CAREER ADAPTABILITY AND RESILIENCE AS PREDICTORS OF SUBJECTIVE WELL-BEING: TESTING SELF-EFFICACY AS A MEDIATOR IN UNIVERSITY STUDENTS

KARYA AKHIR

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana

SINTA AMANDA PUTRI

NIM. B1021221232

PROGRAM STUDI MANAJEMEN

FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

UNIVERSITAS TANJUNGPURA

PONTIANAK

2026

CAREER ADAPTABILITY AND RESILIENCE AS PREDICTORS OF SUBJECTIVE WELL-BEING: TESTING SELF-EFFICACY AS A MEDIATOR IN UNIVERSITY STUDENTS

KARYA AKHIR

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana

SINTA AMANDA PUTRI

NIM. B1021221232

PROGRAM STUDI MANAJEMEN

FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

UNIVERSITAS TANJUNGPURA

PONTIANAK

2026

PERNYATAAN BEBAS DARI PLAGIAT

Nama	: Sinta Amanda Putri
NIM	: B1021221232
Konsentrasi	: Sumber Daya Manusia
Judul Karya Akhir	: *Career Adaptability and Resilience as Predictors of Subjective Well-Being: Testing Self-Efficacy as a Mediator in University Students*

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Akhir dengan judul tersebut di atas, secara keseluruhan adalah murni karya penulis sendiri dan bukan plagiat dari karya orang lain, kecuali bagian-bagian yang dirujuk sebagai sumber pustaka sesuai dengan panduan penulisan yang berlaku (lembar hasil pemeriksaan plagiat terlampir).
Apabila di dalamnya terbukti penulis melakukan plagiat, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis yang dapat berakibat pada pembatalan Skripsi/Tesis/Disertasi dengan judul tersebut di atas.
Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenar-benarnya.

Pontianak, 08 Juni 2026



Sinta Amanda Putri
NIM. B1021221232

PERTANGGUNGJAWABAN KARYA AKHIR

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama	: Sinta Amanda Putri
NIM	: B1021221232
Program Studi	: Manajemen
Konsentrasi	: Sumber Daya Manusia
Tanggal Ujian	: 14 April 2024

Judul Karya Akhir:
Career Adaptability and Resilience as Predictors of Subjective Well-Being: Testing Self-Efficacy as a Mediator in University Students.

Menyatakan bahwa Karya Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumbe baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Pontianak, 08 Juni 2026



Sinta Amanda Putri

NIM. B1021221232

LEMBAR YURIDIS

CAREER ADAPTABILITY AND RESILIENCE AS PREDICTORS OF SUBJECTIVE WELL-BEING: TESTING SELF-EFFICACY AS A MEDIATOR IN UNIVERSITY STUDENTS

Penanggung Jawab Yuridis

Sinta Amanda Putri
B1021221232

Jurusan	: Manajemen
Program Studi	: Manajemen
Konsentrasi	: Sumber Daya Manusia
Tanggal Ujian	: 14 April 2026

MAJELIS PENGUJI

Majelis Penguji	Nama NIP	Tgl/bln/thn	Tanda Tangan
Pembimbing 1	Helma Malini, SE, MM,Ph.D 198109092006042002	10/6-26	
Pembimbing 2	Mazayatul Mufrihah, S.E., M.M. 199101122023212043	11/6-26	
Penguji 1	Dr.Sulistiowati, SE, M.Si 197904072002122003	9/6-26	
Penguji 2	Rizani Ramadhan, S.E., M.M. 198705112023211021	9/6-26	

Dinyatakan telah memenuhi persyaratan dan lulus
oleh Majelis Penguji dalam Ujian Karya Akhir
dan Komprehensif untuk
memperoleh gelar sarjana.

Pontianak, 15 JUN 2026
Koordinator Program Studi Manajemen

Bintoro Bagus Purmono, S.E., M.M.
NIP. 199205082019031006

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan karya akhir yang berjudul "*Career Adaptability and Resilience as Predictors of Subjective Well-Being: Testing Self-Efficacy as a Mediator in University Students*" dengan baik. Karya akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan jenjang pendidikan Program Strata Satu (S1) pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Tanjungpura Pontianak.

