

**PERENCANAAN KARIR DAN RESILIENSI KERJA PADA
SISWA SMK NEGERI 8 KOTA MEDAN**

¹Emma Fauziah Saragih. ²Ummu Khuzaimah

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Jl. H. Agus Salim Siregar, Kenangan Baru, Kecamatan Tembung, Kabupaten Deli
Serdang, Sumatera Utara

¹emmafauziah@staff.uma.ac.id , ²ummu@staff.uma.ac.id

Abstract

Career readiness requires careful planning and strong resilience, especially for vocational high school students. This community service program aimed to provide psychoeducation on career planning and developing physical and mental resilience for students at SMK Negeri 8 Medan in preparing for workplace demands. Activities included lectures, group discussions, and evaluations. The materials were based on Holland's theory of vocational personalities and Reivich and Shatté's resilience theory. Pre-test and post-test evaluations were conducted to assess students' understanding of vocational interests and the role of resilience in the workplace. Results showed increased comprehension scores among both male and female participants. This program is expected to help students align their career choices with their interests and personalities while equipping them to face workplace challenges adaptively. Continued support from schools and parents plays a vital role in sustaining students' career development and resilience in the long term

Keywords: *Career Planning, Resilience, Vocational High School*

Abstrak

Kesiapan menghadapi dunia kerja memerlukan perencanaan karir yang matang dan resiliensi tinggi, terutama bagi siswa SMK. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan psikoedukasi untuk menentukan perencanaan karir serta membangun ketangguhan fisik dan mental pada siswa SMK Negeri 8 Kota dalam menghadapi dinamika dunia kerja. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi kelompok, dan evaluasi. Materi disusun berdasarkan teori kepribadian di lingkungan kerja menurut Holland dan teori resiliensi menurut Reivich dan Shatte. Evaluasi dilakukan melalui pretest dan posttest untuk mengukur tingkat pemahaman siswa mengenai tipe minat vokasional serta pentingnya resiliensi di tempat kerja. Hasil psikoedukasi menunjukkan peningkatan skor pemahaman baik pada siswa perempuan maupun laki-laki. Psikoedukasi ini diharapkan mendorong siswa untuk mampu merencanakan karir sesuai minat dan kepribadian, serta lebih siap menghadapi tantangan kerja secara adaptif dan terarah. Dukungan sekolah dan orang tua juga menjadi menjadi faktor pendukung penting keberlanjutan pengembangan karir siswa.

Kata Kunci: Perencanaan Karir, Resiliensi, Siswa SMK

1. Pendahuluan

Setiap siswa yang telah lulus dari jenjang pendidikan SMU dihadapkan pada dua pilihan. Melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi atau bekerja. Hal yang sama berlaku untuk para siswa Sekolah Menengah Kejuruan. Kurikulum di Sekolah Menengah Kejuruan pada umumnya dirancang agar siswa siap memasuki dunia kerja. Namun fakta menunjukkan masih banyak siswa yang mengalami kebingungan dalam memilih karir, salah dalam memilih jenis pekerjaan, bahkan menjadi pengangguran. Hal ini sejalan dengan hasil survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas), yang menyatakan bahwa terdapat sekitar 9,01% lulusan siswa SMK di Indonesia masih menjadi pengangguran (BPS, 2024). Dengan kata lain, walaupun kurikulum pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan telah dirancang untuk mempersiapkan lulusan yang siap bekerja, namun faktanya tidak mudah bagi para siswa dalam menjalani masa transisi ke dunia kerja. Salah satu faktor penyebabnya adalah kurangnya persiapan kerja terkait pemahaman akan kesesuaian karir dengan minat para siswa. Berdasarkan teori perkembangan karir, diketahui bahwa faktor trait menjadi penentu dalam hal melihat kesesuaian karakteristik individu dengan karakteristik pekerjaan. Menurut Holland (Tang, 2018) seseorang akan mengalami kepuasan kerja dan mampu meraih kesuksesan jika bekerja dalam suatu lingkungan yang sesuai dengan tipe kepribadiannya. Teori Holland merupakan salah satu teori yang paling sering digunakan dalam hal pengembangan karir karena penerapannya lebih mudah dalam hal membantu seseorang memilih karir yang sesuai dengan karakteristik kepribadiannya.

