

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Eksplorasi Karir

2.1.1 Definisi Eksplorasi Karir

Eksplorasi karir menurut Stumpf et al., (1983) dapat didefinisikan sebagai perilaku yang bertujuan mengakses informasi baru mengenai minat kejuruan atau pekerjaan dan karakteristik organisasi. Selain itu, Menurut Blustein dalam (Taveira et al., 1998) eksplorasi karir dikonseptualisasikan sebagai kegiatan yang bertujuan dan diarahkan guna meningkatkan pengetahuan tentang diri dan lingkungan eksternal dimana individu terlibat untuk mendorong kemajuan dalam perkembangan karirnya. Eksplorasi karir perlu dilakukan agar individu dapat merencanakan serta membuat keputusan mengenai karirnya. Individu dapat melakukan eksplorasi karir salah satunya dengan memperluas jejaring sosial, karena hal tersebut dapat semakin memperkuat kemampuan pengambilan keputusan karirnya. Maka dari itu eksplorasi karir juga mencakup kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang diri sendiri dan lingkungan eksternal guna mendorong kemajuan dalam perkembangan karir individu.

2.1.2 Aspek-aspek Eksplorasi Karir

Stumpf et al., (1982) menyebutkan 16 dimensi eksplorasi karir yang masuk ke dalam 3 aspek utama, yaitu:

A. Proses Eksplorasi (*Exploration Process*)

a. Eksplorasi Lingkungan (*Environmental exploration*)

Eksplorasi mengenai pekerjaan atau organisasi dalam 3 bulan terakhir.

b. Eksplorasi diri (*Self-exploration*)

Eksplorasi karir yang melibatkan penilaian diri dan restospeksi dalam 3 bulan terakhir.

- c. Eksplorasi yang dilakukan secara sistematis (*Intended-systematic exploration*)

Sejauh mana individu memperoleh informasi tentang dirinya sendiri dan lingkungan dengan cara yang sistematis.

- d. Frekuensi (*Frequency*)

Jumlah rata-rata per minggu seseorang mencari informasi karir selama lebih dari 2 bulan.

- e. Jumlah informasi (*Amount of information*)

Jumlah informasi yang diperoleh tentang pekerjaan, organisasi, atau dirinya sendiri.

- f. Jumlah pekerjaan yang dipertimbangkan (*Number of occupations considered*)

Jumlah bidang pekerjaan yang berbeda berdasarkan informasi yang diperoleh.

- g. Fokus (*Focus*)

Keyakinan individu atas preferensi pekerjaan dan organisasi.

B. Reaksi terhadap Eksplorasi (*Reaction to Exploration*)

- a) Kepuasan terhadap informasi yang didapat (*Satisfaction with information*)

Kepuasan yang dirasakan individu atas informasi mengenai pekerjaan yang diperoleh serta relativitas pekerjaan tersebut terhadap minat, bakat, dan kebutuhan individu.

- b) Eksplorasi stress (*Explorational stress*)

Stres yang tidak diinginkan akan tetapi harus dihadapi sebagai bagian dari proses eksplorasi karir

- c) Tekanan atas keputusan yang dipilih (*Decisional stress*)

Ketidaknyamanan yang harus dihadapi dan mungkin berdampak pada peristiwa kehidupan penting lainnya sebagai bagian dari proses pengambilan keputusan karir.

C. Keyakinan (*Beliefs*)

- a) Prospek ketenagakerjaan (*Employment outlook*)
Kemungkinan mengenai besar keuntungan dari pekerjaan di suatu daerah.
- b) Kepastian hasil eksplorasi karir (*Certainty of career exploration outcomes*)
Tingkat kepastian yang dirasakan individu bahwa dia akan mencapai posisi yang diinginkan.
- c) Instrumen pencarian eksternal (*External search instrumentality*)
Probabilitas menjelajahi lingkungan untuk melihat peluang yang mengarah pada pencapaian tujuan karir.
- d) Instrumen pencarian internal (*Internal search instrumentality*)
Probabilitas refleksi perilaku dan retrospeksi yang mengarah pada pencapaian tujuan karir.
- e) Metode Instrumentalitas (*Method instrumentality*)
Usaha sistematis yang dilakukan selama eksplorasi karir yang mengarah pada tercapainya tujuan karir.
- f) Urgensi memperoleh posisi yang diinginkan (*Importance of obtaining preferred position*)
Tingkat urgensi ketika individu memperoleh posisi karir yang diinginkan.

