

## PSIKOEDUKASI UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI KERJA DAN PEMETAAN MINAT KERJA PADA SISWA SMK NEGERI 8 MEDAN

### *Psycho-Education For The Improvement Of Work Resilience And The Mapping Of Vocational Interests Among The Students Of SMK Negeri 8 Medan*

**Arifianda Lubis<sup>1</sup>, Bayu Arif Prabudi<sup>2</sup>, Dewi Shinta<sup>3</sup>, Marniati<sup>4</sup>, Herawati<sup>5</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>Prodi Psikologi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Deztron Indonesia

<sup>5</sup>Fakultas Sosial Sains dan Ilmu Pendidikan Universitas Ubudiyah Indonesia

Corresponding Author : [arifiandalubis@udi.ac.id](mailto:arifiandalubis@udi.ac.id)

#### **Abstrak**

**Latar Belakang :** Melakukan Psikoedukasi kepada siswa SMK Negeri 8 Medan berfokus pada upaya meningkatkan resiliensi dan pemetaan minat kerja, agar siswa mampu menghadapi masalah dan tantangan yang akan dihadapinya, khususnya persiapan di dunia kerja setelah lulus nanti dengan 6 aspek kepribadian aplikasi teori kepribadian Holland Hexagonal, 6 aspek tersebut atau yang dikenal dengan Aspek (RIASEC) ialah Realistik, Investigatif, Artistik, Sosial, Enterprising dan Conventional. **Tujuan Kegiatan :** untuk menambah pengetahuan dan daya resiliensi siswa dalam menghadapi tantangan memasuki dunia kerja setelah lulus nanti. **Hasil Kegiatan :** Dalam kegiatan psikoedukasi ini telah diperoleh siswa menjadi mampu mempersiapkan diri untuk memilih minatnya sesuai dengan aspek yang ada dan juga merencanakan resiliensi diri serta dapat berusaha mengatasi masalah pribadi yang dialami, selain itu siswa mampu beradaptasi dengan tantangan yang akan dihadapi nanti dalam mencapai cita-citanya dengan mempersiapkan usaha-usaha yang sesuai dengan kepribadian dan minat dengan resiliensi diri masing masing siswa.

**Kata kunci : Psikoedukasi, Resiliensi Kerja, Pemetaan Minat Kerja.**

#### **Abstract**

*Background: Conducting psychoeducation to students of SMK Negeri 8 Medan focuses on efforts to increase resilience and mapping of job interests so that students are able to face the problems and challenges they will face, especially preparation in the world of work after graduation using 6 aspects of personality application of Holland Hexagonal Personality Theory, 6 aspects or known as Aspects (RIASEC) are Realistic, Investigative, Artistic, Social, Enterprising and Conventional. Activity Objective: To increase students' knowledge and resilience in facing the challenges of entering the world of work after graduation. Activity results: In this psychoeducational activity the students have been able to prepare themselves to choose their interests according to the existing aspects and also plan for self-resilience and can try to overcome personal problems experienced, besides that the students are able to adapt to the challenges that will be faced later in achieving their goals by preparing efforts that are in accordance with the personality and interests with the resilience of each student.*

**Keywords: Psycho-Education, Professional Resilience, Mapping Professional Interests**

## 1. PENDAHULUAN

Remaja kurang mempertimbangkan tujuan dari perilaku yang mereka hasilkan. Mereka abai terhadap tujuannya pribadi, bila nanti setelah tamat sekolah ingin kerja dimana atau ingin berbuat apa nantinya. Tidak jarang hal ini baru mereka sadari ketika sudah mengalami kesulitan ketika ingin berkerja dan sudah terlalu lama menganggur. Justru ini mempersulit remaja tersebut menghadapi dunia kerja salah satu diantaranya terkait umur yang tidak lagi memenuhi syarat. Karena remaja tidak tahu apa yang harus mereka persiapkan sehingga berdampak semakin jauhnya mereka untuk bisa berkerja. Hal ini didukung Hartoko (dalam Yasmin, N & Mardiani, 2024) menyatakan bahwa kondisi pembelajaran di sekolah yang masih kurang berorientasi pada dunia kerja, mengakibatkan kurangnya kemampuan beradaptasi peserta didik dalam dunia kerja. Sehingga perlu adanya tindakan sekolah untuk membekali remaja agar lebih efektif dalam mempersiapkan diri masuk ke dunia kerja.