Memilih suatu pekerjaan sebagai karir merupakan suatu tindakan yang menggambarkan motivasi, pengetahuan, kepribadian dan kemampuan seseorang. Bukan hanya keahlian atau keterampilan yang dibutuhkan, tetapi juga terdapat harapan apakah pilihan karir memenuhi kebutuhan dasar, status sosial serta hal lain yang menjadi motif seseorang dalam memilih suatu jenis

pekerjaan. Menurut Holland (Holland, 1997) terkait dengan pilihan karir, individu dibagi ke dalam 6 tipe kepribadian, yaitu:

1. Tipe *realistic* menggambarkan seseorang yang menyukai aktivitas fisik atau mekanis, menyukai jenis pekerjaan yang konkret, nyata dan praktis. Seseorang dengan tipe kepribadian realistik cenderung dianggap kurang peka serta kurang fleksibel dalam berpikir atau bersosialisasi. Kedua,
2. Tipe *investigative* menggambarkan seseorang yang menyukai pemecahan masalah dengan menggunakan pendekatan ilmiah, logika dan berpikir kritis. Tipe ini tidak menyukai jenis penyelesaian masalah melalui pendekatan sosial dan mekanik. Individu dengan tipe ini memiliki karakteristik analitis, mandiri, pendiam, intelektual, teliti serta kurang suka menjadi pemimpin atau tampil di depan umum.
3. Tipe *artistic*, menggambarkan seseorang yang menyukai dan menikmati aktivitas kreatif dan ekspresi diri, tidak suka dengan struktur kerja yang kaku. Individu dengan tipe ini cenderung menghindari tugas-tugas rutin yang monoton atau bersifat mekanis. Karakteristiknya ditandai dengan adanya kepekaan, imajinatif, ekspresif, intuitif, idealis, tidak terstruktur, dan konvensional.
4. Tipe *social* adalah seseorang yang suka berinteraksi dengan orang lain, senang membantu. Mereka suka dengan lingkungan kerja yang hangat, suportif, dan penuh kepedulian. Karakteristik kepribadian adalah adanya empatik, mampu bersikap kooperatif, sabar, pengertian, dan persuasif.
5. Tipe *enterprising*, merupakan seseorang suka memimpin atau mengambil keputusan. Mereka suka membujuk, menjual, atau memengaruhi orang lain. Karakteristiknya cenderung energik, percaya diri, ambisius, suka tantangan, ramah, dan komunikatif, meskipun terkadang terkesan mendominasi atau mencari perhatian.
6. Tipe *conventional*, merupakan seseorang yang menyukai kegiatan yang terstruktur, nyaman dengan lingkungan kerja yang rapi, teratur, bisa

diprediksi. Karakteristiknya cenderung kaku, kurang fleksibel, kurang imajinatif, pemalu, defensif dan terlalu berhati-hati.

Menurut Holland (Tang, 2018) bila jenis pekerjaan seseorang sesuai dengan tipe keribadiannya, maka akan tercapai kepuasan kerja. Holland merancang sebuah alat seperti *Self-Directed Search* untuk membantu individu mengenali minat dan kemampuan mereka, sehingga dapat memilih jenis pekerjaan yang sesuai. Menurut Davis dan Lofquist (Dawis & Lofquist, 1984), kepuasan kerja merupakan suatu penilaian melalui proses mental seseorang dalam mengevaluasi sejauh mana pekerjaan yang ia jalani sejalan dengan kebutuhan, nilai dan harapannya. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Super (Super, 1990) yang menyatakan bahwa kepuasan dalam bekerja dan kehidupan seseorang akan tercapai bila ia mampu menjalani pekerjaannya sesuai dengan kemampuan, minat, nilai, serta konsep diri.

