



PENINGKATAN KETANGGUHAN PSIKOLOGIS DAN KESIAPAN KERJA SISWA SMK MELALUI PSIKOEDUKASI BERBASIS SEKOLAH

Improving Spychological Resilience and Work Readiness of Vocational High School Students Throug School-Based Psychoeducation

Wiwin Hendriani^{1*}, Rudi Cahyono¹, Unita Werdi Rahajeng², Wardah Wuri Aisyati¹, Nabila Nasywa Rasyiidah¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Airlangga ²Departemen Psikologi Universitas Brawijaya
Kampus B UNAIR, Jalan Airlangga 4-6 Surabaya

*Alamat Korespondensi: wiwin.hendriani@psikologi.unair.ac.id

(Tanggal Submission: 25 Agustus 2025, Tanggal Accepted : 28 Juli 2026)



Kata Kunci :

Ketangguhan Psikologis, Kesiapan Kerja, Pengabdian Kepada Masyarakat, Psikoedukasi, Siswa SMK

Abstrak :

Lulusan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan salah satu kelompok rentan terhadap risiko pengangguran, ketidaksiapan kerja, hingga penipuan berkedok penyaluran kerja. Selain keterampilan teknis, kesiapan memasuki dunia kerja menuntut ketangguhan psikologis, orientasi masa depan, efikasi diri, serta literasi risiko. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan kompetensi psikologis tersebut melalui psikoedukasi kepada 248 siswa kelas 11 di SMK Negeri 1 Ampelgading, Kabupaten Malang, serta *Focus Group Discussion* (FGD) dengan 37 guru untuk menyusun rencana keberlanjutan program. Metode yang dilakukan meliputi penyusunan modul, psikoedukasi interaktif, dan evaluasi *pre-post* test. Hasil menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata dari *pre*- ke *post-test*. Evaluasi kepuasan menunjukkan skor rata-rata 4 dari 5 (kategori sangat baik). Guru menghasilkan satu dokumen Rencana Tindak Lanjut (RTL) untuk keberlanjutan pembinaan kesiapan kerja siswa. Temuan ini merefleksikan bahwa psikoedukasi berbasis sekolah efektif dalam memperkuat ketangguhan psikologis siswa dan meningkatkan kesiapan mereka menghadapi transisi ke dunia kerja. Integrasi program secara berkelanjutan di sekolah direkomendasikan sebagai langkah strategis pengembangan kapasitas remaja memasuki dunia kerja modern.

Key word :

Psychological Resilience, Work Readiness, Community Service, Psychoeducation,

Abstract :

Vocational High School (SMK) graduates are one of the groups vulnerable to the risks of unemployment, job unpreparedness, and fraud under the guise of job placement. In addition to technical skills, readiness to enter the workforce requires psychological resilience, future orientation, self-efficacy, and risk literacy. This community service program aims to improve these psychological competencies through psychoeducation for 248 final-year students at SMK Negeri 1 Ampelgading, Malang Regency, and Focus Group Discussions (FGDs)

<i>Vocational School Students</i>	with 37 teachers to develop a program sustainability plan. The methods used included module development, interactive psychoeducation, and pre-post test evaluation. The results showed an increase in the average score from pre-test to post-test. Satisfaction evaluations showed an average score of 4 out of 5 (very good category). Teachers produced a Follow-Up Action Plan (RTL) document for the continued development of student work readiness. These findings reflect the effectiveness of school-based psychoeducation in strengthening students' psychological resilience and increasing their readiness for the transition to the workforce. Sustainable program integration in schools is recommended as a strategic step in developing the capacity of adolescents to enter the modern workforce.
-----------------------------------	--

Panduan sitasi / citation guidance (APPA 7th edition) :

Hendriani, W., Cahyono, R., Rahajeng, U. W., Aisyati, W. W. & Rasyiidah, N. N. (2026). Peningkatan Ketangguhan Psikologis dan Kesiapan Kerja Siswa SMK Melalui Psikoedukasi Berbasis Sekolah. *Jurnal Abdi Insani*, 13(7), 247-259. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v13i7.4024>

PENDAHULUAN

Transisi dari pendidikan menengah menuju dunia kerja merupakan fase perkembangan yang penuh tantangan bagi remaja akhir. Pada masa ini, individu tidak hanya dituntut menentukan arah karier dan mengambil keputusan penting, tetapi juga harus menyesuaikan diri dengan dinamika sosial-ekonomi yang semakin kompleks dan kompetitif. Dalam perspektif psikologi perkembangan, periode remaja akhir ditandai oleh pencarian identitas, refleksi diri, dan penegasan tujuan hidup (Crain, 2024; Santrock, 2020). Pada fase ini, kemampuan untuk memahami potensi diri, membangun masa depan, serta mengatasi tekanan psikososial merupakan indikator penting dari kematangan seseorang.