Kasan (dalam Yasmin, N & Mardiani, 2024) berpendapat untuk menghadapi dunia kerja, terdapat dua faktor yang mempengaruhi individu yaitu internal dan eksternal. Faktor internal seperti kecerdasan, minat dan bakat, kecakapan dan motivasi. Sementara untuk faktor eksternal yaitu lingkungan, pendidikan, dan rasa aman. Sehingga remaja membutuhkan persiapan diri dengan merencanakan jauh-jauh hari sesuai minat, bakat dan motivasi, untuk kesiapan eksternal salah satunya adalah dengan merencanakan sekolah. Yaitu dengan sekolah di sekolah kejuruan yang sudah disiapkan bagi anak didiknya menuju dunia kerja.

Hal ini dibutuhkan remaja dengan membentuk resiliensi pada dirinya. Resiliensi adalah kemampuan beradaptasi dengan baik dari waktu ke waktu terhadap situasi yang ada atau permasalahan yang

dihadapi (Salim, F. dan Fakrurrozi, M, 2020). Dalam hal ini resiliensi remaja untuk persiapan di dunia kerja, salah satunya dengan masuk sekolah kejuruan. Sekolah menengah kejuruan (SMK) adalah salah satu usahanya. Selain itu perlu ada rencana lain yang harus disiapkan remaja dengan memaksimalkan resiliensi diri.

Ruten dkk (2013) menyatakan bahwa resiliensi sebagai proses yang dinamis dan adaptif dalam membantu mempertahankan kondisi atau kembali ke kondisi semula dengan cepat dari stres atau tertekan. Sementara untuk remaja Sekarang ini dikenal dengan generasi stroberi. Generasi dimana remaja sekarang mudah “rapuh” dan terluka secara mental. Prihatina (dalam Hapsari., S.A.M, Meilani, T dan Nabillah, Z.N, 2022) menyatakan bahwa permasalahan yang dialami remaja sekarang membuat mereka rapuh akibat permasalahan fisik dan mental yang dihadapi.

Edward (dalam Hapsari., S.A.M, Meilani, T dan Nabillah, Z.N, 2022) berpendapat Generasi stroberi ialah suatu generasi yang indah namun mudah rapuh dan hancur. Kecenderungan karena orang tua di generasi ini mendidik anak dengan kehidupan yang sejahtera sehingga cenderung memanjakan anaknya. Ketidaktepatan dalam pola asuh ini berpotensi membentuk kepribadian anak menjadi lemah baik secara mental maupun fisik.

Sehingga bentuk pola didikan dengan klasikal salah satunya, reward dan punishment membuat siswa remaja tidak nyaman dengan sistem didikan ini. Walaupun hal ini baik untuk mereka tetapi cara yang dilakukan tidak efektif, bila diberlakukan kepada generasi stroberi ini. Selain itu sekolah juga memiliki keterbatasan pengalaman dan pendekatan untuk mendidik generasi stroberi ini. Sehingga sebagai pemerhati pendidikan merasa perlu turun andil melakukan pemahaman atau pembekalan kepada remaja khususnya siswa SMK dengan

memberi psikoedukasi, dengan melakukan kerja sama sekolah dan pemerhati Pendidikan. Agar remaja mampu menghadapi masalah dan tantangan yang akan dihadapinya, khususnya persiapan di dunia kerja setelah lulus nanti.

