

Pengaruh Self-Resiliensi terhadap Kesiapan Kerja Mahasiswa Tingkat Akhir

Nur Khumaidatuz Zahroh¹

¹Institute Agama Islam Daruttaqwa, Gresik, Indonesia, khumaidatuzzahroh@insida.ac.id

Difa Nur Aziza^{2*}

²UIN Malang, Malang, Indonesia, difaaziza10@gmail.com

Muhammad Akhyar Asperi³

³UIN Malang, Malang, Indonesia, 210401110058@student.uin-malang.ac.id

Abd. Hamid Cholili⁴

⁴UIN Malang, Malang, Indonesia, Hamidcholili@uin-malang.ac.id

Muhammad Izzul Islam An Najmi⁵

⁵UIN Malang, Malang, Indonesia, Izzulamik@gmail.com

*E-mail: difaaziza10@gmail.com

Abstract

The transition from education to work is often a major challenge for final-year students, marked by anxiety and uncertainty. Work readiness, which includes hard skills and soft skills, is a key factor for success in facing the professional world. This study aims to examine the effect of self-resilience on the work readiness of final-year students. The method used is a quantitative approach involving 78 final-year students. The Self-resilience instrument is measured using the Connor- Davidson Resilience Scale (CD-RISC 10), while work readiness is measured using the Student Work Readiness Scale (SWRS). Data analysis was carried out using simple linear regression analysis to determine the effect of self-resilience on work readiness. The results showed that self-resilience contributed significantly to work readiness ($p = 0.010$). Students with high levels of self-resilience are more prepared to face the challenges of the world of work. This finding emphasizes the importance of developing self-resilience in preparing students to face the transition to the professional world.

Keywords: Self-Resiliency, Work Readiness, Final Year Students

Abstrak

Transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja sering kali menjadi tantangan besar bagi mahasiswa tingkat akhir, ditandai dengan kecemasan dan ketidakpastian. Kesiapan kerja, yang mencakup hard skills dan soft skills, menjadi faktor kunci keberhasilan dalam menghadapi dunia profesional. Penelitian ini bertujuan mengkaji pengaruh self-resilience terhadap kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan melibatkan 78 mahasiswa tingkat akhir, instrument Self-resilience diukur menggunakan Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC 10), sementara kesiapan kerja diukur dengan Student Work Readiness Scale (SWRS). Analisis data dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk menentukan pengaruh self-resiliensi terhadap kesiapan kerja. Hasil penelitian menunjukkan self-resilience memberikan kontribusi signifikan terhadap kesiapan kerja ($p = 0,010$). Mahasiswa dengan tingkat self-resilience tinggi lebih siap menghadapi tantangan dunia kerja. Temuan ini menegaskan pentingnya pengembangan self-resilience dalam mempersiapkan mahasiswa menghadapi transisi ke dunia profesional.

Kata kunci: Self-Resiliensi, Kesiapan Kerja, Mahasiswa Tingkat Akhir

1. INTRODUCTION

Transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja merupakan fase krusial yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir. Mereka tidak lagi berada dalam lingkungan akademis yang relatif terstruktur dan terlindungi, melainkan harus siap memasuki dunia profesional yang penuh dengan tantangan dan ketidakpastian. Diperlukan suatu proses adaptasi yang signifikan agar mahasiswa dapat berhasil menavigasi perubahan ini dan mencapai kesuksesan dalam karir mereka. Sayangnya, persiapan yang matang seringkali terabaikan, meninggalkan mahasiswa dengan perasaan cemas dan tidak siap dalam menghadapi persaingan di dunia kerja. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Clarke, 2010) yang menemukan bahwa banyak lulusan perguruan tinggi mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan kerja dan tuntutan pekerjaan.

Salah satu faktor kunci yang menentukan keberhasilan transisi ini adalah kesiapan kerja. Kesiapan kerja mengacu pada sejauh mana individu memiliki kompetensi, keterampilan, dan sikap yang dibutuhkan untuk memasuki dunia kerja dan berkontribusi secara efektif dalam lingkungan profesional. Kesiapan kerja tidak hanya mencakup aspek teknis atau *hard skills* yang berkaitan dengan bidang ilmu yang dipelajari, tetapi juga mencakup *soft skills* seperti komunikasi, kerjasama, *problem solving*, dan kemampuan beradaptasi. *Hard skills* memang penting sebagai fondasi pengetahuan, namun *soft skills* yang akan membedakan individu dan membantu mereka berkembang di lingkungan kerja yang dinamis. Seperti yang diungkapkan oleh (Heckman & Kautz, 2012), *soft skills* seperti ketekunan, kemampuan beradaptasi, dan keterampilan sosial semakin penting dalam menentukan keberhasilan karir di era modern.