Tantangan tersebut semakin berat bagi lulusan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Indonesia. Data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa lulusan SMK secara konsisten menjadi kelompok penyumbang pengangguran tertinggi (Mediana, 2025; Pancawati, 2025). Kesenjangan antara kompetensi lulusan dengan kebutuhan industri, kurangnya kesiapan psikologis, serta minimnya literasi risiko terhadap praktik penipuan kerja menjadi persoalan yang terus muncul (Nugraha, 2024; Zaman, 2019). Berbagai laporan nasional mencatat bahwa tidak sedikit lulusan SMK menjadi korban penipuan berkedok penyaluran kerja, termasuk penipuan rekrutmen ke luar negeri yang berdampak pada kerugian finansial maupun psikologis (Iman, 2015; Sastra, 2025; Christian, 2024). Situasi ini menegaskan bahwa keterampilan teknis yang diajarkan di sekolah vokasional belum sepenuhnya memadai untuk melindungi lulusan dari risiko sosial-ekonomi yang dihadapi dalam proses pencarian kerja.

Selain persoalan tersebut, tantangan dunia kerja modern yang ditandai oleh disrupsi teknologi, ketidakpastian ekonomi, persaingan global, dan berubahnya jenis pekerjaan juga menuntut kapasitas psikologis yang kuat. Remaja perlu mampu menghadapi perubahan yang terjadi cepat, mengelola stres, mengambil keputusan secara bijak, serta berpikir kreatif dalam menciptakan peluang kerja baru (REFO Indonesia, 2025; KEMENKO PKM, 2021). Dengan kata lain, kesiapan kerja tidak hanya mencakup keterampilan teknis saja, melainkan juga mencakup kompetensi psikologis dan sosial.

Literatur menunjukkan bahwa ketangguhan psikologis (*psychological resilience*) merupakan salah satu faktor kunci yang memengaruhi kesiapan kerja remaja akhir (Bimrose & Hearne, 2012; Reynardo & Huawe, 2024). Resiliensi tidak hanya berkaitan dengan kemampuan bangkit dari kegagalan, tetapi juga mencakup kemampuan mengatur emosi, mempertahankan motivasi, mengambil keputusan adaptif, dan merespons situasi tidak pasti secara positif. Beberapa penelitian menekankan bahwa aspek-aspek seperti regulasi emosi (Eriksen & Bru, 2022), efikasi diri (Xu & Xu, 2025), orientasi masa depan (Tan *et al.*, 2023; Tou, 2024), kreativitas (Naiman, 2023), serta dukungan sosial (Azpiazu *et al.*, 2025) merupakan faktor protektif penting yang membentuk ketangguhan psikologis. Kemampuan ini terbukti berkorelasi positif dengan kesiapan kerja dan kesejahteraan psikologis remaja.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa siswa SMK membutuhkan intervensi yang tidak hanya mengajarkan keterampilan teknis, tetapi juga memperkuat kapasitas psikologis mereka untuk menghadapi dunia kerja (Ismuniar & Septiani, 2023; Rahmadani *et al.*, 2024). Sekolah sebagai lingkungan pendidikan formal memiliki peran strategis dalam memfasilitasi pengembangan resiliensi melalui kegiatan psikoedukatif, bimbingan karier, maupun pembelajaran kontekstual yang relevan dengan dunia kerja. Intervensi berbasis sekolah yang mengintegrasikan pembelajaran sosial-emosional dan pelatihan adaptabilitas karier terbukti efektif meningkatkan ketangguhan dan kesiapan karier siswa (Listosella *et al.*, 2023; Hulukati *et al.*, 2025).

Sayangnya, banyak sekolah belum memiliki program sistematis yang mendukung kesiapan psikologis siswa untuk menghadapi dunia kerja, terutama dalam aspek literasi risiko terhadap penipuan kerja, *personal branding*, maupun kreativitas dalam merancang peluang kerja mandiri. Kondisi inilah yang muncul pada mitra kegiatan, SMK Negeri 1 Ampelgading Kabupaten Malang yang belum memiliki pembinaan psikologis terstruktur untuk mendampingi siswa memasuki transisi kerja.

Berdasarkan kebutuhan tersebut, program Pengabdian kepada Masyarakat ini dirancang untuk memberikan pembekalan komprehensif melalui psikoedukasi yang fokus pada penguatan resiliensi psikologis, kreativitas, *personal branding*, serta literasi risiko kerja kepada siswa kelas akhir. Selain itu, kegiatan juga melibatkan guru melalui *Focus Group Discussion* (FGD) untuk menyusun rencana keberlanjutan program sehingga pembinaan tidak hanya berhenti pada intervensi satu kali, tetapi dapat menjadi bagian dari sistem pendampingan siswa di sekolah. Artikel ini bertujuan untuk menggambarkan pelaksanaan program pengabdian, mengevaluasi efektivitasnya berdasarkan data *pre-post test* dan evaluasi peserta, serta mendiskusikan bagaimana psikoedukasi berbasis sekolah dapat berkontribusi pada penguatan ketangguhan psikologis dan kesiapan kerja siswa SMK.

METODE KEGIATAN

Pendekatan

Program pengabdian ini dirancang dalam bentuk penelitian yang simultan dengan intervensi atau pemberian perlakuan. Penelitian dan pelaksanaan pengabdian ini menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR), yaitu metodologi yang menggabungkan penelitian (*research*), aksi nyata (*action*), dan partisipasi aktif masyarakat/komunitas (*participation*) (Baum *et al.*, 2006). PAR dalam hal ini dipilih karena dua pertimbangan utama (Bennett, 2020) yaitu: (1) PAR mendukung pemberdayaan, dimana siswa dan guru menjadi bagian dari proses transformasi, bukan objek pasif; (2) Pendekatan PAR berbeda dengan model “*top-down*” tradisional; memungkinkan munculnya solusi yang muncul dari pengalaman nyata peserta (*bottom-up*), memperkuat rasa memiliki dan komitmen terhadap hasil.

