



## **Sangkan Paraning Dumadi: Penguatan *Meaning of Life* pada Generasi Z melalui Intervensi Berbasis Kearifan Lokal**

**Anisah Muflihatul Latifah<sup>1</sup>, Asma' Ayu Imani<sup>2</sup>, Mayobi Aluzo Putra<sup>3</sup>, Shelvye Eightiarini<sup>4</sup>, Arifah Wulandari<sup>5</sup>**  
Universitas Sebelas Maret<sup>1,2,3,4,5</sup>

anisalatifaa3@student.uns.ac.id<sup>1</sup>, Imanotes@student.uns.ac.id<sup>2</sup>,  
mayobi23@student.uns.ac.id<sup>3</sup>, shelvyeightia@student.uns.ac.id<sup>4</sup>,  
arifah.wulandari@staff.uns.ac.id<sup>5</sup>

### **ABSTRACT**

*The acceleration of information flow, shifting social dynamics, and increasing academic and career demands in the era of disruption have positioned Generation Z in the midst of increasingly complex developmental challenges. These conditions contribute to a crisis of meaning in life, manifested in identity confusion, weak future orientation, and low quality of career decision-making. This study aims to conceptually examine the strengthening of meaning in life within school Guidance and Counseling services, particularly in the individual planning component, through the integration of a Javanese philosophical framework, Sangkan Paraning Dumadi. This study employs a literature review method, drawing on theories of meaning in life, existential psychology, adolescent development, and the implementation of school-based Guidance and Counseling services. The findings indicate that guidance and counseling services, which are often oriented toward technical and instrumental aspects, have not fully addressed students' existential needs. The integration of Sangkan Paraning Dumadi offers a holistic framework that emphasizes self-awareness, the construction of life purpose, and contextually grounded self-actualization rooted in cultural values. This approach has the potential to strengthen students' life orientation and enhance the quality of career decision-making in ways that are aligned with their personal values and cultural backgrounds. These findings provide a conceptual contribution to the development of meaning of life based guidance and counseling services that integrate local wisdom in addressing the developmental challenges faced by Generation Z.*

**Keywords:** *Meaning of Life, Z Generation, Individual Planning, Local Wisdom, Guidance and Counseling*

### **ABSTRAK**

Percepatan arus informasi, perubahan dinamika sosial, serta meningkatnya tuntutan akademik dan karier di era disrupsi menjadi Generasi Z menghadapi tantangan perkembangan yang semakin kompleks. Kondisi ini berkontribusi pada krisis makna hidup yang termanifestasi dalam kebingungan identitas, lemahnya orientasi masa depan, dan rendahnya kualitas pengambilan keputusan karier. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara konseptual penguatan makna hidup dalam layanan Bimbingan dan Konseling (BK), khususnya pada komponen perencanaan individual melalui integrasi salah satu filosofi budaya Jawa, Sangkan Paraning Dumadi. Metode yang digunakan adalah kajian literatur terhadap teori makna hidup, psikologi eksistensial, perkembangan remaja, serta praktik layanan BK di sekolah. Hasil kajian menunjukkan bahwa layanan BK yang cenderung berorientasi teknis dan instrumental belum sepenuhnya mengakomodasi kebutuhan eksistensial siswa. Integrasi filosofi Sangkan Paraning Dumadi menawarkan kerangka holistik yang menekankan kesadaran diri, pemaknaan tujuan hidup, dan proses aktualisasi diri yang kontekstual dan berakar pada budaya. Pendekatan ini berpotensi memperkuat orientasi hidup



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

**SENJA KKN #6** +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Koneksi Kearifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



#### Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

serta meningkatkan kualitas pengambilan keputusan karier yang selaras dengan nilai personal dan latar belakang budaya siswa. Temuan ini dapat memberikan kontribusi konseptual bagi pengembangan layanan BK berbasis meaning of life dan kearifan lokal dalam menjawab tantangan perkembangan Generasi Z.

**Kata Kunci:** Makna Hidup, Generasi Z, Perencanaan Individual, Kearifan Lokal, Bimbingan dan Konseling

## PENDAHULUAN

Generasi Z tumbuh dan berkembang di tengah pesatnya transformasi digital yang ditandai oleh percepatan arus informasi, perubahan sosial yang berlangsung cepat, serta ketidakpastian yang semakin tinggi. Kondisi ini selaras dengan konsep era disrupsi yang dikemukakan oleh Warren Bennis dan Burt Nanus sebagai suatu tatanan kehidupan baru yang penuh ketidakpastian, perubahan mendadak, serta ambiguitas nilai yang kompleks (Suntara, 2021). Pada konteks ini, era disrupsi sering diasosiasikan dengan Revolusi Industri 4.0 yang ditandai oleh dominasi aktivitas digital dalam komunikasi dan pertukaran informasi (Budiawan et al., 2022). Meskipun menghadirkan berbagai kemudahan, realitas tersebut juga memunculkan ketidakstabilan psikologis dan distraksi kognitif sebagai akibat dari arus informasi global yang sulit disaring secara adaptif.

Perkembangan masyarakat pasca industri yang bergeser dari ekonomi berbasis manufaktur menuju ekonomi berbasis jasa dan informasi menempatkan pengetahuan serta teknologi sebagai modal utama kehidupan. Pergeseran ini tidak hanya berdampak pada struktur sosial dan ekonomi, melainkan juga memunculkan problematika internal pada individu, khususnya krisis identitas dan keterasingan [ada dimensi kemanusiaan. Kondisi tersebut menjadikan generasi muda rentan mengalami stres, kecemasan, hingga depresi (Arroisi, 2021). Sehingga, individu tidak hanya dituntut untuk adaptif secara teknis, melainkan juga memiliki kejelasan makna hidup sebagai fondasi dalam menghadapi dinamika kehidupan yang terus berubah.

Sebagai respons terhadap problematika tersebut, psikologi modern menghadirkan berbagai pendekatan yang berfokus pada dimensi eksistensial manusia (Arroisi, 2021). Salah satunya adalah logoterapi yang dikembangkan oleh Viktor Frankl, yang menekankan bahwa dorongan utama manusia bukanlah pencarian kesenangan atau kekuasaan, melainkan pencarian makna hidup (*meaning of life*). Frankl menegaskan bahwa individu yang mampu memaknai pengalaman hidupnya termasuk penderitaan akan menjadikan individu tersebut memiliki daya tahan psikologis yang lebih kuat. Sejalan dengan itu, Steger (2006) menyatakan bahwa makna hidup terbentuk melalui pemahaman individu terhadap diri dan dunianya, yang kemudian mengarahkan individu dalam merumuskan tujuan hidup yang bermakna (Anggoro, Christiana, & Nathania, 2024). Makna hidup mencakup dua dimensi utama, yaitu *presence of meaning* (kesadaran akan makna hidup yang dimiliki) dan *search of meaning* (upaya aktif untuk mencari dan mengembangkan makna hidup) (Steger dalam Anggoro, Christiana, & Nathania, 2024).

