

PERAN MEDIASI MAKNA HIDUP PADA PENGARUH PSYCHOLOGICAL HARDINESS TERHADAP ADAPTABILITAS KARIER SISWA SMK DI INDONESIA

Ananda Zhafira & Wahyu Indianti

E-mail: anandazha@gmail.com* & wisitorus@gmail.com

Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia, Kampus Baru UI, Depok, 16424 Indonesia

*Penulis Korespondensi : anandazha@gmail.com

Abstrak

Karier merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan seseorang. Proses transisi dari kehidupan sekolah ke dunia kerja merupakan fase yang menantang. Oleh karena itu, studi ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran makna hidup pada pengaruh psychological hardiness terhadap adaptabilitas karier melalui pendekatan penelitian kuantitatif. Adaptabilitas karier diukur dengan Career Adapt-Abilities Scale-International Form (CAAS) yang telah dikembangkan oleh Savickas dan Porfeli tahun 2012, psychological hardiness diukur dengan Dispositional Resilience Scale 15-Revised yang dikembangkan oleh Bartone tahun 2007, dan makna hidup yang diukur dengan Meaning in Life Questionnaire (MLQ) yang dikembangkan oleh Steger dkk tahun 2006. Responden penelitian ini merupakan 608 orang siswa SMK yang berdomisili di Indonesia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa makna hidup memiliki efek mediasi parsial pada pengaruh psychological hardiness terhadap adaptabilitas karier. Sementara itu, psychological hardiness memiliki pengaruh langsung terhadap adaptabilitas karier. Hal ini menunjukkan bahwa adanya makna hidup pada diri seseorang dapat membantu dalam beradaptasi dengan kehidupan karier. Oleh karena itu, orangtua maupun guru di sekolah perlu memberikan kegiatan yang dapat meningkatkan psychological hardiness dan makna hidup pada siswa SMK.

Kata kunci: Adaptabilitas karier; makna hidup; psychological hardiness

Abstract

Career is one of important aspect of ones life. Transition phase from school to work life is a challenging phase. Therefore, this study aimed to explore the role of meaning of life on the effect of psychological hardiness towards career adaptability with quantitative approach. Career adaptability was measured with Career Adapt-Abilities Scale-International Form (CAAS) developed by Savickas and Porfeli year 2013, psychological hardiness was measured with Dispositional Resilience Scale 15-Revised developed by Bartone year 2007, and meaning of life was measured with Meaning in Life Questionnaire (MLQ) developed by Steger et al year 2006. Participants of this research are 608 vocational students who are currently living in Indonesia. Results showed that meaning of life partially mediated the effect of psychological hardiness towards career adaptability. However, psychological hardiness has a strong direct effect towards career adaptability. This result showed that meaning of life may help vocational students adapt with their career life. Therefore, parents and teachers at school should collaborate to help students develop their psychological hardiness and meaning of life to adapt in their career life.

Keyword: Career adaptability; meaning of life; psychological hardiness

PENDAHULUAN

Badan Pusat Statistik (2019) merilis data yang menunjukkan bahwa lulusan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) menyumbang angka Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) terbesar, yaitu 10,42%. Padahal, SMK merupakan ujung tombak dari bonus demografis di Indonesia. Sementara itu, pemerintah saat ini khususnya Badan Nasional Sertifikasi Profesi (BNSP) menyusun framework belajar untuk siswa di abad 21, yaitu (1) keterampilan berpikir kritis dan pemecahan masalah; (2) kemampuan komunikasi; (3) kemampuan untuk berkreasi dan menciptakan pembaharuan; (4) kemampuan kolaborasi (Supriyadi, Suryana, A., & Rahayu, 2020).

Di sisi lain, saat ini Direktorat SMK Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan telah menyiapkan program pendidikan karakter kerja yang dapat diterapkan dalam proses pembelajaran teori maupun praktek (Supriyadi, Suryana, A., & Rahayu, 2020). Program ini dilakukan dalam rangka mempersiapkan lulusan yang memenuhi persyaratan karakter kerja di dunia kerja, baik sebagai pekerja maupun mandiri. Hal ini menunjukkan bahwa berbagai upaya dilakukan untuk mengembangkan

kesiapan kerja siswa SMK sehingga dapat menyesuaikan diri dalam dunia kerja setelah lulus. Walaupun kurikulum SMK saat ini telah dirancang dan diterapkan untuk mempersiapkan siswa agar mampu bersaing di dunia kerja, tingginya angka pengangguran pada lulusan SMK menunjukkan bahwa kualitas sumber daya manusia dari siswa SMK belum dapat memenuhi standar kualitas lulusan yang diharapkan.

Kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan dunia kerja disebut sebagai adaptabilitas karier di dalam ilmu psikologi (Brown & Lent, 2013). Seseorang yang memiliki adaptabilitas karier yang tinggi akan mampu menghadapi tantangan di pekerjaan serta akan mendapatkan kepuasan terhadap pekerjaannya (Brown, S.D. & Lent, 2013).

