



KONSELING KARIR *LIFE DESIGN* UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN ADVERSITAS DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIR SISWA

Agung Prasetya^{1*}, Rischa Pramudia Trisnani¹, Wiwik Asmaning Lestari²

¹Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Madiun, Jl. Setia Budi No.85, Kanigoro, Kartoharjo, Madiun, Jawa Timur 63118, Indonesia

²SMA Negeri 1 Ponorogo Jl. Budi Utomo No.1, Ronowijayan, Siman, Ponorogo, Jawa Timur 63471, Indonesia

*apprasetyoo@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data empiris dan memastikan keefektifan teknik konseling karir life design terhadap kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karir siswa. Rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan penelitian eksperimen dengan sampel 24 siswa yang dipilih dengan menggunakan teknik penugasan acak. Pengumpulan data menggunakan instrumen Adversity Quotient Profile berdasarkan empat dimensi CO2RE yang diadaptasi melalui prosedur penerjemahan penilaian konseling. Teknik analisis hipotesis menggunakan metode T-Test dan One Way ANOVA dengan probabilitas 95% yang dianalisis menggunakan software SPSS Statistic versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling karir life design mampu meningkatkan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karir siswa. Kesimpulannya konseling karir life design efektif dalam meningkatkan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karir siswa.

Kata Kunci: desain kehidupan; kecerdasan adversitas; keputusan karir; konseling karir

LIFE DESIGN CAREER COUNSELING TO IMPROVE ADVERSITY QUOTIENT IN STUDENT CAREER DECISION MAKING

ABSTRACT

This study aims to obtain empirical data and ensure the effectiveness of life design career counseling techniques on adversity quotient in student career decision making. The research design used was a true experimental research design with a sample of 24 students selected using a random assignment technique. Data collection used the Adversity Quotient Profile instrument based on the four CO2RE dimensions which were adapted through a counseling assessment translation procedure. The hypothesis analysis technique used the T-Test method and One Way ANOVA with a probability of 95% which was analyzed using SPSS Statistics software version 26. The results showed that career life design counseling was able to increase the adversity quotient in student career decision making. In conclusion career life design counseling is effective in increasing the adversity quotient in student career decision making.

Keywords: adversity quotient; career counseling; career decision; life design

PENDAHULUAN

Seiring dengan dinamika perkembangan global, tantangan karier juga semakin beragam misalnya globalisasi, teknologi, migrasi, persaingan internasional, perubahan pasar, tantangan lingkungan, dan politik transnasional (Scott, 2015). Karier merupakan suatu proses yang harus melalui tahapan perencanaan dan seleksi yang cukup panjang. Dalam konteks yang lebih khusus misal pekerjaan, karier merupakan perjalanan pengalaman kerja seseorang (Gibson & Mitchell, 2011). Setiap individu dapat melakukan perencanaan yang tepat, namun terkadang seiring dengan perjalanan hidup seseorang dapat mengubah arah kariernya.

Eksplorasi karier merupakan proses kritis, adaptif, dan seumur hidup, yang melibatkan memperoleh informasi tentang diri dan pekerjaan dari berbagai sumber (seperti orang tua, konselor sekolah, guru, dan berbagai media) serta mencoba berbagai peran dan kegiatan yang bertujuan fokus pada arah karier dan memfasilitasi pengambilan keputusan karier (Porfeli, Lee, & Vondracek, 2013). Pengambilan keputusan karier adalah proses yang kompleks karena kesulitan yang terlibat dalam negosiasi antara beberapa pilihan karier dan banyak pertimbangan pribadi (Gati & Tal, 2008; Sauermann, 2005). Pengambilan keputusan karier yang efektif merupakan salah satu tugas perkembangan yang harus dicapai oleh remaja khususnya siswa pada jenjang Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SMA dan SMK).

Adversity Quotient merupakan ilmu yang berasal dari riset selama 19 tahun yang dilakukan oleh Stoltz (2000) dengan memanfaatkan 3 cabang ilmu pengetahuan: psikologi kognitif, psikoneuromunologi, dan neurofisiologi. *Adversity quotient* memiliki tiga bentuk. Pertama, *adversity quotient* merupakan suatu kerangka konseptual baru yang mampu memahami dan meningkatkan kesuksesan. Kedua, *adversity quotient* merupakan suatu ukuran untuk mengetahui respon seseorang dalam menghadapi kesulitan. Ketiga, *adversity quotient* merupakan serangkaian alat pengukuran yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respon seseorang dalam menghadapi kesulitan (Stoltz, 2000).