Maka dari itu, eksplorasi karir mencakup pencarian informasi tentang lingkungan kerja, penilaian diri, dan proses sistematis. Reaksi terhadap eksplorasi ini meliputi kepuasan informasi, stres, dan tekanan dalam pengambilan keputusan. Selain itu, keyakinan individu terkait eksplorasi melibatkan prospek pekerjaan, kepastian hasil, penggunaan alat pencarian, dan urgensi mencapai karir yang diinginkan.

2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Eksplorasi Karir

Menurut Sara & Idris (2020) eksplorasi karir mengacu pada konteks tertentu dan dipengaruhi oleh 3 faktor:

- a. Minat
Minat mencakup kecenderungan atau ketertarikan seseorang terhadap

aktivitas, bidang studi, atau jenis pekerjaan tertentu.

b. Kemampuan

Kemampuan mencakup keterampilan dan potensi yang dimiliki seseorang, yang dapat berkontribusi pada keberhasilan dalam suatu pekerjaan atau bidang tertentu.

c. Dukungan sosial

Dukungan sosial mencakup bantuan, dorongan, dan hubungan positif dengan orang lain yang dapat memengaruhi keputusan karir seseorang.

Berdasarkan faktor-faktor diatas, yang difokuskan dalam penelitian ini adalah faktor dukungan sosial. Hal ini sejalan dengan peneliti terdahul menurut Sara & Idris (2020) menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki dampak pada eksplorasi karir mahasiswa S1 di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Syiah Kuala. Hubungan antara dukungan sosial dan eksplorasi karir telah terbukti melalui serangkaian penelitian sebelumnya. Dukungan sosial diartikan sebagai informasi yang membimbing individu untuk meyakini bahwa mereka diperhatikan, dihormati, dan dicintai. Ini adalah konsep multidimensi yang mencakup sumber daya psikologis dan materi yang disediakan melalui hubungan interpersonal individu (Sara & Idris, 2020).

2.2 Dukungan Sosial

2.2.1 Definisi Dukungan Sosial

Dukungan sosial menurut Zimet Gregory D. et al., (1988) didefinisikan sebagai bantuan yang diberikan oleh individu di sekitar dan kemudian dipersepsikan sebagai bentuk dukungan. Fungsi dari dukungan sosial ini melibatkan pemberian motivasi dan keyakinan kepada individu bahwa mereka diperhatikan, dicintai, dan dihargai oleh lingkungan sosial mereka. Sedangkan Menurut King (2010) dalam Sara & Idris, (2020) dukungan sosial adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang mencerminkan bahwa seseorang

dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan terlibat dalam jaringan komunikasi serta tanggung jawab yang saling berhubungan. Maka dari itu dukungan sosial mencakup bantuan dan umpan balik dari orang-orang di sekitar individu, yang memberikan motivasi, keyakinan, serta perasaan dicintai, diperhatikan, dihargai, dan terlibat dalam jaringan komunikasi dan tanggung jawab.

2.2.2 Aspek-aspek Dukungan Sosial

Zimet Gregory D. et al., (1988) menyebutkan ada tiga aspek dukungan sosial, yaitu:

- a. Dukungan keluarga (*family support*)
Bantuan-bantuan yang diterima individu dari keluarganya, seperti bantuan dalam membuat keputusan ataupun kebutuhan secara emosional.
- b. Dukungan teman (*friend support*)
Bantuan yang diperoleh dari teman-teman individu, seperti bantuan yang diberikan dalam kegiatan sehari-hari ataupun bantuan dalam bentuk lainnya.
- c. Dukungan orang terdekat (*significant others support*)
Bantuan yang diperoleh individu dari orang-orang terdekat individu atau orang yang istimewa bagi individu. Bantuan ini dapat berupa perlakuan ataupun materi yang dapat membuat individu merasa nyaman dan aman.

Hal Ini menunjukkan bahwa individu menerima bantuan dan dukungan dalam berbagai bentuk, baik itu dalam pengambilan keputusan, pemenuhan kebutuhan emosional, aktivitas sehari-hari, atau perlakuan yang membuat mereka merasa nyaman dan aman dari orang-orang di sekitarnya.

