

## **The Influence Of Family Support And Peer Support On Career Decision Self-Efficacy Of Athletes Studens At The Faculty Of Sports And Health Undiksha**

### **Pengaruh Family Support Dan Peer Support Terhadap Career Decision Self-Efficacy Atlet Yang Berkuliah Di Fakultas Olahraga Dan Kesehatan Undiksha**

Ketut Ngurah Arya Yudistira<sup>1</sup>, Ni Made Dwi Ariani Mayasari<sup>2</sup>

Jurusan Manajemen Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja, Indonesia<sup>1,2</sup>  
arya@student.undiksha.ac.id<sup>1</sup>, dwi.mayasari@undiksha.ac.id<sup>2</sup>

\*Corresponding Author

---

#### **ABSTRACT**

This study aims to examine the influence of family and peer support on the career decision-making self-efficacy of athletes studying at the Faculty of Sports and Health, Undiksha. This study applied a causal quantitative approach involving 60 athletes as respondents through a saturated sampling technique. Data were collected using a Likert-sized questionnaire that had met validity and reliability tests, then analyzed using linear multiple regression. The results of the analysis showed that both family and peer support partially had a positive influence on athletes' beliefs in career decision-making self-efficacy. However, family support was the variable that had a more dominant influence on career decision-making self-efficacy compared to peer support. Emotional support was the most dominant aspect of family support, which was reflected in the provision of motivation, empathy, and a sense of security from the family. In terms of peer support, emotional support from peers was the main factor in strengthening individual self-confidence and was supported by shared experiences. The magnitude of the influence of family support had an impact on increasing athletes' ability to understand their potential (self-appraisal), so they would be more confident and better prepared in determining career choices. So that family support and peer support in harmony have an equally important role in strengthening the athlete's self-efficiency career decisions.

**Keywords:** Athlete, Career Decision Self-Efficacy, Family Support, Peer Support, Student.

#### **ABSTRAK**

Kajian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *family support* dan *peer support* terhadap *career decision self-efficacy* atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha. Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif kausal dengan melibatkan 60 atlet sebagai responden melalui teknik sampel jenuh. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner berskala likert yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas, kemudian dianalisis dengan menggunakan regresi linear berganda. Hasil analisis menunjukkan bahwa *family support* maupun *peer support* secara parsial memberikan pengaruh positif terhadap keyakinan atlet dalam *career decision self-efficacy*. Namun, *family support* menjadi variabel yang lebih dominan memberikan pengaruh kepada *career decision self-efficacy* dibandingkan variabel *peer support*. Dukungan emosional menjadi aspek yang paling dominan pada *family support*, yang cerminannya dapat dilihat dari pemberian motivasi, empati, dan rasa aman dari keluarga. Jika pada *peer support*, dukungan emosional teman sebaya menjadi faktor utama dalam memperkuat kepercayaan diri individu dan didukung oleh kesamaan pengalaman yang dimiliki. Besarnya pengaruh dari *family support* berdampak pada meningkatnya kemampuan atlet dalam memahami potensi diri (*self-appraisal*), sehingga akan lebih yakin dan lebih siap dalam menentukan pilihan karir. Sehingga *family support* dan *peer support* secara selaras memiliki peranan yang sama-sama penting dalam memperkuat *career decision self-efficacy* atlet.

**Kata Kunci:** Atlet, Career Decision Self-Efficacy, Family Support, Mahasiswa, Peer Support.

### **1. Pendahuluan**

Karir menjadi salah satu aspek krusial dalam kehidupan individu yang dijadikan sebuah arah tujuan serta menjadi capaian jangka panjang yang telah diraih dalam dunia kerja, salah satu karir yang dapat di eksplorasi adalah karir menjadi atlet (Purnama, 2024). Peluang karir untuk

menjadi atlet di Indonesia sangat terbuka lebar, hal tersebut disebabkan karena jumlah peningkatan partisipasi dari atlet-atlet pada lomba olahraga di cabang nasional maupun internasional (Fidiawati, 2022). Prestasi yang diraih, baik dalam tingkat nasional maupun internasional juga menjadi salah satu faktor terbukanya peluang untuk menjadi atlet. Ceritabaikindonesia.id (2024) menyebutkan 29 atlet Indonesia lolos untuk berkompetisi ke Olimpiade Paris 2024 yang dimana torehan jumlah atlet ini merupakan jumlah terbesar bagi Indonesia dalam dua dekade terakhir. Capaian yang telah diraih menunjukkan bahwa ruang karir bagi generasi-generasi atlet dimasa depan sangat terbuka lebar dan potensial. Jumlah atlet nasional di Indonesia juga terus meningkat, hal tersebut diketahui dari jumlah kontingen Indonesia pada ajang SEA Games 2021 yang berjumlah 476 atlet, mengalami peningkatan pada SEA Games 2023 yang berjumlah total 599 atlet (Kemenpora, 2025).

Kemenpora (2025) menegaskan bahwa perguruan tinggi di Indonesia merupakan salah satu ekosistem untuk membina serta menyaring talenta muda seperti event-event POMNAS dan lain-lainnya. Informasi ini menunjukkan bahwa perguruan tinggi di seluruh Indonesia memiliki tugas untuk dapat mencetak regenerasi mahasiswa yang menjadi atlet dimasa yang akan datang. Salah satu perguruan tinggi negeri yang menyediakan Fakultas Olahraga adalah perguruan tinggi negeri Universitas Pendidikan Ganesha (Undiksha). Fakultas Olahraga dan Kesehatan (FOK) Undiksha memiliki fasilitas, sarana prasarana, dan dosen yang sudah berkompeten sehingga dapat menunjang prestasi mahasiswa atlet di FOK Undiksha. FOK Undiksha juga memiliki program-program yang mendukung mahasiswa atlet agar terus dapat berprestasi dan mencetak regenerasi atlet. Tidak jarang mahasiswa atlet FOK Undiksha menjadi delegasi dalam kompetensi nasional maupun internasional, contohnya seperti pada cabang olahraga sepeda balap, *basketball*, karate, renang serta masih banyak lagi mahasiswa yang menjadi atlet di FOK Undiksha yang berprestasi. Atlet yang berkuliah di FOK Undiksha yang ikut serta dalam kompetensi nasional maupun internasional mencerminkan bahwa peluang untuk menjadi atlet yang berprestasi sangat besar dengan dukungan penuh oleh perguruan tinggi, pemerintah, serta elemen-elemen penting lainnya.