Kepuasan kerja juga dapat dilihat dari bagaimana seseorang mampu menetap dan bertahan dalam lingkungan kerja yang beragam. Bertahannya seseorang dalam lingkup pekerjaan membutuhkan kesiapan dalam memasuki dunia kerja serta kemampuan penyesuaian diri agar mampu bertahan dalam menghadapi kondisi lingkungan pekerjaan yang beragam. Sama seperti halnya siswa lulusan Sekolah Menengah Kejuruan, mereka juga perlu mempersiapkan diri dan membekali diri agar mampu bertahan menghadapi tantangan dan dinamika dalam dunia kerja. Namun, pada kenyataannya, sebagian besar siswa lulusan Sekolah Menengah Kejuruan memiliki pengetahuan yang minim mengenai dinamika yang terjadi di dalam dunia kerja, sehingga membuat mereka tidak mampu bertahan dan memilih keluar dari pekerjaannya. Hal tersebut sejalan tulisan Fahyani (Fahyani, 2024) dalam Radar Solo Jawa Pos yang menyatakan bahwa *turn over* di kalangan lulusan siswa Sekolah Menengah Kejuruan tergolong tinggi bila dibandingkan dengan tingkat pendidikan lainnya. Pada dasarnya, kebutuhan perusahaan cukup tinggi terkait lulusan siswa Sekolah Menengah Kejuruan. Sayangnya, kompetensi yang dimiliki

lulusan untuk memenuhi tuntutan dunia kerja belum cukup optimal. Hal itu terlihat dari sebagian besar siswa lulusan Sekolah Menengah Kejuruan yang belum memiliki daya tahan psikologis, cenderung mudah menyerah menghadapi tekanan, serta adanya kritik dan lingkungan kerja yang tidak selalu kondusif. Menurut Apriawal (2022), masalah ketenagakerjaan yang dihadapi oleh individu saat ini semakin kompleks, sehingga memerlukan suatu kemampuan dalam mengatasinya. Salah satu kemampuan tersebut dikenal dengan resiliensi.

Resiliensi merupakan suatu proses atau kapasitas yang dimiliki seseorang untuk menyesuaikan diri dan bertahan dalam lingkungan kerja (Masten et al., 1990). Resiliensi dapat membantu remaja, termasuk siswa lulusan Sekolah Menengah Kejuruan menghadapi ketidakpastian karir, membantu merubah cara pandang terhadap ketidakpastian tersebut sebagai suatu kesempatan untuk berkembang, bukan menjadi beban, serta membuat mereka lebih berani dalam menentukan alternatif solusi ketika menghadapi kesulitan (Grafton et al., 2019). Menurut Grotberg (Grotberg, 1999) resiliensi bukan faktor genetik tetapi dapat dikembangkan dan dilatih oleh individu sepanjang kehidupannya. Resiliensi dapat dikembangkan berdasarkan sumber-sumbernya, yaitu faktor *I have* (dukungan eksternal), *I am* (Kekuatan diri pribadi/internal), dan *I can* (keterampilan dalam menghadapi tantangan).

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat diketahui bahwa pengetahuan memilih karir sesuai dengan karakteristik kepribadian merupakan hal yang penting. Selain itu, daya lenting (resiliensi) menjadi bekal lain yang perlu untuk dipersiapkan bagi siswa SMK sebelum masuk ke dalam dunia kerja. Pentingnya kedua hal tersebut menjadi urgensi perlunya dilakukan penanganan berupa psikoedukasi terkait perencanaan karir menurut perspektif Holland serta resiliensi menurut perspektif Grotberg pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan 8 di Kota Medan. Melalui psikoedukasi yang dilakukan, diharapkan akan ada

peningkatan pemahaman tentang pentingnya memilih karir sesuai karakteristik kepribadian dan bagaimana membangun resiliensi di tempat kerja.

2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode psikoedukasi yang dilakukan di ruangan kelas Siswa Sekolah Menengah Kejuruan kelas XI, jurusan Perhotelan di SMK 8 Kota Medan. Tujuannya untuk meningkatkan pemahaman para siswa mengenai pentingnya perencanaan karir yang sesuai dengan kepribadian serta resiliensi dalam menghadapi dunia kerja. Jumlah peserta dalam kegiatan ini sebanyak 32 orang siswa, yang terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 14 siswa perempuan. Berikut rangkaian kegiatan psikoedukasi yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini:

1) *Pretest*

Pada sesi ini para peserta diberikan lembar *pretest* mengenai materi perencanaan karir menurut perspektif Holland serta materi resiliensi menurut perspektif Grotberg.