Adversity quotient atau kecerdasan adversitas adalah suatu ukuran tentang cara seseorang merespon kesulitan. Kecerdasan adversitas adalah ukuran yang berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk bangkit kembali dari keterpurukan dan mampu mengatasi situasi yang buruk dengan cara yang positif (*resilience*). Menurut Huijuan (2009) kecerdasan adversitas merujuk kepada angka numerik yang mewakili seberapa baik individu menghadapi dan mencoba untuk mengatasi kesulitan menggunakan kapasitasnya untuk bertahan hidup bahkan menaklukkan tantangan. Cara seseorang melakukan reaksi terhadap kesulitan digambarkan sebagai respon adversitas (*adversity response*) dan diukur berdasarkan kecerdasan adversitasnya (Stoltz, 1997). Stoltz (2005) mengungkapkan bahwa *adversity quotient* adalah kemampuan seseorang dalam mengamati kesulitan dan mengolah kesulitan tersebut dengan kecerdasan yang dimiliki, sehingga menjadi sebuah tantangan untuk menyelesaikannya. Hal tersebut dapat digunakan untuk mencapai tujuan, cita-cita, dan harapan.

Adversity atau adversitas melibatkan pemaparan ke keadaan yang tidak menguntungkan atau bencana seperti topan, gempa bumi atau bisa menjadi kesulitan yang dihadapi oleh individu di rumah atau di tempat kerja. Dalam kasus siswa, kesulitan mencakup berbagai kesulitan dalam masyarakat, tekanan teman sebaya, iklim organisasi yang tidak menguntungkan, hubungan sosial yang buruk di rumah, diskriminasi gender, lingkungan keluarga yang berantakan, kesepian, (Nikam dan Uplane, 2013). Semua kelompok umur siswa menghadapi berbagai macam situasi buruk. Tingkat kesulitan mempengaruhi kehidupan pribadi dan profesional pelajar, sehingga memanifestasikan berbagai konsekuensi pada kehidupan mereka. Setelah pendidikan sekolah, pendidikan tinggi adalah fondasi bagi setiap individu untuk berhasil. Siswa dihadapkan dengan berbagai situasi selama pendidikan tinggi yang sangat berbeda dari kehidupan sekolah menengah atas. Menjadi mahasiswa adalah harapan dan masa depan sebagian siswa. Oleh karena itu, ini adalah situasi yang mengkhawatirkan untuk mengatasi masalah siswa dan penting untuk dicatat bahwa siswa berada di bawah berbagai tekanan

dan mereka menghadapi banyak situasi buruk di sekolah, rumah dan dengan kelompok sebaya.

Penelitian Osipow (1999) dan Tinsley (1992) menunjukkan bahwa pengambilan keputusan karier dan keragu-raguan karier adalah sebagian masalah di antara isu-isu sentral dalam perilaku kejuruan yang muncul sudah sejak era revolusi industri 1.0. Guru BK dapat memberikan panduan untuk membantu seseorang dalam mengarahkan proses yang kompleks dalam memilih karier dan mengatasi tantangan terkait karier (Lipshits-Braziler, Gati, & Tatar, 2015) serta dapat memfasilitasi dan membantu seseorang untuk membuat keputusan karier yang lebih baik (Levin & Gati, 2015). Berbagai bentuk model bimbingan dan konseling karier telah diaplikasikan dalam meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan karier antara lain *psychodynamic psychotherapy* (Slonim, et.al, 2015); *narrative counseling* (Del Corso & Briddick, 2015; Del Corso & Rehfuss, 2011; Maree & Gerrits, 2014), *the constructivist resume technique* (Scholl & Cascone, 2010), dan *brief career counseling intervention* (Stauffer, Maggiori, Froidevaux, & Rossier, 2014). Padahal konseling karier *life design* diklaim sebagai paradigma pengembangan karier pada abad ke-21 (Savickas, 2009).

Taylor dan Beukes (2019) menyatakan bahwa intervensi konseling menggunakan *life-design* (desain kehidupan) dapat meningkatkan kemampuan adaptabilitas karier pada pekerja dewasa di era Industri 4.0. Pendapat tersebut menegaskan bahwa intervensi menggunakan konseling karier *life-design* sangat efektif diterapkan pada abad 21 yang semakin tinggi tingkat persaingan dalam memperoleh pekerjaan di bidang manufaktur, teknik dan sektor industri. Konseling karier mencakup juga kegiatan yang berkaitan dengan kurangnya lapangan kerja, masalah kesehatan mental, program pengurangan stres dan pengembangan yang meningkatkan keterampilan kerja, hubungan interpersonal, fleksibilitas, kemampuan beradaptasi, dan program pengembangan lainnya yang mengarah pada individu yang mandiri (Zunker, 2006). Hal tersebut menunjukkan bahwa konseling karier *life design* dapat mengembangkan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier atau *adversity quotient* dalam pengambilan keputusan karir. Intervensi konseling karier juga membantu orang untuk mengembangkan kesadaran diri, kesadaran kerja, belajar keterampilan membuat keputusan karier, keterampilan mencari pekerjaan, mengatasi dan menyesuaikan stres dalam pekerjaan, dan keterampilan pemecahan masalah (Niles & Bowsbey, 2002).