Fakta yang terjadi dilapangan menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswa atlet FOK Undiksha memanfaatkan peluang yang ada, hal ini ditunjukkan dari hasil wawancara awal bersama 10 atlet FOK Undiksha. 10 dari mahasiswa atlet yang telah diwawancarai menyatakan bahwa tiga mahasiswa atlet sudah menentukan arah karirnya, dua mahasiswa atlet sudah mulai mengeksplorasi karir diluar dari konteks olahraga namun masih merasa ragu-ragu, serta lima mahasiswa atlet sama sekali belum memikirkan arah karir karena belum mampu untuk mengambil keputusan karir. Fenomena ketidakmampuan dalam mengambil keputusan ini disebabkan karena kurangnya keyakinan diri dari mahasiswa atlet, dimana menurut Taylor & Betz (1983) *career decision self-efficacy* adalah sebuah bentuk keyakinan diri individu dalam mengidentifikasi, merencanakan, dan membuat keputusan karir. Pengaturan diri (efikasi diri) adalah landasan utama yang menjadi motivasi seseorang untuk mencapai tujuan (Yuniarini *et al.*, 2025). Adapun hasil wawancara menunjukkan bahwa tujuh dari sepuluh narasumber menyampaikan bahwa masih merasa ragu dan kurang percaya diri terkait dengan potensi yang dimiliki. Meskipun narasumber memiliki prestasi yang cukup gemilang, hal tersebut tidak menutup kemungkinan bahwa mahasiswa atlet tidak yakin dengan keunggulan dari dirinya.

Atlet yang berkuliah di FOK Undiksha mengalami berbagai kendala yang berdampak pada rendahnya tingkat *career decision self-efficacy* yang dimilikinya. Beberapa kendala yang dialami adalah kurang memahami kepribadian dan karakter yang dimilikinya sehingga menyebabkan rasa percaya diri yang rendah, ketidakmampuannya untuk menetapkan keputusan serta arah karir masa depannya, kesulitan ketika hendak menyusun rencana serta mempersiapkan langkah-langkah strategis untuk mencapai karir, dan Informasi yang diketahui narasumber tentang peluang karir yang sesuai dengan kemampuan atau potensi yang dimiliki juga tergolong rendah. Atlet juga mempunyai kendala lain yang bersifat diluar dari konteks *career*

*decision self-efficacy* seperti manajemen waktu antara perkuliahan dengan kegiatan atlet, keraguan untuk memilih profesi menjadi atlet untuk jangka panjang, dan kekhawatiran yang berlebihan.

Lent *et al.* (1994) menyatakan bahwa salah satu faktor kontekstual yang dapat mempengaruhi *career decision self-efficacy* pada individu adalah berupa dukungan sosial seperti keluarga dan teman sebaya. Dukungan sosial merupakan penyampaian bantuan atau tindakan secara nyata baik verbal atau non verbal kepada orang lain yang mengakibatkan emosional dan perilaku dari penerima (Budiasa *et al.*, 2024). Kottler & Parr (2000) mendefinisikan *family support* sebagai bentuk dukungan yang diberikan oleh keluarga, meliputi dukungan emosional dan moral dalam pencapaian karir. Dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua memainkan peran penting sebagai sumber dukungan utama dalam kehidupan individu, terutama dalam pengembangan karir (Heryanda *et al.*, 2025). Berdasarkan hasil wawancara awal, atlet yang berkuliah di FOK Undiksha cenderung memiliki tingkat *family support* yang tergolong tinggi. Hal tersebut dapat dilihat dari dukungan emosional dari keluarga yang sudah sangat baik dan dorongan penuh terhadap keputusan karir yang akan ditentukan. Narasumber menyampaikan ketika akan melaksanakan kompetisi didalam atau diluar kota, keluarga narasumber selalu memastikan bahwa keluarga narasumber sudah memiliki informasi yang akurat seperti lokasi pertandingan anaknya, jadwal perlombaan, serta akomodasinya. Mengingat bahwa dalam melaksanakan latihan tentu diperlukan biaya, namun dari pihak keluarga selalu bersedia memberikan dukungan berupa fasilitas dan khususnya finansial yang dimana tentu finansial yang dikeluarkan keluarga juga relatif tinggi. Ketika narasumber membutuhkan sebuah validasi ataupun umpan balik dari setiap keputusan yang akan diambil, keluarganya selalu memberikan masukan dan validasi yang dapat dijadikan pertimbangan dalam mengambil keputusan. Hasil wawancara awal ini menunjukkan bahwa *family support* yang diperoleh sudah sangat baik dan variabel ini merupakan prediktor dari variabel *career decision self-efficacy*.