Penulis juga banyak mendapatkan bimbingan, arahan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Garuda Wiko, S.H., M.Si., FCBArb. selaku Rektor Universitas Tanjungpura.
2. Dr. Barkah, S.E., M.Si. selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Tanjungpura.
3. Heriyadi, S.E., M.E., Ph.D selaku Ketua Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Tanjungpura.
4. Bintoro Bagus Purmono, S.E., M.M. selaku Koordinator Program Studi S1 Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Tanjungpura.
5. Helma Malini, SE, MM,Ph.D selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan, bimbingan, motivasi, dan dukungan kepada penulis sejak awal perkuliahan hingga berhasil menyelesaikan karya akhir ini.
6. Mazayatul Mufrihah, S.E., M.M. selaku Dosen Pembimbing Riset yang telah meluangkan waktu dan pikiran, serta senantiasa memberikan semangat, motivasi, dan bimbingan dengan penuh kesabaran kepada penulis sejak awal hingga selesainya karya akhir ini.
7. Dr.Sulistiowati, SE, M.Si selaku Dosen Penguji Pertama yang telah memberikan saran, masukan, dan arahan yang membangun untuk penyempurnaan karya akhir ini.
8. Rizani Ramadhan, S.E., M.M. selaku Dosen Penguji Kedua yang telah memberikan pertanyaan, wawasan, dan berbagai masukan yang membangun sehingga membantu penulis dalam menyempurnakan karya akhir ini.
9. Seluruh dosen Fakultas Ekonomi dan Bisnis, khususnya Jurusan Manajemen, yang telah berbagi ilmu, pengalaman, dan wawasan yang bermanfaat bagi penulis selama menempuh pendidikan.
10. Kepada kedua orang tua tercinta, atas segala pengorbanan, kasih sayang, doa, dan dukungan yang telah diberikan. Kerja keras Bapak dalam memenuhi kebutuhan penulis secara finansial serta dukungan, perhatian, dan doa dari Ibu yang selalu menguatkan secara mental serta menjadi tempat penulis bercerita dan mencurahkan setiap keluh kesah selama perkuliahan, menjadi sumber kekuatan bagi penulis. Segala kasih sayang, doa, dan pengorbanan yang diberikan menjadi motivasi terbesar bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan dan karya akhir ini.

11. Kepada kakak penulis, Windi Winarti, S.Pd., Gr. atas segala dukungan yang telah diberikan selama ini. Kehadiran, bantuan, serta perannya sebagai sosok yang dapat diandalkan dalam berbagai keadaan menjadi sangat berarti bagi penulis. Doa dan dukungan yang diberikan menjadi penyemangat dalam menyelesaikan pendidikan dan karya akhir ini.
12. Kepada almarhumah nenek tercinta, atas doa, kasih sayang, dan nasihat yang telah diberikan semasa hidup. Meskipun tidak dapat menyaksikan penulis menyelesaikan pendidikan ini, pesan dan nasihat yang pernah diberikan akan selalu menjadi motivasi bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan dan karya akhir ini.
13. Kepada sahabat terbaik penulis, Gregoria Cici Anjarwati, atas dukungan, kebaikan, dan kebersamaan yang telah diberikan. Kehadirannya dalam suka maupun duka, sebagai teman yang dapat diandalkan, tempat berbagi cerita dan keluh kesah, serta memberikan semangat selama masa perkuliahan hingga penyelesaian karya akhir ini.
14. Kepada teman-teman seperjuangan penulis, Stefani, Nurul Fadillah, dan Elika Rani, atas kebersamaan, dukungan, dan pengalaman selama masa perkuliahan. Berbagai momen berharga di dalam kelas maupun saat KKM akan selalu menjadi kenangan yang menyenangkan bagi penulis.
15. Kepada semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyelesaian karya akhir ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
16. Terakhir yang tidak kalah penting, diri sendiri atas segala usaha dan perjuangan hingga sampai pada titik ini. Tetap melangkah meski waktu, tenaga, pikiran, mental, dan air mata telah banyak tercurah. Bangga atas setiap proses yang telah dilewati, dan bersyukur karena akhirnya mampu menyelesaikan karya akhir ini.

Peneliti telah berupaya sebaik mungkin dalam menyelesaikan karya akhir ini. Apabila masih terdapat kekurangan, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran demi penyempurnaan karya ini. Peneliti juga berharap karya akhir ini dapat diterima serta memberikan manfaat bagi pihak-pihak di masa yang akan datang.