Namun demikian, upaya untuk menumbuhkan makna hidup pada generasi muda di era disrupsi menjadi semakin tidak mudah dan penuh tantangan. Distraksi informasi yang masif, tuntutan pencapaian yang tinggi, serta ketidakpastian masa depan menjadikan proses pencarian makna hidup



tidak lagi sederhana (Andika et al, 2025; Ramatul Andika, Supriyani, & Kustati, 2025). Frankl menjelaskan bahwa kondisi ini sebagai krisis makna (*existential vacuum*), yaitu keadaan ketika individu kehilangan arah hidup akibat mudarnya nilai-nilai fundamental yang sebelumnya menjadi pedoman (Ramatul Andika, Supriyani, & Kustati, 2025). Dampak dari krisis makna hidup terlihat dalam berbagai fenomena psikososial pada Generasi Z, seperti rendahnya motivasi belajar, kebingungan karir, ketidakpuasan terhadap pekerjaan, hingga kecenderungan *job hopping*.

Penelitian Saputra (2025) menunjukkan bahwa keraguan karier pada generasi muda terutama dipicu oleh keyakinan disfungsi terkait pekerjaan, jenjang karir, dan arah hidup di masa depan. Data survei dari ResumeLab (2023) memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa sebanyak 83% pekerja dari Generasi Z mengidentifikasi diri sebagai *job hopper*, dengan alasan utama pencarian spesialisasi dan kesesuaian pekerjaan yang berdampak langsung pada motivasi kerja (Sabila, El Karimah, & Nurfadila, 2024). Ketidaksesuaian antara individu dan pekerjaan yang mencakup aspek pengetahuan, keterampilan, kemampuan, dan kepribadian menunjukkan lemahnya fondasi makna hidup dan tujuan jangka panjang (Malau, Rakhman, & Firman, 2023). Oleh karena itu, tujuan hidup yang bermakna perlu dirumuskan terlebih dahulu sebelum individu mampu merancang dan mempertahankan pilihan karirnya.

Pada konteks pendidikan, kemampuan membangun makna hidup memiliki implikasi penting terhadap perkembangan siswa. Steger, O'Donnell, & Morse (2021) menegaskan bahwa makna hidup membantu siswa memahami dan menyesuaikan diri dengan dunia yang terus berubah, memperkuat identitas diri, serta merumuskan aspirasi yang bermanfaat bagi diri dan lingkungannya. Oleh karena itu, layanan Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki peran strategis dalam memfasilitasi pengembangan makna hidup bagi siswa, khususnya melalui komponen perencanaan individual yang berorientasi pada masa depan. Namun, praktik layanan BK selama ini masih cenderung berfokus pada aspek teknis perencanaan akademik dan karier, dan belum secara optimal menyentuh kebutuhan eksistensial siswa.

Penguatan makna hidup dalam layanan BK memerlukan pendekatan yang tidak hanya psikologis, melainkan juga kontekstual dan berakar pada nilai budaya. Integrasi kearifan lokal menjadi penting sebagai upaya menyeimbangkan arus globalisasi yang berpotensi mengikis nilai-nilai luhur bangsa. Salah satu nilai kearifan lokal yang relevan untuk dikembangkan adalah falsafah Jawa yaitu *Sangkan Paraning Dumadi*, yang berakar pada ajaran tasawuf Jawa dan tradisi keraton. Falsafah ini menekankan kesadaran akan asal-usul dan tujuan hidup manusia sehingga mendorong individu untuk mengenali diri, memahami makna keberadaan, dan menjalani kehidupan secara selaras dan bermakna.

Dengan demikian, integrasi nilai filosofis *Sangkan Paraning Dumadi* dalam komponen perencanaan individual layanan BK menawarkan pendekatan alternatif yang holistik dalam menjawab tantangan krisis makna hidup pada Generasi Z. Pendekatan ini diharapkan mampu membantu siswa mengenali potensi dan jati dirinya, merumuskan tujuan hidup yang bermakna, serta merencanakan masa depan secara lebih sadar, terarah, dan bernilai.

## PEMBAHASAN



## 1. Dinamika krisis makna hidup (*Meaning of Life*) pada Generasi Z di Era Disrupsi

Fenomena krisis makna hidup yang terjadi dikalangan Generasi Z tidak dapat dilepaskan dari konteks zaman di mana mereka tumbuh. Era disrupsi yang ditandai dengan gelombang perubahan masif dan arus informasi global yang pesat membawa dampak psikologis yang patut diperhatikan. Pergeseran struktur ekonomi dan sosial menuju masyarakat pasca industri mengakibatkan pengetahuan dan teknologi menjadi modal utama, namun disinilah pemicu krisis identitas kemanusiaan. Generasi Z saat ini dihadapkan pada pesatnya penyebaran informasi yang justru mengaburkan orientasi hidup, krisis modern yang terjadi pada manusia modern saat ini diakibatkan oleh lunturnya nilai-nilai dasar. Pada generasi Z hal ini menyebabkan kerentanan terhadap stres, kebingungan, dan perasaan keterasingan. Topik tersebut sejalan dengan pandangan eksistensial Irvin Yalom (1980) dengan pernyataannya bahwa manusia akan selalu berhadapan dengan kecemasan, salah satunya adalah ketidakbermaknaan (*Meaningless*). Intervensi yang tepat diperlukan dalam hal ini karena akan menghambat perkembangan psikologis remaja, memicu perilaku maladaptif, dan mempengaruhi performa akademik. Oleh karena itu, konseling konvensional perlu di modifikasi dengan mengintegrasikan nilai-nilai yang mampu menggapai aspek spiritual dan filosofis individu sebagai intervensi masalah manusia modern (Arroisi & Mukharrom, 2021).