Secara prinsip, PAR tidak memposisikan komunitas (siswa, guru, dan sekolah) semata sebagai objek penelitian, melainkan sebagai *co-researchers*, yaitu partisipan yang aktif terlibat dalam setiap tahap, termasuk identifikasi masalah, perancangan intervensi, pelaksanaan aksi, monitoring, dan refleksi bersama (Baum *et al.*, 2006). Inti desain PAR sendiri meliputi beberapa *building blocks*: membangun relasi dan kepercayaan dengan komunitas (siswa, guru, dan sekolah), menetapkan praktik kerja kolaboratif, memahami bersama isu yang dihadapi komunitas, mengumpulkan data dan bahan refleksi, melakukan analisis bersama, serta merencanakan dan mengambil aksi berdasarkan refleksi tersebut (Bennett, 2020).

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilakukan pada 5 Desember 2025 di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 1 Ampelgading, Kabupaten Malang. Ada dua kelompok mitra yang menjadi sasaran program, yaitu siswa kelas XI sejumlah 248 siswa dan 37 guru. Kegiatan dilakukan dalam bentuk psikoedukasi dan Focus Groups Discussion (FGD).

Tahapan Pelaksanaan

Berdasarkan prinsip PAR dan konteks kegiatan psikoedukasi di sekolah, tahapan pelaksanaan dalam penelitian dan pengabdian ini meliputi:

1. Identifikasi dan Pemahaman Masalah (Identifikasi Kebutuhan)
 - a. Melakukan koordinasi dengan pihak sekolah (kepala sekolah dan guru)



- b. Observasi awal dan diskusi pendahuluan untuk menggali kebutuhan siswa dan potensi risiko yang menjadi dasar untuk menyusun materi dan panduan psikoedukasi.
2. Perencanaan Aksi
 - a. Menyusun panduan pelaksanaan psikoedukasi (materi ketangguhan psikologis, *personal branding*, literasi risiko, kreativitas/ide usaha) berdasarkan hasil identifikasi kebutuhan dan literatur pendukung.
 - b. Merancang aktivitas yang interaktif: ceramah dialogis, refleksi diri, diskusi kelompok, latihan penyusunan profil diri, serta latihan ide usaha, sehingga memungkinkan partisipasi aktif peserta.
 - c. Menyusun instrumen evaluasi: *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur pengetahuan/perubahan, serta kuesioner kepuasan dan lembar kerja profil/ide usaha.
3. Aksi / Pelaksanaan Intervensi
 - a. Melaksanakan psikoedukasi kepada seluruh siswa kelas 11 (248 siswa), dengan fasilitator yang melibatkan tim pengabdian dan perwakilan guru dan siswa untuk ko-fasilitator.
 - b. Melaksanakan sesi interaktif sesuai rencana: ceramah, diskusi, refleksi, latihan aktif, penyusunan profil diri & ide usaha.
4. Monitoring, Dokumentasi, dan Evaluasi
 - a. Melakukan *pre-test* sebelum intervensi dan *post-test* setelah intervensi untuk menilai perubahan pengetahuan dan pemahaman siswa.
 - b. Membagikan kuesioner kepuasan untuk mengevaluasi persepsi siswa terhadap kegiatan.
 - c. Mengumpulkan produk luaran siswa: profil *personal branding*, ide usaha sederhana. Dokumentasi foto, hasil kerja kelompok/individu, dan refleksi siswa.
5. Refleksi dan Perencanaan Keberlanjutan
 - a. Melakukan FGD dengan guru (37 guru) untuk mengevaluasi hasil, mendiskusikan kebutuhan pembinaan lebih lanjut, serta menyusun Rencana Tindak Lanjut (RTL) sebagai bentuk komitmen keberlanjutan.
 - b. Membangun komitmen sekolah untuk mengimplementasikan RTL, sehingga program bukan sekedar intervensi sekali jalan, tetapi bagian dari sistem pembinaan berkelanjutan.

Data dan Analisis

Sejalan dengan karakter PAR dan praktik umum penelitian pengabdian, data dalam penelitian ini terdiri dari:

1. Data kuantitatif: *Pre-test* dan *post-test* (skor pengetahuan/ pemahaman), kuesioner kepuasan (skala 1–5).
2. Data kualitatif: Observasi proses pelaksanaan, dokumentasi kegiatan (foto, lembar kerja), hasil kerja siswa (profil, ide usaha), catatan fasilitator, tanggapan informal peserta, dan hasil FGD guru, yang kemudian dianalisis untuk memahami persepsi, masalah implementasi, dan aspek keberlanjutan.

Analisis data dilakukan dengan membandingkan rerata skor pre dan post test serta kepuasan (analisis deskriptif), serta analisis kualitatif secara tematik terhadap dokumentasi dan hasil FGD untuk mengekstrak pelajaran, hambatan, kebutuhan lanjutan, dan rekomendasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan psikoedukasi yang diikuti oleh 248 siswa kelas 11 menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan terkait ketangguhan psikologis, *personal branding*, kreativitas merancang peluang kerja, dan literasi risiko terhadap penipuan kerja.