*Peer support* adalah bentuk dukungan sosial, informasional, serta emosional yang diperoleh dari teman sebaya dengan tujuan untuk mempengaruhi kinerja, kepuasan kerja dan meningkatkan kepercayaan diri (Chiaburu & Harrison, 2009). Tingkat *peer support* yang dimiliki oleh narasumber menunjukkan adanya dukungan yang positif dari teman sebayanya, yang dimana hal ini sangat membantu narasumber ketika sedang kesulitan. *Peer support* yang diperoleh oleh narasumber berbeda-beda, ada yang dari teman dibangku perkuliahannya, teman latihannya, serta teman-teman organisasi ataupun teman diluar dari kampus. Tingginya tingkat *peer support* yang diperoleh dapat diketahui dari bentuk dukungan *task-related support* yang diterima sangat nyata dan berdampak positif pada keputusan yang akan diambil. Sama halnya pada dukungan dari keluarga, dukungan emosional dari teman juga menjadi salah satu aspek penting dan menjadi pondasi yang kuat untuk menjaga kestabilan emosionalnya karena intensnya pertemuan ataupun kegiatan yang dilakukan, sehingga dukungan emosional dari teman sangat dirasakan oleh narasumber. Interaksi yang baik antar narasumber dengan teman-teman latihannya yang dimana mahasiswa atlet akan saling memberikan saran serta saling mengoreksi. Saran dan masukan yang diberikan ketika latihan bersifat konstruktif karena didasari oleh pengalaman langsung dilapangan. Narasumber merasakan bahwa mudahnya akses yang diberikan teman-temannya kapanpun dan dimanapun saat membutuhkan bantuan dalam persiapan untuk bertanding ataupun dalam kegiatan akademiknya. Walaupun hal tersebut terkesan sederhana, namun narasumber menyampaikan bahwa bentuk *availability and approachability* yang diperolehnya sangat berdampak untuk menjaga semangatnya. sehingga jika dikaitkan secara keseluruhan tingkat *peer support* yang telah diterima oleh narasumber sangat tinggi.

Realita dilapangan serta hasil wawancara awal pada mahasiswa atlet FOK Undiksha yang menunjukkan adanya sebuah fenomena yang sangat menarik untuk dikaji lebih lanjut. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Febriana & Masykur (2021) menyatakan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap pengambilan keputusan karir. Hasil

penelitian dari Madani *et al.* (2024) menyatakan bahwa *career decision self-efficacy* secara signifikan dipengaruhi oleh *peer social support*. Akan tetapi, menurut penelitian yang dilakukan oleh Abdullah & Roslan, (2021) menyebutkan bahwa dukungan keluarga tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri keputusan karir mahasiswa. Hal yang sama juga diperoleh dalam penelitian yang dilakukan oleh Zhou *et al* (2024) yang menyebutkan bahwa efek langsung dari *peer support* tidak signifikan. Penelitian Bata *et al* (2024) dan Zahrahnabila & Dwatra (2024) menunjukkan adanya hubungan yang positif antara *peer support* dengan *career decision self-efficacy*, berbeda dari penelitian yang dilakukan oleh Kong *et al* (2019) dan Olive (2024) menyatakan bahwa *peer support* tidak berpengaruh signifikan terhadap *career decision self-efficacy*. Hal ini menandakan bahwa adanya perbedaan hasil pada penelitian-penelitian sebelumnya. Telah dipaparkan bahwa atlet yang berkuliah di FOK Undiksha sudah memperoleh *family support* dan *peer support* yang tergolong baik dan tinggi. Akan tetapi, tingginya perolehan dari *family support* dan *peer support* yang dimiliki oleh mahasiswa atlet belum mampu untuk meningkatkan *career decision self-efficacy* pada atlet dalam mempersiapkan karirnya. Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk mengangkat permasalahan tersebut kedalam bentuk penelitian dengan judul “Pengaruh *Family Support* dan *Peer Support* terhadap *Career Decision Self-Efficacy* Atlet yang Berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha”.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif kausal dengan paradigma analisis regresi linear berganda. Penelitian kuantitatif kausal merupakan penelitian yang mencari penjelasan dalam bentuk sebab akibat antara beberapa situasi yang digambarkan dalam variabel sehingga dapat ditarik kesimpulan umum (Ferdinand, 2014). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *family support* ( $X_1$ ) dan *peer support* ( $X_2$ ), sedangkan variabel terikatnya adalah *career decision self-efficacy* ( $Y$ ). Penentuan indikator *family support* ( $X_1$ ) dalam penelitian ini didasarkan pada landasan referensi teori yang dikemukakan oleh Kottler & Parr (2000) yang terdiri dari dukungan emosional, dukungan informasional, dukungan instrumental, dan dukungan appraisal. Adapun penentuan indikator *peer support* ( $X_2$ ) dalam penelitian ini didasarkan pada landasan referensi teori yang dikemukakan oleh Chiaburu & Harrison (2009) yang terdiri dari *task-related support, feedback and advice, availability and approachability*, dan dukungan emosional teman. Sedangkan penentuan indikator *career decision self-efficacy* ( $Y$ ) dalam penelitian ini didasarkan pada landasan referensi teori yang dikemukakan oleh Taylor & Betz (1983) yang terdiri dari *self-appraisal, occupational information, goal selection, planning, dan problem solving*.

Subjek dalam penelitian ini adalah atlet yang berkuliah di FOK Undiksha, sedangkan yang menjadi objek dalam penelitian ini adalah *family support* ( $X_1$ ), *peer support* ( $X_2$ ), dan *career decision self-efficacy* ( $Y$ ). Populasi menurut Sugiyono (2017) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun jumlah populasi pada penelitian ini adalah seluruh atlet yang berkuliah di FOK Undiksha yang sudah terdata yaitu sebanyak 60 mahasiswa, dengan menggunakan sampel diluar dari responden sebanyak 30 mahasiswa. Adapun langkah-langkah yang dilalui dalam penelitian ini yaitu; (1) menentukan masalah, (2) mengkaji teori, (3) merumuskan hipotesis, (4) mengumpulkan data, (5) mengolah data, dan (6) menarik kesimpulan. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kuesioner dengan menggunakan skala *likert*. Menurut Sugiyono (2017), kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.

