

## EKSPLORASI KECERDASAN EMOSI DAN ADAPTABILITAS KARIER MAHASISWA

Damian Mahesa Nurwandono <sup>1\*</sup>, Miftakhul Jannah <sup>2</sup>, Lusya Estu Ariningtyas <sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

<sup>3</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya

### Article Info

#### Article History

Submitted: 2<sup>th</sup> July  
2025

Final Revised: 27<sup>th</sup>  
August 2025

Accepted: 28<sup>th</sup>  
August 2025

### Abstract

**Background:** The development of industry and technology will continue to advance rapidly, students as the next generation are required to have self-preparation in facing career challenges including the world of work in this case career adaptability is very necessary for students. Career transition in students occurs from the world of students (education) to the world of work (work), students who have mature emotional intelligence can display career adaptability as future planning. Emotional intelligence is the ability to manage and recognize the feelings of others, so emotional intelligence is needed to face future career challenges. **Objective:** This research was conducted with the aim of seeing the relationship between emotional intelligence and career adaptability in students. **Method:** Quantitative is the method used in this study which was carried out by distributing questionnaires, the sample was taken using purposive sampling techniques with certain criteria, 118 respondents were obtained at Faculty X, University Y who were doing an internship using a correlation test. **Result:** The  $r$  result of 0.708 means that there is a relationship between emotional intelligence and students career adaptability. **Conclusion:** High emotional intelligence in students increases career adaptability.

**Keywords:** Emotional Intelligence, Career Adaptability, Students



This is an open access article  
under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license

Copyright © 2025 by Author,  
Published by Universitas  
Muhammadiyah Gresik

### Abstrak

**Latar Belakang:** Perkembangan industri dan teknologi akan terus melaju pesat, mahasiswa sebagai generasi penerus dituntut untuk memiliki kesiapan diri dalam menghadapi tantangan karier termasuk ketidakpastian dunia kerja dalam hal ini adaptabilitas karier sangat diperlukan bagi mahasiswa. Transisi karier pada mahasiswa terjadi dari dunia pelajar (pendidikan) menuju dunia kerja (Pekerjaan), mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosi yang matang dapat menampilkan adaptabilitas karier sebagai perencanaan masa depan. Kecerdasan emosi merupakan kemampuan untuk mengelola dan mengenali perasaan orang lain, sehingga kecerdasan emosi diperlukan untuk menghadapi tantangan karier kedepannya. **Tujuan:** Penelitian ini dilakukan dengan tujuan dapat melihat adanya hubungan antara kecerdasan emosi dengan adaptabilitas karier pada mahasiswa. **Metode:** Kuantitatif adalah metode pada penelitian ini yang dilakukan penyebaran kuesioner, sampel yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria tertentu, didapatkan responden sebanyak 118 pada Fakultas X Universitas Y yang sedang magang dengan menggunakan uji korelasi. **Hasil:** Hasil  $r$  sebesar 0,708 artinya didapatkan hubungan antara kecerdasan emosi dengan adaptabilitas karier mahasiswa. **Kesimpulan:** Tingginya kecerdasan emosi pada mahasiswa membuat adaptabilitas kariersemakin meningkat.

**Kata kunci:** Kecerdasan Emosi, Adaptabilitas Karier, Mahasiswa

\*email : [damianmahesaa@gmail.com](mailto:damianmahesaa@gmail.com)

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya  
Jl. Lidah Wetan, Surabaya

## PENDAHULUAN

Kemajuan pesat dalam bidang industri dan teknologi menuntut mahasiswa untuk selalu siap menghadapi kompleksitas dunia kerja yang penuh tantangan. Persaingan yang semakin ketat di pasar tenaga kerja diiringi dengan kebutuhan pekerja yang berkualitas. Masih banyak lulusan perguruan tinggi yang belum terserap dalam dunia kerja maupun belum mampu menciptakan peluang usaha sendiri, yang menunjukkan adanya hambatan dalam transisi dari pendidikan ke dunia kerja (Azhar dan Aprilia, 2018). Dalam konteks ini, mahasiswa sebagai calon tenaga kerja dan pemimpin masa depan dituntut memiliki kesiapan menghadapi dinamika karier, seperti ketidakpastian pekerjaan, perkembangan teknologi yang cepat, serta meningkatnya standar kompetensi. Menurut Syamsu dan Satrianta (2021) pentingnya pembekalan keterampilan yang sesuai dengan bidang keilmuan dan kompetensi mahasiswa. Untuk mempersiapkan lulusan yang dapat bersaing perlu adanya peran dan strategi dalam menghadapinya.

Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK) mencerminkan persentase angkatan kerja dari total penduduk usia yang bekerja. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menyebut pada agustus 2024, terjadi peningkatan TPAK sebesar 1,15 persen dibandingkan tahun sebelumnya. Kondisi ini dikenal sebagai bonus demografi, yaitu situasi ketika mayoritas penduduk berada dalam usia produktif, yang berpotensi mendorong percepatan pertumbuhan ekonomi (Purwati dan Prasetyanto, 2022). Namun, bonus demografi hanya akan memberikan manfaat maksimal apabila dibarengi dengan kualitas penduduk yang memadai. Tantangan utama yang dihadapi adalah bagaimana meningkatkan kapasitas dan kompetensi individu agar mampu bersaing di tengah perkembangan industri. Menurut Qomariyah dkk (2023) pendidikan memegang peran kunci dalam menghadapi tantangan bonus demografi. Oleh karena itu, mahasiswa sebagai bagian dari kelompok usia produktif perlu dibekali dengan keterampilan praktis yang relevan sehingga memiliki daya saing tinggi dalam dunia kerja yang semakin kompetitif.

Untuk mempersiapkan mahasiswa agar mempunyai kompetensi sesuai dengan kebutuhan dunia kerja, pelaksanaan program magang menjadi salah satu langkah strategis. Hal ini diperkuat melalui Permendikbudristek No. 63 Tahun 2024 yang mengatur tentang penyelenggaraan magang mahasiswa sebagai bentuk pembelajaran berbasis pengalaman di lingkungan profesional dalam jangka waktu tertentu. Program MBKM salah satu kebijakan pemerintah yang dirancang untuk memberikan ruang bagi mahasiswa dalam mengembangkan potensi sesuai minat dan bakat mereka. Program magang ini bertujuan mencetak lulusan yang tidak hanya relevan dengan kebutuhan industri, tetapi juga memiliki karakter kebangsaan yang kuat (Rahman dkk., 2023). Menurut Lisdiantini dkk (2022) mahasiswa yang mengikuti program magang dapat melakukan praktik secara langsung dari materi yang telah diperoleh di perguruan tinggi sekaligus memahami dinamika dunia industri secara langsung.

Mahasiswa yang mengikuti program magang memiliki pengalaman yang dapat membantu mereka mengembangkan keterampilan di bidang tertentu sehingga memiliki gambaran saat memasuki dunia profesional setelah lulus (Tanjung dkk., 2023). Menurut Nugraheni dkk (2017) masa transisi dari perguruan tinggi ke dunia kerja merupakan fase penting yang dapat mendorong mahasiswa untuk menggali potensi diri serta belajar mengelola emosi secara mandiri. Gohae (2020) menegaskan bahwa pengalaman kerja selama magang dapat mempercepat proses adaptasi di dunia

kerja. Menurut Chairunissa dan Rahmayanti (2024) magang merupakan alternatif strategis bagi mahasiswa dalam mengasah kemampuan sebelum terjun ke dunia profesional.