2) Ceramah mengenai perencanaan karir menurut perspektif Holland.

Para peserta diberikan psikoedukasi mengenai perencanaan karir menurut pemetaan minat serta tipe kepribadian menurut Holland, yaitu RIASEC (*Realistic, Investigative, Artistic, Social, Enterprising, Conventional*). Peserta juga diberikan informasi mengenai kaitan antara tipe kepribadian tersebut dengan pilihan karir di jurusan Perhotelan. Materi disampaikan dengan media visual (*Power Point*).

3) Ceramah mengenai resiliensi menurut perspektif Grotberg

Para peserta disajikan materi mengenai definisi resiliensi menurut beberapa tokoh serta pentingnya resiliensi di dunia kerja. Pada para peserta juga diberikan pemahaman tentang bagaimana mengembangkan resiliensi berdasarkan tiga sumber menurut perspektif Grotberg, yaitu, faktor *I have*, *I am*, dan *I can*. Dalam sesi ini diberikan juga pemahaman mengenai relevansi resiliensi dengan jenis karir di jurusan perhotelan,

tantangan yang kira-kira dihadapi pada pilihan karir tersebut, serta contoh-contoh konkret untuk mengatasinya.

- 4) Diskusi kelompok dan tanya jawab terkait materi perencanaan karir menurut perspektif Holland serta resiliensi menurut perspektif Grotberg. Pada sesi ini peserta diajak berdiskusi mengenai pengalaman mereka dalam menghadapi tantangan hidup, termasuk selama menjalani proses pembelajaran di sekolah. Pemateri juga memberikan umpan balik pada peserta untuk mengidentifikasi sumber-sumber resiliensi yang dapat digunakan dalam menghadapi tantangan di dunia kerja.

- 5) *Posttest*

Pada sesi ini para peserta diberikan lembar *posttest* mengenai materi perencanaan karir menurut perspektif Holland serta materi resiliensi menurut perspektif Grotberg.

- 6) Evaluasi dan tindak lanjut

Kegiatan ditutup dengan meminta pada beberapa siswa menyampaikan pemahaman yang diperoleh selama kegiatan. Pada para siswa juga diberikan lembar evaluasi mengenai proses pelaksanaan kegiatan. Peserta juga diberikan *booklet* ringkas mengenai penjelasan tipe kepribadian menurut Holland dan lembar pelatihan penguatan resiliensi menurut Grotberg. Sebagai tindak lanjut, para peserta disarankan untuk melakukan konsultasi bimbingan karir agar lebih terarah dalam memilih karir setelah lulus. Dengan demikian, mereka dapat mempersiapkan diri sedini mungkin sebelum memasuki dunia kerja.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Gambaran Kegiatan dan Partisipan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan 32 orang siswa SMK 8 Kota Medan, jurusan Perhotelan, yang terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 14 siswa perempuan. Kegiatan dilakukan dengan metode psikoedukasi, berupa ceramah, diskusi dan evaluasi. Pada para peserta juga diberikan *pretest* dan *posttest* untuk

mengukur pemahaman siswa terkait dua topik: (1) minat karier berdasarkan perspektif Holland, dan (2) konsep resiliensi dalam menghadapi tantangan di dunia kerja menurut perspektif Grotberg.



Gambar 1. Penyampaian Materi dan Diskusi para Peserta

3.2. Hasil *Pretest* dan Pemahaman Awal Peserta

Hasil *pretest* menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memahami konsep dasar teori Holland, termasuk enam tipe kepribadian karir (RIASEC) serta relevansinya terhadap pilihan pekerjaan. Berdasarkan hasil evaluasi hanya 4 siswa yang cukup mampu mengidentifikasi tipe kepribadian Holland dikaitkan dengan pilihan karir. Namun ketika digali lebih lanjut setelah pelaksanaan *pretest*, peserta mengakui jawabannya sekedar menebak karena memang belum pernah mendengar konsep tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pemahaman siswa masih kurang dalam memahami pentingnya pemilihan karir berdasarkan perspektif Holland.