Gambar 1. Pemaparan Materi Psikoedukasi



Gambar 2. Latihan Penyusunan *Personal Branding*

Hasil *pre-test* dan *post-test* mengindikasikan peningkatan skor rata-rata dari 65 menjadi 78, atau peningkatan sekitar 20% dari skor awal. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa materi psikoedukasi yang disampaikan mampu memperluas wawasan peserta dan meningkatkan pemahaman konseptual mereka mengenai aspek-aspek psikologis yang berperan dalam kesiapan kerja. Aktivitas interaktif selama sesi, seperti refleksi diri, diskusi kasus, dan latihan penyusunan profil diri, tampak berkontribusi kuat dalam memperdalam pemahaman siswa, sebagaimana ditunjukkan oleh perbedaan skor yang konsisten pada seluruh peserta.

Tabel 1. Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*

No.	Pokok Pertanyaan	Persentase Jawaban Benar	
		<i>Pre-test</i>	<i>Post test</i>
1	Pemahaman tantangan di dunia kerja yang kompetitif	49%	75%
2	Pemahaman tentang pentingnya ketangguhan psikologis	77%	86%
3	Pemahaman tentang pilar eksternal dalam membangun ketangguhan psikologis	60%	75%
4	Pemahaman tentang peran kreativitas	69%	73%

5	Pemahaman tentang peran kemandirian	89%	91%
6	Pemahaman tentang fase preparasi dalam melakukan tindakan kreatif untuk mengatasi masalah	60%	66%
7	Pemahaman tentang fase inkubasi dalam proses kreatif	69%	84%
8	Pemahaman tentang cara mengembangkan kreativitas	26%	64%
9	Pemahaman tentang komponen diri yang membangun self-branding	91%	93%
10	Pemahaman tentang elemen yang dapat digunakan untuk menguatkan brand personal	60%	70%
Rerata Total		65%	78%

Selain itu, evaluasi kepuasan peserta menunjukkan bahwa program diterima dengan sangat baik. Rata-rata skor kepuasan adalah 4 dari 5, yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa merasa materi yang diberikan relevan dengan kebutuhan mereka dan disampaikan dengan cara yang menarik serta mudah dipahami.

Tabel 2. Kepuasan Terhadap Pelaksanaan Kegiatan

Komponen Penilaian Kepuasan	Rata-rata Skor	
	Psikoedukasi	FGD
Isi Materi		
Metode Kegiatan	4,1	4,3
Dampak dan Pengalaman Belajar		

Umpan balik kualitatif dari peserta juga mencerminkan apresiasi terhadap contoh kasus penipuan kerja yang dianggap membuka wawasan mereka mengenai risiko dunia kerja yang sering tidak dibahas secara mendalam di sekolah. Mereka juga menilai latihan *personal branding* sebagai bagian paling bermanfaat karena memberikan gambaran praktis mengenai bagaimana menggambarkan kemampuan diri secara profesional.

Luaran lain yang muncul dari kegiatan ini adalah tersusunnya profil *personal branding* individual dari seluruh peserta, serta satu gagasan ide usaha sederhana dari setiap kelompok atau kelas. Produk tersebut menunjukkan kemampuan siswa untuk mengintegrasikan pemahaman psikologis (misalnya kekuatan diri, minat, dan nilai) dengan orientasi karier dan kreativitas dalam merancang masa depan mereka. Proses ini tidak hanya menjadi sarana evaluasi ketercapaian materi, namun juga menjadi bagian dari latihan aktualisasi diri yang relevan dengan kebutuhan perkembangan remaja akhir.



Gambar 3. Pengantar Kegiatan FGD bersama Guru

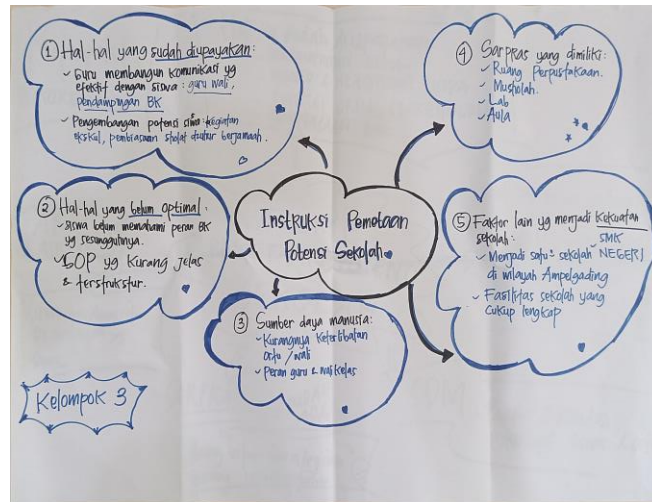


Gambar 4. Diskusi dalam Kegiatan FGD bersama Guru



Gambar 5. Berbagi Pemikiran dalam Kegiatan FGD bersama Guru

Pada tingkat guru, kegiatan *Focus Group Discussion* (FGD) yang melibatkan 37 pendidik menghasilkan satu dokumen Rencana Tindak Lanjut (RTL) yang memuat strategi keberlanjutan program. Guru menyepakati perlunya integrasi materi ketangguhan psikologis dan literasi risiko dalam layanan bimbingan konseling, serta pentingnya pendampingan personal branding dan kewirausahaan siswa sebagai agenda pembinaan sekolah. RTL tersebut mencerminkan komitmen sekolah untuk memastikan bahwa program tidak berhenti sebagai intervensi sesaat, melainkan berlanjut sebagai bagian dari sistem pembinaan kesiapan kerja siswa.