Mahasiswa perlu memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri untuk menghadapi dan mempersiapkan karier sehingga mahasiswa perlu memiliki kemampuan adaptabilitas karier. Kemampuan beradaptasi pada individu dengan perubahan dan dinamika yang terjadi di lingkungan kerja merujuk pada adaptabilitas karier (Arta dkk., 2023). Savickas dan Porfeli (2012) menyebut adaptabilitas karier merupakan kekuatan psikologis seseorang dalam menanggapi tuntutan serta perubahan yang muncul dalam konteks pekerjaan. Bagi mahasiswa yang sedang menjalani masa magang, kemampuan sesuai bidang keahliannya sebagai bentuk kesiapan sehingga ini menjadi sangat penting untuk terjun langsung pada dunia kerja. Nugraheni dkk (2017) menjelaskan bahwa adaptabilitas karier mencerminkan kesiapan individu dalam menghadapi berbagai tugas dan peran kerja, serta dapat menyesuaikan diri pada kondisi kerja yang tidak pasti. Mahasiswa yang sedang di pada masa transisi sebelum ke dunia kerja perlu mengembangkan adaptabilitas karier agar lebih percaya diri dalam menghadapi ketidakpastian karier. Penelitian oleh Agustini (2022) mengungkapkan adaptabilitas karier memiliki salah satu faktor yang dapat mempengaruhi yaitu kecerdasan emosi. Kecerdasan emosi menjadi aspek penting bagi mahasiswa dalam mempersiapkan masa transisi menuju dunia kerja.

Kemampuan seseorang dalam memahami dan mengenali perasaan diri sendiri serta orang lain, sekaligus mampu mengelola emosi dalam berbagai situasi, baik secara personal maupun sosial disebut dengan kecerdasan emosi (Paradita dan Sawitri, 2023). Individu yang mampu mengelola emosinya dengan baik menunjukkan tingkat kecerdasan emosi yang tinggi (Nugraheni dkk., 2017). Menurut Maulidina dan Wibowo (2021) Kemampuan untuk mengenali perubahan emosi serta mengelola perasaan dalam diri secara adaptif disebut kecerdasan emosi. Kemampuan ini sangat penting bagi mahasiswa, terutama dalam memahami kondisi emosional diri sendiri. Kecerdasan emosi juga berperan dalam mendukung kesiapan adaptabilitas karier individu (Paradita dan Sawitri, 2023). Kecerdasan emosi yang matang mempunyai kemampuan untuk mengatur diri secara emosional, sehingga lebih mampu menunjukkan fleksibilitas dan kesiapan dalam merencanakan masa depan karier (Paradita dan Sawitri, 2023). Kemampuan untuk memotivasi diri, mengendalikan dorongan emosional, bertahan dalam situasi sulit, serta mengelola suasana hati merupakan cakupan kecerdasan emosi (Deliati dkk., 2022). Dalam menghadapi dunia kerja yang dinamis dan penuh tantangan, mahasiswa tidak hanya dituntut memiliki kompetensi akademik, tetapi juga keterampilan emosional yang memadai untuk menyesuaikan diri dengan perubahan, mengelola tekanan, dan membangun hubungan interpersonal. Menurut Azhar dan Aprilia (2018) menyatakan bahwa individu dengan tingkat rendah pada kecerdasan emosi cenderung mengalami kesulitan dalam memutuskan arah karier.

Program magang diperlukan untuk memberikan gambaran pada mahasiswa pada masa transisi ke dunia kerja dari dunia pendidikan. Dengan adanya penelitian ini untuk melihat hubungan kecerdasan emosi dengan adaptabilitas karier pada mahasiswa. Diharapkan penelitian ini memiliki manfaat untuk perencanaan bagi mahasiswa untuk memiliki kemampuan kecerdasan emosi maupun kemampuan adaptabilitas karier.

## METODE PENELITIAN

Pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian ini. Menurut Jannah (2018) tujuan dari penelitian korelasi untuk mengungkapkan dan mengetahui hubungan dari variabel yang diteliti. Penelitian ini menggunakan instrumen dan analisis data yang memiliki sifat statistik dengan melakukan uji pada hipotesis yang sudah ditetapkan, penelitian ini memiliki variabel bebas (X) yaitu kecerdasan emosi, serta variabel terikat (Y) yaitu adaptabilitas karier.