Gambar 2. Pre-test

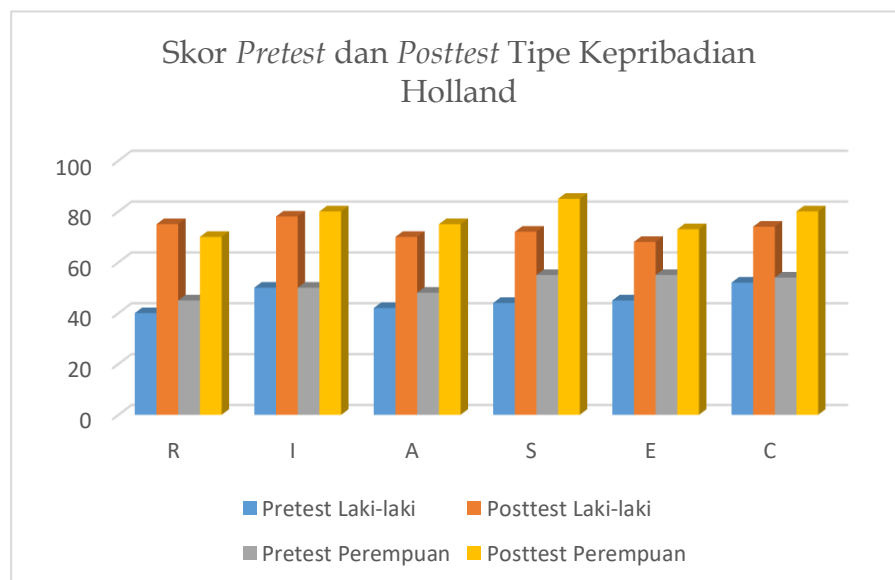
3.3. Hasil *Posttest* dan Perubahan Pandangan Peserta

Setelah pemaparan materi, diperoleh peningkatan pemahaman yang cukup signifikan dari peserta. Terkait konsep dan tipe kepribadian menurut Holland, sebanyak 28 peserta mampu mengidentifikasi beberapa tipe karir yang sesuai dengan karakter dan minat mereka, 4 orang peserta mampu menjelaskan tentang 6 tipe kepribadian menurut Holland, namun masih bingung memilih karir setelah lulus sekolah.



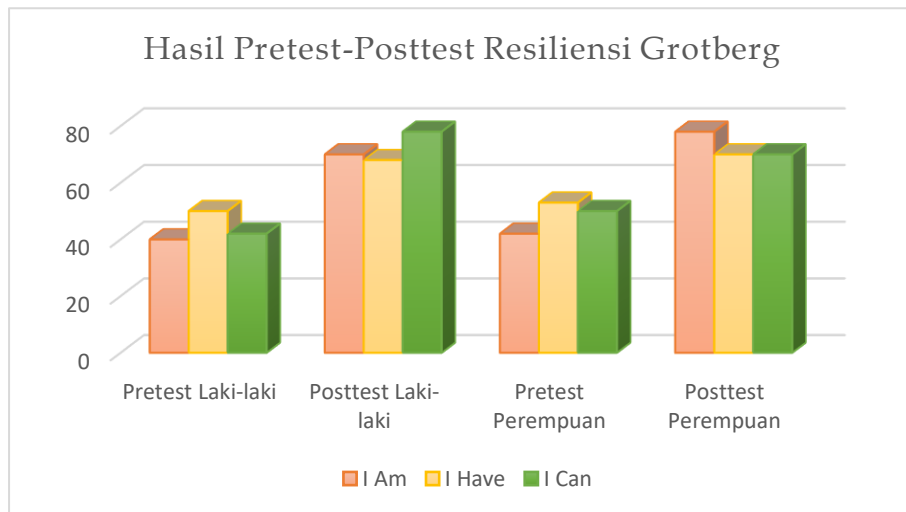
Gambar 3. Post-test

Selain itu, hasil *pretest* dan *posttest* juga menunjukkan terjadi peningkatan skor yang signifikan dari seluruh peserta mengenai 6 tipe kepribadian menurut Holland, yang dapat dilihat pada grafik berikut ini:



Terkait konsep resiliensi menurut Grotberg juga terjadi hal yang sama. Sebelum disajikan materi, hanya sebagian kecil siswa yang mampu mengidentifikasi dirinya berdasarkan tiga sumber resiliensi (*I have, I am dan I can*). Setelah disajikan materi, peserta lebih memahami apa itu resiliensi dan

sumber-sumber nya. Hal ini juga sejalan dengan hasil *posttest* yang menunjukkan perbedaan skor yang signifikan dan dapat dilihat pada grafik berikut ini:



Berdasarkan grafik di atas dapat dilihat adanya perbandingan antara skor *pretest* dan *posttest* pada tiga sumber resiliensi yaitu *I am*, *I have* dan *I can*. Peningkatan ini terjadi pada siswa laki-laki dan perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa psikoedukasi yang diberikan pada siswa cukup efektif untuk meningkatkan pemahaman mengenai konsep kepribadian Holland dan konsep Resiliensi menurut Grotberg yang dikaitkan dengan situasi dalam lingkup kerja. Selain itu, para siswa lebih menyadari pentingnya mengenali tipe kepribadian agar sesuai dengan pemilihan karir, serta penting memahami resiliensi dan sumber-sumbernya agar dapat dikembangkan sehingga diharapkan akan mampu bertahan dalam menghadapi dunia kerja yang sesungguhnya setelah lulus sekolah.

3.4. Refleksi Peserta

Pada awalnya siswa belum memahami pentingnya mengenali tipe-tipe kepribadian dalam memilih jenis pekerjaan atau karir. Para siswa juga belum mengenal istilah resiliensi serta pentingnya resiliensi agar mampu menyesuaikan diri dan bertahan di lingkup pekerjaan yang dinamis dan belum tentu dapat diprediksi. Bahkan sebagian besar para siswa belum sepenuhnya

mengenali dirinya, apa minatnya, apa cita-citanya serta seperti apa gambaran tantangan yang akan dihadapi di dunia kerja.



Gambar 4. Diskusi dengan Peserta

3. 5. Implikasi Kegiatan

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan psikoedukasi yang dilakukan dapat meningkatkan pemahaman para siswa Sekolah Menengah Kejuruan 8, jurusan Perhotelan terkait pentingnya merencanakan karir sesuai dengan karakteristik kepribadian, serta pentingnya membangun resiliensi dalam menghadapi tantangan dunia kerja. Kegiatan ini juga mendorong siswa untuk berupaya membuat keputusan pemilihan karir yang lebih realistis dan sesuai dengan potensi dan kepribadian mereka. Pemahaman yang diperoleh juga membantu siswa agar tidak salah dalam memilih karir atau pekerjaan. Pemilihan karir bukan sekedar ingin terlihat keren, bukan sekedar mendapatkan materi, tetapi harus sejalan dengan minat dan nilai pribadinya.

Selain itu, terkait resiliensi, kegiatan ini juga memberikan gambaran pada para siswa untuk mulai mengenali dan menyadari sumber-sumber resiliensi yang dapat mendukungnya untuk mampu bertahan menghadapi tantangan hidup,

termasuk ketika masuk ke dunia kerja. Diharapkan kegiatan ini juga akan mendukung siswa agar lebih mampu menyesuaikan diri dengan dinamika di dunia kerja.

Bagi pihak sekolah, kegiatan ini juga diharapkan dapat ditindaklanjuti dengan memberikan layanan bimbingan karir bagi para siswa dalam memasuki dunia kerja setelah lulus. Selain itu, diharapkan agar kegiatan belajar mengajar tidak hanya memenuhi kebutuhan akademis siswa, tetapi juga memberikan pembekalan *soft skill* agar siswa lebih resilien dalam menjalani tantangan hidup ke depannya.

3. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui psikoedukasi perencanaan karir dan resiliensi kerja telah berhasil dilaksanakan pada 32 peserta yang berasal dari siswa Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Kota Medan, jurusan Perhotelan. Hal ini bisa dilihat dari perbandingan skor pretest dan posttest pada seluruh aspek yang diukur, baik pada siswa perempuan maupun laki-laki. Melalui kegiatan ini siswa memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai enam tipe kepribadian menurut Holland yang berkaitan dengan minat dan pilihan karir, serta pentingnya kesesuaian antara kepribadian dengan lingkungan kerja, dan tiga sumber utama resiliensi menurut Grotberg, *I have* (dukungan eksternal), *I am* (Kekuatan diri pribadi/internal), dan *I can* (keterampilan dalam menghadapi tantangan) yang memberikan kontribusi pada ketangguhan dan kekuatan mental dalam menghadapi tekanan atau tantangan hidup, termasuk di dunia kerja.

Secara keseluruhan psikoedukasi yang dilakukan telah meningkatkan pemahaman siswa terkait konsep perencanaan karir dan konsep resiliensi di tempat kerja. Kegiatan ini dapat menjadi langkah awal untuk membuat perubahan yang berdampak pada para siswa yang terlibat. Selanjutnya, instansi dan guru diharapkan untuk dapat memfasilitasi bimbingan karir lebih lanjut

agar siswa dapat berdiskusi mengenai karir sesuai kepribadian yang merujuk dari teori Holland dan memupuk resiliensi kerja pada siswa yang akan lulus nantinya.

Ucapan Terima kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, khususnya pada pihak Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Kota Medan, panitia alumni Psikologi Universitas Sumatera Utara serta para siswa yang bersedia menjadi peserta kegiatan.

Penulis menyadari bahwa kegiatan dan jurnal tidaklah sempurna. Oleh karena itu, kami terbuka menerima saran yang membangun demi kebaikan di masa yang akan datang. Semoga tulisan ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan pengetahuan khususnya dalam bidang Psikologi Pendidikan.

Daftar Pustaka

- Apriawal, J. (2022). Resiliensi pada Karyawan yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja (PHK). *Jurnal Imu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(1), 27-37. <https://doi.org/10.54443/sikontan.v1i1.330>
- BPS, I. (2024). *Tingkat Pengangguran Terbuka Berdasarkan Tingkat Pendidikan – Tabel Statistik*. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTE3OSMy/tingkat-pengangguran-terbuka-berdasarkan-tingkat-pendidikan.html>
- Dawis, R. V., & Lofquist, L. H. (1984). *A psychological theory of work adjustment: An individual differences model and its applications*. University of Minnesota Press.
- Fahyani, M. A. (2024). *Pengangguran dari Lulusan SMK Masih Mendominasi – Radar Solo*. Pengangguran dari Lulusan SMK Masih Mendominasi - Radar Solo. <https://radarsolo.jaapos.com/ekonomi/844018825/pengangguran-dari-lulusan-smk-masih-mendominasi>
- Grafton, R. Q., Doyen, L., Béné, C., Borgomeo, E., Brooks, K., Chu, L., Cumming, G. S., Dixon, J., Dovers, S., Garrick, D., Helfgott, A. E. S., Jiang, Q., Katic, P., Kompas, T., Little, L. R., Matthews, N., Ringler, C., Squires, D., Steinshamn, S. I., Wyrwoll, P. R. (2019). *Realizing resilience for decision-making*. <https://doi.org/10.1038/s41893-019-0376-1>

- Grotberg, E. H. (1999). *Tapping Your Inner Strength*. New Harbinger.
- Holland, J. L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments*, 3rd ed (pp. xiv, 303). Psychological Assessment Resources.
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2(4), 425-444. <https://doi.org/10.1017/S0954579400005812>
- Super, D. E. (1990). *A life-span, life-space approach to career development* (2nd ed.). Jossey-Bass.
- Tang, M. (2018). *Career development and counseling: Theory and practice in a multicultural world*. SAGE Publications, Inc.