Pontianak, 11 Juni 2026

Sinta Amanda Putri
NIM. B1021221232

CAREER ADAPTABILITY AND RESILIENCE AS PREDICTORS OF SUBJECTIVE WELL-BEING: TESTING SELF-EFFICACY AS A MEDIATOR IN UNIVERSITY STUDENTS

Sinta Amanda Putri

Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Tanjungpura, Pontianak

ABSTRAK

Dari perspektif Manajemen Sumber Daya Manusia, mahasiswa tingkat akhir dipandang sebagai calon tenaga kerja karena berada pada fase transisi dari dunia pendidikan menuju pasar kerja serta sedang mempersiapkan kompetensi dan kesiapan psikologis yang dibutuhkan oleh organisasi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *career adaptability* dan *resilience* terhadap *subjective well-being* dengan *self-efficacy* sebagai variabel mediasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei melalui penyebaran kuesioner kepada 240 mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani transisi karier. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan *Structural Equation Modeling* (SEM) dengan bantuan perangkat lunak SmartPLS 4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *career adaptability* dan *resilience* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being*. Selain itu, *self-efficacy* terbukti memediasi secara signifikan hubungan antara *career adaptability* dan *resilience* terhadap *subjective well-being*. Temuan ini mengindikasikan bahwa penguatan *adaptability, resilience, and self-efficacy* dapat mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa serta berkontribusi dalam mempersiapkan tenaga kerja masa depan yang lebih adaptif, tangguh, dan siap kerja.

Kata kunci: *Career adaptability, resilience, self-efficacy, subjective well-being.*

CAREER ADAPTABILITY AND RESILIENCE AS PREDICTORS OF SUBJECTIVE WELL-BEING: TESTING SELF-EFFICACY AS A MEDIATOR IN UNIVERSITY STUDENTS

Sinta Amanda Putri

Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Tanjungpura, Pontianak

ABSTRACT

From a Human Resource Management perspective, final-year students are considered prospective workforce members as they are in a transition phase from education to the labor market and are preparing competencies and psychological readiness required by organizations. This study aims to analyze the effects of career adaptability and resilience on subjective well-being, with self-efficacy serving as a mediating variable. This study employed a quantitative approach using a survey method by distributing questionnaires to 240 final-year students undergoing career transition. The collected data were analyzed using Structural Equation Modeling (SEM) with SmartPLS 4 software. The results revealed that career adaptability and resilience had positive and significant effects on subjective well-being. Furthermore, self-efficacy was found to significantly mediate the relationships between career adaptability and resilience and subjective well-being. These findings imply that strengthening adaptability, resilience, and self-efficacy can support students' psychological wellbeing and contribute to preparing a more adaptive, resilient, and workready future workforce.

Keywords: *Career adaptability, Resilience, Self-efficacy, Subjective well-being*.

CAREER ADAPTABILITY AND RESILIENCE AS PREDICTORS OF SUBJECTIVE WELL-BEING: TESTING SELF-EFFICACY AS A MEDIATOR IN UNIVERSITY STUDENTS

RINGKASAN KARYA AKHIR

1. Latar Belakang

Pendidikan tinggi diharapkan dapat mempersiapkan mahasiswa untuk memasuki dunia kerja dan meningkatkan peluang karier. Namun, perkembangan teknologi, globalisasi, dan perubahan pasar kerja membuat transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja semakin kompleks dan penuh ketidakpastian. Data BPS (2025) menunjukkan bahwa tingkat pengangguran terbuka meningkat dari 4,20% pada Februari 2024 menjadi 4,86% pada Agustus 2024. Selain itu, dari 4.852 pencari kerja yang terdaftar, hanya tersedia 2.024 lowongan pekerjaan, yang menunjukkan adanya kesenjangan antara jumlah pencari kerja dan kesempatan kerja yang tersedia. Kondisi ini menyebabkan banyak mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan, tekanan psikologis, serta ketidakpastian terhadap masa depan karier mereka. Tekanan selama masa transisi karier dapat memengaruhi *subjective well-being*, yaitu penilaian individu terhadap kepuasan hidup dan kesejahteraan psikologisnya. Untuk menghadapi tantangan tersebut, mahasiswa memerlukan *career adaptability*, yaitu kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan perubahan dan tuntutan karier, serta *resilience*, yaitu kemampuan untuk bertahan dan bangkit dari berbagai kesulitan. Selain itu, *self-efficacy* atau keyakinan terhadap kemampuan diri juga berperan penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tantangan dan ketidakpastian karier. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *career adaptability*, *resilience*, dan *self-efficacy* berhubungan positif dengan *subjective well-being*. Meskipun berbagai penelitian telah membuktikan adanya hubungan antara *career adaptability*, *resilience*, *self-efficacy*, dan *subjective well-being*, kajian yang mengintegrasikan keempat variabel tersebut dalam satu model penelitian, khususnya dengan menempatkan *self-efficacy* sebagai variabel mediasi, masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh *career adaptability* dan *resilience* terhadap *subjective well-being* melalui *self-efficacy* sebagai variabel mediasi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi transisi menuju dunia kerja.