Seseorang yang memiliki adaptabilitas karier digambarkan oleh aspek-aspek adaptabilitas karier yang terdiri dari concern, control, curiosity, dan confidence. Seseorang dengan adaptabilitas karier memiliki kepedulian terhadap masa depan kariernya, dapat meningkatkan kendali diri terhadap pekerjaan di masa depan, menunjukkan rasa ingin tahu untuk mengeksplorasi berbagai pilihan, dan dapat menguatkan

keyakinan diri untuk mengejar keinginannya dalam karier (Brown, S.D. & Lent, 2013). Seseorang yang memiliki adaptabilitas karier yang tinggi dapat memenuhi kebutuhan dunia kerja karena mampu menyesuaikan dengan diri dengan tantangan di dalam pekerjaan.

Selain itu, adaptabilitas karier pada diri individu juga dapat membantu seseorang untuk mengembangkan kapasitas diri dalam mengantisipasi berbagai perubahan dalam hidupnya (Savickas, 2009). Seseorang yang memiliki adaptabilitas karier yang tinggi akan lebih mudah dalam meraih hal-hal yang diharapkannya karena ia mampu melibatkan diri dalam berbagai aktivitas termasuk pekerjaan (Huang, 2015). Seseorang yang memiliki adaptabilitas karier yang baik juga memiliki kepedulian terhadap karier sehingga ia terbiasa membuat perencanaan yang matang. Sementara itu, seseorang yang tidak atau kurang memiliki adaptabilitas karier akan memiliki kepuasan kerja yang rendah dan tingkat stres kerja yang tinggi (Fiori et al., 2015).

Masa SMA/SMK merupakan masa di mana seseorang berada pada usia 15-18 tahun yang dapat dikategorikan dalam masa remaja. Seorang lulusan

SMK akan masuk ke dunia kerja lebih awal dibanding teman sebaya mereka yang berkuliah sehingga masa transisi tersebut tidak mudah dan butuh penyesuaian diri. Karier merupakan aspek yang mengambil porsi besar dalam kehidupan seseorang sehingga karier menjadi aspek hidup yang perlu mendapat perhatian besar. Karier perlu dilihat sebagai alur kehidupan yang terus dibangun dan terus dikembangkan sepanjang hidup seseorang (Savickas, 2009). Pertanyaan "Apa yang akan saya lakukan dengan hidup saya?" tidak hanya menjadi pertanyaan besar dalam kehidupan remaja, tetapi juga tiap orang yang menghadapi transisi besar dalam berbagai aspek hidupnya seperti kesehatan, pekerjaan, dan hubungan interpersonal (Savickas, 2009).

Untuk memahami fenomena adaptabilitas karier pada siswa SMK, peneliti melakukan studi awal terhadap siswa SMK pada awal Maret 2020. Dari hasil survei terhadap 67 responden dari berbagai SMK di Indonesia, diketahui bahwa 38,8% siswa SMK merasa apa yang didapatkan di sekolah belum cukup untuk mempersiapkan mereka untuk menghadapi dunia kerja. Hal ini menunjukkan bahwa walaupun apa yang diperoleh di sekolah masih kurang, siswa

masih belum menunjukkan sikap untuk mengatasi tantangan dalam mempersiapkan diri memasuki dunia kerja.

Berdasarkan studi awal yang dilakukan peneliti terhadap siswa SMK dari berbagai daerah di Indonesia menunjukkan bahwa siswa SMK menghadapi berbagai tantangan dalam beradaptasi dengan dunia kerja saat ini. Dinamika dunia kerja menuntut siswa untuk cepat beradaptasi dengan lingkungan dan pekerjaan baru, sedangkan data dari studi awal penelitian ini menunjukkan 59,7% siswa SMK menganggap mereka masih kesulitan untuk beradaptasi dengan permintaan dunia kerja saat ini. Selain itu juga terdapat beberapa faktor-faktor yang menjadi tantangan siswa SMK dalam mempersiapkan karier dan mencari pekerjaan adalah persaingan yang ketat (68,7%), lowongan kerja yang tersedia kurang sesuai dengan latar belakang pendidikan (40,3%), hingga kurangnya keterampilan yang diperlukan di dunia kerja (38,8%).

Hasil studi awal juga menunjukkan bahwa siswa SMK saat ini mendapat beban akademik yang berat di mana 67,2% siswa SMK mengaku bahwa mereka memperoleh tugas dan ujian yang berat.

Berbagai masalah yang dihadapi oleh siswa SMK dapat disebabkan oleh ketahanan yang berbeda-beda pada setiap siswa di berbagai sekolah dan lokasi sehingga outputnya pun berbeda. Di sisi lain, dari hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti, siswa mengakui bahwa ketersediaan pekerjaan yang relevan dengan latar belakang siswa di bangku SMK membuat mereka harus menyesuaikan keterampilan dengan kebutuhan keterampilan pada pekerjaan yang tersedia atau membuka lowongan.

Beban akademik yang bermacam-macam, tuntutan untuk bekerja setelah lulus, serta persaingan dalam mencari pekerjaan yang ketat membuat proses transisi dari sekolah ke dunia kerja menjadi proses yang penuh tantangan bagi siswa SMK (Rosulin, 2016). Hasil studi yang dilakukan oleh (Negru-Subtirica & Pop, 2016) menunjukkan bahwa untuk menghadapi transisi dari masa sekolah ke dunia kerja, siswa perlu memiliki adaptabilitas karier yang tinggi agar dapat lebih mudah menyesuaikan diri dengan peran dan tugas di dunia kerja. Proses adaptasi siswa SMK dari dunia sekolah ke dunia kerja tidak hanya kemampuan untuk menyesuaikan diri tetapi juga diperlukan ketahanan atau kemampuan untuk bangkit dari berbagai

tantangan yang dihadapi pada masa transisi dari sekolah ke dunia kerja (Rosulin, 2016).