Berdasarkan pendapat Glavin, Haag dan Forbes (2017) konseling karier *life design* dapat digunakan untuk mengembangkan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karir. Paradigma *life design* ini berkembang untuk memenuhi kebutuhan abad 21 yang penuh tantangan dan pertanyaan serta bertujuan untuk mengembangkan kehidupan karier konseli. Konseling karier *life design* merupakan konseling yang menggunakan cerita yang menunjukkan keunikan konseli (Savickas, 2015). Cerita dari konseli mewakili narasi yang mengandung pemikiran, nilai, minat, perasaan, makna, pengalaman, trauma, dan kemenangan. Narasi ini dapat dianalisis untuk pola dan tema yang mendasarinya. Selama transisi dan trauma yang sulit, individu dapat menggunakan cerita mereka untuk mendapatkan dukungan dan bimbingan dari konselor sekolah. Konseling karier *Life Design* membantu individu dengan terlibat dalam dialog yang dirancang untuk membantu konseli menciptakan dan memperkuat cerita dan identitas mereka (Savickas, 2015). Narasi yang terus menerus dan koheren dapat memberikan kondisi yang diperlukan untuk mendukung dan memperluas tingkat resiliensi dan kemampuan beradaptasi individu saat mereka menghadapi trauma kerja dan penyesuaian kejiwaan yang tak terelakkan (Glavin, Haag & Forbes, 2017).

Konseling *life design* didasarkan pada konsep-konsep *identity* (diri), *narratability identity* (cerita) dan *intentionality* (tindakan yang berarti) (Lent, 2012). Dalam konseling karier *life design*, konselor dan konseli didorong untuk membangun kisah-kisah yang memungkinkan konseli untuk secara aktif mengatasi permasalahan yang dialami secara pasif ketika menghidupkan kembali suatu masalah yang spesifik dengan harapan bahwa konseli akan menjadi lebih pintar dalam menyelesaikannya (Savickas, 2011). Narratabilitas berfokus pada membantu konseli dalam membentuk dan menarasikan cerita yang kongruen dalam upaya untuk menciptakan pemahaman yang lebih baik tentang tema kehidupan mereka, kepribadian kejuruan dan sumber daya untuk beradaptasi (Savickas et al., 2009).

Berdasarkan uraian pada pendahuluan dan kesenjangan empiris menggambarkan bahwa kebingungan dan kebimbangan pada siswa dalam pengambilan keputusan karier pada dasarnya disebabkan oleh ketidaksiapan siswa dalam merencanakan karier dan kemampuan untuk mengatasi permasalahan tersebut. Oleh karena itu, pemberian intervensi konseling karier ini bertujuan agar siswa dapat memiliki kekuatan dan kapasitas pengaturan diri untuk meningkatkan kecerdasan adversitas terkait dengan pengambilan keputusan karier. Siswa yang memiliki kemampuan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier diharapkan dapat menentukan keputusan karier yang lebih efektif.

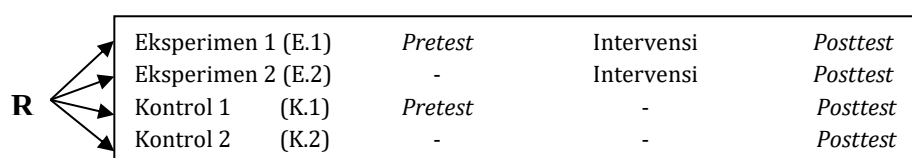
METODE

Penelitian ini menggunakan desain Solomon four group design. Solomon Four Group Design dapat mengatasi masalah generalisasi pada rancangan Pretest-Posttest Control Group Design dengan menambahkan dua kelompok yang tidak diberi pretest. Subjek penelitian berasal dari populasi kelas XI di empat sekolah yang berjumlah 1305 siswa, dari 1305 siswa tersebut kemudian diambil berdasarkan kriteria siswa yang berusia 17 tahun, bersedia menjadi subjek penelitian, memiliki prestasi belajar rendah atau di posisi terendah di kompetensi atau bidang keahliannya (berdasarkan nilai rapor semester sebelumnya), dan yang jarak tempat tinggal ke sekolah antara 5 kilometer sampai dengan 10 kilometer. Dari kriteria tersebut didapatkan 132 siswa dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1.
Populasi Penelitian

Program Studi	Laki-Laki	Perempuan	Total
SMA Negeri 1 Ponorogo	21	18	39
SMK Swasta PGRI 1 Ponorogo	19	16	35
SMK Negeri 1 Slahung	17	8	25
SMK Negeri 1 Mlarak	16	17	33

