

Gambaran Problem Focused Coping Siswa SMK Setelah Mengikuti Praktik Kerja Lapangan (PKL)

Qorry Augesthy, Nurfarhanah, Frischa Meivilona Yendi, Rezki Hariko

Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: augesthy@gmail.com, nurfarhanah@fip.unp.ac.id

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh berbagai tuntutan yang dihadapi siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) selama mengikuti Praktik Kerja Lapangan (PKL), seperti penyesuaian terhadap lingkungan kerja, beban tugas, aturan kerja, dan tuntutan menyelesaikan pekerjaan secara mandiri. Kondisi tersebut membutuhkan kemampuan coping yang baik, salah satunya problem focused coping. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan problem focused coping siswa SMK setelah mengikuti PKL. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Sampel penelitian berjumlah 122 siswa SMK Negeri 2 Sawahlunto yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen problem focused coping yang telah diadaptasi dengan skala Likert. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan problem focused coping siswa berada pada kategori sangat baik. Berdasarkan aspek, planful problem solving berada pada kategori sangat baik, sedangkan confrontative dan seeking social support berada pada kategori baik. Hasil penelitian menjadi dasar bagi guru BK untuk mempertahankan dan mengembangkan kemampuan problem focused coping siswa melalui layanan BK.

Keywords: *Problem Focused Coping*, Siswa SMK yang telah mengikuti PKL

Abstract

This study was motivated by the various demands faced by Vocational High School (SMK) students during their Field Work Practice (PKL), such as adapting to the work environment, managing workloads and workplace rules, and the requirement to complete tasks independently. These conditions necessitate effective coping skills, specifically problem-focused coping. This study aims to describe the problem-focused coping strategies of SMK students following the completion of their PKL. A quantitative approach with a descriptive research design was employed. The sample consisted of 122 students from SMK Negeri 2 Sawahlunto, selected using simple random sampling. Data were collected using a problem-focused coping instrument adapted into a Likert scale format. The results indicate that, overall, the students' problem-focused coping falls into the "very good" category. Regarding specific aspects, "planful problem

Article History

Received: Agustus 2026

Reviewed: Agustus 2026

Published: Agustus 2026

Plagiarism Checker No 2634

Copyright : Author

Publish by : Krepa



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

solving" was rated as "very good," while "confrontative" coping and "seeking social support" were rated as "good." These findings serve as a basis for guidance and counseling teachers to maintain and further develop students' problem-focused coping skills through counseling services.

Keywords: Problem Focused Coping, SMK students who have completed PKL

Pendahuluan

Pendidikan merupakan bagian penting dalam upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Pendidikan tidak hanya berfungsi sebagai tempat untuk menambah pengetahuan, tetapi juga untuk membentuk keterampilan dan kepribadian siswa. Sesuai dengan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman, berilmu, kreatif, mandiri, dan mampu menghadapi tantangan kehidupan. Pada jenjang pendidikan menengah, terutama pendidikan kejuruan, siswa diarahkan agar memiliki kompetensi yang sesuai dengan bidang keahlian sebagai bekal untuk memasuki dunia kerja (Wakiah & Usman, 2020).

Pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) adalah salah satu sekolah pendidikan formal yang memiliki peran penting dalam mempersiapkan calon tenaga kerja yang berkompeten dan siap memasuki dunia kerja. Oleh karena itu, lulusan SMK diharapkan tidak hanya memiliki pengetahuan dan keterampilan sesuai bidangnya tetapi juga karakter yang sesuai dengan kebutuhan industri dan tuntutan dunia kerja (Soleh dkk, 2023). Praktik Kerja Lapangan (PKL) adalah program sekolah menengah kejuruan yang menggabungkan pendidikan dengan dunia kerja. Program PKL merupakan sebuah implementasi secara sistematis dan sinkron antara sekolah dengan kemampuan keterampilan yang didapatkan dengan bekerja secara langsung untuk memperoleh keahlian khusus. Implementasi PKL diharapkan dapat melahirkan calon tenaga kerja yang profesional seperti mempelajari, menerapkan dan menambah pengalaman secara langsung dalam dunia kerja (Damayanti dkk, 2025).