Di antara berbagai *soft skills* yang penting, *self-resilience* menjadi salah satu yang paling krusial. *Self-resilience* merujuk pada kemampuan individu untuk bangkit kembali dari kesulitan, menghadapi tantangan, dan beradaptasi dengan situasi yang berubah (Connor & Davidson, 2003) dalam (Cholili, A. H., & Karimah, 2025). Individu yang resilien mampu mengatasi stres, mengelola emosi negatif, dan mempertahankan motivasi meskipun menghadapi hambatan dan kegagalan. Mereka memiliki keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk mengatasi kesulitan dan mencapai tujuan. *Self-resilience* dapat diibaratkan sebagai perisai yang melindungi individu dari tekanan dan membantu mereka tetap tegar dalam menghadapi rintangan. Atau, dengan kata lain, *self-resilience* adalah kemampuan untuk "berlayar mengikuti arus" dan menyesuaikan diri dengan dinamika kehidupan (Cholily, 2014).

Penelitian lain telah menunjukkan bahwa *self-resilience* berkontribusi positif terhadap kesiapan kerja. Individu dengan tingkat *self-resilience* yang tinggi cenderung memiliki keyakinan diri, motivasi, dan kemampuan adaptasi yang lebih baik, sehingga lebih siap menghadapi tantangan dan tuntutan dunia kerja (Luthans et al., 2007). Mereka mampu melihat tantangan sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, bukan sebagai ancaman yang harus dihindari. *Self-resilience* juga membantu individu untuk tetap tenang dan fokus dalam situasi yang penuh tekanan, sehingga mereka dapat mengambil keputusan yang tepat dan efektif.

Dengan kata lain, *self-resilience* merupakan modal berharga yang membekali individu untuk sukses di dunia kerja. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Jackson et al., 2014) yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *self-resilience* yang tinggi memiliki tingkat kecemasan karir yang lebih rendah dan lebih percaya diri dalam mencari pekerjaan.

Mahasiswa tingkat akhir seringkali menghadapi berbagai tekanan dan ketidakpastian selama masa transisi menuju dunia kerja. Tekanan akademik, keuangan, persaingan, dan ekspektasi sosial dapat menjadi sumber stres yang mempengaruhi kesiapan kerja mereka (Clarke, 2010). Tuntutan untuk menyelesaikan skripsi, mencari pekerjaan, dan memenuhi harapan keluarga dapat menimbulkan beban psikologis yang berlebihan. Kondisi ini dapat memicu stres, kecemasan, dan bahkan depresi pada mahasiswa (Kahn & Byosiere, 2016). Dalam situasi ini, *self-resilience* berperan penting dalam membantu mahasiswa mengatasi tekanan, mempertahankan motivasi, dan mengembangkan strategi koping yang efektif. Mahasiswa yang resilien mampu mengatasi rasa cemas dan keraguan, serta tetap fokus pada tujuan karir mereka meskipun menghadapi berbagai hambatan.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian bertujuan untuk melihat lebih dalam mengenai pengaruh self-resiliensi terhadap kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir. Dengan mengetahui dan memahami bagaimana self-resiliensi dapat memengaruhi kesiapan kerja mahasiswa akhir, diharapkan temuan ini dapat bermanfaat secara teoritis maupun praktis.

2. METHODS

Penelitian ini menggunakan desain kausalitas non-eksperimental dengan pendekatan kuantitatif. Desain ini dipilih untuk mengidentifikasi kontribusi self-resiliensi sebagai variabel independen dan kesiapan kerja sebagai variabel dependen pada mahasiswa akhir. Subjek penelitian berjumlah 78 orang mahasiswa akhir yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Kriteria inklusi subjek adalah mahasiswa yang sedang berada di semester akhir dan sedang mempersiapkan diri untuk kerja. Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui Google Formulir untuk memudahkan akses partisipan.