2.2.3 Dampak – dampak dukungan sosial

Menurut E. J. Blair dalam (Sara & Idris, 2020) menyebutkan dampak dari dukungan sosial yaitu :

- a. Wawancara informasi.
Wawancara informasi adalah pertemuan informal yang diadakan oleh

individu yang ingin belajar lebih banyak tentang karir, industri, atau perusahaan tertentu dari orang yang bekerja di bidang tersebut.

b. Sesi informasi karir.

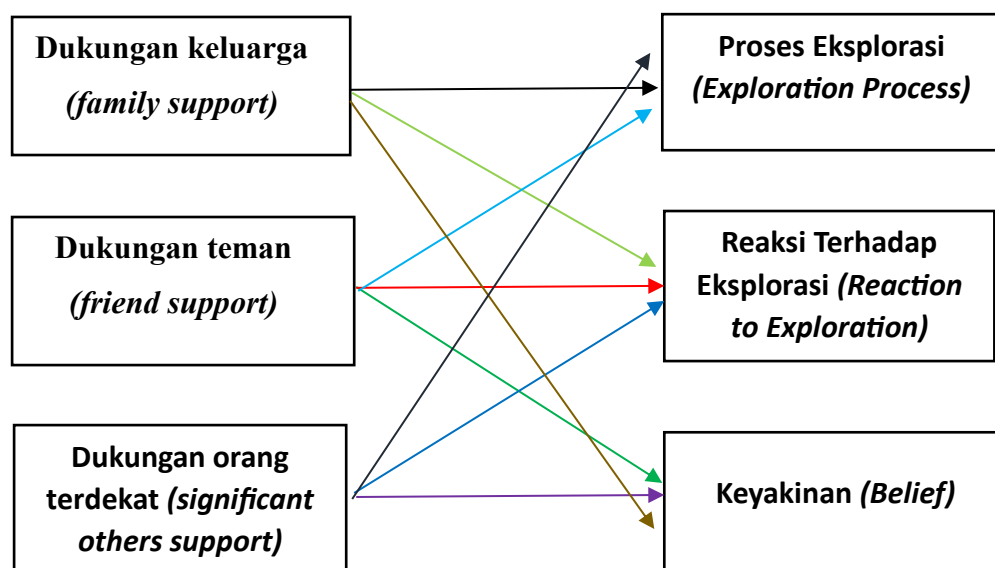
Sesi informasi karir adalah pertemuan yang diadakan oleh organisasi, perusahaan, atau institusi pendidikan untuk memberikan informasi kepada calon pekerja atau mahasiswa tentang peluang karir yang tersedia.

c. Tur lokasi kerja dan magang mengekspos lulusan untuk peluang dan eksplorasi karir.

Tur lokasi kerja adalah kunjungan ke tempat kerja untuk melihat langsung bagaimana operasi berlangsung, sedangkan magang adalah kesempatan bagi siswa atau lulusan untuk bekerja di perusahaan untuk periode waktu tertentu guna mendapatkan pengalaman praktis.

Hal ini dukungan sosial dalam bentuk wawancara informasi, sesi informasi karir, dan tur lokasi kerja serta magang memainkan peran penting dalam membantu lulusan untuk mengeksplorasi dan mempersiapkan karir individu.