Makna hidup (*meaning of life*) merupakan cerminan psikologis tentang bagaimana seseorang memvalidasi nilai, arah, dan aspirasi dalam kehidupannya. Sejalan dengan wawasan Frankl, makna hidup adalah seni menemukan alasan otentik di balik keberadaan diri. Ia tidak hanya berbicara tentang destinasi akhir, melainkan tentang bagaimana seseorang menanamkan arti pada setiap kepingan pengalaman, mendayagunakan kemampuan, dan mempertanggungjawabkan pilihan hidupnya. Menurut Steger (2021), makna hidup dapat dibagi menjadi dua bagian utama: (a) kebermaknaan, yang mengukur tingkat keyakinan seseorang bahwa hidupnya berharga; dan (b) upaya pencarian makna, yang menunjukkan seberapa giat seseorang berusaha mencari atau membangun makna hidup itu sendiri. Dimensi search of meaning pada siswa dimaknai sebagai kualitas, konsentrasi, dan keinginan dan usahanya dalam memahami makna dari kehidupan yang ia alami, dimensi *presence of meaning* sebagai proses siswa memahami jati diri mereka, keunikan yang ia miliki, pemahaman mengenai lingkungan tempat mereka hidup, dan identifikasi capaian yang telah mereka dapatkan (Steger dalam Khusumadewi, 2024). Siswa memegang peranan krusial dalam pertumbuhan pribadi, saat membuat pertimbangan, juga saat merancang masa depannya. Dalam dunia pendidikan, makna hidup berfungsi membantu murid mengenali potensi diri, mengerti motivasi belajar, serta memahami target jangka panjang yang ingin diraih. Menurut Khusumadewi (2024) ketika siswa mampu mengevaluasi pengalaman hidup apa yang mereka lalui maka tujuan hidup kedepannya akan tergambar dengan mudah. Sehingga urgensi makna hidup dalam konteks akademik dan karir adalah sebagai usaha guru dalam mengarahkan siswa untuk menemukan haluan yang pasti, mampu menentukan pilihan karir yang sesuai, serta memiliki motivasi untuk mewujudkan cita-cita itu.

Krisis makna hidup yang dialami oleh Generasi Z menjadi semakin rumit apabila dikaitkan dengan karakteristik psikososial yang mereka miliki.



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

**SENJA KKN #6** +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Juru Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, Sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

Generasi ini cenderung memiliki ketakutan akan tertinggal dari lingkungan sekitarnya serta terdorong untuk membentuk citra diri dan identitas personal melalui pemanfaatan media sosial. (Arum, dkk., 2023). Sebagai digital native, Generasi Z tumbuh dalam budaya saling membandingkan, tuntutan yang selalu hadir di kehidupan sosial sehari-hari serta paparan media sosial yang intens. Kondisi tersebut mendorong individu untuk menilai diri berdasarkan standar eksternal, sehingga melemahkan proses refleksi diri dan pembentukan identitas yang stabil (Twenge, 2017). Fenomena seperti *fear of missing out (FOMO)*, kecemasan masa depan, dan kebingungan arah hidup menjadi konsekuensi psikologis yang kerap dialami oleh Generasi Z (Stegner, 2023). Kerentanan psikologis Generasi Z dalam menghadapi krisis makna juga tercermin pada kemampuan mereka dalam memperlakukan diri secara penuh penerimaan ketika mengalami kegagalan dan kesulitan. *Self-compassion* dipahami sebagai sikap *welas asih* terhadap diri sendiri dalam menghadapi penderitaan, ketidaksempurnaan, dan pengalaman negatif. Studi Syahril et al.(2025) pada siswa SMA menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori *self-compassion* sedang hingga rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam menerima diri dan merefleksikan pengalaman hidup secara adaptif, yang berpotensi menghambat proses pencarian makna hidup dan pembentukan orientasi masa depan. Kondisi *self-compassion* yang belum optimal membuat peserta didik rentan memaknai kegagalan sebagai ancaman terhadap harga diri, bukan sebagai bagian dari proses perkembangan. Padahal, kemampuan menerima diri dan merefleksikan pengalaman hidup secara penuh penerimaan merupakan prasyarat penting dalam membangun makna hidup yang positif dan berkelanjutan. Tanpa fondasi tersebut, pencarian makna hidup berisiko terjebak pada kebingungan arah, kecemasan masa depan, serta ketergantungan pada standar eksternal dalam menilai keberhasilan hidup, yang banyak dialami oleh Generasi Z di era digital (Twenge, 2017; Arnett, 2022; Syahril et al., 2025).

Krisis makna hidup yang dialami Generasi Z menunjukkan bahwa intervensi tidak cukup hanya berfokus pada pengembangan keterampilan adaptif dan pencapaian akademik, tetapi juga perlu menyentuh dimensi refleksi diri, penerimaan, dan pemaknaan hidup. Dalam dunia pendidikan, makna hidup berfungsi sebagai sumber motivasi intrinsik yang mempengaruhi keaktifan siswa dari segi akademik, ketekunan, dan resiliensi siswa. Siswa yang memiliki makna hidup yang jelas dipandang mampu mengintegrasikan pengalaman hidup mereka atau menetapkan tujuan untuk masa depan, yang dapat memberi mereka arah dan arti penting (Shin & Steger, 2016). Sebaliknya, kekosongan makna hidup dapat berpotensi menjadikan siswa bingung arah dalam menetapkan tujuan di masa depan. Sehingga, krisis makna hidup pada Generasi Z di era disrupsi merupakan fenomena multidimensional yang menuntut pendekatan intervensi reflektif dan bernilai. Kondisi inilah menjadi landasan penting bagi layanan Bimbingan dan Konseling untuk berperan aktif dalam membantu siswa menemukan dan membangun makna hidup yang kontekstual, adaptif, dan berkelanjutan.

## 2. Urgensi Makna Hidup dalam Penentuan Arah Karir dan Masa Depan bagi Generasi Z



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

**SENJA KKN #6** +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Koneksi Kearifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Penguatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Juru Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, Sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

Makna hidup (*Meaning of life*) berkontribusi signifikan pada proses mengarahkan penentuan masa depan dan perencanaan karir yang lebih matang. Dalam konteks pendidikan dan bimbingan karir siswa, pemahaman terhadap makna hidup menjadi pondasi penting agar siswa mampu memilih arah karir yang sesuai dengan nilai, minat, dan tujuan hidupnya. Penelitian Dobrow dkk (2023) membuktikan bahwa makna hidup yang dalam konteks karir terwujud melalui konsep calling memiliki urgensi yang sangat kuat dalam menentukan arah karir dan masa depan siswa, temuan meta-analisis menunjukkan bahwa individu yang memaknai pekerjaannya sebagai calling cenderung memiliki kualitas hidup dan kesejahteraan yang lebih baik (*the good life*) (Dobrow, Weisman, Heller, & Tosti-Kharas, 2023). Ketika siswa memiliki sense of purpose atau panggilan hidup, mereka berpotensi lebih tangguh menghadapi tantangan, tekanan akademik, maupun dinamika dunia kerja di masa depan (Dobrow, Weisman, Heller, & Tosti-Kharas, 2023). Makna hidup berfungsi sebagai buffer psikologis yang melindungi individu dari kelelahan, kejenuhan, dan krisis karir (Dobrow, Weisman, Heller, & Tosti-Kharas, 2023).