Di dalam dunia psikologi, (Coetzee & Harry, 2015) menjelaskan aspek psikologis yang berasal dari dalam diri seseorang yang dapat meningkatkan adaptabilitas karier adalah kemampuan untuk bangkit dari situasi sulit yang dapat disebut sebagai psychological hardiness. Penelitian (Maddi et al., 2012) dikemukakan bahwa seseorang yang memiliki psychological hardiness tinggi diprediksi akan lebih baik dalam menyesuaikan diri dalam karier. Sementara itu, psychological hardiness yang rendah membuat seseorang kesulitan dan rentan mengalami stres ketika menghadapi tantangan. Di dunia kerja, psychological hardiness dianggap sebagai salah satu cara untuk menjadi resilien ketika berada di bawah tekanan (Maddi et al., 2012). Psychological hardiness juga berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri pada masa tidak menentu.

Secara konseptual, psychological hardiness tidak hanya membantu seseorang mengenali situasi penuh tekanan tetapi juga membantu seseorang dalam menghadapi emosi

negatif dengan mengatasi stres secara efektif yang berdampak pada perasaan diri yang utuh, kebermaknaan hidup, dan kepercayaan diri (Maddi et al., 2012). Aspek-aspek psychological hardiness menggambarkan bahwa seseorang yang memiliki kendali yang kuat percaya bahwa mencoba mempengaruhi hasil akhir melalui keputusan yang mereka buat cenderung mampu memaknai tantangan yang dihadapi dan tidak tenggelam dalam ketidakberdayaan (Maddi et al., 2012). Sementara itu, seseorang yang memiliki psychological hardiness akan menunjukkan commitment (komitmen) untuk menghadapi tantangan dan tidak menghindari situasi sulit sehingga ia mampu belajar dari tantangan tersebut (Maddi et al., 2012). Kemudian, seseorang yang memiliki sikap positif terhadap tantangan (*challenge*) menganggap bahwa makna hidup tidak ditemukan dalam situasi yang penuh kenyamanan, keamanan, dan rutinitas melainkan dalam proses perkembangan yang menjadikan seseorang lebih bijaksana dari pengalaman positif maupun negatif (Maddi et al., 2012). Penjelasan ini menunjukkan bahwa individu dengan psychological hardiness yang tinggi juga memiliki kemampuan

untuk menemukan makna dari berbagai tantangan yang ia hadapi dalam hidupnya.

Selain psychological hardiness, adaptabilitas karier juga dapat dipengaruhi oleh variabel-variabel psikologis lain pada diri seseorang seperti self-efficacy, attachment, dan personality (Hirschi, 2009). Selain itu, kepuasan hidup, self-esteem, makna hidup (Yuen & Yau, 2015), dukungan orangtua dan teman sebaya (Han & Rojewski, 2015), goal orientation dan optimisme karier (Tolentino et al., 2014). Studi (Patton, 2001) juga mengemukakan faktor-faktor demografis yang memiliki efek pada adaptabilitas karier seperti usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, pendidikan, dan pengalaman kerja. Temuan pada studi-studi sebelumnya menunjukkan terdapat beberapa variabel psikologis yang dapat memprediksi adaptabilitas karier. Namun, jika melihat pada konteks siswa SMK, siswa berada pada usia remaja akhir menjelang dewasa awal berada pada tahap eksplorasi karier (Brown, S.D. & Lent, 2013). Selain itu telah dipaparkan pula bahwa siswa SMK jika dibandingkan dengan siswa SMA, menghadapi tantangan yang berat

dibandingkan anak seusianya karena harus menyelesaikan berbagai beban akademik dan mempersiapkan diri agar siap bekerja setelah lulus.

Pada konteks siswa SMK, transisi kehidupan sekolah menuju dunia kerja merupakan salah satu fase perubahan yang berdampak besar bagi kehidupan seseorang sehingga tidak jarang menemui tantangan yang juga dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis seseorang. Dalam tiap fase kehidupan di mana seseorang menemui tantangan, ada beberapa hal yang dapat dilakukan untuk menjaga kesejahteraan psikologis saat menghadapi peristiwa menantang dalam hidup. (Steger et al., 2006) menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki makna hidup tidak hanya mempersepsikan arti dan tujuan hidup, tetapi ia juga melakukan upaya untuk terus mencari dan memahami makna hidupnya.

Menurut (Super et al., 1996) memaparkan bahwa adanya makna hidup pada diri seseorang dapat membantu pengambilan keputusan dan meningkatkan adaptasi seseorang dalam karier. Hal ini menunjukkan bahwa adanya makna dalam hidup seseorang dapat membantunya menyesuaikan diri dan mengambil keputusan di dalam

pekerjaan karena seseorang yang memiliki makna hidup memandang bahwa hidupnya memiliki arti dan ia juga menunjukkan upaya untuk mencari makna dalam hidupnya yang membuatnya lebih baik menghadapi berbagai situasi menantang (Steger et al., 2006).