Universitas Deztron Indonesia mengerti hal ini, lalu mengambil konsen ini. Dalam rangka mendukung kesehatan mental disekolah. Sebagai tindak nyata atas kepedulian dan pengabdian mengambil kontribusi itu dengan melakukan kerja sama dengan sekolah SMK Negeri 8 Medan. Sebagai bahan pertimbangan yang diambil, karena sekolah SMK negeri 8 Medan aware dengan perubahan positif berkontribusi apapun menyambut hal ini, selain itu Sekolah SMK memang dipersiapkan lulus langsung berkerja. Maka dari pertimbangan ini kami mulai bergerak dengan melakukan seminar psikoedukasi resiliensi remaja untuk masuk dunia kerja, dengan memberi pembekalan, cara mengatasi atau menyikapi masalah yang akan timbul (Henderson & Milstein, dalam Dasmita 2009) dan memberikan strategi untuk persiapan siswa SMK Negeri 8 Medan untuk membentuk resiliensi dirinya. Juga menyesuaikan diri terhadap kebutuhan dunia kerja, agar siswa remaja ini dapat mempersiapkan diri untuk berkerja sesuai minat dan kepribadiannya (Holland dalam Amalianita. B dan Putri, Y.E,2020).

## 2. Tahap Persiapan

Akan diberikan dalam bentuk seminar psikoedukasi berupa pemaparan materi. Untuk materi ada 2 materi sekaligus roleplay, tujuannya agar siswa mempelajari teori sekaligus aplikasi sehingga mempercepat siswa dalam proses pemahaman materi yang disampaikan. Adapun Lokasi kegiatan di SMK Negeri 8 Medan. Jalan Dr. Mansyur di ruang kelas yang ada yaitu kelas XII jurusan tata busana. Jumlah peserta berjumlah 20-25 orang dan waktu yang diberikan kepada

pemateri estimasi minimal 1 jam sampai 2 jam maksimalnya, sudah dengan waktu roleplay. Adapun bahan yang dibutuhkan dalam proses pelaksanaan seminar yaitu ruang kelas dengan setting alami (tidak ada intervensi terhadap kelas), serta bahan yang dibutuhkan whiteboard, spidol, penghapus serta alat tulis berupa kertas HVS/catatan dan pulpen. Ini diperlukan untuk kebutuhan catatan peserta dan roleplay.

## 3. Tahap Pelaksanaan

Pada tanggal 11 April 2025 pukul 08.30 WIB, dalam melakukan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disusun. Tahap ini melibatkan penyampaian materi mengenai pengembangan karir sesuai minat setelah tamat sekolah dan meningkatkan resiliensi diri dunia kerja oleh dosen Universitas Deztron Indonesia dan Psikolog Kota Medan dengan seminar interaktif dan roleplay. Setelah pemaparan materi, tim melakukan diskusi interaktif, dimana siswa dapat bertanya langsung.

## 4. Tahap Pembahasan

Untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari dan tanggal; jumat, 11 April 2025, Pukul 8.30 WIB dengan diawali mengisi daftar hadir. Lalu pembukaan Pukul 08.30 WIB, dipandu oleh fasilitator kegiatan (Bayu Arif Prabudi., S.Psi, M.Psi dan Dewi Shinta., S.Psi, M.Psi) dengan pembukaan dan pengenalan pemateri diselingi dengan Ice breaking.

Setelah itu di isi Pemateri 1 oleh Dara Permata Sari, M.Psi, Psikolog selama 90 Menit dengan materi pengembangan karir, dengan detail materi: **membahas tujuan setelah tamat.** Sebelum tamat harus memiliki tujuan dan strategi sesuai minat agar fokus dan bisa mempersiapkan diri serta menekan kecewaan/kegagalan.

Lalu **Mengenal diri.** Mampu mengeksplorasi diri, kemampuan dan tahu akan kesulitan yang akan dihadapi. Bisa menyesuaikan antara minta bakat dan kepribadian sehingga tahu apa sikap atau

tindakan yang dilakukan. Sementara untuk eksplorasi kemampuan bisa menyesuaikan pekerjaan, pengetahuan tantangan dan keahlian yang dimiliki.

Terakhir **aplikasi teori kepribadian Holland Hexagonal**; menyesuaikan diri dengan 6 aspek kepribadian dengan minat kerja atau tujuan pekerjaan yang ingin dimasuki. 6 aspek itu; **Convensional**: Suka berkerja di dalam ruangan dan tugas yang melibatkan pengorganisasian, sistemik, berkerja dengan data atau perencanaan. Mata pelajaran yang disukai matematika, bisnis, akuntansi, ekonomi, komputer dan manajemen.