Makna hidup merupakan landasan psikologis yang sangat penting dalam mengarahkan pilihan karir serta membentuk masa depan siswa, karena pencarian makna dipandang sebagai kebutuhan dasar manusia yang berkaitan erat dengan kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup secara menyeluruh (Steger, O'Donnell, & Morse, 2021). Dalam ranah karir, konsep calling menegaskan bahwa ketika individu memandang pekerjaan sebagai aktivitas yang bermakna dan sejalan dengan nilai-nilai hidupnya, hal tersebut berkontribusi signifikan terhadap pencapaian *the good life*, terutama melalui penguatan kesejahteraan eudaimonik seperti rasa tujuan, makna, dan keberartian hidup (Dobrow, Weisman, Heller, & Tosti-Kharas, 2023). Hasil meta-analisis menunjukkan bahwa calling memiliki hubungan yang lebih kuat dengan berbagai outcome di bidang kerja dibandingkan dengan aspek kehidupan secara umum, serta lebih berkorelasi dengan kesejahteraan eudaimonik daripada kesejahteraan hedonik (Dobrow, Weisman, Heller, & Tosti-Kharas, 2023). Temuan ini mengindikasikan bahwa arah karir yang berlandaskan makna hidup tidak hanya mempengaruhi kepuasan kerja, tetapi juga berperan dalam pembentukan identitas diri serta orientasi tujuan hidup jangka panjang siswa.

Dalam konteks pendidikan, khususnya pada masa remaja dan awal dewasa, makna hidup dan tujuan terbukti mempengaruhi aspirasi karir, kepercayaan diri dalam perencanaan karir, rasa keterhubungan dengan sekolah, serta kejelasan orientasi masa depan siswa (Steger, O'Donnell, & Morse, 2021). Siswa yang memiliki tujuan hidup yang jelas cenderung menunjukkan tingkat resiliensi dan optimisme yang lebih tinggi, serta mampu memandang masa depan sebagai sesuatu yang bernilai untuk diperjuangkan, termasuk dalam proses pengambilan keputusan karir. Berbagai program pendidikan yang berfokus pada eksplorasi makna, nilai, dan tujuan hidup juga terbukti mampu meningkatkan kejelasan arah karir serta kesiapan siswa dalam menghadapi masa depan (Steger, O'Donnell, & Morse, 2021). Dengan demikian, urgensi makna hidup dalam penentuan arah karir siswa terletak pada perannya sebagai fondasi yang mengintegrasikan identitas diri, tujuan hidup, dan pilihan karir secara holistik. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam membantu siswa menemukan dan



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

**SENJA KKN #6** +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kewilayahan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Juru Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

mengembangkan makna hidup secara realistis dan kontekstual, sehingga keputusan karir yang diambil tidak hanya bersifat pragmatis, tetapi juga mendukung kesejahteraan psikologis, keberlanjutan karir, dan kualitas hidup siswa di masa depan.

### 3. Nilai *Sangkan Paraning Dumadi* sebagai Landasan Filosofis Makna Hidup

Menjawab kekosongan yang dialami generasi Z, diperlukan nilai yang kokoh berakar pada budaya lokal. Filosofi Jawa *Sangkan Paraning Dumadi* menjadi perspektif yang komprehensif bagi eksistensi manusia. Nilai *Sangkan Paraning Dumadi* merupakan salah satu falsafah hidup tradisi Jawa dalam naskah Kuntji Swarga Miftahul Djanati yang berbentuk dialog antara Mudadama dan Wredatama. Dialog tersebut mengungkap mengenai asal-muasal kehidupan ini, bagaimana kejadiannya, ke mana arah tujuannya, dan apa saja yang harus dilakukan dalam kehidupan ini (Nur Kolis & Ajhuri, 2019). Ajaran sangkan paraning dumadi terekam dengan baik dalam naskah-naskah Islam kejawaan, seperti Serat Dewa Ruci, Serat Wirid Hidayat Jati, Serat Wulangreh, Serat Centini, dan lain sebagainya dimana akarnya bersumber dari pembangunan kesadaran manusia untuk memahami asal-usulnya dan manusia sebagai subjek aktif pembangun makna hidup (Nur Kolis, 2019). Konsep tersebut memperjelas bahwa manusia bukan sekedar objek yang tidak berdaya dalam menjalani hidup dan sekedar mengikuti alur, melainkan menempatkan manusia pada tataran subjek yang bertanggung jawab terhadap hidupnya, secara sadar membangun arti hidup melalui pilihan, tanggung jawab dan komitmen. Hal ini sejalan dengan cara pendekatan eksistensial yang menekankan pada kesadaran dan usaha manusia untuk menemukan makna hidupnya melalui dua dimensi meaning of life; *search and presence of meaning* (Steger dalam Anggoro, Christiana, & Nathania, 2024). Secara etimologis, konsep ini berkaitan dengan asal (*sangkan*) dan tujuan (*paran*) dari segala kejadian atau penciptaan (*dumadi*). Falsafah Jawa Sangkan Paraning Dumadi menguraikan lintasan keberadaan manusia yang bergerak dari titik awal penciptaan menuju tujuan akhir melalui proses kehidupan nyata.

Perspektif ini memberikan kerangka kerja yang komprehensif bagi pembentukan karakter. Fokus pada aspek '*sangkan*' menekankan pentingnya literasi diri, yakni kemampuan seseorang untuk memahami asal-usulnya serta mengidentifikasi potensi dan kapasitas dasar yang dimiliki dari lahir. Sejalan dengan pandangan bahwa setiap individu dilahirkan dengan potensi khusus yang perlu digali dan diasah (Khairi, H., 2018). Kemudian, '*paraning*' menjelaskan tahapan atau cara yang harus dijalani dalam menempuh hidup. Bagi pelajar, '*paraning*' bisa diartikan sebagai penyusunan taktik, pilihan, dan upaya yang dibutuhkan untuk meraih cita-cita. Fase ini mencakup penyusunan rencana, pembentukan perilaku baik, serta metode menaklukkan rintangan. Sementara itu, '*dumadi*' mengacu pada hasil akhir atau impian yang ingin diraih oleh seseorang. Dalam ranah karier, '*dumadi*' melukiskan visi masa depan yang berarti, yakni gambaran diri siswa di masa depan dan sumbangsih yang ingin ia berikan dalam hidup. Ketiga elemen ini memberi landasan berpikir yang sesuai dengan perkembangan siswa, khususnya dalam meningkatkan pemahaman diri, menentukan langkah efektif, dan memaknai pilihan yang telah diambil.