Instrumen penelitian yang digunakan terdiri atas dua skala, yaitu Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC 10) yang dikembangkan oleh (Connor & Davidson, 2003), Instrumen ini terdiri dari 10 item dengan tingkat reliabilitasnya Cronbach's Alpha lebih dari 0.80. Sementara itu, SWRS dikembangkan oleh (Caballero et al., 2011) untuk mengukur kesiapan kerja melalui empat aspek, yaitu kompetensi personal, interpersonal, sosial, dan profesional. Instrumen ini terdiri dari 21 item, dengan tingkat reliabilitasnya Cronbach's Alpha lebih dari 0.85.

Teknik analisis data yang digunakan melibatkan uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi dilakukan dengan uji linearitas untuk memeriksa hubungan linear antara variabel independen dan dependen, serta uji normalitas untuk memastikan bahwa data mengikuti distribusi normal. Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana

untuk menentukan pengaruh self-resiliensi terhadap kesiapan kerja.

3. RESULTS

Uji Normalitas

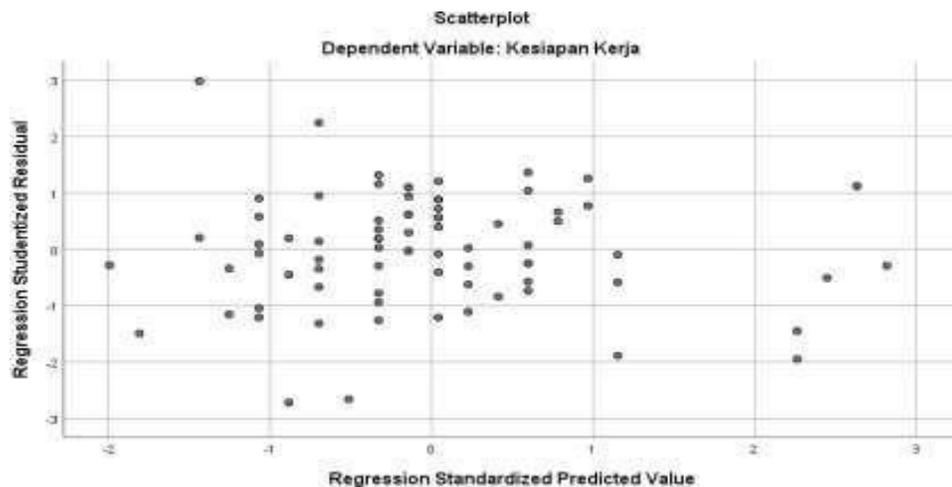
Table 1. Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		78
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.20198271
Most Extreme Differences	Absolute	.061
	Positive	.061
	Negative	-.058
Test Statistic		.061
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Uji Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk menguji apakah data residual terdistribusi normal. Berdasarkan tabel 1 di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,200 yang artinya data residul terdistribusi secara normal karena lebih besar dari alpha 0,05.

Uji Heteroskedastisitas

Table 2. Hasil Uji Heteroskedastisitas



Berdasarkan gambar di atas, terlihat bahwa plot tidak berkumpul pada satu titik melainkan menyebar di antara sumbu x dan sumbu y. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini tidak memiliki masalah heteroskedastisitas.

Uji Linearitas

Table 3. Hasil Uji Linearitas

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesiapan Kerja *	Between	(Combined)	1667.039	20	83.352	3.037	.001
Self-Resiliensi	Groups	Linearity	269.406	1	269.406	9.818	.003
		Deviation from Linearity	1397.633	19	73.560	2.681	.002
	Within Groups		1564.140	57	27.441		
	Total		3231.179	77			

Tabel di atas menunjukkan apakah hubungan antara variabel self-resiliensi dan kesiapan kerja bersifat linear. Berdasarkan data pada tabel 2, menunjukkan nilai signifikansi untuk komponen linearity sebesar 0,003. Nilai ini lebih kecil dari alpha (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara self-resiliensi dan kesiapan kerja. Sementara itu, nilai signifikansi untuk deviation from linearity sebesar 0,002, yang menunjukkan adanya penyimpangan dari linearitas. Namun, fokus utama dari uji linearitas ini adalah memastikan hubungan utama secara linear, sehingga nilai signifikansi linearity yang memenuhi syarat adalah poin penentu bahwa hubungan variabel dapat dianalisis lebih lanjut dengan metode regresi linear sederhana.