Pada remaja, makna hidup dapat dieksplorasi melalui berbagai upaya mulai dari mengenali diri, mengembangkan minat, melakukan refleksi diri, hingga berdiskusi dengan orang lain (Shek, 2012). Adanya makna hidup tidak hanya membantu seseorang menyesuaikan diri dalam kehidupan sehari-hari tetapi juga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa sehingga dapat membantu mereka menghadapi peristiwa-peristiwa menantang dalam hidupnya (Shrira et al., 2011).

Menurut (Shek, 2012), keberadaan makna hidup dapat membantu seseorang untuk menghadapi tantangan kehidupan sehingga ia dapat menjaga kesejahteraan psikologisnya dalam proses melalui tantangan tersebut. Dengan demikian, siswa SMK yang memiliki makna hidup, akan lebih baik dalam menyesuaikan diri dalam menghadapi tantangan pekerjaan

karena lebih tahan dalam menghadapi tantangan dengan kondisi psikologis yang lebih baik. Dugaan peneliti dikuatkan oleh hasil penelitian (Yuen & Yau, 2015) pada siswa tingkat SMP di Hongkong bahwa seseorang yang memiliki makna hidup akan memiliki tingkat adaptabilitas karier yang tinggi. Kemudian, dalam studi lain yang dilakukan oleh (Maddi et al., 2011), individu yang memiliki tingkat psychological hardiness yang tinggi akan memiliki pandangan yang positif terhadap hidupnya dan ia menyadari bahwa hidupnya memiliki arti. Adanya temuan-temuan ini dapat memperkuat dugaan peneliti bahwa psychological hardiness dapat mempengaruhi adaptabilitas karier dengan melalui makna hidup.

Studi-studi sebelumnya telah menggambarkan hubungan psychological hardiness dengan adaptabilitas karier serta makna hidup dengan adaptabilitas karier dalam studi-studi yang terpisah (Ndlovu & Ferreira, 2019). Misalnya, dalam studi sebelumnya belum melihat bagaimana dinamika psychological hardiness melalui peran makna hidup terhadap adaptabilitas karier pada siswa SMK di Indonesia. Studi-studi sebelumnya

menunjukkan terdapat hubungan antara psychological hardiness dan makna hidup, psychological hardiness dengan adaptabilitas karier, maupun makna hidup dan adaptabilitas karier (Ndlovu & Ferreira, 2019).

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, psychological hardiness saja belum cukup bagi siswa SMK untuk memiliki adaptabilitas karier yang tinggi, sehingga diperlukan makna hidup dalam

METODE PENELITIAN

Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan pada responden yang merupakan warga negara Indonesia, terdaftar sebagai siswa di salah satu Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Indonesia, dan saat penelitian ini dilakukan berdomisili di Indonesia. Responden penelitian ini

Alat Ukur Penelitian

Pengukuran adaptabilitas karier dalam studi ini menggunakan *Career Adapt-Abilities Scale-International Form* (CAAS) yang terdiri dari 24 item yang jika dijumlahkan akan menghasilkan suatu total skor yang menunjukkan indikasi tingkat adaptabilitas karier seseorang (Savickas & Porfeli, 2012). Reliabilitas dilihat melalui koefisien alpha terhadap seluruh dimensi alat

mengembangkan adaptabilitas karier pada siswa SMK. Berdasarkan uraian di atas, studi ini akan mengeksplorasi bagaimana peran pengaruh psychological hardiness terhadap adaptabilitas karier pada siswa SMK di Indonesia. Selain itu, studi ini juga akan melihat pengaruh tidak langsung dari psychological hardiness terhadap adaptabilitas karier melalui makna hidup.

berjumlah 722 responden dengan 51,6% responden laki-laki dan 48,4% perempuan. Responden berusia 14-23 tahun dengan pengalaman kerja: belum pernah 65,1%, pernah bekerja penuh waktu 2,5%, pernah magang 25,5%, dan pernah kerja paruh waktu 6,9%.

ukur adaptabilitas karier adalah 0,920. Konsistensi internal item dilihat dari *corrected item total correlation* yang berkisar pada 0,343-0,634.

Sementara itu, *psychological hardiness* responden akan diukur dengan menggunakan alat ukur *Dispositional Resilience Scale 15-Revised* (Bartone, 2007). Lima belas item pada DSR-15R ini mencakup tiga aspek dari *psychological hardiness*, yaitu *commitment*, *control* dan *challenge*. Alat

ukur *psychological hardiness* yang digunakan dalam studi ini telah diadaptasi dan digunakan Oleh (Novena & Nugraheni, 2013). Pada penelitian (Novena & Nugraheni, 2013) alat ukur *psychological hardiness* diberikan pada karyawan sehingga terdapat beberapa item yang kurang relevan dengan siswa SMK. Oleh karena itu, peneliti melakukan adaptasi terhadap item-item alat ukur *psychological hardiness* agar lebih sesuai dengan siswa SMK. Hasil uji reliabilitas pada alat ukur *psychological hardiness* menunjukkan hasil 0,689 dengan validitas internal item yang berkisar pada 0,231 - 0,428. Dalam penelitian ini, makna hidup diukur menggunakan *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) yang dikembangkan oleh (Steger et al., 2006). Peneliti melakukan adaptasi terhadap alat ukur *meaning of life* yang telah diadaptasi oleh (Faisal et al., 2017) dan (Huriyah, 2016) agar lebih mudah dipahami oleh siswa SMK. Sementara itu, uji reliabilitas menunjukkan hasil koefisien alpha 0,749 dengan validitas internal item berkisar pada 0,278-0,552.