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

**SENJA KKN #6** +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kewilayahan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Juru Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

#### 4. Integrasi Falsafah *Sangkan Paraning Dumadi* dalam Layanan BK.

Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah dilaksanakan secara komprehensif melalui empat komponen utama, yaitu layanan dasar, layanan responsif, perencanaan individual, dan dukungan sistem. Keempat komponen ini dirancang untuk menolong siswa dalam mengembangkan keahlian dirinya dan mencapai tugas perkembangannya, dari aspek fisik, sosial, emosi, intelektual, dan moral-spiritual. Di antara komponen tersebut, perencanaan individual memiliki posisi strategis karena berfokus pada proses membantu siswa memahami diri, menetapkan tujuan hidup, serta merancang masa depan secara sadar, terarah, bermakna dan berkelanjutan, khususnya dalam pendidikan dan karir. Dari keempat komponen tersebut, layanan perencanaan individual merupakan bentuk layanan yang berfokus pada pemberian bantuan kepada siswa untuk memahami hubungan antara sekolah dan dunia kerja, merencanakan dan berhasil menyelesaikan kehidupan dari sekolah ke sekolah lanjutan dan/atau dunia kerja dan dari pekerjaan ke pekerjaan lain (ASCA, 2012 dalam Anggraini dkk., 2021). Urgensi pengenalan karir dan pendalamannya oleh siswa supaya dapat menyesuaikan antara karakteristik pribadi dan lingkungan berikut tuntutan kerja di berbagai bidang dan budaya karir (Anggraini dkk., 2021).

Perencanaan individual dalam layanan BK bertujuan membantu peserta didik mengintegrasikan pemahaman tentang minat, bakat, nilai pribadi, serta peluang lingkungan ke dalam pengambilan keputusan yang realistis dan bermakna (Brown & Lent, 2019). Super (1990) menegaskan bahwa perkembangan karir merupakan proses sepanjang hayat yang berkaitan erat dengan pembentukan konsep diri (*self-concept*). Dengan demikian, perencanaan karir tidak dapat dilepaskan dari proses refleksi diri dan pemaknaan hidup, karena pilihan karier mencerminkan bagaimana individu memahami identitas dan perannya di masa depan. Mempersiapkan kehidupan karir merupakan salah satu tanggung jawab penting bagi remaja (C.D. & B.L., 2022; Nalbantoglu Yilmaz & Cetin Gunduz, 2018; Muslihati et al., 2023). Proses ini memerlukan serangkaian keterampilan, salah satunya adalah keterampilan untuk mengambil keputusan dalam karir dan pekerjaan. Pengambilan keputusan ini menjadi tugas perkembangan terpenting bagi remaja (Citarella, 2016). Pengambilan keputusan karir dimaknai sebagai kemampuan individu untuk menggabungkan pengetahuan mengenai diri dan dunia kerja untuk membuat suatu pilihan karir (Priyashantha et al., 2022). Keputusan yang diambil akan mempengaruhi sepanjang kehidupan individu yang meliputi pekerjaan masa depan, kesejahteraan psikologis, kesehatan, dan penerimaan diri (Nalbantoglu Yilmaz & Cetin Gunduz, 2018). Oleh karena itu pengambilan keputusan karir dianggap sebagai tugas yang kompleks yang dapat menyebabkan keragu-raguan hingga tekanan psikologis dan kecemasan (Lipshits-brazil, 2018; Muslihati et al., 2023). Keragu-raguan dalam mengambil keputusan karir digambarkan sebagai ketidakmampuan untuk mengambil suatu keputusan karena situasi tertentu dalam proses pengambilan keputusannya (Nalbantoglu Yilmaz & Cetin Gunduz, 2018). Istilah yang tepat untuk fenomena di atas disebut dengan *career indecision*, yaitu kondisi dimana individu ragu-ragu dalam menentukan pilihan baik dari segi pendidikan atau pekerjaan yang sesuai dengan keinginan nya (Guay et al., 2006; Muslihati et al., 2023).



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

**SENJA KKN #6** +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Koneksi Kearifan Nusantara  
Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui  
Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Penguatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Juru Hebat BK
5. Penguatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, Sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

Penerapan perencanaan individual dalam BK menjadi lebih bermakna ketika diadopsi melalui lensa Sangkan Paraning Dumadi. Tahap *Sangkan* difungsikan sebagai fondasi eksplorasi diri, dimana konselor menggunakan data asesmen bakat dan kepribadian untuk membantu siswa memahami modalitas dasarnya, merujuk pada konsep *self-assessment* Super (1990). Selanjutnya, aspek *Paraning* diterjemahkan menjadi manajemen strategi karir. Siswa didorong untuk merumuskan target jangka pendek hingga panjang serta mengidentifikasi faktor pendukung melalui *career mapping*. Proses ini bermuara pada *Dumadi*, yakni penetapan visi karier yang memiliki nilai filosofis bagi siswa *dumadi* merujuk pada tujuan dan makna keberadaan manusia (Magnis-Suseno, 2003; Endraswara, 2016). Nilai ini selaras dengan esensi perencanaan individual dalam BK, yang menempatkan siswa sebagai subjek aktif dalam merancang arah hidup dan kariernya, bukan sekadar objek penyesuaian terhadap tuntutan eksternal.

Keterkaitan tersebut menjadi semakin penting ketika dihadapkan pada karakteristik Generasi Z. Studi menunjukkan bahwa karakteristik Gen Z yang memiliki resistensi rendah di lingkungan kerja, disebabkan oleh beberapa faktor berikut; pencarian makna dan tujuan yang lebih mendalam, ketidakpuasan terhadap lingkungan kerja, dan terbatasnya peluang pengembangan diri, bukan sebatas pada alasan ekonomi, seperti kenaikan gaji (Prasetya, dkk., 2025). Dalam hal karir, Generasi Z memiliki karakteristik dan kebutuhan kerja yang berbeda dibandingkan generasi sebelumnya. Mereka tidak lagi memandang karier semata sebagai sarana memperoleh penghasilan, tetapi sebagai ruang untuk pengembangan diri, pencarian makna, kesesuaian nilai personal, serta kesempatan berkontribusi secara nyata. Nilai kerja (*work values*) seperti kesempatan berkembang, pengakuan atas kontribusi, fleksibilitas kerja, hubungan interpersonal yang sehat, serta keselarasan antara pekerjaan dan tujuan hidup menjadi aspek yang sangat dipertimbangkan oleh Gen Z dalam mengambil keputusan karir. Ketika nilai-nilai tersebut tidak terpenuhi, muncul kecenderungan untuk berpindah pekerjaan sebagai bentuk pencarian lingkungan kerja yang lebih sesuai.