Dari populasi tersebut dipilih menggunakan teknik random assignment dengan kriteria siswa yang memiliki tingkat kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier sangat rendah sebanyak 24 orang. Dua puluh empat siswa dipilih untuk dibagi menjadi empat kelompok, dan masing-masing 8 orang ditempatkan pada kelompok eksperimen 1 dan 2 yang diberikan intervensi konseling kelompok berupa konseling karier *life design*, serta kelompok kontrol 1 dan 2 yang tidak diberikan intervensi apapun. Berikut gambaran desain penelitian solomon four group design yang digunakan:



Gambar 1. Desain Penelitian

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan Adversity Quotient Profile yang dikembangkan peneliti dengan berdasarkan dimensi CO2RE yaitu dimensi control, origin, ownership, reach, dan endurance (Stoltz, 2000). Berdasarkan rekapitulasi hasil uji adversity quotient profile dalam pengambilan keputusan karier terhadap 150 responden setelah dianalisis menggunakan teknik confirmatory factor analysis (CFA) berbantuan perangkat lunak SPSS Statistics 26 diketahui bahwa item angket yang berjumlah 46 item valid. serta memiliki koefisien alpha sebesar 0,928.

Tahapan yang dilakukan dalam penelitian ini ada empat. Pertama, diberikan pretest untuk mengukur kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier siswa sebelum diberikan intervensi. Kedua, memberikan intervensi kepada kelompok eksperimen 1 dan 2 menggunakan konseling karier life design selama lima kali pertemuan dengan durasi masing-masing pertemuan 45 menit. Ketiga, setelah diberikan intervensi berupa konseling karier life design peneliti memberikan posttest kepada dua kelompok eksperimen dan dua kelompok kontrol, posttest diberikan untuk mengetahui hasil perbedaan antara sebelum dan sesudah intervensi diberikan. Keempat, setelah 2 minggu pemberian posttest, peneliti melakukan follow up pada kelompok eksperimen 1 dan 2 untuk mengetahui konsistensi siswa dalam mempertahankan perubahan dalam kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan kariernya. Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa inventori yang terdiri dari beberapa item pernyataan yang dipergunakan untuk memperoleh data yang berkaitan dengan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier siswa. Inventori dalam penelitian ini merupakan inventori tertutup, sehingga responden memilih jawaban yang sudah tersedia. Jumlah responden sebanyak 150 siswa.

Tabel 2.
Hasil Analisis Uji Validitas *Adversity Quotient Profile*

Indikator	Item Soal	KMO and Bartlett's Test	Nilai Anti-Image Correlation	Rotated Component Matrix ^a	Ket
<i>Control</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	0,742	0,820	0,795	Valid
<i>Origin</i>	15, 16 17		0,844	0,735	Valid
<i>Ownership</i>	18, 19, 20, 21, 22, 23, 24		0,804	0,840	Valid
<i>Reach</i>	25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35		0,752	0,820	Valid
<i>Endurane</i>	36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46		0,890	0,782	Valid

Berdasarkan hasil perhitungan uji validitas terhadap adversity quotient profile menggunakan teknik Kaiser Meyer Olkin (KMO) dapat diketahui bahwa dari 46 item pernyataan dinyatakan semua valid, sehingga semua item digunakan dalam penelitian. Uji reliabilitas instrumen ini diukur dengan menggunakan teknik cronbach alpha dan hasil perhitungan dengan menggunakan program statistik SPSS for windows release 26 dengan $\alpha > 0,8$ (Guilford, 1956). Adapun pengambilan keputusan untuk pengujian reliabilitas yaitu suatu konstruk atau variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai cronbach's alpha $> 0,80$ (Nunnally, 1994), sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tingkat reliabilitas yang memadai. Berdasarkan hasil uji reliabilitas instrumen penelitian dalam penelitian ini diperoleh nilai cronbach alpha setiap variabel, sebagai berikut.

Tabel 3.
Hasil Uji Reliabilitas *Adversity Quotient Profile*

Variabel	Cronbach Alpha	Kriteria Cronbach Alpha	N of Items	Keterangan
Kecerdasan Adversitas dalam Pengambilan Keputusan Karier	0,928	0,80	46	Reliabel

Dalam penelitian ini, untuk menguji hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis T-Test, One Way ANOVA dengan taraf signifikansi 5% yang dianalisis menggunakan software SPSS Statistic versi 26. Sebelum menguji hipotesis terlebih dahulu menganalisis skor pretest dan posttest menggunakan teknik Distribusi-t atau yang sering dikenal dengan distribusi t-student yang dikembangkan oleh William Sealy Gosset (1908, dalam Kusumawati, dkk, 2020). Distribusi-t yaitu distribusi sampling yang memungkinkan peneliti melakukan berbagai pengujian statistik dalam kondisi sampel yang kecil sebagai alternatif jika skor pretest dan posttest tidak bisa dilakukan perhitungan menggunakan distribusi normal. Teknik uji hipotesis dalam penelitian ini dijabarkan dalam tabel berikut:

Tabel 4.
Teknik Uji Hipotesis

Teknik	Jenis Data		Kelompok
	Pretest	Posttest	
<i>Independent Sample T-Test</i>	✓	-	E.1 dan K.2
	-	✓	E.2 dan K.2
	✓	✓	K.1 dan K.2
<i>Paired Sample T-Test</i>	✓	✓	E.1
<i>One Way ANOVA</i>	-	✓	E.1 dan E.2

Ket: E.1 (Eksperimen 1), E.2 (Eksperimen 2), K.1 (Kontrol 1), dan K.2 (Kontrol 2)

HASIL

Penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan meliputi melakukan studi pendahuluan dengan teknik wawancara kepada guru bimbingan dan konseling di sekolah tempat penelitian, menentukan subjek penelitian kemudian membagi kelompok ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, memberikan instrumen pre-test kepada subjek penelitian, melakukan perlakuan berupa teknik konseling karier life design kepada subjek penelitian, memberikan instrumen post-test kepada subjek penelitian, melakukan follow-up sebanyak dua kali, menganalisis data dan terakhir menyusun laporan hasil penelitian. Pelaksanaan konseling karier life design mengacu pada manual pelaksanaan konseling karir life design yang dikembangkan oleh Savickas (2015) yang disebut dengan Career Construction Interview (CCI). CCI merupakan konseling karir berbasis naratif. Melalui konseling naratif, peneliti memperkenalkan siswa dengan metode bercerita melalui dorongan pada siswa untuk terbuka dalam membicarakan permasalahan, lalu menanyakan secara detail mengenai efek permasalahan dalam kehidupannya. CCI merupakan sebuah wawancara yang terdiri dari lima topik yang diangkat. Topik-topik tersebut terdiri dari sosok panutan, majalah, program televisi atau website, majalah favorit, kata-kata favorit, serta ingatan masa kecil. Peneliti memberikan lembar tematik Panduan Pemetaan Tema Desain Kehidupan kepada anggota kelompok (Barclay & Stoltz, 2016), peneliti merekam tanggapan CCI dari wawancara konseli, kemudian meninjau data narasi dan mulai membangun elemen cerita untuk menyajikan cerita kepada konseli, peneliti menggunakan bagian dari pertemuan terakhir untuk menginventarisasi hasil dari CCI, Panduan Pemetaan Tema Desain Kehidupan dan My Career Story Guide (Savickas & Hartung, 2012).

Deskripsi data dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat rata-rata dan standar deviasi kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier pada kelompok eksperimen 1

dengan intervensi konseling karier life design mengalami peningkatan rata-rata dari pretest ($M=94.13$; $SD=9.387$) ke posttest ($M=115.50$; $SD=3.207$) dan follow up ($M=119.43$; $SD=2.812$), pada kelompok eksperimen 2 dengan intervensi konseling karier life design mengalami peningkatan rata-rata posttest ($M=104.13$; $SD=5.793$) dan follow up ($M=109.25$; $SD=5.289$). Hasil data ini menunjukkan bahwa kelompok eksperimen yang diberi intervensi konseling karier life design mengalami peningkatan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol 1 dari pretest ($M=79.50$; $SD=13.628$) ke posttest ($M=89.65$; $SD=12.113$) dan follow up ($M=91.212$; $SD=11.518$) dan pada kelompok kontrol 2 dari posttest ($M=87.13$; $SD=15.185$) dan follow up ($M=84.13$; $SD=14.340$). Untuk lebih lanjut dapat dilihat di Tabel 5 di bawah ini:

Tabel 5.
Deskripsi Data

Kelompok		T1	T2	T3
Eksperimen 1	M	94.13	115.50	119.43
	SD	9.387	3.207	2.812
Eksperimen 2	M	-	104.13	109.25
	SD	-	5.793	5.289
Kontrol 1	M	79.50	89.65	91.212
	SD	13.628	12.113	11.518
Kontrol 2	M	-	87.13	84.13
	SD	-	15.185	14.340

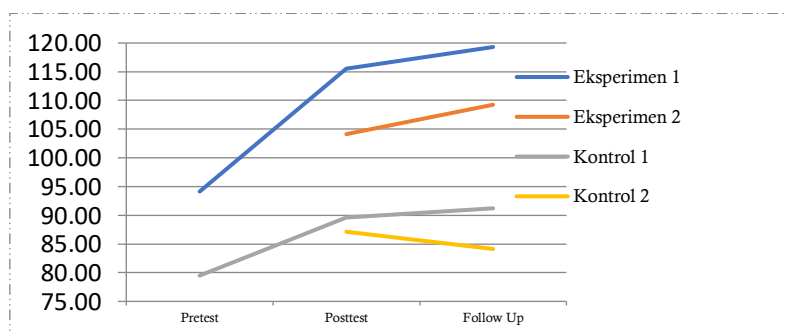
Ket: T1 (Pretest), T2 (Posttest), T3 (Follow Up)