### Sampel atau Populasi

Keseluruhan unit yang terdiri dari karakteristik penelitian disebut populasi (Abdullah 2015). Penelitian ini memiliki populasi mahasiswa aktif di Fakultas X pada Universitas Y dengan memiliki jumlah sampel 118 mahasiswa. *Purposive sampling* merupakan teknik dalam mengambil data pada penelitian ini. *Purposive sampling* dapat diartikan sebagai pengambilan data dengan kriteria tertentu (Jannah 2018). Pada penelitian ini menggunakan sampel Mahasiswa aktif di Fakultas x pada Universitas y angkatan 2021 dan 2022 sedang magang di suatu instansi dengan rentang usia 20-24 Tahun

### Teknik Pengumpulan Data

Metode penyebaran angket sebagai pengumpulan data pada penelitian ini. Metode penyebaran angket dengan menggunakan instrument penelitian skala *linkert* yang terdapat lima alternatif jawaban. Alternatif jawaban pada penelitian ini diantaranya yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Cukup (C), Sesuai (S), Sangat Sesuai (SS). Instrumen penelitian pada skala kecerdasan emosi yaitu *Assesing Emotional Scale* (AES) ini mengadopsi alat ukur dari Idriyani (2020) dengan jumlah 33 aitem. Instrumen penelitian pada variabel adaptabilitas karier yaitu *Career Adapt Abilities Scale Short Form* (CAAS-SF) dengan versi Indonesia yang mengadopsi dari Panjaitan dan Sahrah (2023) dengan jumlah 12 aitem. Uji reabilitas menggunakan Cronbach's Alpha apabila nilai lebih dari 0,7 maka instrumen reliabel dan cukup andal untuk mengukur variabel, sementara membandingkan nilai r hitung dengan r tabel merupakan uji validitas.

### Teknik Analisis Data

Uji korelasi digunakan untuk pengolahan data. Pada uji normalitas, data memiliki distribusi normal jika mencapai signifikansi  $>0,05$  (Nurhaswinda dkk., 2025). Apabila uji normalitas didapatkan data berdistribusi secara normal dapat dilanjutkan dengan menggunakan uji parametrik, jika didapatkan data memiliki distribusi tidak normal maka dilakukan uji non parameterik. Pada uji linearitas digunakan dengan melihat signifikansi pada suatu penelitian bersifat linear maupun tidak linear. Asumsi penelitian ini mencakup uji normalitas, uji linearitas dan uji korelasi dengan menggunakan aplikasi SPSS.

## HASIL

Penelitian ini memiliki subjek mahasiswa aktif Fakultas X Universitas Y dengan memiliki jumlah responden sebanyak 118 dan telah menyetujui sebagai responden penelitian, dengan rentang usia 20-21 tahun sebanyak 76 responden, rentang 22-23 sebanyak 41 responden, dan 24 tahun sebanyak 1 responden.

**Tabel 1 . Karakteristik Responden**

Karakteristik	Jumlah (n=118)	Persentase
Kelompok Umur		
20-21 Tahun	76	64%
22-23 Tahun	41	35%
24 Tahun	1	1%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	31	26%
Perempuan	87	74%
Bidang Perusahaan		
Pendidikan	46 Orang	39%
Jasa	26 Orang	22%
Perindustrian	24 Orang	20%
Lainnya	22 Orang	19%

Berdasarkan karakteristik responden pada tabel 1, pada karakteristik jenis kelamin pada responden laki-laki sejumlah 31 orang memiliki persentase 26% dan responden perempuan sejumlah 87 orang dengan persentase 74%. Responden perempuan memiliki jumlah lebih banyak. Berdasarkan bidang perusahaan responden yang sedang magang didapatkan bahwa pendidikan memiliki responden terbanyak 46 orang diikuti dengan jasa 26 orang, Perindustrian 24 orang dan responden yang menjawab lainnya sebanyak 22 orang.