2. Tujuan Penelitian

1. Menguji dan menganalisis pengaruh *career adaptability* terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir selama masa transisi karier.
2. Menguji dan menganalisis pengaruh *resilience* terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir selama masa transisi karier.
3. Menguji dan menganalisis pengaruh *career adaptability* terhadap *self-efficacy* pada mahasiswa tingkat akhir selama masa transisi karier.
4. Menguji dan menganalisis pengaruh *resilience* terhadap *self-efficacy* pada mahasiswa tingkat akhir selama masa transisi karier.

5. Menguji dan menganalisis pengaruh *self-efficacy* terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir selama masa transisi karier.
6. Menguji dan menganalisis peran *self-efficacy* dalam memediasi hubungan antara *career adaptability* dan *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir selama masa transisi karier.
7. Menguji dan menganalisis peran *self-efficacy* dalam memediasi hubungan antara *resilience* dan *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir selama masa transisi karier.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *kausal-asosiatif* untuk menganalisis hubungan antara *career adaptability*, *resilience*, *self-efficacy*, dan *subjective well-being*. Seluruh variabel diukur menggunakan skala Likert 1–5. Data dikumpulkan secara daring melalui *Google Forms* yang disebarkan di media sosial. Sampel ditentukan dengan *purposive sampling*, dengan kriteria mahasiswa aktif di perguruan tinggi negeri maupun swasta di Kalimantan Barat, semester enam ke atas, telah mengikuti KKN/KKM atau magang, serta bersedia berpartisipasi. Jumlah sampel sebanyak 240 responden dan telah memenuhi rekomendasi analisis PLS-SEM untuk model dengan kompleksitas moderat. Analisis data menggunakan PLS-SEM dengan SmartPLS 4.0 melalui dua tahap, yaitu *outer model* dan *inner model*. *Outer model* menguji validitas dan reliabilitas dengan indikator *outer loading* ≥ 0,70, AVE ≥ 0,50, *Cronbach's Alpha* ≥ 0,70, *Composite Reliability* ≥ 0,70, serta validitas diskriminan menggunakan HTMT < 0,90. Inner model diuji menggunakan *bootstrapping* untuk melihat R^2, *path coefficient*, *t-statistic* ≥ 1,96, dan *p-value* < 0,05, serta analisis mediasi *self-efficacy* yang dinyatakan sebagai *partial mediation* jika pengaruh langsung dan tidak langsung sama-sama signifikan.

5. Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh hipotesis yang diajukan diterima. *Career adaptability* terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being*. Artinya, semakin tinggi kemampuan mahasiswa dalam beradaptasi dengan tuntutan dan perubahan karier, maka semakin tinggi pula tingkat *subjective well-being* yang dirasakan. *Resilience* juga terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being*. Mahasiswa yang memiliki kemampuan untuk bangkit dari kesulitan dan menghadapi tekanan cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup dan kondisi psikologis yang lebih baik. Selain itu, *career adaptability* dan *resilience* terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self-efficacy*. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mampu beradaptasi dengan perubahan dan memiliki ketahanan psikologis yang baik akan lebih percaya diri terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan karier. Hasil penelitian juga menemukan bahwa *self-efficacy* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being*. Dengan kata lain, mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan dirinya cenderung lebih optimis, mampu mengelola tekanan dengan baik, dan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Lebih lanjut, *self-efficacy* terbukti memediasi

hubungan antara *career adaptability* dan *resilience* terhadap *subjective well-being*. Temuan ini menunjukkan bahwa *career adaptability* dan *resilience* mampu meningkatkan *subjective well-being* baik secara langsung maupun melalui peran mediasi variabel *self-efficacy*.