Prosedur Penelitian

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *non-probability sampling*, yaitu *convenience*

sampling. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 7-28 November 2020 secara *online* dengan menyebarkan tautan kuesioner di mana item-item seluruh alat ukur telah dimasukkan ke *platform* Google Form. Kuesioner penelitian disebarikan secara online melalui Whatsapp, grup Facebook, dan Instagram. Selain itu, peneliti juga menitipkan informasi penelitian melalui beberapa guru SMK untuk disebarikan ke siswa-siswa SMK. Peneliti menyediakan *reward* penelitian berupa undian saldo uang elektronik (GOPAY/OVO) senilai Rp25.000 untuk 20 responden. Setelah menyebarkan informasi penjangkaran responden penelitian dan data terkumpul, peneliti melakukan penyaringan responden (data yang tidak lengkap dan tidak sesuai kriteria), diperoleh 722 responden yang dapat digunakan untuk pengolahan data.

Teknik Analisis Data

Seluruh analisis statistik yang dilakukan pada studi ini menggunakan piranti lunak SPSS 23. Pertama-tama, peneliti melakukan uji normalitas data menggunakan Mahalanobis dan Kolmogorov-Smirnov pada variabel adaptabilitas karier, *psychological hardiness*, dan *meaning of life*. Peneliti

juga melakukan beberapa analisis statistik, yaitu analisis statistik deskriptif, uji korelasi, regresi, analisis model mediasi dengan PROCESS yang dikembangkan oleh Andrew F. Hayes yang telah terintegrasi pada SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk menguji hipotesis dari penelitian ini, peneliti melakukan

analisis peran mediasi *meaning of life* pada pengaruh *psychological hardiness* terhadap adaptabilitas karier dengan model 4 pada fitur PROCESS pada SPSS yang dikembangkan oleh Andrew F. Hayes. Hasil pengujian model 4 PROCESS dapat diamati pada berikut.

Tabel 1
Hasil Pengujian Model Mediasi Meaning of Life pada Pengaruh Psychological Hardiness terhadap Adaptabilitas Karier

	r	r ²	b	SE	p
<i>Total Effect</i>	0.503 ₃	0.2533	1.3957	0.0973	0.000
<i>Direct Effect</i>	---	---	0.8584	0.0974	0.000
<i>Indirect Effect</i>	---	---	0.5373	0.0618	0.000

Berdasarkan dapat dilihat hubungan antara IV *psychological hardiness* dan mediator *meaning of life* bahwa *psychological hardiness* secara signifikan memprediksi *meaning of life*, $b=0.6975$, $t(606)=12.3267$, $p<0,001$, CI 95% [0.5864, 0.8086]. Dengan demikian, sebanyak 20% varians dari *psychological hardiness* signifikan menjelaskan *meaning of life*, $F(3, 606)=151,9482$, $p<0,001$, $r^2 = 0.2005$. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *psychological hardiness* individu

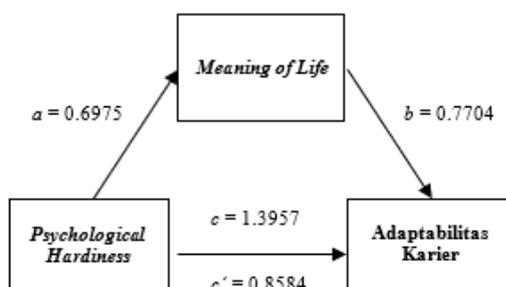
maka semakin tinggi pula makna hidup pada dirinya. Sementara itu, apabila melihat hubungan antara mediator *meaning of life* dan DV adaptabilitas karier, ditemukan bahwa *meaning of life* signifikan memprediksi adaptabilitas karier, $b=0.7704$, $s.e.=0.0625$, $t(606)=12.3183$, $p<0.001$, CI 95% [0.6476, 0.8932]. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi makna hidup seseorang maka semakin meningkat pula adaptabilitas kariernya.

Tabel 2
Hasil Analisis Peran Mediasi Meaning of Life terhadap Hubungan Psychological Hardiness dan Adaptabilitas Karier

Variabel	Meaning of Life		Adaptabilitas Karier	
	b	SE	b	SE
<i>Psychological Hardiness</i>	0.6975	0.0566	0.8584	0.0974
<i>Meaning of Life</i>	---	---	0.7704	0.0625
<i>Constant</i>	22.3284	2.3298	24.4815	3.8491

Pada tabel 2 dapat dilihat hasil perhitungan total effect, direct effect, dan indirect effect pada model penelitian. Apabila melihat direct effect di mana IV memprediksi DV tanpa melibatkan mediator dalam perhitungan, psychological hardiness signifikan memprediksi adaptabilitas karier

$b=0,8584, s.e.=0.0974, t(606)=8.8111, CI 95\% [0.6671, 1.0497]$. Hasil ini menunjukkan bahwa psychological hardiness dapat meningkatkan adaptabilitas karier walaupun tidak melalui meaning of life.