**Realistis**: Suka berkerja dengan tangan seperti merakit, memperbaiki, mendesain, menggunakan peralatan atau mesin dan sering kerja diluar ruangan. Mata Pelajaran yang disukai bahasa inggris, matematika, sains, teknologi, komputer, bisnis, pertanian, olah raga.

**Investigatif**: Suka menemukan dan meneliti, mengamati, menyelidik, eksperimen, bertanya dan menyelaskan tantangan. Mata pelajaran yang disukai bahasa inggris, matematika, sains, sejarah, komputer dan teknologi.

**Artisitik**: Suka menggunakan kata-kata, seni, musik atau drama, komunikasi, tampil dan ekspresif, membuat serta merancang. Mata pelajaran yang disukai sejarah, ilmu sosial, musik drama, seni, desain grafis, komputer dan bahasa.

**Sosial**: suka mengajar, melatih, memberi informasi, membantu, mengobati, melayani, menyapa, peduli dengan orang lain. Mata Pelajaran yang disukai ilmu sosial, matematika, sains kesehatan, olahraga.

**Enterpraising**: suka bertemu orang, memimpin, berbicara atau mempengaruhi orang lain, memotivasi orang lain, minat dengan bisnis. Mata Pelajaran yang disukai bahasa inggis, akuntansi/manajemen, sosial, sejarah.

**Tugas roleplay**: Siswa diminta untuk menuliskan dengan menjelaskan tentang dirinya dalam bentuk narasi dan tujuan dan apa yang diketahui tentang pekerjaan tersebut, strategi yang dibuat.

Setelah itu mereka diminta memilih mereka berada di jalur aspek apa dengan mengelompokan mereka. Setelah itu mereka diminta untuk menjelaskan kesulitan yang mungkin akan dihadapi untuk mencapai tujuan itu. Lalu diskusi dengan memberi masukan dari setiap kesulitan dalam tiap kelompok.



**Gambar I dan II Pemateri satu sedang memberikan pemaparan dan situasi roleplay.**

Untuk pemateri berikutnya materi 2 di isi oleh Arifianda Lubis., S.Psi, M.Psi, Psikolog selama 120 menit dengan materi resiliensi didunia kerja. Dengan detail materi: **Membahas Apa itu resiliensi**. Menjelaskan terkait defenisi dan pendapat para ahli, faktor yang mempengaruhi resiliensi.

**Mengenali diri dan eksplorasi emosi/masalah**. Siswa diminta untuk mengidentifikasi masalah yang dihadapi dan penyikapan mandiri dengan cara roleplay.

**Tugas Roleplay**. sebelumnya siswa diminta menulis tentang masalah dan unek-unek yang dialami selama ini. Setelah itu diminta menceritakan alasan atau latarbelakang mengapa itu terjadi, lalu gali perasaan emosi yang dirasakan.

Setelah itu siswa diminta untuk memikirkan seharusnya bagaimana dia menyikapi masalah itu, kenapa itu harus dirubah/dimaafkan, kaitkan dengan tujuan masa depannya dan efek dari masalah itu bila tetap difikirkan (konseling kognitif).

**Strategi resiliensi.** Dapat mengelola stres dan tekanan, meningkatkan produktifitas, beradaptasi dengan perubahan atau situasi kerja, meningkatkan kepuasan dan kesejahteraan kerja.

**Urgensi resiliensi untuk diketahui dalam dunia kerja:** mendorong inovasi dan kreativitas, membangun konsep diri dan sikap yang positif. Membentuk Kesehatan mental lebih baik.