2.3 Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Eksplorasi Karir



Dinamika 1. Pengaruh Dukungan sosial terhadap eksplorasi karir

Berdasarkan gambar tersebut dapat dilihat bahwa setiap aspek dukungan keluarga (*family support*) memiliki hubungan dengan aspek proses eksplorasi karir (*Exploration process*). Aspek pertama yaitu dukungan keluarga (*family support*) menurut Zimet Gregory D. et al., (1988) yaitu bantuan-bantuan yang diterima individu dari keluarganya, seperti bantuan dalam membuat keputusan ataupun kebutuhan secara emosional. Berdasarkan penelitian terdahulu menurut Sara & Idris (2020) mengatakan bahwa individu yang memperoleh dukungan sosial yang memadai dari orang tua, guru, dan teman-temannya, mereka akan termotivasi untuk lebih giat mengeksplorasi informasi mengenai potensi kekuatan pribadi. Hal ini terkait dengan aspek eksplorasi karir yaitu proses eksplorasi. Begitu pula ditambahkan oleh Sara & Idris (2020) bahwa individu yang memperoleh dukungan sosial yang memadai dari orang tua akan terdorong untuk mengembangkan diri yang sejalan dengan minat dan bakat mereka. Hal ini menunjukkan bahwa aspek dukungan keluarga (*family support*) memiliki hubungan dengan aspek reaksi terhadap eksplorasi (*reaction to exploration*). Dikuatkan pula oleh Zimet Gregory D. et al., (1988) yaitu bantuan-bantuan yang diterima individu dari keluarganya, seperti bantuan dalam membuat keputusan ataupun kebutuhan secara emosional. Muntamah & Ariati (2017) menjelaskan dalam membuat keputusan karir, kematangan karir diperlukan untuk membantu para individu meminimalisir keraguan agar lebih realistis serta membantu individu mencapai karir yang diinginkan melalui perencanaan yang matang serta eksplorasi yang maksimal.

Aspek dukungan teman (*friend support*) memiliki hubungan dengan aspek reaksi terhadap eksplorasi (*reaction to exploration*). Dukungan teman (*friend support*) menurut Zimet Gregory D. et al., (1988) yaitu bantuan yang diperoleh dari teman-teman individu, seperti bantuan yang diberikan dalam kegiatan sehari-hari ataupun bantuan dalam bentuk lainnya. Berdasarkan penelitian terdahulu menurut Muntamah & Ariati (2017) menjelaskan dalam membuat keputusan karir, kematangan karir diperlukan untuk membantu para individu meminimalisir keraguan agar lebih realistis serta membantu individu mencapai karir yang diinginkan melalui perencanaan yang matang serta eksplorasi yang maksimal. Selain itu aspek dukungan teman (*friend support*) memiliki hubungan dengan

keyakinan (*belief*). Menurut Zimet Gregory D. et al., (1988) yaitu bantuan yang diperoleh dari teman-teman individu, seperti bantuan yang diberikan dalam kegiatan sehari-hari ataupun bantuan dalam bentuk lainnya. Begitu pula ditambahkan oleh Sara & Idris (2020) mengatakan bahwa individu yang memperoleh dukungan sosial yang memadai dari orang tua, guru, dan teman-temannya, mereka akan termotivasi untuk lebih giat mengeksplorasi informasi mengenai potensi kekuatan pribadi. Hal ini menunjukkan bahwa aspek dukungan teman (*friend support*) memiliki hubungan dengan aspek keyakinan (*belief*).

Aspek dukungan orang terdekat (*significant others support*) memiliki hubungan dengan aspek keyakinan (*belief*). Aspek ketiga, yaitu dukungan orang terdekat (*significant others support*) menurut Zimet Gregory D. et al., (1988) yaitu bantuan yang diperoleh individu dari orang-orang terdekat individu atau orang yang istimewa bagi individu. Bantuan ini dapat berupa perlakuan ataupun materi yang dapat membuat individu merasa nyaman dan aman. Berdasarkan peneliti terdahulu menurut Sara & Idris (2020) Semakin banyak eksplorasi informasi terkait pekerjaan yang didukung secara memadai oleh orang tua, guru, dan teman-temannya, diharapkan keyakinan individu dalam membuat keputusan karir akan meningkat. Dikuatkan pula oleh Zimet Gregory D. et al., (1988) yaitu bantuan yang diperoleh individu dari orang-orang terdekat individu atau orang yang istimewa bagi individu. Ditambahkan pula menurut Muntamah & Ariati (2017) menjelaskan dalam membuat keputusan karir, kematangan karir diperlukan untuk membantu para individu meminimalisir keraguan agar lebih realistis serta membantu individu mencapai karir yang diinginkan melalui perencanaan yang matang serta eksplorasi yang maksimal. Hal ini menunjukkan bahwa aspek dukungan orang terdekat (*significant others support*) memiliki hubungan dengan aspek keyakinan (*belief*).

2.4 Hipotesis

Berdasarkan penjelasan diatas, Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah dukungan sosial berpengaruh terhadap eksplorasi karir pada mahasiswa Universitas Bhakti Kencana.