Fenomena tersebut tercermin dalam maraknya praktik *job hopping* di kalangan Gen Z. *Job hopping* dipahami sebagai perilaku berpindah dari satu pekerjaan ke pekerjaan lain dalam rentang waktu relatif singkat atas kehendak individu. Penelitian Sabila dkk. (2024) menunjukkan bahwa *job hopping* pada Gen Z bukan semata-mata bentuk kebosanan, melainkan strategi untuk memenuhi harapan karier dan nilai kerja yang mereka anggap penting. Motif intrinsik seperti kesempatan berkembang, kesesuaian pekerjaan dengan minat dan kemampuan, tanggung jawab, serta pengakuan atas prestasi, menjadi alasan dominan Gen Z melakukan *job hopping*. Di sisi lain, motif ekstrinsik seperti budaya kerja, fleksibilitas, kualitas hubungan dengan atasan dan rekan kerja, serta peluang promosi turut memperkuat keputusan tersebut. Dalam perspektif Bimbingan dan Konseling, fenomena *job hopping* ini dapat dipahami sebagai indikasi bahwa perencanaan karier belum sepenuhnya terintegrasi secara mendalam dalam perencanaan individual peserta didik. Muslihati dkk. (2023) menegaskan bahwa lemahnya perencanaan karir yang matang dapat berkontribusi pada kebingungan arah dan *career indecision* pada remaja. Tanpa pondasi nilai dan pemaknaan hidup yang kuat, individu cenderung mengambil keputusan karir secara *trial and error*, yang pada akhirnya termanifestasi dalam perilaku *job hopping* berulang. Oleh karena itu,



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

**SENJA KKN #6** +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



#### Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

layanan perencanaan individual perlu memfasilitasi siswa tidak hanya untuk mengenali minat dan peluang karir, tetapi juga untuk merefleksikan nilai hidup dan tujuan jangka panjang yang ingin dicapai melalui karier tersebut. Integrasi nilai Sangkan Paraning Dumadi dalam perencanaan individual menjadi relevan dalam konteks ini, karena nilai tersebut membantu siswa memahami asal-usul diri (sangkan), proses perjalanan hidup (paraning), dan tujuan akhir keberadaan (dumadi). Dengan landasan nilai ini, perencanaan karier tidak hanya diarahkan pada pemenuhan kebutuhan kerja jangka pendek, tetapi juga pada pembentukan orientasi hidup yang bermakna. Pendekatan ini berpotensi membantu Gen Z menyelaraskan work values dengan tujuan hidupnya, sehingga keputusan karier yang diambil menjadi lebih reflektif dan berkelanjutan, serta tidak semata-mata diwujudkan melalui job hopping sebagai jalan pencarian makna.

Sejalan dengan pendekatan life design counseling (Savickas et al., 2009), integrasi ini mendorong siswa membangun narasi hidup yang koheren antara identitas diri, tujuan hidup, dan peran karier di masa depan. Dengan demikian, kolaborasi antara teori BK modern dan falsafah Jawa ini menghasilkan intervensi yang adaptif secara budaya, memperkuat kemampuan siswa dalam mengambil keputusan karier yang visioner dan beralasan kuat. Kolaborasi ini tidak hanya memperkaya proses perencanaan karier, tetapi juga memperluas makna perkembangan diri siswa.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Generasi Z yang tumbuh di tengah derasnya arus digitalisasi dan disrupsi global menghadapi tantangan serius berupa krisis makna hidup. Perubahan sosial yang cepat, pergeseran nilai-nilai fundamental, serta paparan informasi yang berlebihan membuat banyak individu kehilangan arah, tujuan, dan kejelasan identitas diri. Fenomena ini selaras dengan pandangan Frankl (1969) dan Yalom (1980) yang menyebutkan bahwa kehilangan makna hidup menjadi sumber utama ketidakpuasan dan kegelisahan eksistensial manusia modern (Arroisi, 2021). Dalam konteks pendidikan, makna hidup berperan penting sebagai fondasi motivasi dan arah dalam pengambilan keputusan, terutama terkait perencanaan masa depan dan karier. Siswa yang memiliki makna hidup cenderung lebih tangguh, fokus, dan mampu menentukan arah hidup yang sesuai dengan nilai-nilai personalnya.

Integrasi falsafah Jawa Sangkan Paraning Dumadi dalam layanan Bimbingan dan Konseling (BK) menjadi pendekatan strategis dalam menjawab krisis makna hidup generasi muda. Nilai sangkan menekankan kesadaran akan asal-usul dan potensi diri, paraning menggambarkan proses perjuangan dalam mencapai tujuan hidup, sedangkan dumadi merefleksikan cita-cita dan kontribusi akhir individu. Melalui penggabungan nilai-nilai lokal dengan pendekatan psikologi modern seperti logoterapi, siswa dapat lebih memahami jati dirinya, merencanakan masa depan secara realistis, serta menjalani kehidupan yang bermakna secara spiritual, emosional, dan sosial. Dengan demikian, pembentukan makna hidup melalui integrasi antara kearifan lokal dan pendekatan psikologis modern tidak sekedar menjadi upaya preventif terhadap krisis eksistensial, melainkan juga pondasi penting dalam membangun generasi muda yang berkarakter, tangguh, dan visioner di tengah arus globalisasi.



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

**SENJA KKN #6** +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Nusantara  
Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui  
Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, Sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

Berdasarkan hal tersebut, guru BK dan konselor sekolah perlu merancang program bimbingan yang mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dan budaya lokal seperti Sangkan Paraning Dumadi ke dalam layanan perencanaan individual. Program ini dapat membantu siswa mengenali potensi, memahami makna hidup, dan menyusun arah karier yang sejalan dengan nilai serta identitas pribadinya. Lembaga pendidikan berperan penting untuk memperkuat kurikulum pengembangan karakter dan layanan BK berbasis budaya. Hal ini agar peserta didik tidak hanya berkembang secara akademik, tetapi juga memiliki keseimbangan mental, moral, dan spiritual yang kokoh dalam menghadapi tantangan era disrupsi. peneliti dan akademisi juga diharapkan untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai penerapan falsafah lokal dalam praktik konseling modern, serta mengembangkan model intervensi psikologis yang adaptif terhadap konteks budaya Indonesia. Sementara itu, generasi muda diharapkan mampu melakukan refleksi diri secara berkelanjutan, memahami nilai-nilai hidupnya, serta menjadikan budaya dan spiritualitas sebagai pedoman dalam menjalani kehidupan dan karier agar tetap memiliki arah dan makna yang jelas di tengah kompleksitas dunia modern.

## DAFTAR RUJUKAN

(ASCA), A. S. (2019). ASCA National Model: A Framework for School Counseling Programs. Alexandria: American School Counselor.

Anggoro, L. S., Christiana, E. H., & Nathania, E. I. (2024). Efektivitas logoterapi untuk menurunkan tingkat depresi dan meningkatkan kebermaknaan hidup. *Jurnal Integrasi Riset Psikologi*, 2(2), 24-35.

Anggraini, S., Rifai, M., & Muhid, A. (2021). Peran layanan bimbingan dan konseling komprehensif dalam perencanaan karir pada siswa SMA. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 16-23.

Arroisi, J. (2021). Makna Hidup Perspektif Victor Frankl Kajian Dimensi Spiritual dalam Logoterapi. *Jurnal ilmu ushuluddin*, 20(1), 90-115.

Arroisi, J. (2021). Makna Hidup Perspektif Victor Frankl Kajian Dimensi Spiritual dalam Logoterapi. *jurnal ilmu ushuluddin*, 20(1), 90-115.