Tabel 6.
Hasil Analisis One Way ANOVA

Data	F	Df	P
Posttest E.1 dan E.2	22.483	2	<0.01

Ket: E.1 (Eksperimen 1) dan E.2 (Eksperimen 2)

Secara umum hasil perbandingan skor posttest antara kelompok eksperimen 1 dan 2 (E.1-E.2) mengalami peningkatan. Hal ini dapat dimaknai bahwa ada peningkatan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier yang terjadi pada setiap fase pengukuran, tingkat peningkatan kelompok pada setiap pengukuran dapat dilihat pada tabel 5. Berdasarkan hasil uji one way anova yang telah dijelaskan, dapat diketahui bahwa kelompok eksperimen 1 dan 2 yang mendapatkan intervensi berupa konseling karier life design mengalami peningkatan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier yang tinggi pada saat posttest dibandingkan dengan kelompok kontrol 1 dan 2 pada pengukuran yang sama, hal tersebut dapat dilihat pada Grafik 1.



Grafik 1. Grafik Kecerdasan Adversitas dalam Pengambilan Keputusan Karier

Berdasarkan data pada Grafik 1, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa melalui konseling karier *life design* efektif untuk meningkatkan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier siswa, terlihat dari peningkatan grafik pada kelompok eksperimen 1 dan 2. Pada kelompok eksperimen 1 dan 2 data pretest ke posttest menunjukkan peningkatan yang signifikan, dan setelah diberi follow up hasil skor yang diperoleh juga meningkat namun tidak begitu signifikan, hal ini menunjukkan bahwa pada setiap kelompok eksperimen mengalami peningkatan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier dari rendah menuju ke tinggi.

PEMBAHASAN

Dari pemaparan hasil, dapat dibuktikan bahwa teknik konseling karier *life design* mampu meningkatkan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier siswa sesuai dengan tujuan utama penelitian ini. Konseling karier *life design* bertujuan untuk meningkatkan (1) kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier dan respon fleksibel konseli terhadap tugas perkembangannya, trauma vokasional, dan transisi pekerjaan; (2) kemampuan naratif untuk membantu individu mengidentifikasi semua bentuk identitas subyektif atau peran kehidupannya; (3) aktifitas untuk membentuk minat, kemampuan karier, dan keyakinan karier; (4) intensionalitas yang akan membentuk makna dari setiap aktivitas dan pengalaman karier individu (Savickas et al, 2009). Hartung & Cadaret (2017) mengungkapkan bahwa konseling karier *life design* yang diklaim sebagai paradigma baru dan intervensi karier di abad ke 21 (Savickas, 2012) menyajikan pendekatan yang kontekstual serta konseling sepanjang hayat, holistik, kontekstual, dan preventif. Konseling karier *life design* adalah intervensi konseling yang mengkonstruksi karier melalui cerita-cerita kecil, merekonstruksi cerita-cerita menjadi gambaran diri, dan ko-konstruksi tujuan cerita karier dalam episode baru (Savickas, 2012).

Penelitian Savickas (2011) membuktikan bahwa *career adaptability* merupakan konstruksi utama untuk memahami perilaku kejuruan dan fokus intervensi yang bisa digunakan untuk meningkatkan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier siswa adalah *life career design*. Sebagai meta-kompetensi untuk konstruksi karier dan desain kehidupan yang efektif, kemampuan beradaptasi karier merupakan kerangka kerja konseptual dan praktis untuk membantu individu mengelola karier mereka dalam perubahan dunia dan ekonomi lokal serta pasar kerja.

Career adaptability sesuai dengan lanskap karier kontemporer sebagai fokus teori dan praktik untuk membantu individu membangun ketahanan; mengubah diri dan keadaan dalam kaitannya dengan konteks karier yang berfluktuasi; dan berhasil menavigasi tugas pengembangan karier, transisi karier, dan trauma berbasis pekerjaan. Kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier siswa yang merupakan bagian dari kemampuan adaptabilitas karier dapat ditingkatkan menggunakan intervensi konseling karier *life design* (Savickas et.al, 2009). Konseling karier *life design* dapat digunakan untuk mengembangkan adaptabilitas karier (Glavin, Haag, Forbes, 2017). Konseling karier *life design* berkembang dari teori *self constructing* (Guichard, 2005) dan *career construction* (Savickas, 2005). Paradigma *life design* ini berkembang untuk memenuhi kebutuhan abad 21 yang penuh tantangan dan pertanyaan serta bertujuan untuk mengembangkan kehidupan kerja konseli. Konseling karier *life design* merupakan konseling yang menggunakan cerita yang menunjukkan keunikan konseli (Savickas, 2015).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka disimpulkan bahwa konseling karier *life design* efektif untuk meningkatkan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier siswa. Hasil