Gambar 1
Model Mediasi Meaning of Life pada Pengaruh Psychological Hardiness terhadap Adaptabilitas Karier

Kemudian pada total effect di mana IV memprediksi DV dengan melibatkan mediator dalam perhitungan ditunjukkan bahwa

psychological hardiness signifikan memprediksi adaptabilitas karier, $\beta=0.5033, t(606)=10.3993, p<0,001, CI 95\% [1.2045, 1.5869]$. Sementara

itu, sebanyak 25,33% varians dari prediktor signifikan menjelaskan adaptabilitas karier, $F(3,606)=205.5769$, $p<0,001$, $r^2=0.2533$. Artinya, dengan melibatkan meaning of life, psychological hardiness dapat menjelaskan 25,33% varians skor adaptabilitas karier. Selanjutnya pada indirect effect di mana IV memprediksi DV melalui mediator ditunjukkan bahwa psychological hardiness signifikan memprediksi adaptabilitas karier melalui mediator meaning of life, $b=0.5373$,

BootSE=0.0635, BootCI 95% [0.4200, 0.6634]. Dari hubungan efek tidak langsung dapat dijelaskan bahwa kenaikan satu nilai psychological hardiness akan meningkatkan adaptabilitas karier sebesar 0.5473 melalui adanya peran meaning of life. Dengan demikian dapat dijelaskan bahwa semakin tinggi psychological hardiness pada diri individu, semakin tinggi pula makna hidupnya, sehingga dapat meningkatkan adaptabilitas karier pada responden.

Diskusi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meaning of life memiliki efek mediasi yang signifikan terhadap hubungan antara psychological hardiness dan adaptabilitas karier. Psychological hardiness memiliki hubungan langsung yang positif dan signifikan dengan adaptabilitas karier. Namun, dengan adanya variabel meaning of life di antara hubungan psychological hardiness dan adaptabilitas karier, terdapat peningkatan efek yang menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki kemampuan untuk menghadapi dan menjadikan tantangan sebagai kesempatan untuk bertumbuh akan

memiliki adaptabilitas karier yang kuat apabila ia memiliki makna hidup.

Berdasarkan hasil dari analisis data dalam studi ini, ditemukan bahwa makna hidup dapat berperan sebagai mediator dapat dijelaskan oleh dua aspek dalam makna hidup, yaitu search for meaning dan presence of meaning. Artinya, seseorang yang sudah memiliki pemaknaan dalam hidupnya maupun sedang mencari makna hidup akan memiliki adaptabilitas karier yang baik. Temuan ini mengonfirmasi Yuen dan Yau (2015) bahwa kehadiran makna dalam hidup dapat membantu seseorang untuk menyesuaikan diri dalam hidup. Selain itu, pemaknaan hidup yang baik

juga membuat seseorang lebih percaya diri dalam membuat berbagai keputusan karier (Super et al., 1996). Efek mediasi makna hidup juga dijelaskan dengan peran dari makna hidup dalam membuat seseorang memiliki sense of well-being yang baik (Sze et al., 2010) dan membantu seseorang untuk menghadapi berbagai tantangan dalam karier (Shek, 2012). Pada siswa SMK yang sedang menghadapi berbagai tantangan mulai dari proses beradaptasi dengan kegiatan pembelajaran jarak jauh (PJJ), tugas, hingga praktek kerja lapangan makna hidup dan hardiness menjadi elemen yang penting untuk dimiliki sehingga siswa dapat beradaptasi dalam karier setelah lulus dari SMK. Hasil penelitian juga menunjukkan di mana . Sebagaimana yang dipaparkan (Maddi et al., 2011) bahwa seseorang yang memiliki psychological hardiness dapat melihat masalah atau kesulitan dalam hidupnya sebagai suatu pembelajaran bermakna. Hal inilah yang membuat seseorang dengan psychological hardiness yang tinggi juga memiliki makna hidup yang baik.

Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa psychological hardiness memiliki efek langsung terhadap adaptabilitas karier. Hasil

penelitian ini mengonfirmasi studi sebelumnya (Ndlovu & Ferreira, 2019) bahwa psychological hardiness dapat menjadi prediktor dari adaptabilitas karier. Peranan psychological hardiness dan adaptabilitas karier yang yang besar juga ditunjukkan dengan penghitungan r^2 yang menunjukkan bahwa 25,2% varians skor adaptabilitas karier ditentukan oleh psychological hardiness. Menurut (Field & Golubitsky, 2009) 25% merupakan effect size yang besar dalam memprediksi suatu variabel. Hal ini menunjukkan bahwa psychological hardiness memang memiliki pengaruh yang besar terhadap adaptabilitas karier. Studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa seseorang yang mampu menghadapi tantangan dan menjadikannya sebagai peluang untuk bertumbuh akan mampu beradaptasi dengan perubahan maupun kondisi tak terduga dalam karier (Abdollahi et al., 2018).