Arroisi, J., & Mukharrom, T. (2021). Pendekatan konseling eksistensial-humanistik dalam menghadapi problem psikologis manusia modern. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 45–56.

Arum, L. S. (2023). Karakteristik generasi z dan kesiapannya dalam menghadapi bonus demografi 2030. *Accounting student research journal*, 2(1), 59-72.

Brown, D., & Lent, R. W. (2019). Career development and counseling: Putting theory and research to work (3rd ed.). John Wiley & Sons.

Budiawan, R., Mandasari, R. I., Rosmiati, M., Cahyana, C., & Ananda, D. (2022). Literasi Digital untuk Mendukung Revolusi Industri 4.0 pada Komunitas Persatuan Mulimah Kota Bandung. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 13(3) <https://doi.org/10.26877/e-dimas.v13i3.5599>, 492-495.

Cetin Gunduz, H., & Nalbantoglu Yilmaz, F. (2018). The relationship between career indecision and psychological well-being in adolescents. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 18(2) <https://doi.org/10.12738/estp.2018.2.0123>, 437–458.



- Cimarella, J. (2016). Career decision-making difficulties and career indecision in adolescence. *Journal of Career Development*, 43(3) <https://doi.org/10.1177/0894845315582243>, 235–250.
- Citarella, A. (2016). Career Decision Making as a Developmental Task. *Journal of Educational Studies*, 7(2), 45–58.
- Dobrow, S. R., Weisman, H., Heller, D., & Tosti-Kharas, J. (2023). Calling and the good life: A meta-analysis and theoretical extension. *Administrative Science Quarterly*, 68(2) <https://doi.org/10.1177/00018392231159641>, 508–550.
- Endraswara, S. (2016). Falsafah hidup Jawa: Menggali mutiara kebijaksanaan budaya Jawa. Cakrawala.
- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning*. Beacon Press.
- Guay, F., Senécal, C., Gauthier, L., & Fernet, C. (2006). Predicting Career Indecision: A Self-Determination Theory Perspective. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 363–374.
- Gysbers, N. C. (2012). *Developing and Managing Your School Guidance and Counseling Program* (5th ed.). Alexandria: American Counseling Association.
- Khairi, H. (2018). Menggali Potensi Anak melalui Multiple Intelligences dan Implementasinya di PAUD. *SELING: Jurnal Program Studi PGRA*, 4(2). <https://doi.org/10.29062/seling.v4i2.300>, 111-124.
- Khusumadewi, A. (2024). Peran makna hidup dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis santri smp pondok pesantren insan kamil sidoarjo. *Jurnal BK UNESA*, 14(4).
- Kolis, N., & Ajhuri, K. F. (2019). SANGKAN PARANING DUMADI: Eksplorasi Sufistik Konsep Mengenal Diri Dalam Pustaka Islam Jawa Prespektik Kunci Swarga Miftahul Djanati. *Dialogia*, 17(1), 1-20.
- Malau, E. W., Rakhman, B., & Firman, A. (2023). Pengaruh Penempatan, Kepuasan Kerja dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Pada Badan Kepegawaian dan Pengembangan Sumber Daya Manusia Kabupaten Manokwari. *Journal of Management and Business Accounting*, 1(2), 150-163.
- Muslihati, M., Multisari, W., Prihatiningsih, R., Wulandari, A., & Pratiwi, A. S. (2023). Prevensi Career Indecision Remaja Pasca Pandemi melalui Perencanaan Karier Berlandaskan Nilai Kearifan Nusantara: Sebuah Narrative Review. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 9 (2), 275-283.
- Nalbantoglu Yilmaz, F., & Cetin Gunduz, H. (2018). Career Indecision and Career Anxiety in High School Students. *Eurasian Journal of Educational Research*, 78, 23–42.
- Prasetia, I. N., Pradhana, I. P., Yunita, P. I., & Martini, I. O. (2025). Dilema Psikologis dan Kecemasan Karier Generasi Z dalam Pusaran Job Hopping: "Sebuah Analisis Fenomenologis untuk Strategi Retensi Berbasis Kesejahteraan". *eCo-Buss*, 8(2), 1609-1627.
- Priyashantha, K. G., Wijewardena, W. P., & Jayasundara, J. M. (2022). Career decision-making and self-knowledge integration: A developmental perspective. *International Journal of Career Development*, 7(1), 45–58.
- Ramatul Andika, R., Supriyani, N., & Kustati, M. (2025). Krisis Makna Hidup dalam Kalangan Santri Milenial: Pendekatan Fenomenologis terhadap



Kegiatan Spiritual di Pesantren. *Khidmat*, 3(2). Retrieved from <https://ejournal.edutechjaya.com/index.php> , 296–303.

Sabila, G. S., El Karimah, K., & Nurfadila, F. (2024). Fenomena job hopping pada gen z dalam bidang komunikasi. *Tuturan: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial dan Humaniora*, 2(2), 98-106.

Saputra, E. C. (2025). Faktor-faktor Penyebab Keraguan Karir (Career Indecision) Siswa SMA/SMK. *Nuansa Akademik: Jurnal Pembangunan Masyarakat*, 10(1), 325-334.

Savickas, M. L., Nota, L., Rossier, J., Dauwalder, J. P., Duarte, M. E., Guichard, J., . . . Van Vianen, A. E. (2009). Life designing: A paradigm for career construction in the 21st century 75(3). <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.04.004>. *Journal of Vocational Behavior*, 239–250.

Shin, J. Y., & Steger, M. F. (2016). Supportive college environment for meaning searching and meaning in life among American college students. *Journal of College Student Development*, 57(1), 18-31.

Steger, M. F. (2023). Meaning in life and psychological well-being in adolescence. *Journal of Positive Psychology*, 18(2), 245–258.

Steger, M. F., O'Donnell, M. B., & Morse, J. L. (2021). Helping Students Find Their Way to Meaning: Meaning and Purpose in Education. In M. L. Kern & M. L. Wehmeyer (Eds.), *The Palgrave handbook of positive education*. Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-64537-3\\_22](https://doi.org/10.1007/978-3-030-64537-3_22) , 551–585.

Stegner, B. (2023). Anxiety, FOMO, and future uncertainty among Generation Z. *Journal of Youth Studies*, 26(4), 512–528.

Suntara, R. A. (2021). PENGUATAN KARAKTER KEPEMIMPINAN MAHASISWA DI ERA DISRUPSI. *Jurnal Besaoh*, 1(02) <https://doi.org/10.33019/besaoh.v1i02.2933> , 98-105.

Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 16(3), 282–298.

Syahril, M. F., Krismona, E. B., Yanti, N. D., Andrianie, S., & Wulandari, A. (2025). Self-compassion overview in high school students. *International Journal of Applied Guidance and Counseling (IJAGC)*, 6(2), 63–71.

Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood*. Atria Books.