penelitian ini dapat dijadikan dasar bagi guru bimbingan dan konseling agar menggunakan konseling karier *life design* untuk meningkatkan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier siswa. Sedangkan untuk peneliti lain bisa meneliti variabel dalam penelitian ini pada subjek penelitian yang lebih luas, dan mempertimbangkan faktor jenis kelamin pada kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier siswa, karena ditemukan bahwa kemampuan kecerdasan adversitas dalam pengambilan keputusan karier siswa berbeda antara laki-laki dan perempuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Barclay, S. R., & Stoltz, K. B. (2016). The Life-Design Group A Case Study Assessment. *Career Development Quarterly*, 64 (1), 83-96. <https://doi.org/10.1002/cdq.12043>.
- Billiny, A. S. (2019). Efektifitas Konseling Kelompok Teknik Modeling dan Enactive Mastery Experience untuk Meningkatkan Self-Efficacy dalam Pengambilan Keputusan Karir. Tesis. Semarang: Universitas Negeri Semarang. <http://lib.unnes.ac.id/40608/>.
- Creed, P. A., Fallon T., & Hood, M. (2008). The Relationship between Career Adaptability, Person and Situation Variables, and Career Concerns in Young Adults. *Journal of Vocational Behavior*, 74, 219-229. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2008.12.004/>.
- Del Corso, J., Reh fuss, M. C., & Glavin, K. (2011). Striving to Adapt: Addressing Adler's Work Task in The 21st Century. *Journal of Individual Psychology*, 67, 88–106. <https://psycnet.apa.org/record/2011-23320-002>.
- Del Corso, J., & Briddick, H. S. (2015). Using Audience to Foster Self-Narrative Construction and Career Adaptability. In P. J. Hartung, M. L. Savickas, & W. B. Walsh (Eds.). *APA Handbook of Career Intervention: Applications* (Vol. 2, pp. 255–268). Washington, DC: American Psychological Association. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/14439-019>.
- Duffy, R. D., Blustein, D. L., Diemer, M. A., & Autin, K. L. (2016). The Psychology of Working Theory. *Journal of Counseling Psychology*, 63(2), 127–148. <https://www.doi.org/10.1037/cou0000140>.
- Gati, I., & Tal, S. (2008). Decision-Making Models and Career Guidance. In J. Athanasou & R. Van Esbroeck (Eds.), *International Handbook of Career Guidance*. Berlin: Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4020-6230-8_8.
- Gibson, R. L. & Mitchell, M. H. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Glavin, K., Haag, R. A., & Forbes, L. K. (2017). Fostering Career Adaptability and Resilience and Promoting Employability Using Life Design Counseling. In K. Maree (ed). *Psychology of Career Adaptability, Employability and Resilience*, 5 (2): 111-124. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-66954-02>.
- Guichard, J. (2015). Life Long Self-Construction. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 5, 111-124. <https://doi.org/10.1007/s10775-005-8789-y>.
- Hartung, P.J., & Cadaret, M. C. (2017). Career Adaptability: Changing Self and Situation for Satisfaction and Success. In K. Maree (ed). *Psychology of Career Adaptability, Employability and Resilience*, DOI https://doi.org/10.1007/978-3-319-66954-0_2.
- Koen, J., Klehe, U. C., & Van Vianen, A. E. (2013). Training Career Adaptability to Facilitate a Successful School-to-Work Transition. *Journal of Vocational Behavior*, 81(3), 395-408.

<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.10.003>.