**Diskusi:** diminta siswa menjelaskan manfaat setelah mempelajari materi resiliensi setelah dilakukan rangkaian roleplay. Terus apa yang telah difikirkan untuk ke depan setelah ini, lalu penutup siswa diminta menulis target pribadi, kendala sebelumnya dan alternatif setelah itu (membuat timeline pribadi/target)



**Gambar III dan IV Pemateri dua sedang memberikan pemaparan dan situasi roleplay.**

## **5. Tahap Evaluasi**

### **Materi 1 (pengembangan karir dengan teori holland)**

Membagi minat dengan teori kepribadian john Holland membagi minat kerja siswa ke dalam 6 aspek atau Aspek (RIASEC). Hasil yang diperoleh dalam pelaksanaan. Setiap siswa diminta untuk memilih minatnya sesuai dengan aspek yang ada. Setelah mereka memilih sesuai 6 kelompok tersebut, diminta alasannya mengapa memilih aspek tertentu.

Kebanyakan siswa memberi alasan karena defenisi yang ada sesuai dengan diri mereka, juga ada yang berdasarkan mata Pelajaran yang disukai atau nilai tertinggi mereka. Ada juga beberapa siswa memiliki 2 atau 3 pilihan, bila terjadi hal tersebut maka pemateri menentukan ke aspek yang condong dan dominan siswa dengan mengkonfirmasi kembali ke siswa tersebut.

Setelah itu tugas berikutnya (dalam roleplay) setiap kelompok diminta berdiskusi untuk menentukan profesi atau pekerjaan apa yang akan mereka pilih, dengan kesepakatan bersama. Hal selanjutnya setiap kelompok diminta menjelaskan tugas dari profesi atau pekerjaan yang ditentukan dan menjelaskan persiapan apa yang harus disiapkan seseorang untuk mencapai profesi tersebut.

Adapun aspek dan jumlah peserta seminar psikoedukasi adalah sebagai berikut; Aspek realistik dipilih 3 orang, aspek investigasi dipilih 2 orang, aspek artistik dipilih 8 orang, aspek sosial dipilih 4 orang, aspek enterprising (giat) dipilih 6 orang dan aspek terakhir dipilih 0 orang dan dengan 1 orang tidak hadir.

Untuk kelompok realistik mereka bersepakat menggambar atau memilih profesi desainer. Tugas desainer menurut kelompok ini membuat busana, mode pakaian yang akan dipakai oleh artis atau

tokoh terkenal. Sehingga yang bila seorang ingin bercita-cita sebagai desainer harus mempersiapkan diri dengan bersekolah di SMK yang memiliki jurusan tata busana, kuliah di jurusan tata busana, suka menggambar dan mengamati setiap mode yang lagi tren, membuat pola baju, mempelajari bahan-bahan baju dan belajar menjahit.

Untuk kelompok yang memilih minat investigasi, mereka memutuskan profesi pebisnis baju skala nasional. Alasan memilih profesi ini ingin sukses dan menjadi kaya. Usaha yang dipersiapkan untuk kelompok ini bila ingin sukses jadi pebisnis baju skala nasional. Berani mencoba mengambil resiko, ulet, fokus, memiliki modal untuk mencoba dari hal kecil, memiliki relasi atau mudah bergaul, ramah atau memiliki jiwa pelayanan.

Untuk kelompok artistik terdapat 2 pendapat yang akhirnya mereka membagi 2 kelompok sesuai kesepakatan/pilihan mereka. Ada yang ingin menjadi artis dan ada yang memilih menjadi youtubber atau blogger. Bagi siswa yang memilih artis persiapan yang dilakukan; harus percaya diri, suka mengikuti lomba-lomba, mengikuti casting, tidak mudah menyerah, memiliki kesukaan terhadap seni, baik seni peran maupun seni musik, mengikuti kelas drama, modelling, hingga masuk dalam manajemen artis. Lalu untuk menjadi youtubber atau blogger, tugasnya meliputi kegiatan atau membuat video pendek dengan tema tertentu, salah satunya misalnya komedian, atau meliputi hal-hal yang menginspirasi. Yang harus dipersiapkan untuk menjadi youtubber atau blogger yaitu belajar membuat konten, berani mencoba dan terus belajar, berlatih membuat skrip dan tema, suka observasi berita yang sedang hits, atau kondisi yang relevan.