Melalui PKL, siswa tidak hanya mempelajari ilmu teori di sekolah tetapi juga mendapatkan peluang untuk mengembangkan kompetensi teknis, sikap profesional serta kemampuan beradaptasi dengan budaya kerja di lingkungan dunia kerja (Paramitha dkk, 2024). Siswa tidak hanya dituntut untuk menerapkan keterampilan teknis yang telah dipelajari di sekolah, tetapi juga harus mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan dan aturan yang berlaku di lingkungan kerja. Proses penyesuaian ini sering kali menjadi tantangan tersendiri bagi siswa karena mereka dihadapkan pada suasana kerja yang berbeda dengan lingkungan sekolah. Tanggung jawab pekerjaan, tuntutan disiplin, interaksi dengan atasan maupun rekan kerja, serta tekanan untuk menyelesaikan tugas dengan baik dapat menimbulkan beban psikologis bagi siswa (Prasetyo dkk, 2023). Kondisi tersebut dapat memicu munculnya stres, terutama ketika siswa merasa belum siap atau kesulitan dalam menghadapi situasi yang ada. Stres yang berlebihan dapat mempengaruhi kesehatan serta mengganggu kemampuan individu untuk berfungsi secara normal (Rayle & Chung, 2007).

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati dkk (2022) menyatakan PKL salah satu penyebab siswa SMK stres ringan 33,3 % dan stres sedang 66,7% yang disebabkan oleh adaptasi lingkungan dan tugas baru, perasaan tidak nyaman, bosan dan turunnya semangat saat melaksanakan PKL. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Mustaniroh & Christiana (2026) juga menyatakan siswa SMK yang melaksanakan PKL di luar negeri yaitu di Malaysia mengakibatkan siswa stres dengan beberapa faktor tuntutan pekerjaan yang tinggi, interaksi sosial pembimbing DUDI serta rekan kerja dan faktor sosial budaya terdapat perbedaan bahasa dan faktor internal dari siswa itu sendiri yaitu takut melakukan kesalahan dan takut bertemu

dengan orang baru. Tekanan yang dialami siswa selama PKL tidak hanya berkaitan dengan tuntutan penyelesaian pekerjaan, tetapi juga meliputi proses adaptasi terhadap lingkungan kerja, hubungan interpersonal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa siswa memerlukan kemampuan psikologis selain kompetensi teknis agar mampu menghadapi berbagai permasalahan yang muncul selama mengikuti PKL (Triana & Al Hakim, 2026). Berbagai tekanan tersebut menunjukkan bahwa siswa tidak hanya membutuhkan kesiapan keahlian keterampilan, tetapi juga kemampuan untuk mengelola dan menyelesaikan permasalahan yang dihadapi secara efektif. Salah satu kemampuan psikologis yang berperan dalam kondisi tersebut adalah *problem focused coping*.

Problem focused coping merupakan strategi *coping* yang berorientasi pada penyelesaian sumber masalah melalui upaya seperti mencari informasi, merencanakan penyelesaian masalah, serta memanfaatkan dukungan sosial yang relevan. Kemampuan *problem focused coping* penting dimiliki siswa SMK karena setelah lulus mereka akan memasuki dunia kerja yang memiliki tuntutan lebih kompleks dibandingkan ketika masih mengikuti PKL (Lazarus & Folkman, 1984). Oleh karena itu, penting untuk mengetahui bagaimana gambaran kemampuan *problem focused coping* siswa setelah mengikuti PKL sebagai salah satu indikator kesiapan psikologis dalam menghadapi tuntutan dunia kerja.