Instrumen penelitian terlebih dahulu diuji dengan menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas. Ghazali (2013) menyatakan bahwa uji validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu variabel kuesioner. Sedangkan uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui

apakah pernyataan tersebut konsisten dari waktu ke waktu. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi linear berganda. Teknik analisis regresi linear berganda merupakan sebuah teknik statistika yang dapat digunakan untuk menjelaskan pengaruh variabel bebas terhadap variabel tidak bebas (Zainuddin, 2021). Adapun syarat sebelum melakukan pengujian analisis regresi linear berganda adalah melakukan uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas, uji multikolinieritas, dan uji heteroskedastisitas. Kemudian langkah selanjutnya yaitu melakukan uji hipotesis melalui dua tahap, yaitu uji parsial (uji t) dan uji simultan (uji F). Uji koefisien determinasi ( $R^2$ ) digunakan untuk mengukur seberapa besar kontribusi variabel beban kerja dan kompetensi dalam menjelaskan variasi kinerja.

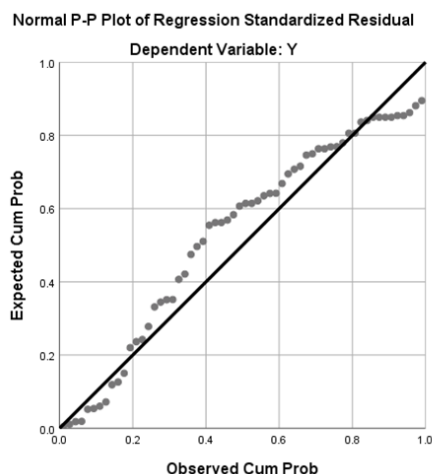
### 3. Hasil Dan Pembahasan

#### Hasil Uji Instrumen Penelitian

#### Hasil Uji Asumsi Klasik

##### 1. Hasil Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas tersebut adalah untuk mengevaluasi apakah variabel independent dan dependen dalam model regresi memiliki distribusi yang normal (Ghozali, 2013). Uji statistik yang digunakan untuk menguji normalitas adalah grafik plot probabilitas normal. Landasan pengambilan keputusan yang digunakan adalah jika data menyebar disekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis diagonal, maka dapat disimpulkan bahwa model regresi memenuhi asumsi normalitas, dan begitu sebaliknya.



**Gambar 1. Grafik Normal P-Plot**

Berdasarkan olah data dan temuan yang digambarkan pada Gambar 1, data menunjukkan pola sebaran yang sejajar dan berurutan dengan garis diagonal. Hal ini menunjukkan bahwa pola pendistribusian sudah tergolong normal sehingga variabel penelitian dinyatakan normal dan dapat melanjutkan tahap ke tahap selanjutnya.

##### 2. Hasil Uji Multikolinieritas

Ghozali (2013) menyatakan bahwa uji multikolinieritas bertujuan untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas (independent). Adapun landasan keputusan yang digunakan adalah jika nilai tolerance > 0,10 dan nilai VIF < 10,0 maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada multikolonieritas antar variabel bebas dalam model regresi, begitupun sebaliknya.

**Tabel 1. Hasil Uji Multikolinieritas**

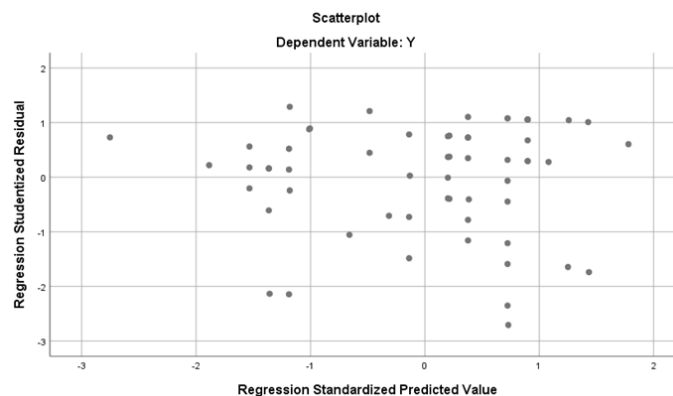
Coefficients			
Model	Collinearity Statistics		Keterangan
	Tolerance	VIF	

<i>Family Support</i> ( $X_1$ )	0,922	1.084	Tidak terdapat multikolinearitas
<i>Peer Support</i> ( $X_2$ )	0,922	1.084	Tidak terdapat multikolinearitas

Berdasarkan Tabel 1, menunjukkan bahwa hasil perhitungan tolerance variabel *family support* ( $X_1$ ) dan variabel *peer support* ( $X_2$ ) yang diperoleh sudah lebih besar dari 0,10 yang menunjukkan bahwa tidak ada korelasi antar variabel independent. Berdasarkan hasil perhitungan dari VIF juga menunjukkan bahwa variabel *family support* ( $X_1$ ) dan variabel *peer support* ( $X_2$ ) memiliki nilai VIF kurang dari 10,0, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ditemukannya multikolinearitas antar variabel independent dalam model regresi ini.

### 3. Hasil Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan variance dari residual satu pengamatan ke pengamatan lainnya. Tipe grafik yang digunakan adalah *Scatter Plot*. Landasan keputusannya adalah dengan cara melihat penyebaran titik-titik nilai tersebut apakah membentuk pola dan memastikan bahwa penyebaran titik-titik nilai merata di atas dan dibawah angka 0 pada sumbu Y.



**Gambar 2. Grafik Scatterplot**

Berdasarkan Gambar 2, menunjukkan bahwa tidak ada pola yang jelas serta titik-titik nilainya menyebar di atas dan dibawah angka 0 pada sumbu Y yang mengindikasikan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas, sehingga dapat disimpulkan bahwa model regresi dalam penelitian ini tidak terjadi heteroskedastisitas. Untuk membuktikan agar hasil uji lebih kuat, maka perlu sekiranya dilakukannya uji statistik *Uji Glejser*.