Gambar 6. Contoh Pemetaan Potensi Sekolah dalam FGD Guru

RENCANA TINDAK LANJUT		
NAMA PROGRAM: <u>Guru wali</u>		
SASARAN PROGRAM: <u>Siswa Binaan</u>	PENANGGUNG JAWAB: <u>Guru</u>	WAKTU PELAKSANAAN: <u>30 pertemuan dalam satu bulan</u>
INDIKATOR KEBERHASILAN: 1. Peningkatan disiplin siswa. 2. Pembinaan karakter siswa. 3. Pengambilan bekal dan minat siswa. 4. Pendampingan karir dan kesiapan industri	MEKANISME EVALUASI: 1. Pengumpulan data awal tiap siswa. 2. Melakukan pendampingan dan bimbingan.	
RINCIAN PROGRAM: 1. Guru harus mengetahui latar belakang siswa. 2. Guru melakukan bimbingan terhadap siswa dalam kurun waktu 30 pertemuan dalam 1 bulan. 3. Guru melakukan evaluasi terhadap siswa baik perilaku positif ataupun perilaku yang membutuhkan bimbingan intensif. 4. Guru juga melakukan kolaborasi dengan wali kelas, guru wali, orang tua dan guru BK.		

Gambar 7. Contoh Hasil Diskusi Kelompok untuk RTL oleh Guru

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa psikoedukasi berbasis sekolah tidak hanya efektif meningkatkan pemahaman siswa, tetapi juga memicu inisiatif lanjutan di tingkat sekolah untuk mengembangkan sistem pendampingan yang lebih terstruktur dan berkelanjutan. Peningkatan skor *pre-test* dan *post-test* sebesar 20% menunjukkan bahwa psikoedukasi yang diberikan mampu memperkuat pemahaman siswa mengenai kompetensi psikologis yang diperlukan dalam transisi menuju dunia kerja. Hal ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa intervensi berbasis sekolah dapat meningkatkan resiliensi, efikasi diri, dan kemampuan adaptif remaja dalam menghadapi tuntutan perkembangan serta tantangan lingkungan (Listosella *et al.*, 2023; Ismuniar & Septiani, 2023). Peningkatan skor yang cukup konsisten di seluruh kelompok peserta menegaskan efektivitas metode penyampaian yang interaktif, yang tidak hanya mengandalkan ceramah, tetapi juga melibatkan aktivitas reflektif dan praktik langsung.

Komponen psikoedukasi yang menekankan ketangguhan psikologis tampaknya memberikan kontribusi penting dalam hasil ini. Resiliensi, sebagaimana ditekankan oleh Bimrose & Hearne (2012), merupakan modal psikologis yang memungkinkan individu tetap mampu mengambil keputusan adaptif meskipun menghadapi ketidakpastian dan tekanan. Dengan pemahaman yang lebih mendalam mengenai cara mengelola emosi, menghadapi hambatan, dan mempertahankan motivasi, siswa lebih mampu melihat tantangan karier bukan sebagai ancaman, tetapi sebagai peluang untuk tumbuh. Hal ini sangat relevan dalam konteks lulusan SMK yang kerap menghadapi situasi tidak pasti terkait dunia kerja.

Demikian pula, bagian materi yang berkaitan dengan orientasi masa depan dan personal branding juga tampaknya memainkan peran kunci dalam meningkatkan kesiapan psikologis siswa.

Penyusunan profil personal branding tidak hanya berfungsi sebagai latihan teknis, tetapi juga sebagai proses internalisasi identitas dan tujuan masa depan, yang merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja (Tou, 2024). Proses ini diperkaya dengan latihan ide usaha yang mendorong siswa untuk menghubungkan kekuatan personal dengan peluang ekonomi, sehingga melatih pemikiran kreatif dan kemampuan adaptasi karier yang penting dalam era disrupsi.

Materi literasi risiko terhadap penipuan kerja yang diberikan selama psikoedukasi juga terbukti relevan dan dipahami dengan baik oleh peserta. Tingginya apresiasi siswa terhadap studi kasus penipuan kerja mengindikasikan bahwa aspek ini merupakan kebutuhan nyata yang selama ini belum terlayani secara sistematis di sekolah. Hal ini selaras dengan temuan Iman (2015) dan Sastra (2025) tentang tingginya kerentanan lulusan muda terhadap praktik penipuan rekrutmen. Dengan memahami pola-pola penipuan dan strategi pencegahannya, siswa memiliki bekal penting untuk melakukan keputusan karier yang aman.