Arroisi, J., & Mukharrom, T. (2021). Pendekatan konseling eksistensial-humanistik dalam menghadapi problem psikologis manusia modern. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 45–56.

Anggraini, S., Rifai, M., & Muhid, A. (2021). Peran layanan bimbingan dan konseling komprehensif dalam perencanaan karir pada siswa SMA. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 16-23.

Arroisi, J. (2021). Makna Hidup Perspektif Victor Frankl Kajian Dimensi Spiritual dalam Logoterapi. *jurnal ilmu ushuluddin*, 20(1), 90-115.

Anggoro, L. S., Christiana, E. H., & Nathania, E. I. D. (2024). Efektivitas logoterapi untuk menurunkan tingkat depresi dan meningkatkan kebermanaan hidup. *Jurnal Integrasi Riset Psikologi*, 2(2), 24-35.



Bavel, R.K. 2010. The Effect Of Academic Optimism On Student Academic Achievement In Alabama. Unpublished Dissertation. Tuscaloosa : University Of Alabama

Brown, D., & Lent, R. W. (2019). Career development and counseling: Putting theory and research to work (3rd ed.). John Wiley & Sons.

Budiawan, R., Mandasari, R. I. M., Rosmiati, M., Cahyana, C., & Ananda, D. (2022). <https://doi.org/10.26877/e-dimas.v13i3.5599>

Citarella, A. 2016. Career Decision Making as a Developmental Task. *Journal of Educational Studies*, 7(2): 45–58.

Cimarella, J. (2016). Career decision-making difficulties and career indecision in adolescence. *Journal of Career Development*, 43(3), 235–250. <https://doi.org/10.1177/0894845315582243>

Cetin Gunduz, H., & Nalbantoglu Yilmaz, F. (2018). The relationship between career indecision and psychological well-being in adolescents. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 18(2), 437–458. <https://doi.org/10.12738/estp.2018.2.0123>

Dobrow, S. R., Weisman, H., Heller, D., & Tosti-Kharas, J. (2023). Calling and the good life: A meta-analysis and theoretical extension. *Administrative Science Quarterly*, 68(2), 508–550. <https://doi.org/10.1177/00018392231159641>

Endraswara, S. (2016). Falsafah hidup Jawa: Menggali mutiara kebijaksanaan budaya Jawa. Cakrawala.

Frankl, V. E. (1963). Man's search for meaning. Beacon Press.

Gysbers, N. C. & Henderson, P. 2012. Developing and Managing Your School Guidance and Counseling Program (5th ed.). Alexandria: American Counseling Association.

Guay, F., Senécal, C., Gauthier, L., & Fernet, C. 2006. Predicting Career Indecision: A Self-Determination Theory Perspective. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3): 363–374.

Khusumadewi, A. (2024). Peran makna hidup dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis santri smp pondok pesantren insan kamil sidoarjo. *Jurnal BK UNESA*, 14(4).

Lipshits-Braziler, Y. 2018. Career Decision-Making Difficulties.

Muslihati, M., Multisari, W., Prihatiningsih, R., Wulandari, A., & Pratiwi, A. S. 2023. Prevensi Career Indecision Remaja Pasca Pandemi melalui Perencanaan Karier Berlandaskan Nilai Kearifan Nusantara: Sebuah Narrative Review. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 9(2): 275–283.

Magnis-Suseno, F. (2003). Etika Jawa: Sebuah analisa filsafati tentang kebijaksanaan hidup Jawa. Gramedia Pustaka Utama.

Malau, E. W., Rakhman, B., & Firman, A. (2023). Pengaruh Penempatan, Kepuasan Kerja dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Pada Badan Kepegawaian dan Pengembangan Sumber Daya Manusia Kabupaten Manokwari. *Journal of Management and Business Accounting*, 1(2), 150-163.

Nalbantoglu Yilmaz, F. & Cetin Gunduz, H. 2018. Career Indecision and Career Anxiety in High School Students. *Eurasian Journal of Educational Research*, 78: 23–42.

Priyashantha, K. G., Wijewardena, W. P., & Jayasundara, J. M. (2022). Career decision-making and self-knowledge integration: A



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

**SENJA KKN #6** +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kewilayahan Kearsifan Nusantara  
Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui  
Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, Sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

developmental perspective. *International Journal of Career Development*, 7(1), 45–58.

Ramatul Andika, R., Supriyani, N., & Kustati, M. (2025). Krisis Makna Hidup dalam Kalangan Santri Milenial: Pendekatan Fenomenologis terhadap Kegiatan Spiritual di Pesantren. *Khidmat*, 3(2), 296–303. Retrieved from <https://ejournal.edutechjaya.com/index.php/khidmat/article/view/1665>

Super, D. E. 1990. A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 16(3), 282–298.

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>

Steger, M. F. (2012). *Making meaning in life*. Oxford University Press. Dalam: Sultana, R. G. (Ed.), *New Perspectives on Career Counseling and Guidance in Europe*. Cham: Springer.

Suntara, R. A. (2021). PENGUATAN KARAKTER KEPEMIMPINAN MAHASISWA DI ERA DISRUPSI. *Jurnal Besaoh*, 1(02), 98-105. <https://doi.org/10.33019/besaoh.v1i02.2933>

Steger, M. F., O'Donnell, M. B., & Morse, J. L. (2021). Helping students find their way to meaning: Meaning and purpose in education. In M. L. Kern & M. L. Wehmeyer (Eds.), *The Palgrave handbook of positive education* (pp. 551–585). Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-64537-3\\_22](https://doi.org/10.1007/978-3-030-64537-3_22)

Steger, M. F. 2023. Meaning in life and psychological well-being in adolescence. *Journal of Positive Psychology*, 18(2), 245–258.

Stegner, B. (2023). Anxiety, FOMO, and future uncertainty among Generation Z. *Journal of Youth Studies*, 26(4), 512–528.

Syahril, M. F., Krismona, E. B., Yanti, N. D., Andrianie, S., & Wulandari, A. (2025). Self-compassion overview in high school students. *International Journal of Applied Guidance and Counseling (IJAGC)*, 6(2), 63–71.

Saputra, E. C. (2025). Faktor-faktor Penyebab Keraguan Karir (Career Indecision) Siswa SMA/SMK. *Nuansa Akademik: Jurnal Pembangunan Masyarakat*, 10(1), 325-334.

Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood*. Atria Books.

Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic Books.

Shin, J. Y., & Steger, M. F. (2016). Supportive college environment for meaning searching and meaning in life among American college students. *Journal of College Student Development*, 57(1), 18-31.

Khairi, H. (2018). Menggali Potensi Anak melalui Multiple Intelligences dan Implementasinya di PAUD. *SELING: Jurnal Program Studi PGRA*, 4(2), 111-124. <https://doi.org/10.29062/seling.v4i2.300>