**Tabel 2. Hasil Uji Glejser**

Model	Coefficients <sup>a</sup>					
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficient			
	B	Std. Error	Beta	t	Sig.	
1	(Constant)	.768	2.175		.353	.725
	<i>Family Support</i>	-.084	.096	-.118	-.874	.386
	<i>Peer Support</i>	.159	.106	.203	1.507	.137

Berdasarkan Tabel 2, hasil uji glejser menunjukkan bahwa variabel *family support* ( $X_1$ ) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,386, sedangkan variabel *peer support* ( $X_2$ ) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,137. Kedua nilai signifikansi masing-masing variabel ini lebih besar dari 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas dalam model regresi ini.

### Analisis regresi Linear Berganda

Analisis regresi linier berganda dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui arah dan seberapa besar pengaruh *family support* ( $X_1$ ) dan *peer support* ( $X_2$ ) terhadap *career decision self-efficacy* (Y) atlet yang berkuliah di FOK Undiksha.

**Tabel 3. Hasil Uji Analisis Regresi Linier Berganda**

Model	Coefficients <sup>a</sup>					
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficient			
	B	Std. Error	Beta	t	Sig.	
1	(Constant)	.34.719	2.430		14.287	.000
	Family Support	.404	.129	.388	3.139	.003
	Peer Support	.311	.138	.280	2.262	.028

Berdasarkan hasil perhitungan regresi linear berganda pada Tabel 3, maka didapatkan hasil persamaan regresi yaitu sebagai berikut:

$$Y = 34,719 + 0,404 X_1 + 0,311 X_2 + \epsilon$$

Dapat diinterpretasikan hasil yaitu sebagai berikut:

- 1) Konstanta ( $\alpha$ ) 34,719 menunjukkan bahwa apabila variabel *family support* ( $X_1$ ) dan *peer support* ( $X_2$ ) nilainya sama dengan nol, maka *career decision self-efficacy* (Y) pada *career decision self-efficacy* atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha adalah sebesar 34,719.
- 2) Nilai koefisien regresi variabel *family support* ( $\beta_1$ ) sebesar 0,404 telah menunjukkan bahwa variabel *family support* ( $X_1$ ) berpengaruh positif terhadap *career decision self-efficacy* (Y) pada atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha. Hal ini menunjukkan semakin baik *family support* yang diberikan sebesar satu satuan, maka akan semakin tinggi pula tingkat *career decision self-efficacy* pada mahasiswa atlet.
- 3) Nilai koefisien regresi variabel *peer support* ( $\beta_2$ ) sebesar 0,311 telah menunjukkan bahwa variabel *peer support* ( $X_2$ ) berpengaruh positif terhadap *career decision self-efficacy* (Y) pada atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha. Hal ini menunjukkan semakin baik *peer support* yang diberikan sebesar satu satuan, maka akan semakin tinggi pula tingkat *career decision self-efficacy* pada mahasiswa atlet.

### Hasil Uji Hipotesis

#### 1. Hasil Uji Simultan (Uji F)

Tujuan dari uji simultan adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh signifikan secara simultan antara variabel *family support* ( $X_1$ ) dan *peer support* ( $X_2$ ) terhadap variabel *career decision self-efficacy* (Y) pada atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha.

**Tabel 4. Hasil Uji Simultam (Uji F)**

ANOVA <sup>a</sup>						
Model	Sum of Squares	Df	Mean Squares	F	Sig.	
1	Regression	138,968	2	69,484	14.300	0,005 <sup>b</sup>
	Residual	276,966	57	4.859		
	Total	415,933	59			

Berdasarkan hasil uji F (simultan) yang ditunjukkan dalam Tabel 4 dapat dilihat bahwa nilai p-value (Sig.) = 0,005 yang mana lebih kecil dari nilai 0,05. Hal ini mengindikasikan menolak  $H_0$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *family support* dan *peer support* berpengaruh signifikan terhadap *career decision self-efficacy* atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha.

#### 2. Hasil Uji Parsial (Uji t)

Uji parsial (uji t) digunakan untuk menguji sejauh mana masing-masing variabel independent secara parsial berpengaruh dalam menjelaskan variasi variabel dependen. Dalam penelitian ini, maka uji ini digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel *family support* ( $X_1$ )

dan *peer support* ( $X_2$ ) terhadap *career decision self-efficacy* ( $Y$ ) atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha.

**Tabel 5. Hasil Uji Parsial (Uji t)**

		Coefficients <sup>a</sup>				
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficient		
		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	.34.719	2.430		14.287	.000
	Family Support	.404	.129	.388	3.139	.003
	Peer Support	.311	.138	.280	2.262	.028

Berdasarkan Tabel 5, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1) Pengujian hipotesis pertama ( $H_1$ )

Hipotesis pertama menunjukkan variabel *family support* ( $X_1$ ) memiliki nilai  $t_{hitung}$  sebesar 3.139 dan nilai signifikansi 0.003. Karena  $t_{hitung}$  sebesar 3.139 >  $t_{tabel}$  2.005 dan nilai signifikansi < 0,05, maka  $H_0$  ditolak. Artinya, variabel *family support* berpengaruh positif terhadap *career decision self-efficacy*.

2) Pengujian hipotesis kedua ( $H_2$ )

Hipotesis kedua menunjukkan variabel *peer support* ( $X_2$ ) memiliki nilai  $t_{hitung}$  sebesar 2.262 dan nilai signifikansi 0.028. Karena  $t_{hitung}$  sebesar 2.262 >  $t_{tabel}$  2.005 dan nilai signifikansi < 0,05, maka  $H_0$  ditolak. Artinya, variabel *peer support* berpengaruh positif terhadap *career decision self-efficacy*.