**Tabel 2. Uji Validitas dan Reabilitas Variabel Kecerdasan Emosi dan Adaptabilitas Karier**

Variabel	Cronbach's Alpha	Jumlah Item	r tabel	r hitung	Keterangan
Kecerdasan Emosi	0.891	33	0.179	0.228-0.710	Valid
Adaptabilitas Karier	0.898	12	0.179	0.542-0.781	Valid

Pada tabel no 2 dilihat dari Cronbach's alpha pada variabel kecerdasan emosi dan adaptabilitas karier  $p > 0,7$  dengan nilai  $p = 0,891$  dan  $p = 0,898$  maka kedua variabel dikatakan reliabel. Uji validitas kecerdasan emosi dengan jumlah item 33 item memenuhi standar uji validitas dengan nilai signifikansi 5% yang memiliki r tabel senilai 0.179. Pada variabel adaptabilitas karier dengan memiliki 12 item sesuai standar uji validitas dengan melihat perbandingan r hitung dengan r tabel. Dari uji yang dilakukan ditemukan variabel kecerdasan emosi dan adaptabilitas karier seluruh aitem dikatakan valid sebab r hitung lebih besar dari r tabel (0.891).

**Tabel 3. Uji Normalitas**

Variabel	Nilai Sig.
Kecerdasan Emosi	0.200
Adaptabilitas Karier	0.000

Uji normalitas digunakan untuk melihat data memiliki distribusi normal atau tidak, Pada uji normalitas ini menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*. Kriteria data dapat dikatakan pada hasil uji normalitas jika sudah mencapai signifikansi  $> 0.05$  data berdistribusi normal dan sebaliknya

(Nurhaswinda dkk., 2025). Hasil uji yang dilakukan variabel kecerdasan emosi memiliki nilai signifikansi 0.200 lebih besar dari 0.05 maka dikatakan data memiliki distribusi normal. Pada variabel adaptabilitas karier tidak memiliki distribusi normal dengan nilai signifikansi 0.000 lebih kecil dari 0.05 maka data tidak memiliki distribusi tidak normal.

**Tabel 4. Uji Linearitas**

Variabel	<i>Deviation From Linearity</i>
Kecerdasan Emosi dengan Adaptabilitas Karier	0.138

Uji linearitas pada tabel 4 yang dimana signifikasni antara kecerdasan emosi dengan adaptabilitas karier memiliki nilai sebesar 0.138, dapat diartikan nilai signifikansi  $> 0,05$  maka antara variabel kecerdasan emosi dengan adaptabilitas karier terdapat hubungan linear. Maka uji asumsi linearitas dapat terpenuhi.

**Tabel 5. Uji Korelasi**

Variabel	Koefisien Korelasi	Nilai Sig
Kecerdasan Emosi	0.708	0.000
Adaptabilitas Karier		

Uji korelasi pada tabel 4 menggunakan uji nonparametrik dengan *spearman rho* dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.708 dengan memiliki Tingkat hubungan yang kuat anantara kecerdasan emosi dengan adaptabilitas karier. Hasil nilai signifikasnsi sebesar 0.000 sehinggap lebih kecel dari 0.05 memiliki hubungan yang signifikan, sehingga variabel antara kecerdasan emosi dengan adaptabilitas karier menunjukkan positif dan kuat anantara kedua variabel.

## PEMBAHASAN

Penelitian mengenai kecerdasan emosi dan adaptabilitas karier adalah untuk mengetahui dan memahami hubungan kedua variabel tersebut pada mahasiswa. Kecerdasan emosi dipandang sebagai aset psikologis utama yang memungkinkan individu mengembangkan perilaku adaptif dalam menghadapi berbagai tantangan dalam perjalanan karier mereka. Adaptabilitas karier sendiri merujuk pada kompetensi untuk mengantisipasi serta menyelesaikan permasalahan karier, baik yang telah diperkirakan maupun yang muncul secara tiba-tiba dan tetap menunjukkan kesiapan dalam menjalankan tugas-tugasnya pada individu (Ramdhani dkk., 2019). Individu yang memiliki tingkat kecerdasan emosi yang tinggi cenderung mempunyai kemampuan untuk mengelola emosi secara positif. Mereka lebih percaya diri dalam mengambil keputusan, tidak mudah diliputi keraguan, serta mampu menjadikan situasi negatif sebagai pemicu untuk bertumbuh. Dalam menghadapi keputusan penting terkait karier, mereka cenderung melihatnya sebagai peluang pengembangan diri, bukan sebagai hambatan (Farnia dkk., 2018).

