

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan *career adaptability* pada sarjana *fresh graduate* lulusan perguruan tinggi di Yogyakarta. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin tinggi pula kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan dunia kerja. Individu dengan *career adaptability* tinggi cenderung mampu merencanakan karier, percaya diri, dan mengeksplorasi peluang kerja. Sebaliknya, rendahnya dukungan sosial berkaitan dengan kesulitan mengambil keputusan, rasa percaya diri yang rendah, serta kurangnya eksplorasi karier. Dengan demikian, hipotesis penelitian ini diterima dan terbukti secara empiris.

2. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian yang telah disampaikan, peneliti menyadari dalam penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, maka peneliti mengemukakan beberapa saran. Terdapat dua saran yang dapat peneliti sampaikan, yakni:

1. Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi pengetahuan bagi *fresh graduate* agar lebih memahami pentingnya kemampuan untuk mengelola dan mengarahkan jalur karier secara mandiri. Tidak cukup hanya memiliki rencana atau harapan

terhadap masa depan karier, tetapi juga diperlukan keterampilan dalam pengambilan keputusan, penentuan arah, serta penguatan kendali diri dalam menghadapi dinamika dunia kerja. Selain itu, *fresh graduate* juga perlu menyadari pentingnya membangun dan memanfaatkan dukungan sosial, baik dari keluarga, teman, rekan kerja, maupun institusi, sebagai sumber informasi, motivasi, dan bantuan yang dapat memperkuat kemampuan adaptasi karier. Dengan adanya kombinasi keterampilan adaptasi karier yang kuat dan dukungan sosial yang memadai, lulusan baru diharapkan mampu menjalani masa transisi dari dunia pendidikan ke dunia profesional dengan lebih terarah, percaya diri, dan fleksibel.

2. Bagi Pihak Terkait (Kampus/Lembaga Pendidikan)

Disarankan agar kampus atau lembaga pendidikan, khususnya melalui *career center*, tidak hanya menyelenggarakan kegiatan seperti *job fair* atau seminar, tetapi juga memperkuat program-program dukungan informasional dan instrumental. Misalnya dengan memperbanyak pelatihan *soft skills*, pendampingan karier individu, serta membangun kemitraan strategis dengan dunia industri. Upaya ini akan membantu lulusan khususnya *fresh graduate*, untuk meningkatkan kemampuan *career adaptability*. Dengan dukungan tersebut, lulusan diharapkan mampu menjalani masa transisi dari dunia pendidikan ke dunia profesional dengan lebih terarah, percaya diri, dan fleksibel.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pada penelitian ini, untuk peneliti selanjutnya disarankan agar menjangkau lebih banyak responden dari berbagai daerah atau kampus, agar hasil penelitian bisa mewakili lebih banyak lulusan. Penelitian selanjutnya juga bisa menggunakan metode campuran, misalnya selain menyebar kuesioner juga melakukan wawancara, supaya data yang diperoleh lebih dalam dan bervariasi. Peneliti juga sebaiknya memastikan bahwa responden benar-benar sesuai dengan kriteria yang ditentukan dan disarankan melakukan *screening* subjek dengan metode yang lebih ketat, misalnya melalui verifikasi dokumen untuk meminimalkan kemungkinan responden yang tidak sesuai kriteria dan hasil penelitian dapat lebih akurat. Selain itu, akan lebih baik jika menambahkan variabel lain agar penelitian menjadi lebih lengkap dan menyeluruh.