Temuan ini dapat menjelaskan efek mediasi parsial dari meaning of life bahwa keberadaan meaning of life signifikan dalam memediasi hubungan psychological hardiness dan adaptabilitas karier, namun tidak berbeda jauh dengan efek langsung dari psychological hardiness dan

adaptabilitas karier. Hal ini dikarenakan efek langsung yang memang besar dari psychological hardiness terhadap adaptabilitas karier. Kekuatan pengaruh hardiness terhadap adaptabilitas karier juga bisa dijelaskan dengan kesamaan dimensi yang ada pada kedua variabel ini, yaitu dimensi control. Hal inilah yang membuat hardiness memiliki efek besar terhadap adaptabilitas karier.

Penelitian ini juga mengonfirmasi hasil temuan studi sebelumnya bahwa meaning of life memiliki hubungan positif dengan adaptabilitas karier (Yuen & Yau, 2015). Kedua dimensi dari meaning of life juga signifikan dalam memprediksi adaptabilitas karier sehingga dapat dilihat bahwa tidak hanya keberadaan makna hidup tetapi juga dorongan untuk mencari makna hidup dapat meningkatkan adaptabilitas karier seseorang. Temuan studi ini cukup berbeda dengan temuan studi (Yuen & Yau, 2015) yang menemukan bahwa hanya presence of meaning yang signifikan menjadi prediktor adaptabilitas karier.

Adaptabilitas karier merupakan aspek penting yang dapat menentukan bagaimana seseorang mampu

menyesuaikan diri terhadap berbagai tantangan yang dihadapi di tempat kerja (Savickas, 1997). Peran meaning of life sebagai mediator terhadap pengaruh psychological hardiness terhadap adaptabilitas karier menunjukkan bahwa penting bagi siswa SMK untuk memiliki makna hidup dan terus berupaya dalam menemukan makna di dalam hidupnya. Efek mediasi parsial dari meaning of life juga menunjukkan bahwa dengan memiliki kemampuan untuk menghadapi berbagai tantangan dan melihatnya sebagai peluang untuk bertumbuh cukup mampu membuat seseorang beradaptasi dalam karier.

Terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini, salah satunya adalah jumlah responden yang masih kurang jika dibandingkan dengan populasi siswa SMK se-Indonesia. Walaupun responden penelitian ini berasal dari berbagai provinsi di Indonesia, namun sebagian besar responden berasal dari pulau Jawa. Oleh karena itu, dengan jumlah dan daerah asal responden yang masih terbatas, hasil penelitian masih belum cukup kuat untuk digeneralisasi menggambarkan kondisi siswa SMK di Indonesia.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh psychological hardiness terhadap adaptabilitas karier. Berdasarkan analisis efek mediasi ditemukan bahwa makna hidup memiliki efek parsial sebagai mediator (partially mediated) pada hubungan tidak langsung antara psychological hardiness dan adaptabilitas karier.

SARAN

Temuan dalam penelitian ini dapat menjadi acuan bagi guru bimbingan konseling di SMK untuk mengembangkan program untuk membina siswa mengeksplorasi makna hidupnya sejak awal masuk SMK dengan mengetahui peran makna hidup sebagai mediator antara psychological hardiness dan adaptabilitas karier. Program pengembangan psychological hardiness dan makna hidup dapat dilakukan sesi sharing antara alumni SMK yang sudah bekerja sehingga siswa memperoleh gambaran mengenai dunia kerja serta memahami langkah-langkah apa yang dapat dilakukan untuk menjalani proses pendidikan di SMK dan beradaptasi di dunia kerja setelah lulus.

Selain itu, dari pihak sekolah juga dapat memfasilitasi sesi mentoring dengan profesional maupun praktisi dari

bidang industri yang relevan dengan bidang jurusan di SMK. Kegiatan mentoring ini dapat menjadi support system dalam mempersiapkan diri dan beradaptasi dengan dunia kerja.

Sementara di rumah, orangtua atau anggota keluarga lainnya juga dapat memfasilitasi siswa dalam proses pencarian makna hidup melalui kegiatan pengembangan diri yang positif sehingga tidak hanya dapat mengembangkan keterampilan tetapi juga memperoleh kesejahteraan psikologis.