Mahasiswa yang mengikuti program magang memiliki kesempatan untuk secara langsung memahami proses dan dinamika dunia kerja, yang dapat menjadi bekal penting dalam melatih keterampilan untuk digunakan setelah lulus dari perguruan tinggi (Tanjung dkk., 2023). Pada masa menuju dunia profesional dari dunia pendidikan, program magang menjadi langkah strategis yang membantu mahasiswa mempersiapkan diri menghadapi tuntutan karier. Dalam konteks ini, kemampuan adaptabilitas karier sangat dibutuhkan, karena memungkinkan individu untuk

menjalankan peran dan tugas pekerjaan secara fleksibel, terutama dalam situasi yang tidak terduga (Nugraheni dkk., 2017). Salah satu aspek penting yang turut memengaruhi adaptabilitas karier adalah kecerdasan emosi. Bagi mahasiswa, kecerdasan emosi memainkan peran krusial dalam pengembangan karier ke depan. Kecerdasan emosi mencakup kemampuan dalam mengelola emosi dan perasaan diri untuk mengarahkan pikiran dan perilaku secara konstruktif (Pambudy dan Handayati, 2022). Kecerdasan emosi perlukan dimiliki mahasiswa yang sedang menjalani magang sebagai persiapan menghadapi transisi dunia kerja. Di sisi lain, adaptabilitas karier juga penting agar mahasiswa mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan kerja dan menghadapi berbagai tuntutan profesional secara efektif.

Kecerdasan emosi memiliki peran dalam membentuk adaptabilitas karier seseorang, khususnya di tengah perubahan dan tantangan dunia kerja yang semakin kompleks. Kemampuan untuk memahami, mengenali serta mengelola secara efektif emosi diri dan orang lain sehingga dapat meningkatkan kesiapan individu dalam menghadapi berbagai situasi karier, termasuk dalam mengambil keputusan dan menyelesaikan permasalahan. Selain itu, kecerdasan emosi juga mendorong individu untuk lebih bertanggung jawab terhadap pilihan karier yang diambil. Individu dengan tingkat kecerdasan emosi yang baik cenderung lebih mampu menghadapi hambatan secara konstruktif dan menjadikannya sebagai peluang untuk berkembang. Dengan demikian, kecerdasan emosi tidak hanya berfungsi sebagai aspek pendukung, tetapi menjadi elemen fundamental dalam membangun kemampuan adaptif yang diperlukan untuk menghadapi dinamika dan ketidakpastian di dunia kerja.

Hasil penelitian yang dilakukan adanya hubungan antara kecerdasan emosi dan adaptasi karier pada mahasiswa yang positif. Mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi umumnya mampu menghadapi tekanan, menjaga kestabilan emosional, serta dapat menyesuaikan diri terhadap berbagai tuntutan maupun perubahan di lingkungan kerja. Penelitian yang dilakukan oleh Paradita dan Sawitri (2023) menunjukkan hasil positif kecerdasan emosi dengan adaptabilitas karier pada siswa kelas XII SMA Santa Ursula Jakarta. Penelitian lain yang dilakukan pada mahasiswa yang baru lulus dilakukan oleh Azhar dan Aprilia (2018) ditemukan adanya hubungan kecerdasan emosi dengan adaptabilitas karier dengan hasil positif. Temuan ini mengindikasikan bahwa kecerdasan emosi bukan sekadar aspek keterampilan sosial, tetapi juga merupakan landasan utama dalam membangun kesiapan seseorang dalam menghadapi dunia karier.