Selanjutnya untuk kelompok sosial, profesi yang disepakati mereka, pemimpin lembaga sosial yang peduli dan perhatian dengan masalah sosial yang ada di sekeliling atau di negara. Yang perlu dipersiapkan untuk menjadi pemimpin lembaga sosial adalah memiliki kepedulian terhadap sesama, suka membantu, kaya dan simpatik terhadap orang lain.

Kelompok yang memilih enterprising (giat), mereka sepakat menggambar/memilih jabatan menteri pariwisata yang peduli terhadap potensi wisata di Indonesia. Hal yang harus dipersiapkan untuk menjadi menteri ini adalah suka mengikuti organisasi lokal, nasional bahkan internasional, berani dan mampu berdiplomasi dan negosiasi.

Setelah hasil sesi pemaparan materi dan roleplay; siswa menjadi tahu dan mampu mempersiapkan diri untuk tujuan pribadi mereka, bila dibandingkan sebelumnya yang sama sekali tidak terfikirkan. Serta mengetahui betapa perlunya mempersiapkan diri untuk masuk ke dunia kerja yang sesuai dengan minat dan mempersiapkan diri agar mudah mendapatkannya dan menekan kegagalan di depan.

## **Materi 2 (Resiliensi memasuki dunia kerja)**

Siswa diberikan penjelasan tentang apa yang dimaksud dengan resiliensi dan bagaimana sistem kerja resiliensi yang harus dilakukan siswa sesuai dengan kepribadian masing-masing siswa. Setelah itu siswa diminta membuat tujuan diri setelah tamat, dengan menanyakan targetnya mereka. Lalu siswa diminta merancang/mempersiapkan diri setelah mengetahui materi resiliensi sesuai tujuan pribadi atau cita-cita masing-masing siswa. Selanjutnya siswa diminta untuk mengidentifikasi masalah yang akan

dihadapi atau kendala yang mungkin akan timbul. Baik itu berasal dari dalam diri maupun dari lingkungan. Setelah itu langkah-langkah yang akan dikerjakan untuk pencapaian tujuan pribadi atau cita-cita tersebut.

Siswa diminta kedepan untuk memaparkan rencana kerja mereka dan didiskusikan. Yang menjadi perhatian ternyata salah satu siswa peserta psikoedukasi ini walaupun sudah berada di kelas XII atau kelas 3 belum menentukan tujuan/cita-cita setelah tamat. Bahkan salah satu siswa yang diminta memaparkan rencana kerja setelah tamat memiliki kepercayaan diri yang rendah dan cenderung pesimis terhadap kemampuannya.

Hal ini dikarenakan pola asuh orang tua yang kasar secara verbal kepada siswa, yang mengakibatkan ia mempercayai hal itu, sehingga tidak berani memiliki harapan atau bercita-cita. Karena menurutnya itu percuma, ia merasa ucapan orangtuanya benar, sehingga membentuk penilaian dirinya menjadi negatif.

Orang tuanya sering mengucapkan kata-kata negatif seperti, anak bodoh, kurang ajar, anak tidak berguna dan lain-lain, sehingga dia mempercayai itu dan menganggap tidak ada gunanya memiliki cita-cita karena orang tua tidak mendukung.

Karena sudah terbentuk konsep tersebut sejak lama. Siswa pun sangat benci terhadap siswa yang memiliki antusias terhadap kegiatan sekolah atau yang unggul di sekolah. Ia suka mengeluarkan kata cemoohan seperti, caper (cari perhatian), sok pinter, dan lain-lain. Ia mempercayai bahwa nasibnya dan temannya akan sama tidak usah terlalu caper dan aktif karena akhirnya kan mengecewakan mereka juga.

Sehingga untuk siswa tersebut

diberi konseling untuk mengembalikan kepercayaan dirinya yang hilang, dengan memberi konseling kognitif, adapun pertanyaan terkait; Menanyakan hal-hal dan ucapan apa yang diterima atau dialami selama ini. (membongkar pernyataan negatif yang diterima selama ini).