Berdasarkan observasi yang dilakukan penulis di SMK N 2 Sawahlunto terhadap siswa kelas XII yang telah mengikuti PKL, ditemukan bahwa masih terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam menghadapi permasalahan selama mengikuti PKL. Beberapa siswa mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan budaya kerja, aturan dan pola komunikasi di lingkungan industri. Siswa merasa kurang yakin terhadap kemampuan *hard skill* yang dimiliki sehingga ragu ketika harus menyelesaikan tugas yang diberikan. Siswa mengaku bingung ketika menerima tugas baru karena belum memahami prosedur atau langkah-langkah penyelesaiannya. Siswa merasa ragu untuk bertanya atau meminta bantuan kepada pembimbing maupun rekan kerja ketika mengalami kesulitan.

Penelitian sebelumnya mengkaji tingkat stres yang dialami siswa selama PKL beserta faktor-faktor penyebabnya, seperti proses adaptasi terhadap lingkungan kerja, tuntutan pekerjaan, serta perbedaan budaya. Namun, penelitian yang secara khusus menggambarkan *problem focused coping* siswa setelah mengikuti PKL masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk memberikan gambaran mengenai *problem focused coping* siswa setelah mengikuti PKL.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian mengenai *problem focused coping* siswa SMK setelah mengikuti PKL menjadi penting untuk dilakukan. Kemampuan *problem focused coping* merupakan bekal psikologis yang diperlukan siswa dalam menghadapi berbagai tuntutan dan permasalahan ketika memasuki dunia kerja setelah lulus. Penelitian mengenai *problem focused coping* diperlukan sebagai dasar untuk mengidentifikasi tingkat kemampuan siswa dalam menghadapi masalah sehingga guru bimbingan dan konseling (BK) dapat memberikan layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa setelah mengikuti PKL. Oleh karena itu, penulis tertarik melakukan penelitian mengenai “Gambaran *Problem Focused Coping* Siswa SMK Setelah Mengikuti Praktik Kerja Lapangan (PKL)”.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan data apa adanya mengenai gambaran *problem focused coping* siswa SMK Setelah Mengikuti Praktik Kerja Lapangan (PKL). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII SMK N 2 Sawahlunto berjumlah 175 orang dan teknik pengambilan sampel adalah *simple random sampling* dan sampel yang akan di ambil berjumlah 122 orang. Pengumpulan data menggunakan instrumen *problem focused coping* yang di adaptasi dalam penelitian Raharjo (2022). Data yang telah di kumpulkan berpedoman pada model skala likert dengan lima alternatif respon.

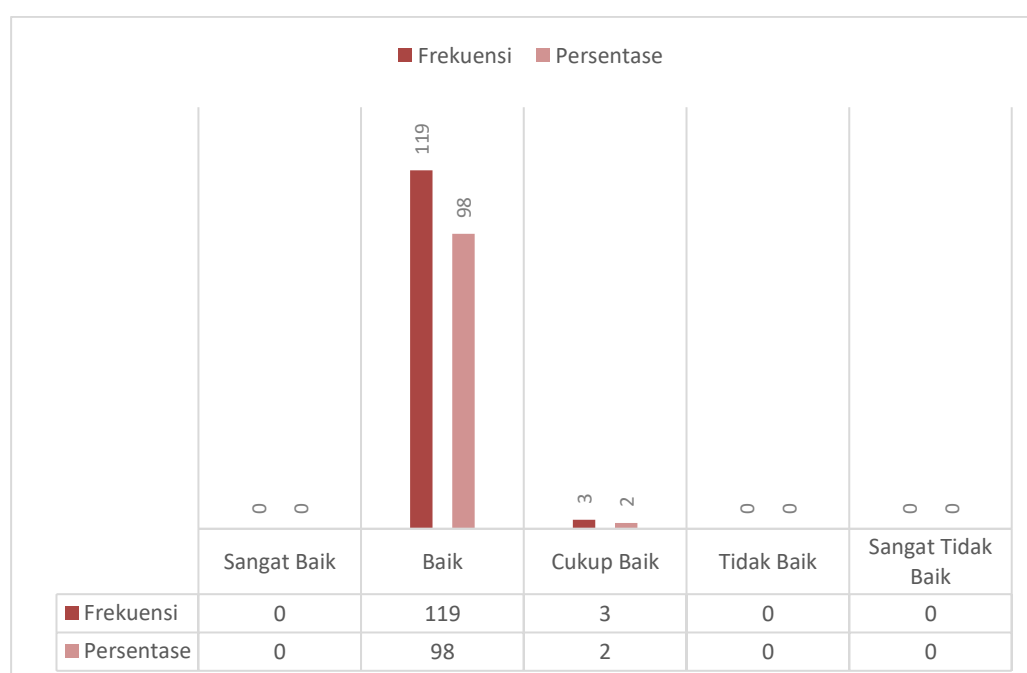
Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah lakukan, terdapat hasil *problem focused coping* siswa SMK setelah mengikuti PKL pada kategori baik. Adapun data lengkap *problem focused coping* siswa SMK setelah mengikuti PKL mengenai hasil secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel 1 berikut. Pada hasil penelitian (tabel 1) dapat disimpulkan bahwa *tingkat problem focused coping* siswa berada dalam kategori baik yang menunjukkan bahwa siswa telah memiliki kemampuan yang baik dalam menerapkan *problem focused coping* setelah mengikuti PKL, mampu mengenali permasalahan yang di hadapi, menyusun langkah penyelesaian, mengambil tindakan untuk mengatasi hambatan, serta memanfaatkan dukungan dari orang lain ketika menghadapi kesulitan (Lazarus & Folkman, 1984).