Penelitian yang sudah dilakukan terdapat saran untuk penelitian selanjutnya, seperti memiliki latar belakang keragaman yang luas mencakup variasi institusi Pendidikan maupun variasi program studi sehingga data dapat mempresentasikan populasi heterogen. Untuk memiliki keterampilan kecerdasan emosi dan adaptabilitas karier pada mahasiswa, maka perlu adanya kolaborasi baik dari perguruan tinggi dan mahasiswa seperti menyediakan program keterampilan, *workshop* maupun program *coaching* di luar jam perkuliahan agar mahasiswa dapat mempersiapkan tujuan kedepannya.

## KESIMPULAN

Hubungan antara kecerdasan emosi dengan adaptabilitas karier didapatkan mempunyai hubungan yang mengarah positif dan kuat. Hal ini dapat diartikan bahwa adanya signifikansi hubungan kecerdasan emosi dengan adaptabilitas karier pada mahasiswa. Korelasi positif yang kuat mengindikasikan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi seorang mahasiswa, semakin tinggi juga kemampuan mereka dalam beradaptasi dengan perubahan dan tantangan dalam perjalanan karier,

semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin rendah juga adaptabilitas karier. Saran keterbaruan pada penelitian selanjutnya bisa menggunakan sampel yang lebih besar lagi seperti universitas atau karyawan yang sedang mengalami transisi karier.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Prof. Ma'ruf. 2015. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*.
- Agustini, Dewi Wisfar. 2022. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Career Adaptability : Personality, Emotional Intelligence Dan Work Value (Suatu Kajian Literature Review Manajemen Sumber Daya Manusia)." *Jurnal Ekonomi Manajemen Sistem Informasi* 3(6):613–20.
- Arta, Deddy Novie Citra, Rivai Makduani, Fahrur Rozi, Muhammad Taufik, and Yahya Nusa. 2023. "Peran Career Adaptability Terhadap Emotional Intelligence Dan Work Values: Literature Review." *Journal of Economic, Bussines and Accounting (COSTING)* 6(2):1270–79. doi: 10.31539/costing.v6i2.5206.
- Azhar, Rifki, and Eka Dian Aprilia. 2018. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dan Adaptabilitas Karir Pada Sarjana Di Banda Aceh." *Journal of Psychological Science and Profession* 2(2):173. doi: 10.24198/jpsp.v2i2.17691.
- Chairunissa, Dina, and Henita Rahmayanti. 2024. "Membentuk Kesiapan Kerja Mahasiswa Melalui Program Magang." *Journal of Engineering Education and Pedagogy* 1(1):1–7. doi: 10.56855/jeep.v2i1.683.
- Deliaty, Halimah Tussa Diah, and Elfrianto. 2022. "Kecerdasan Emosional Mahasiswa Anggota Organisasi Tingkat Fakultas Program Studi Bimbingan Konseling." *Jurnal Guru Kita* 7(1):157–65.
- Farnia, Forouzan, Fredrick M. Nafukho, and K. V. Petrides. 2018. "Predicting Career Decision-Making Difficulties: The Role of Trait Emotional Intelligence, Positive and Negative Emotions Forouzan." *Frontiers in Psychology* 9:1–6. doi: 10.3389/fpsyg.2018.01107.
- Gohae, Anskaria Simfrosa. 2020. "Pengalaman Magang, Minat Kerja Dan Pengaruhnya Terhadap Kesiapan Kerja Mahasiswa Akuntansi." *Jurnal Ilmiah Manajemen Ekonomi Dan Akuntansi* 4(3):1954–64. doi: <https://doi.org/10.31955/mea.v4i3.748>.
- Idriyani, Natris. 2020. "Adaptasi Alat Ukur Kecerdasan Emosi." *UIN Syarif Hidayatullah*.
- Jannah, Miftakhul. 2018. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*.
- Lisdiantini, Netty, Aminudin Azis, Eva Mirza Syafitri, and Hifzhan Frima Thousani. 2022. "Analisis Efektifitas Program Magang Untuk Sinkronisasi Link and Match Perguruan Tinggi Dengan Duni Industri." *Jurnal Ekonomi, Bisnis Dan Manajemen* 9(2):22–31.
- Maulidina, Zania Timur, and Doddy Hendro Wibowo. 2021. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dan Adaptabilitas Karier Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) 'X' Di Kota Salatiga." *Humanitas (Jurnal Psikologi)* 5(1):17–26. doi: 10.28932/humanitas.v5i1.3388.
- Nugraheni, Edwindha Prafitra, Mungin Eddy Wibowo, and Ali Murtadho. 2017. "Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Belajar: Analisis Mediasi Adaptabilitas Karir Pada Prestasi Belajar." *Jurnal Bimbingan Konseling* 6(2):127–34.