Menjadi wadah musyawarah untuk mengembangkan sekolah

Dapat memahami karakter siswa sesuai dengan kemajuan teknologi

Ilmu untuk belakal dimasa yg akan datang

Memperluas wawasan dalam pengembangan potensi sekolah

Diskusi pembuatan program bersama untuk masa depan

Guru diberikan kesempatan untuk mengeksplorasi potensi sekolah

Kegiatan ini sangat bermanfaat untuk sekolah dalam merumuskan program-program apa saja yg dibutuhkan sekolah dalam upaya pengembangan secara menyeluruh

Menyadari bahwa yg penting dalm sebuah program adalah keberlanjutan dari program itu sendiri.

Penyusunan program penting berkelanjutan untuk sekolah

Hasil kolaborasi kita dalam menentukan masalah dan mencari solusinya

Adanya program yang akan dibuat dengan bantuan dari Universitas Airlangga

memunculkan ide" baru dalam pengembangan peserta didik kami

Membantu merumuskan strategi pengembangan sekolah

Gambar 5. Tangkap Layar Refleksi Guru Tentang Kemanfaatan FGD

Hasil FGD guru yang menghasilkan RTL juga memberikan gambaran bahwa program ini memberikan dampak tidak hanya pada tingkat individual siswa, tetapi juga pada tingkat sistem sekolah. Keterlibatan guru dalam merancang keberlanjutan program mencerminkan karakteristik pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) yang menekankan keterlibatan aktif komunitas dalam proses refleksi dan pengambilan tindakan. Dengan demikian, keberlanjutan program tidak hanya mengandalkan tim pengabdian, tetapi terintegrasi dalam struktur pembinaan sekolah.

Secara keseluruhan, temuan kegiatan ini memperkuat argumen bahwa psikoedukasi yang komprehensif dan kontekstual dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan ketangguhan psikologis dan kesiapan kerja siswa SMK. Program semacam ini penting dilakukan secara berkelanjutan dan terintegrasi dalam layanan sekolah untuk membantu siswa memasuki dunia kerja dengan keyakinan, kemampuan adaptif yang memadai, serta kewaspadaan terhadap risiko-risiko yang mungkin mereka hadapi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan psikoedukasi yang dilaksanakan di SMK Negeri 1 Ampelgading menunjukkan bahwa penguatan ketangguhan psikologis, *personal branding*, literasi risiko kerja, serta kreativitas dalam merancang peluang usaha dapat meningkatkan kesiapan kerja siswa secara bermakna. Peningkatan skor rata-rata *pre-test* dan *post-test* mencerminkan adanya peningkatan pemahaman konseptual dan keterampilan reflektif siswa terkait transisi menuju dunia kerja. Rata-rata skor kepuasan peserta juga menunjukkan bahwa materi yang diberikan dianggap relevan, aplikatif, dan disampaikan dengan cara yang menarik serta mudah dipahami. Selain itu, hasil kegiatan berupa profil *personal branding* dan ide usaha sederhana menunjukkan kemampuan siswa untuk mengintegrasikan kekuatan diri, minat, dan orientasi masa depan ke dalam rencana pengembangan karier.

Kegiatan *Focus Group Discussion* dengan guru menghasilkan dokumen Rencana Tindak Lanjut (RTL) sebagai wujud komitmen sekolah untuk meneruskan program secara berkelanjutan. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi tidak hanya berdampak pada siswa secara individual, tetapi juga mendorong perubahan di tingkat sistem sekolah melalui penguatan peran guru dalam pembinaan kesiapan kerja. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berhasil mencapai tujuan jangka pendek berupa peningkatan pemahaman siswa, tetapi juga memberikan fondasi bagi upaya pengembangan kapasitas sekolah dalam mendukung transisi karier siswa SMK.

Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan pentingnya psikoedukasi berbasis sekolah sebagai strategi sistematis untuk meningkatkan ketangguhan psikologis dan kesiapan kerja dalam menghadapi dinamika pasar kerja modern. Intervensi semacam ini memiliki potensi besar untuk direplikasi di sekolah vokasional lainnya sebagai bagian dari upaya memperkuat kualitas lulusan SMK dalam menghadapi tantangan dunia kerja.

Berdasarkan hasil kegiatan dan proses refleksi bersama guru, beberapa rekomendasi penting dapat diajukan untuk pengembangan program ke depan. Pertama, sekolah perlu mengintegrasikan keempat materi psikoedukasi ke dalam layanan bimbingan konseling atau kurikulum pengembangan diri secara berkelanjutan. Integrasi ini penting agar kompetensi psikologis siswa dapat berkembang secara bertahap dan tidak bergantung pada kegiatan satu kali.

Kedua, pendampingan penyusunan *personal branding* dan pengembangan ide usaha sederhana perlu dilanjutkan oleh guru melalui kegiatan rutin di kelas ataupun program ekstrakurikuler. Pendekatan ini akan membantu siswa membangun identitas profesional dan orientasi masa depan yang lebih jelas, serta menumbuhkan kreativitas dan kemampuan adaptif yang dibutuhkan dalam menghadapi perubahan dunia kerja.

Ketiga, sekolah perlu memperkuat literasi risiko terkait penipuan lowongan kerja dan praktik rekrutmen yang merugikan melalui kegiatan-kegiatan edukasi periodik. Materi ini terbukti sangat relevan dan mendapat perhatian tinggi dari siswa, sehingga perlu menjadi bagian dari sistem pembinaan sekolah dalam menjaga keamanan psikososial siswa.