Hasil tersebut menunjukkan bahwa pengalaman selama PKL dapat menjadi proses bagi siswa untuk belajar menghadapi berbagai permasalahan secara lebih mandiri. Kemampuan tersebut terlihat dari usaha siswa dalam mencari solusi yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi selama melaksanakan kegiatan PKL. Selain itu juga, kemampuan *problem focused coping* yang baik dapat membantu siswa lebih siap dalam menghadapi tuntutan dan permasalahan baik di lingkungan sekolah maupun di dunia kerja. Hal ini juga menunjukkan bahwa siswa mampu memanfaatkan pengalaman selama PKL untuk menjadi lebih terbiasa dalam menghadapi masalah yang muncul. Pengalaman tersebut dapat menjadi bekal bagi siswa untuk menghadapi berbagai situasi dan tuntutan yang mungkin ditemui dalam lingkungan kerja maupun kehidupan sehari-hari.

Tabel 1. Distribusi frekuensi *problem focused coping*

Kategori	Interval	f	%
Sangat Baik	≤ 65	0	0
Baik	51-64	119	98
Cukup Baik	39-51	3	2
Tidak Baik	26-38	0	0
Sangat Tidak Baik	≥ 25	0	0
Total		122	100



Gambar 1. Kategori *problem focused coping* siswa

Berdasarkan data pada tabel 1 di atas, dapat diketahui bahwa tingkat *problem focused coping* siswa SMK Negeri 2 Sawahlunto setelah mengikuti PKL didominasi oleh kategori baik, yaitu sebanyak 98% dari keseluruhan responden. Sementara itu, 2% siswa berada pada kategori cukup baik, sedangkan dalam kategori sangat baik, kurang baik, maupun tidak baik memperoleh 0%.

Hal ini menunjukkan bahwa siswa telah memiliki kemampuan yang baik dalam menerapkan *problem focused coping* setelah mengikuti PKL, mampu mengenali permasalahan yang dihadapi, menyusun langkah penyelesaian, mengambil tindakan untuk mengatasi hambatan, serta memanfaatkan dukungan dari orang lain ketika menghadapi kesulitan. Kemampuan tersebut mengindikasikan bahwa pengalaman yang diperoleh selama PKL telah membantu siswa mengembangkan cara yang lebih positif dalam menghadapi berbagai permasalahan yang muncul baik selama pelaksanaan PKL maupun setelah kegiatan tersebut selesai.