3. Uji Koefisien Determinasi ( $R^2$ )

Uji koefisien determinasi ( $R^2$ ) digunakan sebagai metrik untuk menghitung sejauh mana kontribusi variabel independent terhadap variabel dependen.

**Tabel 6. Uji Koefisien Determinasi ( $R^2$ )**

Model Summary <sup>b</sup>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,578 <sup>a</sup>	0,334	0,311	2.204

Berdasarkan Tabel 6, menunjukkan bahwa diperoleh nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,334, hal tersebut menunjukkan bahwa variasi variabel *family support* dan *peer support* memiliki kemampuan untuk menjelaskan 33,4% variasi variabel *career decision self-efficacy* pada atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha. Sisanya sekitar 66,6% sebagai faktor yang tersisa tunduk pada pengaruh variabel lain yang tidak diperhitungkan dalam model regresi linier.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *family support* memiliki pengaruh yang kuat terhadap *career decision self-efficacy* atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha. Jika dilihat dalam konteks mahasiswa atlet, peranan dukungan dari keluarga tidak hanya berupa pendukung emosional, melainkan juga sebagai aktor strategis atau aspek kuat dalam proses pengambilan keputusan karir atlet. Ibaratnya dukungan keluarga tersebut merupakan pondasi serta dasar utama yang sangat diperhitungkan, agar dapat melanjutkan keputusan kedepan. Lingkungan keluarga adalah tempat pertama bagi anak untuk menerima pendidikan dan penanaman nilai yang akan berpengaruh besar pada kepribadiannya dan mempersiapkan anak untuk bersosialisasi di masyarakat (Hasanah & Dharmayasa, 2025). Keunikan temuan penelitian ini terletak pada dominannya dukungan *appraisal* sebagai bentuk turunan dari variabel *family support* yang paling menonjol dan memiliki nilai rerata yang tertinggi dibandingkan dengan bentuk turunan lainnya. Kondisi ini menggambarkan bahwa betapa

pentingnya adanya pemberian umpan balik dari keluarga dengan bertujuan untuk membantu atlet agar mengetahui apa yang sekiranya perlu dievaluasi dan dipertimbangkan. Adapun contoh bentuk dukungan *appraisal* yang telah diberikan yaitu berupa pengakuan akan prestasi yang dimiliki. Penilaian positif dan apresiasi yang berkelanjutan yang juga merupakan bagian dari bentuk dukungan *appraisal* keluarga. Selain sebagai tempat tinggal, keluarga juga menjadi fondasi awal yang memberikan nilai-nilai dasar dan pengaruh besar dalam perkembangan anak (Putra & Dharmayasa, 2025). Sehingga betapa berpengaruhnya dampak yang diberikan oleh dukungan keluarga kepada individu.

Seperti yang diketahui, bahwa menjadi seorang atlet tersebut tidak lepas dari dukungan berupa fasilitas, sarana prasarana, dan kebutuhan lainnya yang memerlukan biaya. Hasil temuan menunjukkan bahwa dukungan instrumental yang diberikan oleh keluarga kepada atlet memiliki nilai yang relative tinggi. Kondisi ini menggambarkan bahwa apa yang menjadi kebutuhan atlet seperti biaya untuk latihan, perlengkapan olahraga, serta kebutuhan lainnya sudah dapat terpenuhi dengan baik. Dukungan emosional pada hasil temuan ini menjadi bentuk satu kesatuan yang saling berkesinambungan dan selaras dengan dukungan berupa informasional yang telah diberikan. Dukungan sosial dari orang tua merupakan sumber daya utama bagi mahasiswa dalam mencari informasi tentang peluang karir dan mengembangkan keterampilan pribadi untuk membuka jalur karir baru (Mayasari *et al.*, 2025). Kehadiran dari dukungan keluarga sangat menjaga psikologis atlet agar tetap stabil dan dapat mengelola emosional dengan baik, seperti memberikan afirmasi positif serta rasa aman agar menjaga mentalitas atlet ketika sedang menghadapi tantangan. Hasil ini sejalan dengan temuan dari Febriana & Masykur (2021), Mustafa *et al.*, (2025) dan Cahyawulan (2022) yang sama-sama menemukan hasil bahwa *family support* memberikan pengaruh yang positif terhadap *career decision self-efficacy*.

*Peer support* juga terbukti memberikan kontribusi yang kuat terhadap *career decision self-efficacy* atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha. Keunikan yang ditemui dari hasil penelitian ini terletak pada kedekatan emosional serta kesamaan pengalaman yang dimiliki oleh masing-masing atlet. Berdasarkan nilai rerata, dukungan emosional dari teman hadir sebagai aspek yang memiliki dampak paling kuat yang telah dirasakan oleh responden. Kesamaan kegiatan yang dilakukan, pengalaman yang dimiliki, bahkan jenis cabang olahraga yang diikuti terbukti telah mampu mendorong dan meningkatkan rasa kepercayaan diri atlet. Individu membutuhkan bantuan orang lain bilamana tujuan atau aktivitas pekerjaan demikian luas dan kompleks sehingga tidak dapat menyelesaikannya sendirian (Mayasari, 2020). Adapun contoh dari hal tersebut diantaranya seperti saling memberikan masukan dan saran berdasarkan dengan apa yang menjadi pengalamannya ketika bertanding. Tidak hanya sekedar berbagi pengalaman, bentuk kesamaan pengalaman yang diberikan tersebut justru menjadi indikator yang krusial untuk membantu menguatkan pondasi kepercayaan diri serta kesiapan atlet yang dimiliki.