6. Kesimpulan dan Saran

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *career adaptability* dan *resilience* merupakan sumber daya psikologis yang berperan penting dalam meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa selama masa transisi dari perguruan tinggi ke dunia kerja. Kedua variabel tersebut tidak hanya berpengaruh langsung terhadap *subjective well-being*, tetapi juga berpengaruh tidak langsung melalui *self-efficacy*. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki *career adaptability*, *resilience*, dan *self-efficacy* cenderung lebih mampu menghadapi ketidakpastian karier serta mempertahankan kesejahteraan psikologis yang positif. Selain itu, penelitian ini memberikan kontribusi dengan menempatkan *self-efficacy* sebagai variabel mediasi yang menjelaskan hubungan antara *career adaptability*, *resilience*, dan *subjective well-being*. Berdasarkan temuan tersebut, pengembangan *career adaptability*, *resilience*, dan *self-efficacy* perlu menjadi perhatian berbagai pihak, terutama mahasiswa dan perguruan tinggi, guna mendukung *subjective well-being* mahasiswa dalam menghadapi transisi karier. Selanjutnya, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan, penggunaan desain cross-sectional membatasi kemampuan untuk mengamati perubahan yang terjadi dari waktu ke waktu, sementara fokus penelitian pada mahasiswa membatasi generalisasi hasil penelitian ke populasi tenaga kerja yang lebih luas. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan individu yang telah memasuki dunia kerja serta memasukkan variabel tambahan seperti *work readiness*, *employability*, *career planning* dan *organizational support*. Selain itu, penggunaan pendekatan *longitudinal* atau *mixed-method* juga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai perkembangan psikologis individu dari tahap pendidikan hingga masa transisi menuju dunia kerja.

DAFTAR ISI

Halaman

PERNYATAAN BEBAS DARI PLAGIAT……ii
PERTANGGUNGJAWABAN KARYA AKHIR……..iii
LEMBAR YURIDIS……..……...…..iv
UCAPAN TERIMA KASIH……v
ABSTRAK…….....vii
ABSTRAC……...……...…viii
RINGKASAN KARYA AKHIR……..…..ix
DAFTAR ISI……...……..xii
DAFTAR TABEL…….…...…xiii
DAFTAR GAMBAR…….....xiv
DAFTAR LAMPIRAN…….xv
ISI KARYA AKHIR……..…3346
INTRODUCTION…….…….3346
RESEARCH METHOD……..3349
RESULT AND DISCUSSION……...…..3350
CONCLUSION……...3357
REFERENCES……...3358
LAMPIRAN I SK Dekan…….xvi
LAMPIRAN II *Letter Of Acceptance*……..…..xx
LAMPIRAN III Dokumen Informasi Artikel…….....xxii
LAMPIRAN IV Tabel Operasionalisasi…….xxiv
LAMPIRAN V Kuesioner……xxxiii
LAMPIRAN VI Data…….…xli
LAMPIRAN VII Output Olahan Data……..Iiii

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. *Respondent Characteristics*…….3350

Tabel 2. *Convergent Validity and Composite Reliability*……..…….3351

Tabel 3. *Discriminant validity (HTMT) result*…….…..3352

Tabel 4. *R-Square*…….…..3353

Tabel 5. *Direct Effect*…….….3354

Tabel 6.*Indirect Effect*……...….3354

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. *Research Framework*…….……...…3349

Gambar 2. *Research Model Testing*…….……...3353

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

LAMPIRAN I SK Dekan…….xvi
LAMPIRAN II *Letter Of Acceptance*……..…..xx
LAMPIRAN III Dokumen Informasi Artikel…….....xxii
LAMPIRAN IV Tabel Operasionalisasi…….xxiv
LAMPIRAN V Kuesioner……xxxiii
LAMPIRAN VI Data……..…xli
LAMPIRAN VII Output Olahan Data……..Iiii