- Kusumawati, A. M., Nugroho, D. B., & Sasongko, L. R. (2020). Volatilitas Kurs dan Saham Mengikuti Model EGARCH(1,1) Berdistribusi Versi Skew Normal dan Student-t. *Jurnal Ekonomi Kuantitatif Terapan*, 13 (2), 259-272. <https://doi.org/10.24843/JEKT.2020.v13.i02.p04>.
- Lent, R. W. (2012). Work and Relationship: Is Vocational Psychology on the Eve of Construction?. *The Counselling Psychologist*, 40, 269–278.
- Lent, R. W., & Brown, S. D. (2012). *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work*, (ed. 2). Hoboken, New Jersey: John Willey & Sons. <https://www.hzu.edu.in/uploads/2020/9/Career%20Development%20and%20Counseling%20Putting%20Theory%20and%20Research%20to%20Work.pdf>.
- Levin, N., & Gati, I. (2015). Facilitating the Transition from School to Work with A Career Decision-Making Approach: Process-Related Assessments and the PIC Model. *Career Planning and Adult Development Journal*, 30, 127–143. <https://www.questia.com/read/1P3-4269275281/facilitating-the-transition-from-school-to-work-with>
- Lipshits-Braziler, Y., Gati, I., & Tatar, M. (2015). Strategies for Coping with Career Indecision: Concurrent and Predictive Validity. *Journal of Vocational Behavior*, 91, 170–179. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.10.004>
- Maree, J. G., & Gerryts, E. (2014). Narrative Counseling with a Young Engineer. *Journal of Psychology in Africa*, 24 (5), 457-463. <https://doi.org/10.1080/14330237.2014.997020>
- Niles, S. G., & Bowlsbey, J. H. (2002). *Career Development Interventions in The 21st Century*. New Jersey: Merrill Prentice Hall.
- Nunnally, B. I. H. (1994). *Psychometric Theory*, Edisi ke 3. New York : McGraw Hill.
- Osipow, S. H. (1999). “Assessing Career Indecision”. *Journal of Vocational Behavior*, 22, 147-154. Diperoleh dari <https://doi.org/10.1006/jvbe.1999.1704>
- Porfeli, E. J., Lee, B., & Vondracek, F. W. (2013). Identity Development and Careers in Adolescents and Emerging Adults. In W. B. Walsh, M. L. Savickas, & P. Hartung (Eds.), *Handbook of Vocational Psychology* (pp. 133–154). New York: Routledge Press. <https://doi.org/10.4324/9780203143209>
- Sauermann, H. (2005). Vocational Choice: A Decision Making Perspective. *Journal of Vocational Behavior*, 66 (2), 273–303. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2004.10.001>
- Savickas, M. L. (2005). The Theory and Practice of Career Construction. In S.D. Brown & R.W. Lent (Eds). *Career Development and Counselling: Putting Theory and Research to Work*. Hoboken, NJ: Wiley. <http://www.lontar.ui.ac.id/detail?id=20450752&lokasi=lokal>
- _____. (2009). *Life-Design International Research Group: Career Adaptability Project*. Rootstown, OH: NEOMED.

- _____. (2011). New Questions for Vocational Psychology: Premises, Paradigms and Perspectives. *Journal of Career Assessment*, 19, 251–258. <https://doi.org/10.1177%2F1069072710395532>
- _____. (2012). Life Design: A Paradigm for Career Intervention in the 21st Century. *Journal of Counseling & Development*, 90 (1), 13-19. <https://doi.org/10.1111/j.1556-6676.2012.00002.x>
- _____. (2015). *Life-Design Counseling Manual*. Rootstown, OH: Author.
- Savickas, M. L., & Hartung, P. (2012). *My Career Story: An Autobiographical Workbook For Life Career Success*. NY: Routledge.
- Savickas, M. L., Nota, L., Rossier, J., Dauwalder, J.-P., Duarte, M. E., Guichard, J., Soresi, S., Van Esbroeck, R. & van Vianen, A. E. M. (2009). Life Designing: A Paradigm for Career Construction In The 21st Century, *Journal of Vocational Behavior*, 75 (3), 239-250. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.04.004>
- 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. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.01.011>
- Scholl, M. B., & Cascone, J. (2010). The Constructivist Resume: Promoting the Career Adaptability of Graduate Students in Counselling Programs. *The Career Development Quarterly*, 59, 180–191. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2010.tb00061.x>
- Scott, C. L. (2015). *The Future of Learning 2: What Kind of Learning For the 21st Century. Education Research and Foresight: Working Papers*. <http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002429/242996.pdf>
- Slonim, D.A, Reshef, M, & Berman, E. Peri, T. Shulman, S. (2015). Changes in Romantic Competence and Career Adaptability Among Emerging Adults in Psychotherapy. *Emerging Adulthood* 1-11. <https://doi.org/10.1177/2167696815620964>
- Stauffer, S.D., Maggiori, C., Froidevaux, A., & Rossier, J. (2014). Adaptability In Action: Using Personality, Aptitude, And Interest Data to Help Clients Increase Their Social, Emotional, And Cognitive Career Meta-Capacities. In Coetzee, M. (Ed). *Psychosocial Career Meta-Capacities*, 55-73. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-00645-14>
- Taylor, N. & Beukes C. (2019). A Life Design-Related Career Development Intervention for Working Adults In the Manufacturing, Engineering and Related Sectors. *African Journal of Career Development*, 1 (1). <https://doi.org/10.4102/ajcd.v1i1.2>
- Tinsley, H. E. A. (1992). “Career Decision Making and Career Indecision”. *Journal of Vocational Behavior*, 41, 209–211. Diperoleh dari https://www.academia.edu/21479901/Career_decision_making_and_career_indecision
- 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. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jvb.2013.11.004>

Zunker, V. (2006). *Career Counseling. A Hollistic Approach*. Belmont: Thomson Brooks/Cole.