Adaptabilitas karier mengindikasikan bahwa individu mampu menghadapi beragam tantangan dan mengadaptasi keterampilan yang diperlukan di dunia kerja. Oleh karena itu, perlu dilihat seberapa besar peningkatan adaptabilitas karier dapat menekan angka pengangguran terdidik. Dampak dari kurangnya adaptabilitas karier, yaitu tingkat pengangguran terbuka yang tinggi pada lulusan SMK tentunya tidak hanya berdampak secara psikologis terhadap kesehatan mental siswa tetapi juga perekonomian negara. Oleh karena itu, perlu juga dilihat apakah terdapat faktor lain selain adaptabilitas karier yang dapat berperan dalam menekan angka pengangguran terutama pada lulusan SMK.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdollahi, A., Carlbring, P., Vaez, E., & Ghahfarokhi, S. A. (2018). Perfectionism and test anxiety among high-school students: The moderating role of academic hardiness. *Current Psychology, 37*(3), 632–639.
- Bartone, P. T. (2007). Test-retest reliability of the dispositional resilience scale-15, a brief hardiness scale. *Psychological Reports, 101*(3), 943–944.
- Brown, S.D. & Lent, R. . (2013). *Career development and counseling: Putting theory and research to work 2nd ed.* New Jersey: John Wiley & Sons. <https://www.yumpu.com/en/document/view/7897825/three-theories-of-career-development-and-choice-proven>
- Coetzee, M., & Harry, N. (2015). Gender and hardiness as predictors of career adaptability: an exploratory study among Black call centre agents. *South African Journal of Psychology, 45*(1), 81–92.
- Faisal, F., Tursoy, T., & Ercantan, O. (2017). The relationship between energy consumption and economic growth: Evidence from non-Granger causality test. *Procedia Computer Science, 120*, 671–675.
- Field, M., & Golubitsky, M. (2009). *Symmetry in chaos: a search for pattern in mathematics, art, and nature.* SIAM.
- Fiori, M., Bollmann, G., & Rossier, J. (2015). Exploring the path through which career adaptability increases job satisfaction and lowers job stress: The role of affect. *Journal of Vocational Behavior, 91*, 113–121.
- Han, H., & Rojewski, J. W. (2015). Gender-specific models of work-bound Korean adolescents' social supports and career adaptability on subsequent job satisfaction. *Journal of Career Development, 42*(2), 149–164.
- Hirschi, A. (2009). Career adaptability development in adolescence: Multiple predictors and effect on sense of power and life satisfaction. *Journal of Vocational Behavior, 74*(2), 145–155.
- Huang, J.-T. (2015). Hardiness, perceived employability, and career decision self-efficacy among Taiwanese college students. *Journal of Career Development, 42*(4), 311–324.
- Huriyah, L. (2016). Peran Perpustakaan Keluarga dalam meningkatkan minat dan keterampilan membaca anak. *Journal of Islamic Education Studies, 1*(1), 69–95.
- Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Fazel, M., & Resurreccion, N. (2012). The relationship of hardiness and some other relevant variables to college performance. *Journal of Humanistic Psychology, 52*(2), 190–205.
- Maddi, S. R., Khoshaba, D. M., Harvey, R. H., Fazel, M., & Resurreccion, N. (2011). The personality construct of hardiness, V: Relationships with the construction of existential meaning in life. *Journal of Humanistic Psychology, 51*(3), 369–388.
- Ndlovu, V., & Ferreira, N. (2019). Students' psychological hardiness in relation to career adaptability. *Journal of Psychology in Africa, 29*(6), 598–604.
- Negru-Subtirica, O., & Pop, E. I. (2016). Longitudinal links between career adaptability and academic achievement in adolescence. *Journal*

- of Vocational Behavior*, 93, 163–170.
- Novena, V. K., & Nugraheni, R. (2013). *Pengaruh Bauran Promosi Terhadap Keputusan Kunjungan Konsumen Pariwisata (Studi pada Objek Wisata Umbul Sidomukti, Kabupaten Semarang)*. Fakultas Ekonomika dan Bisnis.
- Patton, W. (2001). & Lokan, J. (2001). *Perspectives on Donald Super's Construct of Career Maturity. International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 1, 31–48.
- Rosulin, R. (2016). *Hubungan antara hardiness dengan adaptabilitas karir pada siswa SMK kelas XII*. Universitas Airlangga.
- Savickas, M. L. (1997). Career adaptability: An integrative construct for life-span, life-space theory. *The Career Development Quarterly*, 45(3), 247–259.
- Savickas, M. L. (2009). Pioneers of the vocational guidance movement: A centennial celebration. *The Career Development Quarterly*, 57(3), 194.
- Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2012). Career Adapt-Abilities Scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Vocational Behavior*, 80(3), 661–673.
- Shek, D. T. L. (2012). *Life meaning and purpose in life among Chinese adolescents: what can we learn from Chinese studies in Hong Kong?*
- Shrira, A., Palgi, Y., Ben-Ezra, M., & Shmotkin, D. (2011). How subjective well-being and meaning in life interact in the hostile world? *The Journal of Positive Psychology*, 6(4), 273–285.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80.
- Super, D. E., Savickas, M. L., & Super, C. M. (1996). *The Life-span, Life-space Approach to Careers: in D. Brown & L. Brooks (Eds.). Career Choice and Development*. San Francisco: Jossey-Bass. P.
- Supriyadi, Suryana, A., & Rahayu, E. S. (2020). *Pembentukan karakter kerja dan kontrak belajar*. Direktorat Sekolah Menengah Kejuruan Direktorat Jenderal Pendidikan Vokasi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sze, S. C. W., Tong, Y., Ng, T. B., Cheng, C. L. Y., & Cheung, H. P. (2010). Herba Epimedii: anti-oxidative properties and its medical implications. *Molecules*, 15(11), 7861–7870.
- Tolentino, L. R., Garcia, P. R. J. M., Lu, V. N., Restubog, S. L. D., Bordia, P., & Plewa, C. (2014). Career adaptation: The relation of adaptability to goal orientation, proactive personality, and career optimism. *Journal of Vocational Behavior*, 84(1), 39–48.
- Yuen, M., & Yau, J. (2015). Relation of career adaptability to meaning in life and connectedness among adolescents in Hong Kong. *Journal of Vocational Behavior*, 91, 147–156.