1. Mengkonfirmasi apakah semua hal itu berlaku/sesuai dengan yang dialami.
2. Bila hal itu benar, kembali meluruskan anggapan itu dengan realistis yang ada untuk merubah anggapan yang salah.
3. Coba menanyakan harapan dan cita-citanya dengan memberi motivasi (penguatan positif)
4. Lalu Kembali ke langkah resiliensi diri yang sudah diberikan untuk dilanjutkan. Yaitu menentukan cita-cita dan usaha yang dipersiapkan untuk mencapai cita-cita atau minat kerja yang diinginkan.

## 6. Kesimpulan

Hasil diskusi setelah sesi pemaparan materi dan roleplay adalah diperoleh siswa menjadi mampu mempersiapkan diri untuk memilih minatnya sesuai dengan aspek yang ada dan juga merencanakan resiliensi diri serta dapat berusaha mengatasi masalah pribadi yang dialami, selain itu siswa mampu beradaptasi dengan tantangan yang akan dihadapi nanti dalam mencapai cita-citanya dengan mempersiapkan usaha-usaha yang sesuai dengan kepribadian dan minat dengan resiliensi diri masing masing siswa.

## Daftar Pustaka

- Saraswati., L, Tiatri, S & Sahrani, R, (2017) Peran self-esteem dan school well-being pada resiliensi siswa smk pariwisata A. Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni, Vol. 1, No. 2, Hal; 511-518. Diakses

[https://www.researchgate.net/profile/Riana-Sahrani-2/publication/327414925\\_PERAN\\_SELF-ESTEEM\\_DAN\\_SCHOOL\\_WELL-BEING\\_PADA\\_RESILIENSI\\_SISWA\\_SMK\\_PARIWISATA\\_A/links/5b8ddbd145851540d1c3dfa7/PERAN-SELF-ESTEEM-DAN-SCHOOL-WELL-BEING-PADA-RESILIENSI-SISWA-SMK-PARIWISATA-A.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Riana-Sahrani-2/publication/327414925_PERAN_SELF-ESTEEM_DAN_SCHOOL_WELL-BEING_PADA_RESILIENSI_SISWA_SMK_PARIWISATA_A/links/5b8ddbd145851540d1c3dfa7/PERAN-SELF-ESTEEM-DAN-SCHOOL-WELL-BEING-PADA-RESILIENSI-SISWA-SMK-PARIWISATA-A.pdf)

Desmita. (2009) Mengembangkan Resiliensi remaja dalam Upaya mengatasi stress sekolah. Ta'dib, Vol. 12, No. 1, Hal;10. Diakses <https://ejournal.uinmybatusangkar.ac.id/ojs/index.php/takdib/article/view/150/149>

Amalianita., B, & Putri, Y.E. (2019) Perspektif Holland Theory serta Aplikasinya dalam Bimbingan dan Konseling Karir. Jurnal Riset Tindakan Indonesia, Vol. 4, No. 2, hal; 63-70. Diakses <https://jurnal.iicet.org/index.php/jrti/article/view/490/499>

Hapsari., S.A.M, Meilani, T dan Nabillah, Z.N, (2021) Strawberry generation:

dilematis keterampilan mendidik generasi masa kini. Jurnal Pendidikan, Vol. 31, No. 2 hal; 237-244. Diakses

<https://journal.univetbantara.ac.id/index.php/jp/article/view/2485/1586>

Yasmin, N & Mardiani, (2024) Hubungan kecerdasan emosional dengan resiliensi dalam menghadapi dunia kerja. Jurnal Pendidikan Teknik Bangunan, Vol. 4, No. 2 Hal; 105-114. Diakses <https://ejournal.upi.edu/index.php/JPTB/article/view/75755/pdf>

Salim, F. dan Fakrurrozi, M (2020) Efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa. Jurnal Psikologi, Vol. 16, No. 2 Hal; 175-187. Diakses <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/9718/pdf>

Rutten, B. P. F., et al. (2013). Resilience in Mental Health: Linking Psychological and Neurobiological Perspectives. Acta Psychiatrica Scandinavica. 128(1), p. 3-20. Doi: [10.1111/acps.12095](https://doi.org/10.1111/acps.12095)