Kesamaan pengalaman yang dimiliki jika tidak diikuti oleh kedekatan emosional yang baik juga akan kurang optimal. Rasa jenuh dalam menjalankan tugasnya sebagai mahasiswa dan atlet dirasakan telah dapat diminimalisir karena adanya dukungan dari teman-teman sebaya, misalnya berupa membantu atlet untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik, berbagi peran, dan saling mendukung dalam pengelolaan waktu untuk kuliah dan latihan. Bentuk dukungan teman sebaya yang lainnya adalah berupa *feedback* dan *advice*. Hasil temuan ini menunjukkan bahwa *feedback* dan *advice* memiliki peran sebagai refleksi sosial. Atlet seringkali merasakan secara nyata, bahwa kontribusi yang diberikan oleh teman berupa *feedback* dan *advice* sudah sangat kuat dan sangat intens. Dukungan dari teman sesama atlet juga terbukti menjadi pengaruh yang cukup krusial pada proses pengambilan keputusan. Segala bentuk yang menyebabkan keraguan dan kurang percaya diri, dapat diminimalisir akibat besarnya bentuk dukungan dari sesama atlet sehingga pada konteks ini dukungan sesama atlet memberikan kontribusi yang lebih besar jika dibandingkan dengan teman perkuliahan. Hasil ini sejalan dengan

temuan dari Zahrahnabila & Dwatra (2024) dan Rahayu & Sawitri (2022) bahwa dukungan teman berpengaruh positif pada *career decision self-efficacy*.

Secara simultan, *family support* dan *peer support* bersama-sama memberikan pengaruh terhadap *career decision self-efficacy*. Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi pada penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan variabel independent dalam menjelaskan perubahan variabel dependen tergolong moderat karena nilai *R Square* 33,4% (Chin, 1998). Hal ini menegaskan bahwa dukungan dari keluarga dan teman sebaya yang diberikan secara konsisten dan berkelanjutan dapat meningkatkan rasa percaya diri atlet ketika mengambil keputusan karir. Temuan ini sejalan dengan Fatimah (2021) dan Madani *et al.* (2024) yang sama-sama menyatakan bahwa kombinasi dari dukungan sosial berupa *family support* dan *peer support* memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap *career decision self-efficacy*. Temuan dari penelitian ini memberikan dasar empiris yang kuat bagi Undiksha selaku perguruan tinggi agar dapat merumuskan langkah-langkah konkret untuk mendukung prestasi serta mengembangkan karir dari atlet. *Parental support* dalam perspektif Super (1980) melalui *Life-Span, Life-Space Theory* dipandang sebagai salah satu faktor kontekstual yang memiliki peran penting dalam perkembangan karir dari individu. Oleh karena itu, optimalisasi peranan dari Bimbingan Konseling (BK) di lingkungan FOK Undiksha menjadi langkah strategis dalam mendukung arah karir atlet.

#### 4. Simpulan Dan Saran

##### Simpulan

Berdasarkan hasil pengujian yang telah dilakukan, maka dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. *Family support* berpengaruh terhadap *career decision self-efficacy* atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha.
2. *Peer support* berpengaruh terhadap *career decision self-efficacy* atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha.
3. *Family support* dan *peer support* berpengaruh terhadap *career decision self-efficacy* atlet yang berkuliah di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha.

##### Saran

Mengacu pada isi pembahasan yang telah dilaksanakan, maka adapun saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Atlet
 

Diharapkan bagi atlet agar dapat memanfaatkan dukungan dari keluarga dan teman sebaya dengan seoptimal mungkin. Seperti temuan yang telah diperoleh, bahwa sumber penguatan diri dalam proses *career decision self-efficacy* dipengaruhi oleh faktor *family support* dan *peer support*. Diharapkan juga agar mahasiswa atlet lebih aktif serta mengasah potensi diri yang dimiliki, dan memperoleh informasi yang sebanyak-banyaknya terkait dengan minat dan kemampuan diri yang dimiliki.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
 

Disarankan untuk dapat mengembangkan penelitian ini dengan memperluas konteks penelitian agar memberikan hasil temuan yang bervariasi khususnya mengenai *career decision self-efficacy*. Diketahui bahwa variabel-variabel yang digunakan khususnya variabel dependennya masih tergolong baru dan sangat sedikit ditemukannya studi empiris yang sesuai. Sehingga diharapkan peneliti selanjutnya agar dapat melanjutkan penelitian ini, sehingga dapat menambah studi empiris yang ada serta tentunya dapat berkontribusi dalam perkembangan ilmu manajemen sumber daya manusia.
3. Bagi Orangtua Atlet

Diharapkan untuk dapat menjaga dukungannya kepada anak-anaknya dalam kondisi apapun itu. Dukungan yang diberikan tersebut tidak hanya berfokus pada aspek emosional, namun diharapkan mengimbangi dukungan pada aspek-aspek yang lainnya agar anak dapat lebih terarah dalam memahami potensi yang dimiliki serta peluang karir. Orang tua disarankan untuk terus bisa konsisten mendorong kemandirian dan kepercayaan diri anak ketika dihadapkan oleh permasalahan dan khususnya dalam mengambil keputusan karir. Walaupun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua sudah memberikan dukungan yang baik, namun diharapkan lagi untuk bisa menjaga dan meningkatkan dukungan yang diberikan demi kebaikan anak.