Berdasarkan gambar 1 terlihat bahwa *problem focused coping* siswa berdasarkan aspek *Planful Problem Solving* berada pada kategori cukup baik yang berarti bahwa kemampuan siswa dalam merencanakan penyelesaian masalah setelah mengikuti PKL masih belum optimal. Sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan untuk mengenali masalah yang dihadapi dan berusaha mencari penyelesaiannya, namun mereka belum sepenuhnya mampu menyusun langkah-langkah yang sistematis serta mempertimbangkan berbagai alternatif solusi sebelum mengambil keputusan. Aspek *Confrontative* berada pada kategori cukup baik yang berarti bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan yang cukup dalam menghadapi permasalahan secara langsung, meskipun kemampuan tersebut belum berkembang secara optimal. Siswa pada kategori cukup baik sudah berusaha mengambil tindakan ketika menghadapi kesulitan, tetapi dalam kondisi tertentu mereka masih ragu atau belum konsisten dalam menentukan langkah penyelesaian yang tepat. Aspek *Seeking Social Support* berada pada kategori cukup baik yang berarti bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan yang cukup dalam memanfaatkan dukungan sosial ketika menghadapi berbagai permasalahan setelah mengikuti PKL. Bentuk dukungan yang dicari dapat berupa saran, informasi, maupun bantuan dari orang-orang yang dianggap mampu memberikan solusi, seperti guru, orang tua, teman, atau pembimbing di tempat PKL.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa *problem focused coping* siswa di SMK N 2 Sawahlunto berada pada kategori baik. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan yang baik dalam menghadapi berbagai permasalahan melalui strategi yang berorientasi pada penyelesaian masalah. Siswa cenderung melakukan identifikasi terhadap sumber permasalahan, menyusun langkah penyelesaian secara terencana, mengambil keputusan yang dianggap tepat, serta memanfaatkan dukungan dari orang lain sebagai bagian dari proses penyelesaian masalah. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa siswa lebih memilih strategi coping yang bersifat aktif, rasional, dan adaptif dibandingkan menghindari atau membiarkan masalah yang dihadapi (Marganingrum & Musslifah, 2025).

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat (Sawitri & Wideasavitri, 2021) yang menyatakan bahwa *problem focused coping* merupakan strategi yang diarahkan pada upaya mengatasi sumber masalah melalui tindakan nyata sehingga tekanan yang ditimbulkan dapat dikurangi secara efektif. Strategi ini menekankan kemampuan individu untuk melakukan perubahan terhadap situasi yang dapat dikendalikan dengan memanfaatkan kemampuan berpikir, pengambilan keputusan, dan tindakan yang terencana. Dengan demikian, semakin tinggi kemampuan individu dalam menerapkan *problem focused coping*, semakin besar peluang individu untuk menyelesaikan masalah secara efektif.

Hasil tersebut juga sejalan dengan pendapat yang menjelaskan bahwa *problem focused coping* diwujudkan melalui berbagai strategi penyelesaian masalah yang bertujuan

mengurangi sumber tekanan dalam hubungan antara individu dengan lingkungannya. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam menghadapi permasalahan tidak hanya ditentukan oleh kondisi yang dihadapi, tetapi juga oleh kemampuan mereka dalam memilih strategi *coping* yang tepat. Ketika siswa mampu menganalisis penyebab masalah, menyusun alternatif penyelesaian, dan memanfaatkan berbagai bantuan atau fasilitas yang dimiliki untuk membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi, maka tekanan yang dirasakan cenderung berkurang dan proses penyesuaian diri menjadi lebih baik.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMK N 2 Sawahlunto mengenai gambaran *problem focused coping* siswa setelah mengikuti PKL, maka dapat disimpulkan yaitu, gambaran *problem focused coping* siswa di SMK N 2 Sawahlunto secara keseluruhan berada pada kategori sangat baik. Artinya, siswa telah memiliki kemampuan yang baik dalam menghadapi dan menyelesaikan berbagai permasalahan yang dialami setelah mengikuti PKL. Siswa cenderung mampu mengenali masalah yang dihadapi, mempertimbangkan berbagai alternatif penyelesaian, mengambil tindakan yang tepat, serta memanfaatkan bantuan dari orang lain apabila diperlukan.