Uji Analisis Regresi Linear Sederhana

Table 4. Hasil Uji Analisis Regresi Linear Sederhana

		ANOVA ^a				
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	269.406	1	269.406	6.913	.010 ^b
	Residual	2961.773	76	38.971		
	Total	3231.179	77			

a. Dependent Variable: Kesiapan Kerja

b. Predictors: (Constant), Self-Resiliency

Uji regresi linear sederhana dilakukan untuk mengetahui kontribusi *self-resilience* terhadap kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir. Sebelum dilakukan uji regresi, telah dilakukan uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas, linearitas, dan heteroskedastisitas. Hasil analisis

menunjukkan bahwa koefisien regresi *self-resilience* sebesar 0,417 dengan nilai $t = 2.627$ dan $p = 0.010$ ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa *self-resilience* memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir.

4. DISCUSSION

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self-resilience* memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir. Sebelum melakukan analisis utama, penelitian ini terlebih dahulu menguji asumsi klasik, termasuk uji normalitas, heteroskedastisitas, dan linearitas. Hasil uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa data residual terdistribusi secara normal dengan nilai signifikansi sebesar 0,200, yang lebih besar dari alpha 0,05. Uji heteroskedastisitas menunjukkan tidak adanya masalah heteroskedastisitas, ditandai dengan pola sebaran plot yang acak. Sementara itu, uji linearitas menunjukkan hubungan linear antara variabel *self-resilience* dan kesiapan kerja, dengan nilai signifikansi linearity sebesar 0,003, yang memenuhi kriteria analisis lebih lanjut menggunakan regresi linear sederhana.

Hasil uji regresi linear sederhana mengungkapkan bahwa *self-resilience* memiliki kontribusi signifikan terhadap kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir. Koefisien regresi yang diperoleh adalah 0,417, dengan nilai signifikansi $p = 0,010$ ($p < 0,05$), menunjukkan hubungan yang signifikan secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat *self-resilience* yang lebih tinggi cenderung lebih siap menghadapi dunia kerja. *Self-resilience* mendukung kemampuan mahasiswa dalam mengatasi tekanan, beradaptasi dengan tantangan, dan mengelola stres selama masa transisi menuju dunia profesional. Penelitian ini menegaskan pentingnya *self-resilience* sebagai salah satu faktor kunci dalam mendukung kesiapan karir mahasiswa tingkat akhir.

Hasil penelitian ini sejalan dengan sejumlah penelitian sebelumnya yang menunjukkan pentingnya *self-resilience* dalam mendukung kesiapan kerja. Sebagai contoh, (Luthans et al., 2007) menemukan bahwa individu dengan tingkat *self-resilience* yang tinggi memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi tantangan kerja, sehingga mereka lebih siap secara mental dan emosional untuk memenuhi tuntutan profesional. Selain itu, penelitian (Jackson et al., 2014) juga mengungkapkan bahwa mahasiswa dengan *self-resilience* yang tinggi cenderung memiliki kecemasan karir yang lebih rendah dan keyakinan diri yang lebih besar dalam memasuki dunia kerja. Temuan serupa juga dilaporkan oleh (Youssef & Luthans, 2007), yang menunjukkan bahwa *self-resilience* berkontribusi pada peningkatan motivasi, optimisme, dan kemampuan problem-solving, yang merupakan elemen penting dalam kesiapan kerja. Keselarasan ini memperkuat argumen bahwa *self-resilience* tidak hanya membantu individu mengatasi tekanan, tetapi juga membekali mereka dengan keterampilan emosional yang diperlukan untuk sukses dalam transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja.

Dengan meningkatkan *self-resilience*, mahasiswa tingkat akhir dapat meningkatkan kesiapan kerja mereka dan lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan di dunia profesional. Mereka akan lebih mampu mengelola stres, beradaptasi dengan perubahan, dan mencapai

kesuksesan dalam karir mereka. *Self-resilience* bukan hanya membantu mahasiswa bertahan di dunia kerja, tetapi juga membantu mereka berkembang dan mencapai potensi penuh mereka. Hal ini sejalan dengan pandangan (Luthans et al., 2007) yang menyatakan bahwa *resilience* merupakan salah satu komponen penting dari modal psikologis yang mendukung keberhasilan individu dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk karir.