#### Daftar Pustaka

- Abdullah, N. O. Y., & Roslan, S. (2021). The Relationship between Perceived Social Support, Self-Esteem and Career Decision Self-Efficacy among First Year Undergraduate Students. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 11(8). <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v11-i8/10782>
- Arlan Hasanah, & Dharmayasa, I. P. A. (2025). *Pengaruh Pendidikan Kewirausahaan dan Lingkungan Keluarga Terhadap Minat Berwirausaha Siswa Kelas Xi Smkn 1 Singaraja*.
- Bata, P. R. L. M., Noviekayati, I., & Pratitis, N. T. (2024). Career Awareness and Peer Social Support Woth Career Decision Making in College Students. *International Journal of Social Science and Human Research*, 7(08). <https://doi.org/10.47191/ijsshr/v7-i08-04>
- Budiasa, P., Rahmawati, P. I., & Krisna Heryanda, K. (2024). Moderation of Social Support as a Balancing of Job Stress for Functional Officers of Goods / Service Procurement of the Ministry of Education, Culture and Technology, Indonesia. *Path of Science*. 2024, 10(3). <https://doi.org/10.22178/pos.102-10>
- Chiaburu, D., & Harrison, D. (2009). Do coworkers make the place? Conceptual synthesis and meta-analysis of lateral social influences in organizations. *Journal of Applied Psychology*, 93.
- Chin, W. W. (1998). *The Partial Least Squares Approach to Structural Equation Modeling*. <https://www.researchgate.net/publication/311766005>
- Febriana, L. Z., & Masykur, A. M. (n.d.). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN EFIKASI DIRI PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 SAYUNG DEMAK. In *Jurnal Empati* (Vol. 10).
- Fidiawati. (2022). *Menjadi Atlet Menjanjikan Peluang Kerja dan Menambah Finansial*. Rri.Co.Id. <https://rri.co.id/hobi/77163/menjadi-atlet-menjanjikan-peluang-kerja-dan-manambah-finansial?>
- Kemenpora. (2025). *SITUS RESMI KEMENTERIAN PEMUDA DAN OLAHRAGA REPUBLIK INDONESIA*.
- Kong, L. N., Hu, P., Yang, L., & Cui, D. (2019). The effectiveness of peer support on self-efficacy and quality of life in adults with type 2 diabetes: A systematic review and meta-analysis. In *Journal of Advanced Nursing* (Vol. 75, Number 4, pp. 711–722). Blackwell Publishing Ltd. <https://doi.org/10.1111/jan.13870>
- Kottler, J. A., & Parr, G. (2000). *THE FAMILY JOURNAL: COUNSELING AND THERAPY FOR COUPLES AND FAMILIES / April 2000 Kottler, Parr / THERAPIST'S FAMILY The Family Therapist's Own Family*.
- Krisna Heryanda, K., Made, N., Mayasari, D. A., Luh, N., & Sayang Telagawathi, W. (2025). *UNLOCKING CAREER POTENTIAL: THE MEDIATING ADVERSITY QUOTIENT IN PARENTAL SUPPORT TO CAREER ADAPTABILITY AMONG DUAL CAREER GIG ECONOMY STUDENTS*.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (1994). Toward a Unifying Social Cognitive Theory of Career and Academic Interest, Choice, and Performance. In *Journal of Vocational Behavior* (Vol. 45, Number 1, pp. 79–122). <https://doi.org/10.1006/jvbe.1994.1027>

- Madani, W., Ihsan, H., & Zakariyya, F. (2024). Self-Compassion and Peer Social Support: Do They Influence Self-Efficacy in Career Decision Making of Generation Z Students? *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 9(3), 183–193. <https://doi.org/10.17977/um001v9i32024p183-193>
- Mayasari, N. M. D. A. (2020). *Efek Moderasi Dukungan Sosial Dalam Hubungan Konflik Pekerjaan Keluarga Dengan Stres Kerja Dosen Wanita Di Fakultas Ekonomi Undiksha*.
- Mayasari, N. M. D. A., Riana, I. G., Surya, I. B. K., & Putra, M. S. (2025). Exploring the Path of Social Support During to Proactive Career Behavior through Resilience. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Dan Bisnis (JPEB)*, 13(01), 104–117. <https://doi.org/10.21009/jpeb.013.1.7>
- Nabilah Yuniarti. (2024, July 9). *29 Atlet Indonesia Lolos ke Olimpiade Paris 2024, Rekor Tertinggi dalam 20 Tahun*.
- Olive, J. (2024). *Peer Influence, Family Influence, Academic Difficulties and Gender Differences as Agents of Career Indecisiveness of Senior High School Students in Ghana*. <https://doi.org/10.47772/IJRISS>
- Purnama. (2024). *Pentingnya Pengambilan Keputusan Karir Pada Remaja*. Buletin.k-Pin.Org. <https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/1470-pentingnya-pengambilan-keputusan-karir-pada-remaja>
- Putra, I. B. K. M., & Dharmayasa, I. P. A. (2025). *Pengaruh Motivasi dan Keluarga Terhadap Minat Memilih Konsentrasi Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Pendidikan Ganesha*. 17(2). <https://doi.org/10.23887/jjpe.v17>
- Super, D. E. (1980). A Life-Span, Life-Space Approach to Career Development. In *Journal of Vocational Behavior* (Vol. 16).
- Taylor, K. M., & Betz, N. E. (1983). Applications of Self-Efficacy Theory to the Understanding and Treatment of Career Indecision. In *Journal of Vocational Behavior* (Vol. 22).
- Yuniarini, P. D., Agung, A. A. G., Ariawan, I. P. W., & Sulindawati, N. L. G. E. (2025). Self-regulation and motivation teacher in non-formal education: A systematic literature review. *Edelweiss Applied Science and Technology*, 9(4), 3035–3049. <https://doi.org/10.55214/25768484.v9i4.6722>
- Zahrnabila, Z., & Dwatra, F. D. (2024). Kontribusi Peer Social Support terhadap Career Decision Making Self-Efficacy pada Siswa SMAN Agam Cendekia. *YASIN*, 4(5), 1023–1029. <https://doi.org/10.58578/yasin.v4i5.3672>
- Zhou, A., Liu, J., Xu, C., & Jobe, M. C. (2024). Effect of Social Support on Career Decision-Making Difficulties: The Chain Mediating Roles of Psychological Capital and Career Decision-Making Self-Efficacy. *Behavioral Sciences*, 14(4). <https://doi.org/10.3390/bs14040318>