Gambaran *problem focused coping* siswa SMK yang telah mengikuti PKL berdasarkan aspek *problem focused coping* yaitu, aspek *planful problem solving* berada pada kategori baik. Artinya sebagian besar siswa telah mampu menyusun langkah-langkah penyelesaian masalah secara terencana setelah mengikuti PKL aspek *confrontative* berada pada kategori cukup baik. Artinya telah mampu menghadapi permasalahan yang muncul setelah mengikuti PKL dengan berusaha mengambil tindakan untuk menyelesaikannya. Aspek *seeking social support* berada pada kategori cukup baik. Artinya sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan yang cukup dalam mencari bantuan, informasi, maupun saran dari orang lain ketika menghadapi permasalahan setelah mengikuti PKL.

Daftar Rujukan

- Damayanti, D. D., & Rahmawati, A. (2025). Pengembangan Sistem Informasi Manajemen Praktik Kerja Lapangan Berbasis Web dengan Metode Agile di SMK Negeri 1 Bantul. *Jurnal INSTEK (Informatika Sains dan Teknologi)*, 10(1), 84-95.
- Jurnal Sudut Pandang, 2(12), 175-192
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Marganingrum, A. N., & Musslifah, A. R. (2025). Penguatan Strategi Coping Stres Pada Siswa MAN 2
- Mustaniroh, C. D. R., & Christiana, E. (2026). Studi Fenomenologi: Pengelolaan Stres Siswa SMK Jurusan Perhotelan Dalam Melaksanakan Praktik Kerja Lapangan di Luar Negeri. *Jurnal BK UNESA*, 16(1), 232-241.
- Nurfarhanah, N., Ceria, P., & Karina, A. A. (2024). Emotional Regulation of Students in Following Online Learning: What are The Implications of Counseling?. *ProGCouns: Journal of Professionals in Guidance and Counseling*, 5(2), 127-133.
- Paramitha, I. S., Limbong, M., & Simbolon, B. R. (2024). Implementasi Praktik Kerja Lapangan Guna Meningkatkan Mutu Lulusan Dan Kesiapan Kerja. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(1), 813-822.
- Prasetyo, S. A., Hartini, N., & Kurniawan, A. (2023). Efektivitas pelatihan manajemen stress untuk menurunkan stress siswa baru di sekolah ikatan dinas x. *Jurnal Diversita*, 9(1), 113-126.
- Raharjo, S. T. (2022). Mahasiswa yang bekerja: Problem Focused Coping dengan academic burnout.
- Rahmawati, A. V., Priasmoro, D. P., & Kurniawan, A. W. (2022). Gambaran Tingkat Stres Siswa

- SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA Saat Melakukan Praktek Kerja Lapangan. *Nursing Information Journal*, 2(1), 14-19.
- Rayle, A. D., & Chung, K. Y. (2007). Revisiting first-year college students' mattering: Social support, academic stress, and the mattering experience. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 9(1), 21-37.
- Sawitri, A. R., & Wideasavitri, P. N. (2021). Strategi coping mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1).
- Soleh, A. A., Triyanto, T., Parno, P., Suharno, S., & Estriyanto, Y. (2023). Tinjauan pustaka sistematis: model kemitraan antara SMK dengan dunia usaha dan dunia industri. *JIPTEK: Jurnal Ilmiah Pendidikan Teknik dan Kejuruan*, 16(2), 126-136.
- Surakarta. *Proficio*, 6(2), 1134-1138.
- Triana, D., AS, U. S., & Al Hakim, I. (2026). Peran Sistem Digitalisasi Layanan BK (Bimbingan dan Konseling) Dalam Optimalisasi Dukungan Psikologis dan Pengendalian Stres Pada Siswa PKL. *Fokus: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 9(3), 799-810.
- Wakiah, M., & Usman, J. (2020). Manajemen Peningkatan Mutu Kompetensi Lulusan Bidang Kewirausahaan Dalam Memenuhi Standar Nasional Pendidikan di Smk Annuqoyyah Guluk-Guluk Sumenep Jawa Timur. *ReJIEM (Research Journal of Islamic Education Management)*, 3(1), 71-83.