Oleh karena itu, *self-resilience* perlu mendapat perhatian yang serius dalam upaya meningkatkan kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir. Pengembangan *self-resilience* bukan hanya menjadi tanggung jawab perguruan tinggi, tetapi juga merupakan upaya aktif yang harus dilakukan oleh mahasiswa itu sendiri. Dengan membekali diri dengan *self-resilience*, mahasiswa akan memiliki pondasi yang kuat untuk mengarungi dunia kerja dan mencapai kesuksesan karir yang gemilang. Penting bagi mahasiswa untuk menyadari bahwa kesuksesan karir tidak hanya ditentukan oleh kemampuan akademik, tetapi juga oleh kemampuan untuk mengatasi tantangan, beradaptasi dengan perubahan, dan tetap tegar dalam menghadapi kesulitan.

5. CONCLUSION AND SUGGESTIONS

Penelitian ini menegaskan bahwa *self-resilience* memiliki kontribusi signifikan terhadap kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa dengan tingkat *self-resilience* yang tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tantangan, mengelola stres, dan beradaptasi dengan situasi yang dinamis di dunia kerja. *Self-resilience* tidak hanya membantu individu untuk bertahan dalam menghadapi tekanan, tetapi juga mendorong mereka untuk berkembang dan mencapai potensi terbaiknya. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *self-resilience* berperan penting dalam meningkatkan keyakinan diri, motivasi, dan kemampuan adaptasi, yang semuanya merupakan elemen kunci kesiapan kerja. Oleh karena itu, pengembangan *self-resilience* menjadi aspek yang perlu diperhatikan, baik oleh institusi pendidikan dalam mempersiapkan mahasiswa menghadapi dunia kerja, maupun oleh mahasiswa sendiri sebagai upaya proaktif dalam membangun karir yang sukses di masa depan.

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah subjek yang relatif kecil dan pendekatan non-eksperimental yang mungkin tidak mampu sepenuhnya menangkap hubungan kausalitas antar variabel. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar dan desain longitudinal diperlukan untuk memperkuat temuan ini. Meski demikian, hasil penelitian ini tetap memberikan kontribusi penting dalam memahami bagaimana *self-resilience* dapat meningkatkan kesiapan kerja mahasiswa

6. Acknowledgments

"Tidak ada"

REFERENCES

Caballero, C. L., Walker, A., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2011). The Work Readiness Scale (WRS): Developing a measure to assess work readiness in college graduates. *Journal of*

Teaching and Learning for Graduate Employability, 2(2), 41–54.
<https://doi.org/10.21153/jtlge2011vol2no2art552>

- Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) using a college sample. *Journal of Traumatic Stress*, 20(6), 1019–1028. <https://doi.org/10.1002/jts.20271>
- Cholili, A. H., & Karimah, P. M. (2025) Self-Esteem and Social Support on Resilience Female Prisoners.
- Cholily, A. (2014). *Hubungan antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2010-2013 Universitas Islam Negeri Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.
- Clarke, A. (2010). *Transition from higher education to employment: A graduate's perspective*. [Disertasi, University of Leicester].
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
- Heckman, J. J., & Kautz, T. (2012). Hard evidence on soft skills. *Labour Economics*, 19(4), 451-464.
- Jackson, D., Firtko, A. J., & Edenborough, M. (2014). Personal resilience as a predictor of career decision-making self-efficacy and career indecision. *Journal of Career Development*, 41(3), 279-292.
- Kabat-Zinn, J. (2013). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness*. Bantam Books.
- Kahn, J. H., & Byosiere, P. (2016). Mental health of college students and the transition to adulthood. *Emerging Adulthood*, 4(1), 23-35.
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological Capital: Developing the Human Competitive Edge*. Oxford University Press.
- Youssef, C. M., & Luthans, F. (2007). Positive organizational behavior in the workplace: The impact of hope, optimism, and resilience. *Journal of Management*, 33(5), 774–800.
<https://doi.org/10.1177/0149206307305562>