Keempat, kemitraan antara sekolah dengan perguruan tinggi atau lembaga profesional psikologi perlu terus dikembangkan untuk memastikan keberlanjutan program pembinaan psikologis dan karier. Kolaborasi semacam ini dapat menyediakan dukungan ilmiah, pelatihan guru, serta pembaruan materi sesuai dengan perkembangan kebutuhan dunia kerja.

Rekomendasi terakhir adalah perlunya penelitian lanjutan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang program terhadap perilaku pencarian kerja, kesiapan karier, dan pengalaman transisi kerja siswa setelah kelulusan. Pengembangan instrumen evaluasi jangka panjang dan penelitian berbasis longitudinal akan memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai efektivitas psikoedukasi dalam mendukung perkembangan remaja vokasional di Indonesia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 1 Ampelgading Kabupaten Malang, yang telah menjadi mitra dalam Program Pengabdian Masyarakat. Terima kasih kepada siswa kelas XI yang telah menjadi peserta psikoedukasi, serta para guru SMKN 1 Ampelgading yang

berpartisipasi dalam Focus Group Discussion. Terima kasih untuk Universitas Airlangga yang telah mendanai program ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifa, F. N. (2024). Pengangguran Lulusan Sekolah Menengah Kejuruan. https://berkas.dpr.go.id/pusaka/files/isu_sepekan/Isu%20Sepekan---I-PUSLIT-November-2024-1953.pdf
- Aunillah, F., & Adiyanti, M. G. (2015). Program Pengembangan Keterampilan Resiliensi untuk Meningkatkan Self-esteem pada Remaja. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology*, 1(1), 48-63. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.7360>
- Azpiazu, L., Ramos-Diaz, E., Axpe, I., & Revuelta, L. (2025). Social Support, Self-Concept and Resilience as Protectors Against School Maladjustment During Adolescence. *School Mental Health*, 17, 435-448. <https://doi.org/10.1007/s12310-024-09736-9>
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Provinsi Jawa Timur dalam angka 2024*. Surabaya: Badan Pusat Statistik.
- Baum, E., MacDougall, C., & Smith, D. (2006). Participatory Action Research. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 60(10), 854-57. <https://doi.org/10.1136/jech.2004.028662>
- Bennett, M. (2020). A Review of the Literature on the Benefits and Drawbacks of Participatory Action Research. *First Peoples Child & Family Review*, 14(1), 109-22. <https://doi.org/10.7202/1071290ar>
- Bimrose, J., & Hearne, L. (2012). Resilience and Career Adaptability: Qualitative Studies of Adult Career Counseling. *Journal of Vocational Behavior*, 81(3), 338-344. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.08.002>
- Boyd, D. & Bee, H. (2021). *Lifespan Development* (8th ed). Boston: Pearson Education, Inc.
- Cai, C., Mei, Z., Wang, Z., & Luo, S. (2025). School-based Interventions for Resilience in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Frontiers in Psychiatry*, 16(1594658). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1594658>
- Cao, F., Li, J., Xin, W., & Cai, N. (2024). Impact of Social Support on the Resilience of Youth: Mediating Effects of Coping Styles. *Frontiers of Public Health*, 12(1331813). 10.3389/fpubh.2024.1331813
- Crain, W. (2024). *Theories of Development Concept and Application* (7th ed). London: Pearson.
- Eriksen, E. V., & Bru, E. (2022). Investigating the Links of Social-Emotional Competencies: Emotional Well-Being and Academic Engagement Among Adolescents. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 67(3), 391-405. <https://doi.org/10.1080/00313831.2021.2021441>
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*. Jakarta: Prenadamedia Grup (Divisi Kencana).
- Hidayat, B., & Arief, Y. (2025). Integrasi Psychological First Aid dalam Pendidikan Indonesia untuk Kesehatan Mental Siswa sebagai Remaja. *Journal of Islamic Psychology and Behavioral Sciences*, 3(3), 134-148. <http://jurnal.dokicti.org/index.php/JIPBS/index>
- Hidayat, R., & Patras, Y. E. (2024). Teacher Innovativeness: The Effect of Self-Efficacy, Transformational Leadership, and School Climate. *Journal of Pedagogical Research*, 8(1), 208-222. <https://doi.org/10.33902/JPR.202424547>
- Hulukati, W., Rahim, M., & Lakadjo, M. A. (2025). Development Career Guidance Module Based on Adaptability to Enhance High School Students' Career Readiness. *Jurnal Kependidikan : Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran, dan Pembelajaran*, 11(1), 1-13. <https://doi.org/10.33394/jk.v11i1.14129>
- Indirasari, L. D., & Mulyana, O. P. (2024). Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kesiapan Kerja pada Siswa SMK. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(3), 1367-1382. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11n3.p1367-1382>
- Ismuniar, C. & Septiani, M. (2023). Implementation of Psychoeducation as A Strategy to Increase Career Adaptability in Vocational High Schools. *Bisma: The Journal of Counseling*, 7(3), 323-328, <https://doi.org/10.23887/bisma.v7i3.69002>
- KEMENKO PMK. (2021). Tantangan Pemuda Indonesia di Era Digital. <https://www.kemenkopmk.go.id/tantangan-pemuda-indonesia-di-era-digital>



