dengan mengintegrasikan ketiga aspek tersebut ke dalam program pengembangan karier, Departemen Manajemen Universitas Andalas diharapkan dapat menghasilkan lulusan yang tidak hanya memiliki kompetensi akademik, tetapi juga memiliki kesiapan psikologis dan kemampuan beradaptasi yang tinggi dalam menghadapi dinamika dunia kerja.