- Nurhaswinda, Aklilah Zulkifli, Juita Gusniati, Marshella Septi Zulefni, Raesa Aldania Afendi, Wahida Asni, and Yuni Fitriani. 2025. "Tutorial Uji Normalitas Dan Uji Homogenitas Dengan Menggunakan Aplikasi SPSS." *Jurnal Cahaya Nusantara* 1(2):55–68.
- Pambudy, Akhlis Priya, and Ratna Handayati. 2022. "Pengaruh Kepemimpinan Dan Inovasi Terhadap Kinerja Umkm Dimediasi Kecerdasan Emosional." *Jurnal Sains Sosio Humaniora* 6(1):234–47.
- Panjaitan, Yoko Jimmy, and Alimatus Sahrah. 2023. "Adaptasi Career Adapt-Abilities – Short Form Ke Versi Indonesia." *Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan* 7(2):1421–31. doi: <https://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JISIP/article/viewFile/4935/3668>.
- Paradita, Cornelia Tasya, and Dian Ratna Sawitri. 2023. "Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Adaptabilitas Karier Pada Siswa Kelas XII SMA Santa Ursula Jakarta." *Jurnal EMPATI* 12(3):201–6. doi: 10.14710/empati.2023.28330.
- Purwati, Wina Desi, and Panji Kusuma Prasetyanto. 2022. "Analisis Pengaruh Bonus Demografi Terhadap Pertumbuhan Ekonomi Di Indonesia." *Jurnal Economina* 1(3):533–46.
- Qomariyah, Nurul, Jilma Dewi, Ayu Ningtyas, Karima Tamara, and Kuart Ismanto. 2023. "Analisiswa Peluang Dan Tantangan Adanya Bonus Demografi Di Tahun 2045 Terhadap Perekonomian Indonesia." *Jurnal Sahmiyya* 2(1):180–86.
- Rahman, Abdul, Daya Cipta Sukmajati, Mawar, Evi Satispi, and Djoni Gunanto. 2023. "Implementasi Kebijakan Pada Program Magang Dan Studi Independen Bersertifikat Di Indonesia." *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora* 9(2):266–91. doi: 10.30738/sosio.v9i2.14832.
- Ramdhani, Rina Nurhudi, Amin Budiamin, and Nandang Budiman. 2019. "Adaptabilitas Karir Dewasa Awal." *Jurnal Penelitian Pendidikan* 18(3):361–70. doi: 10.17509/jpp.v18i3.15008.
- Savickas, Mark L., and Erik J. Porfeli. 2012. "Career Adapt-Abilities Scale: Construction, Reliability, and Measurement Equivalence Across 13 Countries." *Journal of Vocational Behavior* 80(3):661–73. doi: 10.1016/j.jvb.2012.01.011.
- Syamsu, Khairunnisa, and Hengki Satrianta. 2021. "Bimbingan Konseling Karir Islam Untuk Meningkatkan Kematangan Karir Mahasiswa Tingkat Akhir." *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 8(1):1–10.
- Tanjung, Muna Haddad Al Ansori, Netty Bayani Harahap, Martina Enjeli Siboro, and Muharrina Harahap. 2023. "Program Magang Keahlian Sebagai Sarana Praktik Dan Peningkatan Kompetensi Mahasiswa Di Bidang Penerbitan." *Indonesian Journal of Community Services* 5(1):1. doi: 10.30659/ijocs.5.1.1-11.