- Llistosella, M., Goni-Fuste, B., Martín-Delgado, L., Miranda-Mendizabal, A., Martínez B. F., Pérez-Ventana, C., & Castellví, P. (2023). Effectiveness of Resilience-Based Interventions in Schools for Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, 14(1211113). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1211113>
- Mahmudah, F. N., & Santosa, B. (2021). Vocational School Alignment Based-on Industry Needs. *JOVES (Journal of Vocational Education Studies)*, 4(1), 2021, 36-45. <https://doi.org/10.12928/joves.v4i1.3611>
- Mediana, C. (2025). Economy Slows, Educated Workers Vulnerable to Unemployment. <https://www.kompas.id/artikel/en-perlambatan-pertumbuhan-ekonomi-pekerja-tamatan-sekolah-menengah-ke-atas-rentan-menganggur>
- Mediana, C. (2025). High School and Vocational School Graduates Dominate National Unemployment Rate. <https://www.kompas.id/artikel/en-tamatan-sma-dan-smk-mendominasi-distribusi-pengangguran>
- Naiman, L. (2023). Surprising Link Between Creativity and Resilience. <https://www.td.org/content/atd-blog/surprising-link-between-creativity-and-resilience>
- Nugraha, D. W. (2024). SMK dan Industry Tak Kunjung Selaras, 1.6 Juta Lulusan Menganggur. <https://www.kompas.id/artikel/jutaan-lulusan-smk-selalu-menganggur-ini-biang-keladi-di-mata-industri>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, T. M., Elie, A. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., McGuinness, L. A., Stewart, L. A., Thomas, J., Tricco, A. C., Welch, V. A., Whiting, P., & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 Statement: An Updated Guideline for Reporting Systematic Reviews. *BMJ Research Methods and Reporting*, 372(71), <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Pancawati, M. B. D. (2025). Youth Unemployment and the Challenges of Strengthening Vocational Education. <https://www.kompas.id/artikel/en-pengangguran-muda-dan-tantangan-penguatan-pendidikan-vokasi>
- Pratiwi, T. I., Supriatna, M., Suherman, U., & Sudrajat, D. (2024). Shaping Future: Exploring Career Adaptability of Indonesian Students. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 14(3), 736-747, <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v14i3.9624>.
- Purnomo, A., Darto, Budiyo, & Hariyati, N. (2024). Mengatasi Pengangguran di Sekolah Menengah Kejuruan Melalui Pemetaan Bakat dan Reformasi Kebijakan. <https://acopen.umsida.ac.id/index.php/acopen/article/view/10414/2447>
- Rahmadani, K. R., Azizah, D. H. N., Budianti, N. R., Ananda, R. P., & Aulia, A. (2024). Psikoedukasi Perencanaan Karir Memasuki Dunia Kerja pada Siswa Tingkat Akhir SMK Muhammadiyah 2 Bantul. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(9), 1664–1671. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i9.7147>
- REFO Indonesia. (2025). Perkuat Generasi Muda Menuju Dunia Kerja Berbasis Keterampilan. <https://www.refoindonesia.com/perkuat-generasi-muda-menuju-dunia-kerja-berbasis-keterampilan/>
- Reynardo, B. D. & Huwae, A. (2024). Resiliensi dan Adaptabilitas Karir pada Fresh Graduate. *Journal Social Library*, 4(3), 680-688. <https://doi.org/10.51849/sl.v4i3.345>
- Santrock, J. W. (2020). *Life-span Development*. (18th ed). New York: Mc Graw –Hill.
- Sari, A., Sugiharto, D. Y. P., & Sunawan. (2025). Cultural Adaptation of the CAAS: Measuring Career Adaptability Among Vocational High School Students. *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 12(1), 161-172. <https://doi.org/10.24042/kons.v12i1.27293>
- Tan, C. S., Ilham, N. Q. B., & Caleon, I. (2023). Future Orientation and Resilience of Academically at-Risk Students in Singapore. In: Hung, D. W. L. (eds) *Moving Beyond Grades to Purposeful Learning. Studies in Singapore Education: Research, Innovation & Practice*, 5. Springer, Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-99-4705-8_4

- Tasijawa, F. A., & Siagian, I. (2022). School-based Interventions to Improve Adolescent Resilience: A Scoping Review. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(F), 33-40. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.8063>
- Tou, S. L. (2024). Orientasi Masa Depan dengan Kesiapan Kerja Siswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 334-344. <https://search.crossref.org/?q=universitas+mulawarman>
- Utami, E. P., Supriatna, M., & Yudha, E. S. (2024). Description of High School Students' Career Adaptability. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 809–817. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.5691>
- Xu, J., & Xu, Y. (2025). The Impact of Self-efficacy on Psychological Resilience in EFL learners: A Serial Mediation Model. *BMC Psychology*, 13(858). <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03236-4>
- Zaman, H. (2019). Lulusan SMK Banyak Menganggur Karena Kualitasnya Tak Layak. <https://www.new-indonesia.org/lulusan-smk-banyak-menganggur-karena-kualitasnya-tak-layak/>